**Конспект занятия в группе продлённого дня. 1 класс**

**Тема: «Наши привычки»**

Цели**:**

1. ответить на вопрос что такое привычки ;
2. узнать, на какие группы делятся привычки;
3. определить, как влияют привычки на человека .

Предварительная работа: Чтение и разучивание стихов по теме привычки (*И. Демьянов, А. Усатова, и др.).* Подбор загадок по теме.

Оборудование:презентация, карточки с привычками (у детей), листочки бумаги и ручка(у детей), сундучок (или рисунок).

План занятия

1. Организационный момент
2. Сообщение темы и целей занятия
3. Познавательная деятельность учащихся
4. Подбор полезных привычек противоположных данным.
5. Деление привычек на группы.
6. Отгадывание загадок о привычках
7. Чтение стихов о привычках.
8. Рефлексия. Итог занятия.

**Ход занятия**

1. **Организационный момент**
2. **Сообщение темы и целей занятия**

Посмотрите на экран и прочитайте запись.Тема нашего занятия НАШИ ПРИВЫЧКИ.

Давайте сегодня попробуем выяснить:

* что такое привычка
* на какие группы можно разделить привычки
* как они влияют на человека

1. **Познавательная деятельность учащихся**

-Кто знает, что такое привычка? (*это то, что человек привык делать не задумываясь, почему он делает именно так)*

-У каждого человека есть привычки. Какие привычки есть у вас? У меня есть привычка …(*пример учителя*)

-Какие ещё привычки вы знаете?

-А сейчас, мы определим, *на какие 2 группы можно разделить все привычки* человека.Послушайте 2 отрывка:

1. Чтение стихов о привычках.

*И. Демьянов. « Коля, маленький лентяй ,*

*За собою убирай!*

*У тебя ленивы руки:*

*Под столом ремень и брюки.*

*На полу рубашка,*

*Николай – неряшка!»*

-О каких привычках Коли рассказывает автор? (*о лени и неряшливости*).

-Это для него вредно или полезно?

-Значит, как называются такие привычки? (*ВРЕДНЫЕ)*

-Послушайте ещё один отрывок:

*А. Усатова « Я один у мамы сын,*

*Нет у мамы дочки,*

*Как же маме мне помочь?*

*Постирать платочки?*

*Мыло пениться в корыте-*

*Я стираю, посмотрите!»*

-А в этом отрывке о каких привычках мальчика идёт речь?

-Так как можно назвать такие привычки? (*ПОЛЕЗНЫЕ.*)

-Так на какие 2 группы можно разделить все привычки?

- У каждого человека есть привычки. Надо воспитывать у себя полезные привычки и избавляться от вредных. Но для этого надо уметь отличать полезные привычки от вредных.

1. Деление привычек на группы.

-На экране написаны привычки. Опираясь на тему занятия давайте разделим их на группы.. (карточки у детей)

* Постоянно жевать жвачку
* Обманывать
* Умываться каждое утро
* Чистить зубы
* Грызть ногти, карандаш, ручку
* Класть вещи на место
* Делать зарядку
* Опаздывать
* Говорить правду
* Лениться
* Убирать за собой игрушки, учебники
* Помогать родителям
* Драться
* Выполнять режим дня
* Учить уроки
* Кричать
* Мыть руки перед едой
* Бросать мусор где попало

*( Обсуждение и проверка выполнения задания.)*

-Давайте проверим, что у нас получилось.

Вывод: Что такое вредные привычки? (*приносят вред*)Почему они плохие? **(***делают человека неряшливым, грубым, забывчивым, драчливым и т. д. )*

Что такое полезные привычки? (*приносят пользу*) Почему они полезные? **(***делают человека* **… )**

А сейчас давайте определим, какими привычками обладают эти герои. Попробуйте догадаться о полезных или вредных привычках идёт речь.

1. Отгадывание загадок о привычках

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Обжора (с булочкой) Я люблю покушать сытно, Много, вкусно, аппетитно, Ем я всё и без разбора, Потому что я … (**обжора**) | Не люблю я, братцы, мыться, С мылом, щёткой не дружу. Вот поэтому, ребята, Вечно грязный я хожу. И сейчас не потому ли Назовут меня… (**грязнуля)** | Неряха (оборванный) Честно я скажу ребятам: Быть опрятным, аккуратным Очень трудно самому. Сам не знаю почему. Вещи всюду я бросаю И найти их не могу, Что схвачу, в том и бегу. Где штаны? А где рубаха? Я не знаю. Я … (**неряха)** |
| Лежебока (с подушкой)  Спортом я не занимаюсь  Я никак не закаляюсь  Бегать, прыгать нету сил  Свет мне кажется не мил  Я сутулый и хромой  Я для всех уже больной.  Пролежал уж все бока, я…(**лежебока)** | Ябеда Лишь услышу шум и гам, Я бегу к учителям. Говорю, что Дима с Петей Подрались опять в буфете. Тот контрольную списал, Тот к уроку опоздал. Саша взял пенал у Светы, На уроке ел конфеты, Не дежурил утром в классе, Подарил он жвачку Васе. Вроде я для всех стараюсь, Но и тут опять беда: Почему-то называют Меня ребята … *(****ябеда*)** | Врун Я вчера был на Луне! Что, не верите вы мне Лунный камень я привёз, Доставал рукой до звёзд. Погулял я по Луне – Видел лунных человечков, Перемолвились словечком. Три руки у них, три глаза – Не видал таких ни разу. Погостил у них немножко, Как понравилось там мне!  Все. Вы ему не верьте слишком, Потому что он …(***врунишка***) |

-О полезных или вредных привычках шла речь?

-Какими привычками обладают эти герои?

