

Т. В. Воронцова, В. В. Оніщенко,
В. С. Пономаренко, Л. В. Сащенко, В. А. Савченко

ОСНОВИ ЗДОРОВ'Я

1-3 класи

Посібник для вчителя



ЗДОРОВ'Я ЧЕРЕЗ ОСВІТУ
КИЇВ
2014

С

Воронцова Т. В., Оніщенко В.В. Пономаренко В. С., Сащенко Л. В., Савченко В. А.

О-88 Основи здоров'я. 1-3 клас: Посібник для вчителя. — К.: Видавництво «Здоров'я через освіту», 2014. — 376 с.

Посібник підготовано в рамках проекту Євросоюзу «Зміцнення потенціалу Всеукраїнської спілки вчителів і тренерів для поліпшення доступу до якісних послуг з профілактики ВІЛ/СНІДу серед підлітків та підтримки інтеграції дітей, що живуть з ВІЛ». Цей проект спрямовано на формування в Україні моделей навчальних закладів, що відповідають сучасним вимогам і критеріям щодо забезпечення якісного навчання і формування сприятливого шкільного середовища з питань посилення здоров'я і профілактики соціально-небезпечних захворювань, зокрема ВІЛ/СНІДУ.

Посібник присвячено методиці викладання предмета «Основи здоров'я» у 1-3 класах загальноосвітніх навчальних закладів за підручником авторів І. Д. Беха, Т. В. Воронцової, В. С. Пономаренка, С. В. Страшка.

Викладання предмета рекомендується здійснювати за методикою розвитку життєвих навичок, яка у світі визнана найефективнішою щодо навчання здорового способу життя, розвитку особистості, ранньої профілактики поведінкових ризиків і проблем.

Посібник містить відомості про концептуальні засади предмета, принципи навчання на засадах життєвих навичок, рекомендації з організації та ресурсного забезпечення тренінгів, програму і навчально-методичне забезпечення для 1-3 класів, а також розробку проведення уроків з використанням інтерактивних методів в умовах відсутності в школі тренінгового кабінету.

Цей посібник, а також багато інших матеріалів для організації профілактичної роботи можна знайти на порталі превентивної освіти www.autta.org.ua, розробленого за підтримки Європейського Союзу.

УДК
ББК 51.204я721



Ця публікація стала можливою завдяки фінансовій підтримці Європейського Союзу. Погляди авторів, викладені у цій публікації, не обов'язково відображають позицію Європейського Союзу. За надану інформацію несуть відповідальність автори.

© Т. В. Воронцова, В.В. Оніщенко,
В. С. Пономаренко, Л. В. Сащенко, В. А. Савченко, 2014
© Здоров'я через освіту, текст, дизайн, малюнки, 2012

«Школа має стати противагою суспільству, яке молиться на технології та проповідує суцільне споживання. Її завдання — допомогти дітям усвідомити сенс і цінності життя. Школа має стати адвокатом дітей за всього розмаїття і складності їхніх характерів. Педагогіка покликана вказувати дітям шляхи, ставши на які, вони навчаться бути відповідальними, розвинути у собі самостійність і незалежність.

Ми всі хочемо, щоб наші діти уміли любити, творити, були добрими. Ми хочемо, щоб у них вистачило мужності розв'язувати проблеми, які стоять перед нашою планетою, і щоб вони відчували свою належність не лише до власного народу, а й до багатомільярдного населення усієї нашої Землі».

Клаус В. ФОПЕЛЬ

У багатьох, передусім розвинених країнах, модернізація системи освіти відбувається одночасно за двома напрямками. Перший умовно можна назвати інформатизацією, другий — гуманізацією освіти.

Процесам інформатизації в Україні нині надається велике значення. І хоча справа ця складна й недешева, держава багато робить для її реалізації. Проте поряд із численними вигодами — необмеженим доступом до інформації, інтенсифікацією процесу навчання, можливістю дистанційної освіти — робота з комп'ютером забирає час, відведений для живого спілкування вчителя з дітьми та дітей між собою. До того ж Інтернет не має цензури, і учні отримують доступ до будь-якої інформації, у тому числі й тієї, яка може зашкодити морально незрілій особистості.

Саме тому паралельно з інформатизацією в освіті запроваджуються педагогічні технології розвитку соціально-психологічних компетентностей (життєвих навичок) учнів. Їх мета — поліпшення соціальної адаптації дітей та підвищення їхньої стійкості в сучасному світі.

В Україні освіта на засадах життєвих навичок запроваджується, насамперед, через предмет «Основи здоров'я». Нижче наведено деякі результати, яких можна досягти завдяки викладанню цього предмета.

Ми можемо подарувати учням особливий час і місце в школі. Запрошуючи дітей сісти в коло й обмінятися думками, ми наслідуємо давні традиції, що існують у багатьох культурах світу, — організувати своєрідне коло, де кожен має змогу висловитися з приводу будь-якої події чи проблеми і вислухати думки інших.

Ми можемо допомогти дітям відчувати єднання з групою. Багатьом дітям важко зосередитися на навчанні, якщо вони почуваються самотніми.

Ми можемо дати дітям «точку опори». Допмагаючи усвідомити цінності й пріоритети, ми наставляємо їх на правильний шлях, вчимо уникати невиправданих ризиків і створених ними самими проблем.

Ми можемо навчити дітей приймати рішення і діяти з позиції здорового глузду. Розвиваючи в учнів навички критичного мислення, ми вчимо їх всебічно аналізувати ситуації, зважувати альтернативи, робити вибір і брати на себе відповідальність за його наслідки.

Ми можемо навчити дітей протистояти соціальному тиску. Своєчасно тренуючи навички відмови, ми вчимо їх протидіяти маніпуляціям, підвищуємо їхню стійкість до пропозицій, які можуть спричинити проблеми.

Ми можемо навчити дітей долати стреси. В умовах інтенсивного навчального процесу важливо уміти розподіляти час, відпочивати та розслаблятися душею і тілом.

Ми можемо показати дітям, як можна жити у світі без насилля. Навчаючи учнів спілкуватися і розуміти одне одного, ми допомагаємо їм набути досвіду мирного розв'язання конфліктів і пошуку компромісів. Ми здатні пробудити в дітей інтерес до того, що відчувають і як думають інші люди, *розвинути у них толерантність і співчуття.*

Ми можемо вселити у дітей надію. Розвиваючи у них навички позитивної самооцінки, ми найбільше допомагаємо дітям, які змушені дорослішати у складних життєвих обставинах. Переконаючи, що їхня доля — у їхніх руках, ми захищаємо дітей від негативного впливу оточення, яке, можливо, щодня нагадує про відсутність життєвих перспектив.

Усі ці завдання можуть здаватися надто складними для школи, яку дехто сприймає лише як місце, де учні здобувають знання. Однак сучасний випускник має бути не лише освіченою, а й добре вихованою, гармонійно розвиненою та стійкою особистістю, яка знає, чого хоче в житті і як цього досягти. І починати реалізовувати ці завдання треба з перших днів навчання дитини у школі.

Пропонований посібник складається з двох частин.

- У *Частині 1* наведено концепцію предмета «Основи здоров'я», принципи навчання на засадах життєвих навичок, рекомендації з організації та ресурсного забезпечення тренінгів, програму та навчально-методичне забезпечення предмета для 1-го класу загальноосвітніх навчальних закладів.

- У *Частині 2* подано розробки уроків за програмою 1-го класу.
- У *Частині 3* подано навчальну програму, методичне забезпечення, а також розробки уроків за програмою 2-го класу.
- У *Частині 4* подано навчальну програму, методичне забезпечення, а також розробки уроків за програмою 3-го класу.

Розробки уроків рекомендуються вчителям, які ніколи не проходили спеціальної підготовки, а також в умовах відсутності в школі тренінгового кабінету.

Проведення уроків, що базуються на тренінговому підході, потребує наявності в навчальному закладі тренінгового кабінету, а також додаткової підготовки вчителя з методики застосування інтерактивних методів. Відповідні розробки уроків-тренінгів розміщено на компакт-диску для вчителя. В подальшому їх буде використано як додаток до цього посібника.

Бажаємо успіху і запрошуємо до співпраці!
Автори

ЧАСТИНА I

Предмет «Основи здоров'я»: концепція, зміст і методи навчання

1. Концепція предмета	7	3. Тренінг — ефективний метод групової роботи	18
1.1. Сучасне уявлення про здоров'я	7	3.1. Педагогіка співробітництва і розвивального навчання: джерело тренінгу	18
1.2. Особливості предмета	8	3.2. Що таке тренінг	18
1.3. Базові ідеї впровадження	8	3.3. Зміст тренінгу	19
1.4. Мета, завдання і результати навчання	9	3.4. Структура тренінгу	20
1.5. Принципи навчання	9	3.5. Огляд інтерактивних методів... ..	21
1.6. Методи навчання	9	4. Організація і ресурсне забезпечення тренінгу	25
1.7. Шкільні умови	9	4.1. Типи тренінгових кабінетів	25
1.8. Робота з педагогічним колективом	10	4.2. Оформлення тренінгового кабінету	25
1.9. Залучення учнів до проведення тренінгів	10	4.3. Ресурсне забезпечення тренінгового кабінету	26
1.10. Взаємодія з батьками	10	5. Навчальна програма основ здоров'я для 1-го класу	29
1.11. Підготовка вчителів	11	5.1. Пояснювальна записка	29
1.12. Перешкоди на шляху впровадження інноваційних тренінгових методів	11	5.2. Програма для учнів 1-го класу	32
1.13. Довгострокові вигоди від упровадження предмета	11	6. Навчально-методичне забезпечення для 1-го класу	35
2. ООЖН — ефективна педагогічна технологія навчання здорового способу життя і елемент високоякісної освіти	13	6.1. Посібник для вчителя	35
2.1. Що таке життєві навички	13	6.2. Підручник	35
2.2. Особливості ООЖН	14	6.3. Зошит-практикум	35
2.3. Склад і класифікація ЖН	15	6.4. Компакт-диск для вчителя	36
2.4. Методологія викладання ЖН	15	6.5. Комплект тематичних таблиць і дидактичних карток	36

1. Концепція предмета

1.1. Сучасне уявлення про здоров'я

До середини ХХ ст. здоров'я трактували лише як відсутність хвороб. Здоровим вважали кожного, хто не був хворий. З розвитком медицини й фармакології збільшилася середня тривалість життя людей і змінилося їхнє уявлення про здоров'я.

Тепер здоров'я ототожнюють з поняттям загального благополуччя (не лише фізичного, а й психологічного і соціального), а його рівень — з якістю життя людини.

Основою сучасного уявлення про здоров'я є визначення ВООЗ:

«Здоров'я — це стан повного фізичного, психологічного і соціального благополуччя».

Якщо взяти до уваги, що психологічне — це емоційне, інтелектуальне і духовне, отримаємо п'ятивимірну модель здоров'я (мал. 1).

Такий підхід до здоров'я називають холістичним (від англ. *whole* — цілий, цілісний). Він враховує не лише фізичне благополуччя людини, а й відповідний їй емоційний стан, інтелектуальний розвиток, рівень її соціалізації та духовності, адже кожен з п'яти вимірів є важливим для загального благополуччя людини.



Мал. 1. Холістична модель здоров'я

Рівні здоров'я можна уявити як безкінечність динамічних станів на лінійці, на одному кінці якої — передчасна смерть, а на другому — ідеальне здоров'я.

Досягнення високого рівня благополуччя залежить від багатьох чинників. Деякі з них перебувають поза нашим контролем (наприклад, спадковість чи стан довкілля). Але тривалість життя і міцне здоров'я залежать насамперед від способу життя, тобто від нашої поведінки.

Якщо ми нічого не робимо для свого здоров'я, переживаємо багато стресів, маємо шкідливі звички і схильність до невинуватих ризиків, рівень і резерви здоров'я знижуються. А коли підтримуємо добру фізичну форму, живемо в гармонії зі своїм внутрішнім світом і з навколишнім, протистоїмо негативному впливу оточення, то зазвичай досягаємо високого рівня благополуччя.

Здоров'я людини безпосередньо пов'язане з її безпекою. Важливо виділяти особисту безпеку людини — те, що вона має забезпечувати самостійно, і громадську безпеку — те, що має забезпечуватися на державному рівні.

1.2. Особливості предмета

Предмет «Основи здоров'я» — унікальне досягнення сучасної української школи. Він дає дітям шанс сформувавши важливі життєві уміння, які допоможуть їм зберегти здоров'я, гармонійно розвиватись і в майбутньому стати успішними, стійкими до викликів сучасного світу.

За своїм призначенням, змістом і методами навчання предмет «Основи здоров'я» суттєво відмінний від інших предметів. Його особливості визначаються:

- необхідністю впливати на свідомість і поведінку учнів. Ця теза ґрунтується на визнанні того, що якість життя людини, її здоров'я, безпека і благополуччя найбільшою мірою залежать від її поведінки та способу життя;
- тим, що навчально-виховні впливи мають бути спрямовані на формування у дітей позитивних цінностей, знань, ставлень, умінь і навичок, які зменшать ризик виникнення поведінкових проблем і підвищать особистісний потенціал учнів для їхнього гармонійного розвитку та життєвого успіху.
- тим, що для посилення мотивації та ефективності навчання необхідно послідовно впливати на шкільну політику і створювати сприятливе середовище.

Ці особливості потребують знання концепції предмета, а також застосування нових принципів і підходів як до навчання, так і до адекватного оцінювання його результатів.

1.3. Базові ідеї впровадження

В основу описаного в цьому посібнику підходу до викладання основ здоров'я покладено такі ідеї:

- необхідним елементом сучасної якісної освіти та ефективних профілактичних програм є *розвиток соціально-психологічної компетентності учнів*. Українські діти особливо потребують цього через складну епідемічну, екологічну, соціально-економічну та демографічну ситуацію в Україні;
- у школах треба впроваджувати лише *ті підходи*, які довели свою ефективність на міжнародному і національному рівнях;

- навчання здорового способу життя дітей та молоді слід здійснювати на засадах *партнерства* з учнями, їхніми батьками, педагогічним колективом і місцевою громадою.

1.4. Мета, завдання і результати навчання

Мета предмета має дві складові:

- профілактичну — зменшення уразливості дітей і молоді в умовах сучасного світу (профілактика порушень здоров'я, дорожньо-транспортного, побутового та інших видів травматизму, вживання психоактивних речовин тощо);
- розвивальну — підвищення особистісного і творчого потенціалу учнів та їхнього прагнення до самореалізації і життєвого успіху.

Головним завданням предмета є створення умов для набуття знань, практичних умінь і ставлень, які сприяють свідомому вибору здорової та безпечної поведінки, а також намірові дотримуватися такої поведінки у своєму житті.

Узагальненим результатом навчання за предметом «Основи здоров'я» є оволодіння учнями сприятливими для здоров'я психосоціальними та спеціальними компетенціями.

До психосоціальних компетенцій (життєвих навичок) належать: позитивна самооцінка, самоконтроль, керування стресами, мотивації успіху і гартування волі, аналіз проблем і прийняття виважених рішень, критичне і творче мислення, вміння вчитись, ефективно спілкування, співчуття, розв'язування конфліктів, протистояння негативним соціальним впливам тощо.

До спеціальних компетенцій належать: санітарно-гігієнічні навички, ра-

ціональне харчування, рухова активність, загартування, організація режиму праці та відпочинку, надання першої допомоги тощо.

1.5. Принципи навчання

Досягти запланованих результатів можна лише за умови ефективного навчання, що приносить задоволення дітям. Тому головною ознакою сучасного підходу до навчання є зосередження на потенціалі та позитиві. Ґрунтуючись на принципах особистісно орієнтованого виховання, цей підхід дозволяє задовольняти базові потреби учнів початкових класів /1/ у спілкуванні, емоційному контакті, повазі до особистості, самоповазі, дружбі, товарищескості, належності до групи, набутті нових знань та умінь для пізнання себе і світу, успіху, визнанні, творчій самореалізації.

1.6. Методи навчання

Методичний апарат авторського підходу ґрунтується на педагогічній технології, яка має назву «освіта на основі розвитку життєвих навичок — ООЖН». У світі ця технологія визнана найбільш ефективною у формуванні здоров'язбережувальних компетенцій /4/. Вона залучає учнів до навчально-виховного процесу в ролі активних суб'єктів, а не пасивних споживачів інформації. Тому методи навчання орієнтовано на групову й індивідуальну діяльність, у процесі якої учні активно набувають сприятливих для здоров'я цінностей, знань, ставлень, умінь і навичок. Це дозволяє залучити до співпраці не лише активних учнів, а й тих, кого вважають слабкими чи пасивними.

1.7. Шкільні умови

Особливе значення при впровадженні предмета має створення у навчально-

му закладі середовища, сприятливого для здоров'я учнів і вчителів.

З цією метою вчителю треба налагодити співпрацю з директором школи, заступником директора з виховної роботи, психологами, лікарем, іншими учителями і співробітниками школи.

Психолог допоможе відстежувати соціально-психологічний розвиток учнів, вчасно виявляти наявні проблеми, надавати індивідуальні консультації.

Заступник директора з виховної роботи стане вашим найкращим другом, адже саме ви допоможете йому налагодити позакласну роботу з педагогічним колективом, батьками та учнями.

Спільно з учителями фізичної культури, музики й образотворчого мистецтва ви можете організувати низку цікавих заходів: спортивні змагання, мистецькі конкурси, виступи агітбригад тощо.

Лікар (з вашої школи або дитячої поліклініки) може консультувати вас, виступати перед батьками, надавати індивідуальні консультації дітям, які мають проблеми зі здоров'ям.

Важливе значення для ефективності навчання має облаштування у школі кабінету основ здоров'я.

1.8. Робота з педагогічним колективом

Успіх навчання учнів залежить від того, отримає предмет відповідний статус чи вважатиметься другорядним, не вартим уваги.

Підтримку колег можна забезпечити, вдало провівши педагогічну раду й ознайомивши їх з методиками викладання предмета та користю від впровадження основ здоров'я для учнів, їхніх батьків, школи та вчителів.

У межах педагогічного всеобучу бажано провести тренінги профілактики

стресу й емоційного вигорання, знайомства з тренінговими методами тощо.

1.9. Залучення учнів до проведення тренінгів

Залучення учнів до проведення тренінгів і позаурочних заходів є одним із важливих факторів ефективності предмета «Основи здоров'я».

Зазвичай із цим немає проблем, адже тематика предмета тісно пов'язана з реальними потребами та проблемами дітей. Учні з задоволенням сприймають інформацію і активно обговорюють її, поширюючи у своєму середовищі методом «рівний — рівному».

Вони висловлюють бажання стати помічниками вчителя-тренера, з ентузіазмом беруть участь у позакласних заходах.

1.10. Взаємодія з батьками

Запорукою успіху є також тісна взаємодія з батьками учнів. Адже саме вони відповідають за здоров'я дітей.

Партнерство з батьками допоможе скоординувати вплив родини та школи. Для цього необхідно:

- на початку навчального року провести батьківські збори, на яких ознайомити батьків з метою і завданням нового предмета, методами викладання і навчальною літературою;
- пояснити батькам, як обговорювати уроки з дітьми і як допомогти їм відпрацювати уміння, які вони набувають у школі;
- у межах батьківського всеобучу провести тренінги про вікові особливості учнів, про те, як вберегти дитину від порушень здоров'я, дорожньо-транспортного, побутового та інших видів травматизму.

1.11. Підготовка вчителів

Для успішного впровадження предмета вчителю бажано пройти додаткову підготовку. Це важливо передусім тому, що для ефективного викладання основ здоров'я необхідно володіти тренінговими формами роботи.

Учителі, які проходили підготовку в рамках проектів «ХОУП», «Рівний — рівному», «Школа проти СНІДу», «Основи здоров'я» для основної школи, можуть обмежитися ознайомленням з цим посібником і відвідати кілька уроків, які проводять досвідчені тренери.

Тим, хто ніколи не вчився проводити уроки-тренінги, варто зробити це на спеціальних семінарах або курсах підвищення кваліфікації. Підготовку вчителів здійснюють висококваліфіковані тренери за 40-годинною програмою. В результаті підготовки вчитель:

- отримає цілісне уявлення про концепцію предмета;
- ознайомиться з методом навчання на основі розвитку життєвих навичок;
- оволодіє сучасними методиками інтерактивної групової роботи;
- спільно з іншими курсантами відпрацює базові уроки-тренінги;
- матиме можливість придбати комплект навчально-методичної літератури;
- після успішного закінчення курсів отримає сертифікат.

Учителям, які не мають спеціальної підготовки, рекомендуємо проводити уроки за розробками, наведеними у Частині 2.

1.12. Перешкоди на шляху впровадження інноваційних тренінгових методів

Об'єктивні перепони впровадження предмета на засадах ООЖН.

Деякі вчителі можуть зіткнутися з об'єктивними труднощами у впровадженні предмета через:

- недостатню підготовку для викладання на засадах розвитку життєвих навичок та проведення уроків у формі тренінгів;
- відсутність підтримки з боку адміністрації школи, наприклад, у виділенні та обладнанні тренінгового кабінету;
- труднощі з забезпеченням тренінгів канцтоварами;
- незабезпеченість якісною навчальною літературою.

Суб'єктивні перепони

У деякого можуть виникнути суб'єктивні труднощі через:

- ставлення до предмета «Основи здоров'я» як до другорядного.
- нерозуміння нових підходів і небажання розвиватись у цьому напрямі;
- схильність до моралізаторства, незнання психологічних особливостей учнів, труднощі у спілкуванні з ними.

Однак педагоги, які оволодівають новими методиками, успішно долають ці перепони й відзначають, що завдяки цьому вони стають кращими вчителями і справжніми друзями своїх учнів.

1.13. Довгострокові вигоди від впровадження предмета

Для усвідомлення важливості предмета «Основи здоров'я» ознайомтеся з деякими його перевагами для всіх учасників навчально-виховного процесу.

Що отримують учні

- Почуваються більш упевненими, підвищується рівень їхньої самооцінки та самоконтролю.
- Поліпшуються їхні стосунки з дорослими (батьками й учителями).

- У класі створюється особлива атмосфера дружби, довіри та підтримки.

Користь для школи

- Підвищується якість освіти.
- У школі створюється доброзичлива для дитини атмосфера. Це сприяє зниженню правопорушень, насильницької поведінки та ранньому запобіганню вживанню психоактивних речовин в учнівському середовищі.
- Педагогічний колектив отримує інформацію про актуальні проблеми (щодо проблеми емоційного вигорання, профілактики ВІЛ/СНІДу тощо).

Що отримує вчитель

- Оволодіває сучасними педагогічними методиками, підвищує свою кваліфікацію.
- Отримує більше задоволення від своєї праці.

- Поліпшує стосунки з учнями. На уроках і тренінгах вони виявляють зацікавленість, в особистому ставленні — довіру і вдячність.

- Поліпшує стосунки з батьками учнів і колегами.

Вигоди для батьків

- Отримують актуальну інформацію про здоров'я і розвиток дітей.
- Відчують, що діти більш захищені.
- Помічають, що вони стають упевненішими та відповідальнішими.
- Стосунки з дітьми поліпшуються, зростає довіра між батьками та дітьми.
- Зменшується ризик вживання дітьми у підлітковому віці психоактивних речовин.

2. ООЖН — ефективна педагогічна технологія навчання здорового способу життя і елемент високоякісної освіти

2.1. Що таке життєві навички

Життєві навички — дослівний переклад з англ. *life skills*. Але в англійській мові *skills* означає не лише навички (уміння, відпрацьовані до автоматизму), а й здатність до чогось чи компетентність. Тому термін «життєва компетентність» був би точнішим, але в пострадянських країнах прийнято термін «життєві навички», і тому ми надалі використовуватимемо його, розуміючи під життєвими навичками низку психологічних і соціальних компетентностей, які допомагають людині ладнати зі своїм внутрішнім світом і будувати продуктивні стосунки із довколишнім.

За визначенням ВООЗ, життєві навички — це здатність до адаптації, позитивної поведінки та подолання труднощів повсякденного життя.

Життєві навички сприяють формуванню гармонійно розвиненої особистості, її кращій соціальній адаптації, інтелектуальному й емоційному благополуччю, позитивній і здоровій поведінці. Особливе місце серед них належить навичкам протидії соціальному тиску, що допомагають молоді навчитися діяти незалежно у сучасному світі. Тому їх ще називають життєвими навичками, сприятливими для здоров'я (мал. 2).



Мал. 2

Навчання життєвих навичок є необхідним елементом високоякісної освіти. Вони підвищують конкурентоспроможність випускників на ринку праці. Її це не дивно, адже сьогодні кандидату на пристойну посаду не достатньо досконалого володіння професією. Йому необхідно набути психосоціальних умінь: критично і творчо мислити, адекватно сприймати себе й оточення, приймати виважені рішення, будувати конструктивні міжособистісні стосунки, працювати в команді, демонструвати здатність бути лідером, зацікавлювати і створювати мотивації для інших, розв'язувати проблеми та керувати стресами.

2.2. Особливості ООЖН

Освіта на основі набуття життєвих навичок (ООЖН) — це ефективна педагогічна технологія, спрямована на формування здорової та просоціальної особистості. Вона гармонійно поєднує функції виховання (формування ідентичності, цінностей та переконань) і розвиток соціально-психологічних компетентностей учнів (їхніх знань, умінь і навичок). Це сприяє формуванню своєрідного «поведінкового імунітету» до надмірно ризикованої поведінки.

Освіта на засадах розвитку життєвих навичок — це синтез найуспішнішого педагогічного досвіду і досягнень психологічної науки, передусім гуманістичної психології та теорії соціального впливу.

Ця педагогічна технологія надзвичайно популярна у багатьох країнах світу, зокрема у США, Західній Європі та на пострадянському просторі.

Вона довела свою ефективність у профілактиці шкідливих звичок (тютюнопаління, вживання алкоголю, наркотиків), насилля і ризикованої поведінки, а також у профілактиці ВІЛ/СНІДу.

Навчання здоров'я на основі розвитку життєвих навичок має на меті позитивні зміни у поведінці учнів. Вона передбачає зміни не лише у знаннях, а й у ставленнях і навичках, які стимулюватимуть ці бажані поведінкові зміни.

В основі цієї методики — повага до загальнолюдських цінностей і захист прав людини. Вона налаштовує на усвідомлення своїх прав і обов'язків, розуміння прав інших людей і повагу до них, виховує гідність, миролюбність, справедливість, колективізм, почуття відповідальності, впевненість у власних силах, толерантність (визнання того, що всі люди різні, що існують різні культури), інші позитивні якості.

Її відмінність від традиційних методів педагогічного впливу в тому, що формування особистої системи цінностей відбувається не шляхом моралізаторства, а завдяки добровільному прийняттю через усвідомлення їх реальної користі.

Методика розвитку життєвих навичок реалізовує концепцію особистісно орієнтованого навчання і виховання. Вона враховує вікові та індивідуальні особливості учнів, етнічні, релігійні та соціально-економічні аспекти їхнього життя, передбачає делікатне ставлення до гендерних питань.

Навчання здійснюється на прикладах ситуацій, близьких до реального життя дітей і молоді, з урахуванням рівня їхнього розвитку, потреб та проблем. Але при цьому враховуються не лише актуальні потреби і проблеми, а й ті, що незабаром можуть виникнути в зоні їхнього найближчого розвитку.

Перевага надається інтерактивним, а не інформативним формам навчання; останні досі переважають в освіті і є, безумовно, корисними, але не здатні

повністю забезпечити зміни у ставленнях і поведінці учнів.

На відміну від звичайних занять, коли вчитель переважно говорить, а учні (студенти) слухають, широко застосовуються тренінги, які передбачають активну участь кожного, творчу співпрацю учнів між собою і з педагогом.

2.3. Склад і класифікація ЖН

Чітко визначеного переліку ЖН не існує. Їх налічують близько двадцяти. Серед них: прийняття рішень, критичне і творче мислення, ефективне спілкування, вміння розв'язувати проблеми, керування стресами тощо.

Немає і єдиної загально визнаної класифікації життєвих навичок. У деяких програмах, що ґрунтуються на розвитку ЖН, класифікації ЖН немає, їх перелічено в довільному порядку.

В інших програмах ЖН поділяють на психологічні та соціальні.

В окремих програмах цю класифікацію поглиблено: серед соціальних навичок виділяють навички міжособистісного спілкування і навички протидії соціальному тискові. Психологічні поділяють на когнітивні (інтелектуальні) та емоційно-вольові.

Найчастіше ЖН об'єднують у три групи. Наприклад: соціальні, когнітивні та емоційно-вольові навички (*таблиця 1*) або внутрішньоперсональні (психологічні), міжперсональні (комунікативні) та навички протидії соціальному тискові.

2.4. Методологія викладання ЖН

Розвиток ЖН — це підхід, зосереджений на учнях, намагання зробити процес викладання динамічнішим і привабливішим, можливість негайного відпрацювання ЖН з використанням інтерактивних методів навчання.

Інтерактивні методи не є синонімом життєвих навичок, але вони — необхідний елемент і запорука успішного навчання ЖН. Адже важко уявити процес аналізу цінностей і ставлень, якщо представлено лише одну думку; група людей сформулює більший перелік аргументів для можливого вибору, ніж одна людина; не можна навчитися міжособистісних стосунків, якщо просто послухати лекцію чи прочитати книжку тощо.

Педагогічну ООЖН-технологію впроваджено у більш як 80 країнах світу. Міністерство освіти і науки, молоді та спорту України також визнає ООЖН найбільш адекватним підходом у впровадженні предмета «Основи здоров'я», як для початкової та основної школи, так і для факультативних курсів профілактичного спрямування /6/. Впровадження ООЖН у навчальні плани шкіл України було оцінено міжнародними експертами як «видатне досягнення» /7/.

У таблиці 2 наведено основні характеристики успішно апробованої в Україні ООЖН-технології, яку покладено в основу авторської концепції з вивчення предмета «Основи здоров'я» у початковій школі.

Таблиця 1. Життєві навички, сприятливі для здоров'я

Навички, що сприяють соціальному благополуччю (міжперсональні навички)	Навички, що сприяють психологічному благополуччю (внутрішньоперсональні навички)	
	Когнітивні (інтелектуальні) навички	Емоційно-вольові навички
<p>1. Навички ефективного спілкування:</p> <ul style="list-style-type: none"> активне слухання уміння чітко висловити свою думку уміння відкрито висловлювати свої почуття без остраху володіння «мовою жестів» адекватна реакція на критику уміння попросити про послугу, допомогу <p>2. Навички співпереживання:</p> <ul style="list-style-type: none"> здатність розуміти почуття, потреби і проблеми інших людей уміння висловити це розуміння уміння надати підтримку і допомогу <p>3. Навички розв'язання конфліктів:</p> <ul style="list-style-type: none"> здатність розрізняти конфлікти поглядів і конфлікти інтересів уміння розв'язувати конфлікти поглядів на основі толерантності уміння розв'язувати конфлікти інтересів шляхом конструктивних переговорів <p>4. Навички протидії соціальному тиску (упевненої поведінки, відмови, поведінки в умовах тиску, загрози насилля, протидії дискримінації):</p> <ul style="list-style-type: none"> навички упевненої поведінки уміння відстоювати свою позицію уміння долати сором'язливість уміння відмовлятися від небезпечних пропозицій протидія дискримінації <p>5. Навички групової роботи та адвокації:</p> <ul style="list-style-type: none"> уміння бути членом команди, працювати на результат уміння висловити повагу до внеску інших осіб сприйняття різних стилів поведінки лідерські навички навички впливу і переконливості навички встановлення контактів і мотивування 	<p>1. Самоусвідомлення і самооцінки:</p> <ul style="list-style-type: none"> здатність усвідомити свою унікальність позитивне ставлення до себе, інших людей і життєвих перспектив здатність реально оцінювати свої здібності та можливості, переваги й недоліки здатність адекватно сприймати оцінки інших людей здатність усвідомити свої права, потреби, цінності і пріоритети постановка життєвої мети <p>2. Аналіз проблем і прийняття рішень:</p> <ul style="list-style-type: none"> уміння визначити суть проблеми та причини її виникнення уміння знайти відповідну інформацію і достовірні джерела здатність сформулювати щонайменше три варіанти розв'язання цієї проблеми уміння передбачити наслідки кожного варіанта для себе й інших уміння оцінити реалістичність кожного варіанта, враховуючи власні можливості та життєві обставини здатність обрати оптимальне рішення <p>3. Навички критичного мислення:</p> <ul style="list-style-type: none"> уміння відрізняти факти від міфів, стереотипів та особистих уявлень аналіз ставлень, цінностей, соціальних норм, вірувань і чинників, що на них впливають аналіз впливу однолітків і засобів масової інформації 	<p>1. Навички самоконтролю:</p> <ul style="list-style-type: none"> контроль проявів гніву уміння долати тривогу уміння переживати невдачі уміння справлятися з горем, втратою, травмою, насиллям <p>2. Керування стресами:</p> <ul style="list-style-type: none"> планування часу позитивне мислення методи релаксації <p>3. Мотивація успіху і гартування волі:</p> <ul style="list-style-type: none"> віра в те, що ти є господарем власного життя налаштованість на успіх здатність концентруватися на досягненні мети розвиток наполегливості та працелюбності

Таблиця 2. Основні характеристики ООЖН-технології

Теоретичне і методичне підґрунтя ООЖН-технології	<ul style="list-style-type: none"> Концепція особистісно орієнтованого виховання /1,5/. Педагогічні технології: групової роботи (інтерактивні), розвивального навчання, створення ситуації успіху, ігрові, проектні /5/.
Досвід успішного впровадження в Україні	<p>Обов'язковий предмет «Основи здоров'я» (5–9 класи)</p> <p>Факультативні курси:</p> <ul style="list-style-type: none"> «Корисні звички» (1–4 класи); «Я – моє здоров'я – моє життя» (5–6 класи); «Захисти себе від ВІЛ» (10–11 класи, ПТНЗ, ВНЗ).
Методи і форми навчання	Тренінгові (активні). Поєднують індивідуальні, групові та фронтальні форми, методи і прийоми, що забезпечують активну діяльність і взаємодію суб'єктів навчально-виховного процесу.
Вимоги до підготовки педагога	<ul style="list-style-type: none"> Знання сутності превентивної освіти та змісту курсу, що викладається. Знання концепції ООЖН-технології, умов і критеріїв ефективного навчання. Володіння тренінговими (активними) методами. Досвід практичного відпрацювання базових тренінгів за програмою.
Вимоги до навчально-методичних матеріалів	<ul style="list-style-type: none"> Спрямовані на розвиток психосоціальних (життєвих) і спеціальних навичок, сприятливих для здоров'я. Містять тематику відповідно до віку. Враховують потреби учнів. Зміст підручників наближено до реального життя. Написані мовою, зрозумілою для цільової аудиторії. Є комплектами (видання для вчителя, учнів, батьків).
Вимоги до організації навчально-виховного процесу	<ul style="list-style-type: none"> Заняття проводить підготовлений педагог. Виділено приміщення, що дозволяє проводити навчання у формі тренінгу /6/. Педагог використовує інтерактивні методи навчання. Учні забезпечені навчальними матеріалами (підручниками, робочими зошитами). Проведено тренінг для педагогічного колективу з метою демонстрації ефективності педагогічної ООЖН-технології. Проведено презентаційний тренінг для батьків з метою розбудови партнерства з сім'єю. У навчальному закладі діють суворі правила щодо заборони агресивної поведінки, куріння, вживання алкогольних напоїв, інших психоактивних речовин. Здійснюється підготовка волонтерів для допомоги вчителю та проведення роботи серед однолітків за методом «рівний – рівному». У навчальному закладі проводяться акції, що підвищують прихильність учнів до здорового способу життя (дні здоров'я, акції, творчі конкурси, виступи агітбригад, проекти, дослідження). Здійснюється анкетування учнів за процедурою «До» і «Після» для оцінки ефективності навчання.

3. Тренінг — ефективний метод групової роботи

3.1. Педагогіка співробітництва і розвивального навчання: джерело тренінгу

В основу педагогіки співробітництва і розвивального навчання покладено ідеї радянського психолога Л.С. Виготського, які він сформулював у 20-ті роки ХХ ст. У стислому викладі такі:

1. Соціальне оточення дитини є основним джерелом її розвитку. Іншими словами, усе, чого навчиться дитина, мають дати їй люди довкола неї.

2. При цьому недостатньо враховувати те, що дитина здатна робити тут і тепер (наприклад, які задачі вона може розв'язувати). Досліджуючи те, що вона може виконати самостійно, ми досліджуємо вчорашній день, так звану *зону актуального розвитку*. Важливішим є те, що дитина може зробити завтра, які процеси уже зріють.

3. Навчання нового відбувається шляхом наслідування. Наслідування — це те, що дитина не здатна виконати самостійно, але чого може навчитися в інших або у співпраці з ними. Те, що сьогодні вона може виконати тільки у співпраці, а завтра вже самостійно, і є знаменитою *зоною її найближчого розвитку*.

Ідеї Виготського визначають сутність сучасного підходу до освіти, який називають педагогікою співробітництва і розвивального навчання. Розвивальне навчання — це процес інтеріоризації, «вращування» зовнішньої колективної

соціальної взаємодії у внутрішній досвід дитини, її спосіб мислення.

Навчання і виховання здійснюються у процесі колективної діяльності учнів. Сенс роботи вчителя не в тому, щоб домінувати, а в тому, щоб спрямовувати і регулювати цю спільну діяльність.

Практичне застосування цього підходу означає, що:

1. Зміст навчання повинен мати превентивний характер, тобто орієнтуватися на зону найближчого розвитку дітей з урахуванням рівня їхнього актуального розвитку. Виховання соціально спрямованої та відповідальної поведінки доцільно починати до того, як учні зіткнуться з реальними проблемами у своєму житті.

2. Навчально-виховний процес має орієнтуватися не лише на засвоєння учнями досвіду інших людей, а й на формування власної стратегії самоосвіти, самовиховання і саморозвитку.

3. Для ефективного впливу необхідно використовувати педагогічні методи, що базуються на активній участі та співпраці учнів між собою і з учителем.

3.2. Що таке тренінг

Тренінг — форма групової роботи, яка забезпечує активну участь і творчу взаємодію учасників між собою і з учителем.

Тренінг — це ретельно спланований процес надання і поповнення знань, відпрацювання умінь і навичок, зміни

чи оновлення ставлень, поглядів і переконань.

Отже, в педагогіці співробітництва і розвивального навчання тренінг — це:

Нові підходи (співробітництво, відкритість, активність, відповідальність).

Нові знання (інтенсивне засвоєння, уточнення).

Позитивні цінності, ставлення, ідеали.

Нові уміння і навички (ефективної комунікації, самоконтролю, лідерства, роботи в команді, аналізу ситуацій і прийняття рішення).

Ви можете провести серед своїх колег мозковий штурм, спільно формулюючи визначення тренінгу. Вони можуть сказати, що:

«Тренінг — це щось не схоже на уроки».

«На тренінгу учні не сидять за партами».

«На тренінгу всі добровільно дотримуються правил».

«Тренінг — це те, що відбувається під керівництвом тренера».

«На тренінгу можна на рівних спілкуватися з тренером».

«На тренінгу можна багато чого навчитися».

«На тренінгу не треба вчитися».

Ці думки, на перший погляд, містять суперечність. Але всі вони яскраво характеризують процеси, що відбуваються на тренінгу. Адже хоча тренінг є формою організації навчального процесу, він не схожий на класичні уроки.

На тренінгу втрачають силу багато правил, яких учні звикли дотримуватися в школі (вставати, коли відповідаєш; сидіти за партами; не пересідати).

Однак ця форма роботи передбачає власні правила, і перше з них — учасники самі виробляють і беруть добровільне зобов'язання дотримуватися певних правил (не запізнюватися, не перебивати, бути доброзичливим, толерантним, коректним тощо). Учні справді не сидять за партами, а сідають півколом або колом, щоб добре бачити одне одного і вчителя, який сидить поруч.

Педагог, якого найчастіше називають тренером, або фасилітатором (від *англ. facilitate* — полегшувати, сприяти), не домінує, а лише спрямовує діяльність групи.

Для цього, наприклад, існує правило, що на тренінгу всі звертаються одне до одного на ім'я. Така практика виправдовує себе, допомагає налагодити контакт із групою і зняти психологічні бар'єри.

Тренінг як форма педагогічного впливу передусім передбачає використання активних методів групової роботи (наприклад, рольових ігор). Саме тому вони дуже подобаються дітям і створюють у них відчуття свята, хоча під час тренінгу можна навчитися і збагнути набагато більше, ніж під час класичного уроку.

3.3. Зміст тренінгу

Форма проведення тренінгу має суттєве значення, однак головним усе-таки є його зміст. Щоб реально вплинути на свідомість і поведінку учнів, зміст тренінгу має:

- бути максимально наближеним до потреб і проблем учасників;
- враховувати рівень їхнього актуального розвитку і завдання найближчого розвитку;
- орієнтуватися на формування цінностей, знань, умінь і навичок, які є основою поведінки;

- розглядати делікатні теми, що стосуються репродуктивного здоров'я і вживання психоактивних речовин, не ізольовано, а в контексті інших важливих проблем.

У будь-якому разі слід рішуче відмовитися від менторського тону і моралізаторства, інакше дехто з учасників відчує себе вигнанцем і втратить інтерес до обговорюваних тем.

3.4. Структура тренінгу

Тренінг має певну структуру (мал. 3). *Вступна частина* тренінгу передбачає вирішення таких завдань:

- оцінка рівня засвоєння матеріалу попереднього тренінгу (отримання зворотного зв'язку). Зазвичай це відбувається у формі опитування (що найбільше запам'яталося чи сподобалося на минулому тренінгу) або перевірки домашнього завдання;

- актуалізація теми поточного тренінгу і виявлення очікувань;
- створення доброзичливої та продуктивної атмосфери (цей етап називають загальним терміном «знайомство». Він проходить у формі самопрезентації чи взаємопрезентації учасників тренінгу);
- підтримання демократичної дисципліни у формі прийняття, уточнення або повторення правил групи.

Основна частина тренінгу — кілька тематичних завдань у поєднанні з руханками (вправами на зняття м'язового і психологічного напруження).

В основній частині тренінгу іноді виділяють теоретичний і практичний блоки. Проте цей поділ є досить умовним. Адже знання (як і уміння та навички) на тренінгу здобуваються у процесі виконання практичних завдань (міні-лекції у формі бесіди,

презентації, взаємонавчання, робота в групах).

Завершальна частина тренінгу охоплює:

- підбиття підсумків;
- отримання зворотного зв'язку за тематикою поточного тренінгу;
- релаксацію і процедури завершення тренінгу.

3.5. Огляд інтерактивних методів

Педагогічні методи мають полегшувати процес доброзичливого спілкування учасників тренінгу. Детальний опис інтерактивних методів і збірка тренінгових вправ містяться на компакт-диску для вчителя.

Нижче наведено лише короткий опис методів, які забезпечують активну участь і взаємодію учасників один з одним і з учителем (тренером):

- робота в групах;
- інтерактивні презентації;
- дискусії;
- мозкові штурми;
- рольові ігри;
- аналіз історій і ситуацій.

На жаль, щоб стати високопрофесійним тренером, цієї інформації недостатньо. Треба пройти відповідну підготовку і відчувати переваги цих методів на практиці. Тут усе важливо: атмосфера і темп роботи, зарядженість тренера, його компетентність і акторські здібності. Однак не слід думати, що тренером може стати тільки той, хто має особливі здібності. Проведення тренінгу — не мистецтво, а скоріш, технологія. Кожен педагог здатний оволодіти нею. Далі ми коротко ознайомимося з деякими методами групової роботи.

Робота в групах

Дискусії й обговорення можна проводити цілим класом. Але вони набагато ефективніші, коли проводяться у групах, зокрема, якщо клас великий, а час обмежений.

Групове обговорення максимально підвищує активність і внесок кожного учасника. Дискусія допомагає учневі уточнити свої уявлення, усвідомити почуття і ставлення.

Обговорення в групах дає змогу більше дізнатися одне про одного, стимулює вільний обмін думками, збільшує ймовірність того, що учні краще зрозуміють почуття і позиції інших, більше рахуватимуться з ними.

Для організації обговорення в групах тренер:

- Чітко формулює мету: вивчити тему, обговорити ситуацію, проблему, сформулювати запитання, запропонувати ідеї або варіанти рішень, виконати проект, відрепетирувати сценку чи спосіб дії.
- Повідомляє, скільки часу відводиться на це завдання.
- Формує групи (бажано з 2–6 осіб) різними прийомами, приклади яких ви знайдете на компакт-диску для вчителя.
- Розташовує групи так, щоб учасники кожної сиділи поряд і добре чули одне одного.
- Пропонує групам обрати протоколіста, який записуватиме варіанти та стежитиме за дотриманням простих правил. Після обговорення на прохання тренера протоколіста розповідають про те, як відбувалося обговорення і які рішення було прийнято.

Для поживлення дискусії рекомендують перед обговоренням розповісти ситуацію з реального життя.



Мал. 3

- Найкраще розпочати роботу з групами, які складаються з 2–4 осіб. У невеликих групах учням легше подолати сором'язливість. Коли ви відчуєте, що учасники набули впевненості, групи можна збільшити до 5–6 осіб.
- Краще не доручати учасникам формувати групи за власним бажанням, адже в такому разі «непопулярні» діти почуватимуться ображеними. Формуючи групи, стежте, щоб їх склад змінювався якомога частіше.
- Наголосіть на важливості принципу «один за всіх і всі за одного». Усі члени групи мають зробити свій внесок у вирішення поставленого завдання. Успіх групи залежить від внеску кожного.
- У деяких випадках доцільно формувати групи за ознакою статі.

Робота в групах розвиває життєві навички активного слухання, співпереживання, співробітництва, упевненої поведінки й толерантності (поваги до чужої думки).

Інтерактивні презентації

Ця форма роботи зарекомендувала себе як найкраща альтернатива лекціям. Використання інтерактивних презентацій потребує комп'ютера з проектором.

Добре, якщо ви матимете змогу показати на тренінгу фільм або фотографії.

Відповіді на запитання й опитування думок

Ця форма роботи потребує від тренера делікатності й толерантного ставлення. Цікавлячись думкою учасників чи проводячи групову дискусію,

пам'ятайте про неприпустимість грубого втручання з метою різко заперечити або розкритикувати чийось думку. Якщо тренер не сприйматиме позитивно висловлювання учасників, вони ніяковітимуть і не братимуть участі в обговоренні.

Намагайтеся уникати запитань, які потребують закритих відповідей «так» чи «ні». Якщо ви прагнете, щоб учасники заговорили, ставте їм відкриті запитання, які вимагають пояснення своєї думки.

Важливо також не поспішати й не вимагати від учасників негайної відповіді на запитання. Вони повинні мати час на роздуми, але не забагато. Для того, щоб тренінги проходили жваво, слід підтримувати темп.

Мозковий штурм

Мозковий штурм — це метод опитування, за якого приймаються будь-які відповіді учасників стосовно обговорюваного питання чи теми.

На першому етапі учасники активно висувують ідеї щодо обговорюваної теми, ситуації або проблеми, зокрема й нереалістичні, фантастичні й нелогічні. Головне завдання — кількість ідей, а не їх якість.

Під час мозкової атаки забороняється оцінювати висунуті ідеї. Кожна пропозиція приймається і записується на дошці або аркуші паперу. Учасники знають, що від них не вимагається обґрунтування їхньої пропозиції чи пояснення, чому вони так думають. Час для висунення ідей зазвичай обмежений, після якого «підводять ризику». Другий етап — оцінювання й обговорення ідей, ранжування їх за рівнем значущості, поділ на групи тощо.

Перевагами цього методу є те, що він:

- дає змогу за короткий час зібрати максимальну кількість різних думок;
- допомагає залучити до роботи тих, хто зазвичай є пасивним і соромиться брати участь у дискусіях;
- активізує уяву і творчі можливості учасників;
- є цікавим початком для наступного обговорення в групах.

Отже, для організації мозкового штурму необхідно:

- сформулювати запитання, проблему чи ситуацію і попросити учасників висловити свої ідеї й пропозиції;
- повідомити, скільки часу відводиться для «генерації» ідей;
- повідомити, що учасники можуть пропонувати будь-які ідеї, що спадають їм на думку;
- не обговорювати ідеї одразу після того, як їх запропоновано;
- записувати їх там, де буде видно всім;
- після «підведення ризику» повідомити чіткі критерії оцінювання;
- опрацювати спільно з учасниками список ідей: додати нові, вилучити ті, що не стосуються теми, розподілити ідеї за категоріями, відібрати найкращі тощо.

Рольові ігри

Рольова гра — це неформальна постановка, в процесі якої учасники без попередньої підготовки розігрують сценки або ситуації. При цьому вони уявляють себе вигаданими персонажами, які моделюють реальні життєві історії та ситуації.

Під час рольової гри учасники не діють від свого імені, а демонструють поведінку і висловлюють почуття умов-

ного персонажа. Зазвичай це набагато легше, ніж діяти від себе особисто.

Рольова гра — дуже ефективний метод апробації нових моделей поведінки. Вона дає змогу «приміряти» їх на себе. Дія «під маскою» дає можливість сформувати власні уявлення учасників про те, як можна розв'язати подібну ситуацію в реальному житті. Це також допомагає краще зрозуміти почуття їхніх персонажів і розвинути навички емпатії (співпереживання).

Крім того, завдяки рольовій грі учасник має змогу краще зрозуміти і висловити власні почуття, без побоювання розкритися і бути висміяним навколишніми. Це — чудова можливість для практичного відпрацювання навичок у ситуаціях, близьких до реальності.

Рольова гра вимагає певних навичок від тренера і від учасників тренінгу. Щоб організувати її:

- опишіть модельну ситуацію, яку треба інсценувати;
- для початку розкажіть учасникам, як вони мають діяти, або запропонуйте сценарій;
- відберіть охочих учасників, щоб продемонструвати цю сценку перед класом. Оберіть для себе одну з провідних ролей;
- використовуйте допоміжний реквізит: капелюшки, картки з іменами, перуки, костюми, маски — усе, що можна виготовити на місці, або приготуване заздалегідь;
- починайте рольову гру;
- якщо це можливо, обігруйте ситуацію з гумором;
- по закінченні сценки обговоріть її;
- об'єднайте клас у групи, нехай вони зіграють між собою цю чи подібну сценку.

Аналіз історій і ситуацій

Аналіз історій і ситуацій — детальний розбір реальної або вигаданої історії, в якій описано, що сталося в житті конкретної людини, групи людей, родини, школи чи громади.

Це дає змогу учасникам проаналізувати й обговорити ситуації, з якими вони можуть зіткнутися в реальному житті. Учні аналізують поведінку персонажів, прогнозують, оцінюють наслідки різних варіантів їхньої поведінки.

Історія може бути незавершеною, і тоді учасники самі вирішують, які наслідки можуть мати місце і як саме треба діяти, щоб вона мала щасливий кінець.

Головна цінність цього методу в тому, що учасники мають змогу експериментувати з майже реальним життям і апробувати різні варіанти поведінки в безпечних умовах, прогнозувати, що з цього вийде.

Перевагами цього методу є:

- вироблення навичок аналізу проблем і ситуацій;

- він сприяє виробленню навичок критичного мислення і прийняття рішень;
- він сприяє розвитку життєвих навичок, творчого і критичного мислення, співпраці та групової роботи.

Інші методи

Дебати, дослідницькі роботи, мистецькі конкурси, вистави, виставки, виступи агітбригад, концерти, пробіги, проведення круглих столів та інші заходи, присвячені цій проблемі, привертають увагу громадськості.

Плануючи таку діяльність, ви змінюєте громадську думку, створюєте сприятливе середовище для ефективного впровадження предмета, мотивуєте молодь, батьків, педагогічний колектив, а нерідко — й засоби масової інформації, які шукають цікаві матеріали з цієї проблеми.

4. Організація і ресурсне забезпечення тренінгу

4.1. Типи тренінгових кабінетів

Проведення тренінгів передбачає такі форми роботи як: обговорення в колі, створення творчих проектів, мультимедійні презентації, робота в групах чи в парах, проведення руханок, постійне переміщення кабінетом.

Оскільки переставляти столи до і після кожного тренінгу незручно, в кожному сучасному навчальному закладі доцільно обладнати тренінговий кабінет.

Приміщення для тренінгового кабінету має бути просторим (площею не менш як 40 квадратних метрів) або складатися з кількох окремих кімнат. Залежно від цілей, обсягів запланованої роботи та матеріальних потужностей закладу тренінгові кабінети можуть бути різних типів:

- Окремий тренінговий кабінет, що складається з однієї просторої класної кімнати або класної кімнати та лабораторного приміщення.
- Окремий тренінговий кабінет-комплекс, який складається з приміщення для проведення тренінгів, кабінету для мультимедійних презентацій і методичного забезпечення та лабораторного приміщення (можливі варіанти).

- Тренінговий центр, до якого тренінговий кабінет входить як структурний підрозділ разом з кабінетом психологічного розвантаження, кабінетами для методичного, мультимедійного забезпечення, лабораторними приміщеннями, іншими приміщеннями для проведення постійно діючих семінарів-тренінгів, упровадження різних превентивних проектів, виховних та навчальних заходів за тренінговою методикою.
- Відповідно до спеціалізації, можливостей і потреб навчального закладу може змінюватися як тип тренінгового кабінету, так і розташування його структурних підрозділів, їхнє оснащення, наповнюваність та оформлення.

4.2. Оформлення тренінгового кабінету

У тренінговому кабінеті мають бути визначені та спеціально оформлені окремі навчальні сектори (зони):

- зона для роботи учнів у колі;
- зона для виконання руханок, рухливих об'єднань тощо;
- зона для роботи учнів у малих групах;

- робоче місце вчителя-тренера;
- зона для розташування мультимедійної, розмножувальної техніки, фото-, відео-, аудіоапаратури тощо;
- місце для розміщення навчально-методичних матеріалів.

Розміщуючи навчальні зони, слід враховувати як розміри приміщення, так і послідовність, зручність, легкість їх використання у процесі проведення тренінгу, взаємозв'язки між ними, естетичність оформлення, наповнюваність, мобільність і якість навчальних і допоміжних компонентів (столів, стільців, шаф, полицок, наочних посібників, техніки тощо).

Залежно від типу тренінгового кабінету навчальні зони можуть вирости до окремого приміщення або цілих структурних підрозділів-кімнат у форматі кабінету-комплексу чи тренінгового центру.

За умови просторового дефіциту навчальні зони можна робити комбінованими або розмішувати так, щоб їх можна було легко реконструювати в інші.

Стіни в тренінговому кабінеті повинні максимально використовуватися як робочі поверхні для демонстрації творчих робіт учасників, тому їх слід завчасно покрити стійким покриттям.

На стіні має бути також годинник для контролю за дотриманням регламенту, на вікнах – вертикальні жалюзі для забезпечення затемнення при використанні мультимедійної техніки.

Підлога повинна мати якісне суцільне покриття. Затишок і комфорт тренінгового кабінету забезпечать куточок для проведення кави-пауз і кімнатні рослини.

4.3. Ресурсне забезпечення тренінгового кабінету

Тренінговий кабінет забезпечується двома комплектами стільців для стаціонарної роботи в колі й за столом, а також шістьма столами легкої конструкції для роботи учасників у малих групах.

Сучасний тренінговий кабінет має повне технічне забезпечення (комп'ютер, проектор і екран) для проведення мультимедійних презентацій і демонстрації відеоматеріалів.

Для виготовлення роздаткових матеріалів кабінет оснащується принтером і ксероксом.

Цифровий фотоапарат допоможе зафіксувати найцікавіші моменти ваших тренінгів, а з допомогою відеокамери можна удосконалювати навички презентації, невербального спілкування тощо.

Проведення тренінгів потребує забезпечення канцтоварами. У школі найлегше «роздобути» канцтовари, провівши презентаційний тренінг для батьків. Зазвичай зворушені батьки без проблем забезпечують тренінги усім необхідним.

В іншому випадку тренер може завести для кожного класу (групи) окрему папку з переліком усіх необхідних матеріалів і запропонувати учасникам принести їх.

Нижче наведено перелік того, що знадобиться на тренінгу (мал. 4):

- крейда (біла і кольорова);
- спеціальні фломастери для фліп-чарту, якщо ви (щасливчик!) його маєте;
- папір формату А2 або А3 для виконання групових проєктів, запису правил групи та очікувань учасників. З цією метою можна придбати відходи поліграфічних підприємств

- або використати зворотний бік плакатів, що залишилися після закриття виборчих дільниць;
- аркуші формату А4 (білі та кольорові), зошити чи блокноти для записів;

- бейджики (для кожного учасника);
- фломастери, маркери, клейкі та неклейкі папірці, безпечні шпильки, скріпки, кнопки, ножиці, серветки, м'ячик, паперовий скотч або цінники.



Мал. 4

5. Навчальна програма основ здоров'я для 1-го класу /2, 3/



Мал. 5. Зразки тренінгових кабінетів

5.1. Пояснювальна записка

Здоров'я — найперша необхідна умова успішного розвитку кожної людини, її навчання, праці, добробуту, створення сім'ї та виховання дітей.

Навчити дітей берегти та зміцнювати своє здоров'я — одне з найважливіших завдань сучасної школи, яке має стати атрибутом будь-якої освітньої діяльності у навчальному закладі й поза його межами. Але найповніше це завдання реалізується через предмет «Основи здоров'я».

Мета предмета «Основи здоров'я» — формування здоров'язбережувальної компетентності учнів на основі оволодіння ними знаннями про здоров'я та безпеку, практичними навичками здорового способу життя і безпечної поведінки, формування в них ціннісного ставлення до життя і здоров'я, сприяння їх фізичному, психічному, соціальному й духовному розвитку.

Головними **завданнями** предмета є:

- формування в учнів знань про здоров'я, здоровий спосіб життя, безпечну поведінку, взаємозв'язок організму людини з природним, техногенним і соціальним оточенням;
- розвиток в учнів мотивації дбайливо ставитися до власного здоров'я, удосконалювати фізичну, соціальну, психічну і духовну його складові;
- виховання в учнів потреби у здоров'ї, що є важливою життєвою цінністю, свідомого прагнення до ведення здорового способу життя;

- розвиток умінь самостійно приймати рішення щодо власних вчинків;
- набуття учнями власного здоров'язбережувального досвіду з урахуванням стану здоров'я;
- використання у повсякденному житті досвіду здоров'язбережувальної діяльності для власного здоров'я та здоров'я інших людей.

Реалізація мети та завдань предмета буде ефективною за умов:

- постійного мотивування учнів до здорового способу життя і безпечної життєдіяльності;
- застосування інтерактивних методів навчання, що забезпечують індивідуалізацію сприйняття, активну участь кожного учня і групову взаємодію;
- урізноманітнення типів уроків (урок-тренінг, урок-екскурсія, урок-зустріч тощо);
- переважання практичних дій і вправлянь учнів у засвоєнні навчального матеріалу;
- забезпечення зв'язку між теоретичними відомостями й можливостями їх практичного застосування;
- забезпечення змістових та мотиваційних зв'язків предмета з навчальним матеріалом інших предметів початкової школи (фізична культура, природознавство, Я у світі, читання тощо);
- наявності навчально-методичного забезпечення для всіх учасників навчально-виховного процесу;

- наявності підготовленого педагога і відповідного освітнього середовища (зокрема, тренінгового кабінету);
- співпраці вчителя з батьками, батьків з дітьми;
- ціннісного ставлення вчителя до свого здоров'я, особистого прикладу дотримання правил здорового і безпечного способу життя;
- здійснення моніторингу за відповідністю процесу навчання критеріям його ефективності.

Змістову основу предмета становлять такі базові поняття: *здоров'я, здоровий спосіб життя, безпечна поведінка, здоров'язбережувальна компетентність, здоров'язбережувальні компетенції (життєві та спеціальні навички)*.

Здоров'я розглядається як:

- стан загального фізичного, психологічного та соціального благополуччя, а не тільки відсутність хвороб і фізичних вад (ВООЗ);
- процес формування, збереження, зміцнення, відновлення фізичної, соціальної, психічної та духовної його складових.

Здоровий спосіб життя — спосіб життєдіяльності людини, метою якого є формування, збереження і зміцнення здоров'я.

Безпечна поведінка — поведінка людини, яка не загрожує її життю і здоров'ю та безпеці інших людей.

Здоров'язбережувальна компетентність — здатність учня застосувати *здоров'язбережувальні компетенції* в умовах конкретної життєвої або навчальної ситуації на користь збереження, зміцнення і формування здоров'я.

Здоров'язбережувальні компетенції (життєві та спеціальні) —

це суспільно визнаний рівень знань, умінь, навичок, ставлень, які сприяють здоров'ю у всіх сферах життєдіяльності людини.

Зміст програми для кожного класу структурується за такими розділами: 1) здоров'я людини; 2) фізична складова здоров'я; 3) соціальна складова здоров'я; 4) психічна та духовна складові здоров'я.

Розділ «Здоров'я людини» передбачає формування цілісного уявлення учнів про здоров'я, безпеку і розвиток людини та їх взаємозв'язок із способом життя і навколишнім середовищем.

Розділ «Фізична складова здоров'я» спрямовано на вивчення чинників, що впливають на фізичне благополуччя дитини.

Розділ «Соціальна складова здоров'я» присвячено вивченню чинників, що впливають на соціальне благополуччя людини, та правил безпечної поведінки у навколишньому середовищі. Профілактика шкідливих звичок розглядається в контексті формування в учнів навичок протидії негативним соціальним впливам.

Розділ «Психічна та духовна складові здоров'я» містить інформацію щодо чинників, які впливають на емоційний, інтелектуальний та духовний розвиток учня. Профілактика шкідливих звичок розглядається в контексті розвитку позитивної самооцінки, навичок критичного мислення й уміння приймати важелі рішення.

Програму побудовано за концентричним принципом. Зазначені розділи є наскрізними для всієї початкової школи, в кожному класі зміст і обсяг пропонованої учням інформації, організація її засвоєння змінюються відповідно до зростання пізнавальних і психологічних особливостей учнів. За умови дотримання державних вимог

до результатів навчання послідовність і кількість годин на ці складові у підручниках і календарних планах можуть змінюватися відповідно до авторського викладу, робочого плану школи, необхідності своєчасного реагування на конкретні умови, в яких відбувається навчально-виховний процес (наближення епідемій, стихійне лихо, інфекційні хвороби тощо).

Особливість методики проведення уроків у початковій школі полягає в тому, що оволодіння здоров'язбережувальними компетенціями потребує багаторазового вправлення, насамперед у процесі групової взаємодії. Тому необхідна організація практичної, ігрової, індивідуальної та колективної діяльності учнів, що базується на суб'єкт-суб'єктній взаємодії вчителя з учнями й учнів між собою. Такий підхід отримав назву «освіта на основі набуття життєвих навичок» (ООЖН) і характеризується застосуванням інтерактивних методів навчання, що забезпечує ефективне засвоєння учнями навчального матеріалу і відпрацювання ними поведінкових навичок.

Особливістю **структури уроків** з основ здоров'я має бути гнучкість, органічне поєднання навчально-пізнавальної та оздоровчо-рухової діяльності учнів, включати різні види діалогу, групової співпраці. Особливого значення для формування в учнів здорового способу життя та безпечної поведінки має емоційність і

доступність навчального матеріалу, його унаочнення. Практичні роботи, зазначені в програмі, виконуються учнями в практично-дієвій формі під час опрацювання відповідної теми для досягнення мети уроку або вдома з батьками.

Узагальненим **результатом** навчання основ здоров'я у початковій школі є відповідний до віку рівень здоров'язбережувальної компетентності учнів. Деталізовані результати навчання у початковій школі представлено у вигляді державних вимог щодо рівня загальноосвітньої підготовки учнів.

Оцінювання навчальних досягнень учнів має бути заохочувальним і здійснюватися переважно засобами моніторингу за прогресом у знаннях, ставленнях та вміннях учнів впродовж навчання у початковій школі.

Моніторинг доповнюється поточним (поурочним) і тематичним оцінюванням без виставлення академічних оцінок, що створюватиме умови для розвитку в учнів навичок самооцінювання, самоаналізу і розвитку внутрішньої мотивації до навчання, починаючи з початкової школи.

Тематичне оцінювання здійснюється після засвоєння учнями розділів чотири рази на рік: перше охоплює розділи «Здоров'я людини» і «Фізична складова здоров'я», друге і третє — «Соціальна складова здоров'я», четверте — «Психічна і духовна складові здоров'я».

5.2. Програма для учнів 1-го класу

1-й клас (34 години, із них 3 години ~ резервні)	
Зміст навчального матеріалу	Державні вимоги щодо рівня загальноосвітньої підготовки учнів
<p>1. Здоров'я людини (3 год.)</p> <p>Що вивчає предмет «Основи здоров'я». Безпека першокласника.</p> <p>Здоров'я та його ознаки. Порушення здоров'я (травми, захворювання) та їх профілактика.</p> <p>Ріст і розвиток людини.</p> <p><u>Практичні роботи</u></p> <p>Знайомство зі школою.</p> <p>* Вимірювання зросту і маси тіла (за допомогою дорослих).</p> <p>* Фізкультурхвилинки для зменшення втоми та підвищення працездатності (розслаблення очей і м'язів рук, тулуба)</p>	<p>Учні розповідають:</p> <ul style="list-style-type: none"> що вивчає предмет «Основи здоров'я»; <p>називають:</p> <ul style="list-style-type: none"> чинники, що впливають на здоров'я; ознаки здоров'я і хвороби; ознаки свого росту і розвитку; <p>пояснюють:</p> <ul style="list-style-type: none"> чому діти не повинні вживати ліки та незнайомі речовини самостійно; <p>уміють:</p> <ul style="list-style-type: none"> вільно орієнтуватися у класі й у приміщенні школи; організовано виходити зі школи; виконувати вправи для розслаблення очей і м'язів рук, тулуба; <p>дотримуються правил:</p> <ul style="list-style-type: none"> поведінки на уроках і на перерві; безпеки у шкільних коридорах, на сходах, у дверях.
<p>2. Фізична складова здоров'я (8 год.)</p> <p>Щоденне піклування про своє здоров'я. Розпорядок дня.</p> <p>Постава. Як правильно сидіти за партою. Робоче місце першокласника.</p> <p>Правила особистої гігієни. Догляд за руками.</p> <p>Харчування і здоров'я. Овочі, фрукти, молочні продукти, їх значення для росту та розвитку.</p> <p>Фізичні вправи та загартовування. Активний і пасивний відпочинок.</p> <p><u>Практичні роботи</u></p> <p>*Складання розпорядку дня (з допомогою дорослих).</p> <p>*Як складати портфель.</p> <p>*Як правильно мити руки.</p> <p>* Вправи для формування правильної постави та стопи.</p>	<p>Учні розповідають:</p> <ul style="list-style-type: none"> як вони піклуються про своє здоров'я; <p>називають:</p> <ul style="list-style-type: none"> ситуації, в яких треба мити руки; <p>наводять приклади:</p> <ul style="list-style-type: none"> деяких фізичних вправ і процедур загартовування; <p>розпізнають:</p> <ul style="list-style-type: none"> правильне і неправильне сидіння за партою; предмети загальної та особистої гігієни; корисні та шкідливі продукти й напої; активний і пасивний відпочинок; <p>пояснюють:</p> <ul style="list-style-type: none"> чому важливо вчасно лягати спати; чому дітям потрібно вживати овочі, фрукти та молочні продукти щодня; <p>уміють:</p> <ul style="list-style-type: none"> складати портфель, підтримувати порядок на робочому місці; правильно мити руки, використовувати засоби гігієни; визначати правильність своєї постави (з допомогою дорослих); виконувати вправи для формування правильної постави та профілактики плоскостопості;

* Тут і далі практичні роботи, які слід виконувати не лише в класі, а й удома з допомогою батьків.

3. Соціальна складова здоров'я (12 год.)

Піклування про здоров'я в сім'ї.

Дівчатка і хлопчики. Уміння товаришувати.

Безпечні місця для ігор і розваг.

Поведінка в небезпечних ситуаціях. Телефони аварійних служб.

Поведінка дитини в автономній ситуації у населеному пункті (якщо заблукав, загубився, відстав від класу).

Дитина вдома. Побутові небезпеки. Місця підвищеної небезпеки у школі.

Мікрорайон школи. Вибір безпечного маршруту від школи додому.

Складові дороги. Безпечний перехід проїзної частини дороги.

Правила користування громадським транспортом.

Практичні роботи

Розігрування діалогів знайомства.

Спільні ігри для хлопчиків і дівчаток.

*Моделювання ситуації повідомлення про небезпеку за телефонами аварійних служб.

*Моделювання ситуації пошуку допомоги, якщо заблукав, загубився, відстав від класу.

Визначення безпечних місць для ігор на шкільному подвір'ї.

Учні розповідають:

- як піклуються про здоров'я у їхній родині;
 - про одяг, заняття, спільні ігри для хлопчиків і дівчаток;
- називають:**
- людей, до яких можна звернутися по допомогу, якщо заблукав чи загубився;
 - свою адресу, номери телефонів батьків, аварійних служб;
 - предмети, якими не можна гратися вдома і надворі;
 - правила поведінки у громадському транспорті;
- наводять приклади:**
- небезпечних ситуацій у побуті (пожежа, несправність електроприладів, витік газу, порушення водопостачання);
- розпізнають:**
- ситуації, в яких не можна повідомляти свою адресу і телефон;
 - основні частини дороги (проїзна частина, бордюр, тротуар, перехрестя, перехід);
 - дорожні знаки, що позначають пішохідний перехід,
 - сигнали світлофора;
- пояснюють:**
- чому треба слухатися батьків;
 - небезпеку прогулянок далеко від дому без дорослих;
- уміють:**
- підтримувати доброзичливі стосунки з однокласниками;
 - повідомляти батькам і вчителям про бійки, вимагання грошей, ображення, знущання тощо;
 - обирати безпечні місця для рухливих ігор і розваг;
 - відмовлятися від пропозицій погратися у небезпечному місці, відходити далеко від дому, від подарунків та пропозицій незнайомих людей;
 - у разі виникнення екстремальної ситуації звертатися по допомогу до дорослих, аварійних служб;

4. Психічна і духовна складові здоров'я (8 год.)

Унікальність людини. Повага до себе та інших людей.

Народні традиції, родинні свята і здоров'я.

Емоції та настрої людини. Як покращити настрої.

Рішення і наслідки. Уміння приймати рішення. Рішення для здоров'я.

Практичні роботи.

*Створення пам'ятки: «Як влаштувати веселе свято».

Вправи: «Вгадай емоцію», «Намалюй настрої».

*Ігри, що сприяють гарному настрою.

*Перегляд та обговорення поведінки персонажів мультфільмів, їхнє ставлення до свого здоров'я та до здоров'я інших.

Учні розповідають:

- про свої улюблені свята;

називають:

- прислів'я та приказки про здоров'я;

розпізнають:

- корисні та шкідливі традиції святкування;
- ситуації, що покращують настрої;
- вербальні і невербальні вияви емоцій;
- знак «Курити заборонено»;

пояснюють:

- що люди щодня приймають багато рішень;
- що усі рішення мають наслідки;
- що можна навчитися приймати правильні рішення;
- необхідність звертатися по допомогу до старших для прийняття правильних рішень;
- шкоду пасивного куріння;

уміють:

- відшукувати схожі риси та відмінності;
- оцінювати свій емоційний стан;
- використовувати прийоми для самозаспокоєння;
- уникати ситуацій пасивного куріння.

Підготовка до Дня здоров'я (за рахунок резервних годин).

6. Навчально-методичне забезпечення для 1-го класу

6.1. Посібник для вчителя

Це видання, яке ви тримаєте в руках. Воно містить:

- концепцію предмета «Основи здоров'я»;
- інформацію про методи навчання і групової роботи;
- рекомендації щодо впровадження предмета в школі та розбудову партнерства;
- розробки уроків за підручником.



6.2. Підручник

Створено відповідно до програми основ здоров'я для учнів 1-го класу загальноосвітніх навчальних закладів. Зміст підручника спрямовано на розвиток життєвих навичок, сприятливих для здоров'я, безпеки й гармонійного розвитку дитини.

Він орієнтує на застосування інтерактивних методів навчання, які добре сприймаються дітьми. Підручник розроблено у співпраці з ЮНЕСКО.



6.3. Зошит-практикум

Містить матеріали для організації продуктивної діяльності учнів під час проведення уроків за підручником: ігор, аналізу й обговорення ситуацій, роботи в групах, розвитку спостережливості та логічного мислення, виконання творчих завдань тощо.



6.4. Компакт-диск для вчителя

На диску містяться:

- електронні копії нормативних документів, зокрема, навчальної програми, календарного плану та інших документів;
- опис інтерактивних методів, збірка тренінгових вправ;
- мультимедійні презентації у форматі Power Point.



6.5. Комплект тематичних таблиць і дидактичних карток

Учителю стануть у нагоді додаткові матеріали для проведення уроків, підготовлені видавництвом «Навчальна книга — Богдан».

Це — наочні таблиці та комплект дидактичних карток для активізації мислення, розвитку творчої уяви та спостережливості, завдань для відпрацювання практичних навичок і поточного безцінного оцінювання знань учнів.



ЧАСТИНА II

Розробки уроків за програмою для 1 класу

Вступ

- Урок 1. Що вивчає предмет «Основи здоров'я» 39
- Урок 2. Знайомство зі школою ... 42
- Урок 3. Ріст і розвиток 44
- Урок 4. Здоров'я і хвороби..... 46

Розділ 1. Здорове тіло

- Урок 5. Режим дня 49
- Урок 6. Твоя постава 51
- Урок 7. Здорові стопи 54
- Урок 8. Чистота і здоров'я..... 56
- Урок 9. Харчування і здоров'я ... 59
- Урок 10. Рух і здоров'я..... 62
- Урок 11. Загартовування 65
- Урок 12. Корисний відпочинок ... 68
- Урок 13. Узагальнювальний до розділу «Здорове тіло» 70

Розділ 2. Серед людей

- Урок 14. Моя родина 73
- Урок 15. Дівчатка і хлопчики ... 76
- Урок 16. Учимося товаришувати... 79
- Урок 17. Узагальнювальний до розділу «Серед людей» 82

Розділ 3. Безпечне довкілля

- Урок 18. Безпека ігор та розваг ... 85
- Урок 19. Наші рятувальники 88
- Урок 20. У незнайомому місці... 90
- Урок 21. Безпека в домі 92
- Урок 22. Безпека в школі 94
- Урок 23. Ти — пішохід 96
- Урок 24. Ти — пасажир 98
- Урок 25. Дорога до школи..... 101
- Урок 26. Узагальнювальний до розділу «Безпечне довкілля»... 104

Розділ 4. Здоровий дух

- Урок 27. Неповторність людини... 107
- Урок 28. Народні традиції і здоров'я..... 110
- Урок 29. Настрій і почуття 113
- Урок 30. Учимося приймати рішення 116
- Урок 31. Узагальнювальний до розділу «Здоровий дух» 119

Сценарій «Свято здоров'я» 121



Урок 1.

Вступ

Урок 1. Що вивчає предмет «Основи здоров'я»

Урок 2. Знайомство зі школою

Урок 3. Ріст і розвиток

Урок 4. Здоров'я і хвороби

Практичні роботи за програмою:

- Знайомство зі школою.
- Вимірювання зросту і маси тіла (за допомогою дорослих).
- Фізкультхвилинки для зменшення втоми та підвищення працездатності (розслаблення очей і м'язів рук, тулуба).



ЩО ВИВЧАЄ ПРЕДМЕТ «ОСНОВИ ЗДОРОВ'Я»



Мета

Викликати інтерес до предмета «Основи здоров'я», ознайомити учнів із правилами роботи в групах.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні:

- *розповідають*, що вони дізнаються з підручника;
- *пояснюють*, чому змалку слід турбуватися про здоров'я;
- *дотримуються* правил роботи в групах.



Обладнання і матеріали:

- Папір, олівці, ножиці, скотч, клей.
- Підручник (с. 3–5).



Що підготувати заздалегідь:

- Виготовити паперове сонечко, хмарку, три галявини;
- Вирізати різнокольорові паперові квіти за кількістю учнів;
- Виступи двох дітей (інсценівка «Сусіди» на с. 41).

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	7 хв.
Робота в групах	5 хв.
Інформаційне повідомлення	7 хв.
Руханка	3 хв.
Ознайомлення з підручником	8 хв.
Підсумкове завдання	5 хв.
Усього тривалість	35 хв.

**Стартові завдання** (налаштувати дітей на дружні взаємини).

1. Закріпити на дошці усміхнене сонечко, закрити його хмаринкою. Під ними – три зелені галявини.
 - Діти, людська посмішка може творити справжні дива. Посміхніться одне одному, мені, всьому, що вас оточує.
2. Зняти з сонечка хмаринку.
 - Дивіться, засяяло сонечко, і все навкруг ожило. І навіть зацвіли різнокольорові квіти.
3. Роздати кожній дитині паперову квіточку.
 - Напишіть на квіточці кожен своє ім'я, а тим, хто не може цього зробити, я допоможу.
 - Тепер ці квіти ми з вами помістимо на оці галявинки.
4. Кожному ряду покласти на парту по галявинці. Попросити дітей намастити серединку квітки клеєм, підійти до парти і приклеїти на галявинку.
 - Погляньте, які у вас вийшли гарні квітучі галявини.
5. Вивісити галявинки біля сонечка.
 - А якщо я їх об'єднаю, у нас вийде величезна галявина чарівних квітів, адже кожна квіточка – це частинка вашої енергії, вашого тепла, вашої доброти, це іскорка вашої посмішки.
 - Якщо ви завжди будете отак разом, тісно, як ваші квіти, ви всього досягнете, все зможете, всього навчитесь.
6. Назвати тему і завдання уроку.

Робота в групах (ознайомити учнів із правилами групової роботи)

– Коли ви клеїли галявинки, то працювали у групах. Ми з вами часто це будемо робити – і у великих групах, як зараз, і в маленьких. Тому з'ясуймо, що вам заважало в цій роботі?

1. Разом з учнями назвати: шум, викрики, штовханина тощо.
 - От щоб надалі цього не було, ми складемо правила роботи в групах.
2. Назвати такі правила:
 - об'єднуватися в групу тихо і без штовханини;
 - при обговоренні вислухати думку кожного;
 - ставитися один до одного з повагою;
 - не критикувати, не принижувати.
 - Об'єднайтеся зараз знову в три групи за цим правилом.
 - Якщо ви дотримуватиметеся цих правил, то і ваша робота буде успішною, і кожному буде цікаво.
 - Спробуйте за цими правилами обговорити в групах і дати відповідь на запитання: що ми будемо вивчати на уроках з основ здоров'я?
3. Вислухати всі відповіді.
4. Висновок: на уроках з основ здоров'я ми навчимося, як турбуватися про власне здоров'я.

Інформаційне повідомлення (показати, чому треба турбуватися про своє здоров'я)

1. Двоє заздалегідь підготовлених дітей інсценують розмову двох дідусів.

Сусіди

- Ти чого сумний, сусіде?
Чого не радієш?
– Ой, на старість – самі біди!
Нічого не вдієш!
– А я зранку – на зарядку,
Розітрись завзято.
Тож і настрої у порядку,
І сили багато.
– Хоч і тепло я вдягаюсь,
Кашляю і чхаю.
– В ополонці я купаюсь,
Тож хвороб не знаю.
– Я здоровим хочу стати,
Ось зараз візьмуся.
– Щоб здорову старість мати,
Змолоду турбуйся!
2. Запитати учнів:
 - Як ви гадаєте, чому в цих дідусів таке різне здоров'я? (Бо перший весь час загартовувався, займався спортом, а другий не турбувався про себе.)
 3. Навести прислів'я: «Бережи одяг, доки новий, а здоров'я – доки молодий».
 4. Висновок: щоб не хворіти, треба змалку турбуватися про своє здоров'я.
 - Якраз на уроках ми з вами навчимося це робити.

Руханка (запобігти втомі)

Діти стають біля парт, повторюють за вчителем по рядочку і виконують рухи.
Сонечко ласкаве з неба

Промінці нам посилає.
Потягись до нього треба –
І промінчика впіймаєм.
Не барися, потягнися
І товаришу всміхнися.

Ознайомлення з підручником (навчити працювати з підручником)

1. Запросити учнів розглянути в підручнику с. 3–5. Описати малюнки.
2. Познайти з помічниками – персонажами мультфільму «Смішарики».
 - Пригадайте особливості героя. У чому, на вашу думку, він може вам допомогти?

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Запитати, який настрої у дітей після роботи на уроці? Що цьому сприяло?
2. Дати відповіді на запитання:
 - Для чого потрібен урок з основ здоров'я?
 - Чому треба турбуватися про здоров'я?
3. Пригадати правила, за якими діти будуть працювати у групах.
4. Пограти в гру «Ти молодець!». Діти стають у коло і розповідають, як вони вже турбуються про своє здоров'я. Наприклад, один говорить: «Я щоранку роблю зарядку». Всі йому відповідають: «Ти молодець!» і показують великий палець.

Урок 2.

ЗНАЙОМСТВО ЗІ ШКОЛОЮ



Мета

Навчити дітей вільно орієнтуватися в приміщеннях школи й організовано виходити з навчального закладу.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні:

- *називають* ім'я та по-батькові директора, вчителя, медичної сестри;
- *пояснюють*, як пройти в основні приміщення школи;
- *дотримуються* правил безпеки у шкільних коридорах, на сходах, у дверях.



Обладнання і матеріали:

- Картки із зображенням приміщень школи.
- Підручник, с. 6–11.
- Зошит-практикум, с. 4–5.



Що підготувати заздалегідь:

- Правила для учнів школи, які діти пропонують разом із батьками.
- Картки із зображенням спортзалу, їдальні, медичного кабінету, класу.

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	6 хв.
Інформаційне повідомлення	5 хв.
Робота в групах	9 хв.
Практична робота	12 хв.
Підсумкове завдання	3 хв.
Усього тривалість	35 хв.

Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати правила роботи в групах.
2. Назвати тему і завдання уроку.
3. Ознайомити дітей із завданнями на уроках з основ здоров'я (с. 10 підручника).

Інформаційне повідомлення (познайомити з працівниками школи)

– У школі працює багато людей. Усі вони турбуються про твою безпеку і здоров'я. Зараз ми з ними познайомимось.

1. Розгорнути підручник на с. 9. Назвати імена і по-батькові директора, вчителя, медичної сестри. Дати відповіді на запитання у підручнику.
2. Виконати завдання в зошиті на с. 4.

Робота в групах (вивчити правила для учнів)

– Для того, щоб вам тут було безпечно, створили правила для учнів. Спробуймо прокоментувати кожне правило.

1. Об'єднати дітей у групи по чотири

учні. Розглянути с. 11 підручника. Прочитати правило, запросити дітей до обговорювання. Діти коментують необхідність у цьому правилі так: «Наша група вважає...»

2. Запитати, які ще правила запропонували б діти у школі (ті, які підготували вдома).

Практична робота (ознайомитися з приміщенням школи)

1. Назвати основні приміщення школи.
2. Запропонувати пройти всім класом і знайти їх. Одна пара отримує маршрутну картку «Їдальня» і веде клас до їдальні. Інша — «Спортзал» і т. д. Остання пара — «Клас», яка повертає дітей до класу.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Попросити учнів продовжити речення: «Я можу показати, де у школі знаходиться...»; «Я знаю, як звати...».
2. Для закріплення правил поведінки виконати завдання в зошиті на с. 5.

Урок 3.

РІСТ І РОЗВИТОК



Мета

Сформувати в учнів уявлення про те, як росте і розвивається людина, навчити вимірювати зріст і масу тіла.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні:

- називають ознаки росту і розвитку;
- розповідають, як вимірювати зріст і масу тіла;
- демонструють, що вони навчилися робити останнім часом.



Обладнання і матеріали:

- Шкала для вимірювання зросту.
- Терези для вимірювання маси тіла.
- Три м'ячики (або інші предмети для естафети).
- Підручник, с. 12–15.
- Зошит-практикум, с. 6–7.



Що підготувати заздалегідь:

- Попросити батьків записати перші слова, які дитина навчилася говорити.
- Виміряти з батьками зріст і масу тіла дитини.

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	10 хв.
Практична робота	8 хв.
Робота в парах	5 хв.
Інформаційне повідомлення	3 хв.
Руханка	6 хв.
Підсумкове завдання	3 хв.
Усього тривалість	35 хв.

Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати, що робили на минулому уроці.
2. Назвати тему і завдання уроку, пояснити різницю між словами «ріст» і «зріст» (*ріст* – це процес, коли ти ростеш, а *зріст* – це висота тіла, на яку ти вже виріс).
3. Розглянути малюнки на с. 12 підручника, дати відповіді на запитання.
4. Пограти у гру «Більший – ще більший». Діти стають у три кола (навколо парт свого ряду). Учитель дає першому учневі м'яча і називає тварину, наприклад, мишу. Той віддає м'яча наступному, кажучи при цьому: «А кіт більший». Наступний гравець називає ще більшу тварину. Наголосити, що важливо, щоб тварини «підростали» поступово.

Практична робота (навчити вимірювати зріст і масу тіла)

1. Розповісти, що серед дітей теж є вищі та нижчі. Продемонструвати на кількох учнях, як можна вимірювати зріст. Запропонувати робити це вдома двічі на рік. Запропонувати кожному порівняти його зріст із тим, з яким він народився.
2. Виконати завдання в зошиті на с. 6. (Найвищий – Петрик, другий – Юрко, найнижчий – Сашко).
3. Запропонувати аналогічне завдання на порівняння маси тіла.

Робота в парах (простежити розвиток людини)

1. Розповісти, що дитина щодня розвивається, набуває нових знань та вмінь.

2. Об'єднатися в пари. Розглянути малюнки на с. 14 підручника. Запропонувати дітям скласти ланцюжок розвитку дитини, розказати один одному про своє останнє досягнення – що навчилися робити. Запропонувати охочим продемонструвати це вміння. Запитати, яке перше слово вимовляв кожен із дітей.
3. Виконати завдання в зошиті на с. 7.

Інформаційне повідомлення (ознайомити з умовами правильного розвитку)

1. Щоб дитина правильно набирала масу тіла, росла і розвивалася, необхідно дотримуватися певних умов:
 - вчасно і правильно харчуватися;
 - займатися фізкультурою і спортом;
 - активно відпочивати;
 - вчасно лягати спати.
2. Запитати у дітей, як вони виконують кожну з умов.

Руханка (виконати рухливі вправи)

- Зараз я вам пропоную активний відпочинок – руханку.
1. Виконати руханку на с. 15 підручника.
 2. Запитати дітей: як вони доглядають за вухами? Руками? Очіма?

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Чого ти навчився на сьогоднішньому уроці?
2. Продовжити речення пантомімою: «Щоб добре рости і розвиватися, я буду...». Дитина показує дію (їсти, спати тощо), решта відгадує.

Урок 4.

ЗДОРОВ'Я І ХВОРОБИ



Мета

Ознайомити учнів з ознаками здоров'я і хвороби, пояснити небезпеку вживання ліків без дорослих.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні:

- називають ознаки здоров'я і хвороби;
- розказують, що впливає на здоров'я людини;
- називають, до кого потрібно звернутися, якщо захворів;
- пояснюють, чому діти не повинні вживати ліки самостійно.



Обладнання і матеріали:

- Сюжетні малюнки – чинники здоров'я (загартовування, харчування, заняття спортом, прогулянки на свіжому повітрі).
- Підручник, с. 16–19.
- Зошит-практикум, с. 8–9.



Що підготувати заздалегідь:

- З батьками прочитати казку К.Чуковського «Лікар Айболить».

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	7 хв.
Інформаційне повідомлення	8 хв.
Робота в парах	7 хв.
Проблемна ситуація	8 хв.
Підсумкове завдання	5 хв.
Усього тривалість	35 хв.

Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати, що вивчили на минулому уроці.
2. Назвати тему і завдання уроку.
3. Розглянути малюнок на с. 16 підручника. Обговорити можливі причини хвороби звірят.
4. Виконати завдання на с. 8–9 зошита.

Інформаційне повідомлення (ознайомити з ознаками хвороби)

1. Попросити дітей розповісти, як вони почувалися, коли хворіли. Нагадати дітям ознаки хвороби:
 - слабкість;
 - поганий сон;
 - відсутність апетиту;
 - поганий настрій;
 - температура;
 - біль.
2. Коли людина захворіла, вона потребує турботи та уваги близьких. Прочитати вірш на с. 18. Запитати:
 - Чому медузі не було самотньо?
 - Що робили друзі для неї?
 - Як ви проявляли турботу, коли хворіли ваші близькі чи друзі?

Робота в парах (ознайомити дітей з ознаками здоров'я)

Об'єднатися в пари. За кожним малюнком у підручнику на с. 17 визначити ознаки здоров'я:

- спокійний сон;
- гарний апетит;
- працездатність;
- веселий настрій;
- енергійність.

Проблемна ситуація (ознайомити з чинниками здоров'я)

1. Пояснити, що для здоров'я важливі такі фактори (малюнки на дошці):
 - правильне харчування;
 - загартовування;
 - заняття спортом і фізкультурою;
 - свіже повітря.
2. Об'єднатися в чотири групи. Кожна група отримує завдання – пояснити кожен чинник здоров'я. (Правильне харчування – корисна їжа, їсти в один і той самий час, їжа має бути підігрітою, вживати овочі, фрукти, молочні продукти. Загартовування – обтирання, обливання, повітряні та сонячні ванни, ходіння босоніж. Заняття спортом і фізкультурою – ранкова зарядка, спортивні секції, уроки фізичної культури, рухливі ігри. Свіже повітря – провітрювання кімнати, ігри на свіжому повітрі, прогулянки в парк, до лісу.)
3. Запитати, що було б зі звірятами у казці, якби вони самі почали приймати ліки, не запитавши у лікаря?

Висновок: щоб не трапилось лиха, ніколи не вживайте ліків без дорослих.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Розглянути корисні поради на с. 19 підручника.
2. Повторити ознаки здоров'я і ознаки хвороби. Учитель називає ознаку здоров'я, учні – ознаку хвороби: спокійний сон – поганий сон тощо.
3. Нагадати, що повинен пам'ятати той, хто турбується про своє здоров'я (загартовування, харчування, заняття спортом, прогулянки на свіжому повітрі).

Розділ 1. Здорове тіло

Урок 5. Режим дня

Урок 6. Твоя постава

Урок 7. Здорові стопи

Урок 8. Чистота і здоров'я

Урок 9. Харчування і здоров'я

Урок 10. Рух і здоров'я

Урок 11. Загартовування

Урок 12. Корисний відпочинок

Урок 13. Узагальнювальний до розділу «Здорове тіло»

Практичні роботи за програмою:

- Складання розпорядку дня (з допомогою дорослих).
- Як складати портфель.
- Як правильно мити руки.
- Вправи для формування правильної постави та стопи.



Урок 5. РЕЖИМ ДНЯ



Мета

Пояснити дітям необхідність дотримуватися режиму, навчити за допомогою дорослих складати режим дня.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні:

- *пояснюють*, чому важливо дотримуватися режиму;
- *розповідають* про свій режим дня;
- разом із вчителем *складають* свій режим дня.



Обладнання і матеріали:

- Годинник.
- Підручник, с. 22–25.
- Зошит-практикум, с. 10–11.



Що підготувати заздалегідь:

- Разом із батьками переглянути мультфільм «Абетка здоров'я: режим дня».
- Попросити дітей подумати, навіщо потрібен режим дня.

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	7 хв.
Робота в групах	4 хв.
Практична робота	8 хв.
Руханка	7 хв.
Корисні поради	6 хв.
Підсумкове завдання	3 хв.
Усього тривалість	35 хв.



Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

- Назвати ознаки здоров'я, які вивчили на минулому уроці.
– Людині для здоров'я дуже важливо дотримуватися режиму дня.
- Назвати тему і завдання уроку.
- Запропонувати дітям пригадати, що вони роблять щодня в один і той самий час (прокидаються, вмиваються, снідають, вчаться у школі, обідають, вечеряють, лягають спати).
– Це і є режим дня. Щоб не зашкодити своєму здоров'ю і все встигнути зробити, слід дотримуватися режиму дня.

Робота в групах (ознайомити з особливостями режиму)

- Виконати завдання в зошиті на с. 10–11.
- Об'єднатися у три групи. Користуючись малюнком у підручнику на с. 23, розіграти сценку про те, що роблять уранці, вдень, увечері.

Практична робота (навчити складати свій режим дня)

Користуючись годинником і малюнком на с. 23, скласти разом з учителем режим дня.

Ранок:

- підйом о 7.00;
- зарядка;
- ранковий туалет;
- сніданок;
- дорога до школи о 7.45.

День:

- навчання у школі;
- обід о 13.00;
- відпочинок (сон);
- активний відпочинок, заняття у гуртках, читання.

Вечір:

- допомога батькам по господарству;
- вечеря о 19.00;
- улюблені заняття;
- водні процедури;
- сон о 21.00.

Руханка (виконати рухливі вправи)

Вивчити з учителем вірш у підручнику на с. 24, виконуючи під нього рухи.

– Як ви зрозуміли, для чого потрібна людині фізкультура?

Корисні поради (формувані корисні звички)

Прочитати на с. 25 підручника корисні поради, коментуючи їх таким чином: «Я завжди так роблю» або «А я цього не знав».

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

- Пограйте у гру «Чарівний годинник». Учитель показує на годиннику час, а діти виконують дію відповідно до часу. Наприклад, на годиннику 13.00 – діти показують, що вони обідають.
- Доповніть речення:
«Я буду дотримуватися режиму дня для того, щоб...».



Урок 6. ТВОЯ ПОСТАВА



Мета

Пояснити учням значення для здоров'я правильної постави, навчити вправ для її формування.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні:

- дають визначення терміну «постава»;
- розрізняють правильну і неправильну поставу за її ознаками;
- показують, як перевірити правильність своєї постави;
- демонструють вправи для формування постави.



Обладнання і матеріали:

- Зразки речей, які треба (не треба) брати до школи.
- Корони принца і принцеси.
- Підручник, с. 26–29.
- Зошит-практикум, с. 12–15.



Що підготувати заздалегідь:

- Із батьками підготувати пораду чи вправу для формування постави.
- Необхідне обладнання і матеріали.

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	5 хв.
Руханка	5 хв.
Практична робота	7 хв.
Демонстрація	5 хв.
Інформаційне повідомлення	5 хв.
Мозковий штурм	5 хв.
Підсумкове завдання	3 хв.
Усього тривалість	
	35 хв.

Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати, що робили на минулому уроці (запитати кількох учнів).
2. Назвати тему і завдання уроку, дати визначення поняттю «постава» (постава – це те, як ти ходиш, стоїш, сидиш).
3. Запитання для обговорення:
 - Чому вчитель і батьки завжди повторюють: «Сиди рівно»?
 - Для чого людині потрібна правильна постава?
 - До яких наслідків може призвести неправильне сидіння і ходьба?
 - Як бути дитині, якщо в неї сформувалася неправильна постава? (Треба звертатися до лікаря).

Висновок: щоб не довелось звертатися до лікаря, завжди стеж за своєю поставою.

Руханка (виконати рухливі вправи)

– Постава буває не тільки у людей, а й у тварин.

1. Запропонувати дітям відтворити поставу деяких тварин:
 - встати, розправити плечі й покрутити головою, як лев;
 - потягнутися вгору, як жирафа;
 - побігати на місці, як страус;
 - сісти за парту і потягнутися вгору, як котик.
2. Обговорити:

- Постава якої тварини вам найбільше сподобалася?
- Яку поставу було легко показувати, а яку – складно?
- Вдома ви можете копіювати поставу цих тварин так, як це показано в підручнику на с. 26. Це дуже корисно. А тепер будемо вчитися визначати правильну поставу в людей.

Практична робота (навчити визначати правильність постави)

1. Розглянути в підручнику (с. 27) малюнок, пояснити, як визначають правильність постави.
2. Вивчити з дітьми п'ять частин тіла: потилиця, лопатки, сідниці, литки, п'яти.
3. Об'єднати дітей у пари, стати біля стіни та визначити один в одного правильність постави.

Демонстрація (довести необхідність мати гарну поставу)

1. Запитати учнів, чим відрізняється постава короля (або королеви) та Баби Яги? Що означає вислів «королівська постава»? (Красива, велична.)
2. Виконати завдання в зошиті на с. 12.
3. За допомогою двох учнів у коронах продемонструвати, як треба ходити, щоб сформувати «королівську поставу».
4. Звернути увагу учнів на малюнок у підручнику (с. 27), як правильно сидіти за партою. Запропонувати їм завжди сидіти так, як на малюнку.

Інформаційне повідомлення (як формувати правильну поставу)

1. Розповісти про правила формування правильної постави. (Рівно сидіти під час письма, не сутулитися в процесі ходьби, спати на плоскому ліжку, носити рюкзак за плечима, сидіти чи ходити по кілька хвилин із книжкою на голові.)
2. Виконати завдання в зошиті на с. 13.
3. Запитати, які вправи для постави підготували діти вдома.
4. Розглянути підручник (с. 29) і запитати дітей, які з цих правил вони вже виконують?

Мозковий штурм (навчити стежити за вмістом портфеля)

1. Прочитати вірш у підручнику (с. 28). Запитати в учнів:

- Що зайве поклав Миколка в сумку?
 - Назвіть предмети, які треба носити у портфелі.
2. Виконати вправу «Складаємо рюкзак». Учитель показує предмети, а діти говорять «так» або «ні».

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Продемонструвати правильну поставу.
2. Виконати завдання в зошиті на с. 14–15.
3. Пограти в гру «Ти молодець». Учні стають у коло, називають, що робити-муть для своєї постави («Я сидітиму рівно»; «Я носитиму рюкзак за плечима» тощо). Інші йому відповідають: «Ти молодець», – і показують великий палець.

Урок 7.

ЗДОРОВІ СТОПИ



Мета

Розповісти учням про частини тіла людини, навчити виконувати вправи для запобігання плоскостопості.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні:

- дають визначення терміну «плоскостопість»;
- уміють визначити наявність плоскостопості;
- називають частини тіла людини і тварини;
- показують вправи для запобігання плоскостопості.



Обладнання і матеріали:

- Малюнки пінгвіна, горобця, чаплі.
- Підручник, с. 30–33.
- Зошит-практикум, с. 16–19.



Що підготувати заздалегідь:

- Разом із батьками зробити відбиток стопи на аркуші.
- Необхідне обладнання і матеріали

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	8 хв.
Руханка	4 хв.
Практична робота	5 хв.
Робота в парах	5 хв.
Інформаційне повідомлення	1 хв.
Робота в групах	8 хв.
Підсумкове завдання	4 хв.
Усього тривалість	35 хв.

Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати, що дізналися на минулому уроці про поставу.
- Поінформувати, що на поставу людини дуже впливає форма її стопи.
2. Назвати тему і завдання уроку.
3. Пригадати, як називаються частини тіла людини, тварини. Які з них називаються по-різному? Виконати завдання в зошиті на с. 16–17.

Руханка (виконати рухливі вправи)

Прочитати вірш на с. 32. Зробити руханку під цей вірш. (Учитель промовляє рядок і показує певні рухи. Діти повторюють слова і рухи. Так рядок за рядком.)

Практична робота (навчити розпізнавати форму стопи)

1. Гра «Слідопит». Розгляньте підручник (с. 30). Відгадайте, де чий слід.
2. Відтворіть рухи пінгвіна, горобця, чаплі (малюнки на дошці). Поясніть, чому саме так ви рухалися.
3. Подивіться на свій відбиток, порівняйте його з малюнком на с. 31 підручника. Зробіть висновок про наявність чи відсутність у себе плоскостопості.
4. Якщо виявили плоскостопість, не лякайтесь. Зараз ми з'ясуємо, які вправи допоможуть вам.

Робота в парах (ознайомити з вправами для стопи)

1. Розглянути малюнок на с. 31.
 - Обговоріть у парах, які вправи проти плоскостопості пропонує сова.
2. Запропонувати дітям робити ці вправи щодня.

Інформаційне повідомлення (ознайомити з функцією стопи людини)

– Завдяки нашим стопам ми можемо не лише ходити. На стопах людини дуже багато таких точок, які відповідають за роботу всього організму. Знаючи це, ви можете зміцнювати своє здоров'я. Але як? Сова пропонує вам кілька мудрих порад. Давайте разом спробуємо розгадати ці поради.

Робота в групах (формувати корисні звички)

Об'єднатися в три групи. Кожна отримує завдання: за одним із малюнків (с. 33) скласти корисні поради:

- 1) взуття має бути зручним, не тісним і не великим, відповідати сезону, щоб ноги не мерзли і не парилися;
- 2) улітку слід ходити босоніж по піску, по траві, по дрібних камінцях, але треба пильнувати, щоб не поранитися;
- 3) удома треба мати масажний килимок, який можна купити чи зробити самому з гудзиків.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Що нового ви дізналися про свій організм?
2. Пограйте у гру «Аплодисменти».

Учні стають у коло. Учитель говорить фразу. Якщо це корисна порада, діти плескають у долоні – аплодують. Якщо ні – тупотять ногами. («Ходити босоніж по дрібних камінцях»; «Носити тісне взуття»; «Піднімати з підлоги предмети пальчиками ніг»; «Ходити босоніж по траві» тощо.)

Урок 8.

ЧИСТОТА І ЗДОРОВ'Я

**Мета**

Пояснити учням значення особистої гігієни, навчити правильно мити руки.

**Результати навчання**

Наприкінці заняття учні:

- дають визначення терміну «гігієна»;
- називають засоби особистої гігієни;
- розказують про ситуації, коли треба мити руки;
- демонструють, як правильно мити руки.

**Обладнання і матеріали:**

- Чотири набори малюнків із зображенням предметів гігієни: мило, рушник, зубна щітка, паста, ножиці, шампунь, гребінець.
- Підручник, с. 34–37.
- Зошит-практикум, с. 20–21.

**Що підготувати заздалегідь:**

- Разом із батьками подивитися мультфільм «Абетка здоров'я: чисті руки». Обговорити, для чого необхідно мити руки.
- Необхідне обладнання і матеріали.

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	3 хв.
Робота над загадками	5 хв.
Групова робота	5 хв.
Інформаційне повідомлення	2 хв.
Руханка	2 хв.
Практична робота	6 хв.
Проблемне завдання	4 хв.
Робота в парах	5 хв.
Підсумкове завдання	3 хв.
Усього тривалість	35 хв.

Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати, що вивчили на попередньому уроці.
2. Назвати тему і завдання уроку.
3. Запитання для обговорення:
 - Розгляньте малюнки в підручнику на с. 34. Що роблять тварини та люди? Кажуть, що вони виконують гігієнічні процедури.
 - Які ще гігієнічні процедури ви знаєте? (Мити голову, підстригати нігті, підстригати волосся.)
 - Для чого людині необхідно митися? (Бо чистота – це здоров'я.)

Висновок: гігієна – це підтримування чистоти тіла.

Робота над загадками (ознайомити із засобами гігієни)

1. Запропонувати учням назвати предмети, які допомагають бути чистими. Їх називають засобами гігієни.
2. Прочитати й відгадати загадки на с. 35 підручника.
 - Як ви гадаєте, які з них є особистими, тобто такими, що ними можеш користуватися лише ти сам?

Групова робота (з'ясувати частоту гігієнічних процедур)

Об'єднати учнів у чотири групи. Кожна група отримує набір малюнків із зображенням предметів гігієни.

– Оберіть ті предмети гігієни, які потрібні вам щодня (мило, гребінець, зубна щітка, паста, рушник).

– А як часто потрібен шампунь? (Один раз на тиждень.) А ножиці? (На руках нігті обрізай один раз на тиждень, на ногах – один раз на два тижні.)

Інформаційне повідомлення (довести необхідність мити руки)

Найбільше потребують чистоти ваші руки. Ви вдома дивилися мультфільм, то ж поясніть, чому? (На руках є багато мікробів. Деякі з них можуть стати причиною хвороб, якщо потраплять із немитих рук до рота.)

Руханка (виконати рухливі вправи)

Вивчити з дітьми віршик, імітуючи рухи:

Двох помічників я маю –
 Це ось дві мої руки.
 Я про них не забуваю,
 Мию руки залюбки.

Практична робота (з'ясувати значення рук для людини)

1. Продовжуючи вивчення частин тіла, виконати завдання в зошиті на с. 18.
 На с. 19 зошита діти обводять свою руку.

– Пригадайте, як називаються пальчики. Вони – ваші помічники. Допомагають виконувати найскладнішу роботу. Що вміють робити ваші руки? (Вислухати всі відповіді.) І, звісно, заслуговують на турботу і пошану.

2. Запропонувати поряд із рукою намалювати мікроба, яким його уявляють діти, та мило, що не пускає мікробів.

Проблемне завдання

(визначити ситуації, коли треба мити руки)

– Ручки люблять воду і мило. А мікроби їх бояться. Давайте подумаємо, коли на руках найбільше мікробів і їх необхідно мити?

1. Розглянути малюнок у підручнику на с. 37, визначити ситуації, коли треба мити руки:

- після вулиці;
- перед їдою;
- після контакту з грошима;
- після перебування в громадському транспорті;
- після контакту з тваринами;
- після відвідування хворого;
- вийшовши з туалету.

2. Запропонувати дотримуватися порад Сови – правильно відкривати та закривати воду (с. 37 підручника).

Робота в парах (вчити правильно мити руки)

– Давайте складемо правило п'яти кроків до чистих рук.

(Діти в парах обговорюють послідовно кожен малюнок на с. 36 і озвучують кожен із п'яти кроків: відкрити воду, намилити руки, добре потерти руки і нігті, змити водою, витерти рушничком.)

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Покажіть і розкажіть, як мити руки за правилом п'яти кроків. (Один учень озвучує, решта за ним імітує рухи. Викликати кількох учнів.)
2. Подивіться на малюнок, де ви зобразили страшного мікроба. Що треба робити, щоб він не потрапив із ваших рук до рота? Назвіть ситуації, в яких ви обов'язково помиєте руки, щоб знищити його.
3. Виконати завдання в зошиті на с. 20–21.

Урок 9.**ХАРЧУВАННЯ І ЗДОРОВ'Я****Мета**

Навчити дітей розрізняти корисну і шкідливу їжу, поступово привчати до правил раціонального харчування.

**Результати навчання**

Наприкінці заняття учні:

- *пояснюють*, як харчування впливає на здоров'я;
- *демонструють* уміння розрізняти корисну і шкідливу їжу та напої;
- *називають* продукти, що повинні бути в щоденному раціоні;
- *розказують* правила поведінки за столом.

**Обладнання і матеріали:**

- Малюнки овочів, фруктів.
- Підручник, с. 38–41.
- Зошит-практикум, с. 20–21.

**Що підготувати заздалегідь:**

- Разом із батьками подивитися мультфільм «Абетка здоров'я: нездоровий рекорд», обговорити, що шкодить здоров'ю.
- Необхідне обладнання і матеріали.

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	5 хв.
Інформаційне повідомлення	2 хв.
Групова робота	5 хв.
Практична робота	5 хв.
Мозковий штурм	5 хв.
Робота над загадками	5 хв.
Інформаційне повідомлення	5 хв.
Підсумкове завдання	3 хв.
Усього тривалість	35 хв.



Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати, що дізналися на минулому уроці.
2. Назвати тему і завдання уроку.
3. Розглянути малюнок у підручнику на с. 38 і відповісти на запитання:
 - Що їсть кожна тварина?
 - А що їсте ви? Чи все з цього для вас корисне? Зараз ми це з'ясуємо.

Інформаційне повідомлення (з'ясувати, чому важливе правильне харчування)

– Для того, щоб ви росли та розвивалися, щоб мали сили для гри, навчання, вам необхідно їсти. Ваше здоров'я буде залежати від того, що ви їсте. Якщо їжа недостатньо поживна, людина буде кволою, непрацездатною. Погане харчування може призвести навіть до тяжких хвороб. Для дітей дуже корисно щодня вживати овочі, фрукти та молочні продукти, причому в будь-якому вигляді: сирому, вареному тощо.

– Які ви знаєте овочі? Фрукти? (Малюнки.)

Групова робота (пригадати корисні продукти)

– Пограйте у гру «Не розірви ланцюжок». Об'єднайтеся у три групи. Перша група – «овочі», друга група – «фрукти», третя – «молочні продукти». Учні в групі по одному називають слово – назву продукту своєї групи, вчитель записує на дошці в три стовпчики. Переможе та група, що протримається довше, не

розірвавши ланцюжок, тобто не пропустивши черги. Усі разом перевіряють правильність записаних овочів, фруктів, молочних продуктів.

Практична робота (з'ясувати, що користь і смак не завжди збігаються)

Розглянути малюнок у підручнику на с. 39. Запропонувати дітям «замовити» в магазині або в їдальні корисні продукти чи страви, коментуючи свій вибір так: «Я куплю банани. Я їх дуже люблю»; «Я куплю моркву. Я її не дуже люблю, але вона корисна».

Мозковий штурм (навчити розрізняти корисну та шкідливу їжу)

1. Розказати, що є чимало смачної їжі, яка шкідлива для дитячого організму. Це чіпси, сухарики, велика кількість солодощів, солодкі газовані напої, гостра їжа. А також дуже шкідливі продукти, в яких минув термін придатності. Тому обов'язково, купуючи, слід дивитися на дату виготовлення і термін придатності.
3. Учитель називає продукт харчування, діти розрізняють, шкідливий він чи корисний. Якщо корисний, піднімають руку, промовляючи «О!», шкідливий – присідають (борщ, кола, помідор, гамбургер, сир, яблуко, сухарики, малина тощо).
3. Виконати завдання в зошиті на с. 23.

Робота над загадками (розширити отримані знання)

1. Запропонувати розгадати загадки на с. 40 підручника і дати відповіді на запитання до кожної загадки:

- Яку корисну їжу треба зберігати в холодильнику?
- Чим корисний борщ?
- З якою начинкою можна зліпити вареники?

2. Виконати завдання в зошиті на с. 26.

Інформаційне повідомлення (ознайомити з правилами етикету за столом)

1. На с. 41 підручника прочитати і прокоментувати корисні поради. Коментують діти кожну пораду таким чином: «Я це знаю, саме так і роблю» або «Я цього не знав, але відтепер так і робитиму». Запитати, яку пораду підписали б під кожним малюнком.

2. Додати кілька порад з етикету. – Відгадайте, як повинна поводитися за столом культурна людина:

- Рівно за столом...(сиди).
- На стіл лікті не... (клади).
- Не розмовляй під час...(їди).
- Кажі «Дякую»...(завжди).

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Продовжити речення: «Щоб бути здоровим, щодня вживатиму...»; «Для мого організму шкідливі...».
2. Які корисні поради щодо харчування ви могли б дати молодшим братикам чи сестричкам?
3. Пояснити виконання завдання в зошиті на с. 24–25.

Урок 10.

РУХ І ЗДОРОВ'Я

 **Мета**

Пояснити учням користь руху для здоров'я, мотивувати до занять у гуртках і секціях.

 **Результати навчання**

Наприкінці заняття учні:

- *пояснюють*, як впливає на здоров'я рухова активність;
- *називають* види рухової активності;
- *розказують* про свою улюблену рухливу гру;
- *демонструють* вправи для ранкової зарядки.

 **Обладнання і матеріали:**

- Аркуші паперу, олівці.
- Музичний запис для виконання фізичних вправ.
- Підручник, с. 42–45.
- Зошит-практикум, с. 27–28.

 **Що підготувати заздалегідь:**

- Разом із батьками подивитися мультфільм «Абетка здоров'я: кому потрібна зарядка», обговорити, навіщо потрібно робити зарядку.
- Підготувати одну вправу для ранкової зарядки.
- Необхідне обладнання і матеріали.

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	3 хв.
Руханка	3 хв.
Інформаційне повідомлення	7 хв.
Весела зарядка	6 хв.
Мозковий штурм	7 хв.
Робота в парах	6 хв.
Підсумкове завдання	3 хв.
Усього тривалість	35 хв.

Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати, що дізналися на минулому уроці.
2. Назвати тему і завдання уроку.
3. Пригадати мультфільм, який дивилися вдома, і запитати дітей, для чого потрібна зарядка?

Руханка (виконати рухливі вправи)

1. Запропонувати дітям стати біля парт. Показати, як летить пташка, стрибає кенгуру, повзе равлик.
2. Попросити дітей прокоментувати, як змінився їхній настрій після цих вправ.

Висновок: рухова активність покращує настрій людини.

Інформаційне повідомлення
(показати значення руху для людини)

– Людині корисна будь-яка рухова активність. Це розвиває м'язи (показати дітям деякі групи м'язів). Рухова активність покращує роботу серця, розвиває легені, впливає на настрій, самопочуття.

1. Виконати завдання в зошиті на с. 27–28.

– Щоб бути бадьорим, варто починати день з ранкової зарядки. Обов'язково робити зарядку в провітреній кімнаті, краще під музичний супровід.

2. Запропонувати кільком учням зробити з класом вправи, які вони підготували вдома.

Весела зарядка (вивчити вправи для ранкової зарядки)

1. Запросити дітей до вивчення кількох веселих вправ для ранкової зарядки.
2. Під музичний супровід виконати з дітьми вправи, намагатися, щоб вони запам'ятали віршики. Запропонувати виконувати ці вправи вдома зранку:

На носочках піднімися

І до сонця потягнися.

Вправо, вліво нахилися,

До підлоги доторкнися.

Як горобчик, пострибай,

Руками-крильцями махай.

Тепер час поприсідать –

Раз, два, три, чотири, п'ять.

Знову вгору потягнися,

Струсни руки. Посміхнися!

Мозковий штурм (формування корисних звички)

1. Запропонувати дітям за допомогою малюнка у підручнику на с. 43 розказати про корисні види рухової активності, коментуючи їх так: «Корисно для здоров'я кататися на лижах. Я це вмію робити» або «Корисно для здоров'я кататися на ковзанах. Я цього ще не вмію, але обов'язково навчуся».

2. Запитати дітей:

- А чим ви ще займаєтеся, крім уже названого?
- В яких секціях ви хотіли б займатися?

– Давайте прислухаємося до мудрих порад Сови.



3. Прочитати поради на с. 45 підручника. Прокоментувати, яку з порад виконала кожна дитина на малюнках.

Робота в парах (відгадати загадки)

Роздати кожній парі аркуш паперу. Прочитати загадку в підручнику на с. 44. Діти в парі повинні намалювати відповідь. Робота виконується на швидкість: хто виконав, піднімає олівець угору. Учень, якого викликали, коментує так: «Наша пара вважає, що це санчата».

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Про що корисне для себе ви дізналися?
2. Як ви зміните своє життя після сьогоднішнього уроку? (Почну робити зарядку, запишуся у спортивну секцію тощо.)

Урок 11. ЗАГАРТОВУВАННЯ



Мета

Пояснити дітям необхідність загартовуватися, ознайомити з процедурами загартовування.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні:

- пояснюють, чому важливо загартовувати свій організм;
- називають процедури загартовування;
- демонструють вміння підбирати свій одяг відповідно до сезону.



Обладнання і матеріали:

- Малюнки із зображенням людей-«моржів».
- Картки зі словами «річка», «ванна», «квартирка», «трава», «рушник», «ковзани».
- Підручник, с. 46–49.
- Зошит-практикум, с. 29.



Що підготувати заздалегідь:

- Разом із батьками подивитися мультфільм «Абетка здоров'я: якщо хочеш бути здоровим». Обговорити, чому варто загартовуватися.

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	5 хв.
Групова робота	7 хв.
Пантоміма	5 хв.
Інформаційне повідомлення	10 хв.
Корисні поради	5 хв.
Підсумкове завдання	3 хв.
Усього тривалість	
	35 хв.



Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати, що робили на минулому уроці.
2. Назвати тему і завдання уроку.
3. Запитання для обговорення:
 - Подивіться на малюнок (люди купаються в ополонці). Як називають таких людей? (Моржі.) А чому?
 - Для чого вони це роблять? (Щоб бути здоровими. Такі люди не боються простудних захворювань).

Звісно, вони змогли це зробити не одразу, а поступово загартовувалися. Вам теж потрібно займатися загартовуванням, щоб не боятися холоду, щоб організм міг боротися з хворобами, щоб завжди бути веселими й бадьорими.

Групова робота (ознайомити зі способами загартовування)

– Об'єднайтеся у три групи. Розгляньте малюнок на с. 47 підручника. Перша група обирає (і додає свої) процедури загартовування влітку (гуляти на свіжому повітрі, купатися в річці, морі, обливатися прохолодною водою, ходити босоніж по траві), друга група – взимку (гуляти на свіжому повітрі, кататися на ковзанах, лижах, ліпити снігову бабу, плавати у басейні), третя група – незалежно від пори року (обтиратися, обливатися у ванні, провітрювати кімнату, гуляти на свіжому повітрі).

Висновок: загартовуватися можна незалежно від пори року.

Пантоміма (закріпити знання способів загартовування)

Запропонувати дітям показати процедури загартовування пантомімою. Один учень показує, інші відгадують. Якщо дітям важко пригадати способи загартовування, варто підказати тому, хто показує пантоміму.

Інформаційне повідомлення (навчити правильно підбирати одяг)

– Дуже важливо правильно обирати одяг відповідно до погоди. Вдягатися в холодну пору року треба так, щоб не відчувати холоду, але й почуватися зручно і комфортно. Відповідно у спекотний період слід вдягати легкі речі, щоб організм не перегрівався.

1. Запросити дітей допомогти хлопчикові Андрійку розібратися з одягом. Для цього прочитати вірш у підручнику на с. 48. Попросити дітей дати відповіді на запитання:
 - Що треба вдягти взимку на ковзанку?
 - Коли вдягти дощовик?
 - Що вдягти влітку?
 - А коли вдягти піжаму?
 - Як ти розумієш слова «В усьому треба знати міру»?

2. Виконати завдання в зошиті на с. 29.

Корисні поради (формувати корисні звички)

Прочитати с. 49, зіставити текст із малюнками. Запитати дітей, які з цих порад вони вже виконують?

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Для чого потрібно загартовуватися?
2. Пограйте в гру «Асоціації». Вчитель показує картку зі словом, діти називають дію, яку можна виконувати для загартовування:
 - річка – купатися;
 - ванна – обливатися;
 - квартирка – провітрювати;
 - рушник – обтиратися;
 - трава – ходити босоніж;
 - ковзани – кататися.
3. Якщо ви ще не починали процедури загартовування, переконайте батьків у їх необхідності та почніть разом із ними.

Урок 12.

КОРИСНИЙ ВІДПОЧИНОК

**Мета**

Навчити дітей розрізняти активний і пасивний відпочинок, пояснити необхідність чергувати працю і відпочинок та вчасно лягати спати.

**Результати навчання**

Наприкінці заняття учні:

- *наводять* приклади активного й пасивного відпочинку;
- *називають* свої улюблені види відпочинку;
- *пояснюють*, чому необхідний повноцінний сон.

**Обладнання і матеріали:**

- Картки зі словами «бадмінтон», «футбол», «жмурки», «плавання», «катання на лижах», «гра зі скакалкою».
- Підручник, с. 50–53.
- Зошит-практикум, с. 30.

**Що підготувати заздалегідь:**

- Підготувати розповідь про свій улюблений вид відпочинку.
- Необхідне обладнання і матеріали.

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	7 хв.
Руханка	2 хв.
Робота в групах	10 хв.
Інформаційне повідомлення	7 хв.
Рольова гра	6 хв.
Підсумкове завдання	3 хв.
Усього тривалість	35 хв.

Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати, що робили на минулому уроці.
2. Назвати тему і завдання уроку.
3. Проблемне завдання. Об'єднатися в пари. Розглянути малюнки у підручнику на с. 50. Запропонувати дітям подумати, які тварини відпочивають активно, а які – пасивно.
(Мавпочки, дельфіни, котик граються, бігають, стрибають – відпочивають активно. Пташеня спить – відпочиває пасивно.)
4. Запросити дітей розглянути малюнки в підручнику на с. 51 і назвати, які діти відпочивають активно, а які – пасивно.

Руханка (виконати рухливі вправи)

– Ми з вами зараз теж відпочинемо. Якщо ми покладемо голови на парти, то ми відпочинемо...(пасивно). А якщо встанемо і виконаємо вправи, то відпочинемо...(активно).

Виконати рухливі вправи.

Робота в групах (з'ясувати способи активного відпочинку)

1. Об'єднатися в групи по чотири учні. Кожній групі дати картку з назвою заняття («бадмінтон», «футбол», «жмурки», «плавання», «катання на лижах», «гра зі скакалкою»). Діти мають показати пантомімою відповідне заняття, інші – відгадати його.

2. Попросити дітей розказати про свій улюблений вид відпочинку.
3. Запросити дітей розглянути в зошиті с. 30 і відповісти, як відпочивають діти.

Інформаційне повідомлення (доставити необхідність повноцінного сну)

– Для дитячого організму необхідний повноцінний сон. Для того, щоб мати силу для навчання, гри, щоб рости здоровою і правильно розвиватися, дитині треба спати не менше, ніж 10 годин на добу. Лягати спати слід о 9 годині вечора.

Прочитати вірш на с. 52 підручника:

- Чим займаються діти вдень?
- А де вони беруть силу для цього?

Рольова гра (формувати корисні звички)

Запропонувати дітям спробувати зіграти роль учителя.

– Розгляньте підручник на с. 53. Дайте учням корисні поради.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Зворотній зв'язок: «Що корисного дізналися для себе?»
2. Пограти в гру «Ти молодець». Станьте в коло. По одному називайте те, що корисно або шкідливо. Інші показують великий палець і говорять: «Ти молодець!» («Я знаю, що корисно грати у рухливі ігри» або «Я знаю, що шкідливо довго дивитися телевизор» тощо.)

Урок 13.

УЗАГАЛЬНЮВАЛЬНИЙ ДО РОЗДІЛУ «ЗДОРОВЕ ТІЛО»



Мета

Узагальнити та закріпити отримані знання, сприяти формуванню в дітей корисних звичок.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні:

- *відповідають* на поставлені запитання за матеріалами розділу;
- *ставлять* запитання одне одному за матеріалами розділу;
- *дотримуються* правил роботи у групах.



Обладнання і матеріали:

- Великий кубик для гри.
- Підручник.
- Зошит-практикум, с. 31–34.



Що підготувати заздалегідь:

- Із батьками знайти фішку та кубик для гри.
- Виготовити великий кубик для гри.

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	10 хв.
Інформаційне повідомлення	6 хв.
Руханка	2 хв.
Робота в парах і в групах	10 хв.
Підсумкове завдання	7 хв.
Усього тривалість	35 хв.

Стартові завдання (повторити вивчений матеріал)

1. Назвати тему і завдання уроку.
2. Пригадати вивчений матеріал. Для цього використати великий кубик. Учитель ставить запитання і передає кубик учневі, який буде відповідати (можна запропонувати брати стільки підказок у дітей, скільки випало крапочок на кубуку):
 - Для чого потрібен режим дня?
 - Навіщо потрібно стежити за поставою?
 - Продемонструйте правильну поставу під час ходьби, під час сидіння за партою.
 - Що корисно для ваших ніжок?
 - В яких ситуаціях треба мити руки?
 - Назвіть правила здорового харчування.
 - Які ви знаєте правила загартовування?
 - Який відпочинок називають корисним?

Інформаційне повідомлення (ознайомити з правилами гри)

1. На с. 34 зошита прочитати правила гри «Стежка здоров'я».
2. Розглянути та пояснити ситуації на розгортці гри (с. 32–33).
 - Червоний кружечок – хід уперед, бо для здоров'я корисно:
 - рівно сидіти за партою;
 - ходити з книгою на голові;
 - робити зарядку;
 - їсти фрукти;

- гуляти на свіжому повітрі;
 - чистити зуби;
 - грати в рухливі ігри;
 - вчасно лягати спати.
- Синій кружечок – хід назад, бо для здоров'я шкідливо:
- неправильно сидіти за партою;
 - пізно лягати спати;
 - їсти багато солодощів.
- Квадратик – пропустити хід, бо не є корисним надмірний пасивний відпочинок, пересипання, тривале перебування біля комп'ютера.

Руханка (виконати рухливі вправи)

Запропонувати дітям продемонструвати перед класом вправи для ранкової гімнастики (один учень демонструє, решта виконує за ним).

Робота в парах і в групах (пройти стежкою здоров'я)

Запропонувати дітям пограти в гру спочатку в парах, а потім у групах, об'єднавши їх по чотири учні.

- Які з цих корисних звичок ви вже виробили в себе?
- Яких шкідливих звичок ви позбулися?

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Запропонувати дітям поставити запитання за вивченим матеріалом (можна використати той самий кубик, що і на початку уроку).
2. Що корисного дізнався кожен?
3. Доповнити речення: «Моє життя змінилося, бо тепер я знаю, що...».

Розділ 2. Серед людей

Урок 14. Моя родина

Урок 15. Дівчатка і хлопчики

Урок 16. Учимося товаришувати

Урок 17. Узагальнювальний до розділу «Серед людей»

Практичні роботи за програмою:

- Розігрування діалогів знайомства.
- Спільні ігри для хлопчиків і дівчаток.
- Моделювання ситуації повідомлення про небезпеку за телефонами аварійних служб.
- Моделювання ситуації пошуку допомоги, якщо заблукав, загубився, відстав від класу.
- Визначення безпечних місць для ігор на шкільному подвір'ї.



Урок 14. МОЯ РОДИНА



Мета

Сприяти формуванню в учнів уявлення про сім'ю як про осередок любові, взаємодопомоги та взаємовідповідальності.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні:

- називають імена членів своєї родини;
- пояснюють, чому треба слухатися батьків;
- називають свої обов'язки в родині;
- розповідають, як піклуються у родині про здоров'я.



Обладнання і матеріали:

- Аркуші паперу для родовідного дерева, клей,
- Фотографії членів родини для родовідного дерева.
- Підручник, с. 56–59.
- Зошит-практикум, с. 35–36.



Що підготувати заздалегідь:

- Разом з батьками прочитати оповідання в підручнику на с. 126–127. Обговорити, як тварини турбуються про своїх дітей.
- Необхідне обладнання і матеріали.

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	4 хв.
Руханка	3 хв.
Інформаційне повідомлення	8 хв.
Практична робота	10 хв.
Робота в групах	8 хв.
Підсумкове завдання	2 хв.
Усього тривалість	35 хв.



Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

- Пригадати, що дізналися на минулому уроці про корисний відпочинок.
 - Дуже добре, якщо корисний відпочинок є спільним заняттям для всієї сім'ї. Якщо всі піклуються одне про одного, то родина буде здоровою і міцною.
- Назвати тему і завдання уроку.
- Прочитати вірш на с. 56 підручника:
 - Скільки людей у родині? Назвіть їх.
 - Скільки людей у вашій родині? Назвіть імена всіх членів сім'ї.
 - Розкажіть, хто та як у родині піклується про вас.

Руханка (виконати рухливі вправи)

– Ви вдома читали про тварин. У кого тато найбільше турбується про своїх дітей?

– Чиї діти найбільше слухаються своїх батьків?

– Пропоную вам пригадати ще деяких тварин і показати їх.

Учитель читає вірш, діти називають останнє слово і зображують його.

У мами левиці є... (левенята).

А у ведмедиці — ... (ведмежата).

У мами зайчихи є... (зайченята).

У качки – маленькі смішні... (каченята).

У мами моєї і тата є... (я).

Щаслива і дружна наша... (сім'я).

Інформаційне повідомлення (пояснити необхідність слухатися батьків)

- Пояснити, як називають членів родини. Виконати завдання в зошиті на с. 35.
 - Які цінні поради ви отримали від своїх батьків?
 - А що тобі радили бабусі та дідусі?
- Прочитати вірш у підручнику на с. 58.
 - Як ставляться батьки до дитини? (Турбуються і люблять.)
 - Чому треба прислухатися до порад дідуса та бабусі? (Бо вони вже виховували тата і маму, в них великий досвід.)
 - То чому ж треба слухатися батьків? (Бо вони люблять тебе і роблять усе заради твого блага.)
- Прочитати корисні поради на с. 59 підручника.
 - А чи завжди ти дослухаєшся до порад батьків?
 - Розкажи, як ти допомагаєш молодшим.

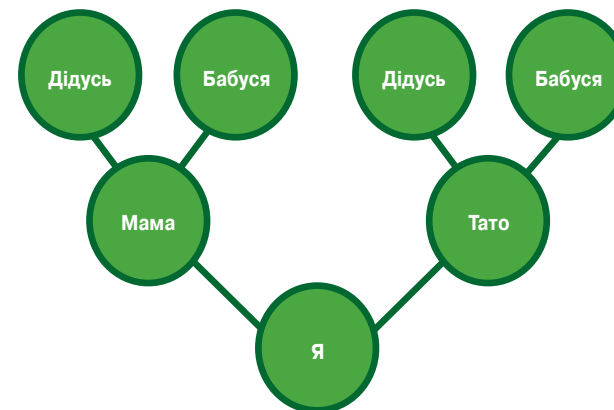
Висновок: усе, що радять батьки, тобі на користь, слухайся їх.

Практична робота (навчити створювати своє родовідне дерево)

Практично навчити дітей створювати найпростіше родовідне дерево. На підготовлені аркуші паперу діти наклеюють фотографії членів родини.

– Твоя родина – ніби велике дерево. Кожен член родини – це ніби гілочка, від якої підуть нові гілочки твого роду.

– Щоб дерево було міцним, треба всім членам родини любити й поважати одне одного, жити в мирі та злагоді.



Робота в групах (визначити обов'язки дитини в родині)

– У кожного в родині є свої обов'язки: і у ваших батьків, і у вас. Ваші батьки зобов'язані вас годувати, одягати, надавати вам можливість розвиватися, відпочивати.

– А які обов'язки можуть бути у дітей? (Допомагати прибирати, мити посуд, підтримувати порядок у кімнаті, стежити за своїм одягом, взуттям, іграшками...)

– Давайте простежимо один день із життя дружної родини та з'ясуємо, які обов'язки у дітей.

Об'єднати дітей у шість груп. Кожна група отримує один малюнок у підручнику на с. 57. Перша група починає розповідь, кожна наступна продовжує її в логічній послідовності:

- Уранці мама, тато і донька дружно зробили ранкову зарядку. Вони зобов'язані турбуватися про здоров'я одне одного.

- Усі разом прибрали у квартирі: тато пропилососив килим, мама випрасувала білизну, а дівчинка допомагала батькам — витерла пил.
- Батьки везуть дітей на свіже повітря. Склали в машину речі, посадили дітей і поїхали на дачу.
- Уся сім'я збирала врожай яблук. Тато і мама рвали з дерева, а маленька донька допомагала батькам.
- Після роботи всі дружно відпочивали на березі річки, плавали, засмагали, грали у м'яча. Дівчинка слухалася маму.
- Увечері мама з бабусею приготували смачну вечерю, і вся сім'я зібралася за столом. Діти допомагали прибирати, мити посуд.

– Розкажіть, які ваші обов'язки у родині. Як ви допомагаєте батькам?

Виконати завдання в зошиті на с. 36.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

- Запропонувати дітям дати відповіді на запитання:
 - Чому треба слухатися батьків?
 - До кого завжди слід звертатися за порадою?
- Продовжити речення: «Наша сім'я дружна, ми завжди разом...».

Урок 15.

ДІВЧАТКА І ХЛОПЧИКИ

**Мета**

Навчити учнів знаходити спільне і відмінне між хлопчиками та дівчатками, сприяти формуванню гарних манер.

**Результати навчання**

Наприкінці заняття учні:

- *розповідають* про одяг, заняття і спільні ігри для хлопчиків та дівчаток;
- *пояснюють*, чому слід товаришувати і з хлопчиками, і з дівчатками;
- *демонструють* вміння дотримуватися гарних манер.

**Обладнання і матеріали:**

- Малюнки із зображенням одягу: сорочка, піджак, реглан; сукня, спідниця, сарафан; футболка, спортивний костюм, шапочка.
- Іграшковий посуд.
- Картки з назвами ігор «піжмурки», «вибивало», «квач», «пазли», «шахи», «бадмінтон».
- Підручник, с. 60–63.
- Зошит-практикум, с. 37.

**Що підготувати заздалегідь:**

- Обговорити з батьками, як повинен поводитися справжній лицар і справжня пані.
- Необхідне обладнання і матеріали.

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	5 хв.
Інформаційне повідомлення	10 хв.
Мозковий штурм	5 хв.
Практична робота	10 хв.
Підсумкове завдання	5 хв.
Усього тривалість	35 хв.

Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати, що дізналися на минулому уроці.
2. Назвати тему і завдання уроку.
3. Прочитати вірш на с. 60 підручника:
 - Навіщо дівчаткам коси?
 - Чи варто хлопчикам смикати дівчат за коси?
 - Устаньте, дівчатка, які мають довге волосся. Коротке волосся.
 - А якого кольору ваше волосся?
4. Об'єднати дітей у три групи: біляві, чорняві, русяві.

Висновок: хлопчики та дівчатка мають однаковий колір волосся, відрізняються тільки зачісками.

Інформаційне повідомлення (пояснити необхідність товаришувати і з хлопчиками, і з дівчатками)

1. Виконати завдання в зошиті на с. 37.
 - За якими ознаками ви впізнали хлопчиків, дівчаток?
 - І серед хлопчиків, і серед дівчаток ви можете знайти справжніх друзів. Завжди слід товаришувати і з хлопцями, і з дівчатками.
 - Навіть в іграх у вас є чимало спільних уподобань.
2. Розглянути малюнки на с. 62. Дати відповіді на питання. Попросити дітей назвати ігри та іграшки, які подобаються і хлопчикам, і дівчаткам.
3. Пограти у веселу гру. Вчитель керує руками: ліва рука – дівчатка, права – хлопчики. Учитель робить різ-

кий змах рукою, відповідно, лівою – дівчатка говорять «А!», хлопчики (коли правою) – «О!». Учитель повільно змахує рукою, дівчатка протягують «А-а-а-а!», хлопчики – «О-о-о-о!». Спочатку вчитель «диригує» почергово однією рукою, потім – обома разом.

Висновок: дуже гарний вийшов хор, коли вигукували разом і хлопчики, і дівчатка.

Мозковий штурм (з'ясувати спільне і відмінне в одязі)

1. Розглянути малюнки на с. 61 підручника. Дати відповіді на запитання.
2. Пограти в гру «Чий це одяг?». Учитель демонструє малюнок із зображенням одягу. Якщо це одяг для хлопчиків, встають хлопці й вигукують: «Це наш одяг!», якщо для дівчаток – дівчата. Якщо одяг носять усі діти, встають і хлопчики, і дівчатка.

Практична робота (навчити гарних манер)

1. Прочитати матеріал у підручнику на с. 63.
 - Як повинен поводитися справжній лицар? (Відчинити перед дівчинкою двері, пропустити вперед, поступитися місцем у транспорті, подати руку при виході з транспорту.)
 - Як повинна поводитися маленька пані? (Бути лагідною, чемною, культурною).
2. Продемонструвати гарні манери за столом. Розставити іграшковий посуд, розіграти ситуацію «Діти прийшли на



день народження». Акцентувати увагу на таких правилах етикету:

- не класти лікті на стіл;
- не розмовляти з повним ротом;
- не хапати найбільші шматки;
- хлопчикам турбуватися про дівчаток;
- не галасувати за столом.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Учитель піднімає по чергово картки з назвами ігор: «піжмурки», «вибивало», «квач», «пазли», «шахи», «бадмінтон». Встають діти, які люблять грати в цю гру. Висновок: є чимало ігор, у які весело гратися разом хлопчикам і дівчаткам.
2. Продемонструвати у парі хлопчик-дівчинка гарні манери у транспорті, при виході з транспорту, при вході до школи.



Урок 16.

УЧИМОСЯ ТОВАРИШУВАТИ



Мета

Навчити дітей правил товаришування і способів знайомств.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні:

- *називають* правила товаришування;
- *розповідають*, як підтримувати доброзичливі стосунки з однокласниками;
- *демонструють* способи знайомства.



Обладнання і матеріали:

- Розрізані прислів'я: «Гостре словечко коле сердечко», «Лягідне слово залізні двері відчиняє».
- Іграшки для інсценувань (будь-які).
- Підручник, с. 64–67.
- Зошит-практикум, с. 38–39.



Що підготувати заздалегідь:

- Разом з батьками підібрати прислів'я про дружбу.
- Необхідне обладнання і матеріали.

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	5 хв.
Інформаційне повідомлення	8 хв.
Практична робота	8 хв.
Руханка	3 хв.
Корисні поради	4 хв.
Підсумкове завдання	7 хв.
Усього тривалість	
	35 хв.



Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

- Пригадати, що дізналися на минулому уроці.
– У вас і серед хлопчиків, і серед дівчаток будуть справжні друзі, якщо ви самі вмітимете товаришувати. Сьогодні вам розкрию секрети товаришування.
- Назвати тему і завдання уроку.
- Прочитати вірш у підручнику на с. 64.
 - Чому важливо, щоб усі довкола дружили?
 - Розкажіть, який ваш друг. (Дитина розказує, не називаючи імені, а решта намагається впізнати, про кого йдеться.)

Інформаційне повідомлення (розповісти правила товаришування)

- Прочитати вірш на с. 66 підручника.
 - Чи справді дівчинка тиха? (Так).
 - А чому ж тоді у неї немає друзів? (Тому що вона всіх ображає, обзиває, принижує людську гідність).
 - Поясніть, як ви розумієте прислів'я «Гостре словечко коле сердечко», «Лагідне слово залізні двері відчиняє».
- Перерахувати правила товаришування:
 - ніколи не принижуй товариша, не висміюй;
 - завжди пропонуй свою допомогу,
 - не обговорюй товариша за його спиною;

- завжди привітно посміхайся при зустрічі;
- стався до нього з повагою.

Висновок: треба так поводитися з друзями, як хочеш, щоб вони поводитися з тобою.

- А для чого вам потрібен друг?
- Пригадати прислів'я про дружбу:
 - Без вірного друга велика туга.
 - Людина без друзів, що дерево без коріння.
 - Нема друга – шукай, а знайшов – бережи.
 - Де дружніші, там сильніші.

Практична робота (продемонструвати способи знайомства)

- Кожен з вас може познайомитися з хлопчиком чи дівчинкою, які вам сподобалися.
- Прочитати на с. 65 підручника спосіб знайомства. Розіграти в парах ситуацію знайомства, давши дітям іграшки. Запропонувати дітям вигадати свої способи знайомства.
 - Виконати завдання в зошиті на с. 39.
 - Попрацюйте в парах і допоможіть двом равликам зустрітися.
 - Спробуйте розіграти їхню зустріч.

Руханка (виконати рухливі вправи)

- Запропонувати вивчити вірш і виконати рухи.
- Станьмо, діти, в дружнє коло.
- Як багато нас довкола.
- Дружно сіли, дружно встали,

Покрутились, пострибали.
Ти мій друг і я твій друг.
Скільки посмішок навкруг!

Корисні поради (формувані корисні звички)

- Прочитати поради на с. 67. Коментувати їх так: «Я завжди так і роблю» або «Я цього не знав, але тепер так і робитиму».
- Виконати завдання в зошиті на с. 38.
- Які корисні поради ви дали б героям цих мультфільмів?
- Кого з них ви вважаєте справжнім другом?

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

- Повторити правила товаришування, продовживши речення: «Я справжній друг, бо...».
- Об'єднати дітей у довільні групи, роздати картки. Скласти прислів'я: «Гостре словечко коле сердечко», «Лагідне слово залізні двері відчиняє».



Урок 17.

УЗАГАЛЬНЮВАЛЬНИЙ ДО РОЗДІЛУ «СЕРЕД ЛЮДЕЙ»



Мета

Провести спільний із батьками проект «Сімейне свято», продемонструвати цінність сімейних традицій.

Що підготувати заздалегідь:

- Із батьками підготувати інсценівку «3 покоління в покоління» (див. нижче).
- Запросити бабусь, дідусів, батьків із вишивками, виробами, сімейними реліквіями.
- Підготувати з батьками кілька народних пісень.

Сценарій свята

I. Вступне слово дітей

Здавна того, кому безмежно раді,
Вітають хлібом-сіллю в кожній хаті.

Ласкаво просимо ми вас до хати.
Вона теплом і радістю багата.

Тут доброта, тепло, бажання миру.
Ці двері вам завжди відкриють широко.

Дуже вас хотіли привітати,
Тож придумали оце родинне свято.

І сьогодні вам наш клас покаже,
Що в його житті народне важить.

Сподіваємось, ви теж із нами разом?
Просимо вас дуже цілим класом!



II. Мама та бабусі виконують народні пісні

III. Інсценівка

3 покоління в покоління

Онука:

Розкажіть, бабусенько рідненька.

Мама:

Підкажіть, матусю дорогенька.

Онука:

Научіть, бабусю моя мила.

Бабуся:

І щоразу я дітей учила.

Мама:

Ой, поглянь, бабуся вишиває.

Як рівненько ниточка лягає.

Бабуся:

Тут нічого дивного немає –

Працьовиту руку голка має.

Мама:

Ти б швиденько до бабусі сіла,

І сама б так гарно шити вміла!

Онука:

Ой, як смачно пахне пирогами!

Поділіться досвідом і з нами.

Бабуся:

Я роблю з любов'ю всяке діло,

Тому все воно й виходить вміло.

Мама:

Нас вчите не тільки працювати,

А й життю радіти і співати,

Берегти природу і любити

Та серед людей в пошані жити.

Онука:

Мудра й працююча ви, бабусю.

За науку в пояс вам вклонюся.

IV. Слово гостям

Мама та бабусі демонструють свої вишивки та вироби, розповідають про сімейні традиції.

V. Виступ дітей

Усім, хто зібрався у цій хаті,
Бажаємо, щоб були багаті.
Але не лиш в кишені, а й душею.

Зібрались ми єдиною сім'єю.
Тож всім батькам я хочу побажати
Добрих і розумних дітей мати.

Вчительці – терпіння ціле море,
Бо з нами їй без цього буде горе.
Шановним гостям – миру в домі
й щастя.

Нехай обходять вас негоди і нещастя.

Розділ 3. Безпечне довкілля

Урок 18. Безпека ігор та розваг

Урок 19. Наші рятувальники

Урок 20. У незнайомому місці

Урок 21. Безпека в домі

Урок 22. Безпека в школі

Урок 23. Ти — пішохід

Урок 24. Ти — пасажир

Урок 25. Дорога до школи

Урок 26. Узагальнювальний до розділу «Безпечне довкілля»

Практичні роботи за програмою:

- Створення пам'ятки: «Як влаштувати веселе свято».
- Вправи: «Вгадай емоцію», «Намалюй настрої».
- Ігри, що сприяють гарному настрою.
- Перегляд та обговорення поведінки персонажів мультфільмів, їхнього ставлення до свого здоров'я та до здоров'я інших.
- Моделювання ситуації пошуку допомоги, якщо заблукав, загубився, відстав від класу.
- Визначення безпечних місць для ігор на шкільному подвір'ї.



Урок 18.

БЕЗПЕКА ІГОР ТА РОЗВАГ



Мета

Навчити дітей обирати безпечні місця для ігор та розваг, відмовлятися від небезпечних пропозицій.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні:

- пояснюють, як уникнути небезпеки у дворі;
- називають місця у своєму дворі, де можна гратися;
- демонструють, як відмовитися від небезпечної пропозиції.



Обладнання і матеріали:

- Малюнки кропиви, акації, малини.
- Кілька яскравих предметів (банки, коробочки, шприц).
- Підручник, с. 70–73.



Що підготувати заздалегідь:

- Обговорити з батьками, які небезпечні місця є у твоєму дворі; де у твоєму дворі можна гратися.
- Необхідне обладнання і матеріали.

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	6 хв.
Інформаційне повідомлення	2 хв.
Практична робота	8 хв.
Інсценування	6 хв.
Дискусія	5 хв.
Демонстрація	5 хв.
Підсумкове завдання	3 хв.
Усього тривалість	35 хв.



Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати, що робили на минулому уроці.
2. Назвати тему і завдання уроку.
3. Користуючись малюнками підручника на с. 70 і виконаним заздалегідь завданням, запропонувати дітям продовжити речення: «У моєму дворі безпечно гратися...», «У моєму дворі небезпечним є...».

Інформаційне повідомлення (визначити небезпечні дії)

— Якщо бути необережним, то навіть у власному дворі може статися небезпечна ситуація. Щоб із вами цього не трапилося, давайте подумаємо, де на вас може чекати небезпека?

Небезпечна ситуація може статися, якщо:

- 1) піднімати незнайомі предмети з землі;
- 2) гратися з м'ячем біля вікон чи біля дороги;
- 3) чіпати незнайомі рослини;
- 4) підходити до чужих або бездомних тварин;
- 5) виходити з двору без дорослих.

Наступними завданнями розібрати кожну ситуацію.

Практична робота (з'ясувати, чому небезпечно піднімати з землі предмети)

1. Покласти перед дітьми кілька яскравих предметів.

— Двоє друзів гралися у дворі й побачили на землі якийсь незнайомий предмет. Який із цих предметів вони можуть підняти, якщо знайдуть у дворі?

2. Вислухати всі можливі пропозиції.

Висновок: не можна піднімати з землі ніякі предмети, вони можуть бути небезпечними для життя і здоров'я.

Інценування (з'ясувати небезпечність гри біля дороги та вікон)

1. Прочитати вірші на с. 71 підручника. Запропонувати дітям інсценізувати ситуації 2 і 3. Розглянути малюнки рослин, які слід обходити. Запитати дітей:

- Чому небезпечно гратися з м'ячем біля вікон? Біля дороги?
- Що може статися з хлопчиком, який усе підбирає з землі?

Дискусія (пояснити небезпеку від спілкування з тваринами)

— Якщо ви побачили у дворі бездомного собаку чи kota, його треба пожаліти чи обійти? (Вислухати всі варіанти відповіді.)

Висновок: можна нагодувати бездомну тварину, але не слід підходити близько – вона може вкусити, заразити хворобами, зокрема такою страшною як сказ).

Демонстрація (навчити практично відмовлятися від небезпечних пропозицій)

Розповісти дітям, як небезпечно виходити з двору без дорослих чи без їхнього дозволу. Що робити, якщо хтось

запропонує дітям це зробити. Не слід соромитися відмовитися від такої пропозиції. Прочитати у підручнику на с. 72 варіанти, як можна відмовитися. Попросити дітей продемонструвати ці варіанти відмови.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Прочитати поради на с. 73 підручника, прокоментувати їх.
2. Пограти в гру «Ти молодець!». Стати в коло. Один учень говорить: «Я знаю, що у дворі небезпечно підходити до бездомних тварин», йому відповідають: «Ти молодець!» тощо.

Урок 19.

НАШІ РЯТУВАЛЬНИКИ



Мета

Навчити учнів, як поводитися в разі виникнення небезпечної ситуації та викликати рятувальників.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні:

- розповідають, як поводитися в разі виникнення небезпечної ситуації;
- демонструють, як викликати рятувальну службу;
- пояснюють, чому не можна марно телефонувати за номером служби порятунку.



Обладнання і матеріали:

- Телефонний апарат.
- Сюжетні малюнки із зображенням людей на кухні, у кімнаті, у дворі (для роботи в групах).
- Підручник, с. 74–77.



Що підготувати заздалегідь:

- Разом із батьками прочитати вірш Т. Коломієць «Козенята і вогонь» у підручнику на с. 129. Обговорити причину пожежі та поведінку козенят.
- Необхідне обладнання і матеріали.

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	5 хв.
Інформаційне повідомлення	7 хв.
Практична робота	10 хв.
Робота в групах	8 хв.
Підсумкове завдання	5 хв.
Усього тривалість	35 хв.

Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Запросити дітей пригадати, як поводитися, щоб не сталося біди. Наголосити, що на цьому уроці вони навчатися, як діяти, якщо все-таки трапилося лихо.
2. Назвати тему і завдання уроку.
3. На с. 74 розглянути малюнок, попросити пригадати мультфільм:
 - Від якої небезпеки мангуст урятував хлопчика?
 - А хто допоможе нам, якщо трапилася якась біда?

Інформаційне повідомлення

(навчити, як поводитися в небезпечній ситуації)

1. Пояснити: якщо сталася біда, ні в якому разі не панікувати. Треба одразу дзвонити батькам або в службу порятунку – 112.
2. Розглянути в підручнику на с. 75 малюнки, виконати завдання.

Практична робота (практично відпрацювати виклик рятувальників)

1. Навчити дітей правильно викликати рятувальників. Прочитати вірш у підручнику на с. 76. Запитати:
 - Що називало козеня по телефону?

Висновок: викликаючи рятувальників, треба чітко назвати себе, свою адресу, поверх, скільки людей у квартирі.

2. Потренувати дітей набирати номер і правильно викликати рятувальників.

Робота в групах (формування корисних звичок)

Об'єднати учнів у групи по чотири особи. Прочитати корисні поради на с. 77. Користуючись сюжетними малюнками та малюнками на с. 77, запропонувати дітям рольову гру, мета якої – продемонструвати, як слід турбуватися про безпеку свою та інших людей.

– Чи можна жартома подзвонити за номером 112? Чому?

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Запросити дітей пригадати, як слід поводитися, якщо трапилася якась біда. (Не панікувати, подзвонити батькам, викликати допомогу.)
2. Запропонувати дітям у парах розіграти виклик рятувальників: один телефонує, інший приймає виклик.

Урок 20.

У НЕЗНАЙОМОМУ МІСЦІ

**Мета**

Навчити дітей, як діяти у випадку, коли загубився, і до кого можна звернутися по допомогу.

**Результати навчання**

Наприкінці заняття учні:

- розповідають, як поводитися під час екскурсій, щоб не відстати від класу;
- називають, до кого звернуться по допомогу, якщо загубилися;
- розповідають напам'ять свою адресу, телефон.

**Обладнання і матеріали:**

- Аркуш паперу.
- Підручник, с. 78–81.

**Що підготувати заздалегідь:**

- Разом із батьками записати на аркуші домашню адресу та номери телефонів батьків. Вивчити інформацію напам'ять.
- Необхідне обладнання і матеріали.

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	5 хв.
Інформаційне повідомлення	9 хв.
Проблемне завдання	8 хв.
Практична робота	8 хв.
Підсумкове завдання	5 хв.
Усього тривалість	35 хв.

Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати, що вчили на минулому уроці.
2. Назвати тему і завдання уроку.
3. Пригадати, опираючись на малюнки у підручнику на с. 78, де відпочивали з батьками. На які екскурсії хотіли піти з класом?

Інформаційне повідомлення

(пояснити необхідність знати свою адресу)

– Екскурсія може принести не задоволення, а неприємності, якщо хтось загубиться, відстане від класу. Щоб цього не сталося, треба запам'ятати кілька правил.

1. Розглянути підручник на с. 81, обговорити правила поведінки.
2. Запропонувати учням продемонструвати, як вони вивчили свою адресу і номери телефонів.

– У якому випадку не можна розказувати свою адресу? (Якщо хтось незнайомий тебе про це питає.)

Проблемне завдання (визначити правила поведінки, коли загубився)

– Якщо сталося так, що ви загубилися, якими будуть ваші дії? (Вислухати відповіді учнів.)

Запропонувати прочитати та проко-

ментувати правила поведінки на с. 79 підручника.

– Чому варто зберігати спокій? (Бо якщо запанікуєш, розгубишся, можеш зробити неправильні дії.)

– Чому треба залишатися на місці? (Бо той, хто тебе загубив, повернеться і шукатиме.)

Практична робота (відпрацювати уміння звертатися по допомогу)

Запропонувати дітям проілюструвати ситуацію, коли загубився. Спираючись на малюнки на с. 80 підручника, учень, що «загубився», розказує, до кого звертається і що при цьому говорить до:

- міліціонера на вулиці,
- продавця в магазині чи в кіоску,
- контролера в автобусі,
- касира в банку,
- охоронця в банку чи установі.

Не можна звертатися до незнайомих перехожих, людей у машинах!

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Доповнити речення: «Щоб не загубитися під час екскурсії, я...», «Якщо я загубився, то...».
2. На аркуші паперу напишіть домашній номер телефону, мобільний мамі (тата).

Урок 21.

БЕЗПЕКА В ДОМІ



Мета

Навчити дітей безпечно поводитися вдома і не гратися в місцях, де можна травмуватися.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні:

- називають небезпечні місця у своєму будинку (квартирі);
- пояснюють, чим небезпечні ігри на кухні, балконі, підвіконні, у підвалі, коморі;
- показують предмети, які можуть за необережності бути вдома небезпечними.



Обладнання і матеріали:

- Малюнки предметів, зображених у підручнику на с. 84.
- Підручник, с. 82–85.
- Зошит-практикум, с. 40–42.



Що підготувати заздалегідь:

- Разом із батьками з'ясувати, які місця в домі є небезпечними.
- Необхідне обладнання і матеріали.

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	5 хв.
Робота в групах	10 хв.
Інформаційне повідомлення	5 хв.
Мозковий штурм	8 хв.
Підсумкове завдання	7 хв.
Усього тривалість	35 хв.

Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати, що вчили на минулому уроці.
 - Небезпечні ситуації можуть статися і вдома, якщо не бути обережним.
2. Назвати тему і завдання уроку.
3. Прочитати вірш у підручнику на с. 82.
 - Який будинок у кожного звірятка?
4. Виконати завдання в зошиті на с. 40.
 - Подивимося, які будинки у вас. Розкажіть про небезпечні місця у ваших будинках (квартирах).

Робота в групах (з'ясувати, де у квартирі небезпечно і чому)

Об'єднати дітей у три групи. Кожному дати завдання на с. 83 підручника. Діти обговорюють і пропонують варіанти відповідей.

1. На кухні небезпечно гратися, тому що:
 - можна отримати опіки;
 - там є гострі предмети – виделки, ножі;
 - є небезпека витоку газу;
 - може бути ввімкнена побутова техніка.
2. На відкритому балконі, підвіконні не можна гратися, бо:
 - можна випасти;
 - можна порізатися склом.
3. У підвалі, коморі небезпечно гратися, тому що:
 - може завалити речами, які там складені;
 - можна отримати укуси гризунів;

- є небезпека поранитися;
- там можуть зберігатися небезпечні хімікати.

Інформаційне повідомлення (формування корисних звичок)

– Щоб людям було легко і комфортно жити, створено багато предметів, які допомагають у побуті.

1. Виконати завдання в зошиті на с. 41.
 - І щоб не сталося лиха, треба дотримуватися певних правил.
2. Прочитати корисні поради в підручнику на с. 85. Прокоментувати їх так: «Я завжди так і роблю» або «Я цього не знав, але тепер так і робитиму».

Мозковий штурм (зрозуміти небезпеку від предметів побуту)

Розмістити на дошці предмети, зображені на малюнку на с. 84. Учитель показує якийсь предмет, діти називають, чим він може бути небезпечний за умови неправильного поводження – можна отруїтися, порізатися, може вразити струмом, залити, спричинити пожежу.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

Виконати завдання на с. 42 зошита.

- Яких правил будете дотримуватися, щоб уникнути біди?

Урок 22.

БЕЗПЕКА В ШКОЛІ

**Мета**

Навчити дітей безпечної поведінки в школі, на уроках фізичної культури та трудового навчання.

**Результати навчання**

Наприкінці заняття учні:

- називають правила поведінки на шкільному подвір'ї;
- демонструють, як відмовити однокласників від небезпечних вчинків на перерві;
- пояснюють, як уникнути небезпеки на уроках фізичної культури та трудового навчання.

**Обладнання і матеріали:**

- Три аркуші паперу, олівці.
- Підручник, с. 86–89.
- Зошит-практикум, с. 43.

**Що підготувати заздалегідь:**

- Усім класом разом з учителем пройти шкільним подвір'ям і визначити небезпечні місця та місця, де можна гратися.
- Необхідне обладнання і матеріали.

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	5 хв.
Мозковий штурм	9 хв.
Інформаційне повідомлення	8 хв.
Робота в групах	8 хв.
Підсумкове завдання	5 хв.
Усього тривалість	35 хв.

Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Запросити учнів пригадати, що вчили на минулому уроці.
– У школі все зроблено для вашої безпеки, але обережність потрібна на кожному кроці.
2. Назвати тему і завдання уроку.
3. Розглянути малюнок у підручнику на с. 86:
 - Де небезпечно гратися на цьому подвір'ї?
 - Що є небезпечним на нашому шкільному подвір'ї?
4. Виконати завдання в зошиті на с. 43.

Мозковий штурм (визначити дозволені заняття на шкільному подвір'ї)

Запропонувати дітям пограти в гру «Відгадай, хто поряд». Користуючись малюнком на с. 87, учитель називає ім'я дитини та її дію, наприклад: «Оленка і Миколка малюють сонечко». Діти в парах шукають на малюнку, піднімають руку, продовжують: «Поряд із ними Петрик сидить на лаві»; «Поряд із ним Сашко стоїть під баскетбольним щитом». І так далі.

Інформаційне повідомлення (з'ясувати правила поведінки на перерві)

– Від вашої поведінки на перерві залежатиме ваше здоров'я. Ось послухайте, як поведився хлопчик Юрко.

Прочитати вірш на с. 88.

- Яких помилок припустив хлопчик?
- Продемонструйте, як ви відмовили б Юрка від цих вчинків.
- Розкажіть, чим можна займатися на перерві.

Робота в групах (встановити, як уникнути небезпеки на уроках)

Об'єднати дітей у три групи, кожній групі дати аркуш паперу й олівці та запропонувати скласти правила поведінки:

- 1) на уроці фізичної культури (не брати самому спортивне знаряддя, не бігати без команди вчителя, стежити за шнурками на спортивному взутті).
- 2) на уроці трудового навчання (не повертатися до сусіда з ножицями, олівцем у руках, бути обережним з ножицями, голку завжди тримати з ниткою).
- 3) у шкільній їдальні (не бігати, не розмовляти з повним ротом, не штовхатися, правильно користуватися столовими приборами).

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Уявіть, що ви вчитель фізичної культури (трудового навчання). Розкажіть учням правила поведінки в спортзалі (на уроці трудового навчання).
2. Назвіть місця у школі, де небезпечно гратися.

Урок 23.

ТИ — ПІШОХІД

**Мета**

Ознайомити дітей зі складовими частинами дороги, навчити виконувати правила переходу проїжджої частини.

**Результати навчання**

Наприкінці заняття учні:

- розпізнають складові частини дороги;
- показують види переходів;
- демонструють, як правильно перейти дорогу на пішохідному переході зі світлофором та без нього.

**Обладнання і матеріали:**

- Макет світлофора, знаки «Наземний пішохідний перехід», «Підземний пішохідний перехід», «Надземний пішохідний перехід».
- Підручник, с. 90–95.
- Зошит-практикум, с. 44.

**Що підготувати заздалегідь:**

- Разом із батьками пройти від дому до школи, проаналізувати, які на шляху є пішохідні переходи.
- Необхідне обладнання і матеріали.

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	3 хв.
Інформаційне повідомлення	9 хв.
Робота в групах	6 хв.
Практична робота	9 хв.
Корисні поради	3 хв.
Підсумкове завдання	5 хв.
Усього тривалість	35 хв.

Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати, що вчили на минулому уроці.
2. Обговорити, які на шляху до школи траплялися дітям переходи.
 - Щоб зберегти життя і здоров'я, треба знати правила переходу доріг і чітко їх виконувати.
3. Назвати тему і завдання уроку.

Інформаційне повідомлення (ознайомити зі складовими частинами дороги)

– Дорога має свої складові частини. Щоб з ними познайомитися, розглянемо малюнок у підручнику на с. 90.

– Тротуар створений для пішоходів. Але на ньому теж можуть за необережності трапитися небезпечні ситуації.

Розглянути підручник на с. 91.

- З якого боку тротуару треба ходити? (З правого.)
- Чого не можна робити на тротуарі? (Штовхатися, заважати пішоходам.)
- Чому хлопчиків на малюнку загрожує небезпека?

Робота в групах (ознайомити з видами переходів)

1. Об'єднати дітей у три групи. Продемонструвати три знаки: «Наземний пішохідний перехід», «Підземний пішохідний перехід», «Надземний пішохідний перехід». Кожній групі дати один знак. Запропонувати обговорити, використовуючи малюнок на с. 92, в яких ситуаціях використовується кожен знак. (Там, де дуже небезпечна ділянка дороги, використовують підземний чи надземний.)

2. Пригадати, де у своєму місті бачили такі переходи?

Практична робота (відпрацювати перехід дороги)

1. Ознайомити дітей із правилами переходу дороги на с. 93–94.
 - Коли треба починати перехід? (Коли автомобілів немає або вони зупинилися, чи знаходяться дуже далеко.)
 - Чим світлофор для пішоходів відрізняється від світлофора для машин?
2. Користуючись макетом світлофора, практично відпрацювати правила переходу дороги. Діти парами «переходять» дорогу на переході зі світлофором чи без нього, коментуючи кожен свою дію. Наприклад: «Горить червоне світло, я чекаю». І т. д.

Корисні поради (формування корисних звичок)

Прочитати на с. 95 підручника корисні поради, коментуючи їх так: «Я так завжди і роблю» або «Я цього не знав, але тепер так і робитиму».

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Виконати завдання на с. 44 зошита.
2. Продовжити речення: «Переходити дорогу слід лише...»; «Щоб перейти на світлофорі, треба...»; «Щоб перейти на переході без світлофора, треба...».
3. Пограйте у гру. Діти стають паровозиком (по кілька учнів), рухаються класом, учитель регулює їх рух сигналами світлофора.

Урок 24.

ТИ — ПАСАЖИР



Мета

Ознайомити учнів із правилами поведінки у громадському транспорті, під час посадки та висадки з нього.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні:

- розповідають про правила посадки в транспорт, висадки, чекання на транспорт;
- демонструють культуру поведінки у громадському транспорті.



Обладнання і матеріали:

- Знаки: «Зупинка автобуса», «Зупинка тролейбуса», «Зупинка трамвая».
- Речі для інсценування: окуляри, палиця; хустинка, кошук; лялька.
- Підручник, с. 96–99.
- Зошит-практикум, с. 45–49.



Що підготувати заздалегідь:

- Разом із батьками обговорити, який громадський транспорт є у твоєму населеному пункті.
- Необхідне обладнання і матеріали.

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	5 хв.
Інформаційне повідомлення	8 хв.
Робота в парах	8 хв.
Інсценування	9 хв.
Підсумкове завдання	5 хв.
Усього тривалість	35 хв.

Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати, що дізналися на минулому уроці про правила переходу дороги. Наголосити, що багато дітей гинуть через недотримання правил переходу дороги після виходу із транспорту.
2. Назвати тему і завдання уроку.
3. Пригадати, які види транспорту є у вашому населеному пункті. Розглянути малюнок у підручнику на с. 96.
– Який транспорт вам знайомий?
4. Виконати завдання в зошиті на с. 45, 47.

Інформаційне повідомлення (вивчити правила очікування транспорту на зупинці)

1. Пояснити: щоб не трапилося лиха, на транспорт слід чекати на зупинці. Зупинки позначаються знаками (продемонструвати знаки «Зупинка автобуса», «Зупинка тролейбуса», «Зупинка трамвая»)
– Не можна стояти близько біля проїжджої частини, а тим більше – виходити на неї. Чому? (Хтось може ненароком штовхнути, й ти потрапиш під колеса.)
– Дуже важливо правильно перейти дорогу після того, як вийшов із транспорту.
2. Розглянути малюнок у підручнику на с. 97.
– Що загрожує хлопчикові? (По-перше, його може не помітити водій автобуса, по-друге, він може потрапити під колеса автомобіля.)

