**Технологическая карта урока по «Основам безопасности жизнедеятельности» в 5 классе.**

**Класс*:***5 «А»

**Тема урока:**«Здоровье и здоровый образ жизни»

**Цель урока:**Достижение планируемых образовательных результатов.

**Планируемые образовательные результаты:**

**Предметные:**

- сформировать знания о здоровом образе жизни, его составляющих;

**Метапредметные:**

- познакомить учащихся с понятиями «Здоровье», «здоровый образ жизни», «Режим дня»;

- планировать свою деятельность (на примере «Режим дня»);

- уметь работать с информацией, выраженной в различных видах (схемах, наглядного материала), по её анализу;

- умение работать в группах;

- умение действовать по образцу;

**Личностные:**

- сформировать убеждение о необходимости вести здоровый образ жизни.

**Тип урока:** Урок усвоения новых знаний (УУНЗ)

**Карта урока**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Деятельность учителя** | **Деятельность уч-ся** | **УУД** | **Примечание** |
| **1.Организационный этап** |
| **Мотивация к учебной деятельности****Цель:** эмоциональная, психологическая и мотивационная подготовка учащихся к усвоению изучаемого материала.Приветствие, проверка подготовленности к учебному занятию, организация внимания детей, оформление записей в тетради. | Приветствуют учителя, проверяют готовность к уроку. | **Личностные**: самоопределение;**Коммуникативные:** взаимодействие с учителем.**Регулятивные:** слушать в соответствии с целевой установкой. |  |
| **2. Актуализация знаний** |
| **Актуализация знаний и формирование темы урока.**Эпиграфом нашего  урока являются слова: *«Здоровье богатство на все времена».*При встрече мы всегда говорим друг другу это хорошее, доброе слово?Пословицы о здоровье.Люди сложили пословицы и поговорки о здоровье, как о самом ценном в жизни.Давайте вместе с вами их вспомним.Я начну – а вы продолжите:**В здоровом теле -** … (здоровый дух).**Здоровье всего…(**дороже).**Здоров будешь – всё…(**добудешь). | Учащиеся по очереди дают свои ответы и комментируют их.Фронтально по желанию формируют продолжение пословиц. | **Регулятивные:** самоконтролировать ответы учащихся и свои ответы.**Познавательные:** умение решать учебные проблемы, возникающие в ходе фронтальной работы, анализ, сравнение.**Коммуникативные:** выражение своих мыслей, аргументация своего мнения. |  |
| **3. Постановка цели и задач урока. Мотивация учебной деятельности учащихся.** |
| **Цель: Изучение нового материала.**Предлагается ответить на следующие вопросы:Чего вы в первую очередь желаете себе?Чего вы в первую очередь желаете своим близким? Чего вы никогда не пожелаете своим врагам?Тема нашего сегодняшнего урока?**Слайд 1.**«Здоровье и здоровый образ жизни». | Отвечают на вопросы, формулируют вывод, приводят примеры,делают запись темы в тетради. | **Регулятивные:**волевая саморегуляция в ситуации затруднения; принимать и сохранять учебную задачу;**Познавательные:** анализ, синтез, обобщение, поиск и выделение необходимой информации, выполнение действий по алгоритму.**Коммуникативные:** Оценивать правильность ответов и корректировать свои ответы. |  |
| **4. Первичное усвоение новых знаний** |
| **Цель: Усвоение новых знаний.**Что такое здоровье? (сам.стр.21).**Слайд 2.**По определению ВОЗ «Здоровье – это состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов».**Рисунок на доске.**Многие из вас считают, что забота о здоровье – дело рук ваших родителей и врачей, обязанных лечить вас и оберегать от заболеваний. Но это не совсем верно!Каждый из вас хочет прожить свою жизнь долго и счастливо.Но все ли вы для этого делаете?Давайте сейчас посмотрим - из чего складывается ваш день.Как начинается ваше утро? (*Умываетесь? Делаете зарядку? Что едите на завтрак? Опрятно ли вы одеваетесь? Гуляете ли после школы? Ссоритесь с друзьями? Смотрите телевизор, играете на компьютере? И т. д.)*А вы знаете, что неправильный распорядок дня может стать причиной многих болезней, недомоганий, ухудшения настроения. Помочь себе можно, организовав свой день с учетом здорового образа жизни.Ребята, а кто из вас скажет, что такое ЗОЖ? (сам.стр.22).**Слайд 3.***(ЗОЖ - это образ жизни, способствующий профилактике заболеваний, повреждений и обеспечению благополучия).*Какая первая составляющая ЗОЖ? (сам.стр.23)*(Умение правильно распределять соё время, планировать свой режим дня).* | Отвечают на вопросы, работают самостоятельно с учебником, формулируют вывод, приводят примеры делают записи и рисунок в тетради. | **Личностные:**понимание важности собственного «Режима дня», «ЗОЖ».**Регулятивные:**умение действовать по инструкции учителя; удерживать учебную задачу;**Познавательные:** работать с текстовой информацией учебника, мультимедийной презентацией; схемой;**Коммуникативные:**построение речевых высказываний, аргументирование своего мнения. |  |
