

**Номинация «Методическая разработка по внеурочной деятельности»**

## **МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА**

### **Следопыты на маршруте**

Труханова Людмила Николаевна  
Должность: учитель начальных классов  
Программа: авторская программа  
по внеурочной деятельности  
«Двигательные игры,  
тренинги и уроки здоровья»  
УМК «Школа России»

2016 г

**Внеурочное занятие (№ 65) 1 класс****Тема: «Следопыты на маршруте»****Цель:** формировать потребность в здоровом образе жизни**Задачи:**

- формировать мотивацию для соблюдения режима дня, правил личной гигиены;
- проверить усвоение основных правил сохранения и укрепления своего здоровья;
- развивать коммуникативные умения при работе в группе;
- обеспечить двигательную активность учащихся на внеурочном занятии;
- воспитывать чувство товарищества

**Планируемые результаты:**

освоение правил здорового и безопасного образа жизни,

развитие психических и нравственных качеств личности.

Формирование УУД: (личностные и коммуникативные) общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности; (регулятивные) умение регулировать и контролировать свои действия, распределять роли в группе; (познавательные) умение перерабатывать полученную информацию и делать выводы.

**Форма проведения занятия:** игра-соревнование**Перечень используемых современных образовательных технологий:**

- **Здоровьесберегающая технология**
- **Игровая технология**
- **КТД (коллективное творческое дело)**

**Подготовительная работа до занятия:**

Классная комната делится на 4 условных сектора (красный, синий, зелёный, жёлтый). [4] В каждом секторе - один ведущий с эмблемой (по цвету сектора). Учащиеся делятся на 4 команды (выбирают жетон красного, синего, зелёного или жёлтого цвета).

### Ход занятия

1. Учитель – Ребята, сегодня мы проводим игру «Следопыты на маршруте». Нам помогают шефы - Вероника, Настя и Павел. Вы готовы начать?
- Если вы со мной согласны, то отвечайте: «**Это я, это я, это все мои друзья!**», если это не про вас, то молчите, не шумите:
- кто из вас всегда готов жизнь прожить без докторов? +
  - кто не хочет быть здоровым, бодрым, стройным и веселым? –
  - кто из вас не ходит хмурый, любит спорт и физкультуру? +
  - кто мороза не боится, на коньках летит, как птица? +
  - ну а кто начнет обед жвачкой с парюю конфет? –
  - кто же любит помидоры, фрукты, овощи, лимоны? +
  - кто поел и чистит зубки регулярно дважды в сутки? +
  - кот из вас, из малышей, ходит грязный до ушей? –
  - кто, согласно распорядку, выполняет физзарядку? +
  - кто, хочу у вас узнать, любит петь и отдыхать? + [5]

У природы есть закон –  
счастлив будет только тот,  
кто здоровье бережет.  
Прочь гони-ка все хворобы!  
Почись-ка быть здоровым! [4]

- Подумайте, чему будет посвящена наша игра?

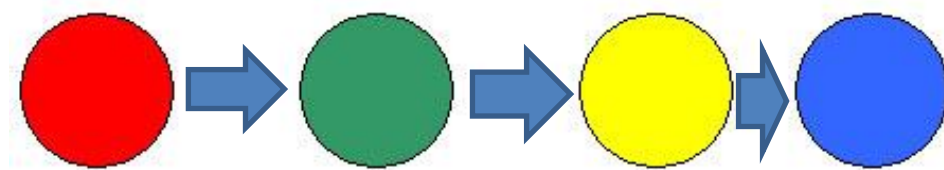
**Учитель:** - Молодцы!

- Ребята, перед занятием вы выбрали себе цветной жетон. Посмотрите, у наших шефов есть эмблемы таких же цветов (синий, зелёный, жёлтый кружок), у меня тоже есть эмблема (красный кружок). Объявляется сбор команд «Красные», «Синие», «Зелёные» и «Жёлтые» в своём цветовом секторе класса.

2. - Выберите капитана своей команды и отправляйтесь в путь по разноцветному маршруту! Удачи вам, следопыты!

