**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. |  |