**Урок развития устной речи**

**на основе изучения окружающей действительности**

**в 4 классе специальной коррекционной школе VIII вида**

**« Огонёк здоровья»**

**Цель:** Формирование здорового образа жизни.

**Задачи:**

1. Обобщить и закрепить основные знания об основных правилах личной гигиене, о здоровом питании, полезных продуктах.

2. Развивать внимание, память, мышление, устную речь, кругозор.

3. Воспитывать аккуратность, положительное отношение к своему здоровью.

**Ход урока:**

**Организационный момент:** Сообщение темы, цели, задач урока. Наш урок будет необычным. Он пройдёт в форме устного журнала: « Огонёк здоровья». На страницах нашего журнала вы познакомитесь с правилами личной гигиены, здоровом питании, полезных продуктах, о том, как вести здоровый образ жизни и заботиться о своём здоровье.

**Первая страница называется «Знатоки гигиены».**

**Ведущий**

Здравствуйте, дорогие гости!

У нас сегодня Праздник здоровья!

Быть здоровыми хотят

И взрослые и дети**.**

Как здоровье сохранить?

Кто может ответить?

(Появляется девочка в костюме богини чистоты и здоровья - Гигиены)

**Гигиена**

Добрый день! Я – чистота!

С вами быть хочу всегда!

Сначала познакомлюсь с вами,

Чтобы стали мы друзьями.

**Ведущий**

Вот Людмила, Леша, Галя,

Вот Сережа и Денис,

Инна, Даша, рядом Люды, да, да, да у нас их две.

А как Вас звать?

**Гигиена**

Я пришла вас научить,

Как здоровье сохранить.

Много грязи вокруг нас,

И она в недобрый час

Принесет вам вред, болезни.

Но я дам совет полезный.

Мой совет совсем не сложный –

С грязью будьте осторожны!

**Грязь**

Вы про грязь? (выглядывает, вбегает)

И я у вас!

(почесывается, подходит к гигиене)

**Гигиена**

Ты ко мне не приближайся!

И ко мне не прикасайся!

**Грязь**

Ах – ах – ах! Какое платье!

Да ведь не на что смотреть!

Я б такое не надела.

У меня – другое дело!

От борща пятно большое,

Вот сметана, вот жаркое,

Вот мороженое ела,

Это – в луже посидела.

Это – клей, а здесь чернила.

Согласитесь, очень мило.

Я наряд свой обожаю,

Ни на что не променяю.

Я открою вам секрет –

Лучше платья просто нет!

(здоровается с детьми за руку, пачкает, Гигиена вытирает полотенцем, уводит Грязь от детей)

**Грязь** *(*наступает на  Гигиену*)*

Вы не вымыли посуду?

Значит, скоро я прибуду!

Если пол вы не помыли –

Меня в гости пригласили.

Ненавижу тряпки, щетки!

Я, друзья, боюсь щекотки.

Забираюсь в уголки,

 Там, где пыль и пауки.

**Ученики** (в спортивной форме)

Чтобы мы никогда и ничем не болели,

Чтобы щеки здоровым румянцем горели,

Чтобы в школе и дома мы бодрыми были,

Чтобы мы на пятерки уроки учили,

Чтоб было здоровье в отличном порядке,

Всем нужно с утра заниматься…

**Ведущий**

Шагом марш! 1.2 3.4

Раз – присели! Два – привстали!

Чтоб задержки никакой!

Три – согнулись и достали

До носка одной рукой!

Эй! Не спи! Давай-ка вместе

На длину упругих рук

Встанем тут, прыжки на месте!

Выше голову, мой друг!

Руки, словно два крыла,

Шагом марш.

И … за дела! Молодцы!

**Ведущий**

Наши дети любят чистоту, порядок, любят умываться, чистить зубы, делать зарядку! Правда, друзья?

**Грязь**

Нет, нет, нет! Я вам не верю!

**Ведущий**

Это мы сейчас проверим!

**Игра «Это я»**

(Ведущий читает начало фразы, если зрители согласны с высказыванием, отвечают «Это – я, это – я, это все мои друзья!», если не согласны, высказывают протест, например, топают)

Кто ватагою веселой

Каждый день шагает в школу?

Кто любит маме «помогать»,

По дому мусор рассыпать?

Кто из вас не ходит хмурый,

Любит спорт и физкультуру?

Кто из вас, из малышей,

Ходит грязный до ушей?

Кто одежду «бережет»,

Под кровать ее кладет?

Кто ложиться рано спать

В ботинках грязных на кровать?

Кто любит в классе отвечать,

Аплодисменты получать?

**Гигиена**

Ребята, вы знаете, что необходимо человеку, чтобы быть здоровым?

Для этого я предлагаю разгадать загадки.

