**Конспект внеурочного занятия**

Тема: «Что вредит здоровью человека?»

Цель: создать проекты на темы «Вредные привычки», «Сотовый телефон: за и против», «Вред и польза компьютера».

По характеру контактов между участниками данный проект – внутриклассный.

По продолжительности данный проект – краткосрочный, т.е. проводится в течении 5 уроков.

По доминирующей деятельности учащихся: творческий, практико-ориентированный, исследовательский.

I этап. Подготовка.

На занятии учитель спрашивает: «Какие темы проекта вам хотелось бы взять?»

Дети, посовещавшись, решают, что им будет интересно раскрыть такую проблему, как «Что вредит здоровью человека?»

Учитель рассказывает о факторах, которые влияют на здоровье человека: о плохой экологии, о вредных привычках и пр. Тем самым учитель показывает ребятам актуальность этой проблемы на данный момент и важность этого проекта в их жизни, т.е. формирует интерес к данной теме у учащихся, интерес к познанию сути проблемы в жизни школы, страны, мира.

II этап. Организация проектной деятельности.

Учащиеся четвертого класса делятся на три группы, и каждая группа выбирает темы, которые им интересны. Следующие темы проекта:

* «Вредные привычки»
* «Сотовые телефон: за и против»
* «Вред и польза компьютера на здоровье человека»

Чтобы ребятам было легче определиться с содержанием своего проекта,

проводится беседа:

- У первой группы тема «Вредные привычки». О чем должен быть у вас проект? Что должен отражать?

( Рассмотреть опасные для человека привычки: алкоголизм, курение, наркомания; употребление в речи слов-паразитов, нецензурных выражений, сплевывание на пол и привычка грызть карандаш или ручку. Также переедание, шопингомания, ковыряние в носу, ковыряние кожи и др.)

- Что будет в содержании вашего проекта?

(Можно разработать советы по избавлению от той или иной вредной привычки. Выявить причины появления привычек, и пути их устранения.)

- У второй группы тема «Сотовый телефон: за и против». О чем должен быть ваш проект?

(О вреде и пользе сотового телефона на здоровье человека).

- В чем польза сотового телефона?

( Польза сотового телефона: экономия времени и денег. Сотовые телефоны компактны, многофункциональны.

Сотовая связь даёт людям общаться, находясь практически в любой точке мира.

В экстремальных ситуациях телефон может спасти человека от смерти.)

- В чем вред сотового телефона? (Мобильная связь - источник вредного электромагнитного излучения для здоровья человека. Долгое использование телефона может привести в таким симптомам, как головная боль, сонливость, раздражительность, нарушение памяти, хроническая усталость, резь в глазах и многое другое).

- Пользы для здоровья от сотовых телефонов никакой нет. Телефон только портит здоровье. Но, если работая с телефоном, вы будете учитывать некоторые правила, то, возможно, телефон принесет меньше вреда вам и вашим близким.

- Ребята, что можно включить в ваш проект? (Рассмотреть вред и пользу телефона, дать советы по использованию телефона).

- А какие советы бы вы дали, чтобы не навредить здоровью телефоном?

(Ограничить время и частоту использования сотового телефона - более 2-3 минут за один вызов; не спать рядом с телефоном; старайтесь как можно меньше носить сотовый телефон близко к телу, например в карманах, лучше носить его в сумке. Не прикладывайте мобильный телефон к уху в тот момент, когда он находится в процессе поиска оператора сети (это бывает также при самом включении телефона и при очень плохом приёме). В этот момент он излучает сильнее всего.)

- Какие правила этикета вы знаете, касаемо телефона? (Когда вы берете сотовый телефон, нужно сразу же здороваться с собеседником. Когда звоните ВЫ, нужно сначала поздороваться, затем представиться. Позвонив собеседнику, нужно также поинтересоваться, может ли он разговаривать по телефону в данный момент. Переходите к сути разговора как можно быстрее. Не раздражайте собеседника разговорами о том, о сем, сразу же сообщите цель вашего звонка. В конце разговора нужно попрощаться с собеседником).