Висновки:

- не спішіть переходити дорогу, за-

чекайте, доки автобус від'їде;

- переходьте дорогу пішохідним переходом.

3. Виконати завдання в зошиті на с. 48–49.

Робота в парах (формування корисних звичок)

Ознайомити дітей із правилами безпечної поведінки під час посадки, висадки. Об'єднатися в пари. Учитель ставить дітям запитання, вони шукають відповідь на с. 99 підручника.

- Як правильно заходити в транспорт. (Не штовхатися, не бігти, стати збоку і пропустити тих, хто виходить.)
- Як поводитися під час руху? (Не штовхатися, триматися за поручні. Не заходити з морозивом.)
- Як вийти з транспорту? (Не розштовхувати пасажирів, попросити пропустити до виходу, помінятися місцями.)

Інсценування (формування культури поведінки в транспорті)

1. Прочитати вірш на с. 98 підручника.
 - Чому Сашко не поступився місцем?
 - Чи правильно він міркував? (Ні, бо вихована дитина поступиться місцем завжди.)
 - Кому треба поступатися місцем? (Стареньким бабусям, дідусям, вагітним жінкам, пасажиром із маленькими дітьми.)
2. Запропонувати дітям інсценувати ситуації у транспорті. Роздати аксе-



Урок 25. ДОРОГА ДО ШКОЛИ

суари (окуляри, палиця; хустинка, кошук; лялька), поставити стільці-«сидіння». Кілька дітей «їдуть», по черзі заходять «бабуся», «дідусь», «жінка з дитиною». Діти коментують вчинки «пасажирів».

– Бувають випадки, коли дитина відвертається до вікна, коли заходить бабуся чи дідусь. Як ви оціните цей вчинок?

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Повторити правила пасажирів. Пограти в гру «Ти молодець!». Стати в коло. Один учень говорить: «Я завжди буду чекати транспорт подалі від дороги». Інші йому відповідають: «Ти молодець!».
2. Доповнити речення: «Я турбуюся про своє життя і здоров'я, тому я ніколи не...»;
«Якщо я поступлюся місцем, про мене скажуть...»;
«Якщо я не поступлюся місцем, про мене скажуть...».
3. Виконати завдання в зошиті на с. 46.



Мета

Навчити учнів обирати безпечний маршрут дорогою до школи, пояснити небезпеку контакту з незнайомими людьми.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні:

- розповідають, як уникнути небезпеки дорогою до школи;
- пояснюють необхідність переходити дорогу лише на пішохідному переході;
- демонструють, як відмовлятися від пропозицій незнайомців.



Обладнання і матеріали:

- Розрізані картки з реченнями: «Не розмовляй з незнайомцями», «Не бери подарунків від незнайомців», «Не сідай у машину до незнайомих людей», «Нікуди не йди з незнайомцями».
- Інвентар для рольової гри – елементи костюмів Червоної Шапочки, Буратіно, Білосніжки, Колобка.
- Підручник, с. 100–103.
- Зошит-практикум, с. 50–53.



Що підготувати заздалегідь:

- Разом із батьками пройти шлях до школи, обговорюючи всі небезпечні моменти та можливості їх уникнути.
- Необхідне обладнання і матеріали.

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	5 хв.
Інформаційне повідомлення	5 хв.
Робота в парах	6 хв.
Рольова гра	8 хв.
Гра «Збери речення»	8 хв.
Підсумкове завдання	3 хв.
Усього тривалість	35 хв.



Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати, що дізналися на минулому уроці.
2. Назвати тему і завдання уроку.
3. Пригадати, які небезпечні місця є на шляху до школи та як їх уникнути.

Інформаційне повідомлення (сформувати корисні звички)

1. Наголосити, що навіть якщо спізнюєшся, не слід порушувати правила дорожнього руху і переходити дорогу в заборонених місцях. Ніяке спізнення не варте людського життя.
2. Розглянути малюнок на с. 100 підручника.
 - Яким шляхом не слід іти? (Не переходом.)

Робота в парах (повторити правила переходу дороги)

– Коли ви йдете вулицею, то повинні бути дуже уважними. Давайте перевіримо, наскільки ви уважні.

1. Запропонувати дітям у парах виконати завдання в зошиті на с. 50–51.
2. Пригадати правила переходу дороги:
 - Де потрібно переходити дорогу? («Зеброю».)
 - Як це правильно зробити? (Зачекати, коли машини зупиняться.)
 - Де повинен перейти дорогу хлопчик, який вийшов із автобуса? (Йти пішохідним переходом.)

Рольова гра (навчити правил поведінки з незнайомцями)

1. Звернути увагу, що дорогою до школи дітям можуть зустрітися незнайомці з лихими намірами. Користуючись малюнками на с. 102, пригадати сюжети казок, згадати, які небезпеки чекали на Червону Шапочку, Буратіно, Білосніжку, Колобка.
2. Запропонувати обіграти казкові сюжети, де герої намагаються уникнути контакту з незнайомцями, відмовитися від їхніх пропозицій.

(Червона Шапочка не розкаже вовкові про бабусю, Буратіно не піде з котом і лисицею, Білосніжка не візьме яблуко, Колобок не сяде лисиці на носа.)

Висновок: той, хто вступає в контакт із незнайомцями, може потрапити у небезпечну ситуацію.

Гра «Збери речення» (допомогти сформувати корисні звички)

1. Прочитати корисні поради в підручнику на с. 103.
 - Чому не слід вступати в розмову з незнайомцями? (Бо незнайомиць може виявитися злодієм, і ти ненароком можеш розказати те, що допоможе йому в його злочинських намірах.)
 - Чому не можна погоджуватися на пропозиції та подарунки? (Бо це може зашкодити твоєму життю чи здоров'ю.)
 - Чому не можна йти чи їхати з незнайомцями? (Бо в їхніх намірах може бути твоє викрадення.)

- Як же вчинити, коли незнайомиць умовляє тебе про щось? (Кликати на допомогу, тікати, звернутися до міліціонера.)
2. Об'єднати дітей у чотири групи. Роздати розрізані картки з реченнями. Запропонувати дітям скласти з них корисні поради:
 - Не розмовляй з незнайомцями.
 - Не бери подарунків від незнайомих людей.
 - Не сідай у машину до незнайомих людей.
 - Нікуди не йди з незнайомцями.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Попросити дітей дати відповіді на запитання:
 - Якщо ти дуже поспішатимеш до школи, можна перейти дорогу в недозволеному місці?
 - Чому дорогою до школи треба бути уважним і зосередженим?
 - Що ти робитимеш, якщо незнайомиць запропонує тобі якусь цікаву річ?
2. Пояснити, як діти розуміють прислів'я «Береженого і Бог береже».
3. Виконати завдання в зошиті на с. 52–53.

Урок 26.

УЗАГАЛЬНЮЮЧИЙ ДО РОЗДІЛУ
«БЕЗПЕЧНЕ ДОВКІЛЛЯ»**Мета**

Узагальнити та закріпити отримані знання, сприяти формуванню у дітей корисних звичок.

**Результати навчання**

Наприкінці заняття учні:

- правильно *відповідають* на поставлені запитання за матеріалами розділу;
- *називають* корисні звички;
- *дотримуються* правил чесного змагання.

**Обладнання і матеріали:**

- Картки із запитаннями (див. стартове завдання 2).
- Три набори карток зі словами ДОРОГА, ІГРОВИЙ МАЙДАНЧИК, КРОПИВА, ДИТЯЧА ГРІКА, ЛЮК, СОБАКИ.
- Три аркуші паперу, на яких надруковані слова *сірники, побутова хімія, праска, голка, книги, олівці, іграшки*.

**Що підготувати заздалегідь:**

- Смайлики для оцінювання конкурсів.

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	10 хв.
Змагання	18 хв.
Підсумкове завдання	7 хв.
Усього тривалість	35 хв.

Стартові завдання (повторити вивчений матеріал)

1. Назвати тему і завдання уроку.
2. Пригадати вивчений матеріал за розділом «Безпечне довкілля». Для цього об'єднати дітей у шість груп. Кожній дати картку із запитанням і прочитати його. Діти обговорюють і дають відповідь:
 - Де у дворі гратися небезпечно?
 - Як ти діятимеш, якщо заблукаєш?
 - Назви місця у квартирі, де не слід гратися.
 - Назви правила поведінки у школі.
 - Розкажи правила переходу дороги.
 - Перелічи правила поведінки у громадському транспорті.

Змагання (узагальнити знання)

1. Провести командні змагання, об'єднавши дітей у три команди. За кожне правильно виконане завдання команда отримує смайлик. Переможцем стає та команда, яка отримує найбільше смайликів.
 - 1-й конкурс — «У дворі». Кожній команді роздати набір карток зі словами ДОРОГА, ІГРОВИЙ МАЙДАНЧИК, КРОПИВА, ДИТЯЧА ГРІКА, ЛЮК, СОБАКИ. Завдання: розділити слова на дві групи — безпечно і небезпечно.
 - 2-й конкурс — «У транспорті». Продемонструвати (інсценувати) ситуації, які доводять, що ви — виховані пасажери.
 - 3-й конкурс — «Удома». Кожній команді роздати по аркушу паперу, на якому надруковані слова *сірники, побутова хімія, праска,*

голка, книги, олівці, іграшки. Закреслити те, чим не можна користуватися без дозволу батьків.

- 4-й конкурс — «Ти — пішохід». Командам роздати по червоному і зеленому кружечку. Вчитель ставить запитання, команда радиться і піднімає кружечок: «так» — зелений, «ні» — червоний.

– Ти спізнюєшся до школи, тобі треба перейти дорогу, а пішохідний перехід далеко. Ти перейдеш там, де його немає? – Горить червоне світло, та машин немає. Ти перейдеш через дорогу?

– На твоєму шляху підземний пішохідний перехід, ти йдеш із кимось, хто пропонує перейти дорогу по поверхні. Ти погодишся?

- 5-й конкурс — «Дорога до школи». Вчитель називає дію, команда тими ж кружечками сигналізує, безпечна вона чи ні: зелений — безпечна, червоний — небезпечна.

– Дорогою до школи розмовляти з товаришем.

– Дорогою до школи розмовляти з незнайомцем.

– Називати незнайомцеві свою адресу.

2. Підбити підсумки конкурсу. Проаналізувати результати.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Пригадати життєві ситуації, коли вам знадобилися отримані знання.
2. Запитати, яку корисну інформацію кожен отримав для себе.
3. Доповнити речення: «Моє життя змінилося, бо тепер я знаю, що...».

Розділ 4. Здоровий дух

Урок 27. Неповторність людини

Урок 28. Народні традиції та здоров'я

Урок 29. Настрій і почуття

Урок 30. Учимося приймати рішення

Урок 31. Узагальнювальний до розділу «Здоровий дух»

Практичні роботи за програмою:

- Створення пам'ятки: «Як влаштувати веселе свято».
- Вправи: «Вгадай емоцію», «Намалюй настрій».
- Ігри, що сприяють гарному настрою.
- Перегляд та обговорення поведінки персонажів мультфільмів, їхнє ставлення до свого здоров'я та до здоров'я інших.



Урок 27. НЕПОВТОРНІСТЬ ЛЮДИНИ



Мета

Допомогти дітям усвідомити неповторність кожної людини, пояснити необхідність ставитися до людей із повагою.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні:

- *пояснюють*, чим схожі й чим відмінні люди;
- *розповідають*, як поводитися, щоб тебе поважали;
- *демонструють* у дії правило «Постав себе на місце іншого».



Обладнання і матеріали:

- Улюблені іграшки учнів.
- Підручник, с. 106–109.
- Зошит-практикум, с. 54–55.



Що підготувати заздалегідь:

- Разом із батьками вирізати сніжинку.
- Принести одну зі своїх улюблених іграшок.
- Необхідне обладнання і матеріали.

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	5 хв.
Руханка	2 хв.
Інформаційне повідомлення	5 хв.
Гра «Людина на стільці»	8 хв.
Практична робота	8 хв.
Корисні поради	4 хв.
Підсумкове завдання	3 хв.
Усього тривалість	35 хв.



Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати, що дізналися на минулому уроці.
2. Назвати тему і завдання уроку.
3. Розглянути малюнки в підручнику на с.106, пригадати казку Г. К. Андерсена «Гидке каченя». Дати відповіді на запитання у підручнику:
 - Пригадайте, що відчувало каченя, коли всі його обзивали, відштовхували? (Йому було дуже боляче.)
 - Спробуйте уявити, що ви – це і є гидке каченя. Розкажіть, що ви відчуваєте, коли вас не приймають до пташиного двору? Обзивають потворою? Виганяють?
 - Отак буває боляче і дітям, коли хтось їх обзиває, не приймає в гру, відвертається.

Висновок: завжди спробуйте поставити себе на місце іншого, тоді ви зрозумієте, що не слід ображати, бо людині це завдає болю.

Руханка (виконати рухливі вправи)

- Підніміть угору ваші сніжинки. Які вони? (Гарні, білі, ніжні тощо.)
- Чим вони схожі?
- А чим відрізняються?
- Давайте разом вивчимо вірш і виконаємо рухливі вправи.

Летять сніжинки згори вниз,
Кружляють над землею.

Свій сніжинці посміхнись

І покружляй сам з нею.

Інформаційне повідомлення (пояснити унікальність кожного)

Прочитати текст на с. 107 підручника. Провести аналогію між сніжинками й дітьми. Запропонувати дітям стати в коло.

- Які ви?
- Чим ви схожі?
- А чим відрізняєтеся?
- Подивіться одне на одного. Кожен із вас неповторний, кожен заслуговує на повагу, бо є за що поважати. Зараз я вам це доведу.

Гра «Людина на стільці» (показати, що в кожній дитині є позитивні риси)

У центрі стоїть стілець. Кожен учень сідає на стілець, а інші називають позитивні риси, вчинки, позитивні моменти дня, зміни на краще тощо.

– У кожній людині є щось гарне. А головне – є власна гідність. І не слід когось ображати лише за те, що він має якісь зовнішні відмінності, тим більше – фізичні вади.

Висновок: поважайте людську гідність, тоді поважатимуть і вас!

Практична робота (продемонструвати, що кожен має свої смаки та вподобання)

– Ми з вами можемо проводити всі дні як добрі друзі, у радісному настрої, а можемо – у сварках і суперечках. Що ви вибираєте? (Звичайно, діти обирають перший варіант.) Тоді я навчу вас, як це зробити.

- Підніміть угору свою улюблену іграшку.
- Чи однакові вони у вас? (У всіх вони різні.)

- Чи варто через це сперечатися, сваритися? (Звісно, ні.)
- У всіх вас смаки та бажання можуть відрізнятися. І це цілком нормально. У кожної людини свої вподобання – і в цьому теж її неповторність.
- Поміняйтеся іграшкою із сусідом. Придивіться, вона теж чудова, порадійте за свого товариша! Зробіть комплімент його іграшці.

1. Розглянути с. 108. Виконати завдання. Зробити висновок: якщо смаки та вподобання не збігаються, не треба сваритися і сперечатися. Це абсолютно нормально.

– У вашій родині теж кожен має свої смаки та захоплення.

2. Виконати завдання в зошиті на с. 54–55.

Корисні поради (допомогти формувати корисні звички)

– Із ким кожен із вас захотів би дружити: з тим, хто вас поважає, чи тим, хто ставиться з неповагою? Із тим, хто вам у всьому допомагає чи відвертається від вас? Із веселим, життєрадісним чи пихатим і набундюченим?

– Бачите, ви всі однаково підняли руки – ніхто не хоче товаришувати з тими, хто не вміє поважати інших. Отже, якщо ви будете такими, з вами ніхто не захоче дружити.

Прочитати корисні поради в підручнику на с. 109.

Висновок: треба так поводитися з друзями, як хочеш, щоб вони поводитися з тобою (Аристотель).

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Щоб із тобою хотіли спілкуватися, треба пам'ятати такі поради. Продовж їх:

- Щоб тебе поважали, сам умій... (поважати інших).
- Щоб тобі допомагали, сам... (допомагай іншим).
- Щоб із тобою хотіли гратися, будь завжди... (життєрадісним).

2. Поясни, як ти розумієш народні прислів'я:

- Слово іноді пече дужче за вогонь.
- Добре роби, добре й буде.

Урок 28.

НАРОДНІ ТРАДИЦІЇ ТА ЗДОРОВ'Я

**Мета**

Пояснити дітям значення народних традицій для дотримання здорового способу життя.

**Результати навчання**

Наприкінці заняття учні:

- розповідають про своє улюблене свято;
- пояснюють, що корисно для здоров'я під час святкування, а що шкідливо;
- розказують про правила гостинності;
- називають кілька прислів'їв про здоров'я.

**Обладнання і матеріали:**

- Малюнки з зображенням козаків і зображенням свят – Різдва, Великодня, Нового року.
- Ватман для запису пам'ятки.
- Підручник, с. 110–113
- Зошит-практикум, с. 56–58.

**Що підготувати заздалегідь:**

- Разом із батьками прочитати вірш А. Костецького «У гостях». Запропонувати свої правила гостинності.
- Необхідне обладнання і матеріали.

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	5 хв.
Групова робота	9 хв.
Практична робота	9 хв.
Робота з прислів'ями	8 хв.
Підсумкове завдання	4 хв.
Усього тривалість	35 хв.

Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати, що дізналися на минулому уроці.
2. Назвати тему і завдання уроку.
3. Розглянути малюнки в підручнику на с. 110 (на дошці також малюнки з зображенням козаків.)
 - Який одяг носили козаки? (Сорочки, шаровари.)
 - Яка зачіска була у козаків? (Оседець.)
 - Які страви готували козаки? (Каша, куліш.)
 - Що зміцнювало здоров'я козаків? (Загартовування, правильне харчування, спортивні заняття.)

– Чимало народних традиційних свят збереглося понині, і святкувати їх треба правильно, щоб не нашкодити своєму здоров'ю, а покращити його.

Групова робота (визначити корисні та шкідливі звички під час святкування)

1. Запросити дітей розглянути с.111 підручника і дати відповіді на запитання.
 - Що корисне у святкуванні? (Веселий настрій, страви, активний відпочинок.)
 - Що шкідливе під час святкування? (Переїдання, вживання шкідливої їжі, надмірне вживання солодощів.)
2. Об'єднати дітей у три групи. Кожна група отримує малюнок із зображенням свята – Різдва, Великодня, Нового року. Треба вирішити, що корисне для здоров'я під час цього свята і що шкідливе.

3. Виконати завдання в зошиті на с. 56–57.

Практична робота (скласти пам'ятку проведення веселого свята)

1. Пригадати вірш А. Костецького «У гостях». Чому гості втекли зі свята? (Тому що господарі їм нічого не дозволяли, вимагали подарунки.)
 - Які ви знаєте правила гостинності?
 - Давайте самі складемо пам'ятку «Як улаштувати веселе свято», щоб усі, хто буде у вас у гостях, залишилися задоволеними.
2. На дошці закріпити ватман із зображенням елементів свята. Діти пропонують, учитель записує на ватмані:
 - Скласти список запрошених.
 - Продумати меню. Закупити продукти.
 - Підготувати конкурси та розваги.
 - Прибрати у квартирі. Накрити стіл.
 - З усіма гостями бути чемним, веселим, привітним.

3. Заповнити с. 58 зошита.

Робота з прислів'ями (допомогти формувати корисні звички)

1. Прочитати прислів'я на с.112 підручника. Пояснити дітям їх зміст.
2. Запропонувати учням інсценувати прислів'я на вибір, об'єднавшись у довільні групи. Продумати сюжет інсценування так, щоб не називати прислів'я, а глядачі змогли його вгадати.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

- Прочитати корисні поради в підручнику на с. 113.
– Чи дотримуються цих порад у твоїй сім'ї?
- Назвати прислів'я про здоров'я.
– Яке вам найбільше сподобалося?
- Пограти в гру «Ти молодець!», розповідаючи про корисні звички під час святкування.

Урок 29.

НАСТРІЙ І ПОЧУТТЯ

**Мета**

Пояснити, як настрій впливає на здоров'я, і навчити учнів покращувати свій настрій.

**Результати навчання**

Наприкінці заняття учні:

- *пояснюють* термін «почуття»;
- *називають* приємні та неприємні почуття;
- *розпізнають* вияви почуттів (за невербальними ознаками);
- *розповідають* про способи покращення настрою.

**Обладнання і матеріали:**

- Аркуш паперу на кожную парту, картини природи.
- Підручник, с. 114–119.
- Зошит-практикум, с. 59–61.

**Що підготувати заздалегідь:**

- Із батьками переглянути мультфільм про крихітку Єнота.
- Необхідне обладнання і матеріали.

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	3 хв.
Пантоміма	5 хв.
Робота в парах	8 хв.
Інформаційне повідомлення	8 хв.
Практична робота	8 хв.
Підсумкове завдання	3 хв.
Усього тривалість	35 хв.



Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати, що дізналися на минулому уроці. Які прислів'я про здоров'я запам'ятали?
2. Повідомлення: ваше здоров'я багато в чому залежить від вашого настрою.
3. Назвати тему і завдання уроку.
4. Пригадати мультфільм про крихітку Єнота. Розглянути малюнки на с. 114, запросити дітей дати відповіді на запитання в підручнику.

Висновок: спілкуючись із людьми, завжди посміхайся, будь-яку роботу виконуй із гарним настроєм, і тоді все в тебе вийде.

Пантоміма (навчити передавати свої почуття)

1. Дати визначення почуття (це те, що ти відчуваєш у певній ситуації).
2. Запропонувати дітям стати біля парт і зобразити почуття за ситуаціями, запропонованими в підручнику на с. 115: 1 – (гуляєш у гарну погоду) – радість, 2 – (перед тобою щось дивовижне) – здивування, 3 – (раптом надворі почалася гроза) – страх, 4 – (треба сидіти вдома, коли хочеться гуляти) – образа, 5 – (тобі все набридло і нічим зайнятися) – нудьга.

Робота в парах (навчити розпізнавати почуття)

1. Розглянути малюнки на с. 116 підручника. Запропонувати дітям у парах зобразити почуття і вгадати його, міняючись ролями.

2. Записати почуття кожної дитини на малюнку у дві групи – приємні та неприємні почуття (радість, подив, цікавість – злість, страх, образа, нудьга, сум).

Інформаційне повідомлення (пояснити необхідність впливати на свій настрій)

Настрій впливає на здоров'я: гарний настрій покращує його, поганий – навпаки, погіршує. Кожен із вас може сам покращити свій настрій, якщо він зіпсувався.

1. Прочитати вірш у підручнику на с. 118:
 - Що допоможе підняти настрій зранку? (Ранній підйом, водні процедури.)
 - Як слід поводитися, щоб усі тобі посміхалися? (Ти повинен сам усім посміхнутися.)

– Подивіться на природу, яка вас оточує. Це прекрасно, це піднімає настрій (малюнки на дошці).

Висновок: умій радіти всьому навколо, посміхатися, тоді і в тебе буде гарний настрій, і в тих, хто тебе оточує.

– Якщо настрій зіпсувався, його треба обов'язково покращити. Які є способи покращити настрій?

- Пограти з друзями у веселу гру.
- Почитати улюблену книгу.
- Зайнятись улюбленою справою.
- Поговорити про свою проблему з батьками.
- Подивитися веселий мультяк.

2. Прочитати матеріал у підручнику на с. 117, 119. Запитати, як зазвичай діти піднімають свій настрій.

Практична робота (навчити контролювати свій настрій)

1. Розглянути смайлики в зошиті на с. 59. Запропонувати зафарбувати той, який відповідає настрою на цьому уроці.
 - Ось так щодня зафарбовуючи смайлик, ви можете побачити, які емоції у вас переважають. У зошиті на с. 60 наприкінці кожного дня замалюйте свій настрій. За тиждень ви зробите висновок, як вам треба працювати над собою.
2. Запросити дітей намалювати у зошитах на с. 61 те, що покращує настрій, і намагатися цим користуватися.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Назвати почуття, корисні та шкідливі для здоров'я. Один учень перед класом показує почуття, діти їх називають: радість, сум, цікавість, ненависть, страх, нудьга, подив, злість.
2. У кого буде краще здоров'я: у того, хто завжди задоволений, посміхається, чи в того, хто всім незадоволений, завжди набундючений?
3. Назвати способи покращити свій настрій.



Урок 30.

ВЧИМОСЯ ПРИЙМАТИ РІШЕННЯ



Мета

Пояснити учням необхідність приймати зважені рішення, навчити приймати рішення за допомогою «Правила світлофора».



Результати навчання

Наприкінці заняття учні:

- пояснюють, чому слід продумувати наслідки своїх вчинків;
- демонструють у дії «Правило світлофора»;
- розповідають, як можна уникнути пасивного куріння.



Обладнання і матеріали:

- Кружечки – сигнали світлофора, малюнки «Буратіно», «Вовк і семеро козенят», «Червона Шапочка»
- Розрізані картки з реченнями: «Я завжди прийматиму зважені рішення», «Я вмю уникати пасивного куріння».
- Підручник, с. 120–124.



Що підготувати заздалегідь:

- Разом із батьками пригадати казки та мультфільми, що вчать дбати про здоров'я.
- Необхідне обладнання і матеріали.

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	5 хв.
Інформаційне повідомлення	8 хв.
Практична робота	8 хв.
Робота в парах	8 хв.
Підсумкове завдання	6 хв.
Усього тривалість	35 хв.

Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати, що дізналися на минулому уроці.
2. Назвати тему і завдання уроку.
3. Запросити дітей розглянути малюнки на с. 120 підручника і дати відповіді на запитання.
4. Пригадати, які ще казки та мультфільми вчать дбати про здоров'я.

Інформаційне повідомлення (показати, як наслідки рішень впливають на здоров'я)

– Ви ще першокласники, й чимало серйозних рішень за вас приймають ваші батьки. Але вже багато чого ви вирішуєте і самі. Наприклад, яку книгу прочитати, з ким дружити, що з'їсти у шкільній їдальні тощо. Кожне рішення має певні наслідки.

Розібрати приклад на с. 121 підручника. Дівчинка могла прийняти два рішення: вчасно лягти спати чи дивитися телевизор допізна. Наслідки першого рішення – дівчинка виспалася, вчасно прийшла до школи, успішно навчалася. Наслідки другого рішення – дівчинка проспала, була через це неухажною, ледь не потрапила під автомобіль, забула зошита.

Висновок: треба завжди продумувати, до яких наслідків призведе ваше рішення.

Практична робота (практично навчити приймати рішення)

1. Прочитати матеріал у підручнику на с. 122. Учитель задає ситуацію. Ко-

ристуючись кружечками–сигналами світлофора, регулює дії дітей. Наприклад: «Тобі ввечері не хочеться чистити зуби».

Червоне світло – стоп, зараз я подумаю.

Жовте – оціню наслідки. Я не почищу – зуби почнуть псуватися, через певний час доведеться йти до лікаря, а це боляче. Я почищу – зуби будуть здорові, я вироблятиму силу волі, а це дуже корисно.

Зелене світло – я обираю «почистити».

2. Аналогічно розібрати ситуації «Пропонують перейти дорогу на червоне світло», «Тобі запропонували піти пограти в інший двір, бо там великий ігровий майданчик», «Тобі подарували коробку цукерок».

Висновок: ти можеш сам навчитися приймати правильні рішення, якщо продумаєш наслідки. Коли відчуваєш, що сам не впораєшся, звернися по допомогу до батьків. Вони завжди дадуть тобі слушну пораду.

Робота в парах (навчити уникати пасивного куріння)

1. Об'єднати дітей у пари. Прочитати на с. 123 підручника матеріал про пасивне куріння. Запросити дітей відповісти на запитання:
 - Чи тільки для курців шкідливий тютюновий дим?
 - Що таке пасивне куріння?
2. Запропонувати в парах протестувати себе, коментуючи обраний варіант (с. 123 підручника). Зробити висновок: слід уникати пасивного куріння, щоб не зашкодити своєму здоров'ю.



Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Продемонструвати малюнки «Буратіно», «Вовк і семеро козенят», «Червона Шапочка».
2. Запросити дітей навести приклади необдуманих рішень героїв і спрогнозувати наслідки правильних рішень.
3. Об'єднати дітей у групи по п'ять учнів. Роздати картки зі словами. Запропонувати дітям на швидкість скласти із розрізаних карток речення: «Я завжди прийматиму зважені рішення», «Я вмію уникати пасивного куріння».

Урок 31.

УЗАГАЛЬНЮВАЛЬНИЙ ДО РОЗДІЛУ «ЗДОРОВИЙ ДУХ»



Мета

Узагальнити отримані знання, сприяти формуванню в дітей самоповаги та поваги до інших.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні:

- *відповідають* на поставлені запитання за матеріалами розділу;
- *демонструють* уміння приймати зважені рішення;
- *розповідають* про свої таланти та вміння.



Обладнання і матеріали:

- Аркуш паперу А4, кольорові олівці, два великих паперових кружечки – чорний і білий.



Що підготувати заздалегідь:

- Із батьками виготовити по два смайлики діаметром 5 см – веселий і сумний.
- Підготувати розповідь про свої досягнення або продемонструвати їх.

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	5 хв.
Демонстрація	13 хв.
Руханка	2 хв.
Творча робота	12 хв.
Підсумкове завдання	3 хв.
Усього тривалість	35 хв.



СВЯТО ЗДОРОВ'Я

Стартові завдання (повторити вивчений матеріал)

1. Назвати тему і завдання уроку.
2. Пригадати вивчений матеріал:
 - Як емоції впливають на здоров'я?
 - Як можна покращити зіпсований настрій?
 - Як прийняти зважене рішення?

Демонстрація (показати вміння дітей приймати правильні рішення)

– Кожен із вас уже прийняв рішення для свого здоров'я. Кожен вирішив, як він буде проводити свій вільний час, у яких секціях займатися. Продемонструйте, що ви вже навчилися робити.

Діти демонструють свої вироби, вміння або розказують про них.

Руханка (виконати рухливі вправи)

Запропонувати дітям виконати веселу рухливу гру. Діти стають біля парт. Учитель називає і показує: «Очі, ніс, вуха, живіт, коліна». Потім вказує не на те, що називає. Діти повинні показати названу частину тіла.

Творча робота (показати неповторність кожної людини)

Запропонувати дітям намалювати свій портрет. Закріпити портрети на дошці, дати можливість кожному *позитивно* охарактеризувати себе, наприклад: «Я добрий та веселий, я вмію...».

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

- Запропонувати дітям обрати той смайлик, який відповідає настрою на сьогоднішньому уроці. Наклеїти цей смайлик відповідно на чорний чи на білий кружечки. Зробити висновок.
- Що корисного для себе дізнався кожен?



Мета

Продемонструвати дітям у казковій формі переваги здорового способу життя; залучити всіх учнів до сценічної діяльності.

Сценарій вистави «Капітошка»

Ведучі:

На затишній галяві лісовій
Працьовитих Бджілок живе рій,
Там ростуть Ромашки та Дзвіночки,
Причаїлись у траві Грибочки,
Горобці живуть і Мишенята.
Пригоду їхню варто розказати.

Вілітають Бджілки

1-ша Бджілка:

Оця квіточка моя!

2-га Бджілка:

Та сюди летіла я!

3-тя Бджілка:

Агов, бджоли, сторонися!

Ви чого це розгулися?

Тут нектар збираю я!

1-ша Бджілка:

Ні, ця квіточка моя...

2-га Бджілка:

Гляньте, хмара насуває,
Дощик крапать починає!

Виконують танок із парасольками

3-під парасольок з'являється Капітошка

Капітошка:

Я – маленький Капітошка.
Тато мій – веселий дощик,
Як тут гарно, як тут мило.
Ось і Бджілки прилетіли.
Гей, давайте рученята,
Разом будем танцювати.

Капітошка з двома Бджілками танцюють

Підлітає сердита 3-тя Бджілка

3-тя Бджілка:

А я, краще ніж стрибати,
Полечу нектар збирати.

1-ша Бджілка:

Ні, ця квіточка моя!

2-га Бджілка:

Та сюди летіла я!

Капітошка:

Не сваріться, Бджоленята!

Вам нектар разом збирати

Швидше буде й веселіше.

Бджілки:

Гей, послухаймо скоріше!

Капітошка:

Справ у вас багато влітку.

Дружно — з квіточки на квітку!

Друг завжди порадить зможе,

Нести кошик допоможе,

Або й просто посміхнеться.

Легше з друзями живеться!

1-ша Бджілка:

Ой, а ми цього не знали...

2-га Бджілка:

Кожна по собі літали...

3-тя Бджілка:

Тепер ми друзі! Дайте руки!

Тобі спасибі за науку!

Вилітають

З'являються Горобці

Горобці:

На нас хлюпнув хтось водою!

Капітошка:

Горобчику, що з тобою?

1-й Горобець:

Лишенько, води боюся!

2-й Горобець:

Вода холодна, застуджуся.

Капітошка:

Та ні, вода — здоров'я це.

Підставляй своє крильце.

1-й Горобець:

Справді, хороше як стало.

2-й Горобець:

Пір'ячко ось заблищало!

Це вода творить дива.

Капітошка:

Себе зранку обливай —

Настрій гарний мати будеш,

Про хвороби геть забудеш.

Вилітають Горобці

*Заходять Ромашка і Гриб,
ідуть назустріч один одному*

Ромашка:

Дай дорогу, сторонися!

Гриб:

Я йшов перший, схаменися!

Ромашка:

Сперечатися не треба!

Глянь, гарніша я за тебе!

Личко золотаве в мене,

Платтячко таке зелене!

Гриб:

Ой, знайшла чим здивувати...

Ось я можу показати

Свою шапку. Оце диво!

Глянь, яка вона красива!

Ромашка:

Кажу ще раз, пропусти!

Гриб:

Пропустити маєш ти!

Капітошка:

У вас, здається, ДТП?

Гриб:

Ми не знаємо тебе...

Капітошка:

Я — маленький Капітошка.

Тато мій — веселий дощик,

На дорозі не сваріться,

Краще правил ви навчіться,

Бо дорога — це не жарти!

Ромашка і Гриб:

Правила всім знати варто!

Розходяться, поступившись дорогою

Забігає Мишеня

Мишеня:

Ось, горіх тобі несу.

Зараз миттю розгризу.

Капітошка:

Які гострі зубки маєш!

Чистити не забуваєш?

Мишеня:

Та я...ой, не чищу, ні...

Дуже соромно мені.

Капітошка:

Щоб здорові зубки мати,

Треба завжди про них дбати.

З'являється Хмара

Мишеня:

Ой, це хто там? Я боюся...

Капітошка:

Хмара це, моя матуся.

Хмара:

Час додому, Капітошко.

Капітошка:

Я прийду, як піде дощик.

*Забігають Бджілка,
Горобець, Гриб*

Бджілка:

Ми сваритися не будем...

Мишеня:

Зубки чистити ми будем...

Гриб:

Правила дорожні знати.



Горобець:

Себе будем гартувати.

Усі:

Повертайся, Капітошко!

Капітошка:

Я прийду, як піде дощик.

Усі:

Твою науку не забудем!

Хмара:

Зроблю я так, що завжди буде

Нагадувать про мого сина

Вам райдуга у небі синім!

З'являється райдуга

Ведучі:

Ти бачив райдугу у небі?

Сяє то вона для тебе.

То тобі веселий дощик

Посилає Капітошку.

Правила всі пригадай,

Про здоров'я сам подбай.

Після вистави підготувати та провести веселі конкурси.

ЧАСТИНА III

Навчальна програма, навчально-методичне забезпечення і розробки уроків для 2 класу

1. Навчальна програма основ для здоров'я для 2-го класу загальноосвітніх навчальних закладів 127

2. Навчально-методичне забезпечення для 2-го класу 130

Опорні плани проведення уроків за програмою 131

1. Вступ (здоров'я людини)

1. РІСТ І РОЗВИТОК ЛЮДИНИ 131

2. ЗДОРОВ'Я І ХВОРОБИ 135

3. ЯК ЗАХИСТИТИСЯ ВІД ІНФЕКЦІЙ 139

4. УЗАГАЛЬНЮЮЧИЙ УРОК ДО РОЗДІЛУ «ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ» 142

2. Здорове тіло (фізична складова здоров'я)

5. РЕЖИМ ДНЯ 145

6. НАВЧАННЯ І ВІДПОЧИНОК 148

7. ГІГІЄНА ШКОЛЯРА 151

8. ЗДОРОВІ ЗУБИ 155

9. ХАРЧУВАННЯ І ЗДОРОВ'Я 158

10. КУЛЬТУРА ХАРЧУВАННЯ 161

11. ФІЗИЧНІ ВПРАВИ І ЗДОРОВ'Я 165

12. ПРАВИЛА ЗАГАРТОВУВАННЯ 168

13. УЗАГАЛЬНЮЮЧИЙ УРОК ДО РОЗДІЛУ «ЗДОРОВЕ ТІЛО» 171

3.1. Серед людей (соціальна складова здоров'я).

14. ПРАВА ДИТИНИ 173

15. ТВОЯ РОДИНА 176

16. НАУКА СПІЛКУВАННЯ 179

17. УЗАГАЛЬНЮЮЧИЙ УРОК ДО РОЗДІЛУ «СЕРЕД ЛЮДЕЙ» 182

3.2. Безпечне довкілля (соціальна складова здоров'я)

18. БЕЗПЕКА І НЕБЕЗПЕКА (1 УРОК) 185

19. БЕЗПЕКА І НЕБЕЗПЕКА (2 УРОК) 188

20. ПОМІЧНИКИ У ДОМІ	191	30. ДРУЗИ ЗА ІНТЕРЕСАМИ	222
21. БЕЗПЕКА ВДОМА	194	31. РЕКЛАМА І ЗДОРОВ'Я	225
22. БЕЗПЕЧНА ШКОЛА	198	32. АЛЬКОГОЛЬ І ЗДОРОВ'Я	228
23. БЕЗПЕКА НА ДОРОГАХ	201	33. ПРАВИЛА ЛІТНЬОГО ВІДПО- ЧИНКУ	231
24. НА ПЕРЕХРЕСТІ	204	34. УЗАГАЛЬНЮЮЧИЙ УРОК ДО РОЗДІЛУ «ЗДОРОВИЙ ДУХ	234
25. ТВАРИНИ ДОВКОЛА НАС	207	5. Сценарій виховного заходу «Мчать дорогою машини».	238
26. ВІДПОЧИНОК НА ПРИРОДІ	210	Додаток до теми «Правила загартуван- ня»	242
27. САМ СОБІ ЛІКАР	213	Додаток до теми «Тварини довкола нас	245
28. УЗАГАЛЬНЮЮЧИЙ УРОК ДО РОЗДІЛУ «БЕЗПЕЧНЕ ДОВКІЛЛЯ»	216	Література	247
4. Здоровий дух (психічна і духовна складові здоров'я)			
29. СМАКИ І ЗАХОПЛЕННЯ	218		

1. Навчальна програма предмету «Основі здоров'я» для 2-го класу загальноосвітніх навчальних закладів

2 клас (34 години, із них 2 години – резервні)

Зміст навчального матеріалу	Державні вимоги щодо рівня загальноосвітньої підготовки учнів
<p>1. Здоров'я людини (3 год.) Індивідуальні особливості росту й розвитку учнів. Здоров'я і хвороби. Профілактика захворювань. Інфекційні захворювання. Захист від інфекцій.</p> <p><u>Практична робота.</u> *Вимірювання зросту і маси тіла (з допомогою дорослих).</p>	<p>Учень/учениця називає:</p> <ul style="list-style-type: none"> • умови, що сприяють фізичному розвитку дитини; • приклади інфекційних захворювань; • ознаки інфекційних захворювань (висока температура, кашель, нежить); • засоби захисту від інфекцій (загартовування, заняття спортом, раціональне харчування з достатньою кількістю вітамінів, особиста гігієна, дезінфекція, щеплення, захисні маски, гумові рукавички); • правила поведінки з інфекційними хворими; <p>пояснює:</p> <ul style="list-style-type: none"> • особливості росту і розвитку людей; • як інфекція може потрапити в організм; • чому не можна торкатися предметів із залишками чужої крові; • що таке епідемія, карантин. <p>уміє:</p> <ul style="list-style-type: none"> • вимірювати зріст і масу тіла та порівнювати їх з минулорічними показниками (з допомогою дорослих); <p>дотримується правил:</p> <ul style="list-style-type: none"> • безпечної поведінки під час карантину.
<p>2. Фізична складова здоров'я (9 год.) Розпорядок дня школяра. Порядок і дисципліна. Навчання і відпочинок. Користь активного відпочинку. Організація відпочинку в класі та вдома. Ранкові і вечірні гігієнічні процедури. Культура харчування. Правила поведінки за столом. Вітаміни, їх значення для здоров'я. Фізичні вправи і здоров'я. Правила і процедури загартовування.</p>	<p>Учень/учениця називає:</p> <ul style="list-style-type: none"> • правила, які допомагають підтримувати дисципліну в школі; • ранкові і вечірні гігієнічні процедури; • продукти харчування, багаті на вітаміни; • правила поведінки за столом; • види рухової активності; • процедури загартовування; <p>розпізнає:</p> <ul style="list-style-type: none"> • активний і пасивний, корисний і шкідливий для здоров'я відпочинок;

<p><u>Практичні роботи.</u></p> <p>*Складання розпорядку робочого дня. *Планування вихідного дня.</p> <p>Гра: «Вдягни ляльку» (вибір одягу за погодою).</p> <p>*Як правильно доглядати за порожниною рота.</p> <p>*Вибір корисних для здоров'я продуктів.</p>	<p>пояснює:</p> <ul style="list-style-type: none"> користь активного відпочинку; небезпеку недоїдання і переїдання; необхідність ретельно пережовувати їжу; <p>уміє:</p> <ul style="list-style-type: none"> підтримувати порядок робочого місця; доглядати за ротовою порожниною; виконувати комплекс вправ ранкової гімнастики та вправ для фізичного та розумового розвантаження;
<p>3. Соціальна складова здоров'я (13 год.)</p> <p>Права дитини. Обов'язки дитини вдома і в школі.</p> <p>Спілкування. Умови взаєморозуміння.</p> <p>Безпечні і небезпечні ситуації. Небезпечні речовини (отруйні, горючі, легкозаймисті). Джерела допомоги в небезпечних ситуаціях (батьки, сусіди, родичі, аварійні служби).</p> <p>Безпечна поведінка вдома. Користування телевізором, комп'ютером, мобільним телефоном.</p> <p>Ситуації можливої небезпеки у школі. План евакуації.</p> <p>Безпека на дорозі. Правила пішохідного руху. Дорожня розмітка.</p> <p>Безпека на відпочинку. Літні та зимові розваги. Профілактика обмороження, перегрівання, сонячних опіків.</p> <p>Безпека у спілкуванні з дикими і бездомними тваринами.</p> <p>Надання першої допомоги при забиттях, порізах, подряпинах, укусах комах.</p> <p><u>Практичні роботи:</u></p> <p>Моделювання ситуацій невербального спілкування.</p> <p>*Створення списку джерел допомоги у небезпечних ситуаціях (за допомогою дорослих).</p> <p>*Створення пам'ятки щодо перегляду телевізійних передач, користування комп'ютером і мобільним телефоном.</p> <p>Відпрацювання навичок евакуації з приміщення школи згідно з планом евакуації.</p>	<p>Учень/учениця називає:</p> <ul style="list-style-type: none"> основні права дитини, визначені Конвенцією про права дитини; людей, які допомагають дітям реалізовувати їх права на навчання, отримання медичної допомоги, всебічний розвиток тощо; свої обов'язки в родині і в школі; спільні обов'язки хлопчиків і дівчаток; правила користування телевізором, комп'ютером, мобільним телефоном; правила переходу проїзної частини дороги в місті, в селі, за межами населеного пункту; правила поведінки під час канікул; <p>пояснює:</p> <ul style="list-style-type: none"> чому батьки є найкращими порадиниками і захисниками прав дітей; як щирість і правдивість полегшують спілкування; як уміння приймати рішення допомагає уникати небезпек; небезпеку ігор із сірниками, запальничками і засобами побутової хімії; необхідність мити руки після контактів з тваринами; небезпеку контактів з дикими та бездомними тваринами; <p>розпізнає:</p> <ul style="list-style-type: none"> види перехресть, дорожню розмітку і дорожні знаки для пішоходів; ознаки обмороження, сонячного удару і сонячного опіку; ситуації, коли треба звертатися до медичного працівника;

<p>*Моделювання ситуації переходу дороги на регульованому і нерегульованому перехресті.</p> <p>*Моделювання ситуації надання першої допомоги при нескладних травмах.</p>	<p>уміє:</p> <ul style="list-style-type: none"> обирати джерела допомоги відповідно до ситуації; відмовлятися відкривати двері свого дому незнайомим людям; організовано евакуюватися з різних приміщень школи; визначати напрямок руху транспортних засобів; оцінювати ризик під час переходу дороги на перехресті; надавати самодопомогу та допомогу при порізах, подряпинах, забиттях;
<p>4. Психічна і духовна складові здоров'я (7 год.)</p> <p>Смаки і захоплення людини, їх вплив на здоров'я.</p> <p>Вибір друзів. Друзі за інтересами. Людяність і співчуття. Як надати підтримку і допомогу.</p> <p>Прийняття рішень. Вплив реклами на рішення людини.</p> <p>Вплив алкоголю на здоров'я.</p> <p><u>Практичні роботи</u></p> <p>Презентація: «Моє захоплення»</p> <p>Створення плакату: «Захоплення нашого класу»</p>	<p>Учень/учениця розповідає:</p> <ul style="list-style-type: none"> про особисті інтереси, смаки і захоплення; про інтереси членів своєї родини; <p>розпізнає:</p> <ul style="list-style-type: none"> заняття і захоплення, що впливають на здоров'я; <p>порівнює:</p> <ul style="list-style-type: none"> власні захоплення з інтересами однолітків; <p>пояснює:</p> <ul style="list-style-type: none"> вплив смаків і захоплень на здоров'я людини; необхідність гуманного ставлення до хворих і людей з особливими потребами; негативний вплив алкоголю на здоров'я людини; <p>уміє:</p> <ul style="list-style-type: none"> знаходити спільні інтереси з іншими людьми; обирати безпечні для здоров'я заняття; висловлювати співчуття; надавати допомогу людям, які цього потребують;

Повний текст програми можна скачати за посиланням:
http://www.mon.gov.ua/ua//activity/education/56/general-secondary-education/educational_programs/nnn1_4kl/

2. Навчально-методичне забезпечення для 2-го класу

Посібник для вчителя

Це видання, яке ви тримаєте у руках. Воно містить:

- навчальну програму предмету «Основи здоров'я» для 2 класу загальноосвітніх навчальних закладів;
- опорні схеми проведення уроків.

Підручник

Підручник реалізує концепцію життєвих навичок, яка визнана в світі найефективнішою методикою для навчання здоров'ю і профілактики поведінкових ризиків і проблем.

Він орієнтує на застосування інтерактивних методів навчання, які добре сприймаються дітьми. Знання і практичні навички здобуваються не лише з ілюстративних і текстових пояснень, а й у процесі продуктивної діяльності учнів: під час ігор, обговорення ситуацій, мозкових штурмів, роботи в групах.

Зошит-практикум

Містить матеріали для використання на проведенні уроків за підручником.

Ресурсний портал

На порталі превентивної освіти www.autta.org.ua містяться:

- електронні копії нормативних документів, програма, календарний план та інші документи;
- опис інтерактивних методів, збірка тренінгових вправ;
- мультимедійні презентації в форматі Power Point
- розробки уроків тощо



ОПОРНІ ПЛАНИ ПРОВЕДЕННЯ УРОКІВ ЗА ПРОГРАМОЮ

1. ВСТУП. (ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ)

1. РІСТ І РОЗВИТОК ЛЮДИНИ



Мета

Ознайомити дітей зі змінами в їхньому рості і розвитку, вчити практично вимірювати масу тіла і зріст, ознайомити з умовами правильного росту і розвитку дитини.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- розуміти термін «статура»;
- практично визначати зріст і масу людини;
- назвати частини тіла людини;
- розказати, що корисно впливає на розвиток дитини.



Обладнання і матеріали:

- аркуші паперу за кількістю учнів;
- 4 аркуші паперу А-4 для роботи в групах;
- шкала для вимірювання зросту;
- ваги для вимірювання маси.
- Робочий зошит (с. 3–7)



Що підготувати заздалегідь:

- З батьками виміряти зріст і масу тіла дитини. Пригадати зріст і масу у минулому році (на початку літа).
- Принести фото 3x4 для роботи в зошиті.



Орієнтовний план тренінгу

Стартові завдання	5 хв.
Практична робота	8 хв.
Робота в групах	6 хв.
Руханка	6 хв.
Інформаційне повідомлення	5 хв.
Підсумкове завдання	5 хв.

Інформація для вчителя:

Вік	Стать	Зріст, м	Вага, кг	Окруж., груд. клітки, см
7 років	Дівчатка	122,1	23,2	58,4
	Хлопчики	123,9	24,3	60,3
8 років	Дівчатка	126,5	25,7	58,9
	Хлопчики	128,2	26,5	60,7
	Хлопчики	137,4	31,9	65,0

Стартові завдання

1. Попросити дітей стати біля парт. Наголосити, що за літо вони підросли. Вказати, що є вищі і нижчі, худіші і повніші, тобто всі мають різну статуру.
2. Розглянути в підручнику малюнки на с. 6.
 - Як звати казкових персонажів? (Дюймовочка, дядя Стьопа, Карлсон, козаки).
 - Порівняти статури, використовуючи антонімічні пари, подані у підручнику. (Дядя Стьопа високий, а Дюймовочка низька. Дюймовочка тендітна, а Карлсон кремезний. Перший козак гладкий, а другий – стрункий.)
3. Розкрити зошит на с. 3, ознайомитися з умовними позначками.
4. Виконати завдання перше в зошиті на с. 4. Вибрати слова для опису статури людини: висока, тендітна, кремезний, низький, гладкий, стрункий.

Практична робота (вчити вимірювати зріст і масу тіла)

Продемонструвати вимірювання зросту кількох дітей. Продемонструвати вимірювання маси кількох дітей.

Запропонувати розглянути малюнок у підручнику на с. 7. Проаналізувати, як можна визначити, на скільки виріс кожен учень.

Запропонувати дітям розкрити зошит на с. 5. Вклеїти фото, записати масу тіла в минулому році і зараз. Обчислити різницю і записати її. Проаналізувати результати обчислень.

Робота в групах (ознайомитися з розвитком людини)

Повідомити про те, що, на відміну від росту, розвиток триває все життя.

Прочитати повідомлення у підручнику на с. 9.

Об'єднати дітей у 4 групи. Роздати кожній групі по аркушу паперу. Запропонувати обговорити, чого кожен навчився за літо. Записати це на аркуші.

Руханка (виконати рухливі вправи і вивчити назви частин тіла людини)

Запропонувати дітям стати парами обличчям одне до одного. Вчитель називає частини тіла, зображені у підручнику на с. 8. Діти шукають цю частину тіла на собі, а потім на сусідові.

- Присядьте, зігнувши ноги у колінах.
- Торкніться підборіддям до лівої ключиці, правої ключиці.
- Зведіть лопатки.
- Зігніть – розігніть руки в ліктях.
- Як ви гадаєте, що росте у людини все життя? (Волосся та нігті. Деякий час вони ростуть навіть після смерті людини).

Запропонувати розкрити зошит на с. 6–7. Паралельно працювати на обох сторінках: обвести частину тіла на с. 6 – підписати на с. 7.

Інформаційне повідомлення (ознайомити з зубами людини)

У людини 20 молочних зубів: 8різців (по 4 вгорі і внизу), 4 ікла (по 2 вгорі і внизу), 8молярів (по 4 вгорі і внизу). В



період з 6 до 12 років молочні зуби замінюються постійними. Постійних зубів у людини 28 або 32 – 4 так звані зуби мудрості. Відсутність зубів мудрості є нормою.

Розглянути малюнки зубів у підручнику на с. 8. порахувати молочні та постійні зуби.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Чого ви навчилися на сьогоднішньому уроці.
2. Відгадайте загадки на с. 9 підручника про те, що допомагає нам рости здоровими. (Умивання, фізкультура, їжа, сон).
3. Виконати завдання друге в зошиті на с. 4. Зробити висновок, що цінують людину не за її зріст, статуру, а за її доброту.

Урок 2. ЗДОРОВ'Я І ХВОРОБИ



Мета

Довести необхідність турбуватися про своє здоров'я, визначити чинники, які впливають на здоров'я, вчити турбуватися про близьких, якщо вони захворіли.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- назвати ознаки здоров'я і хвороби;
- назвати необхідні умови для того, щоб бути здоровим;
- розказати, як у сім'ї мають турбуватися про хворого.



Обладнання і матеріали:

- Таблички з написами «РОБИТИ ЗАРЯДКУ», «МИТИ РУКИ», «ЇСТИ ОВОЧІ І ФРУКТИ», «ОБЛИВАТИСЯ», «ВЧАСНО ЛЯГАТИ СПАТИ», «ВІДВІДУВАТИ СТОМАТОЛОГА», «ГУЛЯТИ НА СВІЖОМУ ПОВІТРІ», «ПРАВИЛЬНО ХАРЧУВАТИСЯ», «НЕ ЇСТИ БАГАТО СОЛОДОЩІВ»;
- принесені з дому улюблені іграшки;
- прислів'я про здоров'я на плакаті:
«Бережи одяг, доки новий, а здоров'я – доки молодий
Люди часто хворіють, бо берегтися не вміють
Хворому і мед гіркий
Без здоров'я немає щастя
Здоров'я за гроші не купиш».
- Робочий зошит (с. 8–9)



Що підготувати заздалегідь:

- Разом з батьками знайти і вивчити прислів'я про здоров'я.



Орієнтовний план тренінгу

Стартові завдання	5 хв.
Інформаційне повідомлення	5 хв.
Робота в групах	5 хв.
Руханка	3 хв.
Робота в парах	4 хв.
Інсценування	8 хв.
Підсумкове завдання	5 хв.

Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Наголосити, що на розвиток дитини дуже впливає її здоров'я.
2. Назвати тему і завдання уроку.

Привітайте один одного, бажаючи здоров'я. (Доброго здоров'я, здрастуйте, здоровенькі були). З давніх давен у привітанні люди бажали один одному здоров'я. Бо здоров'я – це головне.

3. Розглянути малюнок на с. 10 підручника. Прочитайте пояснення дітей, чому здоров'я таке важливе для людини.
4. Прочитати на дошці прислів'я про здоров'я. Запропонувати дітям розказати і пояснити підготовлені вдома прислів'я.
5. Виконати завдання перше в зошиті на с. 8.

Інформаційне повідомлення (з'ясувати ознаки здоров'я і хвороби)

Прочитати ознаки здоров'я на с. 10 підручника. Запропонувати дітям піднімати руку, якщо вони мають цю ознаку.

Прочитати ознаки хвороби на с. 11 підручника, запропонувавши кожному ознаку зображувати пантомімою.

– Пригадайте ті випадки, коли ви хворіли. Яким вашим планам завадила ваша хвороба? (Відповіді дітей). Отож, слід турбуватися про своє здоров'я, щоб хвороби не стали на заваді вашим планам.

Виконати завдання друге в зошиті на с. 8. Вибрати ознаки здоров'я: міцний сон, хороший апетит, веселий настрій, бадьорість.

Робота в групах (вчити визначати ознаки хвороби)

Об'єднатися в групи по 4 учні. Розглянути малюнки у підручнику на с.11, обговорити і назвати хвороби у дітей. Відповіді починати так: «Наша група вважає, що...».

(У першої дівчинки віспа, у другої дівчинки болять зуби, у хлопчика застуда, другий хлопчик зламав ногу).

Руханка (виконати рухливі вправи)

Прочитати вірш на с.12 підручника. Пояснити значення слова «періщить» – сильно б'є, січе, шмагає, йде безперервно.

Проговорюючи рядок за рядком, виконати рухливі вправи.

Робота в парах (прищеплювати навички самоаналізу)

Об'єднати дітей у пари. Запропонувати дітям дати відповіді на питання у підручнику на с. 11.

– Назвіть, що стало причиною вашої хвороби. (Відповіді дітей). Тож зараз ми спробуємо з'ясувати, що потрібно робити, щоб не хворіти.

Інсценування (з'ясувати, що необхідно для здоров'я)

Об'єднати дітей у три групи. У 1 групі у хворого болить живіт, у 2 групі – зуби, у 3 групі – хворий застудився. Діти



беруть свої іграшки і розподіляють ролі: один – хворий, інші повинні визначити причини хвороби, дати хворому поради, використовуючи таблички на дошці.

Висновок:

- 1 – щоб не болів живіт, треба: «МИТИ РУКИ», «ЇСТИ ПОМИТИ ОВОЧІ І ФРУКТИ», «ПРАВИЛЬНО ХАРЧУВАТИСЯ», «НЕ ЇСТИ БАГАТО СОЛОДОЩІВ»;
 - 2 – щоб не боліли зуби, треба: «ЇСТИ ПОМИТИ ОВОЧІ І ФРУКТИ», «ВІДВІДУВАТИ СТОМАТОЛОГА», «НЕ ЇСТИ БАГАТО СОЛОДОЩІВ»;
 - 3 – щоб не боятися застуди, треба: «РОБИТИ ЗАРЯДКУ», «ЇСТИ ПОМИТИ ОВОЧІ І ФРУКТИ», «ОБЛИВАТИСЯ», «ВЧАСНО ЛЯГАТИ СПАТИ», «ГУЛЯТИ НА СВІЖОМУ ПОВІТРІ».
- Розкажіть, як у вашій сім'ї турбуються про хворого? Як ви допомагаєте тому, хто захворів?

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Назвати ознаки здоров'я і ознаки хвороби. Учитель називає ознаку хвороби: «У хворого щось болить». Діти відповідають ознакою здоров'я: «А в здорового нічого не болить».
- « У хворого поганий сон. У здорового міцний сон».
- «У хворого слабкість з ранку до вечора. Здоровий бадьорий з ранку до вечора.»
- «У хворого поганий апетит. У здорового хороший апетит».

«У хворого поганий настрій. У здорового гарний настрій».

«Хворого не цікавлять навчання та ігри. Здоровий цікавиться навчанням і іграми».

2. Прочитати і відгадати загадки у підручнику на с. 13. (Дбати, займатись, спати, фрукти, пломбувати, хворіти).
3. Виконати завдання в зошиті на с. 9. Зробити висновок: щоб хвороба не зіпсувала планів, слід турбуватися про здоров'я.

3. ЯК ЗАХИСТИТИСЯ ВІД ІНФЕКЦІЙ



Мета

Ознайомити дітей із шляхами потрапляння інфекції в організм людини, засобами захисту від інфекцій та правилами поведінки з інфекційними хворими.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- назвати ознаки інфекційної хвороби;
- пояснити, як мікроби потрапляють в організм;
- розказати про засоби захисту від мікробів;
- розказати про шляхи зміцнення імунітету;
- продемонструвати правила поведінки під час карантину.



Обладнання і матеріали:

- Таблички зі словами «СОНЦЕ», «МИЛО», «ЙОД», «ЗЕЛЕНКА», «КИП'ЯТІННЯ», «ХОЛОД», «ЦИБУЛЯ», «ЧАСНИК», «ЛИМОН»;
- ватман для колективного плаката;
- аркуші паперу на кожного учня;
- малюнок мікроскопа.
- Робочий зошит (с.10–11)



Що підготувати заздалегідь:

- Дізнатися у батьків, проти яких хвороб їх дітям робили щеплення;
- кожному учневі принести з дому захисну маску.

Орієнтовний план тренінгу

Стартові завдання	6 хв.
Інформаційне повідомлення	4 хв.
Практична робота	7 хв.
Мозковий штурм	8 хв.
Руханка	2 хв.
Проблемна ситуація	4 хв.
Підсумкове завдання	4 хв.



Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати, що вивчили на минулому уроці про ознаки здоров'я і хвороби.

Повідомити, що серед хвороб є різні, тобто інфекційні. Їх збудниками є мікроби.

Роздати дітям маленькі аркуші паперу і запропонувати намалювати мікроба, яким вони його уявляють. Ці аркуші наклеїти на ватман, зробивши плакат «Армія мікробів».

2. Назвати тему і завдання уроку.

– А тепер розглянемо, як зображено мікробів у нашому підручнику.

3. Прочитати текст на с. 14 підручника. Пояснити термін «мікроскоп». Розглянути малюнок мікробів і назвати ознаки інфекційних хвороб.

– А зараз ми дізнаємося, як же боротися з цією страшною армією мікробів.

4. Виконати завдання в зошиті на с. 10. Зазначити, що на уроці діти дізнаються, як можна уникнути інфекційних хвороб.

Інформаційне повідомлення (розказати про шляхи потрапляння інфекції в організм людини)

Вчитель читає повідомлення на с. 15 підручника.

Запропонувати дітям дати відповіді на питання:

– Чим небезпечна людина, яка кашляє і чхає? (Вона може заразити).

– Як бути в такій ситуації? (Треба не підходити до хворого або надягати маску).

– Що робити, щоб мікроби не потрапили в організм з їжею? (Треба мити руки і вживати якісну їжу).

– Чому не можна торкатися чужої крові? (Бо людина може бути хворою і інфікує вас, особливо, якщо на ваших руках є подряпини).

Практична робота (практичні навички поведінки під час карантину)

Об'єднати дітей у 3 групи. Прочитати у словничку на с. 133 пояснення слів «карантин» і «епідемія».

Продемонструвати дітям, як треба вдягати захисну маску. Пояснити, що маска захищає людину від попадання в організм хвороботворних мікробів. Запропонувати дітям вдягти свої маски.

Влаштувати змагання між групами. Діти в групі обговорюють питання на с. 15 підручника і дають відповіді. Чиї відповіді будуть більш правильними та повними, та група перемагає.

– Як поводитися під час карантину? (Намагатися якнайменше бути в людних місцях, вдягати захисну маску).

– Коли потрібно носити маску? (При контакті з хворим, під час карантину).

– Коли необхідно вдягати захисні рукавички? (Коли торкаєшся чужої крові).

Групова робота (ознайомити із засобами захисту від інфекцій)

– Як же врятувати себе від мікробів? Зараз мікробів оточить те, чого вони бояться.

Учитель навколо плаката розміщує по одній табличці («СОНЦЕ», «МИЛО», «ЙОД», «ЗЕЛЕНКА»,

«КИП'ЯТІННЯ», «ХОЛОД», «ЦИБУЛЯ», «ЧАСНИК», «ЛИМОН»). Діти шукають у підручнику на с. 16 пояснення і зачитують. Поступово плакат оточується всіма табличками.

– Ось що не пропустить мікробів до вашого організму.

Руханка (виконати рухливі вправи і закріпити отримані знання)

Проговорюючи вірша рядок за рядком, виконати рухливі вправи:

Щоб мікробів налякати,
Слід на сонечку гуляти.
Завжди з милом руки мити.
Воду треба кип'ятити.
Страви в холоді тримати.
Цибулю і часник вживати.

Проблемна ситуація (дати поняття про імунітет)

– Як ви гадаєте, чи може організм боротися з мікробами? (Вислухати відповіді). Може, якщо у людини сильний імунітет.

Прочитати пояснення на с. 17 підручника.

– Що послаблює імунітет дитини?

– Що зміцнює імунітет?

Запитати, проти яких хвороб робили дітям щеплення. Пояснити дітям, що це добре, бо тепер вони захищені від збудників цих хвороб.

Виконати завдання в зошиті на с. 11.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Повторити нові терміни і попросити дітей пояснити їх?

2. Прочитати у підручнику на с. 18 правила захисту від інфекцій.

По одному учні виходять до плаката з мікробами і одним з правил доповнюють речення: «Я зможу захиститися від цих страшних мікробів...» «...якщо буду мити овочі та фрукти» і т.д.

3. УЗАГАЛЬНЮЮЧИЙ УРОК ДО РОЗДІЛУ «ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ»



Мета

Закріпити отримані знання, формувати у дітей корисні звички, пропагувати здоровий спосіб життя.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- назвати, що сприяє зміцненню здоров'я і що шкодить здоров'ю;
- розказати, які корисні звички вони вже мають і які хочуть в собі виробити.



Обладнання і матеріали:

- три однакові аркуші зі словами: «ПРАВИЛЬНО ХАРЧУЄТЬСЯ, НЕДОСИПАЄ, ЗАГАРТОВУЄТЬСЯ, ПЕРЕВТОМЛЮЄТЬСЯ, ГУЛЯЄ НА СВІЖОМУ ПОВІТРІ, ПАЛИТЬ, ВИСИПАЄТЬСЯ, НЕ ПРОВІТРЮЄ КІМНАТУ, ЗАЙМАЄТЬСЯ СПОРТОМ»;
- по три малюнки мікробів для трьох команд;
- картки зі словами «ІМУНІТЕТ, РОЗВИТОК, ІНФЕКЦІЯ, ДЕЗІНФЕКЦІЯ».



Що підготувати заздалегідь:

- Три учні беруть інтерв'ю у шкільної медичної сестри (питання див. у пункті *Стартові завдання*, 2).

Орієнтовний план тренінгу

Стартові завдання	5 хв.
Мозковий штурм	5 хв.
Робота в парах	5 хв.
Командні змагання	15 хв.
Підсумкове завдання	5 хв.

Стартові завдання (повторити вивчений матеріал)

1. Назвати тему і завдання уроку.
2. Прослухати результати інтерв'ю, яке діти брали у шкільної медичної сестри.
 - Скільки дітей нашої школи у минулому році хворіло на ГРВІ (гостру респіраторну вірусну інфекцію)?
 - у якому періоді діти хворіють найбільше?
 - Яку пораду ви дали б дітям, щоб зменшити ризик захворювання?
 - Сьогодні на уроці ми ще раз пригадаємо, як кожен з вас може допомогти сам собі.

Мозковий штурм (повторити вивчений матеріал)

Доповнити речення:

- *Правильно росте і розвивається та людина, яка...* (добре харчується, вчасно лягає спати, робить зарядку, займається спортом і фізкультурою, відпочиває на свіжому повітрі, не перевтомлюється).
- *Щоб уберегтися від потрапляння мікробів у організм, треба...* (мити руки, не контактувати з хворим, якщо поранився, змазати рану зеленкою).
- *Мікроби бояться...* (води, мила, сонця, дезінфекції, кип'ятіння).

Робота в парах (повторити нові терміни)

Об'єднати дітей у пари. На дошці закріпити картки зі словами «ІМУНІТЕТ,

РОЗВИТОК, ІНФЕКЦІЯ, ДЕЗІНФЕКЦІЯ». Вчитель зачитує речення, а діти обговорюють і вибирають відповідне поняття.

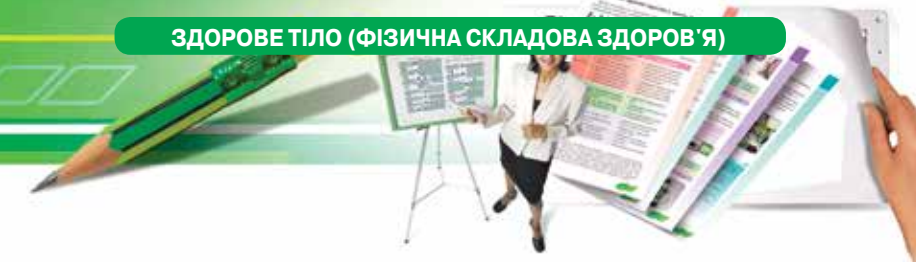
- Знання і вміння, які людина отримує протягом життя. (Розвиток).
- Стан, коли в організм потрапляють мікроби і спричиняють хворобу. (Інфекція).
- Знищення мікробів. (Дезінфекція).
- Можливість організму боротися з мікробами. (Імунітет).

Командна гра (узагальнити отримані знання)

Об'єднати дітей у три команди. Для кожної команди на дошці закріплено по три «мікроби». Команда має виконати три завдання, за кожним знищуючи одного «мікроба». Кінцевий результат – у команди не повинно залишитися жодного «мікроба».

1 завдання. Вчитель роздає кожній команді по аркушу паперу і пропонує учням записати якомога більше факторів, які допомагають дітям рости здоровими. (Зарядка, правильне харчування, повноцінний сон, загартовування, активний відпочинок...)

2 завдання. Роздати кожній команді аркуш паперу зі словами «ПРАВИЛЬНО ХАРЧУЄТЬСЯ, НЕДОСИПАЄ, ЗАГАРТОВУЄТЬСЯ, ПЕРЕВТОМЛЮЄТЬСЯ, ГУЛЯЄ НА СВІЖОМУ ПОВІТРІ, ПАЛИТЬ, ВИСИПАЄТЬСЯ, НЕ ПРОВІТРЮЄ КІМНАТУ, ЗАЙМАЄТЬСЯ СПОРТОМ». Викреслити зайве і залишити потрібне: у якої людини буде міцний імунітет?



З завдання. У кожної команди залишилося по одному мікробу. Щоб його знищити, треба пригадати, чого бояться мікроби. На аркуші кожна команда записує те, чого бояться мікроби. (Вода, мило, сонце, дезінфекція, кип'ятіння).

Учитель підводить підсумки конкурсу. Виграє команда, у якої найбільше правильних відповідей.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Запропонувати дітям розказати, що вони роблять для того, щоб бути здоровими – які корисні звички вже виробили в собі.
2. Роздати кожному невеличкий аркуш паперу (бажано вирізати з аркуша форми якихось мікробів) і запропонувати записати ту шкідливу звичку, яка заважає рости здоровими. Потім аркуша зім'яти і викинути у корзинку-смітничку. «Нехай разом з ним зникне і погана звичка».

2. ЗДОРОВЕ ТІЛО (ФІЗИЧНА СКЛАДОВА ЗДОРОВ'Я)

5. РЕЖИМ ДНЯ



Мета

Пояснити, навіщо треба привчати себе до порядку та дисципліни, практично вчити складати розпорядок дня, ознайомити з правилами, що допомагають підтримувати дисципліну в школі.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- пояснити необхідність дотримання дисципліни;
- назвати правила школяра;
- розказати свій режим дня.



Обладнання і матеріали:

- Три аркуші паперу з вказаним часом для складання режиму дня (див. пункт *Практична робота*).
- Робочий зошит (с. 12–13).

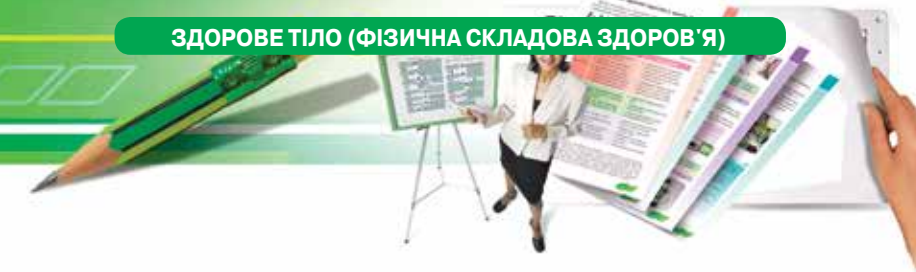


Що підготувати заздалегідь:

- З батьками підготувати розповідь про свій вихідний день.

Орієнтовний план тренінгу

Стартові завдання	5 хв.
Гра «Доповни»	4 хв.
Інформаційне повідомлення	2 хв.
Руханка	2 хв.
Робота в парах	10 хв.
Практична робота	10хв.
Підсумкове завдання	2 хв.



Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

- Прочитати в підручнику вірш на с. 21.
 - Як жили гноми? (Кожен займався своїм – чим хотів і коли хотів).
 - Які у них були проблеми? (Не було у них порядку.)
 - Хто навів порядок? (Головний гном.)
 - Як він це зробив? (Він ввів режим дня або розпорядок дня.)
- Назвати тему і завдання уроку.

Гра «Доповни» (пригадати правила школяра)

Пам'ятай закони школи,
Не порушуй їх...(ніколи).

Йди вперед до знань невпинно,
Вчись старанно і ...(сумлінно).

Систематично ходи до школи,
Не пропускай уроків...(ніколи).

Завжди охайним, чистим будь,
Про гігієну не...(забудь).

Шкільне майно оберігай,
Його не псуй і не ...(ламай).

Сміття після себе не залишай,
Його завжди до урни ...(викидай).

Під час перерви не пустуй,
Не бігай і не...(бешкетуй).

Дорослий зайшов до класу -
Потрібно встати ...(одразу).

Дітей від праці не відволікай -
Мобільний на уроці...(вимикай).

Щоб лиха не сталося ніколи,
Виконуй техніку безпеки...(у школі).
(Л.Сащенко)

Інформаційне повідомлення
(пояснити необхідність дотримання порядку та дисципліни)

Прочитати повідомлення на с. 22 підручника. Зробити висновок: якщо дотримуватися порядку, то

- все встигатимеш вчасно,
- не будеш стомлюватися,
- зможеш займатися улюбленими справами.

Руханка (виконати рухливі вправи)

Якщо хочеш все встигати,
Треба день розпланувати.
Щоб у всьому був порядок,
Я складаю розпорядок.

Робота в парах (знайомити з режимом дня)

Об'єднати дітей в пари. Розглянути малюнки в підручнику на с. 22–24. Діти в парі обговорюють кожен малюнок, визначають час і дії хлопчика. Скласти розповідь про режим дня Богдана, порівнюючи його зі своїм таким чином: «Богдан прокидається о 7 годині ранку. Я теж прокидаю о сьомій».

Виконати завдання в зошиті на с. 12. Якщо на четвертому годиннику стрілка показує не дев'яту годину вечора (час, коли слід лягати спати), то запропонува-

ти змінити свій режим, щоб мати повноцінний сон.

Практична робота (практично скласти режим буднього та вихідного дня)

Об'єднати дітей у три групи.

Прочитати в підручнику на с. 25 вказівки до складання режиму дня.

Кожній групі дати аркуш з вказаним часом. Скласти режим дня. Пояснити, чим він відрізнятиметься у вихідний день.

7.00
7.10
7.15
7.30
8.00 – 12.30
13.00
13.30 – 15.30
16.00 – 17.30
17.30 – 19.00
19.00
19.30
20.45
21.00

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

- Пояснити, для чого слід скласти розпорядок дня.
- Назвати правила для школярів, які запам'ятали на уроці.
- Запропонувати разом з батьками скласти режим вихідного дня і записати його на с. 13 зошита.

6. НАВЧАННЯ І ВІДПОЧИНОК



Мета

Вчити чергувати працю і відпочинок, пояснити, як зручно організувати своє робоче місце, навчити правильно розподіляти час при виконанні домашніх завдань.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- розпізнавати активний та пасивний відпочинок;
- пояснити, чому треба робити перерву під час занять;
- продемонструвати рухливі вправи для відпочинку під час занять.



Обладнання і матеріали:

- картки з назвами видів відпочинку (КАТАТИСЯ НА ВЕЛОСИПЕДІ, КУПАТИСЯ В МОРІ, СПАТИ, ГРАТИ В ФУТБОЛ, ГРАТИ НА КОМП'ЮТЕРІ, КАТАТИСЯ НА РОЛИКАХ, ГРАТИ У БАДМІНТОН).
- аркуші для роботи в групах по 4 учні зі словами «ЛАМПА, ГОДИННИК, ЯБЛУКО, ІГРАШКА, КНИГИ, ТІСТЕЧКО, РУЧКИ, ОЛІВЦІ, ЧАШКА, ЗОШИТИ, ГУМКА».
- Робочий зошит (с. 14–15).



Що підготувати заздалегідь:

- Обговорити з батьками, як облаштоване вдома робоче місце.

Орієнтовний план тренінгу

Стартові завдання	5 хв.
Пантоміма	5 хв.
Інформаційне повідомлення	5 хв.
Робота в групах	5 хв.
Руханка	3 хв.
Робота в парах	5 хв.
Проблемна ситуація	5 хв.
Підсумкове завдання	2 хв.

Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати, для чого потрібен режим дня.
2. Назвати тему і завдання уроку.

– Протягом дня вам доводиться і працювати, і відпочивати. І щоб ваш організм не стомлювався, треба навчитися і правильно працювати, і правильно відпочивати. Треба постійно чергувати роботу і відпочинок.

3. Прочитати вірш на с. 26 підручника.

– Як відпочиває Петрик? (Він лежить на дивані, дивиться телевизор). Це пасивний відпочинок.

– Як відпочиває Дмитрик? (Він гуляє з песиком). Це активний відпочинок.

Пантоміма (розпізнавання активного і пасивного відпочинку)

На дошці закріплені перевернуті картки з назвами різних видів відпочинку: кататися на велосипеді,

КУПАТИСЯ В МОРІ

СПАТИ

ГРАТИ В ФУТБОЛ

ГРАТИ НА КОМП'ЮТЕРІ

КАТАТИСЯ НА РОЛИКАХ

ГРАТИ У БАДМІНТОН

Вчитель викликає по одному учню. Учень бере картку, читає і пантомімою показує певний вид відпочинку. Решта дітей повинні впізнати і назвати, активний це чи пасивний відпочинок.

Виконати завдання в зошиті на с. 14. З'ясувати, що види активного від-

починку на малюнках – це похід на природу, катання на велосипеді, гра в бадмінтон.

Інформаційне повідомлення (пояснити, як правильно облаштувати робоче місце)

Запитати в дітей, що є на їхньому робочому місці.

Прочитати інформацію в підручнику на с. 27.

– Чому світло повинно падати зліва? (Щоб тінь від руки не заважала писати).

– Чому стілець слід підбирати за зростом? (Щоб зберігати правильну поставу).

– Навіщо потрібно підтримувати порядок на робочому столі?

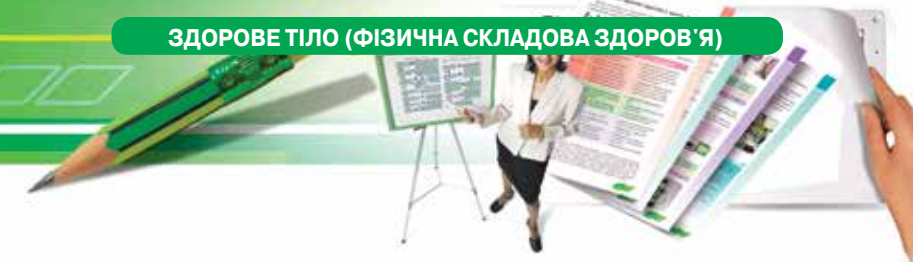
Робота в групах (вчити підтримувати порядок на робочому столі)

Об'єднати дітей у групи по 4 учні. Роздати аркуші зі словами «ЛАМПА, ГОДИННИК, ЯБЛУКО, ІГРАШКА, КНИГИ, ТІСТЕЧКО, РУЧКИ, ОЛІВЦІ, ЧАШКА, ЗОШИТИ, ГУМКА». Діти мають закреслити те, чого не повинно бути на робочому столі. При перевірці слід пояснити, чим викреслений предмет заважатиме на робочому місці.

Виконати завдання в зошиті на с. 15. За допомогою стрілочок розмістити на робочому столі потрібні предмети у належних місцях.

Руханка (виконати рухливі вправи)

Виконати вправи для рук, запропоновані в підручнику на с. 28.



7. ГІГІЄНА ШКОЛЯРА

«Віяло». Руки зігнути в ліктях долонями до себе. Згинати і розгинати кисті рук, ніби обмахуючи себе віялом.

«Кицька». Зігнути пальці рук. Сувпроводжуючи шишінням кицьки, розгинати пальчики, ніби пазурі kota.

«Тюльпан». Руки з'єднати в ліктях, утворивши долонями «пуп'янку тюльпана». Розкривати і закривати долоні.

«Метелик». Руки з'єднати в ліктях, переплести кисті. Опускати і піднімати кисті руки, ніби метелик махає крильцями.

«Потягусі». Сплести пальці перед собою. Випрямити руки перед собою, повернувши кисті.

Робота в парах (вчити правильно виконувати домашні завдання)

Об'єднати дітей у пари. Прочитати у підручнику матеріал «Як виконувати домашні завдання» на с. 28. Обговорення:

- Чому краще виконувати завдання в той день, коли був урок з даного предмета?
- З чого слід починати?
- Що робити, якщо виникли труднощі?
- До кого ви звертаєтесь по допомозі, якщо виникли труднощі?
- Який предмет дається найлегше? (Вчитель називає предмет, а діти встають, якщо він йому дається легко).
- Який предмет найскладніший?

Проблемна ситуація (довести необхідність чергувати працю і відпочинок)

– Станьте біля парт по стійці «Струнко». Ось так солдати стоять у караулі. Що ви зараз відчуваєте? (Затерпили плечі, хочеться присісти, розім'ятися і т.п.). Як ви гадаєте, чому?

– Прочитайте пояснення в підручнику на с. 29.

– Потренуйтеся вдома виконувати вправи, показані на малюнках на с. 29.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Для чого слід чергувати працю і відпочинок?
2. Наведіть приклади активного і пасивного відпочинку. Всі діти стають біля парт, хтось називає, якщо це активний відпочинок, всі присідають, якщо пасивний – стоять нерухомо.
3. Вдома придумати нові руханки.



Мета

Вчити виконувати ранкові та вечірні гігієнічні процедури, знайомити із засобами гігієни, з'ясувати ситуації, коли необхідно мити руки.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- пояснити необхідність дотримання чистоти тіла;
- назвати гігієнічні процедури і частоту їх проведення;
- розказати, ситуації, коли треба мити руки.



Обладнання і матеріали:

- Костюм богині Гігієни,
- музичний запис «Сиртаки»,
- картки з незакінченими реченнями «Чистити зуби двічі на...», «Мити руки з...», «Мити голову кожного...», «Обрізати нігті на...», «Розчісувати ...», «Приймати душ або ...»,
- сюжетні і предметні малюнки, які допоможуть дітям пригадати, коли треба мити руки.
- Робочий зошит (с. 16–17)



Що підготувати заздалегідь:

- Підготувати ученицю зіграти роль богині Гігієни (текст див. нижче у пункті *Інсценування*).

