

Л. В. САЩЕНКО

ОСНОВИ ЗДОРОВ'Я

4 КЛАС

ПОСІБНИК ДЛЯ ВЧИТЕЛЯ

РОЗРОБКИ УРОКІВ ЗА ПІДРУЧНИКОМ
авторів І. Д. Бех, Т. В. Воронцова,
В. С. Пономаренко, С. В. Страшко



Видавництво «Алатон»
Київ 2015

ББК 51.204я721

О-88

Сащенко Л. В.

О-88 Основи здоров'я. 4 клас: Посібник для вчителя. Розробки уроків за підручником авторів І.Д. Бех та інші. — К.: Видавництво «Алатон», 2015. с.108
ISBN 978-966-2663-30-3

Посібник містить розробку проведення уроків з використанням інтерактивних методів для викладання предмету «Основи здоров'я» у 4-му класі загальноосвітніх навчальних закладів за підручником авторів І. Д. Бех, Т. В. Воронцова, В.С.Пономаренко, С. В. Страшко.

Викладання предмету 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.

ББК 51.204я721

ISBN 978-966-2663-30-3

© Видавництво «Алатон», текст, дизайн, малюнки, 2015

© В.С. Пономаренко 2015

© Л.В. Сащенко, 2015

ЗМІСТ

УРОК 1. ЖИТТЯ І БЕЗПЕКА ЛЮДИНИ	4
УРОК 2. ЖИТТЯ І ЗДОРОВ'Я	8
УРОК 3. РОЗВИТОК ЛЮДИНИ	12
УРОК 4. ЗБАЛАНСОВАНЕ ХАРЧУВАННЯ	15
УРОК 5. ПОЖИВНІ РЕЧОВИНИ І ВОДА	18
УРОК 6. РУХ І ЗАГАРТОВУВАННЯ	21
УРОК 7. ПРОФІЛАКТИКА ПОРУШЕНЬ ЗОРУ, СЛУХУ, ПОСТАВИ	25
УРОК 8. ГІГІЄНА ПОРОЖНИНИ РОТА	28
УРОК 9. ГІГІЄНА ОСЕЛІ	31
УРОК 10. ОРГАНІЗАЦІЯ САМОНАВЧАННЯ	34
УРОК 11. УЗАГАЛЬНЮЮЧИЙ УРОК ДО РОЗДІЛІВ «ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ» І «ЗДОРОВЕ ТІЛО»	37
УРОК 12. СІМ'Я І ЗДОРОВ'Я	40
УРОК 13. РОЗБУДОВА ДРУЖНІХ СТОСУНКІВ	43
УРОК 14. ЯК ВІДСТОЯТИ СЕБЕ	46
УРОК 15. ШКІДЛИВІ ЗВИЧКИ І ЗДОРОВ'Я	49
УРОК 16. РЕКЛАМА І ЗДОРОВ'Я	52
УРОК 17. ЗАСОБИ КОМУНІКАЦІЇ І ЗДОРОВ'Я	55
УРОК 18. ХВОРОБИ, ЯКІ НАБУЛИ СОЦІАЛЬНОГО ЗНАЧЕННЯ	58
УРОК 19. ОХОРОНА ЗДОРОВ'Я ДІТЕЙ	61
УРОК 20. ДОПОМОГА ЛЮДЯМ З ОБМЕЖЕНИМИ МОЖЛИВОСТЯМИ	64
УРОК 21. УЗАГАЛЬНЮЮЧИЙ УРОК ДО РОЗДІЛУ «СЕРЕД ЛЮДЕЙ»	67
УРОК 22. НАОДИНЦІ ВДОМА	70
УРОК 23. БЕЗПЕКА ШКОЛЯРА	73
УРОК 24. БЕЗПЕЧНА ПРОГУЛЯНКА	76
УРОК 25. БЕЗПЕКА ДОРОЖНЬОГО РУХУ	79
УРОК 26. РУХ НА ПЕРЕХРЕСТІ, МАЙДАНІ	82
УРОК 27. АВАРІЇ НА ДОРОГАХ	85
УРОК 28. УЗАГАЛЬНЮЮЧИЙ УРОК ДО РОЗДІЛУ «БЕЗПЕЧНЕ ДОВКІЛЛЯ»	88
УРОК 29. САМООЦІНКА І ПОВЕДІНКА ЛЮДИНИ	90
УРОК 30. ХОЧУ, МОЖУ, ТРЕБА	93
УРОК 31. ШАНУЙ СЕБЕ ТА ІНШИХ	96
УРОК 32. ЗВИЧКИ І ЗДОРОВ'Я	99
УРОК 33. ТВОРЧІСТЬ І ЗДОРОВ'Я	102
УРОК 34. СВЯТО ЗДОРОВ'Я	105