- У третьей группы тема «Вред и польза компьютера».

- Сейчас рассмотрим, в чем польза компьютера.

- Ученые рассмотрели вопрос о пользе компьютера и пришли к такому выводу, что компьютерные игры развивают:

* быстроту реакции,
* мелкую моторику рук,
* визуальное восприятие объектов,
* память и внимание,
* логическое мышление,
* зрительно - моторную координацию.

А также компьютерные игры учат:

* классифицировать и обобщать,
* аналитически мыслить в нестандартной ситуации,
* добиваться своей цели,
* совершенствовать интеллектуальные навыки.

Развиваться человек может, только играя в познавательные игры, а не в тех, которые разрушают психику человека и человек становится агрессивным.

- В чем вред компьютера?

- Основные вредные факторы, действующие на человека за компьютером:

* сидячее положение в течение длительного времени,
* воздействие электромагнитного излучения монитора,
* утомление глаз, нагрузка на зрение,
* перегрузка суставов кистей,
* стресс при потере информации.
* токсичность.

- Как работать с компьютером? (Делать перерывы – гимнастики для глаз, отрывать глаза от монитора. Сидеть прямо, не сутулиться. Чтобы организм меньше облучался, сиди от монитора на расстоянии вытянутой руки. Это оптимальное расстояние и для глаз. Если хочешь быть здоровым и с хорошим зрением, то не проводи за компьютером больше 40 минут в день.)

- Что будет включать ваша работа? (Можно включить в проект советы по работе за компьютером, изучить вред и пользу компьютера на организм человека, привести статистику. Также можно добавить упражнения для глаз, гимнастику, которую нужно проводить при работе за компьютером).

В каждой группе по 6-7 человек. Группы формулируют цели своего проекта.

Цель первой группы – изучить влияние вредных привычек на здоровье человека.

Цель второй группы – изучить вред и пользу сотового телефона на здоровье человека.

Цель третьей группы – изучить вред и пользу компьютера на здоровье человека.

Первая группа выбрала практико-ориентированный тип проекта, поэтому в содержании их проекта будут советы, рекомендации. Вторая группа выбрала исследовательский тип проекта, поэтому они будут исследовать и анализировать проблему влияния сотового телефона на здоровье человека. Третья группа выбрала творческий тип проекта – они будут рисовать, сочинять стихи, писать сочинения по своей проблеме.

Проектанты планируют итоговый продукт своего проекта:

* Первая группа – стенгазета;
* Вторая группа – журнал;
* Третья группа – выставка рисунков и сочинений;

Ребята находят информацию по своей теме – в интернете, в газетах, в журналах. Первая группа вырезает для своей стенгазеты рисунки, схемы, советы из газет. Вторая группа больше работает с материалом из интернета, и с книгами. Третья группа также просматривают журналы с целью поиска идеи для своей будущей работы.

В ходе создания проектов проектанты обращаются за советами к педагогу.

Внутри групп ребята распределяют между собой обязанности:

в первой группе кто-то ищет советы, рекомендации, кто-то оформляет всю информацию и стенгазету, кто-то ищет наглядный материал;

во второй группе также ребята распределяют между обязанности: каждый рассматривает «подпроблему», делают выводы, кто-то оформляет все это журнал.

в третьей группе кто-то сочиняет стихи, кто-то пишет сочинения, кто-то рисует.

Собрав всю необходимую информацию, каждая группа делает выводы по своему проекту, оформляют результаты.

III этап. Представление готового продукта.

Проектанты представляют готовый продукт.

Первая группа представляет свою стенгазету: называют цели, задачи, которые они преследовали; называют актуальность темы на сегодняшний день; содержание своей стенгазеты; состав своих групп, формулируют свои выводы и др. Другие группы по тому же алгоритму представляют свою работу.

IV этап. Оценка процессов и результатов работы.

Учащиеся оценивают проекты путем коллективного обсуждения и самооценки. Учитель также оценивает работы детей, выявляет недостатки в работах, говорит пожелания.