Орієнтовний план тренінгу

Стартові завдання	2 хв.
Інсценування	8 хв.
Робота в групах	5 хв.
Руханка	2 хв.
Практична робота	10 хв.
Інформаційне повідомлення	3 хв.
Підсумкове завдання	5 хв.

Інформація для вчителя:

Гігієя (грец. Υγιεία) - богиня здоров'я, дочка Асклепія і Епіони (варіант: дружина Асклепія, від якого народила кількох дітей). У часи Піндара Гігі шанували поряд з Асклепієм (5 - 4 ст. До н. Е.). У грецькому мистецтві її зображували, як правило, разом з Асклепієм у вигляді молодої, красивої, з квітучим здоров'ям дівчини, що тримає в руках чашу, з якої годує змію (емблема медицини).

Слово «Hygieia» (ὑγιεία: здоров'я) використовувалося в якості привітання в піфагорійців.

З ім'ям богині пов'язують походження слова «гігієна».

Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Запитати у дітей, який у них улюблений вид відпочинку. Активний він чи пасивний?
2. Назвати тему і завдання уроку.

– І працюючи, і відпочиваючи, не можна забувати про ті правила, які допомагають нам бути здоровими. А для цього ми зараз перенесемося у Древню Грецію.

Інсценування (повторити правила гігієни)

Звучить грецька музика «Сиртаки». Виходить учениця у костюмі богині Гігієни.

Вчитель:

У древній Греції жив бог лікування Асклепій. А в нього була донька – Гігієна.

Гігієна:

Я – богиня чистоти і здоров'я. Дуже часто мені доводилося бачити, як мій тато лікує людей.

Вчитель:

Гігієно, а чому ж вони захворіли?

Гігієна:

На жаль, вони не знали правил, які допомагають зберегти здоров'я.

Вчитель:

А ти нам розкажеш ці правила?

Гігієна:

Звісно, бо я дуже хочу, щоб ви були здоровими.

Вчитель бере у Гігієни картки, діти читають і закінчують речення:

Чистити зуби двічі на ... (день)

Мити голову кожного ... (тижня)

Розчісувати ... (волосся)

Мити руки з ... (милом)

Обрізати нігті на ... (руках і ногах)

Приймати душ або ... (ванну)

Гігієна:

Молодці, тепер я впевнена, що вам не доведеться звертатися по допомогу до мого батька, бо ви будете здорові.

Розглянути малюнки на с. 30 підручника. Хто з героїв казок дбає про гігієну, а хто ні?

Робота в групах (закріпити знання про гігієнічні процедури)

Розглянути малюнки в підручнику на с. 31. Назвати зображені дії.

Об'єднатися в три групи. Продумати, які процедури слід виконувати:

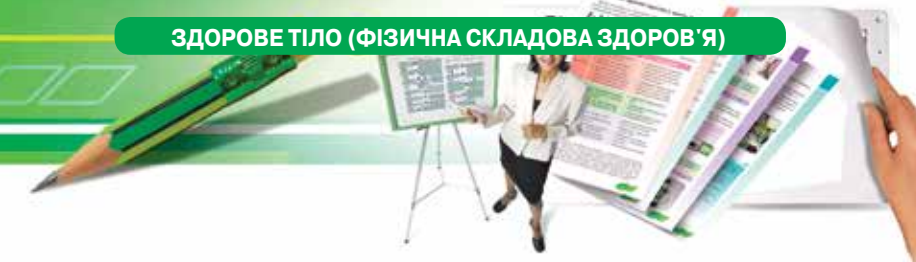
кілька разів на день (мити руки, чистити зуби),

щодня (розчісувати волосся, чистити одяг, митися, чистити взуття),

щотижня (мити голову, обрізати нігті),

час від часу (підстригати волосся).

Які процедури слід робити:



8. ЗДОРОВІ ЗУБИ

вранці (мити руки, розчісуватися, чистити зуби),
вдень (мити руки, чистити одяг),
ввечері (мити руки, чистити зуби, митися).

Виконати завдання в зошиті на с. 17.

Руханка (виконати рухливі вправи)

Щоб ніколи не хворіти,
Слід щоразу руки мити.
З крана ось тече водиця,
А ще мило знадобиться.
Потім рушничок м'який.
Поглянь, чистий ти який!

Практична робота (дібрати ситуації, коли слід мити руки)

На дошці слід розмістити сюжетні і предметні малюнки, які допоможуть дітям пригадати, коли треба мити руки.

Скласти колективну розповідь «Один день з життя моїх рук». Одразу вчитель налаштовує дітей на те, щоб вони пригадували поступово з ранку до вечора свій день, пригадували ті ситуації, коли торкалися того, після чого треба було мити руки.

Вчитель пропонує такий початок: «Вранці я прокинувся, помив свої руки. Взяв портфеля і вийшов на вулицю. Ось тут все і почалося...».

Діти по черзі продовжують. Наприклад: «До школи я їхав тролейбусом і тримався за поручні». «Я відкривав двері школи а потім класу, беручись за ручку», «Після першого уроку я дістав із портфеля яблуко», «На великій перерві я пішов до їдальні снідати» і т.д.

На с. 32 підручника розглянути малюнок і допомогти Олесеві взяти з полицки ті засоби гігієни, якими можна вмити руки (тверде мило і рідке мило).

Виконати завдання в зошиті на с. 16. Записати правило: «Ретельно мити руки з милом».

Інформаційне повідомлення (ознайомити з правилами догляду за нігтями)

Прочитати повідомлення на с. 32 підручника. Запам'ятати правила:

- на руках обрізай нігті раз на тиждень,
- на ногах обрізай нігті раз на два тижні,
- на руках нігті заокруглюй, а на ногах обрізай прямо, бо куточки нігтя можуть вросли.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Як ти гадаєш, для чого слід дотримуватися правил гігієни?
2. Прочитати «Лякалки» на с. 33 підручника і зробити висновок.
3. Пригадати правила, які розказала богиня Гігієна.



Мета

Пояснити значення зубів для людини, повторити правила чищення зубів, з'ясувати, що корисно, а що шкідливо для зубів.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- пояснити роль зубів для людини;
- продемонструвати правило п'яти пальчиків для чищення зубів;
- розказати, як зберегти зуби міцними та здоровими.



Обладнання і матеріали:

- Зубна щітка і паста, склянка;
- макет (малюнок) зубів;
- картки зі словами «ТІСТЕЧКА, КАПУСТА, ГРУША, ЯБЛУКО, ЦУКЕРКИ, ГОРІХИ, МОРКВА, ОГІРОК, МОЛОКО, ПЕЧИВО, СИР».
- Робочий зошит (с.1 8–19).

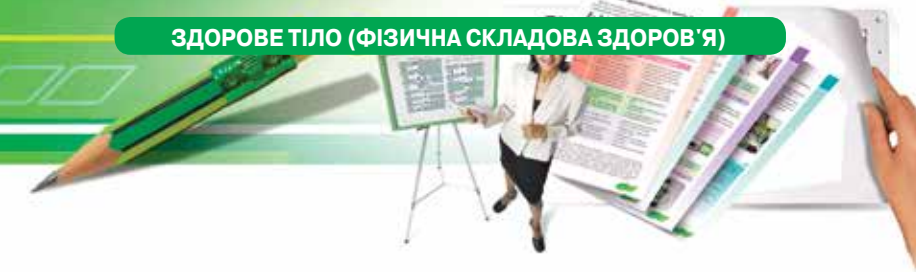


Що підготувати заздалегідь:

- Підготувати двох учнів інсценізувати розмову зубів (текст див. нижче у пункті *Інсценування*).

Орієнтовний план тренінгу

Стартові завдання	5 хв.
Інсценування	2 хв.
Інформаційне повідомлення	8 хв.
Практична робота	8 хв.
Руханка	2 хв.
Робота в парах	5 хв.
Підсумкове завдання	5 хв.



Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати правила, про які розповідала богиня Гігієна. - Серед всіх правил є «Чистити зуби двічі на день». Але ще треба і знати, як правильно їх чистити. Сьогодні ми це з'ясуємо.
2. Назвати тему і завдання уроку.
3. Виконати завдання перше в зошиті на с. 18 – відгадати загадки.
4. Розглянути малюнки на с. 34 підручника.
 - Кого з цих тварин називають гризунами? (Мишу, бобра, білку).
 - Хто не має зубів? (Оса, комар, лелека).
 - Хто кусається без зубів? (Оса, комар).
 - Скільки у кожного з вас зубів?

А чи не схожі ваші зубки ось на ці, які завітали до нас?

Інсценування (повторити правила гігієни)

Виходять два учні-зуби.

Зуби:

Ми нещасні бідні зуби.
Довів господар нас до згуби.
Чистити нас забуває,
Про здоров'я він не дбає.
Цукерки жменями вживає.
Вже нас карієс з'їдає!
Жити так немає змоги.
Де просити допомоги!?

– Не плачте, зубки, ми вам допоможемо. Сьогодні ми дізнаємося, як треба поводитися, щоб такої біди не сталося.

Інформаційне повідомлення (пояснити значення зубів для людини)

Прочитати текст у підручнику на с. 35. Дати відповіді на питання.

Для того, щоб бути здоровими, вам потрібно вживати багато овочів, фруктів. А всю тверду їжу слід добре пережовувати, інакше вона принесе не користь, а шкоду. Ось для цього і служать нам зуби.

Щоб вони не хворіли, їх слід чистити двічі ні день і робити це треба правильно. Міняти щітку 4 рази на рік.

Практична робота (вивчити правило чищення зубів)

– Нам допоможе правило п'яти пальчиків.

Розглянути малюнок на с. 36 підручника. Прочитати кожне правило, демонструючи рухи щітки, імітуючи чищення.

Руханка (виконати рухливі вправи)

Міцні зуби в бобреняти,
Міцні зуби в мишеняти.
І я міцні зуби маю,
Бо про них не забуваю –
Вранці, ввечері їх чищу,
Їм корисну для них їжу.

Робота в парах (скласти пам'ятку догляду за зубами)

Об'єднати дітей в пари. Розглянути малюнки в підручнику на с. 37. Проаналізувати кожну пораду і скласти пам'ятку.

Для того, щоб зуби були здоровими, потрібно:

- їсти овочі, фрукти, горіхи, рибу, молочні продукти;

- двічі на день чистити їх;
- двічі на рік відвідувати стоматолога;
- обмежувати себе у солодощах.

Виконати завдання друге в зошиті на с. 18.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Чому людині потрібні здорові зуби?
2. Пограти в гру «Корисно-шкідливо». Вчитель показує картку зі словом, діти промовляють «Корисно» або «Шкідливо». (ГІСТЕЧКА, КАПУСТА, ГРУША, ЯБЛУКО, ЦУКЕРКИ, ГОРІХИ, МОРКВА, ОГІРОК, МОЛОКО, ПЕЧИВО, СИР).
3. Виконати завдання в зошиті на с. 19. Зробити висновок: щоб мати білосніжну усмішку, треба дотримуватися правил догляду за зубами.

9. ХАРЧУВАННЯ І ЗДОРОВ'Я



Мета

Пояснити, як харчування впливає на здоров'я людини, довести небезпечність «швидкої їжі», необхідність вживання вітамінної їжі, вчити розрізняти корисну та шкідливу їжу.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- пояснити небезпеку недоїдання і переїдання;
- назвати продукти, багаті вітамінами;
- розказати правила харчування.



Обладнання і матеріали:

- картки з деформованими реченнями: «РЕТЕЛЬНО ПЕРЕЖОВУЙ ЇЖУ, ЇЖ В ОДИН І ТОЙ ЖЕ ЧАС, ВЖИВАЙ ТІЛЬКИ ЯКІСНІ ПРОДУКТИ, НЕ НАЇДАЙСЯ НА НІЧ»,
- два (або три) аркуші паперу А-4,
- маленькі аркуші паперу для підсумкового завдання.
- Робочий зошит (с. 20–21).



Що підготувати заздалегідь:

- Пригадати з батьками якомога більше назв овочів та фруктів.

Орієнтовний план тренінгу

Стартові завдання	3 хв.
Робота в групах	8 хв.
Інформаційне повідомлення	5 хв.
Руханка	3 хв.
Мозковий штурм	6 хв.
Практична робота	6 хв.
Підсумкове завдання	4 хв.

Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати правила догляду за зубами.
2. Назвати тему і завдання уроку.
3. Розглянути малюнки на с. 38 підручника. Дати відповіді на питання.

– Коли людина недоїдає, тобто вживає недостатню кількість їжі, вона буде кволою, непрацездатною, а може і захворіти. Але і переїдання теж шкідливе для здоров'я.

Отож сьогодні ми дізнаємося про те, як же правильно харчуватися.

Робота в групах (скласти правила харчування)

Об'єднати дітей у чотири групи. Кожній групі дати картки з одним правилом – деформоване речення. Діти мають скласти це правило і пояснити його.

РЕТЕЛЬНО ПЕРЕЖОВУЙ ЇЖУ. Добре пережована їжа краще перетравлюється в шлунку і принесе більше користі нашому організму.

ЇЖ В ОДИН І ТОЙ ЖЕ ЧАС. Якщо їсти в один і той же час, то шлунок вже почне готуватися заздалегідь до прийому їжі – виділятиме шлунковий сік. А значить їжа принесе більше користі.

ВЖИВАЙ ТІЛЬКИ ЯКІСНІ ПРОДУКТИ. Неякісні продукти шкідливі для організму, навіть можуть призвести до отруєння.

НЕ НАЇДАЙСЯ НА НІЧ. Якщо шлунок переобтяжений їжею, у вас буде поганий сон.

Інформаційне повідомлення (пояснити небезпеку «швидкої їжі»)

– Є ще одне важливе правило, яке стосується «швидкої їжі». Як же бути, коли ми відчуваємо голод: купити хот-дог? Голод ми втамуємо, але користі організму не принесемо. Навпаки, нашкодимо йому. Давайте дізнаємося, чим саме.

Прочитати повідомлення на с. 39 підручника. Розглянути таблицю.

Запропонувати дітям розіграти ситуацію: «Я хочу купити гамбургер. Переконайте мене не робити цього».

Руханка (виконати рухливі вправи)

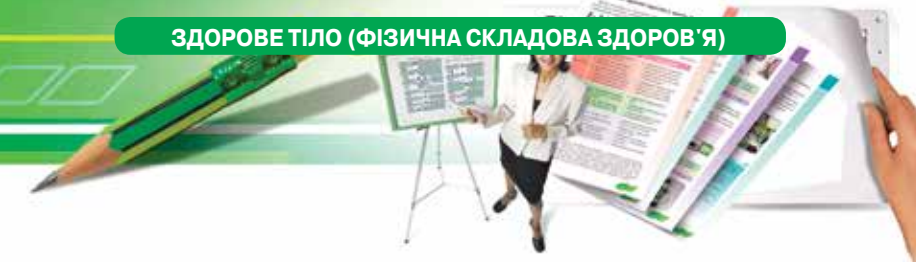
Щоб міцне здоров'я мати,
Треба овочі вживати.
Перець, морква, часничок,
Кріп, капуста, бурячок,
Огірки і помідори –
Вітамінів це комора!

Мозковий штурм (знати овочі і фрукти)

Прочитати вірш у підручнику на с. 40. Дати відповідь на питання:

- Де ховається найбільше вітамінів? (У овочах, фруктах і ягодах).
- Як їх звідти дістати? (Їх треба з'їсти).
- Чому необхідно їсти овочі, фрукти, ягоди?

Об'єднати дітей у дві (або у три) групи. Кожній групі дати аркуш паперу А-4. Запропонувати за 2 хвилини записати якомога більше овочів, фруктів та ягід. Потім по черзі зачитують одну назву, і якщо ця назва є в іншій команді,



її викреслюють, вона не повинна повторитися. Виграє та команда, у якої залишиться більше назв.

Практична робота (розрізняти корисні та шкідливі продукти)

Розглянути малюнки в підручнику на с. 41. Назвати продукти, які корисні, які можна їсти зрідка і які краще не їсти.

Пограти в гру «Збираємо кошика». Вибрати у кабінеті два кути – «кошики». В один діти «складають» продукти, які потрібно вживати, в інший – які не варто вживати або слід вживати зрідка. Вчитель викликає учня і називає йому продукт, а учень прямує до відповідного «кошика». Решта дітей слідкують, щоб «продукт не заблудився». (1 – помідор, хліб, горіхи, сік, молоко, апельсин, огірок, морква, кефір, сир, яйця, яблуко, абрикос, сметана, полуниця, суп, борщ. 2 – цукерки, торт, морозиво, хотдог, гамбургер, кола, чіпси, шоколад, тістечка).

Виконати завдання в зошиті на с. 20.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Пограти в гру «Кошик для сміття». Роздати дітям маленькі аркуші паперу і запропонувати написати той шкідливий продукт, який вони часто вживають. Потім аркуш зім'яти і вкинути у кошик для сміття – нехай разом з ним «викинеться» і погана звичка.
2. Виконати завдання в зошиті на с. 21.
3. Назвати, яку корисну звичку кожен візьме для себе після сьогоднішнього уроку.

10. КУЛЬТУРА ХАРЧУВАННЯ



Мета

Формувати поняття про етикет за столом, практично вчити користуватися столовими приборами, довести важливість сніданку для дитячого організму.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- пояснити, чому треба зранку снідати;
- продемонструвати вміння користуватися столовими приборами;
- розказати правила поведінки за столом.



Обладнання і матеріали:

- 4 аркуші з переліченими стравами (див. пункт Робота в групах);
- сервірований до обіду стіл для інсценування.
- Робочий зошит (с. 22–23).



Що підготувати заздалегідь:

- Принести одноразові столові прибори.

Орієнтовний план тренінгу

Стартові завдання	5 хв.
Інформаційне повідомлення	3 хв.
Робота в групах	5 хв.
Руханка	3 хв.
Практична робота	10 хв.
Інсценування	6 хв.
Підсумкове завдання	3 хв.

Інформація для вчителя:

У другій половині XIX століття вважалося, що харчові продукти складаються з білків, жирів, вуглеводів, мінеральних речовин і води.

Між тим з досвіду морських подорожей було відомо, що при достатніх запасах продовольства люди гинули від цинги. Чому?

На це питання у 1880 році дав відповідь російський вчений Микола Лунін. Він помітив, що миші, які вживали штучну їжу, складену зі всіх відомих частин молока (казеїну, жиру, цукру і солей), марніли й гинули. А мишки, які харчувалися натуральним молоком, були здорові. «З цього випливає, що в молоці містяться ще деякі речовини, незамінні для харчування», — зробив висновок учений.

Через 16 років лікар Ейкман знайшов причину хвороби «бері-бері», що була поширена серед жителів Японії, які харчувалися переважно очищеним рисом. Лікар Ейкман працював у тюремному госпіталі на острові Ява і звернув увагу на курей, які бродили по двору з симптомами захворювання, схожими на «бері-бері». Він дізнався, що птахів годують очищеним рисом. Коли він змінив корм на неочищений рис, хвороба минула.

У 1911 році поляк Казимир Функ вперше виділив вітамін у кристалічному вигляді та дав йому назву від латинського слова «vita» — «життя».

Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати, які продукти корисні для здоров'я.

Виконати завдання в зошиті на с. 22 – закріпити знання про овочі і фрукти.

2. Назвати тему і завдання уроку.

3. Прочитати повідомлення про режим харчування у підручнику на с. 42.

– Підрахуйте, скільки разів на день їсте ви.

– О котрій годині ви снідаєте, обідаєте, вечеряєте?

Розглянути малюнок у підручнику на с. 42 і дати відповіді на питання:

– Цей стіл накритий до сніданку обіду чи вечері? (До обіду).

– Які зі страв є закускою (салат), першою стравою (борщ), другою стравою (картопля з м'ясом), десертом (ягоди)?

– Що таке гарнір? (Додаток до м'ясних та рибних блюд). Яким він буває? (Картопля, овочі, каші).

– Які страви їдять спочатку, а які після них? (Закуски, перші страви, другі страви, десерт).

Інформаційне повідомлення
(з'ясувати, чому сніданок важливий для дитини)

Прочитати повідомлення у підручнику на с. 43.

Розглянути малюнки і назвати, що їдять діти вранці.

Запропонувати дітям розказати, що вони їдять за сніданком.

Робота в групах (вчити вибирати страви до сніданку, обіду, полуденку та вечері)

Об'єднати дітей в 4 групи. Кожна група «накриває» стіл: 1 – до сніданку, 2 – до обіду, 3 – до полуденку, 4 – до вечері. Учні в групі обговорюють і зайві страви викреслюють.

ГЕРКУЛЕС	САЛАТ	МОЛОКО	РИБА
ЯЙЦЕ	СУП	ПИРІЖОК	ОВОЧІ
ЧАЙ	КОТЛЕТА	ЯБЛУКО	ЧАЙ
БУЛОЧКА	ЯГОДИ	ПЕЧИВО	

– А який продукт ми можемо їсти і за сніданком, і за обідом, і за вечерею? (Хліб). Щоб дізнатися, виконаємо завдання в зошиті на с. 23. (Прислів'я «Хліб – усьому голова»).

Руханка (виконати рухливі вправи)

Як машина без бензину
Не поїде по дорозі,
Так без їжі і дитина
Добре вчитися не в змозі.
Їж лише корисну їжу,
Молоко та соки пий,
Виростеш тоді скоріше.
Будеш дужий і міцний.

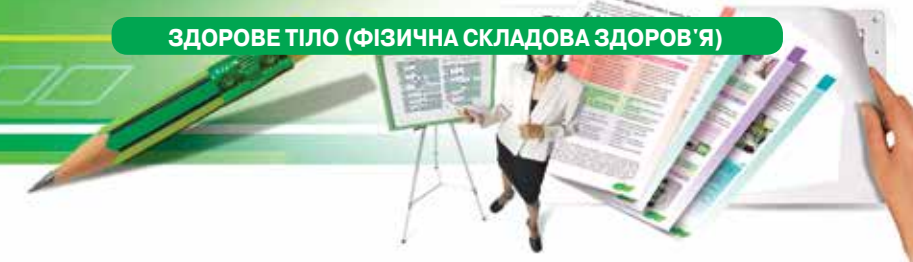
Практична робота (навчити правил столового етикету)

– Давайте прочитаємо, яка пригода сталася з Іванком. А ви подумайте і скажіть, чому?

Прочитати вірш на с. 44 підручника.

– Це трапилось тому, що хлопчик не знав правил поведінки за столом, тобто столового етикету.

Прочитати в словничку значення поняття «столовий етикет».



11. ФІЗИЧНІ ВПРАВИ І ЗДОРОВ'Я

Користуючись столовими приборами, навчитися правильно тримати виделку, ніж, ложку, так як показано на малюнку на с. 45 підручника.

Інсценування (навчити правил столового етикету)

Прочитати на с. 45 підручника правила столового етикету.

Розіграти сценку, де діти допускають помилки, не виконують правил. Зробити це таким чином: виходять два учні до сервірованого столу. Вчитель їм нашіптує те, що вони мають показати, наприклад, сісти за стіл насупленими і не помивши руки. Решта учнів мають здогадатися, що діти порушили правило «Сідай за стіл з чистими руками і гарним настроєм». І так далі.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Пограйте в гру «Ти молодець!». Станьте в коло. Запропонуйте дітям пригадати правила столового етикету. Дитина розказує одне правило, а всі їй говорять: «Ти молодець!».
2. Проаналізуйте чи дотримуєтесь ви режиму харчування – їсти 3–5 разів на день і в один і той же час.



Мета

Розказати, як фізична активність впливає на здоров'я, розвивати звичку робити ранкову зарядку, викликати інтерес до занять спортом і гри у рухливі ігри.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- пояснити, які фізичні вправи корисні для здоров'я;
- назвати улюблені рухливі ігри;
- розказати про улюблений вид спорту.



Обладнання і матеріали:

- картки зі словами «МЕТАННЯ М'ЯЧА, ВОЛЕЙБОЛ, ТЕНІС, БОКС»;
- папка «Ігри наших батьків» з файлами.
- Робочий зошит (с. 24–27)

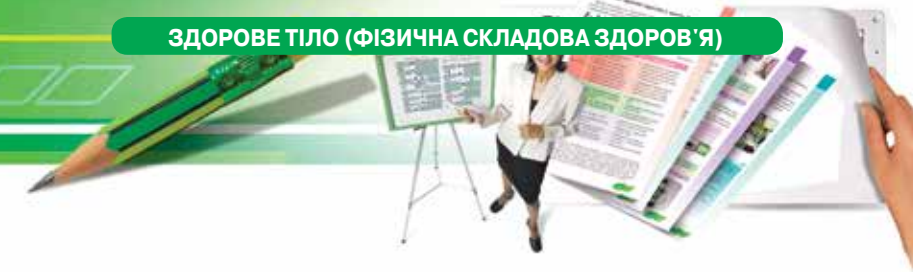


Що підготувати заздалегідь:

- На аркуші А-4 разом з батьками намалювати або написати правила гри, в яку грали в дитинстві батьки.

Орієнтовний план тренінгу

Стартові завдання	5 хв.
Інформаційне повідомлення	2 хв.
Руханка	5 хв.
Робота в групах	6 хв.
Весела гра	5 хв.
Практична робота	9 хв.
Підсумкове завдання	3 хв.



Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати правила столового етикету.
2. Назвати тему і завдання уроку.

– Які фізичні вправи ви виконуєте? (Ранкова зарядка, заняття фізкультурою, заняття спортом, рухливі ігри).

3. Розглянути малюнки на с. 46 підручника. Пояснити, що вправи можна робити цікавими: потягуватися, як котик, лізти, як рак і т.п.

Інформаційне повідомлення (довести користь ранкової зарядки)

– Як ви гадаєте, у кого краще йтиме навчання: у того, хто зранку веселий і бадьорий, чи в того, хто насуплений і кволий?

– А бути зранку веселим і бадьорим допоможе вам ранкова гімнастика.

Прочитати повідомлення в підручнику на с. 46. Запитати, хто з дітей вже робить ранкову зарядку.

Руханка (виконати рухливі вправи)

– Зараз я вам доведу, що, виконавши кілька веселих вправ, ви відчуєте приплив енергії і ваш настрій підніметься.

Вчитель читає у підручнику вірш «Весела зарядка» на с. 47. Діти виконують запропоновані вправи. По закінченні запитати у дітей, що вони відчувають.

Робота в групах (залучати дітей до занять спортом)

Прочитати повідомлення в підручнику на с. 48.

– Які види спорту зображено на малюнку? (Футбол, хокей, плавання, біг, велоспорт, легка атлетика, лижний біг).

– Розкажіть, яким видом спорту ви займаєтесь.

– А чим би хотіли займатися? Попросіть батьків, щоб записали вас у спортивну секцію.

– Давайте пригадаємо, які ще є види спорту.

Об'єднати дітей у чотири групи. Кожній групі дати картки з назвою виду спорту: «МЕТАННЯ М'ЯЧА, ВОЛЕЙБОЛ, ТЕНІС, БОКС». Діти повинні пантомімою показати його, а решта – вгадати.

Виконати завдання в зошиті на с. 24. З'ясувати, що слово «баскетбол» походить від слів «кошик» і «м'яч», а «футбол» - від «нога» і «м'яч».

Весела гра (розказати про роль рухливих ігор)

Прочитати повідомлення на с. 49 підручника. Поділити клас на дві групи і почергово з кожною пограти у гру, запропоновану у підручнику.

Запитати у дітей в яку гру вони люблять грати. Пограти в одну з них.

– Розкажіть про свої відчуття. Про що це говорить? (Що рухлива гра піднімає настрій, розвиває спритність...)

Виконати завдання в зошиті на с. 26. (На 2 малюнку зайвий хлопчик з собакою, на 3 – дівчинка зі шваброю, на 4 – хлопчик з тачкою).

Практична робота (виготовити альбом «Ігри наших батьків»)

Пояснити, що в різні часи ігри були різні. Запросити кількох дітей розказати

про улюблену гру їхніх батьків. Помістити принесені аркуші з іграми в папку, запропонувати дітям грати на перервах.

Виконати завдання в зошиті на с. 27 – познайомитися з правилами гри.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Чому слід займатися спортом?
2. Виконати завдання в зошиті на с. 25.
3. Для чого потрібна ранкова гімнастика?
4. Назвіть нову гру, яка викликала зацікавленість і в яку ви захочете пограти.

12. ПРАВИЛА ЗАГАРТОВУВАННЯ



Мета

Показати значення загартовування для людини, ознайомити з процедурами та правилами загартовування.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- пояснити, чим саме загартовування корисне для здоров'я;
- назвати процедури загартовування;
- розказати правила, за якими треба загартовуватися;
- назвати ті процедури загартовування, які вже виконують.



Обладнання і матеріали:

- картки зі словами «ВЕСНА, ЗИМА, ЛІТО, ОСІНЬ» для роботи в групах по 4 учні;
- таблички «СОНЦЕ, ПОВІТРЯ, ВОДА».
- Робочий зошит (с. 28–29).



Що підготувати заздалегідь:

- Принести з дому ляльки та одяг для них.

Орієнтовний план тренінгу

Стартові завдання	3 хв.
Інформаційне повідомлення	5 хв.
Проблемна ситуація	6 хв.
Робота в групах	6 хв.
Практична робота	5 хв.
Пантоміма	5 хв.
Підсумкове завдання	5 хв.

Інформацію для вчителя див. на с. 141.

Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати, як фізичні вправи впливають на здоров'я.
2. Назвати тему і завдання уроку.

– У нас з вами є два помічники, які можуть допомогти загартовуватися. Тільки треба знати, як з ними поводитись. Про це ми сьогодні і поговоримо.

Вивісити на дошці три таблички:

СОНЦЕ ПОВІТРЯ ВОДА

Інформаційне повідомлення
(довести необхідність загартовування)

Прочитати вірш на с. 52 підручника. Дати відповіді на запитання:

– Як хлопчик намагався захиститися від застуди? (Вдягав теплий одяг і вмивався теплою водою).

– Чому хвороби оминають сусідських дітей? (Бо вони купаються, ходять босоніж, вдягаються відповідно до погоди – тобто загартовуються).

– Чому хлопчик часто хворіє? (Бо замість того, щоб утеплюватися, треба загартовувати свій організм).

Тільки це треба робити правильно, щоб не нашкодити собі. І сьогодні ми з'ясуємо, як саме.

Виконати завдання в зошиті на с. 28– з'ясувати процедури загартовування.

Проблемна ситуація (з'ясувати роль загартовування)

– Чим, на вашу думку, загартовування може допомогти вашому здоров'ю? (Відповіді дітей).

– Щоб це з'ясувати, давайте поміркуємо. Доповніть речення:

- Якщо людина хоче мати міцні м'язи, вона тренує... (м'язи).
- Якщо людина хоче мати добру пам'ять, вона тренує... (пам'ять).
- Якщо людина хоче мати міцну волю, вона тренує... (волю).
- Якщо людина хоче мати міцне здоров'я, вона тренує... (імунітет).
- Як саме? Прочитайте текст на с. 50. Назвіть процедури, які загартовують ваш організм.

- Перебування на свіжому повітрі,
- сонячні ванни,
- обтирання,
- обливання,
- контрастний душ,
- купання у водоймах,
- ходіння босоніж

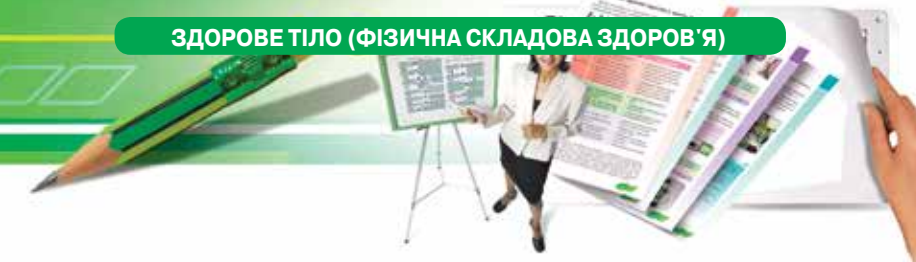
Робота в групах (ознайомити з правилами приймання повітряних ванн)

Прочитати повідомлення в підручнику на с. 51. Наголосити, що розпочинати загартовування слід поступово.

– Чому не можна у холодну пору без підготовки одразу спати з відкритим вікном? (Є ризик застудитися).

Об'єднати дітей у групи по 4 учні. Роздати картки зі словами «ВЕСНА, ЗИМА, ЛІТО, ОСІНЬ». Вчитель читає питання, діти обговорюють і піднімають картку.

– За якої пори є ризик переохолодження? (Осінь, зима).



– За якої пори є ризик обмороження? (Зима). Як його уникнути?

– За якої пори є ризик перегрівання? (Весна, літо).

– За якої пори є ризик сонячних опіків? (Літо). Як їх уникнути?

Виконати завдання в зошиті на с. 29.

Практична робота (вчити підбирати одяг відповідно до погоди)

Принести з дому ляльки та одяг. Виконати завдання, запропоноване у підручнику на с. 51.

Пантоміма (обговорити водні процедури)

Стати в коло. Пояснити дітям, що таке водні процедури (у підручнику с. 53). Запропонувати дітям показати свою улюблену процедуру пантомімою. Решта мають вгадати її.

Прочитати правила загартовування на с. 53 підручника.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Чому слід загартовуватися?
2. Пригадайте, хто є нашими помічниками в цьому?
3. Підійдіть по чергово до кожної таблички і розкажіть, чим саме вам допомагає сонце, повітря, вода.

13. УЗАГАЛЬНЮЮЧИЙ УРОК ДО РОЗДІЛУ ЗДОРОВЕ ТІЛО



Мета

Узагальнити, закріпити знання дітей про те, що допоможе бути здоровим, сприяти формуванню у дітей корисних звичок.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- дати відповіді на поставлені питання до розділу (див. пункт Стартові завдання);
- назвати свої корисні звички, які виробили на основі отриманих знань;
- проводити самоаналіз.



Обладнання і матеріали:

- 5 аркушів А-4;
- 5 малюнків дерев;
- червоні і чорні кружечки за кількістю учнів.
- Робочий зошит (с. 30).

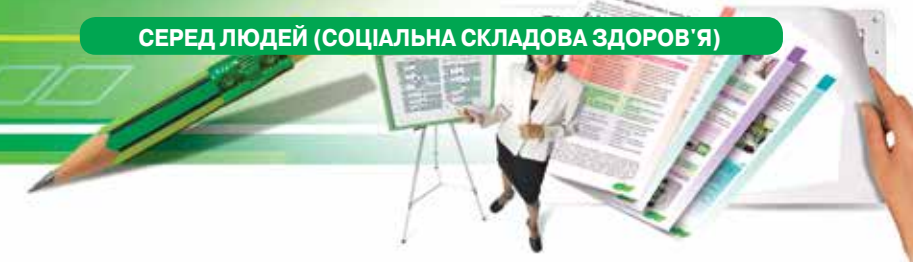


Що підготувати заздалегідь:

- Переглянути всі правила, вивчені у розділі.

Орієнтовний план тренінгу

Стартові завдання	10 хв.
Робота в групах	12 хв.
Самоаналіз	8 хв.
Підсумкове завдання	5 хв.



Стартові завдання (повторити вивчений матеріал)

1. Назвати тему і завдання уроку
2. Прочитати матеріал у підручнику на с. 54. Дати відповіді на питання.

– Щоб з вами не сталося так, як з Оленкою, треба виховувати у собі корисні звички.

3. Пригадати вивчений матеріал. Для цього вчитель задає питання, і після кожної відповіді прикріплює на дошці дерево.

- Для чого потрібен режим дня?
- Чому необхідно дотримуватися гігієни?
- Чим важливе для людини правильне харчування?
- Чому необхідно займатися фізичними вправами?
- Яке значення має загартовування?

В результаті на дошці закріплюється 5 дерев – Режим, Гігієна, Харчування, Фізичні вправи, Загартовування.

Робота в групах (повторити вивчені правила)

Об'єднати дітей у 5 груп. Кожній роздати аркуш паперу і кольорові кульки червоні і чорні. Кожна група отримує завдання: пригадати і записати найважливіші правила (1 група – Режим, 2 група – Гігієна, 3 група – Харчування, 4 група – Фізичні вправи, 5 – група – Загартовування).

Потім кожна група називає записані правила. Вчитель пропонує кожному учневі подумати, чи стали ці правила

звичкою. Якщо так, то вибрати червоний кружечок, якщо ні – чорний, і наклеїти на відповідне дерево.

По закінченні оцінити вигляд всіх п'яти дерев і зробити висновок.

Самоаналіз (провести тестування на дотримання вивчених правил)

Виконати завдання в зошиті на с. 30. Проаналізувати результати.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Який висновок ви зробите, якщо на якомусь з дерев ваш кружечок чорний?
2. Пограйте в гру «Ти молодець!» . Діти називають корисні звички, які вже виробили у собі, а всі інші їм відповідають: «Ти молодець!»

3.1. СЕРЕД ЛЮДЕЙ (СОЦІАЛЬНА СКЛАДОВА ЗДОРОВ'Я)

14. ПРАВА ДИТИНИ



Мета

Систематизувати знання учнів про права та обов'язки дитини; формувати життєві навички, пов'язані з умінням жити в колективі; виховувати культуру поведінки, почуття відповідальності.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- розрізняти поняття «право» і «обов'язок»;
- назвати права дитини;
- розказати про свої обов'язки.



Обладнання і матеріали:

- плакати «Права дитини»;
- ілюстрації до казок «Червона Шапочка», «Дюймовочка», «Колобок»;
- малюнок Червоної Шапочки з кошиком.

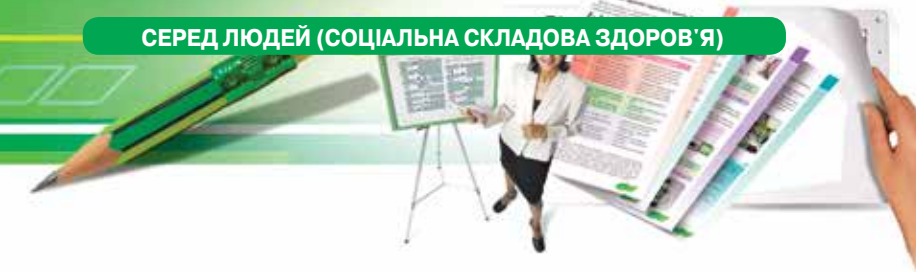


Що підготувати заздалегідь:

- Група учнів бере інтерв'ю у заступника директора:
 - Які права ми маємо у школі?
 - Де вони записані?

Орієнтовний план тренінгу

Стартове завдання	3 хв.
Інформаційне повідомлення	1 хв.
Аналіз інтерв'ю	3 хв.
Мозковий штурм	8 хв.
Робота в групах	4 хв.
Круглий стіл	4 хв.
Робота в парах	4 хв.
Інформаційне повідомлення	3 хв.
Підсумкове завдання	5 хв.



Стартові завдання (перейти до нового матеріалу)

1. Сьогодні наше заняття присвячене правам і обов'язкам дитини. Ви часто чуєте слова: «Ти не маєш права...», «Ти зобов'язаний...» Перед нами важливе завдання – розібратися, що ж означають ці слова.
2. Назвати тему і завдання уроку.
3. Розглянути в підручнику на с. 56 малюнки. Дати відповіді на питання.

Інформаційне повідомлення (ознайомити з поняттям «права дитини»)

– Права дитини – це певні можливості, які потрібні вам, щоб жити і дорослішати. Це те, що ви можете робити, і в чому вам не можуть відмовити. Поміркуйте, які у вас є права? (Думки дітей).

Зараз ми в цьому розберемося.

Аналіз інтерв'ю (сформувані уявлення про права дитини в школі)

Діти брали інтерв'ю у заступника директора з виховної роботи. Заслухати і проаналізувати результати.

– Які права ми маємо у школі?

(Право на життя. Право на навчання. Право на свободу слова. Право на відпочинок. Право на свободу совісті і релігійних переконань.)

– Де вони записані?

(У Конвенції про права дитини. Конвенція – це угода.

У Декларації прав людини.

У Конституції України).

Мозковий штурм (ознайомити з основними правами дитини)

Вчитель вивіщує таблицю з певним правом. Діти читають обговорюють, яку можливість надає це право.

(Таблиці:

Право на життя.

Право на ім'я.

Право на свободу совісті і релігійних переконань.

Право на життя з батьками.

Право на працю.

Право на відпочинок.

Право на захист життя та здоров'я.

Право на навчання. (Прочитати текст у підручнику на с. 58, дати відповіді на питання).

Право на житло.

Право на свободу слова.

Право на отримання інформації.

Право користування досягненнями культури.)

Робота в групах (закріпити знання прав дитини)

Об'єднати дітей у три групи. Кожній групі дати ілюстрацію до казки: «Червона Шапочка», «Дюймовочка», «Колобок». Діти обговорюють і вирішують, які права були порушені у кожній казці.

(«Червона Шапочка» – право на життя;

«Дюймовочка» – право на вільну думку, право на створення сім'ї;

«Колобок» – право на життя).

Круглий стіл (з'ясувати зміст права на ім'я)

Розмістити дітей у коло. Виконати завдання, запропоновані у підручнику на с. 57.

– Чому не можна вигадувати образливі прізвиська?

(Бо це порушує права дитини.

Повстав себе на місце іншого – тобі неприємно було б, якби обзивали тебе).

Робота в парах (ознайомити з правом на любов і турботу)

Об'єднати дітей у пари. Прочитати текст на с. 59 підручника. Розказати один одному про найкращий отриманий подарунок.

Інформаційне повідомлення (ознайомити з обов'язками школяра)

– Якщо дитині надані права, то, звісно, і до неї є якісь певні вимоги, тобто ви маєте багато прав, значить у вас є і обов'язки.

– Що таке обов'язок?

Обов'язок – це те, що ви повинні робити, щоб бути корисним собі і оточуючим.

– Прочитайте у підручнику правила на с. 57 і 78. Це і є ваші обов'язки:

Старанно вчитися.

Не ображати інших.

Поважати права інших людей.

Підсумкові завдання (закріпити отримані знання)

1. Розказати обов'язки дітей.

2. Пограти в гру. На дошці – Червона Шапочка з кошиком. По одному учні називають право, яке запам'ятали, і умовно «кладуть» його у кошик.

– Нехай Червона Шапочка тепер знає свої і права і інших навчає.

15. ТВОЯ РОДИНА



Мета

Вчити розуміти родинні зв'язки, виконувати свої обов'язки в сім'ї, виховувати шанобливе ставлення до членів родини.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- пояснити, яку родину вважають дружною;
- знати імена членів родини і найближчих родичів;
- розказати свої обов'язки в родині;
- продемонструвати шанобливе ставлення до членів своєї родини.



Обладнання і матеріали:

- Маленькі аркуші паперу за кількістю учнів,
- ляльки для рольової гри.
- Робочий зошит (с. 35).



Що підготувати заздалегідь:

- Кожному учневі принести фотографію своєї сім'ї.

Орієнтовний план тренінгу

Стартові завдання	4 хв.
Інформаційне повідомлення	8 хв.
Робота в групах	6 хв.
Руханка	2 хв.
Практична робота	9 хв.
Підсумкове завдання	6 хв.

Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати вивчене на минулому уроці про права дитини.
 - Одне з прав дитини – право на любов і турботу у сім'ї. Якраз про це ми з вами сьогодні і будемо говорити.
2. Назвати тему і завдання уроку.
3. Прочитати загадку в підручнику на с. 60.

– Як Надійка називає Віталія? (Татом). Дарину? (Мамою). Катерину? (Бабусею). Панаса? (Дідусем). Людмилу? (Бабусею).

– Кому Надійка доводиться сестрою? (Сергійкові). Донькою? (Віталію та Дарині). Онукою? (Катерині, Панасові та Людмилі).

Інформаційне повідомлення (з'ясувати, за яких умов родину називають дружною)

Прочитати у підручнику на с. 61 текст «Дружна родина».

– Чому родину Надійки називають дружною? (Бо в її родині всі допомагають один одному, працюють і відпочивають разом. Кожен має свої обов'язки і виконує їх).

– Перед вами сімейні фото. Я впевнена, що ваші родини такі ж дружні, як і Надійчина. Назвіть ім'я тата, мами. (Діти хором виголошують імена своїх тат, потім мам).

– Розкажіть, які обов'язки у тата? У мами?

– А тепер давайте з'ясуємо, які ж обов'язки у кожного з вас.

Робота в групах (з'ясувати обов'язки дитини в родині)

Об'єднати дітей в групи по 4 учні. Учні в групі обговорюють, як допомагають батькам, які у них обов'язки у сім'ї.

Діти кожної групи почергово називають свій обов'язок, наприклад: «Ми допомагаємо мамі мити посуд». Діти інших груп, які теж виконують таку роботу, відповідають: «Ми теж це робимо».

– Коли всі дружно беруться за роботу, то можна навіть діряву хатинку перетворити у чудовий будиночок з квітучим садом.

– Прочитати вірш у підручнику на с. 62.

– Назвіть, які роботи виконували діти разом.

– Чому все у дітей виходило? (Бо вони не лінувалися, трудилися гуртом).

Висновок: якщо родина дружна, то вона впорається з будь-якою роботою.

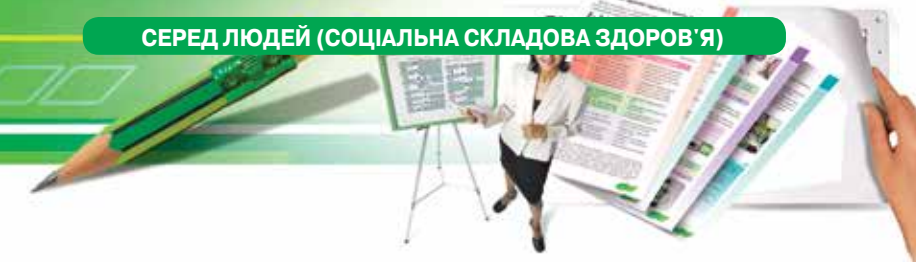
Руханка (виконати рухливі вправи)

Вчитель читає віршик, діти доповнюють його і пантомімою демонструють тваринку. Умова – демонструємо тільки домашніх тварин!

У мами-кішки є ... (кошенята),
У мами-собачки є ... (цуценята),
У мами-вовчиці є ... (вовченята) – не демонструємо.

У мами-качки є ... (каченята).
У мами-голубки є ... (голуб'ята) – не демонструємо.

У мами-корови є ... (телята).



У мами і тата , звісно, є ... (я).
Щаслива і дружна наша сім'я.

Практична робота (навчити шанобливого ставлення до членів сім'ї)

- Всі члени родини повинні ставитися один до одного з повагою, розмовляти ввічливо і шанобливо. Давайте розіграємо конкретні ситуації і покажемо, як ви спілкуєтесь зі своїми рідними.

Об'єднати дітей у 4 групи. Користуючись ляльками, розподілити ролі і розіграти кожній групі ситуацію:

- сім'я готує святковий обід,
- хтось із членів родини захворів,
- сім'я прибирає у квартирі,
- сім'я ввечері відпочиває.

Кожна група має продемонструвати культуру спілкування. Наголосити на вживання «чарівних» слів, тон розмови.

Висновок: в сім'ї буде лад, якщо всі поважають і шанують один одного, допомагають один одному.

Виконати завдання в зошиті на с. 35.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Попрацюйте в парах. Назвіть один одному імена своїх найближчих родичів: мами, тата, братика, сестрички, дідусів, бабусь, тітки, дядька.

2. Візьміть аркуш паперу, обведіть свою долоньку. Оця маленька долонька може принести вашим батькам велику радість. Напишіть на кожному пальчику, що ви можете зробити для своїх

батьків? (Помити посуд, обійняти, допомогти готувати, прибрати свою постіль, витерти пил і т.п.).

А тепер підніміть вгору свої аркуші. Подивіться, ваші маленькі ручки можуть принести радість стільком людям.

16. НАУКА СПІЛКУВАННЯ



Мета

Вчити правил спілкування, довести, що не варто сваритися через дрібниці, з'ясувати правила товаришування.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- пояснити термін «спілкування» ;
- пояснити, як розуміти інших людей;
- розказати правила спілкування з однолітками.



Обладнання і матеріали:

- Картки з завданнями (див. пункт Практична робота);
- аксесуари для інсценізації казки «Колобок».
- Робочий зошит (с. 36–37).

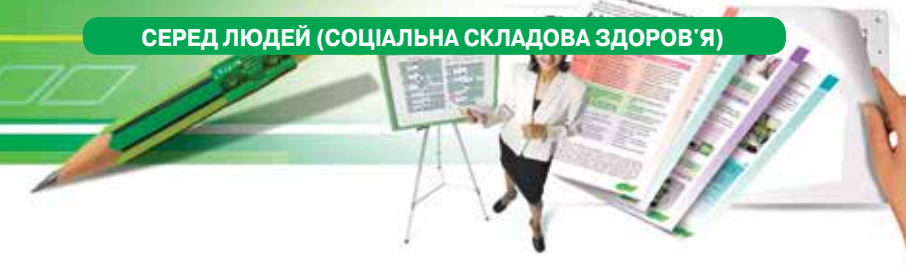


Що підготувати заздалегідь:

- Пригадати разом з батьками віршики-мирилки.

Орієнтовний план тренінгу

Стартові завдання	4 хв.
Інформаційне повідомлення	2 хв.
Пантоміма	3 хв.
Інсценізація	6 хв.
Руханка	2 хв.
Робота в групах	6 хв.
Практична робота	8 хв.
Підсумкове завдання	4 хв.



Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати вивчене на минулому уроці.
 - Назвіть членів своєї родини за іменами.
 - Чи вважаєте ви свою родину дружною?
 - У дружній родині треба ще і правильно спілкуватися між собою.
2. Назвати тему і завдання уроку.
3. Прочитати завдання в підручнику на с. 64. Розглянути малюнки. Розказати, як можна спілкуватися без слів.

Інформаційне повідомлення (з'ясувати значення слова «спілкування»)

Люди постійно передають один одному якусь інформацію - спілкуються. Ось, наприклад, я хочу попросити у вас тиші. Як я можу це зробити?

- (– Сказати: «Тихо!»
- Прикласти палець до губ.
- Прошепотіти: «Ч-ш-ш-ш!».)

Отже, можна спілкуватися за допомогою слів, міміки, жестів.

Ви знаєте, що міміка – це зміна виразу обличчя. Жести – це рухи руками.

Пантоміма (вчити спілкуватися без слів)

- Давайте зараз поговоримо за допомогою міміки та жестів.
- Виконати завдання, запропоновані у підручнику на с. 65.
- Виконати завдання в зошиті на с. 36.

Інсценізація (вчити розуміти інших людей)

– Коли розмовляєш з людиною, то за її усмішкою, за голосом ти розумієш, радіє вона тобі чи ні. Тому при розмові посміхайтесь, щиро радійте людині. Слід навчитися розуміти наміри співрозмовника – добрі вони чи злі. В цьому допоможе голос, вираз обличчя, мова тіла. Інакше можуть статися неприємності. Пригадайте казку про Колобка.

Запропонувати дітям інсценізувати казку «Колобок» – зустріч Колобка з зайцем, вовком, ведмедем і лисицею.

Проаналізувати, чому Колобок не втік від лисиці. (Бо вона приховала свої наміри за улесливими словами.)

Прочитати текст на с. 66 підручника. Дати відповіді на питання.

Руханка (виконати рухливі вправи)

Ми зчепились,
Посварились.
А раніше всім ділились!
Надулися,
Розійшлися.
Та вдвох було веселіше.
Не сваріться,
Помиріться.
Один одному всміхніться.

Робота в групах (вчити правилам товаришування)

Об'єднати дітей в групи по 4 учні. Запропонувати розглянути малюнки у підручнику на с. 67 і здогадатися, про що вірш.

– Обговоріть у групах, через що ви найчастіше сварилися? А що треба, щоб

уникнути сварок? (Умій поставити себе на місце іншого. Не роби іншим того, що було б неприємно тобі. Не ображай. Умій поважати іншого).

Прочитати вірш у підручнику на с. 67.

- Чому посварилися дівчатка?
- А чому засумували?
- Що їх помирило?
- Чи варто сваритися за дрібниці?
- Запропонувати дітям розказати віршики-мирилки, які підготували вдома.

Виконати завдання перше в зошиті на с. 37 – вивчити мирилки.

Практична робота (навчити чемного спілкування між собою)

Об'єднати дітей у пари. Кожна пара отримує картку з завданням: розіграти ситуацію, що склалася між однокласниками:

- Тебе штовхнули.
- Ти штовхнув.
- Однокласник взяв твою книгу.
- Хтось ненароком став тобі на ногу.
- Ти забув вдома ручку.
- Тобі потрібні кольорові олівці.

Діти мають продемонструвати культуру спілкування між собою.

Висновок: до людей слід ставитися так, як хочеш, щоб ставилися до тебе.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Запропонуйте варіант, як можна уникнути сварки між товаришами.
2. Виконати завдання друге в зошиті на с. 37. Пояснити значення прислів'я.
3. Запропонуйте дітям стати в коло. В центр кола виходить по черзі один учень – він має промовити таку фразу, яка буде приємною для всіх і викличе посмішку. (Наприклад: «Який чудовий сьогодні день», «Ви сьогодні дуже гарно виглядаєте» тощо)

17. УЗАГАЛЬНЮЮЧИЙ УРОК ДО РОЗДІЛУ «СЕРЕД ЛЮДЕЙ»



Мета

Узагальнити вивчений матеріал, закріпити отримані знання. Вчити творчо підходити до навчання.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- дати відповіді на поставлені питання до розділу (див. пункт Стартові завдання);
- продемонструвати культуру спілкування;
- назвати свої права та обов'язки.



Обладнання і матеріали:

- відеосюжети мультфільмів або ілюстрації до них;
- три аркуші паперу;
- роздрукований вірш (див. пункт 3 конкурс).



Що підготувати заздалегідь:

- Вдома переглянути всі правила, вивчені у розділі.

Орієнтовний план тренінгу

Стартові завдання	5 хв.
Робота в групах	20 хв.
Підсумкове завдання	10 хв.

Стартові завдання (повторити вивчений матеріал)

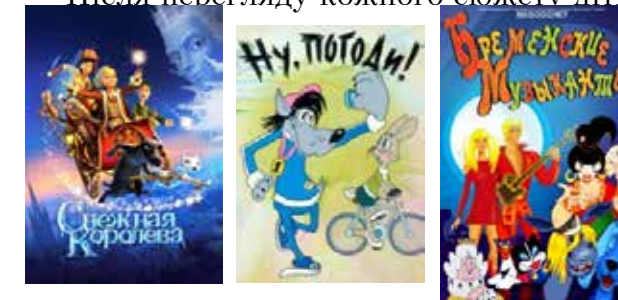
1. Назвати тему і завдання уроку
2. Пригадати вивчений матеріал.
 - Які ви знаєте права дитини?
 - Де вони записані?
 - Назвіть обов'язки дитини?
 - Назвіть секрети спілкування.
 - Яку родину називають дружною?

Змагання (повторити вивчені правила)

Об'єднати дітей у 3 команди. Провести між командами змагання.

1 конкурс. Роздати командам по аркушу паперу. Підготувати і продемонструвати відеосюжети відомих мультиплікаційних фільмів (або закріпити на дошці малюнки).

Після перегляду кожного сюжету діти



мають обговорити і записати, які права героїв були порушені. Прослухати і оцінити балами по трьохбальній системі.

2 конкурс. Відгадати загадки про родину. Вчитель зачитує загадку в підручнику на с. 68. Діти обговорюють і записують відгадку. Оцінити результати в балах.

3 конкурс. Інсценізація. Поділити вірш на три частини, роздати командам (надруковані на аркушах), запропонувати дітям розподілити ролі і інсценізувати вірш. Оцінювати артистизм.

Жило лисеняток двоє.
Не мирили між собою.
– Не підходь до мого столу!
Ручку не бери ніколи.
– Де мій олівець зелений?
Ти його забрав у мене!
– Взяв мою цукерку знову!
– З'їв її я...випадково.

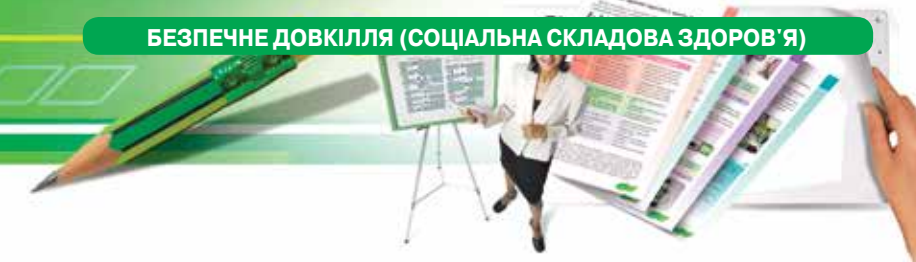
– Не чіпай моєї книжки!
– Почитати хотів трішки,
А вона чогось злякалась
І сама собі порвалась.
– Іграшки як смів ти брати?
Їх же можеш зіпсувати.
– Моїх теж ти не торкайся.
Не послухав – начувайся!

– Чом на мій стілець сідаєш?
– Ти нащо мене штовхаєш?
Ой, зламався, як на лихо,
І я гепнувсь.
– От потіха!
– Сильний я!
– А я сильніший!

Зрозуміти б їм скоріше:
Не в тім справа, хто сильніший,
А у тім, хто розумніший!

(Л.В.Сащенко)

– Дайте поради лисенятам, як уникнути таких конфліктів.



Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Як ви гадаєте, чому команди отримали такі високі результати? (Бо працювали злагоджено, не сварилися, вислухували один одного).
2. Пограйте в гру «Людина на стільці!». Один учень сідає на стілець перед класом. Решта називають вчинки та риси, що свідчать про вміння спілкуватися, бути справжнім товаришем.

3.2. БЕЗПЕЧНЕ ДОВКІЛЛЯ (СОЦІАЛЬНА СКЛАДОВА ЗДОРОВ'Я)

18. БЕЗПЕКА І НЕБЕЗПЕКА (1 УРОК)



Мета

Навчити розрізняти безпечні і небезпечні ситуації, практично знаходити вихід із небезпечної ситуації, розказати, до кого звертатися в разі небезпеки.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- пояснити значення понять «безпека» і «небезпека»;
- розказати, куди слід звернутися в разі небезпеки;
- назвати номери служб порятунку;
- назвати людей, які турбуються про безпеку.

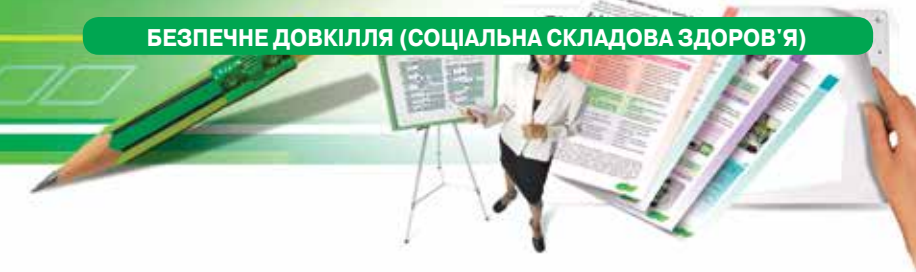


Обладнання і матеріали:

- картки зі словами «ВДОМА», «У ШКОЛІ», «НАДВОРІ»;
- картки з завданнями «відстав від класу під час екскурсії; сусідський хлопчик кличе тебе погратися на будмайданчику; у двері стукає незнайомиць, а ти сам вдома; ти сам вдома, а надворі почалася гроза; ти побачив дим із вікна сусідньої квартири»;
- незакінчене речення «Якщо станеться небезпечна ситуація, то я ...».
- Робочий зошит (с. 38–39).

Орієнтовний план тренінгу

Стартове завдання	4 хв.
Робота в групах	5 хв.
Інформаційне повідомлення	5 хв.
Робота в парах	4 хв.
Руханка	2 хв.
Практична робота	10 хв.
Проблемна ситуація	3 хв.
Підсумкове завдання	2 хв.



Стартові завдання (перейти до нового матеріалу)

1. Назвати тему і завдання уроку
2. На дошці – картки зі словами «БЕЗПЕКА» і «НЕБЕЗПЕКА».

– Що, на вашу думку, розрізняє ці слова?

Прочитати у підручнику визначення поняття на с. 70. Відповідно сформулювати визначення поняття «небезпека». (Небезпека – це коли щось загрожує твоєму життю чи здоров'ю).

3. Продовжити речення: «Я почуваюся в безпеці, коли...».

(... поруч батьки,
... я вдома,
... поряд вчитель і т.п.)

Робота в групах (визначити, хто і як дбає про безпеку дітей)

Об'єднати дітей у три групи. Кожна група отримує картку зі словом «ВДОМА», «У ШКОЛІ», «НАДВОРІ». Діти обговорюють, хто і як турбується про їхню безпеку вдома, у школі і надворі.

(ВДОМА – мама, тато, старші брати та сестри, бабусі, дідусі.

У ШКОЛІ – вчитель, директор, медична сестра, чергові старшокласники.

НАДВОРІ – міліціонер, охоронець).

Інформаційне повідомлення (ознайомити з правилами поведінки в небезпечній ситуації)

Прочитати повідомлення в підручнику на с. 71. Розглянути ситуації, запропоновані в підручнику.

– Пригадайте, які правила поведінки ви вже знаєте з уроків основ здоров'я, від батьків.

(Якщо ти загубився в незнайомому місті – не панікуй, звернися до міліціонера, продавця в магазині, охоронця банку).

Якщо на тебе напав собака – не тікай, бо він поженеться за тобою. Якщо вкусив, необхідно терміново звернутися до лікаря.

Якщо під час прогулянки почалася гроза – не ховатися під поодинокими деревами, небезпечно знаходитися під парасолькою, слід сховатися в якесь приміщення).

Робота в парах (обговорити дії дітей в небезпечній ситуації)

Об'єднати дітей у пари. Один одному вони розповідають про ті небезпечні ситуації, в яких як довелося побувати. На допомогу є питання у підручнику на с. 71.

Під час колективного обговорення акцентувати увагу на їхні дії під час небезпеки. Обговорити, правильно чи неправильно вони діяли.

Висновок: якщо не будеш плакати, панікувати, то зможеш обміркувати ситуацію і вибрати вірні дії.

Виконати завдання в зошиті на с. 39.

Пояснити дітям правила гри «Стежка безпеки» в зошиті на с. 34. Запропонувати пограти в гру вдома з членами родини чи друзями.

Руханка (виконати рухливі вправи)

Вчитель читає вірша. Якщо ситуація безпечна, діти вигукують «Безпечно»

і крокують. Якщо ні – «Небезпечно» і присідають.

На скакалці пострибати.
В м'яча біля дороги грати.
Погуляти в парк піти.
На дорозі щось знайти.
Сірник у твоїй руці.
Йти на лід, що на ріці.

Практична робота (практично вчити виходити з небезпечної ситуації)

Об'єднати дітей у п'ять груп. Кожній групі дати картку з вказаною ситуацією:

- відстав від класу під час екскурсії,
- сусідський хлопчик кличе тебе погратися на будмайданчику,
- у двері стукає незнайомиць, а ти сам вдома,
- ти сам вдома, а надворі почалася гроза,
- ти побачив дим із вікна сусідньої квартири.

Запропонувати дітям продемонструвати свої дії у даних ситуаціях.

Проблемна ситуація (довести необхідність знати напам'ять найважливіші номери телефонів)

– У кожній ситуації перше, про що ви згадали, – це зателефонувати своїм батькам. Та не завжди можна натиснути кнопку мобільного телефону – він може бути вимкнений, його можна загубити, його просто не буде під рукою і т.п. Як же бути тоді? (Варіанти відповідей).

Висновок: щоб завжди мати можливість зателефонувати батькам, слід знати їхні телефони напам'ять.

Прочитати у підручнику повідомлення на с. 72.

Порадити дітям вдома виконати завдання, запропоноване на с. 72.

Підсумкові завдання (закріпити отримані знання)

1. Доповни речення: «Якщо станеться небезпечна ситуація, то я ...».
2. Уявіть собі, що ви – вихователь дитячого садочку. Спробуйте застерегти малечу від небезпечної ситуації – дайте слухні поради.

19. БЕЗПЕКА І НЕБЕЗПЕКА (2 УРОК)



Мета

Навчити розрізняти безпечні і небезпечні ситуації, практично вчити приймати зважені рішення, закріпити знання номерів телефонів рятувальних служб.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- назвати номери служб порятунку;
- продемонструвати виклик рятувальників;
- практично показати вміння приймати зважені рішення.



Обладнання і матеріали:

- сюжетні малюнки (або картку з надрукованим завданням): діти біля пішохідного переходу, горить червоне світло; діти взяли сірники; діти на санках хочуть з'їхати з гірки в бік дороги;
- телефонний апарат для рольової гри;
- мікрофон.
- Робочий зошит (с. 38–39).



Що підготувати заздалегідь:

- Кожному вдома написати на аркуші паперу і вивчити найважливіші номери телефонів – батьків, старших братів та сестер, бабусі, дідуся.

Орієнтовний план тренінгу

Стартове завдання	2 хв.
Інформаційне повідомлення	5 хв.
Практична робота	5 хв.
Проблемна ситуація	3 хв.
Руханка	2 хв.
Робота в групах	10 хв.
Мікрофон	5 хв.
Підсумкове завдання	3 хв.

Стартові завдання (повторити вивчене і перейти до нового матеріалу)

1. Розкажіть, до кого ви звернетесь в разі небезпеки. Назвіть номери телефонів.

Діти демонструють, як вони підготували аркуш з найважливішими номерами телефонів.

2. Назвати тему і завдання уроку.

Інформаційне повідомлення (ознайомити з номерами служб порятунку)

Прочитати вірш у підручнику на с. 73. Вивчити номери служб. Запропонувати вивчити вдома вірш напам'ять.

Виконати завдання в зошиті на с. 38.

Практична робота (навчити викликати службу порятунку)

Пограти в рольову гру: вчитель задає ситуацію, дитина «набирає» відповідний номер телефону і викликає потрібну службу. Вчитель грає роль диспетчера.

Наприклад:

- У тебе сталася пожежа.
- Я набираю 101.
- Слухаю вас.
- У мене в квартирі пожежа. Я, живу за адресою Будинок п'ятиповерховий, я на другому поверсі...

Учень має правильно викликати пожежних. Вчитель акцентує увагу на тому, що слід говорити чітко, вірно і швидко називати адресу – це допоможе рятувальникам швидше приїхати.

Аналогічно задати ситуації для виклику інших служб.

Проблемна ситуація (показати, як можна уникати небезпеки)

– Як ви гадаєте, чому хтось часто потрапляє у небезпечні ситуації, а когось вони обходять? (Роздуми дітей).

Прочитати в підручнику на с. 74 пояснення, як уникнути небезпек.

Висновок: щоб не сталося небезпечної ситуації, треба навчитися приймати зважені рішення.

Руханка (виконати рухливі вправи)

Вчитель читає вірша. Якщо ситуація безпечна, діти вигукують «Безпечно» і крокують. Якщо ні – «Небезпечно» і присідають.

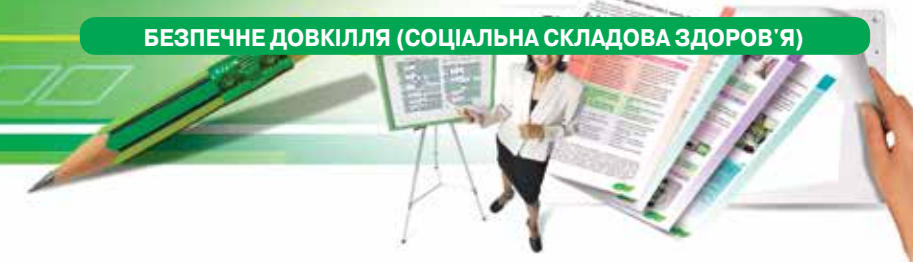
З гори катаюсь на санчатах.
Збираюсь на дорогу мчати.
Я загартовуюся змалку.
Ходжу із татом на рибалку.
Біжу я коридором в школі.
Люблю я фанту й кока-колу.

Робота в групах (навчити вибирати зважені рішення)

Користуючись малюнками на с. 74 підручника пригадати «Правило світлофора»:

- перш ніж зробити щось, зупинися;
- подумай, які можуть бути наслідки твоїх дій;
- вибери ту дію, наслідки якої тебе задовольняють.

Об'єднати дітей у три групи. Кожна група отримує сюжетний малюнок (або картку з надрукованим завданням):



20. ПОМІЧНИКИ У ДОМІ

- діти біля пішохідного переходу, горить червоне світло;
- діти взяли сірники;
- діти на санках хочуть з'їхати з гірки в бік дороги.

Учні в групах обговорюють ситуацію, вибирають дії за «Правилом світлофора».

Під час колективного обговорення називають наслідки запропонованих дій і пояснюють, яке і чому рішення вважають зваженим.

Висновок: приймати зважені рішення зовсім не важко, слід лише задуматися про можливі наслідки.

Мікрофон (вчити уміти сказати «Ні» недобрим підбурюванням)

– Давайте уявимо ситуацію: ви йдете зі школи втрьох, підійшли до світлофора. Горить червоне світло. Один з трьох каже: «Побіжимо через дорогу!». Ти відмовляєшся. Другий каже: «О, то ти бо-

ягуз. Ми з тобою не будемо дружити!». Які будуть ваші дії. (Вислухати всі варіанти відповідей)

Висновок: якщо тебе хтось підбурює порушити правила, не піддавайся на чужі провокації. Умій відстояти свою думку. Спробуй краще переконати інших не порушувати ці правила.

Підсумкові завдання (закріпити отримані знання)

1. Розгляньте у підручнику с. 75. Допоможіть Олесеві та Руслану розібратися, чиє рішення правильне.
2. Назвіть номери служб порятунку.



Мета

Вчити поводженню з електроприладами; розібрати ситуації, коли хімічні речовини корисні, а коли шкідливі; з'ясувати причини пожежі і дії під час пожежі.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- продемонструвати правильне вимикання електроприладу;
- назвати причини пожежі;
- пояснити, чому не можна дітям користуватися хімічними речовинами;
- розказати, чому не можна самостійно вживати ліки.



Обладнання і матеріали:

- картки зі словами «ПРАЛЬНИЙ ПОРОШОК, ТУАЛЕТНЕ КАЧЕННЯ, РОЗЧИН ДЛЯ МИТТЯ СКЛА, ВІДБІЛЮВАЧ, ПОРОШОК ДЛЯ ЧИЩЕННЯ, ЛІКИ»;
- вирізані з паперу іскринки (за кількістю учнів);
- шолом рятувальника.
- Робочий зошит (с.40–41).

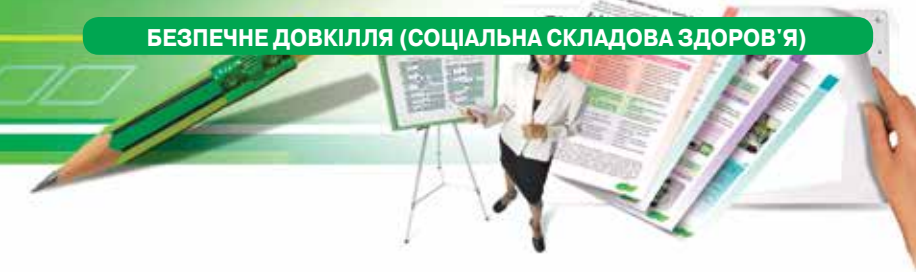


Що підготувати заздалегідь:

- Учням вдома обговорити з батьками, якими електроприладами їм можна користуватися.
- Підготувати інсценівку (див. текст у пункті *Робота в групах*).

Орієнтовний план тренінгу

Стартове завдання	2 хв.
Робота в парах	4 хв.
Практична робота	3 хв.
Інформаційне повідомлення	6 хв.
Проблемна ситуація	4 хв.
Руханка	2 хв.
Робота в групах	10 хв.
Підсумкове завдання	4 хв.



Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати, що таке безпека і небезпека.

– Сьогодні поговоримо про те, як бути вдома, щоб не потрапити в небезпечну ситуацію.

2. Назвати тему і завдання уроку.

Робота в парах (з'ясувати значення побутових приладів)

Прочитати тексту підручнику на с.76. Назвати прилади, зображені на малюнку.

Об'єднати дітей у пари. З'ясувати, які прилади є вдома. *Висновок: у всіх вдома дуже багато побутових приладів – без них людині важко уявити своє життя.*

Практична робота (практично ознайомитися з будовою електроприладів)

Прочитати текст у підручнику на с. 77. Розглянути малюнок електроприладу. Продемонструвати дітям будь-який електричний прилад, запропонувати показати вилку, штепсель, шнур, вимикач. Продемонструвати правильне вимикання електроприладу з розетки. Пояснити, що якщо тримати за шнур, він може обірватися, вдарить струмом.

Виконати завдання перше в зошиті на с. 40.

Інформаційне повідомлення (ознайомити з правилами користування електроприладами)

Запитати, якими електроприладами батьки дозволяють користуватися.

– А значить, вам слід знати дещо про електричний струм, щоб не сталося лиха.

– Електричний струм приводить у дію всі електроприлади – він наш помічник. Але, якщо не знати правил поведінки з електричним струмом, він може перетворитися на ворога. Якщо людину вдарить електричним струмом, це може дуже нашкодити здоров'ю. Тому давайте з'ясуємо, як же правильно користуватися електроприладами.

Запропонуйте дітям об'єднатися в групи по 4 учні. Вчитель називає правило, діти обговорюють і намагаються його пояснити.

- Не можна вмикати несправних електроприладів. (Вони можуть загорітися, тебе може вдарити струмом).
- Не можна вмикати електроприлад мокрими руками. (Вода дуже добре проводить електричний струм, тебе може вдарити).
- Не можна вмикати одразу багато електроприладів. (Перевантаження електромережі може спричинити коротке замикання, і виникне пожежа).

Виконати завдання друге в зошиті на с. 40. Записати правило: «Не торкайся електричних приладів мокрими руками!»

Проблемна ситуація (з'ясувати небезпеку від хімічних речовин)

Об'єднати дітей у чотири групи роздати аркуші з назвами хімічних речовин: ПРАЛЬНИЙ ПОРОШОК, ТУАЛЕТНЕ КАЧЕННЯ, РОЗЧИН ДЛЯ МИТТЯ

СКЛА, ВІДБІЛЮВАЧ, ПОРОШОК ДЛЯ ЧИЩЕННЯ, ЛІКИ.

– У побуті використовується дуже багато хімічних речовин. Назвіть, які ви знаєте.

– Подумайте і викресліть ті хімічні засоби, якими ви не можете користуватися без дорослих. (Слід викреслити всі).

Прочитати повідомлення на с. 78 підручника. Акцентувати увагу на те, що в разі потрапляння хімічних речовин на тіло чи в організм, слід одразу звернутися до дорослих або зателефонувати 103 (чи 112).

Руханка (виконати рухливі вправи)

– Є у нас іще один помічник, який може бути небезпечним.

Прочитати вірш у підручнику на с. 79. Вивчити його напам'ять, проговорюючи кілька разів і виконуючи під нього рухливі вправи.

Робота в групах (з'ясувати ситуації, що можуть призвести до пожежі)

Показати задалегідь підготовану інсценівку розмову Вогню і Рятувальника.

Рятувальник:

Я на виклик поспішу.
Вогонь миттю загашу.

Вогонь:

Щось сказали ви мені?
Сил не міряно в вогні.
Там, де я пройду стіною,
Лише попіл. Що б зі мною
В силі мірятись могло?

Рятувальник:

Та ти ж світло і тепло.

І не тільки, бо людина
Не жила без тебе й днини.

Вогонь:

Так, даю смачну я їжу,
Роблю воду гарячішу.
Фабрики й заводи теж
Мертві без вогню, авжеж.

Рятувальник:

Так що сердишся дарма –
Без вогню радості нема.

– Подумайте, коли вогонь – друг, а коли ворог?

Об'єднати дітей у групи. Прочитати повідомлення в підручнику на с. 79. Запропонувати дітям скласти правила, щоб вогонь не став ворогом.

- Не бавитися з сірниками.
- Не класти біля вогню предметів, що можуть загорітися.
- Не палити бенгальських вогнів біля ялинки.
- Не вмикати зіпсованих електроприладів.

Підсумкові завдання (закріпити отримані знання)

1. Прочитати корисні поради у підручнику на с.79.
2. Виконати завдання в зошиті на с. 41.
3. Роздати кожному іскринку. Запропонувати згадати правила, які вивчили на уроці, і скласти іскринку у шолом рятувальника, промовляючи в слух це правило.

21. БЕЗПЕКА ВДОМА



Мета

Навчити дітей безпечної поведінки вдома; розказати, в яких місцях небезпечно гратися; відпрацювати життєві навички, що сприяють збереженню життя і здоров'я.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- продемонструвати правильну розмову по телефону з незнайомцем;
- назвати причини пожежі;
- пояснити, чим небезпечні ігри на кухні, балконі, підвіконні, у підвалі, коморі;
- показати предмети, які можуть при необережності бути вдома небезпечними,
- розказати правила користування телевізором, комп'ютером, телефоном.



Обладнання і матеріали:

- костюми білочки, миші, пташки,
- малюнки предметів домашнього вжитку (див. пункт *Мозковий штурм*);
- картки зі словами «КУХНЯ», «БАЛКОН», «КОМІРЧИНА»,
- аркуш зі словами «НІЖ, ЗАПАЛЬНИЧКА, КНИГА, ОЛІВЦІ, ЛЯЛЬКА, СІРНИКИ, ЛЕГО, ПРАЛЬНИЙ ПОРОШОК, М'ЯКІ ІГРАШКИ»,
- маленькі аркуші за кількістю учнів.
- Робочий зошит (с.42–43).

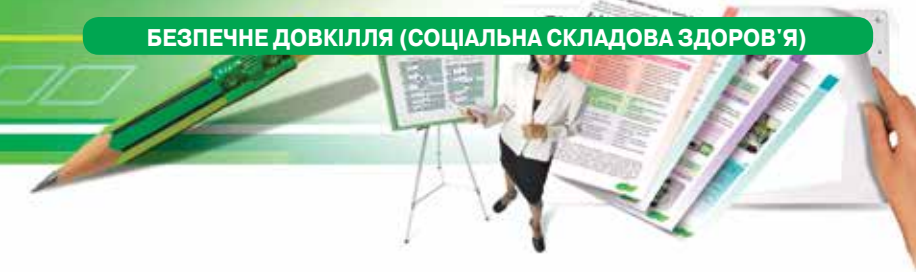


Що підготувати заздалегідь:

- Учням разом з батьками з'ясувати, які місця вдома є небезпечними.

Орієнтовний план тренінгу

Стартові завдання	4 хв.
Робота в групах	4 хв.
Руханка	2 хв.
Робота в парах	5 хв.
Інформаційне повідомлення	4 хв.
Мозковий штурм	5 хв.
Практична робота	8 хв.
Підсумкове завдання	3 хв.



Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати, що вчили на минулому уроці.
 - Небезпечні ситуації можуть статися і вдома, якщо не бути обережним.
2. Назвати тему і завдання уроку.
3. Подивитися інсценівку.

Білочка, Миша і Пташка виконують танок з парасольками і ховаються за ними.

Білочка:

Моя хатка це. Мій дім.
Затишно і тепло в ній.
Живуть білочки в дуплі –
І дорослі, і малі.

Миша:

Моя хатка під землею.
Живу в нірці я з сім'єю.
Хоч і темно в хаті нашій,
Та для нас вона найкраща.

Пташка:

Ми живемо у гніздечку –
У траві чи на вершечку.
Хоч дощ іде і вітер свище,
Наша хатка наймиліша.

Зробити висновок: для кожного найрідніший його дім.

4. Розглянути малюнок в підручнику на с. 80. Пояснити, що слід було робити козенятам, щоб не сталося лиха.

Робота в групах (з'ясувати, де у квартирі небезпечно і чому)

– Навіть у власному помешканні може статися небезпечна ситуація,

якщо неправильно вибрати місця для гри.

Об'єднати дітей у три групи. Кожній дати карточку з одним із слів «КУХНЯ», «БАЛКОН», «КОМІРЧИНА». Діти обговорюють і дають варіанти відповідей.

1. На кухні небезпечно гратися, бо:
 - можна отримати опіки,
 - там є гострі предмети – виделки, ножі,
 - є небезпека витоку газу,
 - може бути ввімкнена побутова техніка.
2. На відкритому балконі, підвіконні не можна гратися, бо:
 - можна випасти,
 - можна порізатися склом.
3. У комірчині небезпечно гратися, бо:
 - може завалити речами, які там складені,
 - можна поранитися,
 - там можуть зберігатися небезпечні хімікати.
 - А де можна гратися?

Руханка (виконати рухливі вправи)

Коли дзвонить незнайомий,
Щоб не сталося біди,
Не кажи, що сам удома,
Краще трубку поклади.

Стука в двері незнайомий,
Звісно, ти не панікуй.
Не пускай його додому
І батькам телефонуй.

– Який висновок ви зробили з цього віршика? (Незнайому людину ні в якому разі не можна впускати в квартиру.)

– А от як з незнайомцем розмовляти по телефону, ми зараз повчимося.

Робота в парах (відпрацювати навички розмови з незнайомцем по телефону)

Прочитати тексту підручнику на с. 81. Пояснити, чому саме так слід відповідати незнайомій людині.

Об'єднати дітей у пари. Розподілити ролі – один телефонує, інший відповідає. Розіграти діалог. Потім обмінятися ролями.

Інформаційне повідомлення (формування корисні звички)

Щоб людям було легко і комфортно жити, створено багато різних речей, які допомагають у побуті. І щоб не сталося лиха, треба дотримуватися певних правил. Не будьте схожими на дітей з вірша.

Прочитати вірш у підручнику на с. 82. Запропонувати показати пантомімою, чим би могли зайнятися вдома.

Виконати завдання в зошиті на с. 43. Нагадати, що небезпечно довго перебувати за комп'ютером.

Мозковий штурм (розуміти небезпеку від предметів побуту)

Вчитель показує малюнок предмета, діти називають, чим він може бути небезпечний при неправильному поводженні – можна отруїтися, порізатися, може вразити струмом, спричинити пожежу.