| **5. Физкультурная пауза** |
| Во время паузы подготавливают свои учебные места для групповой формы работы. | Слушают музыку и выполняют движения, которые видят на интерактивной доске.Расставляют столы для следующего этапа урока. | **Регулятивные:**осуществляют пошаговый контроль своих действий, ориентируясь на показ движений на экране. |  |
| **6. Первичная проверка понимания** |
| **Цель:** проверка понимания изучаемой темы.Организация работы учащихся в группах по теме: «Планирование режима дня учащегося». | Самостоятельно заполняют таблицу, обсуждают правильность заполнения. | **Личностные:**осознание ответственности за общее дело.**Регулятивные:**планировать и контролировать ход выполнения задания, принимать решения в проблемной ситуации на основе переговоров.**Познавательные:**анализ и синтез информации; построение логической цепи рассуждений; оформление табличных записей;**Коммуникативные:**умение сотрудничать с другими учащимися, и с учителем в поиске необходимой информации, принимают чужую точку зрения, отстаивать свою точку зрения. |  |
| **7. Первичное закрепление** |
| **Цель:** Научиться самостоятельно, составлять свой «Распорядок дня».Организация работы учащихся по самостоятельному составлению своего « Режима дня» и дальнейшему его обсуждения в классном коллективе.Самостоятельно сделать вывод:«Режим дня это главная составляющая ЗОЖ и успешности человека в своей жизни». | Самостоятельно заполняют таблицу, обсуждают правильность заполнения.Учащиеся самостоятельно делают вывод. | **Личностные:**осознание ответственности за общее дело.**Регулятивные:**адекватно самостоятельно оценивать правильность выполнения действий и вносить необходимые коррективы в исполнение, как в конце действия, так и по ходу его реализации.**Познавательные:** создание индивидуального «Режима дня учащегося» (заполнение таблицы) с использованием образца на основе личного опыта..**Коммуникативные:**умение сотрудничать с другими учащимися в поиске необходимой информации. |  |
| **8. Информация о домашнем задании, инструктаж о его выполнении** |
| **Слайд 4.**Проанализируйте свой режим жизнедеятельности, опреде­лите, можно ли его улучшить и за счет чего.П.4 | Записывают задание в дневник. |  |  |
| **9. Рефлексия (подведение итогов занятия)** |
| **Цель:** Выявить понимание и закрепление целей урока.**Задание:**убрать не характерные позиции для здорового образа жизни.**Слайд 5; 6.**Ответы и система оценивания.Организовать беседу, связывая результата урока с его целью.Какое значение для здоровья человека имеет здоро­вый образ жизни?*(Здоровый образ жизни является универсальным средством профилактики заболеваний, укрепления и сохранения здоровья).*- О чем же главном мы сегодня говорили на уроке?- Что для вас показалось трудным?-Кто или что помогало вам справляться с заданиями?- На сколько хорошо вы сегодня поработали?- Как можете отметить свое настроение?На этом мы свой урок заканчиваем. Мне приятно было с вами работать. Спасибо за урок. | Учащиеся выполняют задания на карточках.Сами оценивают результаты учащихся.Высказываются о результатах своей деятельности на уроке, отвечают на вопросы позволяющие обобщить пройденный материал, говорят о своих впечатлениях и своем эмоциональном состоянии. | **Личностные:** Формируем умение устанавливать значение результатов своей деятельности для удовлетворения своих потребностей, мотивов, жизненных интересов.**Коммуникативные:**Формируем умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли.**Регулятивные:**Формируем умение выделять и осознавать то, что уже усвоено и что еще принадлежит усвоению, осознавать качество и уровень усвоения.**Познавательные:** рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности. |  |