**Загадки**

Что ярко светит, согревает,

Здоровья людям прибавляет? *(С*олнце*)*

Горяча и холодна,

Я тебе всегда нужна.

Позовешь меня – бегу,

От болезней берегу. *(*Вода*)*

Костяная спинка,

Жесткая щетинка:

С мятной пастой дружит

На усердно служит.

*(*Зубная щетка*)*

Ускользает, как живое,

Но не выпущу его я.

Дело ясное вполне:

Пусть отмоет руки мне. *(*Мыло***)***

Дождик теплый и густой,

Этот дождик не простой.

Он без туч и облаков

Целый день идти готов*. (*Душ*)*

Ведущий(обращается к Грязи)

Теперь убедилась?

Гигиена (с опаской глядя на Грязь)

Где больше грязи,

Там раздолье заразе!

**Гигиена**

Ну, ребята не зевайте:

Я начну, вы продолжайте.

1 ученик:

В нашем классе есть закон:

Вход неряхам запрещён!

Чтобы быть здоровым сильным.

Мой лицо и руки мылом.

Рано утром не ленись

На зарядку становись.

Содержи всегда в порядке

Парту, книжки и тетрадки.

Платье, обувь и жилище

Быть должны, как можно чище.

Помогает нам всегда

Солнце, воздух и вода.

Крепла, чтоб мускулатура занимайся физкультурой.

Посмотрите - ка, на нас, мы отличный просто класс.

Гигиена:

Ну, что грязь ты ещё сомневаешься в этих ребятах.

**Грязь:** Нет, я всё поняла. Вы знаете правила личной гигиены.

Делать мне у вас нечего, пойду, поищу других детей, которые неряшливые, не соблюдают правил личной гигиены.

**Ведущий:**

Ребята, не забывайте о правилах личной гигиены и тогда любые болезни вам не страшны.

**Ведущий:**

Следующая страница нашего устного журнала посвящена здоровому питанию.

А сейчас мы поведем наш разговор о полезной пищи.

И напомним вам совет, Он не будет лишним –  Прежде чем за стол вам сесть, Призадумайся, что съесть!

Песня **«Правильное питание»**

(на мотив песни «Погода в доме» Л.Долиной).

Какую пищу есть полезно детям?

Вопрос заботит каждую из мам.

А что едят сегодня наши дети:

Да чипсы, кириешки и поп-корн.

**Припев:**

Важней всего, чтоб в меню было

И сыр, и рыба, и орех.

А также мясо, творог, яйца

Тогда здоровьем поразим мы всех

А как же обойтись без какао?

Волнуется бабулька по утрам.

А молоко и творог в непогоду

Тепло поддержат в организме нам.

**Припев:** Важней всего, чтоб в меню было

И сыр, и рыба, и орех.

А также мясо, творог, яйца

# Тогда здоровьем поразим мы всех

А где же нам взять полезные продукты и желательно богатые витаминами. Давайте заглянем на наш огород.

**(Появляется ученик в одежде садовода-огородника)**

Урожай у вас хорош,

Уродился густо:

И морковка, и картошка.

Белая капуста.

Овощи зелёные,

Красный помидор

Затевают длинный

И серьезный спор:

Кто из них, из овощей,

И вкуснее и нежней**?**

Кто при всех болезнях

Будет всех полезней?

Выскочил горошек –

Ну и хвастунишка!

**Горошек (весело):**

Я такой хорошенький

Зелененький мальчишка!

Если только захочу,

Всех горошком угощу!

**Ведущий:** От обиды покраснев,

Свекла проворчала…

**Свекла важно:** Дай сказать хоть слово мне,

Выслушай сначала.

Свеклу надо для борща

И для винегрета.

Кушай сам и угощай –

Лучше свеклы нет!

**Капуста (перебивая):**

Ты уж, свекла, помолчи!

Из капусты варят щи.

А какие вкусные пироги капустные!

Зайчики-плутишки

Любят кочерыжки,

Угощу ребяток кочерыжкой сладкой.

**Огурец (задорно):**

Очень будете довольны,

Съев огурчик малосольный.

А уж свежий огурчик

Всем понравится, конечно!

**Морковь (кокетливо):**

Про меня рассказ недлинный:

Кто не знает витамины?

Пей всегда морковный сок

И грызи морковку –

Будешь ты тогда, дружок

Крепким, сильным, ловким.

**Ведущий:** Тут надулся помидор,

И промолвил строго…

**Помидор:**

Не болтай, морковка, вздор,

Помолчи немного.

Самый вкусный и приятный

Уж, конечно, сок томатный.

Витаминов много в нем,

Мы его охотно пьем!

**Лук и чеснок вместе**.

Я лук, а я чеснок - мы короли земли. И если спорить будете вы с нами, то слёзы лить вы все обречены.

