Методическое обеспечение организации образования обучающихся с нарушениями зрения в дистанционном формате

**Сценарий урока для обучающихся с нарушениями зрения по учебному предмету «Окружающий мир» в 1 классе на тему «Здоровый образ жизни: профилактика вредных привычек»**

**Цель:**формирование у обучающихся ценностного отношения к собственному здоровью, стремления к здоровому образу жизни.

**Задачи**

*Образовательные:*

1. Сформировать у обучающихся правильное представление о здоровье, негативное отношение к вредным привычкам.

2. Раскрыть значение и роль сна, правильного питания, соблюдения режима дня, активной деятельности и активного отдыха, отсутствия вредных привычек.

3. Закрепить и расширить знания о ЗОЖ и его принципах.

*Коррекционно-развивающие:*

1. Развивать высшие психические функции (слуховое внимание; регуляторную память; логическое мышление при анализе и классификации объектов).

2. Обогащать и расширять словарный запас обучающихся в области экологии, животного и растительного мира.

3. Развивать общую моторику, координацию движений.

4. Развивать умение интерпретировать и обобщать полученную информацию, делать выводы, аргументировать свой ответ.

5. Развивать коммуникативные навыки.

6. Формировать навык соотношения понятия с представлением об этом объекте/предмете.

*Воспитательные:*

1. Воспитывать культуру поведения при фронтальной работе (уважать мнение каждого, не перебивать друг друга, не оскорблять), воспитывать доброжелательность, приветливость друг к другу.

2. Воспитывать ответственность, аккуратность, любознательность, дисциплинированность, потребность к получению новых знаний.

3. Развивать самостоятельность, познавательные интересы, ответственность за сохранение своего здоровья.

4. Воспитывать стремление к сохранению своего здоровья, соблюдению режима дня, правильного питания.

**Универсальные учебные действия (УУД)**

*Познавательные УУД:*сравнивать объекты окружающего мира, устанавливать основания для сравнения, устанавливать аналогии; классифицировать предложенные объекты; находить закономерности и противоречия в рассматриваемых фактах, данных и наблюдениях на основе предложенного алгоритма; выявлять недостаток информации для решения учебной (практической) задачи на основе предложенного алгоритма.

*Регулятивные УУД:* самостоятельно планировать алгоритм решения учебной задачи; предвидеть трудности и возможные ошибки; контролировать процесс и результат выполнения задания, корректировать учебные действия при необходимости; адекватно принимать оценку своей работы; планировать работу над ошибками; находить ошибки в своей и чужих работах, устанавливать их причины, принимать и сохранять учебную задачу, планировать необходимые действия; адекватно оценивать свои достижения.

*Коммуникативные УУД:* участвовать в общей беседе, соблюдая правила речевого поведения, слушать и отвечать на вопросы, высказывать и обосновывать свою точку зрения, осуществлять совместную деятельность в группе.

**Планируемые результаты**

*Личностные результаты:* становление у обучающихся активной жизненной позиции по данной проблеме, желание приобретать новые знания, владение начальными навыками адаптации в мире.

*Метапредметные результаты:* умение сравнивать и классифицировать объекты окружающего мира и проводить аналогии, самостоятельно планировать алгоритм решения учебной задачи; способность преодолевать трудности, находить и исправлять ошибки; умение участвовать в общей беседе.

*Предметные результаты*: умение различать факторы, укрепляющие здоровье, и факторы, влияющие на него негативно; конструирование правил здорового образа жизни, формирование негативного отношения к вредным привычкам, понимание важности сохранения здоровья со школьного возраста.