Вивісити аркуш зі словами «НІЖ, ЗАПАЛЬНИЧКА, КНИГА, ОЛІВЦІ, ЛЯЛЬКА, СІРНИКИ, ЛЕГО, ПРАЛЬНИЙ ПОРОШОК, М'ЯКІ ІГРАШКИ».

Діти мають підбігти до дошки і викреслити те, з чим не можна гратися.

Практична робота (складання пам'ятки про користування телевізором, комп'ютером і телефоном)

Прочитати текст у підручнику на с. 83. Розглянути малюнки. Об'єднати дітей у чотири групи. Роздати аркуші, де намальовані кружечки зі словами ТЕЛЕВІЗОР, КОМП'ЮТЕР, ТЕЛЕФОН. Діти мають дописати до кожного малюнка правило безпечного користування приладом.

Підсумкові завдання (закріпити отримані знання)

1. Що корисного для себе запам'ятали?
2. Виконати завдання в зошиті на с. 42.
3. Роздати кожному аркушик паперу. Запропонувати написати шкідливу звичку – чим недозволенним користувалися вдома – і викинути її разом з папірцем у смітничку.

22. БЕЗПЕЧНА ШКОЛА



Мета

Навчити дітей безпечної поведінки в школі; розказати правила евакуації під час небезпечної ситуації; відпрацювати навички евакуації; вчити доброзичливому ставленню до людей.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- пояснити поняття «евакуація»;
- розібратися у шкільному плані евакуації;
- пройти шляхом евакуації;
- продемонструвати доброзичливе спілкування.



Обладнання і матеріали:

- шкільний план евакуації;
- знак «Запасний вихід»;
- картки зі словами «СПОРТИВНА ЗАЛА», «ЇДАЛЬНЯ», «КЛАС».



Що підготувати заздалегідь:

- Кожному учневі вдома намалювати школу своєї мрії.

Орієнтовний план тренінгу

Стартові завдання	4 хв.
Робота в групах	6 хв.
Інформаційне повідомлення	3 хв.
Робота в парах	5 хв.
Інформаційне повідомлення	4 хв.
Практична робота	10 хв.
Підсумкове завдання	3 хв.

Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати, що вчили на минулому уроці.
 - Багато часу ви знаходитеся в школі. Тому слід теж знати чимало правил, щоб уникнути небезпеки.
2. Назвати тему і завдання уроку.
3. Зробити виставку малюнків «Школа моєї мрії». Запропонувати учням поділитися своїми ідеями щодо того, що б хотіли змінити у школі.

Робота в групах (з'ясувати, де у школі небезпечно і чому)

– Продумайте, як слід поводитися, щоб уникнути небезпеки.

Об'єднати дітей у три групи. Кожній дати карточку з назвою одного з приміщень школи - «СПОРТИВНА ЗАЛА», «ЇДАЛЬНЯ», «КЛАС». Діти обговорюють і дають варіанти відповідей.

1. СПОРТИВНА ЗАЛА:
 - робити все лише з дозволу вчителя,
 - не відволікатися,
 - не штовхатися і не бешкетувати.
2. ЇДАЛЬНЯ:
 - не розмовляти під час їди,
 - не бігати,
 - мити руки перед їдою.
3. КЛАС:
 - не бігати на перерві,
 - бути уважним при вході (виході), щоб не зіштовхнутися.

Інформаційне повідомлення (формувані звичку ставитися доброзичливо до людей)

– Твоя успішність залежить і від того, як ставляться до тебе твої однокласники, дорослі в школі. А щоб тебе поважали, навчися доброзичливо ставитися до людей.

Прочитати в підручнику «Науку спілкування».

– Що значить ставитися доброзичливо? (Не ображати, не дражнити, допомагати один одному, робити добро).

Робота в парах (відпрацювати навички доброзичливого ставлення)

Прочитати у підручнику на с. 85 правила доброзичливості. Придумати свої правила. (Не ображати. Не дражнити. Говорити правду. Ставитися так, як хочеш, щоб ставилися до тебе).

Об'єднати дітей у пари. Запропонувати скласти діалог, де буде підтвердження дотримання дітьми якогось правила. (За необхідності підказати тему діалогу:

Твій однокласник не може зробити задачу.

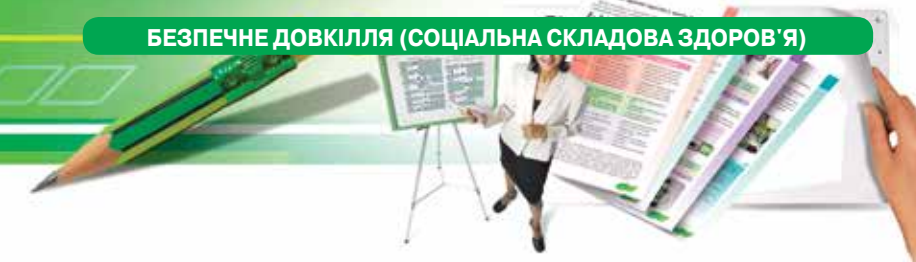
Сусід по парті забув ручку.

Однокласник не вивчив вірша і т.п.).

Інформаційне повідомлення (познайомити з поняттям «евакуація»)

Прочитати текст у підручнику на с. 87. Ознайомитися зі шкільним планом евакуації. З'ясувати, де він знаходиться.

Знайти на плані клас, шлях від класу до запасного виходу.



Знайти на плані їдальню, шлях від неї до запасного виходу.

Знайти на плані спортивну залу, шлях від неї до запасного виходу.

Практична робота (пройти шляхом евакуації)

Прочитати у підручнику на с. 87 правила, яких слід дотримуватися під час евакуації.

Пройти шляхом евакуації від класу, потім від спортивної зали і від їдальні.

Підсумкові завдання (закріпити отримані знання)

1. Для чого створений у школі план евакуації?
2. Назвіть правила, яких треба дотримуватися під час евакуації.
3. Назвіть правила доброзичливості.

23. БЕЗПЕКА НА ДОРОГАХ



Мета

Ознайомити з типами доріг, з дорожніми знаками для пішоходів; дати уявлення про дорожню розмітку; практично вчити користуватися дорожніми знаками і розміткою.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- назвати дорожні знаки для пішоходів;
- продемонструвати правильні дії під певні дорожні знаки;
- пояснити роль дорожньої розмітки;
- розказати правила руху пішоходів на замській дорозі.



Обладнання і матеріали:

- дорожні знаки (див. пункт *Робота в групах*),
- незакінчені речення «Машини їдуть по ...», «Пішоходи рухаються по ...»; «Щоб ніколи не потрапити в дорожньо-транспортну пригоду, я ...».
- Робочий зошит (с. 46–47).

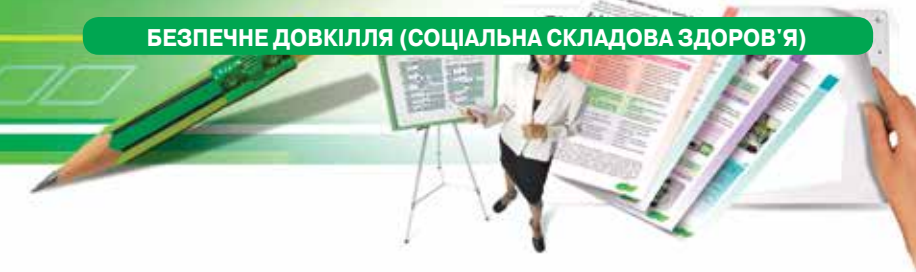


Що підготувати заздалегідь:

- Підготувати шістьох учнів, відповідальних за знаки для пішоходів (див. пункт *Робота в групах*).

Орієнтовний план тренінгу

Стартове завдання	3 хв.
Інформаційне повідомлення	4 хв.
Робота в групах	6 хв.
Практична робота	10 хв.
Робота в парах	9 хв.
Підсумкове завдання	3 хв.



Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати правила евакуації.
2. Назвати тему і завдання уроку.
 - Якщо бути необачним або безпечним на дорогах, можна потрапити в дорожньо-транспортну пригоду. Щоб цього ніколи не сталося, слід знати правила і дотримуватися їх.
3. Прочитати текст на с. 88 підручника. Розказати, які дороги є у населеному пункті.

Інформаційне повідомлення (ознайомити з учасниками дорожнього руху)

- Давайте пригадаємо всіх учасників дорожнього руху.
- Якщо люди йдуть пішки, то вони ... (пішоходи).
 - Якщо люди їдуть у транспорті, то вони ... (пасажир).
 - Якщо люди сидять за кермом, то вони ... (водії).

Для всіх учасників руху, щоб вони були у безпеці, створені правила.

Прочитати повідомлення про замські дороги у підручнику на с. 89. Продовжити речення:

«Пішоходи рухаються по ...» (узбіччі або тротуару).

«Машини їдуть по ...» (проїжджій частині).

Виконати завдання в зошиті на с. 46.

- Давайте пригадаємо правила для пішоходів.

Робота в групах (пригадати правила для пішоходів)

Об'єднати дітей у чотири групи. Провести гру між командами. Вчитель задає питання в підручнику на с. 90. Діти обговорюють і дають відповідь – яка команда швидше і правильніше.

- Як називається частина дороги, призначена для пішоходів?

(Узбіччя).

- Як називається частина дороги, призначена для руху транспорту?

(Проїжджа частина).

- Як називається місце, де пішоходи переходять дорогу?

(Пішохідний перехід).

- Знайдіть на малюнках знаки пішохідного переходу. Що означає кожен із них?

(1 – підземний перехід, 2 – надземний перехід, 3 – наземний перехід).

Ознайомитися з новими знаками, зображеними на с. 90 підручника: «Пішохідна доріжка», «Пішохідна зона», «Житлова зона».



Практична робота (практично вчити користуватися знаками)

Розмістити по периметру класу 6 знаків:

Біля кожного знака поставити відповідального (заздалегідь підготовленого). Об'єднати решту учнів у 6 груп. Кожна група підходить до знака, діти розповідають, що це за знак і які дії при ньому. Відповідальний допомагає, виправляє, підказує. Потім групи переміщуються до іншого знака. Так по периметру вони проходять всі шість знаків.

Висновок: знаки створені для того, щоб пішоходи були у безпеці.

Виконати завдання в зошиті на с. 47.

Робота в парах (ознайомити з дорожньою розміткою)

Прочитати текст в підручнику на с. 91.

Об'єднати дітей у пари. Знайти на малюнку на с. 91 осьову лінію, «острівцець безпеки», зебру.

Потренуватися, а потім продемонструвати парами правильний перехід дороги.

Підсумкові завдання (закріпити отримані знання)

1. Пограти в гру «Вгадай знак». Вчитель говорить дію під певний знак, а діти шукають цей знак на стіні. Наприклад: «Перейду дорогу попід землею» – знак «Підземний пішохідний перехід».
2. Доповни речення: «Щоб ніколи не потрапити в дорожньо-транспортну пригоду, я ...».

24. НА ПЕРЕХРЕСТІ



Мета

Познайомити з видами перехресть – регульованим і нерегульованим, вчити правилам переходу дороги на перехресті; вчити визначати напрямок руху автомобіля на дорозі.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- пояснити, що таке перехрестя;
- розрізнити перехрестя, де дозволено перехід і де заборонено;
- продемонструвати перехід дороги на перехресті;
- розказати, як визначити напрямок руху автомобіля за його сигналами.



Обладнання і матеріали:

- макети руля;
- аркуші паперу А-4;
- маленькі аркуші паперу за кількістю учнів;
- незакінчене речення «Щоб зберегти життя і здоров'я, я буду переходити дорогу на...»;
- кольорові олівці.

Робочий зошит (с. 48–49).



Що підготувати заздалегідь:

- Подивитися з батьками перехрестя, які є у місті чи селі.

Орієнтовний план тренінгу

Стартові завдання	5 хв.
Робота в парах	5 хв.
Інформаційне повідомлення	3 хв.
Рольова гра	8 хв.
Практична робота	10 хв.
Підсумкове завдання	4 хв.

Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати правила переходу дороги.
Наголосити, що дороги можуть перетинатися, утворюючи перехрестя.
2. Назвати тему і завдання уроку.
3. Розглянути малюнок в підручнику на с. 92. Знайти на малюнках види перехресть.
4. Запитати у дітей, які види перехресть вони бачили з батьками у своєму населеному пункті.

Робота в парах (вчити розрізняти види перехресть)

Об'єднати дітей у пари. Дати аркуші паперу, запропонувати намалювати перехрестя, які є біля певних об'єктів (наприклад, біля школи).

Вивісити роботи на дошку, порівняти, проаналізувати.

Інформаційне повідомлення (розрізняти регульоване і нерегульоване перехрестя)

Прочитати текст у підручнику на с. 93. Акцентувати увагу на те, що переходити дорогу можна і на регульованому, і на нерегульованому перехрестях, якщо там позначено пішохідний перехід.

Розглянути малюнки в підручнику на с. 93 і знайти ті перехрестя, на яких не можна переходити дорогу. (На третьому і четвертому).

Виконати завдання в зошиті на с. 48.

Рольова гра (вчити визначати напрямок руху автомобілів)

Прочитати текст у підручнику на с. 94. Розглянути малюнок і вказати напрямок руху автомобілів.

Висновок: напрямок руху автомобілів можна визначити за сигналами поворотів.

Визначити «водіїв», дати їм в руки макети руля. Визначити «пішоходів», поставити їх перед водіями. «Водії» показують рукою сигнал повороту, «пішоходи» визначають напрямок руху.

Практична робота (відпрацювати навички переходу нерегульованого перехрестя)

Прочитати текст у підручнику на с. 95. Повторити правила переходу перехресть:

регульованого – переходити дорогу тільки після того, як загорівся зелений сигнал світлофора;

нерегульованого – переходити дорогу тільки тоді, коли немає автомобілів або вони зупинилися, щоб пропустити пішоходів.

Накреслити на підлозі «перехрестя», позначити пішохідний перехід. Дати кільком дітям макети руля, поставити їх на «дорозі». Діти-пішоходи показують перехід дороги і проговорюють свої дії.

Підсумкові завдання (закріпити отримані знання)

1. Доповни речення: «Щоб зберегти життя і здоров'я, я буду переходити дорогу ...».



2. Виконати завдання в зошиті на с. 49.
3. Роздати кожному аркушик паперу. Запропонувати пригадати шкідливу звичку на дорогах (наприклад, перебігати дорогу, йти на червоне світло і т.п., написати її на аркуші, зім'яти і викинути її разом з папірцем у смітничку. Зник папірець – нехай зникне і звичка!

25. ТВАРИНИ ДОВКОЛА НАС



Мета

Ознайомити з правилами безпечної поведінки з домашніми тваринами; повторити правила гігієни при спілкуванні з тваринами; виховувати турботливе ставлення до тварин.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- розказати правила поведінки з тваринами;
- розказати про свою домашню тварину;
- назвати правила догляду за нею;
- продемонструвати правила поведінки з чужими тваринами.



Обладнання і матеріали:

- ватман для плаката «Наші улюбленці»;
- клей;
- малюнок котика, кошик з клубочками;
- Робочий зошит (с. 50–51).



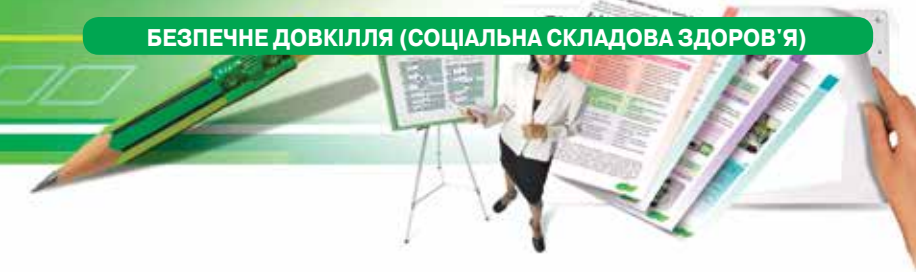
Що підготувати заздалегідь:

- Принести фото своїх домашніх улюбленців.

Орієнтовний план тренінгу

Стартові завдання	3 хв.
Робота в парах	3 хв.
Колективна робота	3 хв.
Інформаційне повідомлення	7 хв.
Руханка	2 хв.
Практична робота	8 хв.
Робота в групах	6 хв.
Підсумкове завдання	3 хв.

Інформація для вчителя на с. 144.



Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати правила переходу дороги.
2. Назвати тему і завдання уроку.
3. Прочитати повідомлення в підручнику на с. 96. Розглянути малюнки, назвати будиночок кожної тварини. (У собаки – буда, у коня – стайня, у курки – курник, у кролика – клітка, у поросят – хлів, у котика – кошак).
4. Виконати завдання в зошиті на с. 50.

Робота в парах (вчити складати розповідь про свою тваринку)

Об'єднати дітей у пари. Діти один одному розказують про свою улюблену домашню тваринку. Для допомоги використати питання в підручнику на с. 96.

Колективна робота (створення плаката «Наші улюбленці»)

Вивісити на дошці ватман з написаною назвою «Наші улюбленці». Запропонувати дітям наклеїти фото своїх домашніх тварин. По черзі назвати тваринку і її кличку.

Інформаційне повідомлення (з'ясувати, як доглядають за тваринами)

Прочитати повідомлення в підручнику на с. 97. Розглянути малюнки і з'ясувати, якого догляду потребують песик (годувати, вигулювати, робити щеплення, розчісувати і т.д.), котик (годувати, робити щеплення, мити і т.д.), кури (годувати, прибирати в курнику і т.д.), поросята (робити щеплення, годувати, класти підстилку і т.д.).

Запропонувати дітям пограти в гру, вміщену в підручнику на с. 97.

– Піднесіть до очей свої долоньки. Пригадайте, що з'являється на них, коли ви гладите тварину? (Мікроби).

– А як же знищити цю небезпечну для здоров'я армію? (Треба помити руки з милом).

Висновок: після спілкування з тваринами завжди треба мити руки.

Руханка (виконати напрямок рухливі вправи)

Вчитель читає по рядку віршика, діти виконують пантоміму тільки тоді, коли мова йде про домашніх тварин.

У мамі-тигриці є ... (тигрятя).

У мамі-індички є ... (індичата).

У мамі-корови є ... (телята).

У мамі-кобили є ... (лошата).

У мамі-орлиці є ... (орлята).

У мамі-кролиці є ... (кроленята).

У мамі і тата, звісно, є я.

Щаслива і дружна наша сім'я.

Практична робота (відпрацювати правила поведінки з чужими тваринами)

Прочитати текст у підручнику на с. 98. Акцентувати увагу на те, що дуже небезпечно контактувати з тваринами на вулиці – вони можуть бути хворими на страшну хворобу – сказ.

Викликати по два учні, задавати їм ситуацію. Вони мають називати свої дії. Наприклад:

На тебе гавкає собака і не дає пройти.

- Нахиляюся до землі, ніби беру камінь.
- Не біжу від нього.
- Не повертаюся до нього спиною.
- Беру з землі палицю.

Ти побачив у дворі маленьке кошеня.

- Я його погодую.
- Не буду його брати в руки.
- Не ображатиму його.

Запропонуйте дітям пригадати випадки, коли були неприємності з котом чи собакою. Обговоріть, як їх можна було уникнути.

Робота в групах (вчити правила поведінки з тваринами)

Прочитати вірш в підручнику на с. 99.

– Чому собака може зашкодити людині? (Бо собака не знає того, що він наш друг. Його завдання – охороняти дім).

Об'єднати дітей у п'ять груп. Кожна група отримує корисну пораду зі с. 99 підручника. Діти обговорюють і пояснюють цю пораду.

Виконати завдання в зошиті на с. 51.

Підсумкові завдання (закріпити отримані знання)

1. Запитати у дітей, як слід поводитися, якщо зайшли до когось в гості, а там є тварина?
2. Вивісити на дошці малюнок котика з кошиком. В кошику – клубочки. Запропонувати дітям назвати якомога більше корисних порад: виймає учень з кошика клубок і називає пораду.

26. ВІДПОЧИНОК НА ПРИРОДІ



Мета

Вчити правильно поводитися під час прогулянки в лісі, підбирати одяг для прогулянки, дотримуватися правил безпечної поведінки під час перебування на природі.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- назвати лісових тварин;
- правильно підбирати одяг для прогулянки;
- розказати правила поведінки в лісі.



Обладнання і матеріали:

- ватман для плаката «Хто в лісі живе»;
- кружечки з паперу;
- клей;
- фото підсніжника, сон-трави, лісової лілії;
- картки зі словами: «ЇЖА, ВОДА, РОГАТКА, КУРТКА, БАД-МІНТОН, ЧОБІТКИ, ОЛІВЦІ, КАПЕЛЮХ».
- Робочий зошит (с. 52–53).



Що підготувати заздалегідь:

- Дітям обговорити з батьками, які тварини живуть у лісах вашої місцевості.

Орієнтовний план тренінгу

Стартові завдання	3 хв.
Колективна робота	6 хв.
Інформаційне повідомлення	5 хв.
Практична робота	5 хв.
Руханка	2 хв.
Робота в групах	12 хв.
Підсумкове завдання	2 хв.

Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати правила поведінки з домашніми тваринами.

– Крім домашніх є дикі тварини. Де вони живуть? (У лісі). То ж сьогодні ми відправимося до лісу.

Виконати завдання в зошиті на с. 52.

2. Назвати тему і завдання уроку.

3. Прочитати повідомлення в підручнику на с. 100. Розглянути малюнки, назвати зображених тварин. Розказати, які ще тварини живуть у лісах нашої місцевості.

Колективна робота (створення плаката)

Відгадати загадки про птахів, запропоновані у підручнику на с. 101.

Роздати дітям паперові кружечки, запропонувати намалювати на них лісових тварин: одній половині – звірів, другій половині – птахів.

Вивісити на дошці ватман з написаною назвою «Хто в лісі живе». Запропонувати дітям наклеїти свої малюнки. Озвучити назви тварин, вирішити, чи ніхто «не заблудився».

Інформаційне повідомлення (розказати правила поведінки в лісі)

Йдучи в ліс чи в парк, треба потурбуватися про свою безпеку. В заростях ховаються кліщі, які можуть бути дуже небезпечними для людини. Тому обов'язково слід вдягати головний убір і підбирати такий одяг, щоб закривав всі ділянки тіла.

Якщо побачив змію, обійди її, не роби різких рухів, інакше вона може напасти на тебе.

Зазначити, що в лісі є квіти, які потребують захисту – занесені до Червоної книги України.



ПІДСНІЖНИК

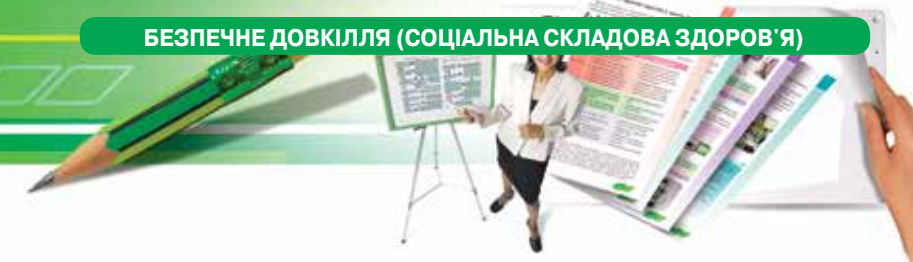


ЛІЛІЯ ЛІСОВА



СОН ВЕЛИКИЙ

Виконати завдання в зошиті на с. 53.



27. САМ СОБІ ЛІКАР

Практична робота (вчити підбирати одяг для прогулянки)

Прочитати повідомлення в підручнику на с. 102.

Об'єднати дітей у пари. Розглянути малюнок у підручнику на с. 102. Вибрати одяг для Оленки і Богдана. Аргументувати свій вибір.

Кожній парі роздати аркуш з надрукованими словами: «ЇЖА, ВОДА, РОГАТКА, КУРТКА, БАДМІНТОН, ЧОБІТКИ, ОЛІВЦІ, КАПЕЛЮХ». Дати завдання викреслити те, чого не треба брати до лісу.

Руханка (виконати напрямок рухливі вправи)

Вчитель читає віршика, діти крокують, вибирають, що можна брати в лісі, а що – ні. На слова «беремо» присідають, «не беремо» – тягнуться руками вгору.

Всі ми лісом ідемо.
Ось сунічка. (Беремо).
Всі ми лісом ідемо.
Мухомор. (Не беремо).
Всі ми лісом ідемо.
Квіти ось. (Не беремо).
Всі ми лісом ідемо.
Ось малина. (Беремо).
Всі ми лісом ідемо.
Ось гніздо. (Не беремо).

Робота в групах (вчити правила поведінки в лісі)

Прочитати вірш в підручнику на с. 103.

– Чому діти обходили кожную тваринку, не зачіпали її? (Бо не хотіли заподіяти шкоди).

Об'єднати дітей у три групи. Кожна група отримує по дві корисні поради зі с. 103 підручника. Діти обговорюють і намагаються пояснити кожную пораду.

- Ходи до лісу тільки з дорослими. (Дитина в лісі без дорослих може заблудитися, натрапити на дику тварину, поранитися в заростях).
- Не руйнуй гнізда птахів і нори тварин. (Якщо зруйнуєш гніздо чи нору, тваринам ніде буде жити, вони загинуть).
- Не бери до рук дитинчат диких тварин – вони можуть через це загинути. (Якщо тварини відчують чужий запах, вони покинуть дитинчат, і ті загинуть. Не можна чіпати і пташині яйця – пташка їх може покинути).
- Небезпечно гладити дику тварину, яка не тікає від тебе – вона може бути хвора. (Є така страшна хвороба – сказ. Хворі тварини не втікають від людей, а навпаки, можуть напасти).
- Не лізь у чагарники – там можна подряпатись і натрапити на змію.
- Якщо ти побачив дику тварину, обережно відходь туди, звідки прийшов, тримаючи її в полі зору. (Якщо тварина побачить, що ти біжиш від неї, вона може побігти за тобою, захищаючи свою територію).

Підсумкові завдання (закріпити отримані знання)

1. Розказати правила поведінки в лісі.
2. Як ви можете допомогти природі лісу? (Не ламати дерев та кущів, не псувати домівки тварин, не залишати після себе сміття).



Мета

Ознайомити з природою болю; навчити надавати першу допомогу при пораненнях та укусах комах; вчити захищатися від небезпечних комах.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- пояснити роль болю для людини;
- розказати, як захиститися від укусів комах;
- назвати ознаки укусу комах;
- продемонструвати правила надання першої допомоги.



Обладнання і матеріали:

- три комплекти для надання першої допомоги: рукавички, пластир, йод, рушничок;
- малюнки комара, оси, джмеля, овода, кліща.
- Робочий зошит (с. 54–55).

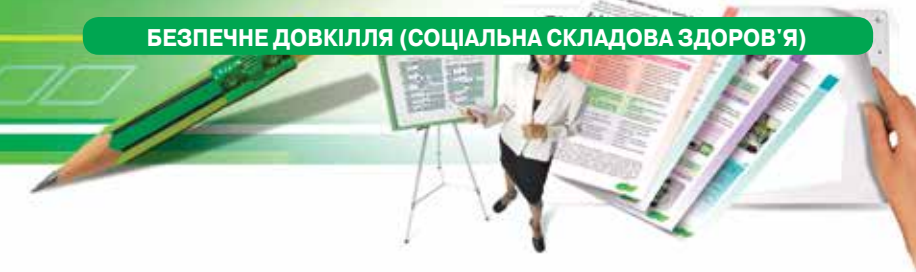


Що підготувати заздалегідь:

- Підготувати трьох дітей – консультантів з надання першої медичної допомоги.

Орієнтовний план тренінгу

Стартові завдання	5 хв.
Інформаційне повідомлення	3 хв.
Мозковий штурм	2 хв.
Практична робота	10 хв.
Проблемна ситуація	4 хв.
Робота в групах	8 хв.
Підсумкове завдання	3 хв.



Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати правила поведінки у лісі.
 - Як у лісі, так і просто у дворі ви часто зустрічаєте комах, укуси яких можуть бути небезпечними для вас. Сьогодні ми дізнаємось, як же уникати цієї небезпеки.
 2. Назвати тему і завдання уроку.
 3. – Як ви дізнаєтесь, що поранилися чи вас укусила комаха? (Відчуваємо біль).
- Об'єднайте дітей у пари. Виконайте стартове завдання у підручнику на с. 104.

– Так, дуже неприємно, коли щось болить. Але біль, виявляється, нам потрібний. Як ви гадаєте, чому? (Роздуми дітей). Зараз це з'ясуємо.

Інформаційне повідомлення (з'ясувати значення болю для людини)

Прочитати текст «Якби не було болю» у підручнику на с. 104.

– Що сталося б, якби ми не відчували болю?

– До кого ти звернешся по допомогу, якщо відчуєш біль? (До батьків, до дорослих).

– Але вони не завжди можуть бути поряд. Тому треба вміти самому надавати першу допомогу.

Мозковий штурм (пригадати, чого бояться мікроби)

Пригадати вивчений матеріал про інфекції. Запропонувати дітям доповнити речення:

– Якщо збираєшся надати допомогу при пораненні, одягни ... (гумові рукавички). Чому?

– Подряпина небезпечна тим, що ... (через неї можуть потрапити мікроби).

– Мікроби бояться ... (води з милом, дезінфекції).

– Зробити дезінфекцію допоможуть ... (йод або зеленка).

Щоб інфекція не потрапила до рани, треба знати правила надання першої допомоги. Зараз ми їх освоїмо.

Практична робота (вчити надавати першу допомогу при подряпинах та забиттях)

Прочитати повідомлення в підручнику на с. 105.

Розглянути малюнки і пояснити правила надання першої медичної допомоги.

Об'єднати дітей у три групи, роздати комплекти для першої допомоги. Надати кожній групі консультанта. Обрати «хворого» та двох «лікарів». Задати ситуацію (забився; подряпався). «Лікари» «надають допомогу», беручи в руки потрібні речі і коментуючи свої дії. По чергово поміняти дітей, щоб всі побули лікарями. Консультанти допомагають, підказують, виправляють.

Виконати завдання в зошиті на с. 54.

Проблемна ситуація (вчити уникати укусів комах)

Вгадай комах.



Оса



Бджола



Джміль



Комар

– Є багато комах, укуси яких неприємні, а є навіть і небезпечні. Подумайте, як можна уберегтися від укусів? (Відповіді дітей).

– Зараз самі комахи вам підкажуть.

Прочитати віршики у підручнику на с. 107, прокоментувати, як же уникнути укусу кожної комахи.

Виконати завдання в зошиті на с. 55.

Робота в групах (вчити надавати допомогу при укусах комах)

Прочитати текст в підручнику на с. 106. Прокоментувати дії після укусу бджоли. Акцентувати увагу на те, що у деяких людей буває алергія на бджолину отруту, тому в разі поганого самопочуття необхідно звернутися до лікаря.

Об'єднати дітей у чотири групи. Провести змагання між групами: вчитель задає ситуацію, діти обговорюють і розказують свої дії. (Вкусив комар, вкусила оса, вкусила бджола).

Підсумкові завдання (закріпити отримані знання)

1. Розказати, як уникнути подряпин і укусів.
2. Пограйте в гру «Ти молодець!». Станьте в коло, діти по одному говорять те правило, яке запам'ятали, решта відповідає: «Ти молодець!».

28. УЗАГАЛЬНЮЮЧИЙ УРОК ДО РОЗДІЛУ «БЕЗПЕЧНЕ ДОВКІЛЛЯ»



Мета

Узагальнити і закріпити отримані знання, сприяти формуванню у дітей корисних звичок, прищеплювати розуміння необхідності самому турбуватися про своє здоров'я.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- розказати, як турбуються про власне здоров'я ;
- назвати свої корисні звички.



Обладнання і матеріали:

- малюнок сонечка, окремо – сім промінців;
- сім малюнків: школа, телефон, будиночок, автомобіль, собачка, білочка, бджола;
- три аркуші паперу.



Що підготувати заздалегідь:

- Дітям обговорити з батьками, які тварини живуть у лісах вашої місцевості.

Орієнтовний план тренінгу

Стартові завдання	2 хв.
Мозковий штурм	2 хв.
Змагання	7 хв.
Робота в парах	6 хв.
Робота в групах	12 хв.
Підсумкове завдання	6 хв.

Стартові завдання

1. Назвати тему і завдання уроку.
2. На дошці прикріплене сонечко без промінців, телефон, будиночок, малюнок школи, автомобіль, собачка, білочка, бджола. Промінці сховати під переліченими малюнками.
 - Погляньте, світить сонечко, але в нього не вистачає промінців. Щоб воно засяло, ми з вами маємо знайти його промінчики, що сховалися від нас. Але для цього треба буде дещо пригадати.

Мозковий штурм (пригадати номери телефонів рятувальних служб)

Доповнити речення:

- Якщо відчув запах газу, я дзвоню...104.
- Якщо в квартирі вогонь чи дим, я дзвоню... 101.
- Якщо хтось захворів, я дзвоню ... 103.
- Якщо хтось намагається потрапити в мою квартиру, я дзвоню ... 102.

З-під телефону дістати перший промінець і прикріпити до сонечка.

Змагання (пригадати небезпечні речі вдома)

Об'єднати дітей у три групи. Роздати по аркушу. За хвилину діти мають записати якомога більше назв речей, небезпечних для дитини або таких, з якими слід поводитися обережно. При перевірці одна з команд зачитує, якщо в іншій є таке ж слово, його викреслюють. Потім читає друга команда, однакові слова викреслю-

ють. Перемагає та команда, в якій залишиться найбільше невикреслених слів.

З-під будиночка дістати другий промінець.

Робота в парах (повторити правила спілкування в школі)

Об'єднати дітей у пари. Кожна пара пригадує якомога більше правил спілкування. (Не обзиватися, не ображати, посміхатися, допомагати, бути чемним і т.д.).

З-під малюнка школи дістати третій промінець.

Робота в групах (формувані корисні звички)

Об'єднати дітей у чотири групи. На дошці залишилось чотири малюнки: автомобіль, собачка, білочка, бджола. Кожна команда отримує завдання: пригадати корисні поради : 1 – на дорозі, 2 – з домашніми тваринами, 3 – у лісі, 4 – при отриманні подряпин та укусів. При перевірці інші команди мають право доповнювати відповіді.

З-під малюнків після відповіді кожної команди діставати промінець і прикріплювати до сонечка.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Запропонувати дітям подумати і сказати, яку корисну пораду вони вже взяли собі за звичку.
2. Розглянути малюнок у підручнику на с. 108. Пояснити задум художника.
3. Звернути увагу дітей на те, що завдяки їхнім знанням сонечко засяло всіма промінцями. І щоб воно ніколи не згасало, треба не забувати всі ці корисні поради.

4. ЗДОРОВИЙ ДУХ (ПСИХІЧНА І ДУХОВНА СКЛАДОВІ ЗДОРОВ'Я)

29. СМАКИ І ЗАХОПЛЕННЯ



Мета

Показати, що кожна людина унікальна, має свої смаки та захоплення; дати зрозуміти, що відмінність смаків – не причина для суперечок; вчити розрізняти корисні та шкідливі захоплення; формувати корисні звички.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- пояснити терміни «смаки» та «захоплення»;
- назвати свої захоплення та членів своєї родини;
- розрізняти корисні та шкідливі смаки та захоплення;
- пояснити, чому слід вибрати захоплення з користю для здоров'я.



Обладнання і матеріали:

- ватман для плаката «Захоплення нашого класу»;
- маленькі аркуші паперу за кількістю учнів;
- 4 аркуші з надрукованими заняттями: «ЗАЙМАТИСЯ ТАНЦЯМИ, ГРАТИ У ФУТБОЛ, ПАЛИТИ, ЇСТИ ОВОЧІ ТА ФРУКТИ, КАТАТИСЯ НА РОЛИКАХ, ГРАТИ В СНІЖКИ, КУПАТИСЯ В РІЧЦІ, ДОВГО ДИВИТИСЯ ТЕЛЕВІЗОР, ГРАТИ В РУХЛИВІ ІГРИ, ДОВГО ГРАТИ В КОМП'ЮТЕРНІ ІГРИ, ЗАЙМАТИСЯ МАЛЮВАННЯМ, ЗАЙМАТИСЯ У МУЗИЧНІЙ ШКОЛІ».
- Робочий зошит (с. 56–57).

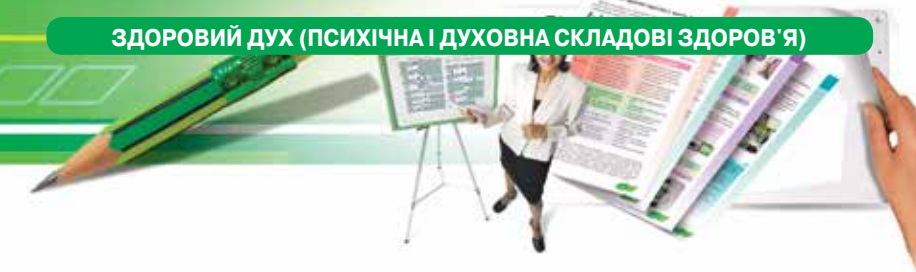


Що підготувати заздалегідь:

- Учням вдома взяти інтерв'ю у батьків:
 - Чим захоплювалися у дитячому віці?
 - Які захоплення мають зараз?

Орієнтовний план тренінгу

Стартове завдання	5 хв.
Робота в парах	3 хв.
Практична робота	10 хв.
Інформаційне повідомлення	3 хв.
Руханка	2 хв.
Робота в групах	4 хв.
Пантоміма	5 хв.
Підсумкове завдання	3 хв.



Стартові завдання (перейти до нового матеріалу)

1. Розглянути в підручнику на с. 109, що буде вивчатися в цьому розділі.
2. Назвати тему і завдання уроку.
3. Проаналізувати інтерв'ю, взяті у батьків.

Зробити висновок: всі дорослі мають різні захоплення.

Виконати завдання в зошиті на с. 56. (1, 2, 3, 4, 5 – це смаки, 6 – захоплення).

Робота в парах (з'ясувати, що відмінності в смаках – це цілком природно)

Прочитати текст у підручнику на с. 110. Пояснити, що дуже добре, коли людина має свої смаки.

Об'єднати дітей у пари. Діти обговорюють свої смаки та захоплення. На допомогу запропонувати питання:

- Які твої улюблені фрукти?
- Одяг якого кольору тобі найбільше до вподоби?
- З якими іграшками ти любиш гратися?
- Які улюблені предмети в школі?
- Які мультфільми тобі подобаються найбільше?

Запропонувати дітям пояснити прислів'я «Про смаки не сперечаються». (Наприклад, якщо людина не любить шоколадний пиріг, не можна переконати її в тому, що це смачно – для неї це ніколи не стане смачним).

Виконати завдання в зошиті на с. 57. Порівняти результати в парах.

Практична робота (визначити різноманітність інтересів)

Прочитати текст у підручнику на с. 111. Роздати дітям аркуші паперу і запропонувати намалювати своє захоплення. Наклеїти малюнки на плакат «Захоплення нашого класу».

Зробити висновок: кожен має свої інтереси і захоплення.

Цей плакат знадобиться на наступному уроці.

Інформаційне повідомлення (вчити розрізняти корисні та шкідливі захоплення)

Прочитати в підручнику вірш на с. 112.

– Чому тато не погоджується на експеримент? (Бо шкідливо для здоров'я їсти багато шоколаду).

Прочитати повідомлення в підручнику на с. 113. Назвіть корисні смаки та захоплення (їсти фрукти, грати в рухливі ігри), шкідливі (вживати швидку їжу, довго сидіти за комп'ютером).

– Назвіть, які у вас є корисні смаки та захоплення.

Руханка (виконати рухливі вправи)

Вчитель читає рядок вірша, діти присідають і говорять «Шкідливо», або підстрибують і говорять «Корисно».

Досхочу цукерки їсти. (Шкідливо).

Наче зайчик, моркву гризти. (Корисно).

В «Квача» з друзями пограти. (Корисно).

В ліжку цілий день лежати. (Шкідливо).

Спортом, танцями займатись. (Корисно).

Цілий день двором тинятись. (Шкідливо).

Робота в групах (вчити вибирати для себе корисні смаки та захоплення)

Об'єднати дітей у чотири групи. Кожній групі роздати аркуші з переліченими заняттями: «ЗАЙМАТИСЯ ТАНЦЯМИ, ГРАТИ У ФУТБОЛ, ПАЛИТИ, ЇСТИ ОВОЧІ ТА ФРУКТИ, КАТАТИСЯ НА РОЛИКАХ, ГРАТИ В СНІЖКИ, КУПАТИСЯ В РІЧЦІ, ДОВГО ДИВИТИСЯ ТЕЛЕВІЗОР, ГРАТИ В РУХЛИВІ ІГРИ, ДОВГО ГРАТИ В КОМП'ЮТЕРНІ ІГРИ, ЗАЙМАТИСЯ МАЛЮВАННЯМ, ЗАЙМАТИСЯ У МУЗИЧНІЙ ШКОЛІ». Діти мають викреслити те, що шкодить здоров'ю, і залишити те, що корисне.

– Якщо ваші батьки ще досі не записали в якусь секцію, то обов'язково поговоріть з ними і вирішіть, чим би ви хотіли займатися.

Пантоміма (показати корисне заняття)

Об'єднати дітей у пари. Запропонувати кожній парі вибрати якесь корисне заняття і продемонструвати його пантомімою. Решта дітей мають вгадати це заняття.

Підсумкові завдання (закріпити отримані знання)

1. Стати в коло і пограти в гру «Ти молодець!» - діти по черзі називають корисні смаки та заняття, інші коментують: «Ти молодець!».
2. Доповнити речення: «Якщо у мене і мого товариша смаки не співпадають, то...».

30. ДРУЗІ ЗА ІНТЕРЕСАМИ



Мета

Вчити поважати інтереси інших людей, не насміхатися над невдачами інших; вчити шанобливому ставленню до людей з фізичними вадами.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- пояснити термін «друзі за інтересами»;
- продемонструвати свої захоплення;
- пояснити, як слід ставитися до людей-інвалідів.



Обладнання і матеріали:

- плакат «Захоплення нашого класу» з попереднього уроку;
- маленькі аркуші паперу за кількістю учнів;
- три коробочки або інші ємності для дослідницької роботи;
- контур дитини в інвалідному візку на чорному фоні, різнокольорові паперові метелики;
- відеосюжети або фото параолімпійських ігор.
- робочий зошит (с. 58–59).



Що підготувати заздалегідь:

- Учням вдома з батьками підготувати презентацію свого захоплення.

Орієнтовний план тренінгу

Стартові завдання	3 хв.
Дослідницька робота	6 хв.
Практична робота	12 хв.
Інформаційне повідомлення	6 хв.
Робота в групах	5 хв.
Підсумкові завдання	3 хв.

Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати вивчене про корисні та шкідливі смаки та захоплення.
2. Назвати тему і завдання уроку.
3. Прочитати в підручнику матеріал на с. 114. Назвати захоплення дітей на малюнках. Пояснити, що є заняття для дівчаток, для хлопчиків і спільні заняття.

Дослідницька робота (з'ясувати спільність і відмінність у виборі занять)

Об'єднати дітей у дві групи – хлопчики і дівчатка. У кожного маленький аркуш паперу. Діти обговорюють і записують на кожному аркуші одне захоплення чим люблять займатися дівчатка (хлопчики). Приготувати три коробочки: заняття хлопчиків, заняття дівчаток, спільні заняття. Діти по черзі зачитують одне заняття. Якщо воно є тільки у хлопчиків, кладуть у першу коробочку, якщо тільки у дівчаток – у другу коробочку, а якщо і в дівчаток, і в хлопчиків – у третю. Потім порівняти кількість аркушів у всіх кошиках. Висновок: дуже багато спільних занять для дівчаток і хлопчиків.

Виконати завдання в зошиті на с. 58.

Практична робота (продемонструвати свої захоплення)

Прочитати текст у підручнику на с. 115. Запропонувати дітям презентувати свої захоплення.

Виконати завдання в зошиті на с. 59.

Інформаційне повідомлення (вчити ставленню до людей-інвалідів)

– Діти, нещодавно йдучи вулицею, я побачила таку картину: в інвалідній колясці сидів чоловік, а кілька хлопчиків бігали навколо нього і дражнили каліку. Мене це настільки вразило, що захотілося з вами обговорити. Я хочу, щоб в кожного з вас у серці жила людяність і ви б ніколи не образили людину тільки через те, що в неї є фізичні вади. Ваша допомога таким людям буде не лише в тому, щоб щось для них зробити. Найбільше вони потребують людяності від нас з вами, доброзичливого ставлення, просто доброго слова.

Прочитати в підручнику текст на с. 116.

– Часто люди в інвалідних візках досягають більшого, ніж здорові.

Продемонструвати досягнення в параолімпійських іграх.

Висновок: слід поважати і підтримувати людей з фізичними вадами.

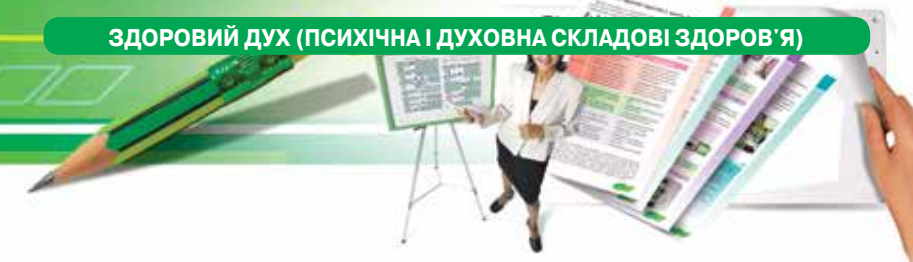
Робота в групах (вчити поважати вміння і захоплення інших)

– Ми сьогодні побачили, що всі ви талановиті, багато чого вмієте. Та людина не може вміти абсолютно все на світі. Тому, коли хтось чогось не вміє робити – це не привід насміхатися.

Прочитати історію про Смішариків у підручнику на с. 117.

– Чи правильно робив Крош, коли насміхався над Бібі? Чому?

– А як ти ставишся до дітей, які не вміють робити те, що в тебе виходить добре?



31. РЕКЛАМА І ЗДОРОВ'Я

Об'єднати дітей у три групи. Дати завдання інсценувати історію про Смішариків на новий лад – як слід було поставитися до Бібі.

Підсумкові завдання (закріпити отримані знання)

Закріпити на дошці контур дитини в інвалідному візку на чорному фоні. Звернути увагу на те, що таким людям без нашої підтримки світ буде здаватися чорним. Запропонувати підійти по одному до дошки, сказати, чим можна допомогти таким людям і наклеїти метелика.

– Погляньте, завдяки вашій турботі світ став для людини кольоровим. Не забувайте, що ви можете одним теплим словом допомогти людині з фізичними вадами.



Мета

Довести, що реклама – не найкращий порадник у виборі продуктів; вчити приймати правильні самостійні рішення; показати важливість вміння встояти перед покупкою рекламованих товарів.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- довести, що мета реклами – продати товар;
- пояснити, чому слід купувати всі рекламовані продукти;
- назвати свої зважені рішення щодо покупки продуктів;
- продемонструвати правило приймання зважених рішень.



Обладнання і матеріали:

- набір товарів: яблуко, апельсин, мандарин, ківі і якийсь невідомий предмет, загорнутий в кольоровий пакетик;
- три аркуші паперу А-4;
- «товар» для реклами: фантик з-під цукерки, коробка з-під олівців, ручка без стержня тощо.

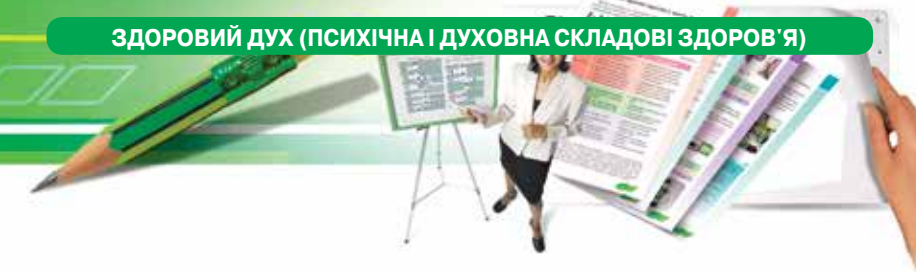


Що підготувати заздалегідь:

- Обговорити з батьками, який товар вони купували тільки через те, що спокусилися рекламою.

Орієнтовний план тренінгу

Стартові завдання	8 хв.
Робота в парах	5 хв.
Інформаційне повідомлення	6 хв.
Руханка	2 хв.
Робота в групах	8 хв.
Підсумкове завдання	6 хв.



Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати з попереднього уроку презентацію талантів і назвати, хто вразив своєю майстерністю.
2. Назвати тему і завдання уроку.
3. Покласти на стіл яблуко, апельсин, мандарин, ківі і якийсь невідомий предмет, загорнутий в кольоровий пакунок. Запропонувати дітям «купити» собі продукти. Діти вибирають яблуко, апельсин, мандарин, ківі, але не «купають» пакунок. Тоді вчитель знову кладе той же набір, але розказує, що в пакунок дуже смачна, корисна цукерка. Її смак неповторний і т. п. Після цього більшість дітей «купить» цей пакунок.

– Діти, я вам розрекламувала товар, який не продавався, і ви його розкупили. Ви самі переконалися в силі реклами. А тепер я вас переконаю в тому, що вірити рекламі слід не завжди.

Робота в парах (пригадати правило прийняття важених рішень)

Прочитати текст у підручнику на с. 118. Назвати рішення, які приймали вранці.

Об'єднати дітей у пари. Пригадати правило світлофора для прийняття важених рішень – вчитель ставить завдання, діти в парі обговорюють.

– Ви вирішили поснідати. Перед вами вибір – каша або сухарики.

- Червоне світло – зупинись.
- Жовте світло – зваж наслідки. (Якщо я з'їм сухарики, може за-

боліти живіт, вони шкідливі для здоров'я. Замість того, щоб навчатися в школі, я лежатиму на ліжку з болем. Якщо я з'їм кашу, організм отримає необхідні поживні речовини, я матиму енергію для навчання).

- Зелене світло – зроби вибір. (Я вибираю кашу).

Інформаційне повідомлення (довести, що мета реклами – продати товар)

Прочитати повідомлення в підручнику на с. 119. Розглянути малюнки і пояснити різницю між тим, що обіцяє реклама, і тим, що виходить насправді.

– Пригадайте, чи доводилося вам купувати щось саме під впливом реклами.

– Чи дійсно ця покупка була для вас необхідною?

– А що купували ваші батьки? (Результати домашнього обговорення).

Руханка (виконати рухливі вправи)

Вчитель читає рядок вірша, діти присідають і говорять «Не купую», або підстрибують і говорять «Купую».

Ось сухарики в пакунок. (Не купую)
 Макарони і спагеті. (Купую)
 Чіпси смажені хрусткі. (Не купую)
 А ось булочки м'які. (Купую)
 Помідори з огірками. (Купую)
 А ось фанта з бульбашками. (Не купую)

Робота в групах (довести, що корисне не потребує реклами)

Прочитати вірш у підручнику на с. 120.

Об'єднати дітей у три групи. Кожній групі роздати аркуш паперу А-4. Запропонувати дітям написати продукти у дві колонки: 1 – які часто рекламують, 2 – які рідко або ніколи не рекламують.

– Подумайте, чому ці продукти не потребують реклами? (Бо вони корисні, люди й так їх купують).

– Навіщо рекламують продукти першої групи? (Щоб їх більше купили).

Висновок: мета реклами – продати товар.

Підсумкові завдання (закріпити отримані знання)

1. Доповнити речення: «Не завжди слід купувати те, що пропонує реклама, бо ...».
2. Пограйте у гру. Вчитель пропонує певний «товар» (фантик з-під цукерки, коробка з-під олівців, ручка без стержня і т.п.), діти мають його розрекламувати – надати йому якомога більше переваг. Перемагає той, чий товар «купило» найбільше дітей.

32. АЛКОГОЛЬ І ЗДОРОВ'Я



Мета

Розказати про шкоду алкоголю для організму людини і зокрема для дитячого організму, прослідкувати вплив алкоголю на окремі органи; сприяти формуванню здорового способу життя.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- розказати про негативний вплив алкоголю на організм людини;
- пояснити, чому алкоголь небезпечний для дитини;
- продемонструвати відмову від вживання алкогольних напоїв.



Обладнання і матеріали:

- малюнки, де люди займаються спортом, ловлять рибу, пливуть по морю, малюють тобто те, що не можна робити після вживання алкоголю;
- три аркуші паперу А-4.



Що підготувати заздалегідь:

- Обговорити з батьками, чим шкідлива реклама алкогольних напоїв.

Орієнтовний план тренінгу

Стартові завдання	3 хв.
Інформаційне повідомлення	5 хв.
Практична робота	10 хв.
Руханка	2 хв.
Робота в групах	8 хв.
Підсумкове завдання	7 хв.

Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати з попереднього уроку про значення реклами.

– Чи стали ви по-іншому дивитися на рекламу після минулого уроку?

– Ви часто бачили рекламу алкогольних напоїв. Розкажіть, в чому її шкода для людини?

– Тепер ви вже знаєте, що її мета – продати якнайбільше товару. Тим більше, що сьогодні ми з'ясуємо, наскільки алкоголь шкідливий для організму людини.

2. Назвати тему і завдання уроку.

Інформаційне повідомлення (пояснити, шкоду алкоголю для здоров'я)

Прочитати повідомлення в підручнику на с. 121. Розглянути малюнки і пояснити, як алкоголь впливає на роботу органів людини.

На людину, яка вживає алкоголь, чатує багато небезпек:

– у людини уражується мозок, серце, судини, печінка, шлунок, що може призвести до тяжких хвороб,

– скорочується тривалість життя,

– людина може захворіти на алкоголізм,

– в стані алкогольного сп'яніння людина може загинути від нещасного випадку.

– Отож ви бачите, що користі від алкоголю ніякої, а шкоди він заподіє дуже багато.

Особливо небезпечний алкоголь для дитини.

Практична робота (вчити відмовлятися від вживання алкоголю)

– Ви, мабуть, часто чули фразу «Бережи здоров'я змолоду». Якщо не дотримуватися правильного способу життя, то здоров'я втрапиш і вже його не повернеш. Часто діти про це не задумуються і, коли їм пропонують спробувати алкогольний напій, погоджуються. Але ж давайте дізнаємося, наскільки він небезпечний саме для дітей.

Прочитати повідомлення в підручнику на с. 123. Пояснити, що найчастіше хворіють на алкоголізм саме ті, хто вживає алкоголь з дитячого віку.

– Може трапитися, що вам будуть пропонувати спробувати алкогольний напій. Більш того, можуть називати вас боягузом і т. п. Ні в якому разі не можна піддаватися на такі провокації. Ви повинні пам'ятати, що хороша людина, яка бажає вам добра, ніколи не стане примушувати шкодити самому собі. Тому слід навчитися захистити себе від подібних пропозицій.

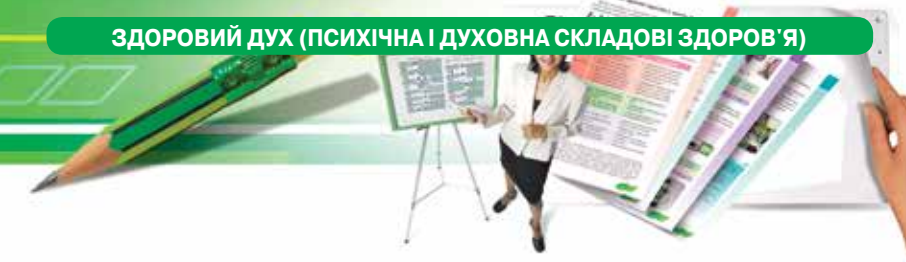
Вчитель викликає по одному учню, виступає в ролі того, хто вмовляє, а учень має сказати своє рішуче «Ні», аргументуючи висловами:

– Я сам не питиму і тобі не раджу.

– Ні в якому разі, я хочу бути здоровим.

– Мені весело і без того.

– Хочеш, я розкажу тобі, чим небезпечний алкоголь для тебе? І т. п.



33. ПРАВИЛА ЛІТНЬОГО ВІДПОЧИНКУ

Руханка (виконати рухливі вправи)

Вчитель читає рядок вірша, діти називають дію і показують її.

На вулиці всі люблять грати:
Вгору листя ... (підкидати),
На скакалці ... (пострибати),
«Квача» сусідові ... (віддати).
На гору санки ... (затягти),
До парку з мамою ... (піти).
І по річці ... (попливти).
Граї, і здоровим будеш ... (ти)!

Робота в групах (довести, що алкоголь заважає розвагам)

– Ви бачите, що завжди можна знайти для себе цікаві розваги. Але, на жаль, дехто вважає за розвагу вживання алкоголю. Та виходить все навпаки – вони позбавляють себе багатьох радощів життя, бо після вживання алкоголю багато чим не можна займатися.

Прочитати повідомлення в підручнику на с. 122.

Закріпити на дошці малюнки, де люди займаються спортом, ловлять рибу, пливають по морю, малюють тобто те, що не може людина робити після вживання алкоголю.

Об'єднати дітей у три групи. Кожній роздати аркуш паперу запропонувати записати, чим не можна займатися після вживання алкоголю (користуватися малюнками у підручнику та на дошці).

Висновок: щоб весело розважатися, алкоголь не потрібен!

Підсумкові завдання (закріпити отримані знання)

- Запропонуйте дітям пофантазувати: зазирнути у свій організм. Нехай вони уявлять себе по черзі серцем, печінкою, мозком, шлунком і розкажуть, як і чому бояться алкоголю.
- Доповнити речення: «Якщо хтось мені запропонує алкогольні напої, то я ...»



Мета

Організувати проведення літніх канікул з максимальною користю для здоров'я; пригадати правила санітарії та гігієни; пригадати, як правильно засмагати, щоб не нашкодити собі.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- розказати правила загартовування влітку;
- назвати корисні продукти;
- розказати, як правильно засмагати;
- пояснити, як турбуватися про власне здоров'я і життя під час відпочинку.



Обладнання і матеріали:

- аркуші А-4 за кількістю дітей;
- картки з ситуаціями для інсценування: діти вирішують погратися на будівельному майданчику, діти знайшли на землі незнайомі предмети і вирішили їх роздивитися, діти збираються піти до річки, не сказавши про це дорослим, діти збираються кататися на роliках по дорозі.
- Робочий зошит (с. 60–61).

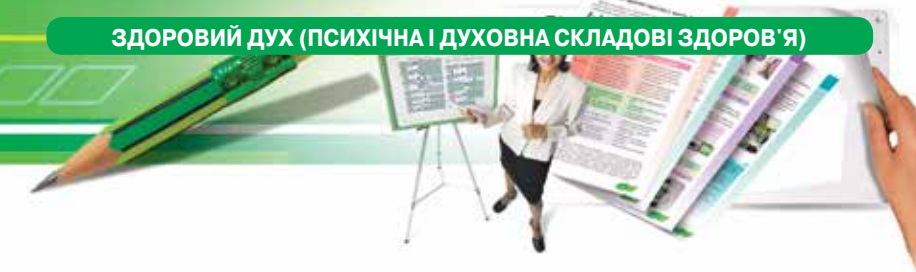


Що підготувати заздалегідь:

- Намалювати місце, де кожен любить проводити літні канікули.

Орієнтовний план тренінгу

Стартові завдання	2 хв.
Робота в групах	6 хв.
Інформаційне повідомлення	5 хв.
Інсценування	6 хв.
Практична робота	10 хв.
Підсумкове завдання	6 хв.



Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати матеріал попереднього уроку.
 - Незабаром літні канікули, і всі ці знання вам можуть знадобитися.
2. Назвати тему і завдання уроку.
 - Зараз ми пригадаємо всі ті правила збереження здоров'я, які вивчили протягом року.

Робота в групах (вчити попереджати можливі небезпечні ситуації)

Об'єднати дітей у групи по чотири. Учні демонструють один одному малюнки, виконані вдома, і обговорюють, яких правил слід дотримуватися.

Для колективного обговорення вчитель вибирає 4-5 малюнків з зображенням різних місць (наприклад: річка, ліс, море, парк відпочинку). Діти називають правила, які допоможуть уникнути небезпечних ситуацій.

Інформаційне повідомлення (корисні поради для відпочинку)

Прочитати повідомлення в підручнику на с. 124. Прочитати і обговорити корисні поради.

Інсценування (вчити застосовувати корисні поради)

Об'єднати дітей у чотири групи. Роздати картки з ситуаціями, які кожна група має інсценізувати:

– діти вирішують погратися на будівельному майданчику,

- діти знайшли на землі незнайомі предмети і вирішили їх роздивитися,
- діти збираються піти до річки, не сказавши про це дорослим,
- діти збираються кататися на роликах по дорозі.

Після того, як група покаже свою інсценівку, учні мають прокоментувати: «Діти забули про те, що це небезпечно. Краще було б ...».

Практична робота (скласти правила засмагання)

Прочитати вірш у підручнику на с. 125.

- Як провели діти день? (Весело).
- Чим займалися? (Лежали на пісочку бігали, гралися, пірнали).
- А чому ж ввечері не було радості від проведеного дня? (Бо вони обгоріли).
- Про які правила забули діти? Дайте ми їх зараз пригадаємо і складемо пам'ятки.

Об'єднати дітей у пари. Кожному учневі роздати аркуш А-4. за допомогою слів та малюнків діти мають зобразити кожне правило, обговоривши свої дії у парі.

- Засмагати можна до 10 ранку та після 16 вечора.
- У спеку сонце дуже небезпечне, тому слід перебувати у затінку.
- Завжди треба носити головний убір.
- Щоб організм не перегрівся, одяг має бути легким, не з синтетичних, а з натуральних тканин.
- Сонцезахисний крем убереже шкіру від обгорання.

Виконати завдання в зошиті на с. 60.

Підсумкові завдання (закріпити отримані знання)

1. Запропонуйте дітям подивитися на складену пам'ятку і назвати те правило, про яке вони раніше не знали.
2. Виконати завдання в зошиті на с. 61 – перевірити себе, чи готовий до літнього відпочинку.
3. Пригадати інсценівки і розказати, як турбуватися про власне здоров'я і життя під час відпочинку.



34. УЗАГАЛЬНЮЮЧИЙ УРОК ДО РОЗДІЛУ «ЗДОРОВИЙ ДУХ»



Мета

Узагальнити і закріпити отримані знання, сприяти формуванню у дітей корисних звичок, прищеплювати вміння ставити себе на місце іншого; виховувати повагу до інших людей.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- розказати, як турбуються про власне здоров'я;
- пояснити, чому не слід купувати все те, що рекламується;
- назвати свої корисні заняття.



Обладнання і матеріали:

- два костюми Гномів;
- два м'ячики;
- три аркуші паперу з переліком товарів: капуста, чіпси, кола, мінеральна вода, сухарики, пиво, апельсини, яблука, молоко, горіхи, фанта, сигарети, картопля, мандарини, сир, хотдог, ке-фір.



Що підготувати заздалегідь:

- Підготувати з двома учнями інсценівку про двох Гномів (див. текст далі у кожному пункті).

Орієнтовний план тренінгу

Стартові завдання	2 хв.
Мозковий штурм	6 хв.
Роздуми	10 хв.
Робота в групах	5 хв.
Практична робота	8 хв.
Підсумкове завдання	4 хв.

Стартові завдання

1. Назвати тему і завдання уроку.
2. Звучить весела мелодія. Виходять два Гноми.

1 Гном:

Ми – веселі добрі Гноми.
Поверталися додому.

2 Гном:

Та з дороги трішки збились
І ледь-ледь не заблудилися.

1 Гном:

То ж оце зайшли до вас.
Добрий день вам, 2 клас!

2 Гном:

Такі милі ви, малята.
А чи можна запитати:
Що ви вмієте робити?
Чим захоплюєтесь діти?

1 Гном:

Подивіться, що є в нас! *(Показують м'ячики)*

То ж пограймо, 2 клас.

Мозковий штурм *(пригадати якомога більше цікавих занять для дітей)*

Запропонуйте дітям розказати про свої захоплення.

У Гномів у руках м'ячики. Вони по черзі кидають м'ячика одному учневі, а той має назвати своє захоплення.

– У наших дітей дуже багато захоплень і всі вони корисні для здоров'я. Раджу вам, Гноми, теж вибрати для себе якесь захоплення.

Роздуми *(виховувати поважне ставлення до людей-інвалідів)*

1 Гном:

Ми – веселі добрі Гноми.
Поверталися додому.

2 Гном:

Та з дороги трішки збились
І ледь-ледь не заблудилися.

1 Гном:

Подивіться, що є в нас. *(Показують аркуш з текстом)*

Почитаймо, 2 клас.

Гноми віддають вчителю аркуш з текстом. Вчитель пропонує послухати оповідання і спробувати поставити себе на місце кожного з героїв оповідання.

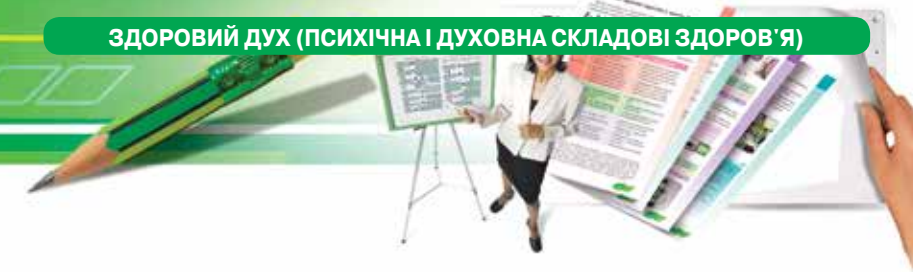
Я – людина

Л. В. Сащенко

Є у мене друг Ігор. Вчимося ми в одному класі, живемо в одному будинку, завжди разом граємося у дворі.

З'явився якийсь в нашому дворі новенький хлопчик. Не зовсім такий, як ми – він калічка. Завжди сидить самотньо в інвалідному візку і сумно дивиться на дітлахів, що гасають двором. Буває, хлопці підсміюються над ним, навіть дражнили придумали. І, ніде правди діти, ми теж бували разом з усіма.

Якось у школі вчителька завела розмову про людей-інвалідів. Розказала, як ті страждають, коли над їхніми фізичними вадами хтось насміхається. Я густо почервонів, ніби мова йшла про мене. Ледве дочекавшись дзвоника, кинувся до Ігоря. Той ніби прикипів до парти, втупивши очі в одну точку.



– Хочеш, вгадаю про що ти думаєш? Про що і я... Мені хочеться крізь землю провалитися.

Ігор підняв на мене розчервоніле обличчя і промовив:

– Знаєш що, давай ми сьогодні зробимо щось приємне хлопцеві.

– Точно, – вигукнув я, і одразу якимось полегшало.

Після уроків ми підстрибом помчали додому. Вдома я заходився шукати, з чим би вийти у двір. Повідкривав усі шафи та шухлядки, повиймав усі іграшки, але так і не придумав, що взяти.

У дверях з'явився Ігор з м'ячем у руках.

– Ого, – присвиснув він. – Тут що, буря пронеслася? Ходімо, запросимо хлопця у футбол пограти.

– Додумався... А бігати він як буде?

Ігор тільки почесав потилицю...

Хлопчик сидів на звичному місці і читав книгу. Ми підійшли і спитали:

– Привіт, як тебе звати?

Хлопець недовіжливо поглянув на нас, ніби чекаючи неприємностей.

– Олег, – промовив стиха.

– Давай з нами грати в м'яча, – запропонував Ігор. Побачивши, як Олегові очі налилися сльозами, я поспіхом додав:

– Ні-ні, не в футбол а в іншу гру, в неї можна грати сидячи...

Через деякий час ми втрьох вже дружно сміялися. Олег виявився чудовим хлопцем і цікавим співрозмовником. Навколо нас зібрався натовп хлопчаків. Хтось стояв, здивовано розкривши рота, хтось кепкував з нас. Та ми ні на кого не звертали уваги.

Тепер Олегові ніколи не буває самотньо. Всі у дворі ставляться до нього

по-новому, по-людськи. І в цьому є і моя заслуга.

А головне – я сам собою записався. Та й як же тут не пишатися, коли я людині допоміг!

– Що відчував Олег, коли його дражнили?

– Чому хлопці раптом вирішили подружитися з Олегом?

– Що змінило життя Олега?

– Чому всі хлопці у дворі змінили своє ставлення до Олега?

– Чому автор сам собою став пишатися?

Висновок: ніколи не смійся над інвалідами. Зрозумій, що твоє тепле слово може принести людині величезну радість.

Робота в групах (формувані корисні звички)

1 Гном:

Ми – веселі добрі Гноми.

Поверталися додому.

2 Гном:

Та з дороги трішки збились

І ледь-ледь не заблудились.

1 Гном:

Ось по телеку реклама.

Купимо ми щось із вами?

Об'єднати дітей у чотири групи.

– Уявіть собі, що по телевізору рекламують всі оці товари, які ви побачите на аркуші. Вам треба подумати і вирішити, що купувати, а що ні.

Кожній групі роздати аркуш з переліком товарів, які рекламуються: капуста, чіпси, кола, мінеральна вода, сухарики, пиво, апельсини, яблука, молоко, горіхи, фанга, сигарети, картопля, мандарини, сир, хотдог, кефір. Учні мають викреслити ті, які вони не куплять, хоч би якою не була реклама.

При перевірці пояснити свій вибір.

Практична робота (розуміти небезпеку алкоголю)

– Серед товарів ви всі викреслили пиво, бо знаєте шкоду алкогольних напоїв для дитини. Давайте спробуємо намалювати нашим Гномам пам'ятку про шкоду алкоголю.

Об'єднати дітей у пари, роздати кожній парі аркуш паперу. Діти обговорюють і в парі виконують малюнок.

Продемонструвати роботи.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1 Гном:

Ми – веселі добрі Гноми.

Поверталися додому.

2 Гном:

Та з дороги трішки збились

І ледь-ледь не заблудились.

1 Гном:

Нам здоров'я не байдуже.

Ви допомогли нам дуже.

2 Гном:

Тепер ми знаємо багато.

Зможем разом пригадати?

Станьте в коло і пограйте в гру «Ти молодець!» – діти називають по черзі все, що корисного для себе взяли з уроку. Клас коментує: «Ти молодець!»

СЦЕНАРІЙ ВИХОВНОГО ЗАХОДУ «МЧАТЬ ДОРОГОЮ МАШИНИ»



Мета:

Повторити правила дорожнього руху; продемонструвати їхнє значення для людини; формувати у дітей корисні звички.

Дійові особи:

*Ведучий,
Легкові автомобілі,
Автобус,
Вантажівка,
Світлофор,
Світлофор для пішоходів,
Осел,
Пес,
Кіт,
Півень,
Зайчєня,
Порося 1,
Порося 2,
Порося 3*

Ведучий:

Без утоми, без упину
Мчать дорогою машини.

*Виїжджають два Легкові
автомобілі, Автобус, Вантажівка.*

Легкові автомобілі:

Ми – легкові автомобілі,
Червоні, чорні, сині, білі.

Легковий автомобіль 1:

Як тільки ранок заіскриться,
Мені на місці не сидиться –

Сверблять колеса, просять руху...

І мчу дорогою щодуху!

Легковий автомобіль 2:

А хто цей дядечко поважний?

Автобус:

Дивлюсь навколо я уважно,
Щоб, не дай Бог, не прозивати,
Бо пасажирів я багато
Везу. За них відповідаю.
І права гав ловить не маю!

Вантажівка:

Мене пропустите, можливо?
Я вантажі везу важливі.
Чекають вже мене давно.

Легковий автомобіль 1:

Я першим їхав все одно.

Автобус:

Поспішаю я у справах,
Повернути треба вправо.

Легковий автомобіль 2:

Та тут рухаюся я.
Вибач, смуга ця моя.

Легковий автомобіль 1:

Чому скупчились, агов?
Через вас спізнюся знов!

Вантажівка:

Скільки це тривати може!?
Хто нам бідним допоможе?

З'являється Світлофор

Світлофор:

Стійте, вас врятую я.

Світлофор моє ім'я.
Якщо вам горить червоне,
Значить – руху заборона.
А коли горить зелене,
Шлях для вас відкрито в мене.
Жовте – значить приготуйся.

(До легкового автомобіля)

Встигнеш вчасно, не хвилюйся.

Легковий автомобіль 1:

Так, бо помічник є в мене.
Ой, помчав, горить зелене!

Машини роз'їжджаються.

Світлофор:

Пішоходам, водіям –
Всім потрібен я!

З'являється Світлофор для пішоходів.

Світлофор для пішоходів:

І я!

Світлофор:

Менший брат у мене є.
Пішоходам шлях дає.

Світлофор для пішоходів:

Знає кожен пішохід,
Що безпечний перехід
Гарантую я завжди.
Як моргну зеленим, йди.
А червоним - значить стій.

Світлофор:

Ти дотримуватись вмій
Оцих правил нескладних –
В інтересах це твоїх.
Збережеш життя своє.

Разом:

За нього що цінніше є?

*Звучить музика з мультфільму
«Бременські музики».*

З'являються Осел, Пес, Кіт, Півень.

Осел:

Нема кращого нічого,
Аніж музика й дорога.

Пес:

Ми усе життя мандруєм,
Людам радість, сміх даруєм.

Кіт:

Там де ми, там сліз немає.
Бременських музик всяк знає.

Півень:

Вже півсвіту обійшли.
А сьогодні ось зайшли
У таке прекрасне місто.

Осел:

Он на площі там, дивись ти,
Люд почав уже збиратись.

Пес:

Як нам на той бік дістатись?
Впевнений, це небезпечно –
Мчать машини безкінечно!

Кіт:

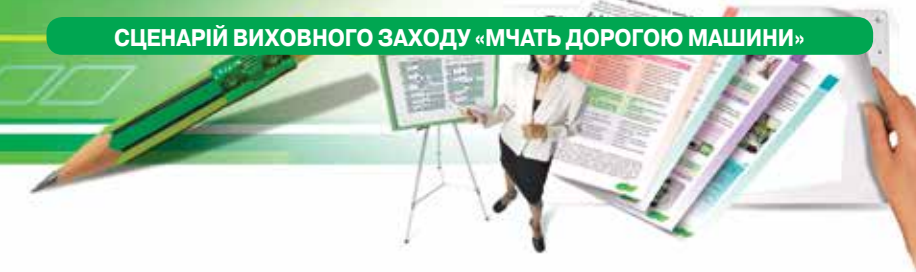
Як же перейти дорогу...
Знов машина мчить з-за рогу.
Ой, за нею - цілий рій!

Півень:

Треба спробувати..

Світлофор:

Стій!
Життям ризикуєш нащо?
Пропоную вихід кращий:
Знайте, що для пішоходів
Тут існують переходи.



Осел:
Справді? А знайти ж їх як?

Світлофор:
Шукай «зебру» або знак
«Пішохідний перехід».
Там машини стишають хід.
А якщо ще й я стою,
Їм команду подаю
«Зупинитись!», тоді ти
На той бік сміливо йди.

Кім:
От спасибі! Будем знати.

Півень:
Ох, нема часу шукати,
Де там «зебра» чи той знак!
Та перейдемо і так!

Пес:
Справді, ми спізнитись можемо –
Нас давно чекають, схоже.

Світлофор:
Що ж, уявимо картину:
Скрегіт, скрип коліс машини,
Біль, «швидка», знов біль, палата...
То ж чи варто поспішати?!

Півень:
Ой, лікарня! Ні, нізачо!
Знайдемо ми «зебру» краще.

Кім:
Пам'ятатиму завжди:
Щоб здоров'я зберегти,
Дорогу треба переходити

Разом:
Тільки лиш на переході!

Виходять.

Ведучий:
Без втоми, без упину
Мчать дорогою машини.
Бачите, автобус он!

*Вийжджає автобус і «везе» пасажирів.
Серед них – Зайчєня.*

Автобус:
Приготуйтеся. Стадіон.
Не штовхайтесь, не баріться.
Одне одному всміхніться.

*Зайчєня виходить з автобуса.
Збоку вийжджає автомобіль.*

Зайчєня:
Ну, і де тут стадіон.
Пасажири автобуса:
Він на тому боці он.

Зайчєня:
Перебіжу дорогу вмить!
Пасажири автобуса:
Стій, не можна так робить!!!

*Зайчєня біжить просто під колеса
автомобіля.*

Зайчєня:
Ой, а де взялась машина?!
Під колесами загину!

Автомобіль:
Добре, встиг загальмувати.
Тобі соромно не знати,
Що коли автобус стане,
То дорогу не проглянеш.
Не обходь, а зачекай,
Транспорт той від'їде хай.
А тоді лише іди.
Так уникнеш ти біди.

*Виходять.
З'являються троє Поросят.*

Ведучий:
Троє жвавих Поросят
Із портфелями біжать.
Підійшли до переходу.
Там червоне. Нема ходу!
А що ж роблять поросята?

Порося 1:
Вперед, ніколи стояти!

Порося 2:
Гей, а ти чого спинився?
Загубив щось чи стомився?

Порося 3:
Пам'ятаю, в школі вчили,
Щоб життям ми дорожили.
Там горить червоне, глянь!

Порося 1:
Що, боїшся? Перестань!
Горить світло без упину,
На дорозі – ні машини,
Тому враз перебігаймо!

Порося 3:
Може, краще зачекаймо?

Порося 2:
Мені соромно за тебе!
Та сміливим бути треба!
Тобі, хочеш, допоможем,
Перебігти разом зможемо!

Вийжджає вантажівка

Вантажівка:
Гей, малі, спиніться, стійте!
Переходити не смійте!
Зараз їду я, малята.
Цього соромно не знати!

Світлофор горить для мене.

Світлофор:
Поросятко, ти ж учене.
Як би ти не поспішало,
На червоне щоб не мчало!
Краще трохи зачекати,
Ніж життям ризикувати.

Виходять усі герої.

Світлофор для пішоходів:
Пам'ятайте, пішоходи:
Є для того переходи,
Щоб безпечно вам було!

Порося:
Я здоров'я зберегло,
Бо ходжу лиш на зелене.
Світлофор – це друг для мене!

Світлофор:
Ти вже справжній пішохід!

Бременські музики:
І ми здійсним перехід
Тільки там, де зебра, знак,
Світлофор. І тільки так!

Світлофор:
Пам'ятайте всі навкруг:
Світлофор – ваш вірний друг!
Дотримуйтеся правил строго,
Тоді ви матимете змогу
Здоровими життя прожити.

Всі:
Життям потрібно дорожити!

ДОДАТОК ДО ТЕМИ «ПРАВИЛА ЗАГАРТОВУВАННЯ»

Методика загартування

Загартовування – це система гігієнічних заходів, спрямованих на підвищення стійкості організму до несприятливих впливів різних метеорологічних факторів (холоду, тепла, сонячної радіації, зниженого атмосферного тиску). Загартовування організму – потужний оздоровчий засіб – важливий і необхідний елемент здорового способу життя людини. Встановлено, що систематичне загартовування знижує ймовірність простудних захворювань в 4 рази, і навіть виключає їх виникнення. Загартовування має загальнозміцнюючу дію на організм, підвищує тонус центральної нервової системи, покращує кровообіг, нормалізує обмін речовин, підвищує адаптивність організму до несприятливих впливів зовнішнього середовища, сприяє активізації розумової та фізичної працездатності. При багаторазовому впливі специфічних подразників під впливом нервової регуляції в організмі

утворюються певні функціональні системи, що забезпечують пристосувальний ефект.

Наближається найтепліша і для багатьох, мабуть, найулюбленіша пора року, пора відпусток та канікул. Цей час можна провести не тільки із задоволенням, але і з користю. Це найкращий час для початку оздоровлення, в тому числі і загартування. Усі чули про загартування та користь від нього. Успіх у цій справі залежить від наполегливості та дотримання усіх правил, тому і поговоримо про це детальніше.

Загальними є правильний режим дня, раціональне харчування, відповідний одяг, температурний та повітряний режим приміщення. Як практикуючий лікар, можу сказати, що не усі сім'ї приділяють належну увагу дотриманню режиму. Існують випадки, коли батьки виражаючи любов до дитині, не відмовляють їй ні в чому, а саме: дозволяють понад норму дивитись телевизор, дають багато солодощів, нехтують денним



сном, мало часу проводять на свіжому повітрі з нею. Все це негативно позначається на не зміцненому дитячому організмі, спричиняє розлад функцій всіх його органів і систем, зокрема і захисних механізмів.

До спеціальних гартувальних заходів належать дозовані сонячні ванни, повітряні та водні процедури. Фізіологічна сутність загартування полягає у тренуванні та вдосконаленні терморегуляторних механізмів організму. При цьому досягається висока злагодженість процесів теплопродукції і тепловіддачі, які забезпечують адекватне пристосування організму до чинників оточуючого середовища.

Виникає питання, як правильно загартувати дитину? Існує низка нехитрих правил, дотримуючись яких можна досягти мети. Вони полягають у тому, що:

1. Загартування необхідно починати тоді, коли дитина здорова.
2. У разі вибору методу загартування враховувати вік та індивідуальні особливості дитини.
3. Подовжувати тривалість процедур треба поступово
4. Загартування проводити, якщо в дитини добрий настрій.
5. Відновлювати заняття після перерви, якщо дозволяє лікар, треба у початкових навантаженнях.

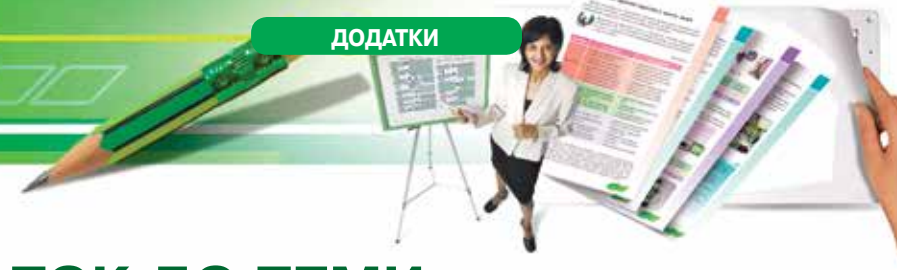
Рекомендується починати будь-яке загартування так, щоб виникали слабкі або середні відповідні реакції організму, які зміцнять його, а не послаблять за принципом стресу.

