**Тема занятия:**«Соблюдаем мы режим, быть здоровыми хотим»

**Цели:** убедить учащихся в необходимости соблюдения режима дня; учить составлять режим дня; прививать умение правильно распределять время на работу и отдых; учить ценить время

**Предметные  УУД**:

- научатся составлять и соблюдать режим дня, понимать его необходимость для человека, определять время по часам как условие правильной организации труда и отдыха, определять время с точностью до часа.

**Познавательные УУД:**

- уточнять,  как нужно соблюдать режим дня;

- осуществлять рефлексию способов и условий действий.

**Регулятивные УУД:**

- определять общую цель и пути ее достижения;

- формулировать и удерживать учебную задачу.

 **Коммуникативные УУД:**

- планирование учебного  сотрудничества с соседом по парте, в группе;

- договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности;

**Личностные УУД:**

- принимать образ «хорошего ученика»;

- осознание значения учебной деятельности.

**Оборудование:** модель часов, разрезные картинки распорядка дня, таблица «Режим дня».

**Ход занятия**

**1. Актуализация знаний и постановка учебной проблемы.** Психологическая поддержка.

Воспитатель произносит слова шепотом, учащиеся повторяют их хором вслух:

Мы - умные!

Мы - дружные!

Мы - внимательные!

Мы - старательные!

Мы отлично учимся!

Все у нас получится!

- Жил-был мальчик Алеша Иванов. Были у Алеши мама, папа, две бабушки и тетя. Они его любили-обожали. Поэтому Алеша ложился спать, когда ему хотелось. Спал до полудня. Просыпался, зевал, широко разинув рот. И тетя Лиза тотчас же вливала ему в рот какао.

А обе бабушки протягивали ему пирожное. Алешин папа в это время старался развеселить ребенка. А мама бежала в магазин, чтобы купить Алеше какой-нибудь подарок.

У этого мальчишки было ужасно много всяких игрушек, альбомов, книжек, красок! Они ему так надоели, что Алеша бросал их из окошка на головы прохожих. А в это время родители делали за сына домашнее задание.

В школу Алеша постоянно опаздывал. Но и там ему было скучно. Поэтому - от скуки - он дергал за косы девочек, бил малышей, кидал камнями в птиц, толкал прохожих.

- Что вы можете сказать об этом мальчике?

- Нравится или не нравится вам Алеша Иванов? Если не нравится, то почему?

- Как вы думаете, почему мальчик постоянно опаздывал в школу?

- Воспитанному человеку и скучать некогда. Ведь он живет по строгому распорядку и делает все самостоятельно.

- А как же называется такой строгий распорядок, которому мы следуем в течение дня?*Ответы учащихся.*

- Правильно, это режим дня.

**2. Повторение ранее изученного материала и закрепление его на практике.**

***1)Составление режима дня школьника.***

**-**Давайте по нашей схеме составим режим дня для вас. ***(****На доске рисунок циферблата часов. Учителем заготавливаются карточки с надписями: сон, подъем, занятия в школе, завтрак, зарядка, прогулка, обед, полдник, ужин, домашнее задание, свободное время.)*

Воспитатель вместе с учащимися расставляет карточки, составляя режим дня.



Затем учащимся предлагается рассказать о своем режиме дня, после чего все вместе обсуждают правильность и рациональность его, устраняют ошибки.

***2)Физкультминутка «С добрым утром»***

***3***)- Ребята, а кто из вас придерживается режима дня?

- Расскажите о своем режиме дня? (Краткие рассказы детей.)

**3. Практическая работа с учащимися .**

- Чтобы лучше усвоить важность соблюдения режима дня для сохранения здоровья, я предлагаю вам творческую работу. Наша работа будет проходить по группам. У каждого из вас есть цветной жетон. Он подскажет вам, как найти тех, с кем вы сейчас будете работать в одной команде.



1 зад. (дети с низкими познавательными способностями)попробуйте раскрасить мини коллаж из картинок предметов, необходимых для выполнения водных процедур. Детям раздаются лист А4 с изображением предметов – героями книги К. Чуковского «Мойдодыр».)

2 зад Сделать обзор художественной литературы, в которой есть упоминание о времени, о часах или о выполнении или выполнении героями режима дня. Подборку таких книг можно найти в нашей классной библиотечке. (Классная библиотечка такими книгами пополнена учителем заранее.)

   

**4. Творческий отчет .**

- Покажите то, что у вас получилось и прокомментируйте свои работы.

**5. Подведение итогов.**

- Что такое режим дня? (Распределение по времени действий человека за сутки.)

- Почему необходим режим дня? (Для постоянного поддержания здоровья и настроения.)

- Совершенно верно. Молодцы! Режим дня способствует правильному развитию, укреплению здоровья, воспитанию воли, дисциплинированности.

**6. Рефлексия.**

- Ребята, кто из вас после сегодняшнего занятия твердо решил для себя ежедневно соблюдать режим дня?

- Я рада за вас. Это самое мудрое и правильное решение.

- В заключение мне хотелось сказать вам несколько слов

Режим дня соблюдайте,

Старших уважайте,

Малышей не обижайте –

Вот вам мой совет.

Будете на свете

Жить сто лет!