\*слайды мультимедийной презентации к уроку имеют аудиосопровождение.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Этап | Слова учителя | Слова обучающихся | Методический комментарий |
| 1. Организационный | **Приветствие****(слайд 1)**Здравствуйте, ребята!**Эмоциональный настрой**Купить можно много:Игрушку, компьютер,Смешного бульдога,Стремительный скутер,Коралловый остров(Хоть это и сложно),Но только здоровьеКупить невозможно. Оно нам по жизниВсегда пригодится.Заботливо надоК нему относиться. | - Здравствуйте! | Создание доброжелательной обстановки |
| 2. Основной | **Актуализация знаний**Помните, на прошлом уроке мы говорили с вами о воде, её значении в мире и жизни человека. Помните сколько должен выпивать воды в день человек? - Молодцы!**Введение в тему урока****(слайд 2)**Сегодня наш урок хочу начать с одной притчи. А вы внимательно слушайте. Каков смысл этой притчи? Если ты хочешь что-то иметь, для этого обязательно надо потрудиться. Ничего даром не дается. Если хочешь быть здоровым, значит надо вести здоровый образ жизни. Работая над собой, искореняя свои вредные привычки, - человек делает себя сам. Каждый человек - кузнец собственного здоровья. **Определение цели и задач урока**Самый драгоценный подарок от Бога — это здоровье, о нем мы сегодня и будем говорить, а еще узнаем правила здорового образа жизни, и какие могут быть вредные привычки.**Получение новых знаний**Сегодня мы будем говорить о здоровье. А именно о здоровом образе жизни его принципах и вредных привычках.- Ребята, а что такое здоровье, как вы думаете? **(слайд 3)**Давайте узнаем.Здоровье — это не отсутствие болезней, а состояние полного физического, душевного и социального благополучия. - Ребята, а что для вас здоровый образ жизни? Из каких ключевых моментов состоит здоровый образ жизни? Посмотрим составляющие здорового образа жизни человека. **(слайд 5)**- Остановимся поподробнее на здоровом питании. Что это такое? Каким должно быть правильное питание? - Отлично! А теперьдавайте выполним интересное задание прямо из кафе «Здоровьишко». **(слайд 6)****-** Выберите продукты, которые можно отнести к правильному питанию.*Учитель перечисляет блюда и провоцирует детей, предлагает заказать «Кока-колу», т. к. она сладкая, вкусная и безвредная. Дети должны убедить своих товарищей в ошибочности такого мнения. Выбор детей за правильным здоровым меню.* - Молодцы! Несмотря на мои уговоры заказать неполезную еду, вы сделали правильный выбор! Ваш заказ состоит из полезных блюд, которые составляют правильное питание. Давайте подытожим основные правила здорового питания. **(слайд 6)**1. Питание человека должно быть полноценным. В нем должны присутствовать белки (мясо, рыба, яйца, творог), жиры (сливочное, подсолнечное масло, животные жиры, орехи) и углеводы (хлеб, крупы, сахар). Необходимы и минеральные соли.2. Питание должно быть регулярным. Учащимся следует принимать пищу 4–5 раз в сутки: на завтрак, обед, полдник, ужин и перед сном обезжиренный кефир.3. Умеренность – мать здоровья. Не переедайте, не перегружайте свой желудок.4. Во время приема пищи нельзя разговаривать, торопиться, есть слишком горячее или острое блюдо. **(слайд 7)**- А теперь, ребята, переходим к следующему заданию. Я буду зачитывать вам начала разных пословиц. После начала каждой пословицы будет предложено несколько вариантов ее окончания, вам нужно выбрать и назвать правильный вариант. Тот, кто правильно закончит пословицу, услышит сразу после своего ответа музыкальный сигнал (слабовидящие обучающиеся выполняют задание, ориентируясь на слайд презентации).1. От хорошего сна… 2. Сон – лучшее …3. Выспишься – …4. Выспался – будто вновь …**(слайд 7)**Сон очень положительно влияет на организм человека. Как вы думаете, сколько нужно спать взрослому человеку? Раньше утверждалось, что ребенок – 10–12 часов, подросток – 9–10 часов, взрослый – 8 часов. Сейчас многие приходят к мнению, что это все индивидуально, но в среднем нужно спать не менее 8 часов и не более 10, чтобы чувствовать себя бодрым и отдохнувшим.