

## Методическая разработка по внеурочной деятельности «Я - исследователь»

**Тема:** «Школа здоровья»

**Класс:** 4

**Цель:** показать обучающимся необходимость заботиться о своем здоровье.

**Задачи:**

- формировать у ребят умение использовать полученные знания в повседневной жизни;
- развивать первоначальные умения делать умозаключения и выводы;
- воспитывать сочувствие к больным людям, уважение и понимание.

**Формировать УУД:**

**Личностные:** способность к самооценке на основе критерия успешности учебной деятельности.

**Регулятивные УУД:** определять и формулировать цель на уроке с помощью учителя; планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей.

**Коммуникативные УУД:** умение формулировать собственное мнение и позицию; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; слушать и понимать речь других; оформлять свои мысли в устной форме.

**Познавательные УУД:** ориентироваться в системе знаний; осуществлять анализ объектов; находить ответы на вопросы в тексте, иллюстрациях; преобразовывать информацию из одной формы в другую; составлять ответы на вопросы.

**Методы проведения:** беседа, проведение опытов – исследование, защита проектов.

**Оборудование:** интерактивная доска, мультимедийный проектор, ноутбук, модульная система экспериментов Prolog, ноутбуки, «Толковый словарь Ожегова», презентация «Физминутка для глаз»

### Сценарий занятия:

#### I. Организационный момент

- Здравствуйте, ребята!

- Я улыбнусь вам, а вы улыбнитесь друг другу, подумайте, как хорошо, что сегодня мы все вместе! Глубоко вдохните и выдохните. Выдохните обиду, злость, беспокойство. Вдохните в себя свежесть весеннего дня, тепло солнечных лучей.

- А теперь настроимся на работу – откроем ладошки новым знаниям и произнесём волшебную фразу: «Я ХОЧУ ВСЁ ЗНАТЬ!»  
Сегодняшняя «Школа здоровья», я уверена, поможет вам стать умнее и вы сможете поделиться полученными знаниями с близкими людьми.

#### II. Актуализация знаний

Для начала давайте отгадаем загадки:

Оля слушает в лесу,  
Как кричат кукушки.

А для этого нужны  
Нашей Оле ... (ушки)

Оля смотрит на кота,  
На картины-сказки.

А для этого нужны  
Нашей Оле ... (глазки)

- Кто догадался, о чём мы будем говорить на занятии?

- Мы будем говорить о зрении и слухе.

- Наши занятия необычны, их можно назвать школой здоровья. На этих занятиях вы узнаете о том, как нужно заботиться о своём здоровье, чтобы не болеть, расти крепкими и здоровыми и многое другое.

Сегодня у нас в классе будут работать 4 экспериментальные группы.

- Ребята, а что значит экспериментальные группы?

- Где можно узнать точное значение слова?

### **III. Постановка учебной задачи**

- Мы сегодня отправляемся в мир опытов.

- Каждая группа получила модульную систему экспериментов, ноутбук, памятку работы в группе, задание и схему его выполнения.

Вспомните правила техники безопасности при работе с модульной системой экспериментов.

После работы вы должны сделать выводы и сообщить другим о ваших находках.

- Ребята, возьмите в руки памятку работы в группе, внимательно её прочитайте.

Вместе не трудно,

вместе не тесно,

вместе легко

и всегда интересно!

Ребята, у которых кружок красного цвета – работают на ноутбуках.

Жёлтого цвета – подключают модульную систему экспериментов, лаборанты.

Зелёного цвета – испытываемые.

Коричневого цвета – оформляют проект.

Синего цвета – готовят выступление.

На выполнение работы у вас 12 минут.

(Каждая группа работает с использованием модульной системы экспериментов, ноутбука, памятки работы в группе, задания и схемы его выполнения.)

#### **IV. Открытие нового знания**

##### **Работа в лабораториях звука.**

###### **1. Прочитай текст.**

Ты, наверное, уже знаешь, что воздух прозрачный и бесцветный. Оказывается, он еще способен проводить звуки. Звук от разных источников распространяется в воздухе звуковыми волнами. Смех зрителей, наблюдающих за выступлением клоунов, раскаты грома во время грозы, пение птиц в березовой роще, гул морского прибоя и шум оживленной автострады – все это звуки. Источники звука могут быть самыми разными. Но у всех звуков есть одна общая характеристика – громкость. Примерный уровень громкости звука мы определяем на слух. Для точного измерения громкости звука используют специальные приборы. Сегодня на занятии ты научишься измерять громкость звука при помощи такого прибора.

- Подумай, как ты разговариваешь – громко или тихо?

- Как ты думаешь, почему учитель просит учеников соблюдать тишину на уроке? Выскажи предположение:

Я думаю, что на уроке надо соблюдать тишину, потому что...

- Запиши свое предположение в **Лист наблюдений**, который выдал учитель.

- Опишите проблему, что вы будете исследовать.

- измерим громкость звука, когда мы говорим шепотом;
- измерим громкость звука, когда мы говорим громко;

- Как вы думаете, что должен доказать опыт? (сравним полученные данные и сделаем вывод о том, почему на уроке надо соблюдать тишину)

Проведение опыта и собрание необходимых данных.