-Вы хотите быть похожими на ребят с такими привычками?

-А каким вы хотите быть?

-Нам есть что им сказать?

Вы компания на славу

Только нам не по пути.

Вы грустны, грязны, плаксивы

Вы неряхи , вы ленивы

И обжоры и слепцы

Словом попросту глупцы.

Нам- увы не по дороге

Уносите братцы ноги

Не найдёте среди нас

Вы друзей себе сейчас

Все мы любим умываться

И опрятно одеваться

Солнце , воздух и вода

Наши лучшие друзья.

К спорту мы не равнодушны

Аккуратны и послушны

Вот любимые продукты

Витамины , соки , фрукты.

Мы сильны , крепки , красивы

Всем на зависть и на диво

Хором скажем вам сейчас

**Нет вам места среди нас!**

1. Подбор полезных привычек противоположных данным.

А раз нам с этими персонажами не по пути, то давайте подумаем какие полезные привычки, противоположные этим, вам, ученикам, нужны?

**переедание (обжорство) правильное питание (умеренность веде)**

- Сколько раз в день должен питаться человек?

- Чтобы правильно питаться, нужно выполнять два условия: умеренность и разнообразие.

- Что значит умеренность? (Не переедать)

- А разнообразие? *(Ответы детей)*

-Полезные и вредные продукты (увлекаться мучным и сладким плохо; молочные продукты, овощи и фрукты - хорошо).

*Вывод – чтобы быть здоровым, необходимо следить за своим питанием.*

**Быть неряшливым, грязным Быть аккуратным, чистоплотным**(забота о своём здоровье)

- Кто любит грязнуль? (микробы)

-А какие правила необходимо соблюдать в жизни, чтобы быть здоровым?

*(Ответы детей.)*

-А чего боятся микробы?

*Много грязи вокруг нас,*

*И она в недобрый час*

*Приносит нам вред, болезни,*

*Но я дам совет полезный.*

*Мой совет совсем не сложный –*

*С грязью будьте осторожны!*

***Вывод: Чтобы быть здоровым надо следить за своим внешним видом, соблюдать правила личной гигиены.***

-Аккуратный ученик не опаздывает, у него в порядке книжки и тетрадки, он выполняет свои обещания, бережно относиться ко всему, бережёт своё здоровье и здоровье окружающих его людей.Такой человек будет добрым и внимательным к окружающему миру и людям.

**лень соблюдение режима дня**

Если будешь ты стремиться

Распорядок выполнять –

Будешь лучше ты учиться,

Лучше будешь отдыхать.

- Какая вредная привычка мешает нам выполнять распорядок дня и соблюдать режим?

- Почему надо соблюдать режим дня?

Соблюдение режима улучшает работоспособность, приучает к аккуратности, дисциплинирует человека, укрепляет его здоровье.

- Давайте вспомним наш режим дня и постараемся его соблюдать.

***Вывод: Чтобы быть здоровым, надо следить за распорядком дня.***

**ябедничество, обман говорить правду**

-Почему мы говорим неправду

– Помогает ли обман?

– Что такое ложь? (намеренное искажение истины, неправда, обман)

– Как вы понимаете слова «намеренное искажение»?

Почему чаще всего люди обманывают? (Шутят. Что-то скрывают)

*Ничего на свете нет*

*Что надолго можно скрыть.*

*И поэтому не стоит*

*Всем неправду говорить.*

***Запомните пословицу: Ложь дружбу губит.***

-Каким сделают ученика вредные привычки? *(ответы детей)*

-Каким сделают ученика полезные привычки? *(ответы детей)*

*-*А значит ,чему мы говорим **ДА!**

*-*А значит ,чему мы говорим **НЕТ!**

Мы говорим

|  |  |
| --- | --- |
| ДА! | НЕТ! |
| Правильное питание | Чрезмерное употребление пищи |
| Здоровый образ жизни | Неряшливость, неаккуратность |
| Полноценный сон. | Постоянные жалобы, ябедничество |
| Соблюдение режима дня | Обман |
| Трудолюбие, прилежание. | Капризы, плаксивость |
| Соблюдение норм гигиены | Лень |

Хорошо, если у кого-то уже есть полезные привычки, а тем, у кого их ещё нет ***нужно работать над их приобретением.*** Именно полезные привычки помогают человеку постоянно развиваться, преодолевать трудности.

1. **Рефлексия. Итог занятия.**

-Давайте вместе подумаем, как выработать в себе полезные привычки?

-Какие качества характера нужны для этого?

Продолжи фразу.

*Чтобы выработать полезные привычки, надо …*(каждый день делать ( не делать) это и ( отступать) не отступать )

*Мне нужны такие качества характера ….(* старание, лень, целеустремлённость, усидчивость, зазнайство, сила воли ,желание, упорство)

*Чтобы избавиться от вредных привычек, надо …(*решить раз и навсегда и не отступать) *(обсуждение в группе и ответы детей).*

-Мне помогут те - же качества характера…

-Из всего сказанного можно сделать вывод…

*Вывод: Не заводи вредных привычек! Наши привычки формируем мы сами. Нужно избавляться от вредных привычек и приобретать полезные. Какие привычки человек посеял и вырастил в себе, такие плоды и будет пожинать всю жизнь.прочитайте пословицу «Что посеешь, то и пожнёшь». Как вы её понимаете?*

Ну и в заключении нашего разговора я предлагаю каждому взять карточку, написать свою вредную привычку, от которой хотите избавиться и бросить её в сундучок. Мы закроем его крепко-накрепко на ключ, чтобы ваши вредные привычки не смогли выбраться оттуда и навсегда исчезли из вашей жизни.

*(подумайте за что вас ругают дома, делают замечания)*