

**«В здоровом теле –
здоровый ум»**

**Урок от доктора
Айболита**



Цели урока:

- 1. Систематизировать знания и умения по теме «Умножение дробей. Нахождение дроби от числа» и научить применять их в новых условиях.**
- 2. Развивать активную познавательную деятельность, творческие способности, интерес к математике.**
- 3. Формировать компетентное отношение к своему здоровью.**

Ну-ка проверь, дружок,
Ты готов начать урок?

Все ль на месте,

Все ль в порядке -

Ручка, книжка и тетрадь?

Все ли правильно сидят?

Все ль внимательно глядят?

И удача пусть ждёт вас.

За работу, в добрый час!



Угадай гостя:

Собери запутанные правила

1) Процент – это	Й) количество процентов разделить на 100
2) Чтобы перейти от процентов к десятичной дроби, надо	О) десятичную дробь умножить на 100
3) чтобы найти дробь от числа, надо	Л) её числитель умножить на это число, а знаменатель оставить без изменения
4) чтобы перевести десятичную дробь в проценты	И) найти произведение числителей и записать его числителем, и произведение знаменателей, которое записать в знаменателе
5) чтобы умножить дробь на натуральное число, надо	А) сотая часть числа
6) чтобы умножить дробь на дробь, надо	Т) перенести запятую на две цифры вправо
7) чтобы умножить десятичную дробь на 100, надо	Б) число умножить на дробь

Я тот самый «Айболит»,
Что всех излечит, исцелит!
Но к вам пришел я не затем,
Чтоб ставить градусники всем.
В волшебную страну
Хочу всех пригласить.
Рецепты здоровья
Там с вами добыть.

Девиз нашего урока :
«В здоровом теле
– здоровый ум».



Выполнив следующие упражнения, мы узнаем 1 правило

Здоровья

$$\frac{2}{5} * 20$$

$$5 - 1\frac{3}{8}$$

$$\left(\frac{2}{3}\right)^3$$

$$\frac{3}{7} * \frac{5}{9} * \frac{7}{3} * \frac{9}{5}$$

$$4,2 : 0,6$$

$$\frac{3}{4} * \frac{1}{9}$$

$$\frac{2}{7} + \frac{9}{14}$$

$$1\frac{2}{5} * \frac{2}{7}$$



$\frac{8}{27}$	7	$\frac{1}{12}$	8	$3\frac{5}{8}$	1	0,4	$\frac{13}{14}$
Ж	М	Д	Р	Е	И	Я	Н

1 правило Здоровья- РЕЖИМ ДНЯ

Задача

Занятия в школе - ? 25% суток

Сон - ? в 1,5 раза >

Прогулка - ? $1/16$ суток

Подготовка уроков - ? $5/18$

Досуг - ? 1,8

Просмотр телевизора - ? $1/6$



Режим Дня

1. Занятия в школе - 6 ч;
2. Сон – 9 ч;
3. Прогулка – 1,5 ч;
4. Подготовка уроков $\frac{2}{3}$ - ч;
5. Досуг – 3 ч;
6. Просмотр телевизора – 0,5 ч.

Справка от доктора Айболита:

Режим дня — это динамическая система распределения нагрузки и отдыха, которая обеспечивает сохранение сил и энергии для нормальной жизнедеятельности организма.