(Первый пункт маршрута следопытов соответствует цвету выбранного жетона. Ребята с красными жетонами собираются в красном секторе класса, с синими – в синем секторе и т.д. Капитан команды получает маршрут).

Маршруты:



(Маршрут 1 команды)

1 команда: **красный – зелёный – жёлтый - синий.**

2 команда: **зелёный – жёлтый – синий - красный.**

3 команда: **жёлтый - синий – красный – зелёный.**

4 команда: **синий – красный – зелёный - жёлтый.**

### 3. Задания в секторах на маршруте:

#### **Красный сектор: «Личная гигиена в стране олимпийщиков»**

Каждая команда получает лист своего цвета с загадками и пробелами для записи отгадки.

- 1) Ускользает, как живое,  
Очень юркое такое.  
Белой пеной пенится,  
Руки мыть не ленится. \_\_\_\_\_ (Мыло)
  
- 2) Лёг в карман и караулю –  
Рёву, плаксу и грязнуюю.  
Им утру потоки слез,  
Не забуду и про нос. \_\_\_\_\_ (Носовой платок)
  
- 3) Могу я в ней на дно нырнуть,  
Но не могу я утонуть,  
А если станет глубоко,  
Открою пробку я легко. \_\_\_\_\_ (Ванна)
  
- 4) Белая река -  
В пещеру затекла,  
По ручью выходит —  
Со стен всё выводит. \_\_\_\_\_ (Зубная паста)

- 5) Костяная спинка,  
 Жесткая щетинка,  
 С мятной пастой дружит,  
 Нам усердно служит. \_\_\_\_\_ (Зубная щётка)

### **Синий сектор «Режим дня в стране олимпийщиков»**

Каждая команда получает набор картинок, которые нужно расположить в правильной последовательности. (Ужин, занятия в школе, подъем, зарядка, обед, водные процедуры, завтрак, прогулка, домашняя работа, приготовление ко сну).

### **Зелёный сектор «Профилактика лечения – в бесконечности движения»**

Каждая команда получает картинку, разрезанную на пазлы. Задание: собрать пазлы, определить вид спорта и подписать картинку (футбол, хоккей, плавание, фигурное катание)

### **Жёлтый сектор «Зарядка в стране олимпийщиков»**

Задание: разучить и выполнить физминутку:

Ча, ча, ча (3 хлопка по бедрам)  
 Печка очень горяча (4 прыжка на двух ногах)  
 Чи, чи, чи (3 хлопка над головой)  
 Печет печка калачи (4 приседания)  
 Чу, чу, чу (3 хлопка за спиной)  
 Будет всем по калачу (4 прыжка на месте)  
 Чо, чо, чо (3 хлопка перед собой)  
 Осторожно, горячо (ходьба на месте). [3]

4. Жюри считает ваши баллы, а мы подведём итоги игры.

– Скажите, ребята, что вы делаете для укрепления своего здоровья?  
 (Ответы детей. В беседе делается акцент на выполнение режима дня, соблюдение правил гигиены, занятия физкультурой и спортом, чередование умственного труда и физических упражнений).

5. Шефы заполняют таблицу результатов своего сектора на школьной доске. Определяется победитель.

№ команды	Красный сектор	Синий сектор	Зелёный сектор	Жёлтый сектор	Всего баллов
1					
2					
3					
4					

6. Поздравление победителей.

7. Выполнение новой физминутки всем классом.

### Литература и электронные ресурсы

1. Арсенина Е.Н. Возьми с собою в лагерь..., Волгоград, издательство «Учитель», 2007, 183 с.
2. Обухова Л.А., Лемяскина Н.А., Жиренко О.Е., Новые 135 уроков здоровья, или школа докторов природы, М. «ВАКО», 2008, 288с.
3. <http://www.psyoffice.ru/4-0-5152.htm>
4. <http://ped-kopilka.ru/nachalnaja-shkola/vneklasnaja-rabota-v-nachalnoi-shkole/igra-sorevnovanie-dlja-1-2-3-klasa-po-teme-zdorove.html>
5. <http://todnb.ru/sections/specialists/metod/budzdorov>