**Лук:**

У окна поставьте ящик,

Поливайте только чаще

И тогда, как верный друг,

К вам придет зеленый… лук!

**Чеснок**

Я – приправа в каждом блюде,

И всегда полезен людям.

**Картошка (скромно):**

Я, картошка, так скромна –

Слова не сказала…

Но картошка так нужна

И большим и малым!

(Появляется ученик в белом халате - доктор Айболит).

**Айболит:** Здравствуйте, а вот и я.

О чем спорите, друзья?

**Все:** - Кто из нас, из овощей,

Всех вкусней и всех важней?

Кто при всех болезнях

Будет всем полезен?

**Айболит (расхаживая):**

Чтоб здоровым, сильным быть,

Надо овощи любить.

Все без исключенья,

В этом нет сомненья!

В каждом польза есть и вкус,

И решить я не берусь:

Все овощи нужны!

Все овощи важны.

1. Какие полезные блюда можно приготовить из овощей.

( зрители называют различные блюда)

**Ведущий:**

А вот вам задание - на ваше на внимание.

Да на хороший аппетит сейчас посмотрит Айболит.

Вот задачка непростая, мама, в спешке убегая на работу как всегда.

Вас позавтракать просила, и в обед не голодать, всё на стол себе собрать.

**Игра: « Весёлые поварята»**

2 команда по 4 человека.

**Задание:**

Нужно приготовить завтрак и обед. Из предложенного набора блюд соберите меню на завтрак и обед

**Ведущий:**

Я прошу Вас в заключенье:

# Оцените все значенье

Пищевого рациона как важнейшего закона.

Современный ученик, будь он молод иль велик,

В пище толк обязан знать,

То, что ест – все понимать.

Чтобы вырасти здоровым,

Энергичным и толковым,

**Доктор Айболит:**

Кто здоровым хочет быть,

Не болеть и не хандрить,

Пусть полюбит витамины –

Враз исчезнут все ангины!

Если хочешь быть здоров,

Позабудь про докторов.

Спортом лучше занимайся,

В речке плавай, закаляйся.

Витамины не забудь,

В них – к здоровью верный путь!

Ведущий:

Мы говорили о полезной и здоровой пище, а теперь настало время поговорить нашем здоровье. Следующая страница нашего устного журнала посвящена этой теме**.** К нам сегодня пришли учащиеся 9 класса. Это наши будущие выпускники. На уроках биологии они получили знания о нашем организме. Они познакомят нас с органами слуха и зрения.

**Школа доктора Пилюлькина.:**

**Ведущий :**

Перед вами продукты питания. Выберите продукты, которые полезны для наших зубов. Назовите продукты, которые укрепляют наши зубы. Как мы должны ухаживать за своими зубами.

**Ведущий:**

( 3 человека найдут карточки синего цвета, 5 человек найдут карточки зелёного цвета. Составьте слова и выложите их на доске.

( получились слова: ухо, глаза).

**Ведущий:**

К нам сегодня пришли учащиеся 9 класса. Это наши будущие выпускники. На уроках биологии они получили знания о нашем организме. Они познакомят нас с органами слуха и зрения.

**Ученик 9 класса рассказывает об органе слуха.**

**Ухо**

Органы слуха и зрения очень важны для человека. Обратите внимание, перед вами макет нашего уха. Ушная раковина улавливает различные звуки по слуховому проходу передаёт звуки во внутреннее ухо, звуки попадая в мозг человека превращаются в слова. Вы слышите речь людей, пение птиц, звуки музыки. Слух большая ценность для человека. Вы можете наблюдать, что ваши друзья, дети в нашей школе ходят с маленьким наушником в ухе и слушают музыку, громко включают звук, когда смотрят телевизор, кто- то играет на компьютере и включает звук на всю мощность. Это приводит к потере слуха. Давайте проведём опыт. Вы закроете уши и послушаете музыку, посмотрите фильм.

Вам интересно смотреть фильм, если вы ничего не слышите?

( 1 группа детей будут слышать, 2 группа - не будут слышать ничего)

- Люди, у которых нет слуха, общаются при помощи специальных знаков и учатся в специальных школах.

**Представим такую ситуацию:**

1.Вам нужно почистить в ухе. Какими предметами вы воспользуетесь?

(Иголка, ватная палочка).

2. Что может случиться, если вы будете чистить иголкой?

3. Что нужно сделать, если вы поранили ухо, у вас течёт кровь?

**Ученик 9 класса рассказывает об органе зрения.**

**Глаза**

Хорошо известно, что самое острое зрение у орла. Он хорошо видит на большой высоте. Ночью лучше всех видит сова. Человек не такой зоркий как орёл. Он не видит в темноте. Но глаза являются самыми главными помощниками людей.