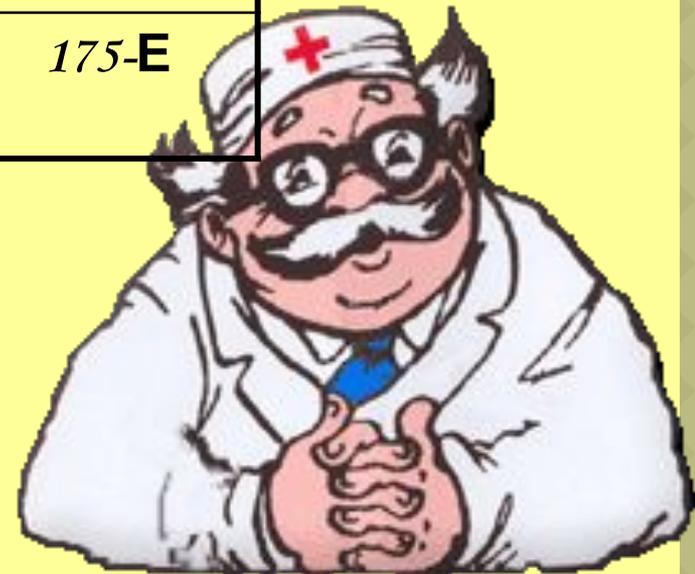


Физкультминутка

Дружно с вами мы считали,
о задачах рассуждали,
А теперь мы дружно встали,
свои косточки размяли.
На счет раз кулак сожмем,
на счет два в локтях сожмем.
На счет три — прижмем к плечам,
на **4** — к небесам.
Хорошо прогнулись,
и друг другу улыбнулись
Про «пятерку» не забудем —
добрыми всегда мы будем.
На счет шесть прошу всех сесть.
Числа, я, и вы, друзья,
вместе дружная **7-я**.

2 правило Здоровья зашифровано в следующей задаче

5 % - это	0,05 – С	0,5 –А	0,005 –К
0,134 – это	134 %- Л	1,34 %-И	13,4 % -П
25 % класса – это	Половин а класса – Е	Треть класа –М	Четверть класса –О
5,68 – это	56,8 % - К	568 %-Р	5680 %-И
40 % от 70 равно	28 –Т	30-Н	175-Е



Чтобы сильным стать и смелым

Быстрым, ловким и умелым

Надо с детства закаляться

И зарядкой заниматься

Физкультуру всем любить

И со спортом в дружбе быть

**2 важное составляющее Здоровья человека –
занятие спортом**

Каждый твёрдо должен знать:
Здоровье надо сохранять.
Нужно правильно питаться,
Витаминами запасаться.

Сегодня на завтрак предлагают нам 2 блюда:

Салат «Витаминный», порция 200 г

Морковь -40 % порции

Сельдерей – 1/20 порции

Яблоко -0,4 порции

Орех-5 % порции

Сметана – 0,1 порции

Коктейль «Молочный», порция 250 г

Молоко- 60 % порции

Апельсиновый сок -1/5 порции

Малиновый сироп – 0,2 порции



Салат «витаминовый»

Порция 200 г

Морковь 80г

Сельдерей корневой 10г

Яблоко 80г

Орех 10г

Сметана -20г



Молочный коктейль

Порция 250 г

Молоко 150 г

Апельсиновый сок 50 г

Малиновый сироп 50 г

Справка от доктора Айболита:

Пища – это источник энергии для человека.
Надо жить в гармонии с собой и окружающими
вас продуктами.

Здоровье

Соблюдение режима
дня

Правильное
питание
Занятие спортом

Домашнее задание :
Составить режим дня по
задаче №1



Готова ли к зиме стрекоза?

Попрыгунья Стрекоза половину времени каждых суток красного лета спала, третью часть времени каждых суток танцевала, шестую часть – пела. Остальное время она решила посвятить подготовке к зиме. Сколько часов в сутки стрекоза готовилась к зиме?

**Мы рождены, чтоб жить на свете
долго**

**Грустить и петь, смеяться и
любить**

**Но, чтобы стали все мечты
возможны, должны мы все
здоровье сохранить.**

**Спроси себя: готов ли ты к
работе-**

**Активно двигаться и в меру есть
и пить?**



**Всё было
понятно**



**Многое не
понял**

СПАСИБО ЗА УРОК!
ЖЕЛАЮ ВСЕМ ВАМ
КРЕПКОГО ЗДОРОВЬЯ!