**Динамическая пауза (зрительная гимнастика)***-* Пусть наши глазки немножко отдохнут, послушайте стихотворение и повторяйте движения.Наши глазки отдыхают,Упражнения выполняют.Глазками Через речку мост построим. *(Взглядом рисуют мост).*Нарисуем букву о, получается легко. *(Глазами рисуют букву о).*Вверх поднимем, глянем вниз, *(Глаза поднимают вверх, опускают вниз).*Вправо, влево повернем, *(Глаза смотрят вправо-влево).*Заниматься вновь начнем. *(Глазами смотрят вверх, вниз.)*.**Динамическая пауза для слепых обучающихся (активная физкультминутка) (инструкция в аудиозаписи).** - А теперь поговорим о спорте и активном отдыхе.Один мудрец сказал: «Люди с самого рождения жить не могут без движения». Вы согласны с ним? Если да, почему? А вы занимаетесь спортом? Каким? **(слайд 9-16)**- Сейчас мы проверим, как хорошо вы знаете разные виды спорта. - Вы отлично знаете различные виды спорта! **Динамическая пауза (физкультминутка)****(слайд 17)**- А теперь время и нам с вами размяться. Время физминутки! (инструкция в аудиозаписи).Передохнули, присаживаемся... Ребята, а что такое режим дня? **(слайд 18)**- Режим дня – это установленный распорядок жизни, дел, действий. Это очень важно для здоровья!**Проверка качества усвоения знаний****(слайд 19-20)**А теперь время задания. Сейчас я подробно опишу 2 картинки, и скажите, какой из мальчиков соблюдает режим дня, и объясните, почему вы так думаете. - Все верно ребята, это картинка №2, потому что мальчик кушает полезные овощи, улыбается, полон сил. А что не так с мальчиком на первой картинке? *-* Все верно! Эти мальчики уже давно сидят за компьютером, у них болят глаза. Молодцы, идем дальше!**Получение новых знаний**- Ребята, а что такое привычка? **(слайд 21)**- Привычка – сложившийся способ поведения, осуществление которого в определенных ситуациях приобретает для человека характер потребности- Что такое вредная привычка? **(слайд 22)**- Вредная привычка – закрепленный в личности способ поведения, агрессивный по отношению к самой личности или обществу. Вредные привычки серьезно ухудшают состояние здоровья человека – физическое и психическое.**Проверка качества усвоения знаний** **(слайд 23-30)**- Давайте проверим, как хорошо вы усвоили сегодняшний урок. Отгадайте загадки. - Теперь я буду описывать картинки, скажите, какие относятся к здоровым привычкам, а какие к плохим.**(слайд 36)**Давайте каждый сейчас скажет, какую полезную привычку он уже делает или хочет выработать в ближайшее время.Мы за здоровый образ жизни. «Мы говорим: нет вредным привычкам!»1). Что такое здоровье?2). Я буду называть основные составляющие здорового образа жизни и вредные привычки. Если вы услышите составляющую ЗОЖ - хлопайте в ладоши, если вредную привычку – топайте ножками. Правильное питание, курение, алкоголь, сон, режим дня, наркотики, активный отдых, спорт, грызть ногти. Молодцы!3). Сколько часов нужно спать, чтобы чувствовать себя бодрым и отдохнувшим? | - 1,5 литра.- Нужно заниматься спортом, не есть вредную пищу, гулять на свежем воздухе.- Есть много овощей фруктов, не есть чипсы.- Молодеешь.- Лекарство.- Помолодеешь.- Родился.- 8 часов.- Баскетбол, футбол, хоккей, плавание, бокс, волейбол, шахматы, бег.- Режим дня — это распорядок дня.- Баскетбол, хоккей, футбол, плавание, бокс, шахматы, волейбол, бег.- Хорошие – чистить зубы, заниматься спортом.- Плохие – грызть ногти, есть вредную еду, читать в темнотеЗдоровье – это отсутствие болезней.- От 8 до 10 часов. | Прогнозирование темы и целей урокаБеседаПоддержание познавательного интересаБеседаБеседа |
| 3. Заключительный | - Ребята, вы сегодня на уроке хорошо работали, отвечали на все вопросы, думали, рассуждали. Спасибо большое вам за урок! | Спасибо! | Метод педагогической поддержки – похвала. |