Найпростіший та найефективніший метод – загартування повітрям. Його



можна застосовувати протягом усього року. Загартування дітей повітрям треба починати у закритому приміщенні, ліпше всього під час ранкової гімнастики. Перед процедурою приміщення потрібно добре провітрити. Перші процедури слід приймати в майці, трусах, шкарпетках, за температури повітря в кімнаті 18–20 градусів. Через 2–3 тижні лише в трусах і капцях, а надалі – тільки в трусах, босоніж. Приймати повітряні ванни на свіжому повітрі починайте в теплу пору року в тіні. Температура має бути не нижче 20–22 градусів у тиху погоду або у разі слабкого вітру. Тривалість першої повітряної ванни – 5 хвилин, з кожним днем її поступово збільшують доводячи до кількох годин.

Повітряні процедури – це перший крок до загартування дітей. Через 1–2 місяці можна переходити до водних процедур. Основним чинником загартування дітей водою є її температура, а не тривалість процедури. Що холодніша вода, то коротшим має бути саме загартування. Перші водні процедури рекомендують проводити за температури повітря не нижче 22 градусів, вранці, відразу після ранкової гімнастики. Іншим способом загартування є вологі обтирання: цю процедуру можна робити дітям, починаючи з трьох місяців, але попередньо по-



ДОДАТОК ДО ТЕМИ «ТВАРИНИ ДОВКОЛА НАС»



радившись з лікарем. Спочатку підготуйте шкіру дитини: щоранку розтирайте руки і ноги сухою фланеллю до рожевого кольору, лише через 1,5–2 тижні можна перейти до обтирань. Мрякою вологою тканиною

спочатку обтирають руки, потім груди, живіт, спину, сідниці, ноги. Зволожену частину тіла відразу витирають махровим рушником до легкого почервоніння шкіри. Все тіло, крім частини, що в цей момент обтирають, прикрийте ковдрою, щоб не застудити малюка. Тривалість процедури до 5 хвилин. Влітку дітей можна обтирати водою 34–33 градуси, у холодні місяці – 36–35 градусів, через

5–7 днів температуру води можна знижувати на 1 градус, доводячи її до 30–28 градусів. Для старших дітей вода може бути 20–22 градуси залежно від самопочуття дитини. Наступним етапом гартування є водні процедури. Їх треба робити щодня, по можливості без перерв, тоді вони дають користь. Після курсу холодних обтирань можна перейти до обливання. Початкова температура води залежить від віку дитини: 9–12 місяців 35–28 градусів улітку, 36–30 – узимку. 1–3 роки відповідно 33–24 градуси влітку, 34–28 градусів узимку. Після процедури дитину насухо витерти рушником. Якщо у дітей, які часто хворіють, спостерігаються позитивні результати від вологих обтирань, їх можна обливати водою на 1–2 градуси теплішою, ніж вода для обтирань. Обливання краще проводити у закритому приміщенні за температури повітря 22–25 градусів. Улітку можна робити це на відкритому повітрі за температури 22 градуси у тиху погоду.

Українські загадки про тварин

Чотири біжать,
Двоє стирчать,
Двоє бачать –
Дорогу значать,
Сімсот поганяє.
Хто відгадає?
(Кінь)

Вночі руда дівчина
Залізла тихо в двір,
Курей перелічила
Та й понесла у бір.
(Лисиця)

Влітку – сірій,
Взимку – білій,
Полохливий,
Несміливий,
Попсує в городі
Грядку –
Утікає без оглядки.
А собачий гавкіт вчує,
Так душа –
Відразу в п'ятки.
(Заєць)

Кулька-малявка
Шастає під лавку,
Крихти підбирає,
Од kota втікає.
(Миша)

Летіла пава,
На каміння впала,
Камінці розбила,
Мертвих розбудила,
Мертві устали –
В дудочки заграли.
(Курка, яйця, курчата)

Хоч багата
Хата ця
А не мала
Пожильця
Як з'явився
Пожилець –
Трісь! –
Хатині вже
Кінець.
(Яйце та курча)

Між листям і гілками
По лісових доріжках
Біжить клубок з голками
На коротеньких ніжках.
(Іжачок)

Щоб кравець – не кравець.
І щоб швець – так не швець.
А ножиці у руках
І щетинка у зубах.
(Рак)

Іде вояк
Стежиною.
Несе кілка
За спиною.
Іде він, грізний,



На війну,
Загубить мишу
Не одну.
А бій закінчить –
Диво з див! –
Розводимо руками:
Навіщо ж він
Кілка носив,
Коли давив
Зубами?
(Kim)

З білого каменю,
З жовтого воску
Вийшов співак
І пустив поголоску.
(Півень, курча)

Чи зима, чи літо –
Біла, наче сніг,
Чи зима, чи літо –
Як надутий міх.
Ходить на лопатах,
Бігать неохоча,
Рогом їсть і п'є,
А як загогоче –
Розумій, як хочеш!
(Гуска)

Бочка стогне біля тину,
на сонечку гріє спину.
(Свиня)

Звір, а тішить ласкою,
В кожушку атласному,
Оксамитні лапоньки
Ходять попід лавоньки.
Вушка хоч малесенькі –
Чуйні та гостресенькі.
Оченьята-віченьки
Світяться щоніченьки.
На лежанці гріється,
Без водиці миється.
А як розгуляється,
Часом помиляється:
Злиже ненарочком
Не із черепочка,
А із того дзбанка,
Де смачна сметанка.
(Kim)

Хоч нічого не згубила –
Увесь час чогось шука,
Все довкола перерила.
Угадайте, хто така?
(Свиня)

Наїхала облава,
Господарів забрала,
А хата мокра їхня
Вся вийшла через вікна.
(Вода, риба, сіть)

ЛІТЕРАТУРА

1. Основні орієнтири у вихованні учнів 1-11 класів загальноосвітніх навчальних закладів (під редакцією І.Д. Беха). <http://www.mon.gov.ua>
2. Державний стандарт початкової освіти. . <http://www.mon.gov.ua> , <http://iitzo.gov.ua/>
3. Навчальна програма з предмету основи здоров'я для 1-4 класу загальноосвітніх навчальних закладів. <http://www.mon.gov.ua> , <http://iitzo.gov.ua/> .
4. Основи здоров'я: підручник для 2 класу загальноосвітніх навчальних закладів. /І.Д. Бех, Т.В.Воронцова, В.С.Пономаренко, С.В. Страшко – К: Видавництво «Алатон», 2012. – 136с.
5. Основи здоров'я: зошит-практикум для 2 класу загальноосвітніх навчальних закладів. /І.Д. Бех, Т.В.Воронцова, В.С.Пономаренко, С.В. Страшко – К: Видавництво «Алатон», 2013. – 64с.

ЧАСТИНА ІV

Навчальна програма, навчально-методичне забезпечення і розробки уроків для 3 класу

1. Навчальна програма основ для здоров'я для 2-го класу загальноосвітніх навчальних закладів

2. Навчально-методичне забезпечення для 2-го класу

Опорні плани проведення уроків за програмою

1. Вступ (здоров'я людини)

1. РІСТ І РОЗВИТОК ЛЮДИНИ ... 12

2. ЗДОРОВ'Я І ХВОРОБИ

3. ЯК ЗАХИСТИТИСЯ ВІД ІНФЕКЦІЙ

4. УЗАГАЛЬНЮЮЧИЙ УРОК ДО РОЗДІЛУ «ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ»

2. Здорове тіло (фізична складова здоров'я)

5. РЕЖИМ ДНЯ

6. НАВЧАННЯ І ВІДПОЧИНОК

7. ПІГІЄНА ШКОЛЯРА

8. ЗДОРОВІ ЗУБИ

9. ХАРЧУВАННЯ І ЗДОРОВ'Я

10. КУЛЬТУРА ХАРЧУВАННЯ

11. ФІЗИЧНІ ВПРАВИ І ЗДОРОВ'Я

12. ПРАВИЛА ЗАГАРТОВУВАННЯ

13. УЗАГАЛЬНЮЮЧИЙ УРОК ДО РОЗДІЛУ «ЗДОРОВЕ ТІЛО»

3.1. Серед людей (соціальна складова здоров'я).

14. ПРАВА ДИТИНИ

15. ТВОЯ РОДИНА

16. НАУКА СПІЛКУВАННЯ

17. УЗАГАЛЬНЮЮЧИЙ УРОК ДО РОЗДІЛУ «СЕРЕД ЛЮДЕЙ»

3.2. Безпечне довкілля (соціальна складова здоров'я)

18. БЕЗПЕКА І НЕБЕЗПЕКА (1 УРОК)

19. БЕЗПЕКА І НЕБЕЗПЕКА (2 УРОК)

20. ПОМІЧНИКИ У ДОМІ

21. БЕЗПЕКА ВДОМА

22. БЕЗПЕЧНА ШКОЛА

23. БЕЗПЕКА НА ДОРОГАХ

24. НА ПЕРЕХРЕСТІ

25. ТВАРИНИ ДОВКОЛА НАС

26. ВІДПОЧИНОК НА ПРИРОДІ ..

27. САМ СОБІ ЛІКАР

28. УЗАГАЛЬНЮЮЧИЙ УРОК ДО РОЗДІЛУ «БЕЗПЕЧНЕ ДОВКІЛЛЯ»

4. Здоровий дух (психічна і духовна складова здоров'я)

29. СМАКИ І ЗАХОПЛЕННЯ

30. ДРУЗІ ЗА ІНТЕРЕСАМИ

31. РЕКЛАМА І ЗДОРОВ'Я

32. АЛЬКОГОЛЬ І ЗДОРОВ'Я

33. ПРАВИЛА ЛІТНЬОГО ВІДПОЧИНКУ

34. УЗАГАЛЬНЮЮЧИЙ УРОК ДО РОЗДІЛУ «ЗДОРОВИЙ ДУХ»

5. Сценарій виховного заходу «Мчать дорогою машини».

Додаток до теми «Правила загартування»

Додаток до теми «Тварини довкола нас»

Література

Навчальна програма предмету «Основи здоров'я» для 3-го класу загальноосвітніх навчальних закладів

3 клас (34 години, із них 2 години ~ резервні)

Зміст навчального матеріалу	Державні вимоги щодо рівня загальноосвітньої підготовки учнів
<p>1. Здоров'я людини (3 год.) Показники здоров'я і розвитку дитини. Чинники, що впливають на здоров'я. Здоровий спосіб життя. Корисні звички.</p> <p><i>Практична робота.</i> * Складання правил здорового способу життя. * Вимірювання пульсу.</p>	<p>Учні розповідають:</p> <ul style="list-style-type: none"> • про екологічні особливості своєї місцевості; <p>називають:</p> <ul style="list-style-type: none"> • приклади природних і соціальних чинників, що впливають на здоров'я; • правила здорового способу життя; <p>розпізнають:</p> <ul style="list-style-type: none"> • корисні і шкідливі звички; <p>пояснюють:</p> <ul style="list-style-type: none"> • вплив основних природних і соціальних чинників на здоров'я; • що таке спосіб життя. <p>уміють:</p> <ul style="list-style-type: none"> • спостерігати за показниками свого здоров'я і розвитку; • вимірювати пульс.
<p>2. Фізична складова здоров'я (7 год.) Природні ритми і здоров'я. Працездатність людини. Освітлення на робочому місці, його значення для формування постави і зору. Активний відпочинок. Безпека при заняттях спортом. Корисні і шкідливі мікроорганізми. Захисні сили організму. Профілактика інфекцій, що передаються контактним і повітряно-крапельним шляхом. Охайність та особиста гігієна. Догляд за одягом і взуттям. Вітаміни і мікроелементи, їх вплив на здоров'я. Вибір продуктів харчування. Переваги натуральних продуктів. Негативний вплив смажених страв. Харчові отруєння. Перша допомога при харчових отруєннях.</p>	<p>Учні називають:</p> <ul style="list-style-type: none"> • чинники, які впливають на працездатність людини; • види активного відпочинку; • можливі небезпеки при катанні на роликах, скейтбордах, велосипеді; • засоби захисту під час занять спортом (захисний шолом, наколінники тощо); • основні чинники зниження і посилення захисних сил організму; • правила поведінки під час епідемії ГРВІ та грипу; • корисні продукти харчування; • причини харчових отруєнь; <p>розпізнають:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ознаки застуди, харчових отруєнь; <p>пояснюють:</p> <ul style="list-style-type: none"> • важливість дотримання режиму праці та відпочинку;

Практична робота

Вправи для підвищення працездатності.

* Моделювання поведінки під час епідемії грипу.

* Визначення терміну придатності та умов зберігання харчових продуктів за їх маркуванням.

- необхідність достатнього освітлення на робочому місці;
- переваги активного відпочинку;
- чому важливо мати охайний вигляд, дотримуватися правил гігієни;
- значення молочних продуктів в добовому раціоні дитини;
- небезпеку придбання продуктів харчування на стихійних ринках;
- небезпеку самолікування харчових отруєнь;

уміють:

- скласти розпорядок дня;
- підтримувати належний стан робочого місця;
- виконувати вправи для підвищення працездатності;
- обирати безпечні місця для активного відпочинку;
- доглядати за одягом і взуттям, обирати їх відповідно до погоди;
- визначати термін придатності харчових продуктів за маркуванням;
- негайно звертатися по допомогу в разі виявлення ознак харчового отруєння;
- надавати першу допомогу при харчових отруєннях.

3. Соціальна складова здоров'я (17 год.)

Взаємодія з іншими людьми.
Дружний клас.

Родинні стосунки. Взаємодопомога членів родини.

Що таке толерантність. Толерантне ставлення до людей, які мають проблеми зі здоров'ям.

Ефективне спілкування. Уміння слухати.

Попередження і розв'язання конфліктів.

Профілактика вживання тютюну і алкоголю.

Вплив комп'ютерних ігор на психічне і фізичне здоров'я дітей.
Профілактика комп'ютерної залежності.

Учні називають:

- правила, які допомагають попереджувати і мирно розв'язувати конфлікти;
- правила користування водогоном, обігрівальними приладами;
- негативні наслідки вживання тютюну і алкоголю;
- негативні наслідки надмірного захоплення комп'ютерними іграми;
- ознаки і небезпеку витоку газу;
- порядок дій при витоку газу;
- правила переходу дороги з обмеженою оглядовістю;
- правила поведінки біля залізничної колії;
- небезпечні місця в своєму мікрорайоні;
- загальні правила безпечної поведінки дітей надворі;
- екіпіровку велосипедиста;
- речі та одяг для прогулянки на природу;
- правила поведінки під час грози в лісі чи степу;

<p>Безпека вдома. Правила користування джерелами водопостачання.</p> <p>Пожежна безпека. Правила користування обігрівальними приладами.</p> <p>Правила користування газовою плитою. Ознаки витоку газу. Порядок дій при витоку газу.</p> <p>Дорожня безпека. Перехід дороги в умовах обмеженої оглядовості. Поведінка біля залізничної колії.</p> <p>Безпека у населеному пункті. Правила поведінки дітей надворі.</p> <p>Безпека велосипедиста.</p> <p>Оздоровче значення відпочинку на природі. Речі та одяг для прогулянки на природу.</p> <p>Поведінка дитини в автономній ситуації на природі (якщо загубився, заблукав у лісі, горах, степу).</p> <p>Практичні роботи</p> <p>Обговорення літературних джерел: української народної казки: «Ріпка» і байки Л. Глібова: «Лебідь, Щука і Рак».</p> <p>* Як зробити приємність іншому.</p> <p>* Обговорення літературних джерел про толерантність.</p> <p>* Як попросити про послугу чи допомогу.</p> <p>Моделювання ситуацій мирного розв'язання конфліктів з однолітками.</p> <p>Моделювання ситуації відмови від небезпечної пропозиції.</p> <p>* Ознайомлення із застережними знаками «небезпека ураження електричним струмом», «легкозаймиста речовина».</p> <p>* Ситуаційна гра: «Як діяти при витоку газу».</p> <p>Рольова гра: «Викликаємо служби 101, 102, 103, 104».</p> <p>Моделювання ситуацій дорожнього руху (з дорожніми знаками: 1.27, 1.28, 1.30, 3.8, 4.12, 5.41, 5.43).</p>	<p>пояснюють:</p> <ul style="list-style-type: none"> значення вислову: «Один за всіх і всі за одного!»; що сім'ї бувають різними (коли діти живуть з обома батьками, з одним із батьків, з іншими родичами, у прийомній родині); що члени родини дбають один про одного у різний спосіб; що всі люди різні, що відмінності роблять їх унікальними і цікавими для інших; чому треба спиратися на те, що об'єднує, а не роз'єднує людей; необхідність толерантного ставлення до людей, які мають проблеми зі здоров'ям; чому вміння слухати не менш важливе за вміння говорити; переваги упевненого і толерантного спілкування; недоліки пасивного і агресивного спілкування; як діяти, якщо загубився чи заблукав; як уникнути зустрічі з дикими тваринами; <p>розпізнають:</p> <ul style="list-style-type: none"> вербальні і невербальні ознаки активного слухання; ознаки несправності водогону та обігрівальних приладів; застережні знаки «небезпека ураження електричним струмом», «легкозаймиста речовина»; дорожні знаки: 1.27, 1.28, 1.30, 3.8, 4.12, 5.41, 5.43; <p>уміють:</p> <ul style="list-style-type: none"> звертатися по допомогу до батьків та інших членів родини; допомагати батькам та іншим членам родини, робити їм приємні подарунки; толерантно ставитися до точки зору інших; мирно розв'язувати конфлікти з однолітками; ввічливо попросити про послугу чи допомогу; упевнено відмовлятися від небезпечної пропозиції; правильно користуватися водогоном; вимкнути несправний електроприлад; загасити невелику пожежу;
---	--

	<ul style="list-style-type: none"> перекрити подачу газу; відмовлятися позичати свої речі (велосипед, мобільний телефон) малознайомим і незнайомим людям; обирати одяг для відпочинку на природі; відтворювати порядок дій повідомлення відповідним службам про небезпечні ситуації.
<p>4. Психічна і духовна складові здоров'я (5 год.)</p> <p>Характер і здоров'я. Самооцінка характеру. Розвиток пам'яті та уваги. Профілактика емоційного перенапруження. Способи релаксації. Творчі здібності дитини. Розвиток фантазії та уяви.</p> <p>ПРАКТИЧНІ РОБОТИ</p> <p>Визначення позитивних і негативних рис характеру казкових героїв. Визначення рис власного характеру. * Вправи для тренування зорової та слухової пам'яті і концентрації уваги. Створення колажу: «Що приносить мені радість» * Виконання проекту: «Здоровим бути модно!» (створення казки, малюнку, плакату, виступу тощо).</p>	<p>Учні називають:</p> <ul style="list-style-type: none"> умови успішного навчання; улюблені способи відпочинку і релаксації; казки, вірші, пісні, прислів'я і приказки про здоров'я; <p>пояснюють:</p> <ul style="list-style-type: none"> що характер людини можна удосконалити; чому людям потрібно вчитися; <p>розпізнають:</p> <ul style="list-style-type: none"> позитивні і негативні риси характеру; ознаки втоми і перевтоми; <p>уміють:</p> <ul style="list-style-type: none"> визначати риси характеру літературних персонажів; визначати риси свого характеру; виконувати вправи для тренування пам'яті і концентрації уваги; виконувати вправи для релаксації, відпочивати і займатися улюбленими справами; творчо мислити, використовувати уяву і фантазію для залучення однолітків до здорового способу життя.

Виконання проекту: «Прагнемо бути здоровими!» (за рахунок резервних годин).

Повний текст програми можна скачати за посиланням
http://www.mon.gov.ua/ua//activity/education/56/general-secondary-education/educational_programs/nnn1_4kl/

2. Навчально-методичне забезпечення для 3-го класу

Посібник для вчителя

Це видання, яке ви тримаєте у руках. Воно містить:

- навчальну програму предмету «Основи здоров'я» для 3 класу загальноосвітніх навчальних закладів;
- опорні схеми проведення уроків.

Підручник

Підручник реалізує концепцію життєвих навичок, яка визнана в світі найефективнішою методикою для навчання здоров'ю і профілактики поведінкових ризиків і проблем.

Він орієнтує на застосування інтерактивних методів навчання, які добре сприймаються дітьми. Знання і практичні навички здобуваються не лише з ілюстративних і текстових пояснень, а й у процесі продуктивної діяльності учнів: під час ігор, обговорення ситуацій, мозкових штурмів, роботи в групах.

Зошит-практикум

Містить матеріали для використання на проведення уроків за підручником.

Ресурсний портал

На порталі превентивної освіти www.autta.org.ua містяться:

- електронні копії нормативних документів, програма, календарний план та інші документи;
- опис інтерактивних методів, збірка тренінгових вправ;
- мультимедійні презентації в форматі Power Point
- розробки уроків тощо



3. Розробки уроків для 3-го класу

1. РІСТ І РОЗВИТОК



Мета

Ознайомити дітей зі змінами в їхньому рості і розвитку, вчити самостійно спостерігати за ростом і розвитком, ознайомити з поняттям «пульс», практично вчити його вимірювати.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- розказати, які зміни сталися в їхньому рості і розвитку;
- назвати ознаки здорової і хворої людини;
- розуміти термін «пульс»;
- практично виміряти свій пульс.



Обладнання і матеріали:

- два аркуші ватману,
- олівці,
- годинник із секундною стрілкою,
- тоненький зошит на кожного учня,
- незакінчені прислів'я:
БЕРЕЖИ ОДЯГ, ДОКИ НОВИЙ, А ЗДОРОВ'Я ...
ЛЮДИ ЧАСТО ХВОРІЮТЬ, БО БЕРЕГТИСЯ ...
ХВОРОМУ І МЕД ...
БЕЗ ЗДОРОВ'Я НЕМАЄ ...
ЗДОРОВ'Я ЗА ГРОШІ ...



Що підготувати заздалегідь:

- Кожному учневі на аркуші А-4 розмістити 1-2 фото «Як я провів літо». В класі перед уроком зробити виставку.

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	7 хв.
Колективний плакат	7 хв.
Інформаційне повідомлення	7 хв.
Практична робота	8 хв.
Створення книги	7 хв.
Підсумкове завдання	4 хв.



Стартові завдання (підготувати дітей до вивчення нового матеріалу)

1. Наголосити, що з виставки фотографій видно, що у всіх дітей літні канікули були цікавими і насиченими.
2. Запропонувати пограти у гру «Правда чи ні», умови якої написані у підручнику на с. 6.
3. Об'єднати дітей у пари. Діти один одному показують пантомімою, чого навчилися влітку і відгадують.
4. Звернути увагу на те, що всі розваги цікаві тільки тоді, коли дитина здорова. Виконати завдання 1 в зошиті на с. 4 – відтворити прислів'я про здоров'я:

як хочеш здоров'я мати, мусиш рано вставати,

бережи одяг, поки новий, а здоров'я – поки молодий,

живи, як треба, і лікаря не треба,

здоровий злидар щасливіший від хворого багача.

Колективний плакат (пригадати ознаки здорової та хворої людини)

– Звісно, що тільки здорова людина може насолоджувати відпочинком на канікулах. Пригадайте, чи хворів хтось із вас під час канікул? Які ознаки хвороби були у вас?

Розглянути малюнок у підручнику на с. 7, прочитати ознаки здоров'я та нездужання.

Запропонувати учням створити колективний плакат: об'єднати дітей у дві групи, кожній дати ватман. 1 група малює портрет здорової людини, 2 гру-

па – хворої. Діти в групі мають розподілити обов'язки: хтось малює голову, хтось тіло, руки, ноги. Час обмежити до 2 хвилин. Кожна група презентує свою роботу, називаючи ознаки здоров'я чи хвороби.

Інформаційне повідомлення (з'ясувати, які зміни відбуваються у рості і розвитку у третьокласників)

Прочитати вірш «Я расту» в підручнику на с. 8.

– То коли ж ви ростете? (Щомиті).

– А чому тато не росте? (Бо людина росте до 25 років).

– Поясніть, як ви розумієте прислів'я, вміщені у підручнику на с. 8.

Прочитати оповідання «Як Марійка стала дорослою» в підручнику на с. 9. Пояснити, чим дорослі відрізняються від дітей.

– Чому всі помітили, що Марійка подорослішала, після того, як вона підмела підлогу і помила посуд? (Бо вона зробила ту роботу, яку виконують дорослі).

– Яку роботу виконуєте ви вдома?

– Чи ставитеся ви до роботи відповідально, тобто, коли почали, то доводите до кінця (незалежно від бажання чи небажання)?

– Якщо так, то ви теж дорослішаєте. *Бо відповідальність – ознака дорослої людини.*

Практична робота (вчити вимірювати пульс)

Виконати завдання 2 в зошиті на с. 4. Прочитати повідомлення у підручнику на с. 11. З'ясувати, яка кількість ударів

пульсу у здорової людини в спокійному стані, після фізичних навантажень.

Знайти пульс у себе на зап'ясті. Підрахувати частоту ударів: для зручності полічити кількість ударів за 30 секунд і збільшити вдвічі. Переконайтеся, що пульс у нормі.

Виконати фізичні вправи: 10 разів присісти, пострибати, виконати нахили вперед-назад, виконати біг на місці. Після цього знову полічити кількість ударів. Пояснити, що після фізичних навантажень серцебиття прискорюється.

Записати дані у зошиті на с. 5.

Створення книги «Про мене» (вчити спостерігати за власним ростом і розвитком)

– Зараз кожен з вас почне книгу про самого себе. В кінці року ви зможете порівняти, яким ви були, і якими стали через рік.

Діти оформляють назву на зошиті – «Про мене». На першу сторінку вклеюють свої фото з виставки.

На с. 10 підручника прочитати рекомендації щодо ведення книги.

На сторінці зошита написати назву місяця – вересень. Запропонувати дітям вдома записати свою вагу і зріст. Протягом місяця записувати прочитані книги, фільми, які подивилися, те, чого навчилися за місяць. По можливості вклеювати фото.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Погляньте на створені вами портрети здорової і хворої людини. Яка людина вас більше приваблює і чому?
2. Що слід робити, щоб бути здоровою людиною?
3. Доповнити прислів'я про здоров'я, вивчені у 2 класі:
БЕРЕЖИ ОДЯГ, ДОКИ НОВИЙ,
А ЗДОРОВ'Я ... (доки молодий)
ЛЮДИ ЧАСТО ХВОРЮЮТЬ,
БО БЕРЕГТИСЯ ... (не вміють)
ХВОРОМУ І МЕД ... (гіркий)
БЕЗ ЗДОРОВ'Я НЕМАЄ ... (щастя)
ЗДОРОВ'Я ЗА ГРОШІ ... (не купиш).



2. ДЖЕРЕЛА ЗДОРОВ'Я



Мета

Дати визначення природного і соціального середовища, визначити чинники, які впливають на здоров'я, вчити поважати людей, що оточують, турбуватися про близьких.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- розказати, що таке природне середовище;
- розказати, що таке соціальне середовище;
- пояснити, як здоров'я залежить від стосунків між людьми;
- навести приклади, як у сім'ї турбуються про природне середовище.



Обладнання і матеріали:

- малюнки з зображенням природи, малюнки з зображенням людей (сюжетні),
- деформовані слова:
СТЕЧИ ВІТРЯПО (чисте повітря)
ГАЗАРТОВАННЯВУ (загартовування)
ДУКТИПРО ЧУХАРНЯВАНН (продукти харчування)
НИЙГАР СТРІЙНА (гарний настрій)
СТАЧИ ДОВА (чиста вода)
- картками зі словами ПОВАГА, ЧЕСНІСТЬ, ДОБРОТА, ВІДВЕРТІСТЬ, ПРАВДИВІСТЬ, ЧЕМНІСТЬ, ЩЕДРІСТЬ,
- намальоване дерево (без листя), зелені листочки за кількістю учнів



Що підготувати заздалегідь:

- З батьками знайти і вивчити прислів'я про здоров'я.

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	5 хв.
Уявна подорож	5 хв.
Інформаційне повідомлення	3 хв.
Колективний плакат	6 хв.
Руханка	2 хв.
Робота в групах	4 хв.
Робота в парах	5 хв.
Інсценування	7 хв.
Підсумкове завдання	3 хв.

Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати, що вивчили на минулому уроці про ріст і розвиток.
 - Які ознаки здоров'я і нездужання?
 - Коли можна сказати про дитину, що вона дорослішає?
 - Яка частота ударів пульсу у здорової людини у спокої та після фізичних навантажень?
2. Назвати тему і завдання уроку.
3. Розглянути малюнки на дошці. Зображення природи – це природне середовище, яке нас оточує. Зображення людей (сюжетні малюнки) – це соціальне середовище, в якому ми живемо.

Виконати завдання в зошиті на с. 6:
до природного середовища належать дятел, квіти, метелик, птахи, поле, річка, сонце;
до соціального – мама, діти, бабуся.

Уявна подорож (з'ясувати, як природне середовище впливає на здоров'я)

Запропонувати дітям заплющити очі і уявити себе на природі:

- На морі (Що ви бачите? Що чуєте? Які запахи відчуваєте?)
- У лісі (Що ви бачите? Що чуєте? Які запахи відчуваєте?)
- В горах (Що ви бачите? Що чуєте? Які запахи відчуваєте?)
- У степу (Що ви бачите? Що чуєте? Які запахи відчуваєте?).

Запитати у дітей, як змінився у них настрій після цієї уявної подорожі?

Прочитати повідомлення у підручнику на с. 12.

Закріпити на дошці деформовані слова. Запропонувати прочитати, як впливає природне середовище на здоров'я людини.

СТЕЧИ ВІТРЯПО (чисте повітря)
ГАЗАРТОВАННЯВУ (загартовування)
ДУКТИПРО ЧУХАРНЯВАНН (продукти харчування)
НИЙГАР СТРІЙНА (гарний настрій)
СТАЧИ ДОВА (чиста вода)

Інформаційне повідомлення (з'ясувати, як слід ставитися до природи)

Прочитати повідомлення в підручнику на с. 13. Пригадати правила загартовування. Зробити висновок про те, як людина може шкодити природі.

Колективний плакат (вчити бережного ставлення до природи)

На дошці закріплений ватман, на ньому намальоване дерево без листя. Дітям роздати зелені листочки і запропонувати написати те, що кожен з них вже зробив для збереження природи.

Учні підходять до ватману, озвучують свою справу і приклеюють листочок на ватман. В результаті дерево зазеленіє.

Висновок: якщо кожна людина зробить для природи хоч маленьку добру справу, наше природне середовище буде чистим і багатим.



Руханка (виконати рухливі вправи)

– Перевіримо, як ви вмієте поводитися в природному середовищі.

Виконати рухливі вправи і визначити правила поведінки в лісі.

Всі ми лісом ідемо.

Ось сунічка. (Беремо).

Всі ми лісом ідемо.

Сон-трава. (Не беремо).

Всі ми лісом ідемо.

Підберезник. (Беремо).

Всі ми лісом ідемо.

Гніздо пташки. (Не беремо).

Всі ми лісом ідемо.

Вовчі ягоди. (Не беремо).

Робота в групах (ознайомити з поняттям «соціальне середовище»)

Прочитати повідомлення на с. 14 підручника. Розглянути малюнок і назвати людей, які належать до оточення.

Об'єднатися в 4 групи. Роздати групам по аркушу паперу. Запропонувати записати, користуючись малюнком і власними спостереженнями, людей із соціального середовища, з якими спілкуються:

1 група – щодня (мама, тато, сестра брат, друг...)

2 група – часто (бабуся, дідусь, тітка, дядько, сусіди, однокласники, вчитель...)

3 група – зрідка (директор, лікар, продавець, кондуктор...)

4 група – майже ніколи (міліціонер, кухар, касир у банку)

Висновок: найближче твоє оточення – це люди, які щодня про тебе турбуються, допомагають тобі.

Виконати завдання в зошиті на с. 7 (Відгадка – слово «мама»).

Робота в парах (пояснити вплив соціального середовища на здоров'я)

Об'єднати дітей у пари. Прочитати текст у підручнику на с. 15. Поставити питання для обговорення у парах:

– Що при спілкуванні шкодить здоров'ю?

– Що позитивно впливає на здоров'я?

– Чому слід ділитися з другом?

– Що означають прислів'я, вміщені у підручнику на с. 15?

– Про які риси треба пам'ятати у взаєминах з друзями?

На дошці розмістити малюнок двох друзів і поступово оточити їх картками зі словами ПОВАГА, ЧЕСНІСТЬ, ДОБРОТА, ВІДВЕРТІСТЬ, ПРАВДИВІСТЬ, ЧЕМНІСТЬ, ЩЕДРІСТЬ.

– Щоб мати вірного друга, не забувайте про ці слова. Вони підкажуть тобі правила товаришування.

Інсценування (визначити поведінку між друзями)

Об'єднати дітей у групи по 4 учні. Запропонувати показати по черзі кожній групі, як діти будуть діяти у ситуаціях:

– Ти на перерві відкрив цікаву книгу, і до тебе підійшов товариш.

– Товариш ненароком тебе штовхнув.

– На уроці товариш ненароком підбив, і ти зробив закреслення в зошиті.

Висновок: якщо хочеш мати справжніх товаришів, сам вміє дотримуватися правил товаришування.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Назвати, як можна зміцнити своє здоров'я в природному середовищі, а саме: на річці, у горах, на морі, у лісі.

2. Проаналізувати себе, чи справжній ти друг. Запропонувати учням знімати з дошки по одному слову ПОВАГА, ЧЕСНІСТЬ, ДОБРОТА, ВІДВЕРТІСТЬ, ПРАВДИВІСТЬ, ЧЕМНІСТЬ, ЩЕДРІСТЬ і пояснювати, як вони дотримуються кожного правила: «Повага. Я ніколи не насміхаюсь над товаришем, поважаю його інтереси і вподобання» і т.д.



3. ЗДОРОВИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ



Мета

Ознайомити з правилами здорового способу життя, довести, що звички людини впливають на її здоров'я, сприяти формуванню у дітей корисних звичок.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- пояснити, як корисні звички впливають на навчання,
- проаналізувати свої звички,
- пояснити поняття «здоровий спосіб життя».



Обладнання і матеріали:

- маленькі аркуші паперу на кожного учня,
- картки з завданнями: «дотримуватися правил гігієни, з повагою ставитися до інших людей, загартовуватися, займатися спортом»,
- смужки з написаними звичками «ВЧАСНО ЛЯГАТИ СПАТИ, ПІЗНО ЛЯГАТИ СПАТИ, ГРИЗТИ НІГТИ, КАЗАТИ НЕПРАВДУ, ДОВГО СИДИТИ ЗА КОМП'ЮТЕРОМ, СВАРИТИСЯ, ЇСТИ НЕМИТИМИ РУКАМИ, ЇСТИ ЧІПСИ, ПАЛИТИ, ЧИСТИТИ ЗУБИ, РОБИТИ ЗАРЯДКУ, ЗАЙМАТИСЯ СПОРТОМ, ЗАГАРТОВУВАТИСЯ, МИТИ РУКИ, ЇСТИ В ОДИН І ТОЙ ЖЕ ЧАС».



Що підготувати заздалегідь:

- Підібрати 2-3 уривки з мультфільму «Лунтик та його друзі».

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	5 хв.
Робота в парах	4 хв.
Перегляд мультфільму	6 хв.
Гра «Впізнай себе»	5 хв.
Руханка	2 хв.
Інформаційне повідомлення	5 хв.
Практична робота	8 хв.
Підсумкове завдання	5 хв.

Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Повторити вивчене про джерела здоров'я:
 - Як природне середовище впливає на здоров'я?
 - Чому треба берегти природу?
 - Що таке соціальне середовище?
 - Як соціальне середовище впливає на здоров'я?
2. Назвати тему і завдання уроку.
3. Пригадати вивчене про корисні та шкідливі звички. Прочитати повідомлення у підручнику на с. 16.
 - Які з цих корисних звичок є у вас?
 - Які з цих шкідливих звичок у вас є?

Робота в парах (вчити розрізняти корисні та шкідливі звички)

Об'єднати дітей в пари. Роздати кожному по аркушу паперу. Запропонувати прочитати у підручнику на с. 16 звички, обговорити в парах і виписати: один учень – корисні звички, другий учень – шкідливі. Дописати ще кілька корисних та шкідливих звичок.

Проаналізувати результати роботи.

Виконати завдання 1в зошиті на с. 8 – записати прислів'я:

- звичка – друга натура,
- усе добре приймай, а злого уникай,
- посієш вчинок – пожнеш звичку, посієш звичку – пожнеш характер, посієш характер – пожнеш долю.

Перегляд мультфільму (вчити розрізняти корисні та шкідливі звички)

Показати дітям уривки з мультфільму «Лунтик та його друзі». Проаналізувати звички героїв: корисні вони чи шкідливі?

зувати звички героїв: корисні вони чи шкідливі?

- Які з цих звичок маєте ви?
- Які хотіли б мати?
- Яких хотіли б позбавитися?
- Проаналізуйте прислів'я на с. 16 підручника.

Гра «Впізнай себе» (довести, що звички впливають на здоров'я)

Розглянути в підручнику на с. 17 малюнки. Впізнати себе у Галинці чи Михайликові. Пояснювати так:

- Я схожий на Галинку, бо готую портфель звечора.
- Я схожий на Михайлика, бо готую портфель зранку.

Проаналізувати результати Галинчиних і Михайликових звичок:

– Галинка вчиться добре, бо встигає зранку зробити зарядку, поспіяти, не забуває шкільні речі, адже готує їх звечора.

– Михайлик не встигає у навчанні, бо йде до школи голодний, забуває речі, збираючись вранці поспіхом, не робить зарядки.

Висновок: корисні звички допомагають встигати у навчанні, а шкідливі – заважають добре вчитися.

Руханка (виконати рухливі вправи)

Прочитати вірш і виконати рухливі вправи.

Я прокинувся рано,
На зарядку встану.
Буду руки розминать –
Раз, два, три, чотири, п'ять.



4. УЗАГАЛЬНЮЮЧИЙ УРОК ДО РОЗДІЛУ «ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ»

Буду тулуб нахилить –
Раз, два, три, чотири, п'ять.
Потім буду присідать –
Раз, два, три, чотири, п'ять.

Інформаційне повідомлення
(визначити, що таке «здоровий спосіб життя»)

Запропонувати дітям гру «Мікрофон». Діти беруть мікрофон і висловлюють свою думку.

– Як ви розумієте, що таке здоровий спосіб життя?

Вислухати всі відповіді, не коментуючи і не виправляючи. Порівняти з поясненням у підручнику на с. 18.

– Чи можете ви сказати про себе, що ведете здоровий спосіб життя? Чому?

Практична робота (практично продемонструвати здоровий спосіб життя)

Об'єднати дітей у чотири групи. Роздати групам картку з завданням і запропонувати інсценізувати ситуацію так, щоб продемонструвати правила здорового способу життя:

- 1 – дотримуватися правил гігієни,
- 2 – з повагою ставитися до інших людей,
- 3 – загартовуватися,
- 4 – займатися спортом.

Після кожної демонстрації зробити висновок, як саме ця звичка впливає на здоров'я:

- 1 – дотримання правил гігієни допомагає бути здоровим, зміцнює імунітет,
- 2 – покращується настрій, з'являється посмішка, а це покращує здоров'я,

3 – загартовування зміцнює імунітет, зміцнює організм,

4 – заняття спортом зміцнюють організм, дають бадьорість.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Виконати завдання 2в зошиті на с. 8.
2. Запропонувати дітям позбавитися поганих звичок. Поставити смітничку. Вчитель тримає в руках смужки паперу з написаними звичками. Учні підходять по одному, беруть смужку, читають звичку. Якщо корисна – прикріплюють смужку на дошці. Якщо шкідлива – мнуть папірець і кидають у смітничку.

ВЧАСНО ЛЯГАТИ СПАТИ

ПІЗНО ЛЯГАТИ СПАТИ

ГРИЗТИ НІГТИ

КАЗАТИ НЕПРАВДУ

ДОВГО СИДІТИ
ЗА КОМП'ЮТЕРОМ

СВАРИТИСЯ

ЇСТИ НЕМИТИМИ РУКАМИ

ЇСТИ ЧІПСИ

ПАЛИТИ

ЧИСТИТИ ЗУБИ

РОБИТИ ЗАРЯДКУ

ЗАЙМАТИСЯ СПОРТОМ

ЗАГАРТОВУВАТИСЯ

МИТИ РУКИ

ЇСТИ В ОДИН І ТОЙ ЖЕ ЧАС



Мета

Закріпити отримані знання, вчити дітей систематизувати, узагальнювати, використовувати знання в повсякденному житті, формувати здоровий спосіб життя.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- пояснити, чому важливо вести здоровий спосіб життя,
- розказати, яку корисну звичку формують у собі,
- назвати ту корисну звичку, якої не вистачає.



Обладнання і матеріали:

- вісім аркушів паперу А-5 з завданням: «ГІГІЄНА», «ХАРЧУВАННЯ», «РУХОВА АКТИВНІСТЬ», «ЗАГАТТОВУВАННЯ», «РЕЖИМ ДНЯ», «СПІЛКУВАННЯ», «ЗВАЖЕНІ РІШЕННЯ», «ГАРНИЙ НАСТРІЙ»,
- ватман з назвою «Здоровий спосіб життя», в центрі – малюнок усміхненої дитини.

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	4 хв.
Створення колективного плаката	18 хв.
Руханка	2 хв.
Тестування	10 хв.
Підсумкове завдання	6 хв.



Стартові завдання (повторити попередній матеріал)

1. Назвати тему і завдання уроку.
2. Пригадати вивчене в розділі:
 - Як природне середовище впливає на здоров'я?
 - Як соціальне середовище впливає на здоров'я?
 - Які корисні звички необхідно мати, щоб бути здоровим?
 - Що включає в себе здоровий спосіб життя?

Створення колективного плаката (скласти правила здорового способу життя)

Об'єднати дітей у 8 груп. Закріпити на дошці ватман з назвою «Здоровий спосіб життя» в центрі плаката – малюнок усміхненої дитини. Роздати кожній групі по аркушу паперу А-5 з завданням: «ПІПЄНА», «ХАРЧУВАННЯ», «РУХОВА АКТИВНІСТЬ», «ЗАГАТТОВУВАННЯ», «РЕЖИМ ДНЯ», «СПЛКУВАННЯ», «ЗВАЖЕНІ РІШЕННЯ», «ГАРНИЙ НАСТРІЙ».

На с. 19 підручника діти шукають питання до свого завдання і на аркушах записують відповіді.

Гігієна

- У яких ситуаціях треба мити руки? (*Перед їдою, після вулиці, після контакту з тваринами, після туалету*).
- Скільки разів на день слід чистити зуби? (*Двічі на день*).
- Як часто необхідно відвідувати стоматолога? (*Двічі на рік*).

- Коли треба приймати душ або ванну? (*Щодня*).
- Які засоби гігієни не можна позичати навіть друзям? (*Зубну щітку, гребінець, рушник*).

Харчування

- Скільки разів на день слід їсти? (*3-5 разів в один і той же час*).
- Скільки свіжих овочів і фруктів треба з'їдати щодня? (*Не менше п'яти*).
- Скільки необхідно з'їдати молочних продуктів? (*Щодня 3 порції молочних продуктів*).
- Які продукти можна їсти зрідка і в помірній кількості? (*Тістечка, морозиво, цукерки*).
- Які продукти краще вилучити з раціону? (*Фаст-фуд, чіпси, колу, сухарики*).

Рухова активність

- Які види спорту корисні для здоров'я? (*Біг, плавання, футбол, волейбол, легка атлетика – всі рухливі види спорту*).
- Що треба виконувати вранці? (*Зарядку*).
- Які вправи допоможуть зняти втому під час уроків? (*Рухливі вправи*).
- У що корисно грати надворі з друзями? (*У рухливі ігри, кататися на велосипеді, роликах, скейті, санчатах, лижах*).

Загартовування

- Чи можна дітям загартовуватися самостійно? (*Тільки під наглядом дорослих*).

- Які природні чинники допомагають загартовувати організм? (*Сонце, повітря, вода*).
- Які процедури загартовування ти знаєш? (*Ходіння босоніж, купання в річці, морі, обливання, обтирання, сонячні та повітряні ванни*).
- Коли необхідно припинити процедури загартовування? (*Коли погоне самопочуття*).

Режим дня

- Скільки годин на добу треба спати дітям? (*9–10 годин*).
- Скільки разів на день слід їсти? (*3–5 разів в один і той же час*).
- Скільки годин необхідно щодня бувати на свіжому повітрі? (*2–4 години*).
- Скільки часу можна дивитися телевізор або грати на комп'ютері? (*30–35 хвилин*).
- О котрій годині вечора треба лягати спати? (*О 9.00*).

Спілкування

- Які слова називають чарівними? (*Дякую, будь ласка, спасибі, вибачте, перепрошую*).
- Які ти знаєш правила ввічливості? (*Поступитися місцем, привітатися, подякувати, пропустити вперед, вибачитися*).
- Хто виховує дітей і навчає їх гарних манер? (*Батьки і вчителі*).
- Що треба зробити, якщо випадково когось образив? (*Попросити пробачення*).

Зважені рішення

- Яке уміння допомагає уникати небезпек? (*Вміння приймати зважені рішення*).
- Яке правило допомагає приймати зважені рішення? (*Правило світлофора*).
- Що треба зробити перед тим, як діяти? (*Проаналізувати наслідки*).
- Яких наслідків слід уникати? (*Шкідливих для здоров'я*).
- До кого треба звернутися, якщо не знаєш, як вчинити? (*До батьків, до вчителя*).

Гарний настрій

- Що людина може відчувати у різних ситуаціях? (*Почуття: радість, смуток, страх, хвилювання*).
- Які почуття приємні і корисні для здоров'я? (*Радість, захоплення, приємне здивування*).
- Що можна зробити, коли тобі сумно або нудно? (*Поговорити з батьками, пограти з друзями, почитати цікаву книгу, подивитися мультик*).
- Які ігри покращують настрій? (*Веселі рухливі ігри на свіжому повітрі*).

Потім по одному учню від групи виходять до плаката, приклеюють аркуш на ватман і читають записані правила. В результаті навколо дитини з'являються правила здорового способу життя.

Висновок: *щоб бути здоровим, мати завжди посмішку на обличчі, слід дотримуватися цих правил.*



Руханка (виконати рухливі вправи)

Вчитель називає дію. Якщо це корисно, діти показують її пантомімою. Якщо шкідливо – присідають (ховаються від цієї звички).

Купатися в морі.

Стрибати на скакалці.

Їсти чіпси.

Чистити зуби.

Битися.

Робити зарядку.

Грати у бадмінтон.

Гризти нігті.

Тестування (перевірити, чи кожен веде здоровий спосіб життя)

Виконати завдання в зошиті на с. 21 – колективно заповнити таблицю. У 1 та 2 колонках діти мають вказати, корисна звичка чи шкідлива. Кожен собі має відмітити у 3 колонці, чи є у нього ця звичка.

Підрахувати результати. Подивитися, яких звичок більше. Зробити висновок.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Яку корисну звичку відтепер ви будете у собі виробляти?
2. Якої шкідливої звички намагатиметесь позбавитись?
3. Що до сьогодні вам заважало вести здоровий спосіб життя?
4. Пограти в гру «Ти молодець!». Діти стають у коло. Один називає свою корисну звичку, інші йому говорять: «Ти молодець!»

5. ПРАЦЕЗДАТНІСТЬ І ЗДОРОВ'Я



Мета

Ознайомити дітей з природними ритмами та їх впливом на здоров'я людини, показати, як працездатність залежить від режиму дня, вчити правилам освітлення робочого місця.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- пояснити термін «працездатність»,
- пояснити вплив природних ритмів на здоров'я,
- розказати, як має бути освітлене робоче місце,
- розказати, чому важливо дотримуватися режиму дня.



Обладнання і матеріали:

- картки зі словами «ЛАМПА, ЗОШИТ, КНИГА, ПЕНАЛ, ПІС-ТЕЧКО» для роботи в парах,
- деформовані речення:
«СВІТЛО МАЄ ПАДАТИ НА СТІЛ ЗЛІВА»,
«НАШ ОРГАНІЗМ ЖИВЕ ЗА ПРИРОДНИМ ГОДИННИКОМ»,
«ПРАЦЕЗДАТНІСТЬ ЗАЛЕЖИТЬ ВІД РЕЖИМУ ДНЯ»,
- прислів'я про працю: «Хочеш їсти калачі, не сиди на печі. Не побігаєш – не пообідаєш. Під лежачий камінь вода не тече. Хто не робить, той не їсть. Гірко поробиш, солодко поїси».



Що підготувати заздалегідь:

- Дітям запропонувати знайти прислів'я про працю.

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	5 хв.
Інформаційне повідомлення	5 хв.
Робота в парах	4 хв.
Руханка	3 хв.
Робота в групах	10 хв.
Практична робота	8 хв.
Підсумкове завдання	5 хв.



Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати вивчене про здоровий спосіб життя:

– Чому важливо вести здоровий спосіб життя?

– Як ви розумієте це поняття?

– Які корисні звички з'явилися у вас за цей час?

2. Назвати тему і завдання уроку.

– Ви прийшли до школи. Для вас навчання – це праця.

3. Прочитати в підручнику на с. 23 визначення терміну «праця». Розглянути малюнки, назвати професії. Назвати фізичну працю, розумову працю.

4. Виконати завдання в зошиті на с. 10 (зашифровані назви професій лікар, дизайнер).

– Чудово, коли людина працює з задоволенням, добре виконує роботу і отримує за це плату. Говорять, що вона має високу працездатність (*здатність до праці*).

– Що може заважати працездатності людини? (*Хвороба*).

Висновок: працездатність людини залежить від стану її здоров'я.

Інформаційне повідомлення (ознайомити з природними ритмами)

Прочитати повідомлення на с. 24 підручника.

– Як рослини підпорядковуються добовому ритму?

– Як тварини підпорядковуються добовому ритму?

– Як людина підпорядковується добовому ритму?

– Як шкодять здоров'ю відхилення від природного «годинника»?

Робота в парах (довести вплив природних ритмів на здоров'я)

Об'єднати дітей у пари. Виконати завдання, запропоновані у підручнику на с. 24.

Висновок: людині потрібен повноцінний нічний сон. Відхилення від природного ритму шкодить здоров'ю.

Руханка (виконати рухливі вправи)

В підручнику на с. 27 запропоновані вправи, які знімають напруження, додають енергії.

Вправу «Гойдалка» слід пояснити і запропонувати виконувати вдома.

Вправи «Розтяжка» і «Дзеркальні малюнки» виконати в класі.

Робота в групах (складання режиму дня з урахуванням природних ритмів)

Прочитати текст «Режим дня і працездатність» у підручнику на с. 24.

– Коли їжа легко перетворюється на енергію?

– В який час найвища працездатність?

– Коли працездатність знижується?

– Чому вечерею має бути легкою?

– Чому слід лягати спати о 9.00?

Об'єднати дітей у чотири групи. Розглянути малюнок у підручнику на с. 25. Скласти режим дня, враховуючи природні ритми. Записати в зошиті на с. 11.

Перевіряючи, учні мають пояснити, як вони враховували ці природні ритми. Наприклад: снідаю о 7.30, бо зранку їжа добре перетравлюється.

Висновок: треба враховувати природні ритми, щоб мати високу працездатність і міцне здоров'я.

Практична робота (складання правил освітлення робочого місця)

– Подивіться, ви сидите за партами так, що вікно у вас знаходиться де? (Зліва). Чому?

– А як розташований у вас вдома стіл, за яким ви займаєтесь?

– А де має знаходитися лампа?

Роздати в парах картки зі словами «ЛАМПА, ЗОШИТ, КНИГА, ПЕНАЛ, ТІСТЕЧКО». Запропонувати розташувати предмети на робочому столі у правильному місці? Звернути увагу на те, що тістечка взагалі не має бути на робочому столі.

Прочитати текст у підручнику на с. 26. Запропонувати вдома з батьками перевірити освітлення робочого стола.

Виконати завдання 2в зошиті на с. 11.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Зачитати прислів'я про працю, які підготували вдома.

Прочитати прислів'я з дошки, пояснити їх значення.

2. На дошці закріплені картки зі словами. Скласти деформовані речення:

«СВІТЛО МАЄ ПАДАТИ НА СТІЛ ЗЛІВА»

«НАШ ОРГАНІЗМ ЖИВЕ ЗА ПРИРОДНИМ ГОДИННИКОМ»

ПРАЦЕЗДАТНІСТЬ ЗАЛЕЖИТЬ ВІД РЕЖИМУ ДНЯ».

3. Що ви зможете вдома розказати батькам про природні ритми?

6. АКТИВНИЙ ВІДПОЧИНОК



Мета

Пояснити, як впливає рух на здоров'я людини, вчити розпізнавати активний і пасивний відпочинок, виховувати вміння передбачати небезпечні ситуації під час заняття активними видами відпочинку і вміння їх уникати.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- пояснити, чому рухова активність корисна для здоров'я,
- розпізнавати активний та пасивний відпочинок,
- назвати різні види активного відпочинку,
- прогнозувати небезпечні ситуації і пояснити, як їх уникнути.



Обладнання і матеріали:

- картки зі словами «ВЕЛОСИПЕД, РОЛИКИ, СКЕЙТ, САНЧАТА»,
- чотири аркуші А-4,
- картки з ситуаціями (див. у пункті *Практична робота*),
- кольорові листочки чотирьох видів за кількістю учнів.



Що підготувати заздалегідь:

- Принести з дому засоби захисту для катання на роликах, скейті, велосипеді (тим, хто їх має).

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	7 хв.
Інформаційне повідомлення	4 хв.
Робота в групах	6 хв.
Руханка	2 хв.
Практична робота	10 хв.
Проблемна ситуація	6 хв.
Підсумкове завдання	5 хв.

Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати вивчене про працездатність і природні ритми:
 - Коли найкращий час для діяльності?
 - Чому сніданок дуже важливий для людини?
 - Як можна покращити свою працездатність, використовуючи знання про природні ритми?
2. Назвати тему і завдання уроку.
3. Прочитати пояснення активного відпочинку на с. 28 підручника. Назвати види активного відпочинку, зображені на схемі.
4. Пограти в гру «Міцний ланцюжок». Стати в коло і по черзі швидко назвати свій улюблений вид активного відпочинку, так, щоб не розірвати ланцюжок.

Інформаційне повідомлення (пояснити, як рухова активність впливає на здоров'я)

Прочитати в підручнику на с. 29 текст «Рух і здоров'я». Розглянути малюнок і скласти розповідь про відпочинок дітей. Вказати, безпечний він чи ні.

Виконати завдання в зошиті на с. 12.

Робота в групах (вчити безпечної поведінки під час активного відпочинку)

Об'єднати дітей у 4 групи. Для цього роздати вирізані з паперу кольорові лис-

точки чотирьох кольорів і запропонувати об'єднатися в групи за кольорами.

Дати відповіді на питання в підручнику на с. 29 – діти в групах обговорюють і відповідають.

Провести змагання між групами на знання правил безпеки. Вчитель по черзі вивішує на дошку картки зі словами «ВЕЛОСИПЕД, РОЛИКИ, СКЕЙТ, САНЧАТА». Діти в групі обговорюють і записують правила безпечної поведінки під час катання на велосипеді, роликах, скейті, санчатах. Перемагає команда, яка пригадає найбільше правил безпечного катання.

Руханка (виконати рухливі вправи)

Діти повторюють за вчителем рядок вірша і імітують відповідні рухи.

Що треба робити,
Щоб менше хворіти?
В бадмінтон пограти,
М'яча поганяти,
На ковзанах кататись,
У сніжки погратись,
Лісом походити -
Активно відпочити!

Практична робота

(продемонструвати засоби захисту під час занять активними видами спорту)

Об'єднати дітей у три групи. Кожній групі дати картку з ситуацією і запропонувати проаналізувати її, використовуючи питання на с. 30 підручника.

1. Хлопчик катався на скейті у парку. Він був без засобів захисту. Перечепився через бордюр, впав і обідрав коліна.



2. Хлопчик катався на велосипеді у дворі. Він був без засобів захисту. Не вдало загальмував, впав і боляче вдарився головою.
3. Хлопчик катався на роликах у парку. Він був без засобів захисту. Не втримався, впав і обідрав лікті.

Висновок: цього не сталося б, якби діти вдягли засоби захисту.

Діти демонструють свої засоби захисту, вдягають їх, розказують, яку захисну функцію вони виконують.

Виконати завдання в зошиті на с. 13.

Проблемна ситуація (вчити реагувати на біль у м'язах)

– Послухайте ситуацію: Сашко вирішив зайнятися спортом, бо це корисно для здоров'я. Він довго підтягувався на перекладині, потім бігав, стрибав. А наступного дня у нього боліло все тіло, він ледве міг ходити. Що ж сталося з Сашком?

Діти по черзі висловлюють думки.

Прочитати в підручнику на с. 31 про біль у м'язах. Висловити поради Сашкові – як попередити подібні прояви перевантаження.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Для чого потрібен активний відпочинок?
2. Навіщо треба вдягати засоби захисту?
3. Запропонувати дітям змагання, хто назве більше видів активного відпочинку. Об'єднати дітей у три групи. По одному учню біжать до дошки і записують вид активного відпочинку.
4. Запропонувати кожному написати на своєму кольоровому листочку, яку користь дає нам рухова активність. Озвучити написане. Запропонувати наклеїти ці листочки у зошиті «Про мене», щоб не забувати про заняття активними видами відпочинку.

7. ПІСЕНА ОДЯГУ ТА ВЗУТТЯ



Мета

Познайомити з виробництвом одягу на Україні в давнину, розказати про натуральний та штучний одяг, вчити правильно підбирати одяг та взуття і доглядати за ним.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- пояснити значення потових та сальних залоз шкіри,
- пояснити, чому треба слідкувати за чистотою одягу та взуття,
- розказати, з чого виготовляють одяг,
- назвати національний одяг українців.



Обладнання і матеріали:

- українські костюми для хлопчика і дівчинки,
- відео про виробництво тканини з вовни.
- лупа,
- аркуш для підсумкового завдання :
ЗНЯВ ЧОБІТКИ
ВЗУВ КАПЦІ
СІВ ВЕЧЕРЯТИ
ПОЧИТАВ КНИГУ



Що підготувати заздалегідь:

- За можливості приготувати ткацькі інструменти і пристрої, які використовувалися в давнину: терниця, тріпало, гребінь, прядка, верстак (або фото),
- підготувати інсценівку (див. текст у пункті *Інсценування*).

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	7 хв.
Інсценування	5 хв.
Інформаційне повідомлення	5 хв.
Робота в групах	5 хв.
Руханка	2 хв.
Дослідницька робота	8 хв.
Практична робота	4 хв.
Підсумкове завдання	4 хв.



Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати вивчене про активний відпочинок:
 - Як рухова активність впливає на здоров'я?
 - Що робити, коли після занять болять м'язи?
 - Що таке судомо? Як діяти у випадку судоми?
 - Як запобігти пораненням під час катання на велосипеді, скейті, роликах?
2. Назвати тему і завдання уроку.
3. Прочитати повідомлення у підручнику на с. 32. Дати відповіді на питання в підручнику.

Інсценування (познайомити з українськими традиціями)

Звучить українська народна пісня. Виходять дівчинка і хлопчик в українських костюмах. У дівчинки в руках сорочка або рушничок. Вона імітує вишивання.

Хлопчик:

Льон навесні посіяв я.
Збрала урожай сім'я.

Дівчинка:

З того льону день за днем
Ми тканини напрудем.

Хлопчик:

Штани і сорочки будуть –
І на свято, і на будні.

Дівчинка:

Вишию чудові квіти.
Сорочкам будуть всі радіти.

Розказати, що в давні часи українці робили тканину вручну з льону. За можливості продемонструвати інструменти і пристрої, які використовувалися для цього: терниця, тріпало, гребінь, прядка, верстак. Продемонструвати зразки українського одягу, рушники.

Вказати, що той одяг був натуральний. Зараз навчилися робити одяг із штучних волокон. Запитати, який, на думку учнів, для людини корисніший?

Інформаційне повідомлення (пояснити, як одяг впливає на здоров'я)

Розглянути шкіру на кисті руки через лупу. Що побачили?

Прочитати в підручнику на с. 29 повідомлення про будову шкіри. Розглянути малюнок, де показана будова шкіри.

– Чому на шкірі можуть розмножуватися мікроби?

– Як одяг запобігає збереженню здоров'я шкіри?

Робота в групах (вчити правильно підбирати одяг)

Об'єднати дітей у 4 групи. Дати відповіді на питання в підручнику на с. 33.

- Який одяг ми надягаємо на ніч? (З натуральної тканини).
- Як називають одяг для уроків фізичної культури? (Спортивний одяг).
- Чому треба перевдягатися після школи? (Щоб в ньому не накопичувався бруд і не розмножувалися мікроби).

- Які предмети верхнього одягу ви знаєте? (Пальто, куртка, плащ, шуба).
- Чому одяг треба прати? (Щоб в ньому не накопичувався бруд і не розмножувалися мікроби).

Виконати завдання в зошиті на с. 14.

Руханка (виконати рухливі вправи)

Діти доповнюють за учителем рядок вірша і виконують рухи.

Як прокидаюсь вранці,

Взуваю свої... (капці).

Пограти влітку трішки -

Взуваю... (босоніжки).

Коли йде дощ, то залюбки

Я взуваю ... (чобітки).

Як снігом все завалене,

Я взуваю... (валянки).

Дослідницька робота (познайомити з виробництвом натурального і штучного одягу)

Продемонструвати дітям 2 малюнки: один з зображенням бавовни, другий - овечки, з якої стрижуть вовну.

– Як ви гадаєте, що об'єднує ці два малюнки? (І з вовни, і з бавовни виготовляють одяг).

– Який одяг краще зігріватиме? (З вовни).

За можливості продемонструвати відео про виробництво тканини з вовни.

Прочитати повідомлення в підручнику на с. 34. Запропонувати знайти в дітях одяг з бавовни, з вовни, штучний одяг.

Відгадати загадку на с. 34 підручника. Звернутися до словничка на с. 157, щоб дізнатися значення слова «сап'янці» (чобітки).

Практична робота (вчити підбирати взуття і доглядати за ним)

Об'єднати дітей у пари. Прочитати повідомлення про гігієну взуття на с. 35 підручника.

Запропонувати підібрати дітям на малюнках у підручнику взуття відповідно до ситуації.

Запропонувати дітям розказати один одному, як вони доглядають за власним взуттям.

Виконати завдання в зошиті на с. 15.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Як виготовляли одяг українці в давні часи?
2. Навіщо треба чистити взуття?
3. Чому треба прати одяг?
4. Запропонувати дітям гру. Повісити на дошці аркуш, де вказані дії третьокласника, який зайшов з вулиці. Діти мають дописати те, про що учень забув.

ЗНЯВ ЧОБІТКИ
ВЗУВ КАПЦІ (ПОЧИСТИВ ВЗУТТЯ)
СІВ ВЕЧЕРЯТИ ПОМИВ РУКИ
ПОЧИТАВ КНИГУ ПОДЯКУВАВ

8. ЯК ЗАХИСТИТИСЯ ВІД ЗАСТУДИ



Мета

Познайомити з органами дихання людини, розказати про корисні та шкідливі мікроби, розказати про шляхи потрапляння мікробів в організм, пояснити, як запобігти потраплянню мікробів.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- пояснити, чому треба мити руки і в яких ситуаціях,
- розказати, де і як відбувається процес газообміну в організмі,
- назвати шляхи інфікування людини.



Обладнання і матеріали:

- фото мікробів та вірусів,
- картки зі словами «КИП'ЯТІННЯ, ЗЕЛЕНКА, ЙОД, МИЛО, ЧАСНИК, ЦИБУЛЯ, СОНЦЕ»,
- кілька аркушів паперу А-4 для практичної роботи.



Що підготувати заздалегідь:

- Підготувати інсценівку (текст див. у пункті *Інсценування*).

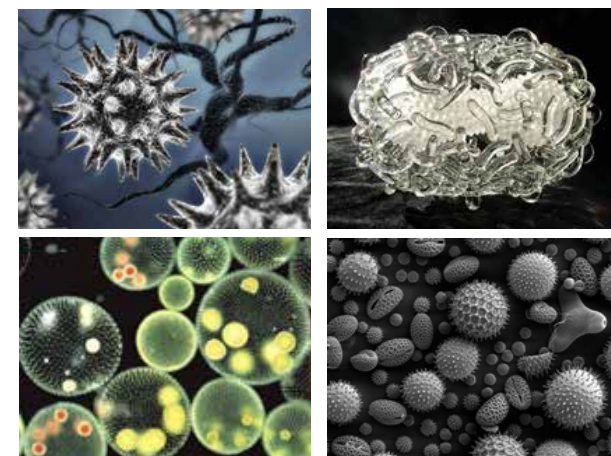
Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	7 хв.
Проблемне питання	5 хв.
Інформаційне повідомлення	5 хв.
Робота в парах	8 хв.
Руханка	2 хв.
Інсценування	5 хв.
Практична робота	5 хв.
Підсумкове завдання	3 хв.

Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати вивчене про гігієну одягу та взуття:
 - Що ви знаєте про будову шкіри?
 - Як доглядати за своїм одягом?
 - Як доглядати за своїм взуттям?
 - Як уникнути скупчення мікробів на одязі та взутті?
2. Назвати тему і завдання уроку.
 - Мікроби є не тільки на одязі, а й у повітрі, яким ми дихаємо.
3. Прочитати повідомлення у підручнику на с. 37. Дати відповіді на питання:
 - Чи всі мікроби шкідливі?
 - Чому не можна побачити мікроби та віруси?

Продемонструвати фото мікробів та вірусів.



Проблемне питання (пояснити, для чого необхідне дихання)

- Чи доводилось вам заходити у приміщення, де довгий час знаходилося багато людей, а приміщення не провітрювалося? Що ви відчували? (Було дуже душно, важко дихалося).

– Як ви гадаєте, чому? (Люди видихають вуглекислий газ, а він у великих кількостях небезпечний для людини).

- Для чого необхідне провітрювання? (Щоб збагатити повітря киснем).
- А навіщо нам в повітрі кисень? (Людина без кисню не може жити).

Запропонувати дітям затримати дихання і подивитися за стрілкою годинника, скільки часу можна втриматися не дихавши. Запитати, що відчували.

Висновок: людина без дихання не може прожити і кількох хвилин.

Інформаційне повідомлення (познайомити з дихальним процесом людини)

Розглянути у підручнику на с. 36 органи дихання. Прочитати текст «Як ми дихаємо». Пояснити шлях повітря: у носовій порожнині воно очищається і зігрівається. По бронхах потрапляє в легені. Там є багато легеневих пухирців, які називаються альвеоли. Вони забирають кисень, що надійшов з повітрям, а віддають вуглекислий газ, який людина видихає.

Робота в парах (з'ясувати, як мікроби потрапляють в організм)

Об'єднати дітей у пари. Прочитати повідомлення в підручнику на с. 38.

Обговорити в парах і пояснити шляхи потрапляння мікробів в організм:

- контактний,
- повітряно-крапельний.



Обговорити і дати відповіді на питання:

- Чому треба мити руки перед їдою?
- Чому треба прикривати рота, коли кашляєш або чхаєш?

Висновок: той, хто не забуває мити руки, запобігає захворюванням!

Руханка (виконати рухливі вправи)

Діти доповнюють за учителем рядок вірша і виконують рухи.

Знають усі діти –
Треба руки ... (мити).
Збираєшся їсти –
Перш ніж за стіл сісти,
Треба руки... (мити).
З тваринами грався,
Надворі забавлявся –
Треба руки ... (мити).
Щоб не захворіти,
Треба руки... (мити).

Інсценування (пригадати, чого бояться мікроби)

Вибігають двоє дітей – мікроби.

Мікроб 1:

Нас впізнали? Ми мікроби,
Лихі збудники хвороби.
Сподіваюсь, всі довкола
Рук не миєте ніколи!

Мікроб 2:

Це наш час! Нам веселиться!
О, тут є чим поживиться!
Подивіться: з кожним днем
Ми сильнішими стаєм.

Мікроб 1:

Нас нічим не залякаєш,
Хто рук не миє, сил не має,
Щоб боротися із нами.
Будем тут ми хазяями!

Мікроб 2:

Наша армія зростає.
Ух, від щастя розпирає...
Добре тут похазяйнуєм
І ваш організм зруйнуєм!

Пригадати, чого бояться мікроби. На дошці закріплені перевернуті картки зі словами «КИП'ЯТІННЯ, ЗЕЛЕНКА, ЙОД, МИЛО, ЧАСНИК, ЦИБУЛЯ, СОНЦЕ».

Учні по одному виходять до дошки, беруть картку зі словом, читають його і пояснюють, як саме налякати цим мікробів.

Практична робота (скласти поради, коли мити руки)

Об'єднати дітей у 4 групи. Роздати аркуші паперу А-4. Кожна група має скласти поради, коли треба мити руки.

- Зайшовши з вулиці;
- перед їдою;
- після контакту з грошима;
- після перебування в громадському транспорті;
- після контакту з тваринами;
- після відвідування хворого;
- вийшовши з туалету.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Що треба знати, щоб не допустити потрапляння шкідливих мікробів в організм?
2. Запропонувати дітям в парах розіграти ситуації, в яких необхідно помити руки.
3. Звернути увагу дітей на слова «КИП'ЯТІННЯ, ЗЕЛЕНКА, ЙОД, МИЛО, ЧАСНИК, ЦИБУЛЯ, СОНЦЕ». Запропонувати доповнити речення «Я не допущу мікробів у свій організм, бо...» (... я завжди змащую рану йодом») тощо.





9. ЯК ЗАХИСТИТИСЯ ВІД ЗАСТУДИ (урок 2)



Мета

Розширити знання про імунітет людини, ознайомити з ознаками застуди та грипу і методами запобігання захворюванню, практично навчити, як поводитись при перших ознаках грипу та під час карантину.

Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- пояснити поняття «імунітет»,
- пояснити, як зміцнити свій імунітет,
- розказати, як захиститися від грипу та застуди,
- продемонструвати свої дії під час карантину та при ознаках захворювання.



Обладнання і матеріали:

- колективний плакат «Здоровий спосіб життя», створений на уроці 3,
- деформовані речення «ПРАВИЛЬНЕ ХАРЧУВАННЯ ЗМІЦНЮЄ ІМУНІТЕТ. СИСТЕМАТИЧНЕ ЗАГАРТОВУВАННЯ ЗМІЦНЮЄ ІМУНІТЕТ. ФІЗИЧНІ ВПРАВИ ЗМІЦНЮЮТЬ ІМУНІТЕТ. ПРОГУЛЯНКИ НА СВІЖОМУ ПОВІТРІ ЗМІЦНЮЮТЬ ІМУНІТЕТ»,
- незакінчені речення:
«ЩОБ ЗМІЦНИТИ ІМУНІТЕТ, Я...»
«ЩОБ НЕ ПОСЛАБИТИ СВІЙ ІМУНІТЕТ, Я НЕ...»,
- аркуші паперу А-4 для роботи в групах по чотири.



Що підготувати заздалегідь:

- Підготувати мультфільм «Смішарики. ОРЗ».

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	3 хв.
Інформаційне повідомлення	5 хв.
Робота в парах	3 хв.
Проблемне питання	8 хв.
Руханка	2 хв.
Робота в групах	7 хв.
Практична робота	8 хв.
Підсумкове завдання	4 хв.

Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати вивчене на попередньому уроці:
 - Що ви знаєте про органи дихання?
 - Які є мікроби?
 - Як хвороботворні мікроби можуть потрапити в організм?
 - Як уникнути їх потрапляння?
2. Назвати тему і завдання уроку.

Інформаційне повідомлення (пояснити, що таке імунітет)

Прочитати у підручнику на с. 36 текст «Захисні сили організму».

- Що посилює імунітет?
- Що його послаблює?

Висновок: здоровий спосіб життя зміцнює імунітет.

Розглянути плакат «Здоровий спосіб життя», пригадати, що значить здоровий спосіб життя. Запропонувати дітям, опираючись на інформацію на плакаті, зробити висновки, що ж саме треба робити, щоб зміцнити свій імунітет.

Робота в парах (скласти поради, як зміцнити імунітет)

Об'єднати дітей у пари. Роздати деформовані речення. Діти мають скласти ці речення і прочитати поради, як зміцнити свій імунітет.

ПРАВИЛЬНЕ ХАРЧУВАННЯ ЗМІЦНЮЄ ІМУНІТЕТ

СИСТЕМАТИЧНЕ ЗАГАРТОВУВАННЯ ЗМІЦНЮЄ ІМУНІТЕТ

ФІЗИЧНІ ВПРАВИ ЗМІЦНЮЮТЬ ІМУНІТЕТ

ПРОГУЛЯНКИ НА СВІЖОМУ ПОВІТРІ ЗМІЦНЮЮТЬ ІМУНІТЕТ

Виконати завдання в зошиті на с. 17.

Проблемне питання (визначити ознаки застуди та захворювання на грип)

Переглянути мультфільм «Смішарики»
– За якими ознаками можна зробити висновок, що Лосяш захворів?

- Які ознаки захворювання у Кроша?
- Що спричинило хворобу?

Прочитати в підручнику на с. 40 ознаки хвороби.

– Коли люди починають масово хворіти на грип, це називається епідемією грипу. І зараз ми дізнаємося, як же бути в цій ситуації.

Руханка (виконати рухливі вправи)

Діти доповнюють за учителем рядок вірша і виконують рухи.

Щоб імунітет зміцнити,
Зарядку буду я робити.

Руки вгору, потягнуся.
До підлоги нахилюся.

Тепер присяду разів п'ять.

А ще треба пострибать
То на лівій, то на правій.

Нахилюся вліво-вправо.

Тепер потягнуся знову.

Я веселий і здоровий!

Робота в групах (пригадати, чого боятися мікроби)

Об'єднати дітей в групи по 4 учні. В підручнику на с. 40 прочитати правила



поведінки під час карантину і дати пояснення кожному – групи обговорюють і дають своє пояснення кожному правилу.

1. Часто мий руки з милом. (Мікроби можуть потрапити тобі на руки з оточуючих предметів, яких ти торкався. Змий, щоб вони не потрапили в твій організм).
2. Користуйся індивідуальним посудом і рушником. (Людина, яка користувалася твоїм рушником, може бути хворою і заразити тебе).
3. Їж більше фруктів та овочів, пий більше соків і вітамінних напоїв. (Це зміцнить твій імунітет, допоможе уникнути захворювання).
4. Не провідувай хворих на грип. Поговори з другом по телефону. (При спілкуванні з хворим другом мікроби можуть потрапити в твій організм).
5. Захворів – не виходь з дому і виконуй поради лікаря. (Організм, ослаблений хворобою, не має захисних сил від всіляких мікробів. Поради ж лікаря допоможуть перемогти хворобу і уникнути ускладнень).

Виконати завдання в зошиті на с. 16. (Відповіді: сік, чай, фрукти, кашель, температура, мило, сон).

Практична робота (прищеплювати вміння діяти в заданих ситуаціях)

Об'єднати дітей у 3 групи. Розіграти ситуації, запропоновані в підручнику на с. 41.

1. Оленка дізналася, що її подруга захворіла на грип. Як вона може її підтримати? (Не провідувати її, а спілкуватися по телефону чи скайпу – запитати про самопочуття,

розказати, що цікавого та нового в школі. Можна зробити і передати через дорослих листівку).

2. Олесь прокинувся вранці і відчув, що в нього болить горло і голова. Що він має зробити? (Обов'язково сказати про це батькам. Не виходити з дому, дочекатися лікаря, виконувати його поради).
3. У Богдана в школі оголосили карантин. Чим він може зайнятися? (Не ходити в людні місця, уникати контакту з іншими дітьми. Можна почитати, робити прогулянки, грати в улюблені ігри).

Висновок: карантин оголошують для того, щоб не дати хворобі поширюватися серед людей. Тому слід дотримуватися правил поведінки під час карантину, записаних в підручнику на с. 40.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Доповнити речення:
«ЩОБ ЗМІЦНИТИ ІМУНІТЕТ, Я...»
«ЩОБ НЕ ПОСЛАБИТИ СВІЙ ІМУНІТЕТ, Я НЕ...»
2. Закріпити знання правил поведінки під час карантину. Для цього об'єднати дітей у групи по 4 учні, роздати аркуші паперу і запропонувати ситуацію: «В школі оголосили карантин. Які будуть ваші дії?». Діти мають пригадати і записати вивчені правила.

10. ЗДОРОВЕ ХАРЧУВАННЯ

Мета

Познайомити з органами травлення, дати уявлення про поживні речовини, вітаміни та мінеральні речовини, формувати звичку вживати корисну їжу.

Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- пояснити, як їжа дає енергію для росту і розвитку,
- назвати продукти, багаті на білки, жири, вуглеводи,
- пояснити, чому свіжі овочі та фрукти корисніші, ніж варені,
- вибрати корисні продукти.

Обладнання і матеріали:

- малюнки овочів та фруктів, деформовані речення:
ЩОДНЯ З'ЇДАЙ ТРИ ПОРЦІЇ МОЛОЧНИХ ПРОДУКТІВ
ЩОДНЯ ЇЖ П'ЯТЬ СВІЖИХ ОВОЧІВ І ФРУКТІВ,
- аркуш-меню «СМАЖЕНЕ М'ЯСО
ТУШКОВАНЕ М'ЯСО, СМАЖЕНА КАРТОПЛЯ, ВАРЕНА КАРТОПЛЯ, СМАЖЕНА РИБА, ПЕЧЕНА РИБА»,
- кілька аркушів паперу з намальованим кошиком для роботи в групах по чотири.

Що підготувати заздалегідь:

- Підготувати інсценівку (див. текст у пункті *Інсценування*).

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	3 хв.
Інсценування	2 хв.
Проблемне питання	6 хв.
Інформаційне повідомлення	7 хв.
Робота в групах	3 хв.
Руханка	2 хв.
Робота в парах	6 хв.
Практична робота	8 хв.
Підсумкове завдання	3 хв.



Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати вивчене на попередньому уроці:
 - Що таке імунітет?
 - Як зміцнити свій імунітет?
 - Як уберегтися від грипу?
 - Які ознаки грипу та застуди?
2. Назвати тему і завдання уроку.
 - Одним із джерел зміцнення імунітету ви назвали правильне харчування. Сьогодні ми з'ясуємо, що це значить.

Інсценування (показати значення правильного харчування)

– Діти, ви іноді вживаєте шкідливу їжу. І тоді страждає шлунок. Якби він міг, то поскаржився б на вас.

Виходить учень.

Шлунок:

У мене все болить і коле.

Не жалів мене ніколи

Мій господар. Чим попало

Мене зранку годували:

І сухими паличками,

Чіпсами та сухарями...

А мені ж від них так важко!

Молока б, какао чашку.

А мені б якоїсь страви.

Геть погані мої справи,

Бо загрожують гастрити,

Язви і дуоденіти.

На мене біда чатує.

Бідолаху хто врятує?!

– Отож, сьогоднішній урок допоможе навчитися харчуватися так, щоб вашому шлунку не загрозували такі хвороби.

Проблемне питання (пояснити, як відбувається перетворення їжі на поживні речовини)

– Де наш організм бере силу для росту і розвитку? (Вислухати всі відповіді дітей).

Висновок: її дає нам їжа. Вона забезпечує організм поживними речовинами.

– Як організм подає сигнал, що потрібні поживні речовини? (Вислухати всі відповіді дітей).

Висновок: про це нам організм сигналізує відчуттям голоду.

Прочитати в підручнику на с. 42 повідомлення про систему травлення. Розглянути малюнок.

Інформаційне повідомлення (дати уявлення про поживні речовини)

Прочитати в підручнику на с. 43 повідомлення про воду і поживні речовини. Розглянути таблицю, з'ясувати значення білків, жирів та вуглеводів, в яких продуктах вони містяться.

Виконати завдання 1 в зошиті на с. 18.

Робота в групах (вчити вибирати корисні продукти)

Об'єднати дітей у групи по 4 учні. Кожній групі дати аркуш з намальованим на ньому кошиком. Діти мають вибрати на малюнку в підручнику на с. 43 три корисні продукти. Один із них має

містити багато білків, другий – жирів, третій – вуглеводів. «Покласти» ці продукти в кошик – написати на аркуші. Пояснити свій вибір.

Руханка (виконати рухливі вправи)

Діти доповнюють за учителем рядок вірша і виконують рухи.

Як машина без бензину

Не поїде по дорозі,

Так без їжі і людина

Жити, вчитися не в змозі.

Їж лише корисну їжу,

Молоко та соки пий,

Виростеш тоді скоріше.

Будеш дужий і міцний.

Робота в парах (дати уявлення про вітаміни і мінеральні речовини)

Прочитати в підручнику текст «Вітаміни і мінеральні речовини» та вірші про вітаміни.

– Чому корисніші свіжі овочі та фрукти, ніж варені?

– На який вітамін багатий лимон?

– Який вітамін міститься у моркві?

Запропонувати дітям в парах скласти деформовані речення:

ЩОДНЯ З'ІДАЙ ТРИ ПОРЦІЇ МОЛОЧНИХ ПРОДУКТІВ

ЩОДНЯ ЇЖ П'ЯТЬ СВІЖИХ ОВОЧІВ І ФРУКТІВ

Виконати завдання в зошиті на с. 19.

Практична робота (вчити вибирати корисну їжу)

Прочитати текст «Способи приготування їжі» на с. 35 підручника.

Запропонувати гру: ви прийшли в їдальню і читаєте меню. Треба вибрати ті страви, які корисніші для здоров'я.