Рассмотрим глаз человека. Цветное колечко. Это радужная оболочка от неё зависит цвет наших глаз. Радужную оболочку покрывает прозрачная тонкая плёнка - роговица. В центре глаза мы видим чёрную точку - зрачок. При помощи глаз человек видит предметы, различает цвета, может наблюдать за движение предметов.

- Что защищает наши глаза?

Проведём опыт. Представьте, что подул сильный ветер и несёт пыль.

Подуйте друг на друга. Что происходит с глазами?

Брови, ресницы и веки оберегают глаза от пыли, ветра. Но чтобы сохранить зрение детям нужно заботиться о своих глазах. С развитием современной технике дети много времени проводят за компьютером и телевизором. А давайте представим, что вы ничего не видите и вам нужно одеться в школу. Есть среди вас добровольцы? Как вы себя чувствуете? Вам плохо.

**Ведущий:**

**Береги с детства – слух и зрение.**

**Сценка: « Рассказ о зрении и слухе».**

Вы пока что ещё дети.

В школе за партами сидите.

Но кругом нас современная техника.

Вот телевизор, компьютер, ноутбук,

И музыкальный центр, в руках у каждого телефон, а в ухе наушник.

Всё играет, говорит, щёлкает, брякает, звенит.

Вот такая история произошла с девочкой Катей, что с вами может жила когда- то.

Девочка продвинутая - Катенька была.

Первою красавицей Катенька слыла.

Телефон у Катеньки самый дорогой.

Ноутбук под мышкою самый крутой.

Целый день по телефону девочка болтает,

Музыку слушает, в ноутбук играет.

Время бежит, Катюша растёт.

Вот уж по улице студентка идёт.

Красивая девушка в ухе наушник,

Утром занятия у неё в училище, ночь гоняет она в интернете.

Вот и закончила она обучение, и работать пошла с увлечением.

Бригадир даёт задание - обои наклеить и чтобы без брака.

Девушка смотрит, головой кивает, а что говорит бригадир, она не понимает.

Долго наушник в ухе носила, музыку громко слушать любила.

Ночами не спала, в компьютер играла.

Слух у Катюше всё хуже и хуже. Она плохо видит, в глазах слеза.

Комнаты не готовы, обои наклеила - всюду брак.

Бригадир работу не принял.

И девушке сказал:

Советую я вам отправится к врачу, а я на ваше место другую поищу.

**Выходит доктор Айболит:**

Пока вы ещё маленькие хорошенькие детки.

И слух у вас хороший, и глазки видят чётко.

Но если вы так будете к здоровью относиться

то можете вы просто в инвалида превратиться.

Вот ребята, что может произойти с вами в будущем, если вы не будете заботиться о своём здоровье.

Катенька плачет - надевает очки, слуховой аппарат.

**Правила:**

1. Не слушай громко музыку.
2. Не смотри телевизор близко.
3. На компьютере играть можно 1 часа.

Вот и закончилась последняя страница нашего устного журнала:

**« Огонек здоровья».**

**Итог урока:**

**Ведущий:**

- Какие правила личной гигиены мы должны соблюдать?

- Какие полезные продукты должны употреблять в пищу?

- Как должны заботиться о своем зрении и слухе?

- Если вы заболели, можете дома лечиться всякими разными таблетками?

**Доктор Айболит:**

Вы ребята молодцы.

Всё усвоили на пять.

Всем всегда даю совет.

Взрослым и ребятам.

О здоровье, о своём все должны заботиться.

Чтобы жить и не тужить, и до старости дожить.

В заключении классного часа, звучит песня и идёт показ слайдов о дружном и спортивном классе.

**Будьте здоровы.**

I куплет.

Чтобы со здоровьем был у вас порядок,

Правильно питайтесь вы в любой денек.

Витамины в этом вам всегда помогут,

Вспоминайте чаще все советы ЗОЖ.

**Припев:**

И здоровье, непременно,

Вас порадует не раз.

И хорошее настроение

Не покинет больше вас.

II куплет.

Не забудьте также вы про физкультуру

Занимайтесь спортом, позабыв про лень.

Помните, что лучше быть всегда здоровым

И с зарядки начинай те каждый новый день.

**Припев:** И здоровье, непременно,

Вас порадует не раз.

И хорошее настроение

Не покинет больше вас.

**Литература.**

1**.** Брыкина**,**  Т. Н. - Внеклассные мероприятия**.** - М.: Вако. – 2010.- 199с.

2. Костенко Т. В. - Классные часы. – Волгоград.- 2009.- 214с.

3. Фефилов Е.П. - Окружающий мир.- М.: Вако.- 83с.

4. Барылкина Л.П.- Нестандартные уроки по курсу « Окружающий мир».-   
 М.:2008.- 153с.