##### **Порядок проведения работы**

1. Изучи отчетную таблицу в **Листе наблюдений**.

**Таблица. Измерение громкости звука**

<b>Шепот</b>		<b>Громкий разговор</b>	
<b>минимальное значение</b>	<b>максимальное значение</b>	<b>минимальное значение</b>	<b>максимальное значение</b>

2. Для проведения измерения вам надо распределить обязанности. Один из вас – Испытуемый, будет читать стихотворение в микрофон модуля «Звук» Лаборант, будет работать с программой на компьютере.

### **Исследование и измерение**

3. **Испытуемый.** Возьми в руку модуль «Звук», направив к губам микрофон, и держа его на расстоянии 3–4 см от губ. прочитай шепотом в спокойном темпе несколько раз скороговорку:

Ехал грека через реку, Видит  
грека: в речке – рак. Сунул  
грека руку в реку, Рак за руку  
греку цап.

Первая и вторая группы измеряет звук в классе и формулирует правила бережного отношения к органам слуха, оформляет проект.

### **V. Защита проекта**

Выступление 1 и 2 группы.

Представление эксперта, демонстрация графиков замера звуков.

**Вывод:** Эксперт с помощью проведённых экспериментов, доказывает, что при резких звуках человек себя чувствует некомфортно.

Сообщение правил бережного отношения к органам слуха, оформление проекта, представление подготовленных карточек.

#### **Сообщение интересных фактов.**

Послушайте звуки, и отгадайте, что это?

Называют прослушанные звуки (голоса птиц, журчание ручья, шум моря). А вы знаете, что для сохранения здоровья очень полезно делать каждое утро массаж ушей.

**Прием 1:** Хлопанье ушами

Необходимо быстрым движением загнуть уши вперед, сначала мизинцем, а потом всеми пальцами. Далее прижать ушные раковины к голове, затем резко отпустить. Это укрепляет организм.

**Прием 2:** Растягивание мочек уха

Необходимо захватить кончиками большого и указательного пальцев обе мочки уха. С силой потянуть их вниз, затем отпустить. Это помогает при болях в горле.

**Прием 3.** Круговые движения

Для этого упражнения необходимо ввести большой палец в наружное

слуховое отверстие, а указательным пальцем прижать находящийся спереди выступ ушной раковины. После нужно начать сдавливать и поворачивать его во все стороны. В результате вы не будете простужаться.

### **Работа в лабораториях освещенности**

Третья и четвёртая группы измеряют освещенность класса и формулируют правила бережного отношения к глазам, оформляет проект.

#### **Вопросы для 3-4 группы**

1. Сейчас в классе выключены лампы. Какое освещение в классе – естественное или искусственное?

2. Как ты думаешь, если включить лампы, освещенность в классе будет выше или ниже? Выскажи предположение о том, как изменится уровень освещенности:

Я думаю, что если мы включим лампы, освещенность в классе

\_\_\_\_\_.

3. Запишите свои предположения в **Лист наблюдений**, который выдал учитель.

4. Как ты думаешь, если задернуть шторы, оставив включенными лампы, освещенность в классе будет выше или ниже? Выскажи предположение о том, как изменится уровень освещенности: Я думаю, что если мы задернем шторы, оставив включенными лампы, освещенность в классе

\_\_\_\_\_.

#### **Таблица. Измерение освещенности класса**

<b>Освещенность класса</b>	<b>Освещенность</b>
Требуемый уровень	800 Лк
1. Естественное освещение	___ Лк
2. Искусственное освещение (шторы открыты)	___ Лк
3. Искусственное освещение (шторы задернуты)	___ Лк

#### **V. Защита проекта. Выступление 3 и 4 группы.**

**Вывод:** Эксперт с помощью проведённых экспериментов, доказывает, что класс больше освещён у окна.

Сообщение правил бережного отношения к органам зрения, оформление проекта, представление подготовленных карточек.

Зарядку для ушей мы провели, а теперь проведём зарядку для глаз  
(Слайды на доске)

### **Сообщение интересных фактов.**

А вы знаете, что при лечении заболеваний глаз используют карточки разных цветов, с помощью которых можно снять утомление глаз.

Жёлтый цвет снижает усталость.

Оранжевые цвета полезны при плохом зрении.

Зеленого цвета помогает при усталости.

Голубой цвет успокаивает.

Фиолетовые тона если не можешь уснуть.

Синий цвет стимулируют деятельность мозга, повышают творческую активность.

### **VI. Итог занятия.**

Сегодня на занятии вы не просто прочитали информацию, а провели эксперименты, совершили, пусть маленькие, но открытия.

Я напомню вам начало нашего занятия.

Мы произнесли волшебную фразу: « **Я ХОЧУ ВСЁ ЗНАТЬ!**»

А сейчас я возьму у вас интервью и узнаю, что нового вы открыли для себя.

Прошу отвечать на мои вопросы очень быстро.

- О каких органах мы сегодня говорили?
- Какое оборудование применяла ваша группа?
- Что полезно для зрения?
- Что нового вы узнали о массаже?
- Какие чувства у вас вызвало наше занятие?

Я открыла вам секреты, как здоровье сохранить.

Выполняйте все советы, и легко вам будет жить!