СМАЖЕНЕ М'ЯСО

ТУШКОВАНЕ М'ЯСО

СМАЖЕНА КАРТОПЛЯ

ВАРЕНА КАРТОПЛЯ

СМАЖЕНА РИБА

ПЕЧЕНА РИБА

Закріпити на дошці малюнки овочів (буряк, морква, цибуля, буряк, картопля) і запропонувати дітям «приготувати» корисні страви з них.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Які поживні речовини, потрібні людині, містяться у їжі?

Запропонувати виконати 2 завдання в зошиті на с. 18 (...жирів, ...білків, ...вуглеводів).

2. Чому необхідно їсти овочі та фрукти?

3. Розмістити на дошці малюнки овочів та фруктів. Запропонувати дітям вибрати ті, які вони вживають щодня, часто і рідко. Зробити висновок, які з овочів та фруктів треба вживати частіше.



11. ПРОБЛЕМИ ХАРЧУВАННЯ



Мета

Розказати про харчові добавки та їх шкоду для здоров'я, пояснити, як запобігти харчовим отруєнням, практично вчити купувати продукти з урахуванням терміну придатності і складу.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- пояснити термін «харчові добавки»,
- пояснити, як уникнути харчових отруень,
- продемонструвати, як дізнатися про вміст у продуктах харчових добавок,
- розрізнити натуральні продукти.



Обладнання і матеріали:

- упаковки від продуктів: сухариків, печива, чипсів, різних солодоців,
- картки зі словами:
 МОРКВА ОГРОК КОВБАСА КАПУСТА
 СУХАРИКИ ПЕРЕЦЬ ЯЙЦЯ ТІСТЕЧКА
 ГОРОХ ЧІПСИ
 ПОМІДОР МОЛОКО КАРТОПЛЯ
 СУХІ СНІДАНКИ РЕДИС КОНСЕРВИ
- ватман і аркуші з порадами (див. пункт *Колективний плакат*),
- кошук.

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	4 хв.
Інформаційне повідомлення	4 хв.
Робота в групах	8 хв.
Мозковий штурм	3 хв.
Проблемне питання	3 хв.
Руханка	2 хв.
Колективний плакат	10 хв.
Практична робота	3 хв.
Підсумкове завдання	3 хв.

Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати вивчене на попередньому уроці:
 - Які поживні речовини є у продуктах?
 - Чим корисні овочі та фрукти?
 - Як слід готувати їжу з максимальною користю для здоров'я?
2. Назвати тему і завдання уроку.
3. Прочитати вірш у підручнику на с. 46.
 - Про яку важливу річ не забула киця? (Помити руки).
 - Перелічіть, що вона з'їла.
 - Чому їй невесело? (Бо вона переїла).

Висновок: переїдання шкідливе для здоров'я.

Інформаційне повідомлення (дати уявлення про харчові добавки)

- Прочитати в підручнику на с. 47 текст «Харчові добавки». Дати відповіді на питання:
- Які продукти є натуральними?
 - Чому люди винайшли харчові добавки?
 - Чи корисні вони для здоров'я?
 - Чому не можна часто вживати продукти з харчовими добавками?
 - Зараз ми навчимося розпізнавати продукти з харчовими добавками.

Робота в групах (вчити розпізнавати продукти, які містять харчові добавки)

Об'єднати дітей у групи по 4 учні. Кожній групі дати упаковку від продуктів: сухариків, печива, чипсів, солодоців. Запропонувати почитати склад, де може бути вказано, що продукт містить консерванти, барвники, підсилювачі смаку, харчові добавки (Е).

Виконати завдання 1 в зошиті на с. 20.

Учні читають в підручнику на с. 47 правила, як вибирати продукти, і в групі шукають на упаковці те, про що говориться в правилі. Важливо пояснити, чому так.

Намагайся не купувати:

- продукти з надто тривалим терміном використання (*якщо у продукту дуже великий термін придатності, значить, там є добавки, які не дають йому псуватися, але шкідливі для здоров'я*);
- продукти з неприродно яскравим забарвленням, у тому числі й підфарбовану солодку воду (*тут використані штучні барвники, шкідливі для здоров'я*);
- продукти зі смаковими добавками, наприклад, чіпси та сухарики (*смакові добавки надають продуктові певного смаку, наприклад, смаку сиру, якого насправді там немає*).

Висновок: не все, що є в магазині, можна купувати. Слід надавати перевагу натуральним продуктам.



Мозковий штурм (вчити вибирати натуральні продукти)

На дошці закріпити картки зі словами:

МОРКВА	ОПРОК
КОВБАСА	КАПУСТА
СУХАРИКИ	ПЕРЕЦЬ
ЯЙЦЯ	РИБА
ГОРОХ	ЧПСИ
ПОМІДОР	МОЛОКО
КАРТОПЛЯ	СУХІ СНІДАНКИ
РЕДИС	КОНСЕРВИ

Діти по одному вибігають до дошки, беруть картку, визначають, чи натуральний це продукт. Якщо так, то кладуть до кошика.

Проблемне питання (ознайомити з ознаками харчових отруєнь)

– Чому необхідно дотримуватися правил, про які говорили вище? (Вислухати всі відповіді дітей).

Висновок: неякісні продукти можуть викликати харчові отруєння.

Прочитати в підручнику на с. 48 повідомлення про харчові отруєння. Розглянути ознаки отруєння.

– Назвіть ознаки харчових отруєнь.

Виконати завдання 2 в зошиті на с. 20 (блювання, пронос, нудота, біль).

Руханка (виконати рухливі вправи)

Діти доповнюють за учителем рядок вірша (з попереднього уроку) і виконують рухи.

Як машина без бензину
Не поїде по дорозі,

Так без їжі і людина
Жити, вчитися не в змозі.
Їж лише корисну їжу,
Молоко та соки пий,
Виростеш тоді скоріше.
Будеш дужий і міцний.

Колективний плакат (вчити уникати харчових отруєнь)

Об'єднати дітей в 6 груп. Закріпити на дошці ватман з назвою плаката «Як запобігти харчовим отруєнням?». Кожній групі дати аркуш паперу, де надрукована одна з порад зі с. 48 підручника. Діти мають обговорити і написати пояснення цій пораді.

- Мити руки перед їдою. (Щоб не потрапили мікроби з рук).
- Ретельно мити овочі та фрукти. (Щоб не потрапили мікроби з овочів та фруктів).
- Не куштувати недозрілих чи незнайомих плодів. (Недозрілі продукти можуть викликати кишкові розлади, а незнайомі можуть виявитися отруйними).
- Не вживати продуктів, які мають неприємний смак і запах. (Це свідчить про те, що вони зіпсовані).
- Зберігати готові страви у холодильнику. (Так вони довше залишаться свіжими, не зіпсуються).
- Не вживати продуктів із простроченим терміном придатності. (Вони можуть бути вже зіпсовані, а значить, небезпечні для здоров'я).

Прочитати рекомендації і наклеїти на ватман.

Практична робота (виробляти звичку перевіряти термін придатності продуктів)

Виконати завдання, запропоноване в підручнику на с. 49. Дані записувати в зошиті на с. 21.

Висновок: завжди слід перевіряти на упаковці термін придатності продукту.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Учні по одному виходять до плаката і називають правило, яке вони завжди виконують. Наприклад: «Я завжди мию руки перед їдою, щоб в організм не потрапили мікроби».
2. Запропонувати дітям «піти в магазин» за продуктами. Чого вони не повинні купувати?





12. УЗАГАЛЬНЮЮЧИЙ УРОК ДО РОЗДІЛУ «ЗОРОВЕ ТІЛО»



Мета

Закріпити отримані знання, вчити дітей використовувати ці знання в житті, прищеплювати вміння правильно вибирати продукти, формувати звичку вживати корисну їжу.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- пояснити, чим шкідливі чипси, сухарики, солодкі газовані напої,
- розказати, як правильно вибирати продукти,
- проаналізувати свої звички щодо вживання продуктів.



Обладнання і матеріали:

- три аркуші А-4 з написом «СУХАРИКИ», «ЧИПСИ», «СОЛОДКІ ГАЗОВАНІ НАПОЇ»,
- картки для роботи в парах (див. пункт *Мозковий штурм*),
- картки зі словами СІК, КОВБАСА, КОНСЕРВИ,
- презентація «Я йду в магазин».



Що підготувати заздалегідь:

- приготувати етикетки від чипсів, сухариків, солодких газованих напоїв для роботи в трьох групах.

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	4 хв.
Мозковий штурм	4 хв.
Практикум покупця	8 хв.
Практична робота	6 хв.
Робота в групах	15 хв.
Підсумкове завдання	3 хв.

Стартові завдання (повторити попередній матеріал)

1. Назвати тему і завдання уроку.
2. Пригадати вивчене в розділі:
 - Які види активного відпочинку ви знаєте?
 - Чому слід тримати в чистоті одяг та взуття?
 - Як уникнути захворювання на грип?
 - Що зміцнює наш імунітет?
 - Які корисні речовини містить у собі їжа?
 - Як запобігти харчовим отруєнням?

Мозковий штурм (розрізняти натуральні продукти)

– Для здоров'я корисніше вживати натуральні продукти. Пригадаємо, що це за продукти.

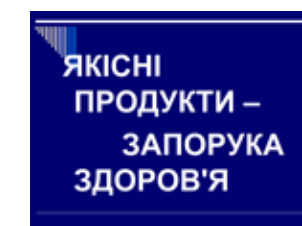
Об'єднати дітей в пари. Роздати аркуші з надрукованими назвами продуктів. Діти мають за обмежений час викреслити ті продукти, які не є натуральними.

СУХОФРУКТИ	СУХАРИКИ
ЧИПСИ	КОВБАСА
КЕФІР	МОЛОКО
СМЕТАНА	КОНСЕРВИ
КАПУСТА	МОРКВА
МОРОЗИВО	ГАЗОВАНІ НАПОЇ
МАНДАРИНИ	БАНАНИ
ЯЙЦЯ	СОСИСКИ

Практикум покупця (вчити правильно вибирати продукти)

Показати презентацію «Я йду в магазин». Діти мають вилучити зайве – на

що не треба дивитися, вибираючи продукти.



ДИВИМОСЯ:

- на ціну і беремо найдешевше,
- на дату вироблення і термін придатності,
- на склад, щоб слово "м'ясо" стояло на першому місці,
- на розріз, якщо варена ковбаса дуже червона, в ній багато барвників.

Вилучити пункт 1 – на ціну і беремо найдешевше.



ДИВИМОСЯ:

- на коробку, щоб не була здута,
- на яскравість етикетки,
- на склад,
- на термін зберігання: чим він менший, тим кращий продукт.

Вилучити пункт 2 – на яскравість етикетки.



ДИВИМОСЯ:

- на яскравість упаковки,
- на склад, найкращий той продукт, який не містить барвників та консервантів,
- на дату виготовлення і термін придатності.

Вилучити пункт 1 – на яскравість упаковки.



ДИВИМОСЯ:

- на склад і не купуємо, якщо багато добавок: ароматизаторів, барвників, стабілізаторів, згущувачів, добавок Е,
- на цілість упаковки,
- на термін придатності, чим він менший, тим кращий продукт.

Взагалі не купуємо.



13. ДРУЖНИЙ КЛАС

Практична робота (закріпити вміння правильно вибрати продукти)

Закріпити на дошці картки зі словами «СІК, КОВБАСА, КОНСЕРВИ». Запропонувати дітям ситуацію: ви пішли з мамою в магазин. Допоможіть їй правильно вибрати цей продукт.

Діти пригадують переглянуту презентацію і «дають мамі поради».

Робота в групах (провести дослідження продуктів)

Об'єднати дітей у три групи. Кожній групі дати аркуш А-4 з назвою: 1 – ЧИПСИ, 2 – СУХАРИКИ, 3 – СОЛОДКІ ГАЗОВАНІ НАПОЇ. Діти мають провести дослідження, опираючись на питання в підручнику на с. 50, записати дані на аркуші і винести рішення щодо вживання цього продукту.

Наприклад:

- Опитайте однокласників, хто з них любить цей продукт і як часто його вживає. (На аркуші діти роблять запис:

Люблять – ... дітей.

Не люблять – ... дітей.)

- Зберіть кілька етикеток (упаковок) від цього харчового продукту і прочитайте інформацію про його склад.
- Разом із дорослими з'ясуйте, які складові цього продукту можуть шкодити здоров'ю. (Запис: *У складі шкідливим є*)
- По черзі розкажіть про свої дослідження однокласникам і роздайте їм пам'ятки. (Запис: *Пам'ятка: цей продукт шкодить здоров'ю, тому ми радимо його не вживати!*)

Обговорити результати роботи кожної групи, пам'ятки закріпити на дошці.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Що корисного для себе дізналися?
2. Продовжити речення: «Чипси для дітей шкідливі, тому я...»
«Сухарики для дітей шкідливі, тому я...»
«Солодкі газовані напої для дітей шкідливі, тому я...»
3. Як відтепер ви будете вибирати продукти в магазині?



Мета

Визначити, як допомагає в роботі злагодженість і взаємодія, вчити створювати спільний проект, виховувати взаємоповагу, взаємодопомогу.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- дати визначення поняття «взаємодія»,
- пояснити, до чого веде незлагодженість у роботі,
- продемонструвати, як допомагає в роботі злагодженість і взаємодія.



Обладнання і матеріали:

- ватман з назвою «Наш 3 клас»,
- фото класу,
- три аркуші А-4 (див. пояснення у пункті «Створення проекту»),
- кольорові олівці,
- картки з деформованими реченнями «БУДЬ ЛАГІДНИМ І ПРИВІТНИМ», «ДОПОМАГАЙ ТОВАРИШАМ У РОБОТІ», «НЕ ВИРІШУЙ ПРОБЛЕМИ КУЛАКАМИ», «УМІЙ СКАЗАТИ КОЖНОМУ ДОБРЕ СЛОВО»,
- червоні, жовті і сині кружечки за кількістю учнів,
- 5 прищіпок.



Що підготувати заздалегідь:

- Обговорити вдома з батьками, яким може бути девіз класу, емблема, правила класу.

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	5 хв.
Інформаційне повідомлення	6 хв.
Створення проекту	12 хв.
Руханка	2 хв.
Практична робота	12 хв.
Підсумкове завдання	3 хв.



Стартові завдання (перейти до нового матеріалу)

1. Назвати тему і завдання уроку.
2. Прочитати вірш у підручнику на с. 52. Пояснити значення слів «затятий жаднюга» - той хто завжди з усіма жадібний, невиправний жаднюга.
 - Чому не можна бути жаднюгою на гоїдалці?
 - Які ще ви знаєте ігри, де неможливо грати самому?

Інформаційне повідомлення (дати визначення поняття «взаємодія»)

- Прочитати в підручнику на с. 53 текст «Вчимося діяти разом». Які роботи в класі ви виконуете разом?
- Що потрібно для того, щоб робота була успішною?
 - А ще потрібно допомагати один одному – працювати у взаємодії.

Висновок: взаємодія – це коли ви щось робите разом і допомагаєте один одному.

- Виконати завдання в зошиті на с. 22.
- Запропонувати дітям перевірити, чи вмюють вони працювати у взаємодії. Прочитати в підручнику на с. 53 умови гри «Прищіпки». Продемонструвати гру на 2-3 парах дітей.

Створення проекту (оформлення колективного плакату)

На дошці закріплений ватман з назвою «Наш 3 клас» і фотографією класу. Розглянути в підручнику на с. 54 запропонований зразок плаката.

Роздати дітям кольорові кружечки і запропонувати об'єднатися в три групи: червоні, жовті і сині кружечки. Діти мають зробити це швидко і тихо.

- Завдяки чому так швидко ви впоралися з роботою? (Бо працювали дружно і злагоджено).
- Давайте так же дружно виготовимо плакат про наш клас. Червоні кружечки – це «художники». Вони мають придумати і намалювати емблему класу. Жовті – поети. Вони складуть девіз класу. Сині – «юристи». Вони напишуть правила нашого класу.

Обговорити запропоновані девіз, емблему і правила. Наклеїти на ватман.

- Подумайте, яких правил вам вдається дотримуватися легко? Яких найважче?

Руханка (виконати рухливі вправи)

Вчитель читає рядок вірша, діти повторюють і виконують рухи.

Ти мій друг, і ти мій друг.
Скільки друзів є навкруг!
Разом весело стрибати,
Разом весело співати.
Разом будем все робити,
Бо ми вміємо дружити.

Практична робота

(продемонструвати, як у роботі допомагає дружба і злагодженість)

Прочитати в підручнику на с. 55 завдання практичної роботи. Об'єднати дітей у 4 групи: дві групи для роботи над байкою, дві – над казкою.

Діти мають прочитати казку «Ріпка» на с. 140 і байку «Лебідь, Щука і Рак» на с. 142, розподілити ролі і інсценізувати ці твори.

Після демонстрації зробити висновок про злагодженість і взаємодію у роботі.

Обговорити байку:

- Що хотіли зробити Лебідь, Щука і Рак?
- Куди кожен з них тягнув хуру?
- Чи трапляються подібні ситуації у вашому класі?
- Як їх краще вирішувати: кричати, сперечатися, наполягати на своєму чи радитися, домовлятися і діяти разом?

Обговорити казку:

- Хто посадив ріпку?
- Хто допомагав її витягнути?
- Що було головною умовою успіху?
- Чи бувають подібні ситуації у вашому класі?
- Наведіть приклади таких ситуацій.
- Як ви розумієте вислів: «Один за всіх і всі за одного»?

Висновок: взаємодія і злагодженість – запорука успіху.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Доповнити речення: «Щоб досягти успіху, ми повинні діяти...».
2. Роздати дітям на парту деформовані речення. Діти мають скласти правила дружнього класу:
**БУДЬ ЛАГІДНИМ І ПРИВІТНИМ
ДОПОМАГАЙ ТОВАРИШАМ
У РОБОТІ
НЕ ВИРІШУЙ ПРОБЛЕМИ
КУЛАКАМИ
УМІЙ СКАЗАТИ КОЖНОМУ
ДОБРЕ СЛОВО.**
3. Виконати завдання в зошиті на с. 23:
 - Одна квітка не робить вінка.
 - Де дружніші, там сильніші.

14. ДРУЖНА РОДИНА



Мета

Розказати про склад родини, з'ясувати обов'язки кожного члена родини, визначити спільні обов'язки у хлопчиків та дівчаток, вчити радувати своїх близьких добрими словами і вчинками.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- розказати, як у сім'ї піклуються один про одного,
- продемонструвати вміння робити компліменти,
- розуміти, що є спільні обов'язки для хлопчиків та дівчаток,
- назвати свої обов'язки в сім'ї.



Обладнання і матеріали:

- аркуші паперу А-4 для кожного учня,
- картки зі словами ТАТО, МАМА, БАБУСЯ, ДІДУСЬ, Я,
- картки з порадами: «ЛЮБИТИ ОДИН ОДНОГО, ПОВАЖАТИ ОДИН ОДНОГО, ДОПОМАГАТИ ОДИН ОДНОМУ, ПІКЛУВАТИСЯ ОДИН ПРО ОДНОГО, БУТИ ЧЕМНИМИ, БУТИ ЩИРИМИ, БУТИ ПРАВДИВИМИ».



Що підготувати заздалегідь:

- Принести кожному малюнок своєї родини. Зробити в класі виставку.

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	4 хв.
Інформаційне повідомлення	5 хв.
Інсценування	6 хв.
Руханка	2 хв.
Проблемне питання	7 хв.
Дружнє коло	4 хв.
Практична робота	6 хв.
Підсумкове завдання	6 хв.

Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати вивчене на попередньому уроці:
 - Що вам допомагає виконувати будь-яку роботу?
 - Пригадайте правила, які ви склали для свого класу.
 - Якого правила почали дотримуватися після минулого уроку, чого не було раніше?
2. Назвати тему і завдання уроку.
3. В класі зробити виставку малюнків «Моя родина».
 - У кожного з вас є сім'я. І дуже важливо, щоб вона була щасливою. Це багато в чому залежить і від вас.

Інформаційне повідомлення (розказати про склад сім'ї)

Прочитати «Склад родини» у підручнику на с. 56. Розглянути малюнки і назвати зображених членів родини.

– Як ви гадаєте, що відчувають діти, які живуть без батьків в інтернатах?

– Вони не відчувають на собі такого піклування, як всі ви. Тому ми можемо теж де в чому допомогти таким дітям – зібрати іграшки, книги і передати до інтернату.

Виконати завдання в зошиті на с. 24.
(Приказка в 2 завданні – «Шануй батька й неньку – буде тобі гладенько»).

Інсценізування (визначити, як слід у сім'ї піклуватися один про одного)

Об'єднати дітей у 5 груп. Роздати групам картки зі словами ТАТО, МАМА, БАБУСЯ, ДІДУСЬ, Я.

Діти в групах мають продемонструвати, як кожен з названих членів родини піклується про інших.

Прочитати вірш на с. 57 підручника.

- Чи справді бабуся неслухняна?
- Чому вона прокидається рано?
- За що потрібно бути їй вдячним?

Висновок: усі члени родини мають піклуватися один про одного.

Виконати завдання в зошиті на с. 25.

Руханка (виконати рухливі вправи)

Діти доповнюють за учителем рядок вірша і виконують рухи.

- У мамі-овечки є ... (ягнята),
 - У мамі-кобили є ... (лошата),
 - У мамі-корови є ... (телята),
 - У мамі-собаки є ... (щупенята).
 - У мамі і тата, звісно, є ... (я).
- Щаслива і дружна наша сім'я..

Проблемне питання (з'ясувати обов'язки хлопчиків та дівчаток)

– Як ви гадаєте, які обов'язки у хлопчиків, а які у дівчаток? (Вислухати всі відповіді дітей).

Прочитати вірш у підручнику на с. 58.

– А чи може хлопчик допомагати мамі?

Об'єднати дітей у дві групи – хлопчики та дівчатка. Дати завдання написа-



ти якомога більше домашніх обов'язків: діти обговорюють у групі, по одному біжать до дошки і записують обов'язки у два стовпчики - хлопчики та дівчатка.

Прочитати і підкреслити ті домашні обов'язки, які є і у хлопчиків, і у дівчаток.

Висновок: хлопчики і дівчатка мають спільні обов'язки.

Дружнє коло (з'ясувати сімейні традиції)

Прочитати в підручнику на с. 59 текст «Сімейні традиції і правила».

Запропонувати дітям стати в коло і по черзі назвати свої сімейні традиції.

– Які з традицій, що назвали ваші однокласники, вам хотілося б започаткувати у своїй сім'ї? Спробуйте запропонувати це вдома батькам.

Практична робота (вчити робити іншим приємне)

Прочитати завдання в підручнику на с. 59. «Оживити» малюнки – промовити ті приємні слова, які можуть говорити діти, зображені на малюнках.

Об'єднати дітей у пари і повчити говорити компліменти один одному.

Дати завдання зробити вдома комплімент мамі, татові, бабусі.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

Запропонувати дітям скласти з паперу човники – символи сім'ї. На бортах човників написати, що треба робити, щоб у сім'я була щасливою. Діти називають, вчитель вивішує картки: «ЛЮБИТИ ОДИН ОДНОГО, ПОВАЖАТИ ОДИН ОДНОГО, ДОПОМАГАТИ ОДИН ОДНОМУ, ПІКЛУВАТИСЯ ОДИН ПРО ОДНОГО, БУТИ ЧЕМНИМИ, БУТИ ЩИРИМИ, БУТИ ПРАВДИВИМИ».

– Нехай ці човники «попливуть» у ваші домівки, щоб завжди нагадувати всім, як створити дружну сім'ю.

15. ЯК СТАТИ ТОЛЕРАНТНИМ



Мета

Розказати дітям про толерантність та її ознаки; довести, що кожен має свої відмінності, і їх слід поважати; виховувати толерантне ставлення один до одного.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- пояснити поняття «толерантність»,
- назвати ознаки толерантності,
- продемонструвати вміння бути толерантним,
- розказати, чому слід до людей ставитися толерантно.



Обладнання і матеріали:

- дерево, вирізане з паперу,
- кольорові листочки зі словами ДОБРОЗИЧЛИВІСТЬ, ДОВІРА, ЩИРІСТЬ, ПРИЙНЯТТЯ, ПОВАГА, ДОПИТЛИВІСТЬ, СПІВПРАЦЯ, СПІЛКУВАННЯ, ЧУЙНІСТЬ, ДОБРОТА,
- картки зі словами «Аплодисменти!», «Молодець!», «Сміх!».

Що підготувати заздалегідь:

- Підготувати відеосюжети про Японію, Грузію, Росію, Україну.

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	5 хв.
Інформаційне повідомлення	4 хв.
Свято народів світу	8 хв.
Руханка	2 хв.
Гра «Чарівний стілець»	7 хв.
Мозковий штурм	4 хв.
Практична робота	7 хв.
Підсумкове завдання	3 хв.





Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати вивчене на попередньому уроці:

– Розкажіть, як ваші батьки відреагували на компліменти?

– Чи вдалося вам започаткувати нову сімейну традицію?

– Розкажіть які нові домашні обов'язки з'явилися у вас?

2. Назвати тему і завдання уроку.

3. Прочитати в підручнику на с. 60 казку «Чия їжа смачніша».

– Чому кожен намагався довести, що його їжа найсмачніша? (Бо кожен харчується тим, про що говорив).

– Як ви думаєте, хто з них має рацію? (Кожен, бо у кожного свої смакові уподобання).

– Чи є у світі їжа, що смакує всім? (Немає).

– Як можна уникнути суперечок? (Не доводити свою правоту, а навчитися поважати вподобання інших).

– Таке вміння називають толерантністю.

Інформаційне повідомлення (розкрити суть толерантності)

Прочитати у підручнику на с. 61 повідомлення про толерантність у відносинах між народами.

Дати відповіді на питання:

– Чи доводилося вам подорожувати світом, бувати в інших країнах? Розкажіть про це. Що вас найбільше здивувало?

– Чи знайомі ви з дітьми, які приїхали з інших країн? Чим вони схожі на вас і чим відрізняються?

Свято народів світу (знайомити з культурою різних народів)

Прочитати у підручнику на с. 61 завдання, розглянути малюнки і впізнати, які країни представлені (Японія, Грузія, Росія, Україна). Об'єднати дітей у 4 групи. Для цього роздати їм папірці з назвою цих країн і запропонувати знайти «свій народ». Діти в групах мають обговорити і розказати про особливості культури обраної країни – національний одяг, страви, традиції).

Вчитель демонструє невеличкі відеосюжети про ці країни.

Висновок: у кожній країні є свої особливості, і їх треба поважати.

Виконати завдання в зошиті на с. 26.

Руханка (виконати рухливі вправи)

Діти повторюють за учителем рядок вірша і виконують рухи.

Ми русяві і чорненькі,

Ми біляві і руденькі.

Ми високі і низенькі,

Ми великі і маленькі.

Та усі – одна сім'я.

В слові «ми» аж тридцять «я»!

Гра «Чарівний стілець» (довести, що кожен має свої особливості і цим неповторний)

– Особливості є і у кожного з нас. Толерантним треба бути і по відношенню один до одного.

Прочитати завдання в підручнику на с. 62. Стати в коло. Поставити всередині стілець. Діти по черзі сідають на стілець і називають те, чим відрізняються від інших.

Пояснити слова французького письменника Антуана де Сент-Екзюпері: «Якщо я чимось не схожий на тебе, я цим зовсім не ображаю тебе, а навпаки – обдаровую»? (Якщо хтось відрізняється від тебе, значить, ти можеш щось від нього взяти для себе, чогось навчитися, а не ображати його, не насміхатися.)

Висновок: бути толерантним означає звертати увагу на те, що зближує, а не роз'єднує людей.

Мозковий штурм (з'ясувати ознаки толерантності)

Закріпити на дошці вирізане з паперу дерево. На кольорових листочках написати ознаки толерантності: ДОБРОЗИЧЛИВІСТЬ, ДОВІРА, ЩИРІСТЬ, ПРИЙНЯТТЯ, ПОВАГА, ДОПИТЛИВІСТЬ, СПІВПРАЦЯ, СПІЛКУВАННЯ, ЧУЙНІСТЬ, ДОБРОТА. Запропонувати дітям взяти по одному листочку, прочитати слово, пояснити його і приклеїти на дерево толерантності.

Висновок: щоб тебе вважали толерантним, ти мусиш мати такі якості.

Практична робота (вчити бути толерантним)

– Уявіть собі, що зараз до класу заїде дитина, яка чимось відрізняється від вас – має фізичну ваду. Як би ви себе повели? Продемонструйте свою толерантність.

Прочитати оповідання в підручнику на с. 63. Обговорити за питаннями в підручнику.

– Який іспити витримали діти? (Вони не стали насміхатися над вадою дівчинки, а прийняли її доброзичливо).

Запропонувати дітям гру «Постав себе на місце іншого». Попередити, що всі дії учні будуть виконувати за командою вчителя, щоб уникнути образи! Одна дитина стає обличчям до класу, вчитель стає позаду. Вчитель ставить учневі питання, той відповідає, а вчитель показує класові картку. Клас виконує те завдання, яке вказане на картці: «Аплодисменти!», «Молодець!», «Сміх!».

Наприклад, вчитель питає:

– Чим ти займаєшся у вільний час?

Учень відповідає, а вчитель показує картку «Молодець!». Діти вигукують: «Молодець!».

– Яку тваринку ти маєш вдома? («Аплодисменти!»)

– Який мультик тобі подобається? («Сміх!»)

Запитати у дітей, коли були неприємні відчуття? (Тоді, коли всі сміялися).

Висновок: не роби іншим того, що неприємне тобі самому; будь толерантним з іншими, будуть толерантним і з тобою.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Пояснити, чому важливо бути толерантним?

2. Запитати у дітей, які ознаки толерантності є у них?

3. Запропонувати дітям пригадати ситуації, коли вони повелися толерантно.

4. Виконати завдання в зошиті на с. 27.

16. ШКОЛА СПІЛКУВАННЯ



Мета

Розказати, що таке «спілкування»; пояснити, що при спілкуванні важливе і вміння говорити, і вміння слухати; вчити користуватися «чарівними словами», правильно висловлювати прохання.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- пояснити термін «спілкування»,
- розказати, як слід висловлювати прохання,
- продемонструвати вміння бути ввічливим,
- назвати прислів'я про ввічливість.



Обладнання і матеріали:

- картки зі словами «ПРИВІТ!», «ДАЙ МЕНІ!», «ТИХО!», «ЯК ТУТ ГАРНО!», «ЯК СМАЧНО!», «НЕ РОБИ ЦЬОГО!», «ДО ПОБАЧЕННЯ!»,
- незакінчені речення: «МЕНЕ ВВАЖАЮТЬ ВВІЧЛИВИМ, БО Я...»
«Я ЗНАЮ ПРИСЛІВ'Я ПРО ВВІЧЛИВІСТЬ: ...»,
- плакат з чарівними словами:

БУДЬ ЛАСКА	СПАСИБІ
ДОБРИДЕНЬ	ЩАСТИ
ВИБАЧТЕ	ПЕРПРОШУЮ
ДЯКУЮ	ДО ПОБАЧЕННЯ
ЗДРАСТУЙТЕ	НА ВСЕ ДОБРЕ.



Що підготувати заздалегідь:

- Знайти прислів'я про ввічливість.

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	5 хв.
Інформаційне повідомлення	5 хв.
Робота над оповіданням	8 хв.
Словничок вихованої людини	5 хв.
Руханка	2 хв.
Робота в групах	4 хв.
Практична робота	7 хв.
Підсумкове завдання	4 хв.

Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати вивчене на попередньому уроці:
 - Розкажіть, що означає «бути толерантним»?
 - Назвіть ознаки толерантності.
 - Чи вдалося вам к якихось ситуаціях повести себе толерантно?
2. Назвати тему і завдання уроку.
3. – Уявіть собі, що у нас з вами немає мови. Як би ми змогли спілкуватися? (Жестами і мімікою).

Запропонувати дітям стати в коло. Вчитель показує дітям картку, а вони жестама і мімікою показують те, що написано на картці: «ПРИВІТ!», «ДАЙ МЕНІ!», «ТИХО!», «ЯК ТУТ ГАРНО!», «ЯК СМАЧНО!», «НЕ РОБИ ЦЬОГО!», «ДО ПОБАЧЕННЯ!».

– Але так важко було б зрозуміти одне одного.

Інформаційне повідомлення (пояснити, як правильно спілкуватися)

Прочитати у підручнику на с. 64 «Невигадану історію про появу мови».

– Люди вміють говорити, але ще потрібно вміти і слухати.

Прочитати у підручнику на с. 65 текст «Уміння слухати».

– Під час спілкування треба вміти не тільки говорити, а й слухати.



Розглянути в підручнику на с. 65 малюнок і пояснити, хто з дітей уважно слухає, а хто ні. За якими ознаками це зрозуміли?

Висновок: якщо ви не вмієте слухати, то з вами не захочуть і розмовляти.

Робота над оповіданням (знайомити з культурою різних народів)

Прочитати у підручнику на с. 143 оповідання В.Осеевої «Хороше».

Дати відповіді на питання у підручнику на с. 65:

- Чи захотів хлопчик почути свою сестричку, няню, псика? (Ні, бо він мріяв про хорошу справу, а не розумів, що це і було б саме тим хорошим).
- Яка різниця між «слухати» і «чути»? (Можна вдавати, що слухаєш, але думати про щось своє).
- Про кого кажуть: «В одне вухо влітає, а в друге — вилітає»? (Про того, хто слухає не уважно, а тому не чує співрозмовника або ж одразу забуває).

Висновок: щоб тебе поважали, вмій уважно слухати співрозмовника.

Словничок вихованої людини (виховувати культуру спілкування)

– Щоб з тобою було приємно спілкуватися, треба знати і використовувати чарівні слова. Їх небагато, але вони справді чарівні.

Закріпити плакат з чарівними словами:

БУДЬ ЛАСКА	СПАСИБІ
ДОБРИДЕНЬ	ЩАСТИ



ВИБАЧТЕ ПЕРПРОШУЮ
ДЯКУЮ ДО ПОБАЧЕННЯ
ЗДРАСТУЙТЕ НА ВСЕ ДОБРЕ

Запропонувати дітям показати, які слова вони використають у таких ситуаціях:

- Ти хочеш попросити у бібліотеці книгу.
- Ти ненароком когось штовхнув.
- Мама поставила тобі обід.
- Ти зайшов вранці до класу.

Висновок: *ввічливість сприяє спілкуванню і добрим стосункам.*

Виконати завдання в зошиті на с. 28-29.

Руханка (виконати рухливі вправи)

Діти читають у підручнику на с. 66 вірш і виконують рухи.

- Чому Ведмедя вважали неввічливим?

Робота в групах (пояснити значення прислів'їв)

Об'єднати дітей у 5 груп. Кожній групі запропонувати прислів'я на с. 66 підручника. Діти мають обговорити і пояснити їх значення.

- «Як ти до людей, так і люди до тебе». (*Якщо ти з людьми ввічливий, то і вони з тобою будуть такими*).

- «Щире вітання дорожче за частування». (*Люди цінують добре слово більше, ніж якусь смачну їжу*).

- «Від теплого слова і лід розтає». (*Добрим словом навіть сердиту людину можна зробити добрішою*).

- «Слово — не горобець, випустиш — не впіймаєш». (*Якщо сказав погане слово, то вже його назад не повернеш*).

- «Ніщо не коштує так дешево і не цінується так дорого, як ввічливість». (*Ввічливим бути зовсім не важко, а ввічливих людей цінують і поважають*).

Практична робота (вчити правильно висловлювати прохання)

Прочитати пам'ятку в підручнику на с. 67. Об'єднати дітей у пари. Користуючись пам'яткою, висловити один одному прохання, запропоноване в підручнику на с. 67 — розіграти сценку, як Ведмідь просить меду у Пасічника.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Кого вважають хорошим співрозмовником? (*Того, хто вміє слухати, не перебиває*).
2. Доповнити речення:
«МЕНЕ ВВАЖАЮТЬ ВВІЧЛИВИМ, БО Я...»
Я ЗНАЮ ПРИСЛІВ'Я ПРО ВВІЧЛИВІСТЬ:...».
3. Пограти в гру «Ти молодець!». Діти стають в коло і називають по одному чарівні слова. Решта говорять: «Ти молодець!».

17. ЯК ЗАЛАГОДИТИ КОНФЛІКТ



Мета

Дати визначення поняття «конфлікт», пояснити причини його виникнення; скласти правила залагодження конфлікту, виховувати культуру спілкування.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- пояснити термін «конфлікт»,
- розказати про причини виникнення конфлікту,
- назвати шляхи розв'язання конфлікту,
- продемонструвати вміння поступатися.



Обладнання і матеріали:

- картки з деформованими прислів'ями:
ЯК ТИ ДО ЛЮДЕЙ, ТАК І ЛЮДИ ДО ТЕБЕ
ЩИРЕ ВІТАННЯ ДОРОЖЧЕ ЗА ЧАСТУВАННЯ
ВІД ТЕПЛОГО СЛОВА І ЛІД РОЗТАЄ
СЛОВО — НЕ ГОРОБЕЦЬ, ВИПУСТИШ — НЕ ВПІЙМАЄШ,
- малюнок кота Леопольда,
- картки з порадами (див. підручник, с. 71),
- невеличкі аркуші паперу для роботи в парах.

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	7 хв.
Мікрофон	5 хв.
Інсценування	5 хв.
Робота над оповіданням	5 хв.
Руханка	2 хв.
Інформаційне повідомлення	5 хв.
Робота в парах	7 хв.
Підсумкове завдання	4 хв.



Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати вивчене на попередньому уроці:

– Кого вважають хорошим співрозмовником?

– Назвіть якомога більше «чарівних слів».

– Пригадайте пам'ятку, як висловити прохання.

– Пригадайте прислів'я про ввічливість. (Вчитель роздає дітям в парах по одному деформованому прислів'ю. Діти складають і називають їх).

ЯК ТИ ДО ЛЮДЕЙ, ТАК І ЛЮДИ
ДО ТЕБЕ

ЩИРЕ ВІТАННЯ ДОРОЖЧЕ ЗА
ЧАСТУВАННЯ

ВІД ТЕПЛОГО СЛОВА І ЛІД
РОЗТАЄ

СЛОВО – НЕ ГОРОБЕЦЬ, ВИ-
ПУСТИШ – НЕ ВПІЙМАЄШ

2. Назвати тему і завдання уроку.

3. Прочитати в підручнику на с. 68 повідомлення. Дати визначення поняття «конфлікт» – суперечність у поглядах чи інтересах людей.

Дати відповіді на питання в підручнику:

- Який конфлікт виник у баранців? (Вони були зв'язані і тяглися за їжею у різні боки).
- Який вихід із ситуації вони знайшли? (Щоб не залишитися голодними, вони вирішили піти в один бік).

- Що відчували баранці на початку конфлікту, а що – по його завершенні? (Спочатку були розгублені, сердиті, а потім – задоволені собою і обідом).

Висновок: якщо виник конфлікт, слід шукати рішення, яке прийнятне для всіх.

«Мікрофон» (встановити причини виникнення конфлікту)

– Чому, на вашу думку, між дітьми виникають конфлікти?

Вислухати всі відповіді дітей, не вправляючи і не коментуючи.

– Давайте прочитаємо казку «Два козлики, і тоді ви зрозумієте причину конфлікту.

Прочитати у підручнику на с. 69 казку «Два козлики».

– Чому виник конфлікт між козликами? (Бо жоден не хотів поступитися іншому).

Висновок: щоб мирно розв'язувати конфлікти, треба вміти поступатися.

Інсценування (виховувати вміння уникати конфлікту)

Об'єднати дітей в пари. Прочитати завдання в підручнику на с. 69. Розіграти в парах ситуації:

– Як би вчинили ви на місці баранчиків, щоб не впасти у воду.

– Ви зустрілися у вузькому коридорі.

– Ви зіткнулися в дверях.

Висновок: ніколи не виникне конфлікту, якщо ви вмітимете поступатися.

Робота над оповіданням (пояснити, чому не варто обзиватися)

– Трапляється, що діти самі провокують конфлікт, коли обзиваються. Тоді вони стають схожими на папугу Гейти.

Прочитати казку в підручнику на с. 70.

– Що відчували звірі, коли їх обзивав Папуга? (Їм було неприємно).

– Чи багато в нього було друзів? (Не було зовсім).

– Чому? (З тим, хто обзивається, не дружать)

– Що можна сказати тому, хто дратується? (Облиш обзиватися, і в тебе з'являться друзі).

Висновок: називай людей на ім'я. Дразнилки та обзивання породжують конфлікти.

Вивчити мирилку, виконавши завдання в зошиті на с. 31.

Руханка (виконати рухливі вправи)

Стати в коло. Вчитель називає якусь дію (стрибаємо, присідаємо, нахилиємось, стаємо на носочки). Діти мають по колу звертатися до сусіда, називаючи його лагідно і пропонуючи виконати цю дію:

– Ірочко, стрибай, будь ласка!

– Денисе, стрибай, будь ласка!

– Юлечко, стрибай, будь ласка...

– Ірочко, присідай, будь ласка!

– Денисе, присідай, будь ласка!

– Юлю, присідай, будь ласка ...

Інформаційне повідомлення (визначити правила розв'язання конфліктів)

Прочитати текст у підручнику на с. 71.

На дошці закріпити малюнок kota Леопольда. У вчителя – картки з порадами, вміщеними в підручнику на с. 71. Вчитель розміщує поради по одній навколо kota Леопольда, а діти їх пояснюють.

«ДИСКУТУЙ СЛОВАМИ, А НЕ КУЛАКАМИ» – не треба одразу кидається в бійку, якщо з чимось не згоден, спробуй переконати словами.

«ШУКАЙ КРАЩІ АРГУМЕНТИ» – якщо тебе не зрозуміли, твої слова виявилися непереконливими, спробуй знайти інші.

«БУДЬ СПРАВЕДЛИВИМ, ГОТОВИМ ВИЗНАТИ ПРАВОТУ ІНШОГО» – знай, що ти можеш помилятися, то ж не упирайся в своїй помилці, а визнай правоту іншого.

«ПОСТАВ СЕБЕ НА МІСЦЕ ІНШОГО» – завжди продумай, чи приємно було б тобі те, що ти говориш іншому.

«ПРАГНИ ВРАХОВУВАТИ ІНТЕРЕСИ КОЖНОГО» – роби не тільки те, що цікаво тобі, а й те, що цікаво іншим.

«ВІДСТОЮЙ СВОЮ ДУМКУ ТАК-ТОВНО» – доводь свою думку не крикам, а спокійно, при цьому не принижуючи інших.

Робота в парах (продемонструвати мирне розв'язання конфліктів)

Об'єднати дітей у пари. Обговорити і розіграти в парах ситуації, запропоно-



вані в підручнику на с. 71. Враховувати правила, визначені у попередньому завданні.

– Якщо назріває конфлікт, ви просто пригадайте, що в самому слові «конфлікт» сховано чимало хороших слів. Вам стане весело і не захочеться сваритися. Знайдіть ці слова.

Діти в парах записують на аркушах слова: ЛІТО, ТІЛО, КІЛОК, КІТ, ТІК, ФОН, ФЛІНТ, КОНІ, КОНТІ.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Що є причиною конфлікту?
2. Виконати завдання в зошиті на с. 30.
3. Запропонувати дітям подумати і сказати, яких правил кота Леопольда вони вже дотримуються. (*Я дотримуюсь правла «Постав себе на місце іншого», бо я завжди...*).
4. Доповнити речення: «ЩОБ НЕ БУТИ СХОЖИМ НА КОЗЛИКА З КАЗКИ, Я...»

18. ШКІДЛИВІ ЗВИЧКИ І ЗДОРОВ'Я



Мета

Довести, що тютюн та алкоголь негативно впливають на організм, вчити правильно реагувати на небезпечні пропозиції і відмовлятися від них; виховувати бажання вести здоровий спосіб життя.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- розрізняти корисні та шкідливі звички,
- пояснити шкідливий вплив тютюну та алкоголю на здоров'я,
- продемонструвати відмову від небезпечної пропозиції.



Обладнання і матеріали:

- ватман з назвою «Про шкоду куріння»,
- ватман з назвою «Про шкоду алкоголю»,
- по 4 аркуші А-4 для двох груп,
- аркуші А-5 на кожного учня,
- кольорові олівці.



Що підготувати заздалегідь:

- Підготувати презентацію «Шкода від алкоголю та тютюну» (або плакати).

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	7 хв.
Інформаційне повідомлення	3 хв.
Перегляд презентації	3 хв.
Колективний плакат	12 хв.
Руханка	2 хв.
Практична робота	8 хв.
Підсумкове завдання	5 хв.



Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

- Пригадати вивчене на попередньому уроці:
 - Пригадайте правила, які допоможуть залагодити конфлікт.
 - Яку людину можна назвати неконфліктною? (Ту, яка краще поступиться, щоб не призвести до виникнення конфлікту).
- Назвати тему і завдання уроку.
- Прочитати текст в підручнику на с. 72. Пригадати корисні та шкідливі звички: написати на одній половині дошки слово «КОРИСНІ», на другій – «ШКІДЛИВІ». Діти мають по одному вийти до дошки, назвати звичку і записати на відповідну половину дошки.

- ВЧАСНО ЛЯГАТИ СПАТИ
ГРИЗТИ НІГТИ
ЧИСТИТИ ЗУБИ
ПАЛИТИ
ЇСТИ ОВОЧІ
ПІЗНО ЛЯГАТИ СПАТИ
ЇСТИ В ОДИН І ТОЙ ЖЕ ЧАС
ЇСТИ ЧИПСИ
РОБИТИ ЗАРЯДК
ЇСТИ СУХАРИКИ
ПРОВІТРЮВАТИ КІМНАТУ
ДОВГО ДИВИТИСЯ ТЕЛЕВІЗОР
ЗАЙМАТИСЯ СПОРТОМ
ДОВГО ГРАТИ НА КОМП'ЮТЕРІ
- Дати пояснення словам Бернарда Шоу: «Цигарка – це бікфордів шнур, на одному кінці якого вогник, а на ін-

шому – дурник». (Бікфордів шнур – це шнур, по якому вогонь рухається до бомби. Догорить шнур – бомба розірветься. Ось так ризикує і той, хто палить: вогник поступово наближається до дурника і несе йому небезпеку).

Інформаційне повідомлення (розказати, що паління викликає залежність)

Прочитати текст «Походження тютюну» у підручнику на с. 72.

– Чому тютюн швидко поширювався? (Бо він викликає залежність – якщо людина почала палити, то вже важко їй кинутицю погану звичку). Така ж залежність і від алкоголю. А ці звички несуть велику шкоду здоров'ю.

Перегляд презентації (показати шкоду від паління та алкоголю)

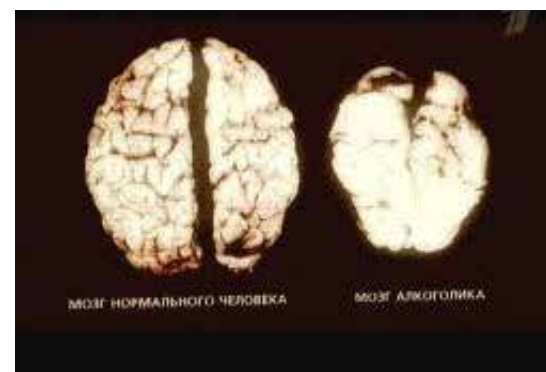
Паління і алкоголь призводять до невіправних змін у організмі.

Продемонструвати різницю між здоровим органом і органом людини, яка зловживає алкоголем та тютюном.

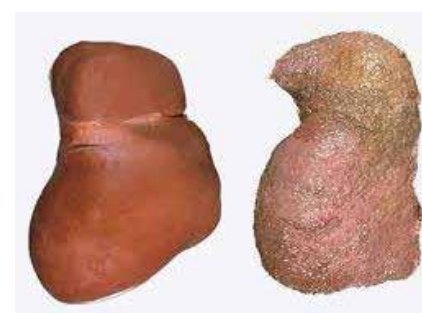
Легені



Мозок



Печінка



Серце



Виконати завдання в зошиті на с. 32 (1 завдання – «Звичка», 2 завдання – «Здоров'я»).

Колективний плакат (розуміти негативний вплив алкоголю і куріння)

Об'єднати дітей у дві групи. Перша група читає «Кавказьку легенду про тютюн» у підручнику на с. 73, друга група – «Кавказьку легенду про вино» на с. 74.

Кожній групі роздати по 4 аркуші А-4. На дошці закріпити два ватмани з назвами «Шкода від тютюну», «Шкода від алкоголю». Перша група виконує плакат «Шкода від тютюну», друга – «Шкода від алкоголю». Для цього запропонувати дітям розподілити між собою функції і відобразити на кожному з аркушів шкідливий вплив куріння (алкоголю) на здоров'я і поведінку людини. Приклеїти аркуші на ватман, написати заклики до здорового способу життя.

Групи демонструють плакати: 1 учень читає легенду. Інші діти розповідають про шкідливий вплив на організм людини.

Висновок: щоб жити довго і бути здоровим, не слід палити і вживати алкоголь.

Руханка (виконати рухливі вправи)

Вчитель читає рядок вірша, діти повторюють його і виконують рухи.

Я корисні звички маю:
Вчасно спати я лягаю,
Руки мить не забуваю.
На скакалці я стрибаю,
Фізкультурою займаюсь
І щоранку умиваюсь.
В парку, в лісі я гуляю,
Тож міцне здоров'я маю.

Практична робота (вчити відмовлятися від небезпечних пропозицій)

Прочитати текст у підручнику на с. 75.



– Чи завжди треба погоджуватися на всі пропозиції товаришів?

– Як бути, коли хтось пропонує вам спробувати палити?

– Ви маєте пам'ятати, що справжній друг ніколи не запропонує чогось поганого. Той, хто пропонує небезпечні речі, бажає вам лихого. Тримайтеся від нього подалі!

Об'єднати дітей у пари. Прочитати запропоновані в підручнику на с. 75 способи відмови. Запропонувати розіграти в парах діалог відмови від небезпечних пропозицій.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Запропонувати дітям подивитися на обидва плакати і зробити висновок, яку шкоду може принести тютюн та алкоголь.

Виконати завдання в зошиті на с. 33.

2. Роздати дітям аркуші паперу А-5.

– Ви своєю власною рукою можете нанести собі невіправну шкоду, якщо у вас з'являться ці шкідливі звички, про які ми говорили. Але можете і допомогти своєму організмові, якщо не будете вживати тютюну та алкоголю. Напишіть на кожному пальчику, які ваші органи будуть вам вдячні за це. (*Діти пишуть на пальчиках слова «мозок, серце, печінка, легені, шкіра»*).

– Тож пам'ятайте про цю долоньку і не нашкодьте самі собі.

19. КОМП'ЮТЕР І ЗДОРОВ'Я



Мета

Розказати про комп'ютерну залежність, довести шкідливий вплив надмірного захоплення комп'ютерними іграми на здоров'я; скласти правила користування комп'ютером, мережею Інтернет.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- пояснити поняття «комп'ютерна залежність»,
- розказати правила користування мережею Інтернет,
- зробити самоаналіз правильності користування комп'ютером,
- пояснити, чому не можна грати в комп'ютерні ігри потай від батьків.



Обладнання і матеріали:

- картки з деформованими реченнями:
**ПОВОДИТИСЯ ЧЕМНО, НЕ ОБРАЖАТИ ІНШИХ ЛЮДЕЙ.
 ВІДВІДУВАТИ ТІ САЙТИ, ЯКІ ДОЗВОЛЯЮТЬ БАТЬКИ.
 НЕ ПОВІДОМЛЯТИ ПАРОЛЬ СВОЄЇ ЕЛЕКТРОННОЇ ПОШТИ.
 ВІДКРИВАТИ ПОВІДОМЛЕННЯ ТІЛЬКИ ВІД ЗНАЙОМИХ.
 НЕ ВКАЗУВАТИ СВОЮ АДРЕСУ І НОМЕР ТЕЛЕФОНУ,**
- аркуші А-4, оформлені для роботи в групах (див. пункт *Робота в групах*),
- невеличкі аркуші паперу на кожного учня.



Що підготувати заздалегідь:

- Мультфільм «Смішарики. Гра».

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	6 хв.
Мікрофон	5 хв.
Інформаційне повідомлення	2 хв.
Перегляд мультфільму	5 хв.
Руханка	2 хв.
Тестування	5 хв.
Робота в групах	5 хв.
Корисні поради	7 хв.
Підсумкове завдання	3 хв.



Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати вивчене на попередньому уроці:

- Назвіть свої корисні звички?
- Яку шкоду приносить тютюн?
- Яку шкоду приносить алкоголь?
- Продемонструйте відмову від небезпечної пропозиції.

2. Назвати тему і завдання уроку.

3. Прочитати текст в підручнику на с. 76. Запропонувати дітям розказати, що вони вміють робити за допомогою комп'ютера.

Виконати завдання в зошиті на с. 34.

4. Прочитати вірш в підручнику на с. 76. Знайти в словничку на с. 156 значення слів «гаджет», «ай-гаджет».

Гаджет — цікава технічна новинка, зазвичай прилад невеликого розміру, який можна покласти до кишені, надягнути на руку, наприклад, мобільний телефон.

Ай-гаджет — гаджет, підключений до мережі *Інтернет*. Префікс походить від першої літери в англійському слові «Internet» і вимовляється як «ай».

– Чому хлопчика називають Ай-Максимом? *(Бо він занадто захоплюється Інтернетом).*

«Мікрофон» (довести шкоду від надмірного захоплення комп'ютерними іграми)

– Як ви гадаєте, захоплення комп'ютером - це корисно чи шкідливо? *(Вислухати відповіді).*

– Про це ми зараз дізнаємося з вірша про Толика.

Прочитати вірш в підручнику на с. 77.

– Чому у хлопчика червоні очі? *(Від перевтоми і недосипання).*

– Чи зможе він добре вчитися?

– А чому ж не ліг вчасно спати? *(Бо захопився грою).*

– Навіщо ж сів грати крадькома? *(Бо батьки його ю зупинили вчасно, а він цього не хотів).*

Висновок: надмірне захоплення комп'ютерними іграми шкідливе.

Інформаційне повідомлення (розказати про комп'ютерну залежність)

Прочитати текст «Небезпека від комп'ютера» у підручнику на с. 78.

– Як ви розумієте вислів «комп'ютерна залежність»?

– Якщо вона виникає, то іноді доводиться навіть звертатися по допомогу до лікарів.

Перегляд мультфільму

(продемонструвати, що таке комп'ютерна залежність)

Продемонструвати мультфільм «Смішарики», «Гра».

– Чому Лосяш мав такий непривабливий вигляд? *(Бо він не спав, не гуляв на свіжому повітрі, а тільки сидів за комп'ютером).*

– Як друзі йому допомогли?

– Як не втрапити в таку халепу? *(Треба контролювати час перебування за комп'ютером: 30-35 хвилин).*

Руханка (виконати рухливі вправи)

– Дуже багато різних занять, які цікаві не менше, ніж комп'ютерні ігри.

Я їх назву, а ви покажете пантомімою:

- футбол,
- бадмінтон,
- баскетбол,
- стрибки на скакалці,
- плавання,
- танці.

Запропонувати продовжити дітям – назвати свої улюблені заняття.

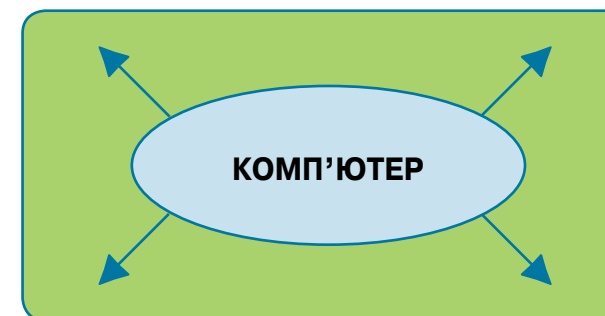
Тестування (перевірити чи не мають діти комп'ютерної залежності)

Роздати дітям невеличкі аркуші паперу. На с. 78 зачитати питання тесту і написати відповідь «так» або «ні». Підрахувати відповіді і прочитати результати.

Висновок: щоб не сталося такого, як з Лосяшем, слід контролювати час перебування за комп'ютером.

Робота в групах (скласти правила користування комп'ютером)

Об'єднати дітей у групи по 4 учні. Роздати аркуші паперу:



Діти мають написати правила користування комп'ютером. *(Не сидіти дов-*

го за комп'ютером, робити перерви, не забувати про ігри на свіжому повітрі, спілкуватися з друзями не тільки через Інтернет).

Прокоментувати написані правила.

Корисні поради (вчити користуватися Інтернетом)

Прочитати в підручнику на с. 79 текст «Безпека в мережі Інтернет». Прокоментувати поради.

Об'єднати дітей у 5 груп. Роздати деформовані речення. Скласти правила користування Інтернетом:

ПОВОДИТИСЯ ЧЕМНО, НЕ ОБРАЖАТИ ІНШИХ ЛЮДЕЙ.

ВІДВІДУВАТИ ТІ САЙТИ, ЯКІ ДОЗВОЛЯЮТЬ БАТЬКИ.

НЕ ПОВІДОМЛЯТИ ПАРОЛЬ СВОЄЇ ЕЛЕКТРОННОЇ ПОШТИ.

ВІДКРИВАТИ ПОВІДОМЛЕННЯ ТІЛЬКИ ВІД ЗНАЙОМИХ.

НЕ ВКАЗУВАТИ СВОЮ АДРЕСУ І НОМЕР ТЕЛЕФОНУ.

Виконати завдання 1 в зошиті на с. 35.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Чим небезпечна комп'ютерна залежність?

2. Як саме шкодить здоров'ю надмірне захоплення комп'ютерними іграми?

Виконати завдання 2 в зошиті на с. 35.

3. Пригадайте складені вами правила користування комп'ютером. Які з них ви виконуєте?



20. УЗАГАЛЬНЮЮЧИЙ УРОК ДО РОЗДІЛУ «СЕРЕД ЛЮДЕЙ»



Мета

Закріпити отримані знання; продемонструвати, як позитивні риси людини впливають на її відчуття і настрій; прищеплювати любов до сімейних традицій.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- назвати сімейні традиції,
- розказати про правила святкування різних свят у родині,
- пояснити, як зробити радість собі і близьким.



Обладнання і матеріали:

- серце, вирізане з паперу,
- різнокольорові паперові квіточки за кількістю учнів,
- клей.

Що підготувати заздалегідь:

- У зошитах «Про мене» виконати завдання зі с. 80 підручника.
- Підготувати уривки з мультфільму «Лунтик та його друзі».



Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	4 хв.
Практична робота	10 хв.
Руханка	2 хв.
Створення колективного плаката	18 хв.
Підсумкове завдання	6 хв.

Стартові завдання (повторити попередній матеріал)

1. Назвати тему і завдання уроку.
2. Пригадати вивчене в розділі:
 - Яку людину називають толерантною?
 - Назвіть правила спілкування.
 - Які ви знаєте правила залагодження конфлікту?
 - Як відмовитися від небезпечних пропозицій?
 - Чим небезпечне надмірне захоплення комп'ютером?

Практична робота (прищеплювати вміння вивчати сімейні традиції і поважати їх)

Попрацювати з зошитами «Про мене». Діти зачитують правила, які склалися у родині.

- Вчитель пропонує порівняти їх з правилами родини друга чи подруги:
- Чим вони схожі, а чим — відмінні?
 - Чи хотілося б тобі щось додати до правил своєї родини?
 - Якщо так, запропонуй це дорослим.

Руханка (виконати рухливі вправи)

Пограти в гру «Добре – погано». Вчитель називає рису. Діти вигукують «Добре!» і плескають у долоні або «Погано!» і присідають.

- Бути чемним.
- Бути злим.
- Бути слухняним.
- Бути толерантним.
- Бути жадібним.

- Бути щирим.
- Бути правдивим.
- Бути неохайним.

Створення колективного плаката (скласти правила здорового способу життя)

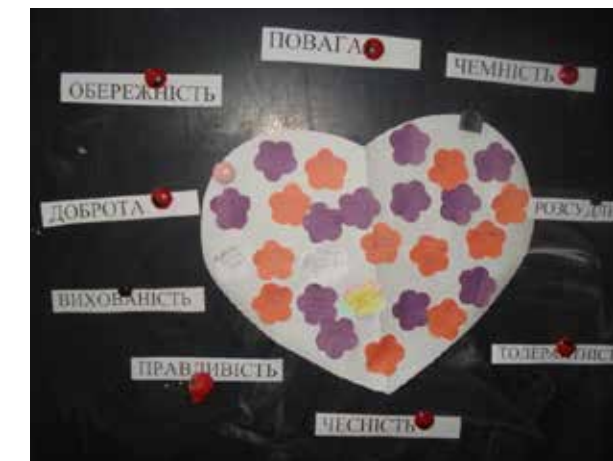
Закріпити на дошці вирізане з паперу серце. Роздати дітям різнокольорові квіточки, вирізані з паперу.

– Кожній людині подобається, коли їй говорять приємні речі. Пригадайте, що приємне ви сказали сьогодні комусь із своїх однокласників і запишіть на квіточці.

Діти записують. Потім по черзі виходять до дошки, озвучують написане і приклеюють квіточку на серце.

– Погляньте: ось так розквітає серце кожної людини, коли їй говорять приємні речі. Давайте подумаймо, які якості мають бути у людини, щоб вона могла робити приємне іншим.

Діти називають. Вчитель закріплює навколо серця картки зі словами ПОВАГА, ЩИРИСТЬ, ДОБРОТА, ЧЕМНІСТЬ, ПРАВДИВІСТЬ, ЛАГІДНІСТЬ, ТОЛЕРАНТНІСТЬ, РОЗСУДЛИВІСТЬ.





21. БЕЗПЕЧНИЙ ДІМ

– Та інколи хтось забуває про ці риси. І тоді трапляється ось що.

Вчитель демонструє уривки з мультфільму «Лунтик і його друзі». Після кожного уривку діти мають сказати, про яку рису забули герої. Наприклад, діти називають «ПРАВДИВІСТЬ». Вчитель знімає слово «ПРАВДИВІСТЬ» і пояснює, що таким чином відкрився до серця доступ чогось злого і недоброго.

Висновок: щоб було тепло на серці у тебе і твоїх близьких, не забувай про такі риси характеру, як ПОВАГА, ЩИРІСТЬ, ДОБРОТА, ЧЕМНІСТЬ, ПРАВДИВІСТЬ, ЛАГІДНІСТЬ, ТОЛЕРАНТНІСТЬ, РОЗСУДЛИВІСТЬ.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

Запропонувати дітям «зазирнути в себе». Діти вибирають одну з добрих рис характеру серед карток на дошці і розказують, який вчинок свідчить про те, що у них є така риса.



Мета

Порівняти облаштування української хати і сучасної оселі; розказати про систему водопостачання і дії у випадку аварії; вивчити правила користування водогоном; практично відпрацювати виклик служби порятунку.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- розказати про джерела водопостачання,
- розказати правила користування водогоном,
- назвати номери служби порятунку,
- продемонструвати виклик служби порятунку.



Обладнання і матеріали:

- незакінчені речення: «ЯКЩО ВОДА ТЕЧЕ МАРНО, ТО...», «ЯКЩО В РАКОВИНУ ПОТРАПИВ СТОРОННІЙ ПРЕДМЕТ, ТО...», «ЯКЩО НА ПІДЛОЗІ ПОМІТИВ ВОДУ, ТО...», «ЯКЩО ПРОРВАЛО ТРУБУ З ГАРЯЧОЮ ВОДОЮ, ТО...», «ЯКЩО КВАРТИРУ ЗАЛИВАЄ ВОДА, ТО...»
- два українські костюми для інсценування,
- таблиця з правилами виклику служби порятунку (див. пункт *Практична робота*),
- вирізані з паперу краплинки води.



Що підготувати заздалегідь:

- Підготувати інсценівку (див. пункт *Інсценування*).
- Дітям разом з батьками намалювати план своєї оселі (за зразком у підручнику на с. 84).

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	3 хв.
Інсценування	2 хв.
Інформаційне повідомлення	3 хв.
Робота в групах	10 хв.
Руханка	2 хв.
Дослідницький практикум	6 хв.
Практична робота	9 хв.
Підсумкове завдання	5 хв.



Стартові завдання (перейти до нового матеріалу)

1. Назвати тему і завдання уроку.
2. Прочитати текст «Мій дім – моя фортеця» в підручнику на с. 82. Запропонувати дітям продовжити речення: «Я люблю свій дім за те, що...»

Інсценування (розказати про українську хату)

Виходять двоє дітей в українських костюмах.

1 учень:

Що наші предки українці
Мали у своїй хатинці?

2 учень:

Посеред хати піч стояла –
Годувала й зігривала.

1 учень:

В кутку стояли рогачі –
Діставати борщ з печі.

2 учень:

В чугунах водичку гріли
І дітей у ночвах мили.

1 учень:

А надворі як смеркало,
Що тоді вони вмикали?

2 учень:

Щоб темряву відігнати,
Палили каганці й лампади.

Продемонструвати малюнки з зображенням української хати.

Інформаційне повідомлення (порівняти українську минувшину із сучасним облаштуванням житла)

Прочитати текст «Традиції і сучасність» у підручнику на с. 82.

– Чим облаштоване сучасне житло на відміну від хати в минулі часи?

– Які у вашій оселі є електроприлади?

– Без чого ви не можете уявити свого життя?

Робота в групах (ознайомити з правилами користування водогазом)

Прочитати в підручнику на с. 83 текст «Джерела водопостачання».

Об'єднати дітей у 5 груп. Кожній групі дати одне з правил, вміщених в підручнику на с. 83. Діти мають обговорити і прокоментувати це правило.

Для закріплення правил запропонувати доповнити речення:

«ЯКЩО ВОДА ТЕЧЕ МАРНО, ТО...»

«ЯКЩО В РАКОВИНУ
ПОТРАПИВ СТОРОННІЙ
ПРЕДМЕТ, ТО...»

«ЯКЩО НА ПІДЛОЗІ ПОМІТИВ
ВОДУ, ТО...»

«ЯКЩО ПРОРВАЛО ТРУБУ З
ГАРЯЧОЮ ВОДОЮ, ТО...»

«ЯКЩО КВАРТИРУ ЗАЛИВАЄ
ВОДА, ТО...»

Виконати завдання 1 в зошиті на с. 36.

Руханка (виконати рухливі вправи)

Вчитель читає рядок вірша, діти повторюють і виконують рухи.

Хлюп-хлюп-хлюп – вода хлюпоче,
Ллється з крана, плюскотить.

Хто здоровим бути хоче,
Буде з милом руки мить.

Кап-кап-кап – вода співає.

Миєм руки залюбки.
Швидко бруд увесь змиваймо.
Ось чистолі ми які!

Дослідницький практикум (знати прилади, приєднані вдома до водопостачання, і вчити поводитися в разі аварії)

Розглянути в підручнику на с. 84 план оселі. Знайти на ньому систему водопостачання і прилади, приєднані до неї.

На плані власної оселі позначити ванну, пральну машину, посудомийну машину.

– Знаючи розташування системи водопостачання, ви зможете зорієнтуватися у разі аварії. Попросіть батьків щоб навчили вас перекривати крани водопостачання.

Практична робота (відпрацювати навички виклику служби порятунку)

Виконати завдання 2 в зошиті на с. 36.

Прочитати текст у підручнику на с. 85. Вивісити таблицю, як правильно викликати службу порятунку:

- НЕ ПАНІКУВАТИ.
- ГОВОРИТИ ЧІТКО І РОЗБІРЛИВО.
- НАЗВАТИ СВОЄ ІМ'Я ТА ПРІЗВИЩЕ.

- НАЗВАТИ ВУЛИЦЮ, ДІМ, КВАРТИРУ, ПОВЕРХ.
- СКАЗАТИ, СКІЛЬКИ ЛЮДЕЙ У ПРИМІЩЕННІ.

Об'єднати дітей у пари. Опираючись на таблицю, діти мають розіграти діалог виклику служби порятунку у таких ситуаціях:

- сталася пожежа,
 - прорвало трубу водопостачання.
- Продемонструвати виклик.

Підсумкові завдання (закріпити отримані знання)

1. Виконати завдання в зошиті на с. 37 (1 – В, 2 – Г, 3 – Б, 4 – А, 5 – Д).
2. Закріпити на дошці вирізані з паперу краплинки води.

– Кожна марно випущена краплина води – це шкода для природи і для суспільства. Поясніть, чому?

– Пропоную зібрати краплинки, але разом зі знаннями, які ви сьогодні отримали!

Діти по одному знімають краплинку і розказують, що запам'ятали на уроці. Потрібно, щоб не залишилося жодної краплинки.

– Отож, у нас сьогодні не пролилося жодної зайвої краплі води.



22. ПОЖЕЖНА БЕЗПЕКА



Мета

Познайомити з виробництвом електричного струму; вчити розпізнавати горючі, негорючі та легкозаймісті речовини; розказати, як запобігти пожежі, враженню електричним струмом; вчити, як загасити невелику пожежу.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- розрізнити горючі, негорючі та легкозаймісті речовини,
- розказати, як запобігти враженню електричним струмом,
- назвати правила користування електроприладами,
- продемонструвати, як можна загасити невелику пожежу.



Обладнання і матеріали:

- аркуші А-4 за кількістю учнів,
- картки зі словами: ХОЛОДИЛЬНИК, ПИЛОСОС, ВЕЛОСИПЕД, ТЕЛЕВІЗОР, ПРАСКА, ГАЗОВА ПЛИТА, НАСТІЛЬНА ЛАМПА, ФЕН, РОЛИКИ,
- деформоване речення «НІКОЛИ НЕ ГАСИ ЕЛЕКТРОПРИЛАД ВОДОЮ».

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	4 хв.
Мозковий штурм	4 хв.
Інформаційне повідомлення	5 хв.
Проблемне питання	5 хв.
Робота в групах	3 хв.
Руханка	2 хв.
Складання пам'ятки	7 хв.
Практична робота	6 хв.
Підсумкове завдання	4 хв.

Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати вивчене на попередньому уроці:
 - Назвіть номери служби порятунку.
 - Розкажіть правила користування водогоном.
 - Продемонструйте виклик служби порятунку.
 - Чому необхідно закривати кран, якщо вода тече марно?
2. Назвати тему і завдання уроку.
3. Прочитати текст «Легкозаймісті речовини» в підручнику на с. 86. Розглянути малюнок і назвати горючі речовини (тканина, вата, папір, дерево) і негорючі (пісок, цегла, вода). Прочитати про легкозаймісті речовини (фарби, лаки, бензин, розчинники, гас), розглянути знак «Вогнебезпечно!».

Мозковий штурм (вчити розрізнити горючі, негорючі і легкозаймісті речовини)

Об'єднати дітей у пари. Виконати завдання 1 в зошиті на с. 38.

Висновок: легкозаймісті речовини треба зберігати у недоступних для дітей місцях.

Інформаційне повідомлення (познайомити з виробництвом електричного струму)

Прочитати текст «Як виробляють електричний струм» у підручнику на с. 87. Розглянути малюнок, пояснити, як електричний струм подається в будинки.

– Як електричний струм потрапляє в наші оселі?

– Чим небезпечні аварії в електромережах?

Виконати завдання, запропоновані в підручнику на с. 87. Діти стають у коло, розраховуються на перший-другий і по черзі присідають. Таким чином вони зображають роботу турбін, що виробляють електричний струм.

По колу передають потиск руки – так струм іде по проводах до наших осель.

Пояснити, що виробництво електричного струму коштує дуже дорого.

– Як кожен з вас зможе допомогти економити електричну енергію? (*Вимикати зайве світло і електроприлади.*)

Висновок: необхідно економити електрику, вимикати зайве світло, електроприлади.

Проблемне питання (вчити запобігати ураженню електричним струмом)

Розглянути в підручнику на с. 88 знаки.

– Де ви зустрічали такі знаки?

– Про що вони нас застерігають? (Вислухати відповіді).

Прочитати в підручнику на с. 88 текст «Як запобігти ураженню електричним струмом».

– Чим небезпечно для людини ураження електричним струмом?

– Чому не можна брати електроприлади мокрими руками? (*Вода дуже добре проводить електричний струм, і людину може уразити.*)



Висновок: вода і електрика несумісні. Не можна торкатися електроприладів мокрими руками.

Робота в групах (закріпити вміння уникати ураження електричним струмом)

Об'єднати дітей у групи по 4 учні. Провести змагання між групами, використовуючи питання в підручнику на с. 88.

– Чому не можна торкатися обірваних та оголених проводів? (Бо по проводах йде електричний струм. Він може уразити людину і нанести шкоду здоров'ю або й життю).

– Чому не можна вимикати з розетки електроприлад, тягнувши за шнур? (Шнур може пошкодитися, і людину уразить електричним струмом).

Виконати завдання 2 в зошиті на с. 38.

Руханка (виконати рухливі вправи)

Запропонувати дітям показати пантомімою електроприлади. Вчитель показує картку, діти показують пантоміму, якщо це електроприлад.

ХОЛОДИЛЬНИК, ПИЛОСОС, ВЕЛОСИПЕД, ТЕЛЕВІЗОР, ПРАСКА, ГАЗОВА ПЛИТА, НАСТІЛЬНА ЛАМПА, ФЕН, РОЛИКИ.

Складання пам'ятки (вчити запобігати пожежі при користуванні електроприладами)

Прочитати в підручнику на с. 89 текст «Електроприлади: як запобігти пожежі». Пояснити правила:

– Не можна користуватися несправними чи саморобними приладами. (Вони можуть загорітися; може статися коротке замикання, що теж спричинить пожежу).

– Не можна вмикати в одну розетку кілька потужних електроприладів. (Це може призвести до короткого замикання, що спричинить пожежу).

– Не можна ставити обігрівачі поблизу дерев'яних меблів, штор, сушити на них одяг. (Це горючі речовини, вони можуть загорітися, виникне пожежа).

Розглянути заборонні знаки на с. 89.

Роздати дітям аркуші А-4. Запропонувати, спираючись на правила і заборонні знаки, скласти пам'ятку для користування електроприладами. Викликати кількох учнів для демонстрації пам'яток.

Висновок: порушення правил користування електроприладами може спричинити пожежу.

Практична робота (вчити загасити невелику пожежу)

Прочитати текст «Як загасити невелику пожежу» у підручнику на с. 90. Розглянути малюнки. Користуючись малюнками, практично відпрацювати поведінку в ситуаціях, коли загорівся електроприлад. Вчитель викликає одного учня, задає ситуацію (наприклад, загорілася ввімкнена в мережу праска). Учень називає свої дії.

Акцентувати увагу на те, що в такій ситуації не можна панікувати! Ні в якому разі не гасити електроприлад водою, бо через воду може уразити електричним струмом.

Виконати завдання в зошиті на с. 39.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Чому не сумісні електрика і вода? Скласти деформоване речення «НІКОЛИ НЕ ГАСИ ЕЛЕКТРОПРИЛАД ВОДОЮ».
2. Як поводитися в місці, де є знаки і таблички, зображені на с. 88?
3. Користуючись складеною пам'яткою, назвати ті правила користування електроприладами, які діти вже виконують.
4. В підручнику на с. 91 запропоноване завдання для роботи з батьками. Розглянути зображені предмети і подумати, в якому місці на плані їх можна розмістити. (Обігрівач – подалі від штор і меблів, чайник – на кухні, телевізор – у кімнаті, сірники і запальничку – подалі від дітей і від відкритого вогню, лак, фарбу – на балконі, лак для нігтів і аерозоль – подалі від відкритого вогню, бензин взагалі у оселі тримати не можна).

23. ОБЕРЕЖНО: ГАЗ!

Мета

Пояснити, чим небезпечний витік газу; розказати правила користування газовою плитою; навчити правилам поведінки при витіканні газу; практично відпрацювати виклик служби газу.

Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- назвати, де у власній квартирі знаходяться газові прилади і крани,
- розказати правила користування газовою плитою,
- пояснити, чим небезпечний витік газу,
- продемонструвати виклик служби газу.

Обладнання і матеріали:

- таблички з правилами користування плитою (див. пункт Робота в групах),
- картки з деформованими реченнями:
НЕ МОЖНА ВМИКАТИ І ВИМИКАТИ СВІТЛО, НЕ МОЖНА ВМИКАТИ І ВИМИКАТИ ЕЛЕКТРОПРИЛАДИ, НЕ МОЖНА ЗАПАЛЮВАТИ СІРНИКИ І ЗАПАЛЬНИЧКИ, НЕ МОЖНА КУРИТИ ЦИГАРКИ,
- заборонні знаки зі с. 94 підручника,
- таблиця з уроку «Безпечний дім»:
НЕ ПАНІКУВАТИ, ГОВОРИТИ ЧІТКО І РОЗБІРЛИВО, НАЗВАТИ СВОЄ ІМ'Я ТА ПРИЗВИЩЕ, НАЗВАТИ ВУЛИЦЮ, ДІМ, КВАРТИРУ, ПОВЕРХ, СКАЗАТИ, СКІЛЬКИ ЛЮДЕЙ У ПРИМІЩЕННІ.

Що підготувати заздалегідь

- Дітям принести план своєї оселі.

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	6 хв.
Робота в групах	6 хв.
Проблемне питання	5 хв.
Інформаційне повідомлення	4 хв.
Практична робота	10 хв.
Мозковий штурм	3 хв.
Підсумкове завдання	6 хв.

Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати вивчене на попередньому уроці:
 - Чому несумісні вода та електрика?
 - Як запобігти ураженню електричним струмом?
 - Розкажіть правила користування електроприладами.
 - Розкажіть дії у разі загорання електроприладу.
2. Назвати тему і завдання уроку.
3. Прочитати текст в підручнику на с. 92. Розглянути малюнок і знайти газові прилади і крани, за допомогою яких вони перекриваються.
4. На плані власної оселі позначити газові труби, газові прилади і крани.

Робота в групах (вивчити правила користування газовою плитою)

Прочитати текст «Як користуватися газовою плитою» в підручнику на с. 93. Об'єднати дітей у 4 групи. Кожна група має обговорити і пояснити одне з чотирьох правил, вміщених на с. 93.

При обговоренні кожного правила, вчитель вивішує таблички:

**ВІДЧИНИ
КВАТИРКУ**

**НЕ ЗАЛИШАЙ
ПЛИТУ
БЕЗ НАГЛЯДУ**

**ПРИБЕРИ
ПРЕДМЕТИ,
ЩО МОЖУТЬ
ЗАГОРІТИСЯ**

**НЕ СУШИ РЕЧІ
НАД ПЛИТОЮ**

Діти коментують правила, шукають відповідний малюнок у підручнику на с. 93.

Виконати завдання 1 в зошиті на с. 40.

Проблемне питання (вчити запобігати ураженню електричним струмом)

– Як ви гадаєте, газ – наш друг чи ворог? (Вислухати відповіді дітей).

– Якщо правильно користуватися газом, то він наш друг і помічник. Але, коли не знати правил, то він може стати ворогом і накоїти лиха.

Прочитати у підручнику на с. 94 текст «Небезпека: витікання газу!».

– Навіщо в газ додають речовини з неприємним запахом? (Щоб нам було зрозуміло: якщо почув неприємний запах, значить, сталося витікання газу).

– Чим загрожує витікання газу? (Можна отруїтися, може статися вибух).

Висновок: витікання газу може спричинити вибух і отруєння.

Інформаційне повідомлення (розказати, чого не можна робити при витіканні газу)

Об'єднати дітей у 4 групи. Роздати аркуші з деформованими реченнями. Діти мають скласти речення-заборону і пояснити, чому так.

НЕ МОЖНА ВМИКАТИ І ВИМИКАТИ СВІТЛО (Бо може проскочити іскра, а від неї вибухне газ).

НЕ МОЖНА ВМИКАТИ І ВИМИКАТИ ЕЛЕКТРОПРИЛАДИ (Бо може проскочити іскра, а від неї вибухне газ).



НЕ МОЖНА ЗАПАЛЮВАТИ СІРНИКИ І ЗАПАЛЬНИЧКИ (Бо від вогню вибухне газ).

НЕ МОЖНА КУРИТИ ЦИГАРКИ (Бо від вогню вибухне газ).

Виконати завдання 1 в зошиті на с. 41.

Практична робота (вчити, як діяти у випадку витікання газу)

Прочитати правила у підручнику на с. 99. пояснити ці правила:

– Відчини вікна і двері. (Щоб не отруїтися газом, слід швидко впустити свіже повітря. Протягом витягне газ).

– Перекрий газові крани. (Треба припинити подальший витік газу).

– Вийди надвір і поклич дорослих. (Дорослі допоможуть у цій складній ситуації).

– Зателефонуй 104. (Це телефон служби газу: рятувальники тобі допоможуть. **Пам'ятай! Телефонувати з мобільного не можна в приміщенні, де стався витік газу.**

Об'єднати дітей у групи по чотири. Запропонувати дітям в групі по черзі розіграти ситуацію «Я відчув запах газу». Зробити акцент на те, як правильно телефонувати. Для цього використати таблицю з уроку «Безпечний дім»:

- НЕ ПАНІКУВАТИ.
- ГОВОРИТИ ЧІТКО І РОЗБІРЛИВО.
- НАЗВАТИ СВОЄ ІМ'Я ТА ПРІЗВИЩЕ.
- НАЗВАТИ ВУЛИЦЮ, ДІМ, КВАРТИРУ, ПОВЕРХ.

- СКАЗАТИ, СКІЛЬКИ ЛЮДЕЙ У ПРИМІЩЕННІ.

Виконати завдання 2 в зошиті на с. 40.

Мозковий штурм (закріпити дії у випадку витікання газу)

Запропонувати дітям доповнити речення:

«Я відчув запах газу!

Найперше, що я зроблю – ... (Відкрию вікна і двері).

Якщо в кімнаті темно, ... (Я не буду вмикати світло).

Якщо горить світло... (Я не буду його вимикати).

Якщо працює телевизор... (Я не буду його вимикати).

Треба неодмінно перекрити... (Газовий кран).

Щоб зателефонувати 104... (Треба вийти з приміщення).

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Чим небезпечний витік газу?
2. Використовуючи заборонні знаки, зображені в підручнику на с. 94, повторити, чого не можна робити, якщо стався витік газу?
3. Повторити правила виклику служби газу, виконавши завдання 2 в зошиті на с. 41.
4. Пограти в гру «Ти молодець!». Стати в коло. Діти по черзі називають правила користування газовою плитою, правила поведінки при витіканні газу. Інші відповідають: «Ти молодець!».

24. БЕЗПЕКА НА ДОРОГАХ



Мета

Дати визначення поняття «гальмівний шлях», навчати правилам переходу дороги в умовах обмеженої оглядовості та обмеженої видимості; прищеплювати звичку користуватися світловідбивачами – флікерами.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- пояснити терміни «гальмівний шлях, «флікери»,
- розказати, як переходити дорогу з обмеженою оглядовістю,
- розказати, як переходити дорогу з обмеженою видимістю,
- пояснити переваги користування світловідбивачами.



Обладнання і матеріали:

- аркуші з надрукованими словами:
 ДЕРЕВА ПІШОХОДИ ВИЇЗД ІЗ ГАРАЖА
 КУЧУГУРИ БУДІВЛІ ДОРОЖНІ ЗНАКИ
 ВИЇЗД ІЗ ДВОРУ ПОВОРІТ СМІТТЄВІ БАКИ
 ТРОТУАР ТРАНСПОРТ КУЩІ,
- червоні, жовті та зелені кружечки за кількістю учнів,
- картки зі словами: СНІГОПАД, ДОЩ, СУТІНКИ, НІЧ, ТУМАН,
- незакінчене речення : «ЩОБ НЕ ПОТРАПИТИ В ДТП, Я ...»..



Що підготувати заздалегідь:

- Підготувати інсценівку (див. пункт *Стартові завдання*).

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	8 хв.
Інформаційне повідомлення	5 хв.
Робота в групах	7 хв.
Руханка	3 хв.
Проблемне питання	5 хв.
Практична робота	5 хв.
Підсумкове завдання	7 хв.



Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати вивчене на попередньому уроці:
 - Розказати правила користування газовою плитою.
 - Чим небезпечне витікання газу?
 - Яка небережність може стати причиною витікання газу?
 - Назвіть заборони у випадку витікання газу.
 - Продемонструйте дії у випадку витікання газу.
2. Назвати тему і завдання уроку.
 - Для того, щоб дорога до школи була для вас безпечною, існують правила дорожнього руху, які вам слід виконувати. І перший ваш помічник – це світлофор.
3. Показати інсценівку.

Ведучий:

У казковому містечку,
Звідси воно недалечко,
Пішоходи і машини
Рухаються без упину.
І хоч людей, машин немало,
ДТП там не бувало!

*Виїжджають машини, виходять
Світлофор, який керує рухом*

Світлофор:

Я керую рухом вправно.
Вам наліво, вам направо.
Ви готуйтесь, а ви стійте,
Зачекати черги вмійте.
Ви, шановні пішоходи,
Йдіть спокійно переходом.

Машини:

Правила дорожні знаєм.
Нам завжди допомагає
Світлофор – наш кращий друг.
Його люблять всі навкруг.

*Висновок: треба виконувати правила
дорожнього руху, щоб уникати ДТП.*

**Інформаційне повідомлення
(розказати про гальмівний шлях
автомобіля)**

Прочитати у підручнику текст «Гальмівний шлях автомобіля» на с. 96. Дати визначення поняття «гальмівний шлях». Розглянути малюнок. Дати відповіді на питання в підручнику:

– Яка небезпека загрожує хлопчико-
кові? (Він може потрапити під колеса
автомобіля).

– Яке правило він порушив? (Віх
побіг перед автомобілем, який не зупи-
нився).

– У якого автомобіля більший галь-
мівний шлях: у легкового чи вантажного?
Чому? (У вантажного, бо він важчий).

*Висновок: слід пам'ятати, що автомо-
біль не зупиниться миттєво, він проїде
гальмівний шлях!*

**Робота в групах (розказати правила
переходу дороги в умовах обмеженої
оглядовості)**

Прочитати в підручнику текст «Не-
безпека: обмежена оглядовість!» на с.
97. Розглянути малюнок. Дати відповіді
на питання в підручнику:

– Що обмежує оглядовість для во-
дія автобуса? (Поворот, будівлі, кучугу-
ри снігу).

– Які ще небезпеки існують для пі-
шоходів узимку? (Ожеледиця, снігопад).

Об'єднати дітей у групи по 4 учні.
Роздати кожній групі аркуші з надруко-
ваними словами:

ДЕРЕВА	ПІШОХОДИ	ВИЇЗД ІЗ ГАРАЖА
КУЧУГУРИ	БУДІВЛІ	ДОРОЖНІ ЗНАКИ
ВИЇЗД ІЗ ДВОРУ	ПОВОРОТ	СМІТТЄВІ БАКИ
ТРОТУАР	ТРАНСПОРТ	КУЩІ

Діти мають викреслити зайві слова
(виділено курсивом), а залишити те, що
може створити обмежену оглядовість
для водія.

*Висновок: для переходу слід обирати
місце, яке добре проглядається в оби-
два боки.*

Руханка (виконати рухливі вправи)

Роздати дітям червоні, жовті та зелені
кружечки. Запропонувати об'єднатися
трійками-світлофорами: червоний, жов-
тий, зелений.

Вчитель називає дію, «світлофор»
«вмикає» відповідне світло (два учні
присідають, стоїть лиш учень з кружеч-
ком потрібного кольору).

– Машина наближається до пішо-
хідного переходу. (Червоний).

– Машина гальмує. (Жовтий).

– Машина зупинилась. (Зелений).

– Ти вийшов з автобуса, хочеш пе-
рейти дорогу, але автобус ще стоїть.
(Червоний).

– Автобус від'їжджає. (Жовтий).

– Автобус вже від'їхав, і на дорозі
немає машин. (Зелений).

**Проблемне питання (розказати
про перехід дороги в умовах
обмеженої видимості)**

– Як ви гадаєте, що може обмежити
видимість і для водія, і для пішохода?
(Відповіді дітей).

В ході роботи вчитель вивішує картки
зі словами: СНІГОПАД, ДОЩ, СУТІН-
КИ, НІЧ, ТУМАН.

Прочитати текст у підручнику на с.
98. Розглянути малюнок, дати відповіді
на питання:

– Що перешкоджає водієві бачити
пішоходів? (Злива).

– Що перешкоджає пішоходам по-
бачити і почути наближення автомобіля?
(Злива, шум дощу).

Прочитати про флікери у підручнику
на с. 98. Запропонувати розказати, які
світловідбивачі є у дітей.

*Висновок: в умовах обмеженої видимос-
ті треба користуватися світловідби-
вачами.*

Виконати завдання в зошиті на с. 42.

**Практична робота (довести переваги
світловідбивачів)**

Розглянути в підручнику на с. 99 та-
блиці. Пояснити, що зі світловідбивача-
ми водій побачить пішохода в три рази
далі і в ближньому світлі фар, і в даль-
ньому.

Об'єднати дітей у пари. Один з
пари – з флікером, інший – без. Проте-
монструвати, кого і де побачить водій у
світлі фар: вчитель викликає одну пару,
виконує роль водія, а діти розміщуються



перед ним відповідно до схеми в підручнику.

Виконати завдання в зошиті на с. 43.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Де в себе ви зможете прикріпити флікери? В підручнику на с. 99 для вас є такі рекомендації. Виконайте їх разом з батьками.
2. На дошці закріплені картки зі словами СНІГОПАД, ДОЩ, СУТІНКИ, НІЧ, ТУМАН. Запропонуйте дітям знімати по одній картці і розказувати, як переходити дорогу у відповідних умовах.
3. Доповнити речення: «ЩОБ НЕ ПОТРАПИТИ В ДТП, Я ...»

25. ЗАЛІЗНИЧНИЙ ПЕРЕЇЗД. ДОРОЖНІ ЗНАКИ



Мета

Познайомити з видами залізничних переїздів і правилами їх переходу; розказати про види дорожніх знаків, вчити їх розрізняти; практично відпрацювати дії у відповідності з певними дорожніми знаками.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- назвати види залізничних переїздів і знаки, якими вони позначаються,
- пояснити небезпеку залізничного переїзду для пішоходів,
- розказати правила переходу залізничного переїзду,
- назвати види дорожніх знаків,
- продемонструвати дії при наявності певних дорожніх знаків.



Обладнання і матеріали:

- деформовані речення за кількістю пар:
БУДЬ ОБЕРЕЖНИМ НА ЗАЛІЗНИЧНОМУ ПЕРЕЇЗДІ
НЕ ПЕРЕХОДЬ ПЕРЕЇЗД ПРИ ОПУЩЕНОМУ ШЛАГБАУМІ
ДОТРИМУЙСЯ ПРАВИЛ ДОРОЖНЬОГО РУХУ,
- червоні, жовті та зелені кружечки за кількістю учнів.



Що підготувати заздалегідь:

- Запропонувати дітям зробити на папері дорожні знаки, зображені в підручнику на с. 103 (розподілити знаки між кількома учнями).

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	5 хв.
Інформаційне повідомлення	3 хв.
Робота в групах	7 хв.
Руханка	3 хв.
Робота в парах	5 хв.
Практична робота	12 хв.
Підсумкове завдання	5 хв.



Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати вивчене на попередньому уроці:

- Розкажіть правила переходу дороги в умовах обмеженої оглядовості.
- Що ми називаємо обмеженою видимістю?
- Як запобігти нещасним випадкам в умовах обмеженої видимості?
- Чому при переході дороги необхідно враховувати гальмівний шлях автомобіля?

2. Назвати тему і завдання уроку.

3. Прочитати в підручнику на с. 100 стартові питання:

- Які види транспорту ви знаєте? (Автобус, тролейбус, трамвай, легковий автомобіль, вантажний автомобіль, мотоцикл, моторолер, поїзд, літак).
- Як називається місце перетину автомобільних доріг? (Перехрестя).
- Сьогодні ми познайомимося з місцем перетину дороги і залізничної колії.

Інформаційне повідомлення (познайомити з залізничним переїздом)

Прочитати у підручнику текст на с. 100. Дати визначення поняття «залізничний переїзд». Розглянути знаки, які встановлюють на залізничних переїздах.

Висновок: у потяга дуже довгий гальмівний шлях, він не може швидко зупинитися.

Робота в групах (розказати правила переходу залізничного переїзду)

Об'єднати дітей у 4 групи. Розглянути малюнки у підручнику на с. 101,

знайти залізничні колії, шлагбаум, світлофор. Назвати знаки, які мають стояти на переїздах. (На першому – «Залізничний переїзд зі шлагбаумом» та «Багатоколійна залізниця». На другому – «Залізничний переїзд без шлагбаума» та «Багатоколійна залізниця»).

Виконати завдання в зошиті на с. 44.

Розподілити між групами правила, вміщені в підручнику на с. 101. Кожна група має пояснити своє правило.

Руханка (виконати рухливі вправи і повторити правила переходу залізничного переїзду)

Роздати дітям червоні, жовті та зелені кружечки. Запропонувати об'єднатися трійками-світлофорами: червоний, жовтий, зелений.

Вчитель називає дію, «світлофор» «вмикає» відповідне світло (два учні присідають, стоїть лиш учень з кружечком потрібного кольору).

- Шлагбаум опущений. (Червоний).
- Шлагбаум піднімається. (Жовтий).
- Шлагбаум піднятий, червоний сигнал світлофора не горить. (Зелений).
- Горить червоне світло світлофора, звучить сигнал. (Червоний).
- Немає потяга ні з лівого, ні з правого боку. (Зелений).

Робота в парах (розказати про дорожні знаки)

Об'єднати дітей у пари. Розглянути в підручнику малюнок на с. 102. Знайти дорожні знаки.

- Для чого люди використовують дорожні знаки? (Щоб уникати дорожньо-транспортних пригод).

Прочитати вірш у підручнику на с. 102.

- Чому автобус сумував за Сергієм? (Бо він був дуже вихованим, виконував усі правила дорожнього руху).

- Які ще дорожні знаки ви знаєте? Виконати завдання в зошиті на с. 45.

Практична робота (відпрацювання дій відповідно з дорожніми знаками)

Розглянути в підручнику на с. 102 дорожні знаки. Прочитати завдання.

Об'єднати дітей у 4 групи. Роздати групам знаки: першій – попереджувальні,



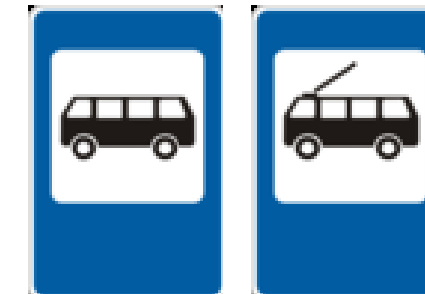
другій – заборонні,



третьій – наказові,



четвертій – інформаційно-вказівні.



Діти мають обговорити і розказати дії у відповідності зі своїми знаками.

Потім групи міняються знаками. Кожна група має пройти всі чотири види знаків.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Закріпити на дошці всі 11 знаків. Вчитель називає дію, діти мають вибрати відповідний знак:

- Дозволено їхати лише на велосипеді.
- Заборонено їхати на велосипеді.
- Показано місце зупинки автобуса.
- Пішоходам прохід заборонено.
- Дозволяється рух тільки пішоходам.
- Попереджається про залізничний переїзд зі шлагбаумом.
- Попереджається про залізничний переїзд без шлагбаума.

2. Об'єднати дітей у пари, роздати картки з деформованими реченнями. Діти мають скласти поради:

БУДЬ ОБЕРЕЖНИМ НА ЗАЛІЗНИЧНОМУ ПЕРЕЇЗДІ

НЕ ПЕРЕХОДЬ ПЕРЕЇЗД ПРИ ОПУЩЕНОМУ ШЛАГБАУМІ

ДОТРИМУЙСЯ ПРАВИЛ ДОРОЖНЬОГО РУХУ.



26. БЕЗПЕКА НАДВОРІ



Мета

Вчити вибрати безпечні місця для ігор; познайомити з правилами велосипедиста; вчити підбирати захисні аксесуари та одяг для велосипедної прогулянки; формувати звичку повідомляти батькам своє місцезнаходження.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- назвати безпечні і небезпечні місця для ігор,
- розказати правила велосипедиста,
- довести необхідність вдягати захисну екіпіровку,
- продемонструвати, як відмовити у проханні дати свої речі.



Обладнання і матеріали:

- знаки зі с. 106 підручника,
- аркушки зі словами «ВЕЛОСИПЕД», «САМОКАТ», «МОБІЛЬНИЙ ТЕЛЕФОН», «СКЕЙТ» за кількістю учнів,
- аркуші для роботи в групах по 4 учні:
БУДІВЕЛЬНИЙ МАЙДАНЧИК ДОРОГА, ІГРОВИЙ МАЙДАНЧИК, СТАДІОН, ВЛАСНИЙ ДВІР, РУЇНИ БУДИНКУ, ТРАНСФОРМАТОР, ПАРК, СТОЯНКА АВТО, СКВЕР,
- аркуші формату А-5 на кожного учня.



Що підготувати заздалегідь:

- Вдома дітям прочитати оповідання В. Драгунського «На Садовій великий рух», вміщене в підручнику на с. 144 – 148.

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	5 хв.
Робота над оповіданням	4 хв.
Інценування	4 хв.
Інформаційне повідомлення	4 хв.
Мозковий штурм	3 хв.
Руханка	2 хв.
Школа велосипедиста	8 хв.
Практична робота	6 хв.
Підсумкове завдання	4 хв.

Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати вивчене на попередньому уроці:
 - Розкажіть правила переходу залізничного переїзду зі шлагбаумом.
 - Розкажіть правила переходу залізничного переїзду без шлагбаума.
 - Які види дорожніх знаків ви знаєте?
 - Назвіть дії відповідно до знаків.
2. Назвати тему і завдання уроку.
3. Прочитати в підручнику на с. 104 текст, виконати завдання. Розглянути малюнки і дати відповідь на питання:

– Які речі берете з собою на прогулянку? (М'яч, скакалку, ролики, скейт, велосипед. А мобільний телефон – за згодою батьків, якщо вони хочуть бути в курсі твого місцеперебування).

Робота над оповіданням (вчити розпізнавати лихі наміри незнайомих)

– На прогулянці з вами може трапитися така прикрість, як з героями оповідання, яке ви читали вдома.

Розкрити підручники на с. 144. Дати відповіді на питання:

– Як ви розумієте останнє речення? (Автор оповідання навіть після всього ладен думати, що хлопець не вкрав велосипед, а потрапив у аварію).

- А як ви гадаєте?
- З чого можна було зробити висновок, що хлопець хоче обдурити? Зачитайте.

– Як йому вдалося переконати хлоп'ят?

– Як би вчинили ви у подібній ситуації?

Інценування (вчити відмовляти у проханні дати речі незнайомцеві)

Об'єднати дітей у 4 групи. Для цього роздати аркушки зі словами «ВЕЛОСИПЕД, САМОКАТ, МОБІЛЬНИЙ ТЕЛЕФОН, СКЕЙТ» і запропонувати дітям знайти свою групу.

Прочитати в підручнику на с. 104 завдання і розіграти сценки.

Інформаційне повідомлення (вчити розрізняти безпечні і небезпечні місця для ігор)

Прочитати у підручнику текст «Небезпечні місця для ігор та розваг» на с. 105. Розглянути малюнки і назвати місця, які є небезпечними:

- небезпечно кататися по дорозі на скейтах,
- з'їжджати з гори на дорогу,
- грати біля дороги у м'яча,
- чіплятися за транспорт.

Виконати завдання 1 в зошиті на с. 46.

Мозковий штурм (вчити вибирати безпечні місця для ігор)

Об'єднати дітей у групи по 4 учні. Роздати аркуші зі словами

БУДІВЕЛЬНИЙ МАЙДАНЧИК
ДОРОГА
ІГРОВИЙ МАЙДАНЧИК
СТАДІОН



ВЛАСНИЙ ДВІР
РУЇНИ БУДИНКУ
ТРАНСФОРМАТОР
ПАРК
СТОЯНКА АВТО
СКВЕР

Діти мають викреслити місця, де небезпечно гратися. Зачитати результати.

Руханка (виконати рухливі вправи)

Діти крокують, проговорюючи рядок вірша. Вчитель називає предмет, якщо його беруть на прогулянку, то діти підстрибують – беремо! Якщо ні – присідають – не беремо!

На прогулянку йдемо.
Велосипед ... (беремо).
На прогулянку йдемо.
Самокат ... (беремо).
На прогулянку йдемо.
Книжка ... (не беремо).
На прогулянку йдемо.
Скакалка ... (беремо).
На прогулянку йдемо.
Планшет ... (не беремо).
На прогулянку йдемо.
Ролики ... (беремо).

Школа велосипедиста (розказати правила велосипедиста)

Прочитати текст у підручнику на с. 106. Повторити знаки. Для цього діти стають в коло «паровозиком» вчитель показує один із знаків, діти або рухаються –



або зупиняються –



Об'єднати дітей у 5 груп. Кожна група читає і обговорює одне з правил, вміщених на с. 106 підручника. Потім всі правила по черзі пояснюють.

Виконати завдання 2 в зошиті на с. 46.

Практична робота (вчити підбирати одяг для велосипедиста)

Прочитати текст «Екіпіровка велосипедиста» в підручнику на с. 107. Розглянути малюнки.

- Чому одяг має бути яскравим?
- Навіщо слід вдягати захисну екіпіровку?

Роздати дітям аркуші формату А-5 і запропонувати намалювати одяг, який би вони вдягли на велосипедну прогулянку. Кількох учнів викликати для демонстрації вибраного одягу.

Виконати завдання в зошиті на с. 47.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Запитати в дітей, які правила велосипедиста вони виконували до сьогоднішнього дня.
2. Назвати, які небезпечні місця є у дворі. Чим вони небезпечні?
3. Доповнити речення: «Відсьогодні я не буду гратися...».

27. ВІДПОЧИНОК НА ПРИРОДІ



Мета

Розказати, чим корисний для здоров'я відпочинок на природі; вчити правильно підбирати одяг для прогулянки; пояснити, чим небезпечні кліщі і як від них уберегтися; вивчити правила поведінки у лісі; виховувати бережне ставлення до природи.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- пояснити, чим корисний відпочинок на природі,
- назвати правила поведінки в лісі,
- розказати, як захиститися від кліщів,
- продемонструвати, як підбирати одяг для прогулянки,
- розказати про культуру відпочинку на природі власної сім'ї.

Обладнання і матеріали:

- ватман з назвою «Ми – друзі лісу!», аркуші А-4,
- кольорові олівці,
- клей,
- вирізані з паперу листочки, ягоди і пташки за кількістю учнів,
- картки зі словами ЛІХТАРИК, ВОДА, РОЛИКИ, ПЛАНШЕТ, МОБІЛЬНИЙ ТЕЛЕФОН, ТЕПЛА КУРТКА, СКЕЙТ, БОСОНІЖКИ, НОВІ ЧЕРЕВИКИ, СВИСТОК, КЕПКА, ШКАРПЕТКИ, КНИГА, ЇЖА, РЮКЗАК,
- деформовані речення:
ВИРУШАЙ НА ПРИРОДУ ЛИШЕ З ДОРΟΣЛИМИ, НЕ РУЙНУЙ МУРАШНИКІВ І ПТАШИНИХ ГНІЗД, НЕ ЗАЛИШАЙ У ЛІСІ СМІТТЯ, НЕ РОЗПАЛЮЙ ВОГНИЩ У ЗАБОРОНЕНИХ МІСЦЯХ, НЕ ЗБИРАЙ ГРИБІВ, БО СЕРЕД НИХ Є ОТРУЙНІ, НЕ БЕРИ НЕЗНАЙОМІ ЯГОДИ, БО СЕРЕД НИХ Є ОТРУЙНІ.

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	5 хв.
Колективний плакат	8 хв.
Робота в групах	6 хв.
Мозковий штурм	4 хв.
Руханка	2 хв.
Інформаційне повідомлення	5 хв.
Практична робота	5 хв.
Підсумкове завдання	5 хв.

Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати вивчене на попередньому уроці:
 - Розкажіть про місця, де небезпечно гратися.
 - Розкажіть дії на кожен знак, зображений на с. 106 підручника.
 - Які правила велосипедиста ви знаєте?
2. Назвати тему і завдання уроку.
3. Прочитати в підручнику на с. 108 текст «Природа і здоров'я».
 - Чим корисний відпочинок на природі? (Це свіже повітря, позитивні емоції, які добре впливають на здоров'я).
4. Об'єднати дітей у пари і запропонувати їм виконати завдання в підручнику на с. 108 – розказати один одному про свій найкращий відпочинок на природі.

Колективний плакат (виховувати бережне ставлення до природи)

Прочитати вірш «Лісова пісенька» у підручнику на с. 109.

- Для яких рослин і тварин ліс є домівкою?
- Як поведуться справжні друзі лісу?
- Чим ліс віддячить за таку поведінку?
- А що хорошого для природи зробили ви, відпочиваючи у лісі?

Об'єднати дітей у три групи. Для цього роздати їм вирізані з паперу листочки, ягоди і пташки і запропонувати

об'єднатися у групи «Листочки», «Ягоди» і «Пташки». Кожній групі дати по кілька аркушів паперу. Діти мають розподілити роботу і намалювати, як справжні друзі ставляться в лісі:

- група «Листочки» – до дерев і кущів,
- група «Ягоди» – до ягід і грибів,
- група «Пташки» – до тварин.

Вчитель закріплює на дошці ватман з назвою плаката «Ми – друзі лісу!». Кожна група презентує свою роботу і закріплює на ватмані малюнки.

Висновок: відпочивати в лісі треба так, щоб не зашкодити живій природі.

Робота в групах (вчити підбирати одяг для прогулянки)

Прочитати в підручнику на с. 110 повідомлення про те як правильно підбирати одяг, взуття та які речі треба брати з собою, йдучи на прогулянку до лісу.

- Навіщо треба брати з собою теплі речі?
- Від чого захистить каптур?
- Навіщо потрібен головний убір?
- Яким має бути взуття?
- Навіщо потрібні запасні шкарпетки?

Об'єднати дітей у 3 групи. Роздати групам по аркушу А-4. Виконати завдання в підручнику на с. 110 – скласти поради щодо підбору одягу, взуття і речей для прогулянки. Діти записують речі, які слід вдягти чи взяти з собою.

– Зберемо дитину на прогулянку. Група «Одяг» називає те, що дитина вдягне, група «Взуття» – що взує, а «Речі» – що візьме з собою.



Мозковий штурм (вчити підбирати речі для прогулянки)

Закріпити на дошці картки, на кожній з яких надруковане слово:

ЛІХТАРИК, ВОДА, РОЛИКИ, ПЛАНШЕТ, МОБІЛЬНИЙ ТЕЛЕФОН, ТЕПЛА КУРТКА, СКЕЙТ, БОСОНІЖКИ, НОВІ ЧЕРЕВИКИ, СВИСТОК, КЕПКА, ШКАРПЕТКИ, КНИГА, ЇЖА, РЮКЗАК.

Діти мають відібрати те, що слід взяти з собою на прогулянку в ліс.

Виконати завдання в зошиті на с. 48.

Руханка (виконати рухливі вправи)

Діти крокують, проговорюючи рядок вірша. Вчитель називає слово, якщо це в лісі можна брати, то діти підстрибують – беремо! Якщо ні – присідають – не беремо!

Всі ми лісом ідемо.

Ось гніздо ... (не беремо).

Всі ми лісом ідемо.

Ось сунічка ... (беремо).

Всі ми лісом ідемо.

Підсніжники ... (не беремо).

Всі ми лісом ідемо.

Ось малина ... (беремо).

Всі ми лісом ідемо.

Мурашник ... (не беремо).

Всі ми лісом ідемо.

Ось чорниці ... (беремо).

Всі ми лісом ідемо.

Конвалія ... (не беремо).

Всі ми лісом ідемо.

Ось горішки... (беремо).

Інформаційне повідомлення (вчити захищатися від кліщів)

– В лісі є непомітний, але небезпечний ворог. Вгадайте, хто це?

На дошці написано слово ЩІЛКІ (КЛІЩІ).

Прочитати у підручнику текст «Кліщі – невидима небезпека» на с. 111.

– Чим небезпечні кліщі?

– Як від них уберегтися?

– Як бути, коли помітиш на собі кліща?

Виконати завдання 2 в зошиті на с. 49.

Практична робота (вчити правила поведінки в лісі)

Прочитати в підручнику на с. 111 правила поведінки в лісі. Розглянути малюнки отруйних рослин.

Об'єднати дітей у шість груп. Роздати картки з деформованими реченнями і запропонувати скласти правила:

ВИРУШАЙ НА ПРИРОДУ ЛИШЕ
З ДОРОСЛИМИ

НЕ РУЙНУЙ МУРАШНИКІВ І
ПТАШИНИХ ГНІЗД

НЕ ЗАЛИШАЙ У ЛІСІ СМІТТЯ

НЕ РОЗПАЛЮЙ ВОГНИЩ У ЗА-
БОРОНЕНИХ МІСЦЯХ

НЕ ЗБИРАЙ ГРИБІВ, БО СЕРЕД
НИХ Є ОТРУЙНІ

НЕ БЕРИ НЕЗНАЙОМІ ЯГОДИ,
БО СЕРЕД НИХ Є ОТРУЙНІ

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Як повинні поводитися в лісі справжні друзі природи?

Виконати завдання 1 в зошиті на с. 49.

2. Як правильно підібрати одяг для прогулянки?

3. Опираючись на плакат «Ми – друзі лісу!», діти мають розказати, як вони відтепер будуть поводитися в лісі: «Відтепер, ідучи на прогулянку до лісу, я ...»

28. САМ СОБІ РЯТУВАЛЬНИК



Мета

Пояснити, які небезпечні ситуації можуть трапитися під час прогулянки; вчити правилам поведінки під час грози в лісі чи в степу; дати поради на випадок, якщо дитина загубилася; розказати, як уникнути зустрічі з дикими тваринами.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- пояснити, що небезпечно робити під час прогулянки,
- розказати правила поведінки в лісі чи в степу під час грози,
- розказати, яку небезпеку можна чекати від диких тварин,
- продемонструвати дії у випадку, коли загубився.



Обладнання і матеріали:

- аркушки зі словами «ВОВК», «ВЕПР», «ЛОСЬ», «ГАДЮКА» на кожного учня,
- незавершені речення: «У ГРОЗУ НЕБЕЗПЕЧНО...», «ЯКЩО ЗАГУБИВСЯ, ...».
- таблички з правилами: «НЕ ЗАХОДИТИ В ГУСТІ ЗАРОСТІ, ЧАГАРНИКИ», «НЕ ХОДИТИ ЗЦВІРИНИМИ СТЕЖКАМИ», «НЕ СТАВАТИ НА СТАРІ ПНІ І КУПИ ХМИЗУ».



Що підготувати заздалегідь:

- Підготувати мультфільм «Смішарики, День народження Ньюші».

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	6 хв.
Перегляд мультфільму	4 хв.
Інформаційне повідомлення	5 хв.
Руханка	2 хв.
Практична робота	10 хв.
Робота в групах	8 хв.
Підсумкове завдання	5 хв.

Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати вивчене на попередньому уроці:
 - Розкажіть правила поведінки в лісі.
 - Як захистити себе від кліщів?
 - Який одяг треба підбирати для прогулянки?
 - Яке взуття треба підбирати для прогулянки?
2. Назвати тему і завдання уроку.
3. Прочитати в підручнику на с. 112 текст «Що може трапитися на відпочинку». Розглянути малюнки і дати відповіді на питання на с. 112.

Перегляд мультфільму (довести, що небезпечна ситуація може статися будь з ким)

– Часто діти думають, що в небезпеку може потрапити будь хто, тільки не вони. Але біда може статися з кожним.

Показати мультфільм «Смішарики».

- Які були наміри у Кроша і Їжачка?
- Чому сталася біда?
- Як можна було її уникнути?
- Що могло б допомогти друзям скоріше вийти з пустелі? (Якби вони знали правила поведінки в небезпечній ситуації).

Висновок: збираючись на відпочинок, завжди треба знати правила поведінки на випадок непередбаченої ситуації.

Інформаційне повідомлення (розказати правила поведінки під час грози)

Прочитати у підручнику текст «Гроза в лісі чи степу» на с. 113. Прокоментувати правила:

1. Якщо гроза застала тебе в лісі, сховайся під невисоким деревом або розлогим кущем. (У високе дерево може влучити гроза).
2. Якщо ти на відкритому просторі, пам'ятай, що блискавка влучає у найвищу точку на місцевості: поодинокі дерева, тварину, людину. Ніколи не ховайся під копицями сіна і під поодинокими деревами (передусім дубами й тополями) — вони, як магніт, притягують до себе блискавки. (В поодинокі дерева влучає гроза, копиця може загорітися).
3. Небезпечно стояти поблизу металевих споруд: ліній електропередач і залізничних колій. (Металеві предмети притягують грозу).
4. Відійди від водойми — удар блискавки поширюється навколо річки або озера на відстань до 100 метрів. (Вода — добрий провідник електричного розряду).
5. Сховайся у низинці. Сядь навпочіпки, накрився плащем або курткою, вимкни мобільний телефон, відклади на відстань 10—20 метрів усі металеві предмети (навіть парасольку і велосипед). (Грозу притягують металеві предмети, а через мокру землю електричний розряд може вдарити людину).

Виконати завдання в зошиті на с. 50.



Руханка (пограти в гру і повторити правила)

Пограти в гру, запропоновану в підручнику на с. 112.

Практична робота (вчити уникати зустрічі з дикими тваринами)

Розглянути в підручнику на с. 115 таблицю. З'ясувати, яких диких тварин можна зустріти в лісі, у степу.

Об'єднати дітей у 4 групи. Для цього роздати кожному аркушик з одним зі слів «ВОВК», «ВЕПР», «ЛОСЬ», «ГАДЮКА» і запропонувати знайти свою групу.

Користуючись таблицею і питаннями в підручнику на с. 115 діти мають підготувати розповідь про кожну тварину.

В ході розповіді дітей вчитель вивіщує таблички з правилами:

«НЕ ЗАХОДИТИ В ГУСТІ ЗАРОСТІ, ЧАГАРНИКИ»,

«НЕ ХОДИТИ ЗЩВІРИНИМИ СТЕЖКАМИ»,

«НЕ СТАВАТИ НА СТАРІ ПНІ І КУПИ ХМИЗУ».

Висновок: кожен сам має потурбуватися про свою безпеку.

Виконати завдання 2 в зошиті на с. 51 (Лось, гадюка, вепр, вовк).

Робота в групах (вивчити правила поведінки у випадку, коли загубився)

Прочитати в підручнику текст «Якщо ти загубився» на с. 114.

Об'єднати дітей у 4 групи. Кожна група має інсценізувати одне з правил на с. 114. При перевірці діти зачитують правило і демонструють свої дії.

Висновок: головне – не панікувати, вийти до людей і попросити про допомогу.

Виконати завдання 1 в зошиті на с. 51.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Закріпити на дошці малюнки вовка, вепра, лося, гадюки. Діти по одному підходять до одного з малюнків і розказують як уникнути небезпеки від тварини.

2. Доповнити речення: «У ГРОЗУ НЕБЕЗПЕЧНО...», «ЯКЩО ЗАГУБИВСЯ, ...».

29. УЗАГАЛЬНЮЮЧИЙ УРОК ДО РОЗДІЛУ «БЕЗПЕЧНЕ ДОВКІЛЛЯ»



Мета

Закріпити отримані знання; продемонструвати, як уникнути небезпеки під час переходу дороги в умовах обмеженої видимості; провести просвітницьку роботу по використанню лікерів у інших класах.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- розказати правила економії води, газу, електроенергії,
- пояснити, як запобігти небезпечним ситуаціям в умовах обмеженої видимості,
- переконати інших у необхідності використовувати світловідбивачі.



Обладнання і матеріали:

- три аркуші для практичної роботи (див. пункт *Практична робота*),
- вісім аркушів А-4 для рекламної кампанії,
- кольорові олівці,
- картки зі словами: СНІГОПАД, ДОЩ, СУТІНКИ, НІЧ, ТУМАН.



Що підготувати заздалегідь:

- Запропонувати дітям виконати з батьками перше завдання в підручнику на с. 116.
- Домовитися з вчителями інших класів про проведення у них рекламної кампанії «Засвітіся» (3-4 хвилини в кінці уроку).

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	7 хв.
Практична робота	6 хв.
Інсценування	8 хв.
Рекламна кампанія «Засвітіся»	14 хв.
Підсумкове завдання	5 хв.



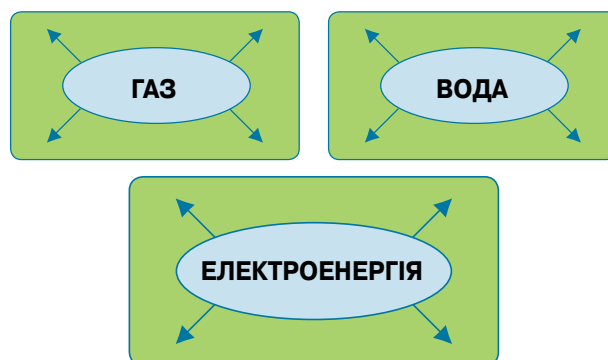
Стартові завдання (повторити попередній матеріал)

1. Назвати тему і завдання уроку.
2. Пригадати вивчене в розділі:
 - Назвіть номери рятувальних служб.
 - Як запобігти ураженню електричним струмом?
 - Як запобігти пожежі від електричних приладів?
 - Назвіть дії при витіканні газу.
 - Назвіть правила переходу залізничного переїзду.
 - Назвіть місця, де небезпечно гратися.
 - Розкажіть правила для велосипедиста.
 - Розкажіть правила поведінки в лісі.
 - Як поводитися в лісі під час грози?
 - Як діяти, коли ти загубився?
3. Попросити дітей розказати, як вони навчилися закривати крани газопостачання, газові крани та вимикати струм на щитку.

Практична робота (скласти правила збереження природних ресурсів)

Об'єднати дітей у 3 групи. Роздати аркуші і запропонувати записати правила економії :

- 1 групі – газу,
- 2 групі – води,
- 3 групі – електроенергії.



Зачитати складені правила.

Інсценування (продемонструвати умови обмеженої видимості)

Об'єднати дітей у 5 груп. Запропонувати їм розіграти ситуації переходу дороги в умовах недостатньої видимості. Закріпити на дошці картки зі словами СНІГОПАД, ДОЩ, СУТІНКИ, НІЧ, ТУМАН. Кожна група обирає картку і відповідно до неї розіграє ситуацію, де має бути присутнім і «водій автомобіля».

Під час демонстрації звертати увагу на те, що обмеженою є видимість як пішоходів, так і водіїв. Помічниками можуть стати світловідбивачі.

Рекламна кампанія «Засвітіся» (закликати використовувати флікери)

Прочитати друге завдання в підручнику на с. 116.

Об'єднати дітей у дві групи.

Перша група займається розробкою моделей флікерів. Діти мають об'єднатися в 4 підгрупи. Роздати аркуші паперу і запропонувати розробити флікери для закріплення на ранцях, на одязі, на взутті, на домашніх тваринах.

Друга група теж об'єднується в 4 підгрупи. Роздати дітям аркуші паперу і запропонувати виконати малюнки, які доводять необхідність чіпляти флікери на ранцях, на одязі, на взутті, на домашніх тваринах.

Презентують роботу спільно перші підгрупи 1 і 2 груп, потім другі підгрупи 1 і 2 груп, треті підгрупи 1 і 2 груп, четверті підгрупи 1 і 2 груп.

Підсумкове завдання (закріпити і використати отримані знання)

Запропонувати дітям пройти по інших класах і провести рекламну кампанію «Засвітіся» з метою переконати інших дітей користуватися світловідбивачами.



30. ХАРАКТЕР ЛЮДИНИ



Мета

Пояснити, що таке зовнішність і характер, зовнішня краса і внутрішня; розказати, як характер впливає на здоров'я; виховувати бажання змінювати свій характер на краще.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- дати визначення понять «зовнішність» і «характер»,
- пояснити, що таке внутрішня краса,
- розказати, як характер впливає на здоров'я,
- розрізняти позитивні та негативні риси характеру.



Обладнання і матеріали:

- картки з рисами характеру: ДОБРОТА, ЛАГІДНІСТЬ, ТОЛЕРАНТНІСТЬ, ОХАЙНІСТЬ, ЧУЙНІСТЬ, ЩЕДРІСТЬ, ЩИРІСТЬ, ПРАЦЬОВИТІСТЬ, ЗЛІСТЬ, НЕОХАЙНІСТЬ, ЛІНЬ, ЖАДІБНІСТЬ, БАЙДУЖІСТЬ, ХИТРІСТЬ, ВПЕРТІСТЬ, НЕЧЕМНІСТЬ,
- маленькі аркуші паперу на кожного учня.



Що підготувати заздалегідь:

- Прочитати в підручнику на с. 149-150 казку І. Січовика «Ліки від лінощів».

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	6 хв.
Проблемне питання	3 хв.
Робота в групах	5 хв.
Інформаційне повідомлення	5 хв.
Руханка	2 хв.
Практична робота	8 хв.
Робота над оповіданням	6 хв.
Підсумкове завдання	5 хв.

Стартові завдання (перейти до нового матеріалу)

1. – Здоров'я людини залежить багато в чому від внутрішнього світу людини, від її характеру.
2. Назвати тему і завдання уроку.
3. Прочитати в підручнику на с. 118 текст «Зовнішність і характер». Пояснити, що таке «зовнішність» і «характер». Вказати, що характер людини проявляється в її поведінці.
4. Прочитати в підручнику на с. 118 правила гри «Вгадай, хто це».

– Де названо зовнішні ознаки Іринки? (*Довге волосся*).

– Де названо внутрішні ознаки Іринки? (*Сміхотлива*).

Пограти в цю гру.

Проблемне питання (вчити розуміти зовнішню красу і внутрішню красу)

– Як ви гадаєте, що таке «внутрішня краса людини»?

Вислухати всі відповіді дітей.

Прочитати вірш «Це – людина» в підручнику на с. 119.

Висновок: внутрішня краса людини – це позитивні (хороші) риси її характеру: доброта, лагідність, щирість, чуйність.

Виконати завдання в зошиті на с. 52.

Робота в групах (пояснити крилаті вислови)

Прочитати в підручнику внизу с. 119 завдання.

Об'єднати дітей у 3 групи. Кожна група має пояснити одне з завдань.

– Як ви розумієте вислів: «Очі – дзеркало душі людини»? (*Якщо людина добра, то у неї добрий погляд. І навпаки.*)

– Що мають на увазі, коли кажуть про когось: «Людина з великої літери»? (*Це людина, яку люблять і поважають за її внутрішню красу*).

– Що, на вашу думку, означають слова «добрий характер», «лагідна вдача»? (*Людина ставиться до інших по-доброму*).

Висновок: головне в людині – це її внутрішня краса. Людина може бути зовні красивою, але настільки недоброю, що її не любитимуть і не поважатимуть.

Інформаційне повідомлення (пояснити, як характер впливає на здоров'я)

Прочитати у підручнику текст «Характер і здоров'я» на с. 120.

– Назвіть позитивні риси характеру людини, які сприяють здоров'ю. (*Доброта, лагідність, толерантність, охайність, чуйність, щедрість, щирість, працьовитість*).

– Назвіть негативні риси характеру людини, які шкодять здоров'ю. (*Злість, неохайність, лінь, жадібність, байдужість, хитрість, впертість, нечемність*).

По ходу відповідей дітей вчитель вивіщує на дошку картки з рисами характеру.

Виконати завдання в зошиті на с. 53.



Руханка (виконати рухливі вправи)

Вчитель називає рису характеру. На позитивну діти вигукують: «Це я!» і піднімають вгору руки. На негативну – «Це не я!» і нахиляються до підлоги.

Добрий, злий лагідний, впертий, толерантний, неохайний, охайний, чуйний, щедрий, лінивий, щирий, працьовитий, жадібний, байдужий, хитрий, нечемний.

Практична робота (вчити визначати риси характеру)

Прочитати в підручнику на с. 151-152 казку «Дідова дочка і бабина дочка».

Дати відповіді на питання в підручнику на с. 120.

Написати на дошці слова «ДІДОВА ДОЧКА, БАБИНА ДОЧКА».

Вибрати на дошці картки з рисами характеру, які належать обом героїням казки і закріпити біля них.

ДІДОВА ДОЧКА	БАБИНА ДОЧКА
ДОБРОТА	ЗЛІСТЬ
ПРАЦЬОВИТІСТЬ	ЛІНЬ
ЩЕДРІСТЬ	ЖАДІБНІСТЬ
ЧЕМНІСТЬ	НЕЧЕМНІСТЬ

– Людина з якими рисами характеру отримала нагороду?

Висновок: люди, що мають позитивні риси характеру, отримують любов і повагу від інших.

Робота над оповіданням (показати, що риси характеру можна змінювати на краще)

– Риси характеру можна змінювати. Для цього треба побачити в собі негативні риси і захотіти їх позбутися. Так сталося із зайчням у казці «Ліки від лінощів», яке ви читали вдома.

Дати відповіді на питання в підручнику на с. 120.

– Подумайте, які риси характеру заважають вам?

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

- Запропонувати дітям пригадати випадки, коли добрі риси характеру допомогли чогось досягти.
- Роздати дітям маленькі аркуші паперу. Запропонувати написати рису характеру, яка заважає і її слід позбутися. Зім'яти аркуш і викинути у смітничку. А разом з ним викинути і рису характеру.

31. САМООЦІНКА ХАРАКТЕРУ



Мета

Пояснити, що не завжди власна оцінка рис характеру співпадає з оцінкою інших людей; дати визначення поняття «самооцінка»; вчити робити самооцінку власного характеру; виховувати бажання досягти реалістичної самооцінки.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- дати визначення поняття «самооцінка»,
- назвати види самооцінки,
- оцінити риси свого характеру,
- прагнути позбавитися негативних рис характеру.



Обладнання і матеріали:

- картки з рисами характеру: ДОБРОТА, ЛАГІДНІСТЬ, ТОЛЕРАНТНІСТЬ, ОХАЙНІСТЬ, ЧУЙНІСТЬ, ЩЕДРІСТЬ, ЩИРІСТЬ, ПРАЦЬОВИТІСТЬ, ЗЛІСТЬ, НЕОХАЙНІСТЬ, ЛІНЬ, ЖАДІБНІСТЬ, БАЙДУЖІСТЬ, ХИТРІСТЬ, ВПЕРТІСТЬ, НЕЧЕМНІСТЬ,
- аркуші паперу А-5 на кожного учня,
- незакінчені речення: «Я ..., А НЕ ...»
«Я ЗМІГ ПОЗБАВИТИСЯ...».

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	6 хв.
Інформаційне повідомлення	6 хв.
Проблемне питання	6 хв.
Руханка	2 хв.
Практична робота	8 хв.
Гра «Магазин»	8 хв.
Підсумкове завдання	4 хв.



Стартові завдання (повторити вивчений матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати вивчене на попередньому уроці.
 - В чому проявляється зовнішня краса людини?
 - В чому проявляється внутрішня краса людини?
 - Як можна змінювати свій характер?
 - Які позитивні риси характеру сприяють здоров'ю?
2. Назвати тему і завдання уроку.
3. Прочитати в підручнику на с. 121 оповідання «Боягуз». Дати відповіді на питання в підручнику.

Висновок: не завжди людина думає про себе так, як думають про неї інші. Це є її самооцінка.

Інформаційне повідомлення
(пояснити, що таке самооцінка)

Прочитати у підручнику на с. 122 текст «Самооцінка». Розглянути малюнки. Пояснити поняття «занижена самооцінка», «завищена самооцінка», «реальна самооцінка».

– Як ви гадаєте, занижена самооцінка – це добре чи погано? (*Погано для самої людини*).

– Як ви гадаєте, завищена самооцінка – це добре чи погано? (*Погано для оточуючих*).

– Як ви гадаєте, реалістична самооцінка – це добре чи погано? (*Добре і для самої людини, і для оточуючих*).

Висновок: реалістична самооцінка допомагає почуватися впевнено і вказує напрям для розвитку.

Виконати завдання в зошиті на с. 54.

Проблемне питання (вчити розуміти зовнішню красу і внутрішню красу)

– Як ви гадаєте, що таке «внутрішня краса людини»?

Вислухати всі відповіді дітей.

Прочитати вірш «Це – людина» в підручнику на с. 119.

Висновок: внутрішня краса людини – це позитивні (хороші) риси її характеру: доброта, лагідність, щирість, чуйність.

Руханка (виконати рухливі вправи)

Закріпити на дошці картки з рисами характеру. Вчитель показує картку з позитивною рисою. Діти вигукують: «Це здоров'я!», і виконують рухи. Вчитель називає протилежну негативну рису характеру. Діти вигукують: «Це нездоров'я!», і присідають.

ДОБРОТА	ЗЛІСТЬ
ОХАЙНІСТЬ	НЕОХАЙНІСТЬ
ПРАЦЬОВИТІСТЬ	ЛІНЬ
ЩЕДРІСТЬ	ЖАДІБНІСТЬ
ЧЕМНІСТЬ	НЕЧЕМНІСТЬ
ЧУЙНІСТЬ	БАЙДУЖІСТЬ
ЩИРІСТЬ	ХИТРІСТЬ

Практична робота (вчити робити самооцінку)

Виконати завдання в зошиті на с. 55. Діти мають оцінити свої риси характеру, обвівши кружечки.

Обмінятися зошитами з сусідом по парті. Запропонувати, щоб на цій же сторінці він теж оцінив риси характеру товариша. Так діти зможуть зробити висновок про свою самооцінку. Якщо кружечки співпадуть, вона реалістична.

Запропонувати дітям дати шкалу вдома батькам, щоб вони оцінили риси дитини.

Гра «Магазин» (вчити корегувати свої риси характеру)

Пограти в гру «Магазин». Прочитати умови гри в підручнику на с. 123. Стати в коло, по черзі називати негативну рису, яку б хотіли віддати, і позитивну, яку б хотіли взяти.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Запропонувати дітям доповнити речення, вказавши свої позитивні риси:
 - «Я ..., А НЕ ...»,
 - «Я ЗМІГ ПОЗБАВИТИСЯ...».
2. Роздати дітям аркуші паперу. Запропонувати обвести долоньку і на кожному пальчику написати власну позитивну рису. Цю долоньку вклеїти в зошит «Про мене».



32. УЧИТЬСЯ УЧИТИСЯ



Мета

Довести, що дітям необхідно навчатися; розказати про умови успішного навчання; освоїти ігри, які розвивають пам'ять і увагу.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- назвати прислів'я про працю,
- пояснити, для чого потрібно вчитися,
- назвати умови успішного навчання,
- продемонструвати ігри, які розвивають пам'ять, увагу.



Обладнання і матеріали:

- картки з деформованими прислів'ями зі с.124 підручника:
«НАУКА В ЛІС НЕ ВЕДЕ, А З ЛІСУ ВИВОДИТЬ»
«ВЧЕНИЙ ІДЕ, А НЕУК СЛІДОМ СПОТИКАЄТЬСЯ»
«ДЕ БІЛЬШЕ НАУКИ, ТАМ МЕНШЕ МУКИ»
«ЗДОБУДЕШ ОСВІТУ – ПОБАЧИШ БІЛЬШЕ СВІТУ»
«ЗНАННЯ ЗЛОДІЙ НЕ ВКРАДЕ, В ОГНІ НЕ ЗГОРИТЬ І У ВОДІ НЕ ВТОНЕ»
«ЗА ДУРНОЮ ГОЛОВОЮ І НОГАМ НЕМА СПОКОЮ»,
- аркуші паперу А-5 на кожного учня.

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	5 хв.
Робота в групах	6 хв.
Інформаційне повідомлення	6 хв.
Практична робота	18 хв.
Підсумкове завдання	5 хв.

Стартові завдання (повторити вивчений матеріал і перейти до нового)

1. Перевірити у дітей, як їхні батьки заповнили таблицю – оцінили риси характеру дитини: якщо оцінка батьків у більшості пунктів співпадає з оцінкою самої дитини, то у неї реалістична самооцінка.
2. Назвати тему і завдання уроку.
3. Прочитати в підручнику на с. 124 «Для чого потрібно вчитися». Виконати завдання внизу сторінки – продовжити речення: «Я вчуся для того, щоб...».

Висновок: сучасній людині необхідно вчитися впродовж усього життя.

Робота в групах (познайомитися з прислів'ями про науку)

Об'єднати дітей у 6 груп. Роздати картки з деформованими прислів'ями. Діти в групі складають його, обговорюють і пояснюють значення.

«НАУКА В ЛІС НЕ ВЕДЕ, А З ЛІСУ ВИВОДИТЬ» – той, хто вчиться, зможе знайти вихід з будь-якої ситуації, навіть, вийти з лісу, коли заблукав.

«ВЧЕНИЙ ІДЕ, А НЕУК СЛІДОМ СПОТИКАЄТЬСЯ» – хто вчиться, той живе впевнено, а у невченого весь час якісь проблеми виникають.

«ДЕ БІЛЬШЕ НАУКИ, ТАМ МЕНШЕ МУКИ» – якщо людина багато знає, то легко вирішить будь-які проблеми.

«ЗДОБУДЕШ ОСВІТУ – ПОБАЧИШ БІЛЬШЕ СВІТУ» – якщо багато

вчитися, зможеш багато спілкуватися, бувати у різних місцях, дізнаватися весь час щось нове.

«ЗНАННЯ ЗЛОДІЙ НЕ ВКРАДЕ, В ОГНІ НЕ ЗГОРИТЬ І У ВОДІ НЕ ВТОНЕ» – знання людина тримає в голові, і можна не боятися, що вони загубляться чи хтось їх вкраде.

«ЗА ДУРНОЮ ГОЛОВОЮ І НОГАМ НЕМА СПОКОЮ» – якщо в голові немає знань, то часто доводиться робити зайву роботу.

Інформаційне повідомлення (показати, які умови необхідні для успішного навчання)

Прочитати у підручнику на с. 125 текст «Умови успішного навчання». Розглянути малюнки. Назвати, що потрібне для того, щоб дитина могла добре навчатися.

– Давайте перевіримо, чи є у кожного з вас ці умови в школі для успішного навчання.

Роздати дітям аркуші паперу. Діти називають по одній умові і записують на ліву половину аркуша, якщо мають цю умову, на праву – якщо ні.

– На другій стороні аркуша оцініть свої умови для навчання вдома. Подумайте, як створити ті умови, яких вам недостає.

Зауважити, що у навчанні допомагають добра пам'ять і увага. Прочитати в підручнику на с. 125 текст «Пам'ять і увага». Пояснити, що і пам'ять, і увагу можна розвивати.

Виконати завдання в зошиті на с. 56.



Практична робота (вивчити ігри на розвиток пам'яті та уваги)

– Пам'ять і увагу можна розвивати за допомогою цікавих ігор.

Гра «Колір слова». Прочитати правила гри. Запропонувати одному -двом учням продемонструвати, як слід читати таблицю. Об'єднати дітей в пари і пограти.

Гра «Спостережливість». Прочитати правила гри. Пограти в парах.

Гра «Найуважніший». Прочитати правила гри. Для зручності можна об'єднати дітей у три групи і утворити три півкола.

Гра «Роби, як я кажу, а не як я роблю». Прочитати правила гри. Ведучим може бути вчитель.

Гра «Снігова куля». Прочитати правила гри. Для зручності можна об'єднати дітей у три групи і утворити три кола.

Гра «День народження». Прочитати правила гри. Для зручності можна об'єднати дітей у три групи і утворити три кола.

Гра «Я люблю робити так». Прочитати правила гри. Для зручності можна об'єднати дітей у три групи і утворити три кола.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Запропонувати дітям взяти аркуш, де записані умови успішного навчання. Зачитати ті, яких вони у школі не мають і подумати, як їх створити.

2. Повторити прислів'я про навчання: один учень починає прислів'я, яке запам'ятав, а інші його продовжують.

3. Перевірити уважність і пам'ять дітей, виконавши завдання в зошиті на с. 57.

33. УЯВА І ЗДОРОВ'Я



Мета

Дати уявлення про роботу мозку людини; вчити розрізняти фантазії і реальність; розвивати творчі здібності; формувати звичку вести здоровий спосіб життя.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- пояснити, заняття творчістю сприяють здоров'ю,
- розрізняти вигадані страх і реальні,
- назвати прислів'я про здоров'я.



Обладнання і матеріали:

- 2 аркуші паперу великого формату,
- малюнки хлопчика і дівчинки,
- клей,
- деформовані прислів'я

В ЗДОРОВОМУ ТІЛІ – ЗДОРОВИЙ ДУХ
ЗДОРОВ'Я НЕ КУПИШ НІ ЗА ЯКІ ГРОШІ
БЕРЕЖИ ОДЯГ, ПОКИ НОВИЙ, А ЗДОРОВ'Я – ПОКИ МОЛОДИЙ
ЗДОРОВОМУ ПІР'Я, А ХВОРОМУ КАМІННЯ
ГЛЯНЬ НА ВИГЛЯД – І ПРО ЗДОРОВ'Я НЕ ПИТАЙ
В КОГО БОЛЯТЬ КОСТІ, ТОЙ НЕ БАЖАЄ В ГОСТІ
ЛЮДИ ЧАСТО ХВОРІЮТЬ, БО БЕРЕГТИСЯ НЕ ВМІЮТЬ.



Що підготувати заздалегідь:

- Прочитати в підручнику на с.154-155 оповідання М.Носова «Капелюх».

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	5 хв.
Інформаційне повідомлення	3 хв.
Проблемне питання	5 хв.
Робота в групах	6 хв.
Руханка	2 хв.
Робота над прислів'ями	5 хв.
Практична робота	10 хв.
Підсумкове завдання	4 хв.



Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

- Повторити вивчене на попередньому уроці:
 - Для чого людині потрібне навчання?
 - Назвати умови успішного навчання.
 - Як можна розвивати пам'ять та увагу?
- Назвати тему і завдання уроку.
- Виконати завдання в підручнику на с. 130 – пограти в гру «На щастя – на жаль».
 - Ви отримали задоволення?
 - У вас покращився настрій?

Висновок: заняття творчістю дарують радість, задоволення, покращують настрій, а значить – і здоров'я.

Інформаційне повідомлення (розказати про роботу мозку)

Прочитати у підручнику текст «Творчі здібності» на с. 130.

- Чому праву півкулю називають митцем?
- Чому ліву півкулю називають мислителем?
- Розкажіть, як ви розвиваєте свої творчі здібності – у яких гуртках, студіях займаєтесь?

Виконати завдання в зошиті на с. 58.

Проблемне питання (пояснити значення почуття страху для людини)

- Як ви гадаєте, страх – це почуття, яке приносить користь чи шкоду?

Вислухати всі відповіді дітей.

Є страх корисний, який застерігає людину від небезпеки. А є страх шкідливий, який пригнічує людину і шкодить здоров'ю. Слід розрізняти реальні страхи і фантастичні.

Прочитати в підручнику на с. 131 текст «Фантазії і реальність». Обговорити оповідання М.Носова «Капелюх», яке прочитали вдома.

- Чого злякалися хлопчики?
- Що вони подумали?
- Що сталося насправді?
- Це були реальні страхи чи вигадані?

Робота в групах (вчити розрізняти реальні страхи і вигадані)

Прочитати в підручнику завдання на с. 131.

Об'єднати дітей у 2 групи – хлопчики і дівчатка. Дати групам по великому аркушу паперу. Запропонувати намалювати (або наклеїти) хлопчика (дівчинку). Зліва вгорі поставити літеру Р (реальність), справа – літеру Ф (фантазії). Запропонувати написати, чого боїться дитина – реального і фантастичного.

Р	Ф
зłodії	привиди
собаки	погані сни
буря	трашні історії
грім	темнота
автомобілі	тіні і т.п.

Продемонструвати плакати. Обговорити, яких страхів дійсно слід боятися, а яких ні.

Виконати завдання 1 в зошиті на с. 59.

Руханка (виконати рухливі вправи)

Вчитель називає з плакатів щось, чого боїться дитина. Якщо цей страх застерігає від небезпеки, діти показують пантоміму. Якщо це страх вигаданий – присідають.

Робота над прислів'ями (пояснити прислів'я про здоров'я)

Прочитати в підручнику на с. 132 завдання. Пояснити прислів'я:

В здоровому тілі – здоровий дух. (Якщо здорове тіло, нічого не болить, то і на душі добре і радісно).

Весела думка – половина здоров'я. (Веселий характер, позитивні емоції сприяють здоров'ю людини).

Чиста вода для хвороби біда. (Хто тримає все в чистоті, того хвороби оминають).

Здоров'я не купиш ні за які гроші. (Яким би багатим ти не був, але здоров'я не продається).

Бережи одяг, поки новий, а здоров'я – поки молодий. (Про здоров'я треба турбуватися змолodu, коли воно ще міцне, а не тоді, коли його вже втрачаєш).

Коли б голова здорова, то будуть воли та й корова. (Якщо буде здоров'я, то зможеш все заробити).

Здоров'я маємо – не дбаємо, а згубивши – плачемо. (Доки здоровий, здається, що так буде завжди, про здоров'я не турбуєшся. А замислюєшся вже тоді, коли втрачаєш здоров'я).

Здоровому пір'я, а хворому каміння. (Здоровому все здається легким, а хворому – важким, як камінь).

Глянь на вигляд – і про здоров'я не питай. (По зовнішньому вигляду можна зробити висновки, здорова людина чи хвора).

В кого болять кості, той не бажає в гості. (Коли щось болить, то не хочеться ні в гості йти, ні веселитися).

Здоровий злидар щасливіший від хворого багача. (Якщо людина бідна, але здорова, то їй краще ніж багатій, але хворій).

Люди часто хворіють, бо берегти-ся не вміють. (Люди не хочуть вести здоровий спосіб життя, тому і хворіють).

Гроші загубив – небагато загубив, час загубив – багато загубив, а здоров'я загубив – усе загубив. (Коли людина має здоров'я, то заробить і гроші, а якщо його немає, то ніщо їй не радує).

Виконати завдання 2 в зошиті на с. 59.

Практична робота (вчити визначати риси характеру)

Об'єднати дітей у групи по 4-5 учнів. Запропонувати вибрати одне прислів'я і інсценізувати казку, щоб це прислів'я стало її назвою.

Прочитати завдання в підручнику на с. 133, запропонувати виконати його вдома з батьками.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

- Запропонувати дітям подивитися на плакати і пригадати ситуації, коли реальні страхи допомогли їм уникнути небезпеки.



2. Пригадати прислів'я про здоров'я.
Для цього роздати в парах деформовані прислів'я:

В ЗДОРОВОМУ ТІЛІ —
ЗДОРОВИЙ ДУХ
ЗДОРОВ'Я НЕ КУПИШ
НІ ЗА ЯКІ ГРОШІ
БЕРЕЖИ ОДЯГ, ПОКИ
НОВИЙ, А ЗДОРОВ'Я — ПОКИ
МОЛОДИЙ
ЗДОРОВОМУ ПР'Я,
А ХВОРОМУ КАМІННЯ
ГЛЯНЬ НА ВИГЛЯД — І ПРО
ЗДОРОВ'Я НЕ ПИТАЙ
В КОГО БОЛЯТЬ КОСТІ,
ТОЙ НЕ БАЖАЄ В ГОСТІ
ЛЮДИ ЧАСТО ХВОРЮТЬ,
БО БЕРЕГТИСЯ НЕ ВМІЮТЬ.

34. ВЧИМОСЯ ВІДПОЧИВАТИ. ПІДСУМОК ЗА ТЕМОЮ



Мета

Пояснити, чим небезпечна перевтома; вчити правильно підбирати види відпочинку в залежності від виду діяльності; вивчити вправи для релаксації.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- назвати ознаки втоми і перевтоми,
- розказати, як правильно підібрати вид відпочинку,
- продемонструвати вправи для релаксації.



Обладнання і матеріали:

- ватман з назвою «Що приносить мені радість»,
- хмаринки з паперу за кількістю учнів,
- клей,
- два аркуші А-4.

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	4 хв.
Інформаційне повідомлення	6 хв.
Робота в групах	6 хв.
Мозковий штурм	4 хв.
Руханка	5 хв.
Практична робота	7 хв.
Веселі ігри	3 хв.
Підсумкове завдання	5 хв.



Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Повторити вивчене на попередньому уроці:
 - Як діють півкулі головного мозку?
 - Коли страх приносить користь здоров'ю?
 - Коли страх приносить шкоду здоров'ю?
2. Назвати тему і завдання уроку.
3. Запропонувати дітям пригадати улюблені види відпочинку.
4. По черзі продовжити фразу «Коли я втомлений, я люблю...».

Інформаційне повідомлення (пояснити, чим шкідлива перевтома)

Прочитати у підручнику текст «Втома і здоров'я» на с. 134. Розглянути таблицю. Назвати ознаки втоми.

– Пригадайте, коли у вас були такі відчуття?

Назвати ознаки перевтоми.

– Чим перевтома небезпечна для здоров'я?

Висновок: перевтома небезпечна для здоров'я.

Виконати завдання в зошиті на с. 60 (Енергія, рум'яні щічки, сила, добрий апетит, чудовий настрій, міцний сон, міцне здоров'я).

Робота в групах (розрізнати активний і пасивний відпочинок)

Прочитати в підручнику текст «Який відпочинок найкращий» на с. 135.

Об'єднати дітей у 2 групи. Дати дітям по аркушу паперу А-4. Запропонувати написати одній групі види активного відпочинку, другій – пасивного відпочинку. Пограти в гру «Пінг-понг», умови якої написані в підручнику на с. 135.

Висновок: найкращий відпочинок – це зміна виду діяльності.

Мозковий штурм (вчити підбирати правильний вид відпочинку)

– Вибір відпочинку залежить від того, яким видом діяльності ти займався. Якщо була велика рухова активність, то потрібен пасивний відпочинок. І навпаки.

Вчитель називає вид діяльності, а діти підбирають вид відпочинку.

Грати у футбол – почитати книгу.

Читати книгу – пограти в рухливі ігри.

Кататися на скейті – послухати музику.

Вишивати – покататися на велосипеді.

Плавати – подивитися телевизор.

Займатися гімнастикою – полежати на дивані.

Виконати завдання в зошиті на с. 61.

Руханка (виконати вправи на релаксацію)

Прочитати в підручнику на с. 136 пояснення, що таке релаксація. Виконати вправи «Муха», «Морозиво».

Практична робота (визначити, що приносить позитивні емоції)

Закріпити на дошці ватман з назвою «Що приносить мені радість». Прочитати завдання в підручнику на с. 137.

Діти записують на хмаринках те, що приносить їм радість. Потім по одному виходять до плаката, зачитують і приклеюють на ватман.

Висновок: радість – це позитивна емоція, що сприяє здоров'ю. Тому треба більше радіти.

Веселі ігри (пограти в розвивальні ігри)

Прочитати в підручнику на с. 138 підсумкові завдання. Пограти з дітьми в ігри.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Назвати ознаки втоми.
2. Що треба робити, щоб не розвинулася перевтома?
3. Виконати завдання в підручнику на с. 137. Стати в коло і розказати, як би хотіли провести літній відпочинок.

СВЯТО ЗДОРОВ'Я



Мета:

розказати про комп'ютерну залежність і її наслідки; продемонструвати переваги здорового способу життя; формувати у дітей корисні звички

**Пригоди реальні,
а не віртуальні.**

Дійові особи:

*Хлопчик Семен
Меблі (кілька дітей)
Домовеня Кузя
Краплинки
Ящірка
Квіти*

*Семен грає на комп'ютері.
Меблі плачуть.*

Меблі:

Нелегке наше життя у квартирі цій.
Не торкались нас давно сонця промінці.
Вікна ти мерщій розчиняй.

Семен:

Ти мені не заважай.

Меблі :

Подивися, по кутках павуки сидять.
І пилюку вже давно слід повитирати.
Ой від пилу – чхи – пропаду...

Семен:

Третій рівень ось пройду!

Меблі :

Так щодня весь вільний час.
Зanedбав Семен всіх нас
Іще б пак – часу не має,
На комп'ютері він грає.
Сидить там і дні, і ночі.
Ломить тіло, болять очі...
Почав наш Семенко жити
Десь у віртуальнім світі.
Хто нам може підказати,
Як Семена врятувати?

Чується чхання

Ачхи!

Меблі:

Хтось є у каміні?

Домовеня Кузя:

Ой, заплутавсь в павутинні...
Кузя я, домовеня.

Семен:

Бр-р-р, не треба грати щодня...

Домовеня Кузя:

Ні, я не твоя уява.

Меблі :

Кузя вийшов, кепські справи.
Біда буде, носом чую.

Домовеня Кузя:

Вибачайте, звідси йду я
В інших хатах – ігри, сміх,
Запах пиріжків смачних.
Тут же з вечора до рання
Лиш комп'ютерне пицання.

Жити тут не можу більше.
Знайду собі місце інше.

Семен:

Йди, щасливої дороги!

Меблі :

Як же дім без домового?
Він же нас оберігає,
Лихо, біди проганяє.
Якщо він наш дім покине,
Пропаде тут все і згине.

Семен:

Може б залишився, Кузьо?

Домовеня Кузя:

Я, можливо, повернуся,
Якщо, хлопче, ти підеш
Й те, що загубив, знайдеш.
Іди в поле, в гори, в ліс,
Йди до річки. Шукай скрізь.

Виходить

Семен:

Стій, а що мені шукати?

Меблі:

Йди... Ми будемо чекати!

Семен пішов.

Річка

Семен:

Йду туди, не зна куди.
Посиджу біля води.

Чується сміх

Хи-хи-хи

Семен:

Ой, це хто мене лоскоче?

Краплинки:

Ми краплинки. Привіт, хлопче.
Грають і співають

Малесенькі краплинки
Біжать, співають дзвінко.
З краплин струмок виходить,
Море, озеро, ріка.
На місці не сидиться –
Тече-біжить водиця.
Усе на світі напуває.
Ось вода яка.

Семен:

Весело як з вами гратись.

Краплинки:

Ти приходи щодня купатись.
Тут ти можеш відпочити -
Чи то рибку половити.
На човнику покататись,
Або просто поплескатись.
Якщо з водою в дружбі будеш,
Про недуги ти забудеш.

Вибігають.

*Ліс. Ящірка на сонці робить
акробатичні вправи*

Семен:

Ого, як ти вмієш. А хто ти така?

Ящірка:

Мене не впізнав ти... Поглянь – ящірка.
Від теплого сонця енергія в мене.
А ти чого кволий, обличчя зелене?

Семен:

Я сонця не бачив, сидів у кімнаті.

Ящірка:

Спортом займися, форму щоб мати.
Й на сонці, на сонці побільше бувай.

Семен:

Дякую, ящірко, прощавай.

Ящірка вибігає



Семен:

Річку, поле обійшов,
Та нічого не знайшов.
Що ж, до лісу ще зайду.
Може щось хоч там знайду...

Вибігають Квіти і танцюють

Семен:

Гей, а хто там у траві?

Квіти:

Це ми, квіти лісові.
Подивись, як і ми гарні.

Семен:

Ні, ви всі просто шикарні!

Квіти:

Ой, за комплімент мерсі...
Це тому, що ми усі
Дихаєм повітрям чистим,
Тут воно таке корисне.
Ще й пташиний спів послухай –
Тішить душу, пестить вухо.
А пізніше ти сюди
Ще й по ягоди прийди.
Пошукай гриби у листі.

Семен:

Як цікаво тут, дивись ти.
Чом про це раніш не знав?
Бо усе сидів та грав...

Кімната

Меблі:

Довго щось нема Семена...
Забігає Семен

Семен:

Чом це темно так у мене?
Вікна розчинить я хочу,

Меблі:

Нехай сонечко лоскоче.
Хай повітря чисти буде.

Семен:

А щоб не було тут бруду,
Води миттю принесу,
Усе витру, потрясу.

Меблі:

Заодно ти і в каміні
Познімав би павутиння...
Чути з каміну:
Ачхи!

Семен:

Хто там?

Домовеня Кузя:

Це я, Кузя...

Семен:

Ти до мене повернувся?!

Меблі:

Наш домовичок прийшов...

Семен:

Та я ж нічого не знайшов!

Домовеня Кузя:

Думаєш? Поглянь на себе:
Очі світяться у тебе,
Щоки рум'яніють знову.
Знов енергії ти повен.

Семен:

Стільки я побачив всього...
Домовеня Кузя:
Ти знайшов себе самого.

Семен:

Так ось що я загубив...
Кузьо, дякую тобі!

Домовеня Кузя:

У всьому міру знати траба,
Щоб не пройшло життя повз тебе.

Всі:

Ти навколо озирнися,
Подивись, яка краса.
Сині ріки розлилися,
Дивні, чисті небеса.
Вдень у небі сонце сяє,
Місяць уночі горить.
Хто красу цю помічає,
Значить той уміє жити.

ЗМІСТ

ЧАСТИНА І. Предмет «Основи здоров'я»: концепція, зміст і методи навчання

1. Концепція предмета	7
1.1. Сучасне уявлення про здоров'я	7
1.2. Особливості предмета	8
1.3. Базові ідеї впровадження	8
1.4. Мета, завдання і результати навчання	9
1.5. Принципи навчання	9
1.6. Методи навчання	9
1.7. Шкільні умови	9
1.8. Робота з педагогічним колективом	10
1.9. Залучення учнів до проведення тренінгів	10
1.10. Взаємодія з батьками	10
1.11. Підготовка вчителів	11
1.12. Перешкоди на шляху впровадження інноваційних тренінгових методів	11
1.13. Довгострокові вигоди від впровадження предмета	11
2. ООЖН — ефективна педагогічна технологія навчання здорового способу життя і елемент високоякісної освіти	13
2.1. Що таке життєві навички ...	13
2.2. Особливості ООЖН	14

2.3. Склад і класифікація ЖН	15
2.4. Методологія викладання ЖН	15
3. Тренінг — ефективний метод групової роботи	18
3.1. Педагогіка співробітництва і розвивального навчання: джерело тренінгу	18
3.2. Що таке тренінг	18
3.3. Зміст тренінгу	19
3.4. Структура тренінгу	20
3.5. Огляд інтерактивних методів ...	21
4. Організація і ресурсне забезпечення тренінгу	25
4.1. Типи тренінгових кабінетів ...	25
4.2. Оформлення тренінгового кабінету	25
4.3. Ресурсне забезпечення тренінгового кабінету	26
5. Навчальна програма основ здоров'я для 1-го класу	29
5.1. Пояснювальна записка	29
5.2. Програма для учнів 1-го класу	32
6. Навчально-методичне забезпечення для 1-го класу	35
6.1. Посібник для вчителя	35
6.2. Підручник	35

6.3. Зошит-практикум	35
6.4. Компакт-диск для вчителя ...	36
6.5. Комплект тематичних таблиць і дидактичних карток	36

ЧАСТИНА ІІ. Розробки уроків за програмою 1 класу

Вступ

1. Що вивчає предмет «Основи здоров'я»	39
2. Знайомство зі школою	42
3. Ріст і розвиток	44
4. Здоров'я і хвороби	46

Розділ 1. Здорове тіло

5. Режим дня	49
6. Твоя постава	51
7. Здорові стопи	54
8. Чистота і здоров'я	56
9. Харчування і здоров'я	59
10. Рух і здоров'я	62
11. Загартовування	65
12. Корисний відпочинок	68
13. Узагальнювальний до розділу «Здорове тіло»	70

Розділ 2. Серед людей

14. Моя родина	73
15. Дівчатка і хлопчики	76

16. Учимося товаришувати	79
17. Узагальнювальний до розділу «Серед людей»	82

Розділ 3. Безпечне довкілля

18. Безпека ігор та розваг	85
19. Наші рятувальники	88
20. У незнайомому місці	90
21. Безпека в домі	92
22. Безпека в школі	94
23. Ти — пішохід	96
24. Ти — пасажир	98
25. Дорога до школи	101
26. Узагальнювальний до розділу «Безпечне довкілля»	104

Розділ 4. Здоровий дух

27. Неповторність людини	107
28. Народні традиції і здоров'я	110
29. Настрій і почуття	113
30. Учимося приймати рішення	116
31. Узагальнювальний до розділу «Здоровий дух»	119

5. Сценарій «Свято здоров'я» 121 |

Література 125 |

ЧАСТИНА III. Навчальна програма, навчально-методичне забезпечення і розробки уроків для 2 класу1

. Навчальна програма основ для здоров'я для 2-го класу загальноосвітніх навчальних закладів 127

2. Навчально-методичне забезпечення для 2-го класу 130

Опорні плани проведення уроків за програмою 131

1. Вступ (здоров'я людини)

- 1. РІСТ І РОЗВИТОК ЛЮДИНИ 131
- 2. ЗДОРОВ'Я І ХВОРОБИ 135
- 3. ЯК ЗАХИСТИТИСЯ ВІД ІНФЕКЦІЙ 139
- 4. УЗАГАЛЬНЮЮЧИЙ УРОК ДО РОЗДІЛУ «ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ» 142

2. Здорове тіло (фізична складова здоров'я)

- 5. РЕЖИМ ДНЯ 145
- 6. НАВЧАННЯ І ВІДПОЧИНОК 148
- 7. ПІГІЄНА ШКОЛЯРА 151
- 8. ЗДОРОВІ ЗУБИ 155
- 9. ХАРЧУВАННЯ І ЗДОРОВ'Я 158
- 10. КУЛЬТУРА ХАРЧУВАННЯ 161
- 11. ФІЗИЧНІ ВПРАВИ І ЗДОРОВ'Я 165
- 12. ПРАВИЛА ЗАГАРТОВУ ВАННЯ 168
- 13. УЗАГАЛЬНЮЮЧИЙ УРОК ДО РОЗДІЛУ «ЗДОРОВЕ ТІЛО» 171

3.1. Серед людей (соціальна складова здоров'я).

- 14. ПРАВА ДИТИНИ 173
- 15. ТВОЯ РОДИНА 176
- 16. НАУКА СПІЛКУВАННЯ 179

17. УЗАГАЛЬНЮЮЧИЙ УРОК ДО РОЗДІЛУ «СЕРЕД ЛЮДЕЙ» 182

3.2. Безпечне довкілля (соціальна складова здоров'я)

- 18. БЕЗПЕКА І НЕБЕЗПЕКА (1 УРОК) 185
- 19. БЕЗПЕКА І НЕБЕЗПЕКА (2 УРОК) 188
- 0. ПОМІЧНИКИ У ДОМІ 191
- 21. БЕЗПЕКА ВДОМА 194
- 22. БЕЗПЕЧНА ШКОЛА 198
- 23. БЕЗПЕКА НА ДОРОГАХ 201
- 24. НА ПЕРЕХРЕСТІ 204
- 25. ТВАРИНИ ДОВКОЛА НАС 207
- 26. ВІДПОЧИНОК НА ПРИРОДІ 210
- 27. САМ СОБІ ЛІКАР 213
- 28. УЗАГАЛЬНЮЮЧИЙ УРОК ДО РОЗДІЛУ «БЕЗПЕЧНЕ ДОВКІЛЛЯ» 216

4. Здоровий дух (психічна і духовна складові здоров'я)

- 29. СМАКИ І ЗАХОПЛЕННЯ 218
- 30. ДРУЗІ ЗА ІНТЕРЕСАМИ 222
- 31. РЕКЛАМА І ЗДОРОВ'Я 225
- 32. АЛЬКОГОЛЬ І ЗДОРОВ'Я 228
- 33. ПРАВИЛА ЛІТНЬОГО ВІДПОЧИНКУ 231
- 34. УЗАГАЛЬНЮЮЧИЙ УРОК ДО РОЗДІЛУ «ЗДОРОВИЙ ДУХ» 234

5. Сценарій виховного заходу «Мчать дорогою машини». 238

- Додаток до теми «Правила загартування» 242
- Додаток до теми «Тварини довкола нас» 245
- Література 247

ЗАМЕНИТЬ

ЧАСТИНА III. Навчальна програма, навчально-методичне забезпечення і розробки уроків для 2 класу1

. Навчальна програма основ для здоров'я для 2-го класу загальноосвітніх навчальних закладів 127

2. Навчально-методичне забезпечення для 2-го класу 130

Опорні плани проведення уроків за програмою 131

1. Вступ (здоров'я людини)

- 1. РІСТ І РОЗВИТОК ЛЮДИНИ 131
- 2. ЗДОРОВ'Я І ХВОРОБИ 135
- 3. ЯК ЗАХИСТИТИСЯ ВІД ІНФЕКЦІЙ 139
- 4. УЗАГАЛЬНЮЮЧИЙ УРОК ДО РОЗДІЛУ «ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ» 142

2. Здорове тіло (фізична складова здоров'я)

- 5. РЕЖИМ ДНЯ 145
- 6. НАВЧАННЯ І ВІДПОЧИНОК 148
- 7. ПІГІЄНА ШКОЛЯРА 151
- 8. ЗДОРОВІ ЗУБИ 155
- 9. ХАРЧУВАННЯ І ЗДОРОВ'Я 158
- 10. КУЛЬТУРА ХАРЧУВАННЯ 161
- 11. ФІЗИЧНІ ВПРАВИ І ЗДОРОВ'Я 165
- 12. ПРАВИЛА ЗАГАРТОВУ ВАННЯ 168
- 13. УЗАГАЛЬНЮЮЧИЙ УРОК ДО РОЗДІЛУ «ЗДОРОВЕ ТІЛО» 171

3.1. Серед людей (соціальна складова здоров'я).

- 14. ПРАВА ДИТИНИ 173
- 15. ТВОЯ РОДИНА 176

16. НАУКА СПІЛКУВАННЯ 179

17. УЗАГАЛЬНЮЮЧИЙ УРОК ДО РОЗДІЛУ «СЕРЕД ЛЮДЕЙ» 182

3.2. Безпечне довкілля (соціальна складова здоров'я)

- 18. БЕЗПЕКА І НЕБЕЗПЕКА (1 УРОК) 185
- 19. БЕЗПЕКА І НЕБЕЗПЕКА (2 УРОК) 188
- 0. ПОМІЧНИКИ У ДОМІ 191
- 21. БЕЗПЕКА ВДОМА 194
- 22. БЕЗПЕЧНА ШКОЛА 198
- 23. БЕЗПЕКА НА ДОРОГАХ 201
- 24. НА ПЕРЕХРЕСТІ 204
- 25. ТВАРИНИ ДОВКОЛА НАС 207
- 26. ВІДПОЧИНОК НА ПРИРОДІ 210
- 27. САМ СОБІ ЛІКАР 213
- 28. УЗАГАЛЬНЮЮЧИЙ УРОК ДО РОЗДІЛУ «БЕЗПЕЧНЕ ДОВКІЛЛЯ» 216

4. Здоровий дух (психічна і духовна складові здоров'я)

- 29. СМАКИ І ЗАХОПЛЕННЯ 218
- 30. ДРУЗІ ЗА ІНТЕРЕСАМИ 222
- 31. РЕКЛАМА І ЗДОРОВ'Я 225
- 32. АЛЬКОГОЛЬ І ЗДОРОВ'Я 228
- 33. ПРАВИЛА ЛІТНЬОГО ВІДПОЧИНКУ 231
- 34. УЗАГАЛЬНЮЮЧИЙ УРОК ДО РОЗДІЛУ «ЗДОРОВИЙ ДУХ» 234

5. Сценарій виховного заходу «Мчать дорогою машини». 238

- Додаток до теми «Правила загартування» 242
- Додаток до теми «Тварини довкола нас» 245
- Література 247

**ВОРОНЦОВА Тетяна Володимирівна
Оніщенко Володимир Володимирович
ПОНОМАРЕНКО Володимир Степанович
САЩЕНКО Любов Василівна
Савченко Вікторія Анатоліївна**

ОСНОВИ ЗДОРОВ'Я

1-3 класи

Посібник для вчителя

Формат 60x84/8.