Урок 1. ЖИТТЯ І БЕЗПЕКА ЛЮДИНИ

Мета

Пояснити виникнення і значення понять «безпека» і «небезпека»; вчити розрізняти природні небезпеки і ті, що створила людина; формувати вміння приймати правильні рішення у небезпечній ситуації; вчити турбуватися про своє життя, здоров'я та своїх близьких.

Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- пояснити значення слів «безпека» і «небезпека»;
- навести приклади небезпечних ситуацій;
- розказати, як уникати небезпечних ситуацій;
- назвати правила поведінки у небезпечній ситуації;
- продемонструвати варіанти виходу із небезпечної ситуації.

Обладнання і матеріали

- картки з іменами «ЧУР» і «ПЕК»;
- деформовані речення:
ИЛОКІН ЕН ЙАКСУПО ИКУР ДЕРЕП ЮОКЕПЗЕБЕН
(Ніколи не опускай руки перед безпекою),
ИДЖВАЗ ЯСИРОБ АЗ ЄОВС ЯТТИЖ
(Завжди борися за своє життя);
- вирізані з паперу іскорки, кружечки і сердечка за кількістю учнів для роботи в трьох групах;
- на кожну парту деформовані речення (розрізані на окремі слова):
НАМАГАЙСЯ ЖИТИ ТАК, ЩОБ НЕ СТВОРЮВАТИ
НЕБЕЗПЕЧНИХ СИТУАЦІЙ.

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	3 хв.
Уявна подорож	4 хв.
Робота в групах	8 хв.
Руханка	2хв.
Інформаційне повідомлення	3 хв.
Робота над казкою	8 хв.
Практична робота	9 хв.
Підсумкове завдання	3 хв.

Стартові завдання (підготувати дітей до вивчення нового матеріалу)

1. Пригадати, що для людини найціннішим є її життя.
2. Назвати тему і завдання уроку.

3. Виконати стартове завдання в підручнику на с. 6. Пригадати, які небезпечні ситуації траплялися влітку. Спрогнозувати, як можна було їх уникнути.

Уявна подорож (з'ясувати виникнення і значення слів «безпека» і «небезпека»)

Запропонувати дітям подорож у давні часи, коли слов'яни поклонялися багатьом богам. Серед них був добрий бог Чур і злий – Пек (вчитель дає учням картки з їхніми іменами). Там, де був Пек, там було зло і неприємності (вчитель пропонує Пекові відійти).

- Зараз тут ви всі без Пека. Значить, тут немає зла і неприємностей. Тут безпека.

Тепер Пек підходить.

- Тепер не без Пека, тобто не без зла. Відповідно, є лихо і неприємності, небезпека.

Прочитати в підручнику на с. 6 текст «Безпека і небезпека».

- Яку ситуацію вважають безпечною? (Ту, в якій немає Пека, тобто зла).

- Яку ситуацію вважають небезпечною? (Ту, в якій не обходиться без Пека, тобто є зло і неприємності).

Виконати завдання в зошиті на с. 4 і завдання 1 на с. 5 – розгадати кросворд. (Війна, ожеледиця, буря, пожежа, гроза, повінь, епідемія, конфлікт, аварія).

Робота в групах (вчити розрізняти природні небезпечні ситуації і ті, що створені людиною)

Прочитати текст у підручнику на с. 7 «Безпека життя і діяльності людини».

Об'єднати дітей у три групи. Записати на дошці (або на аркушах паперу) по 10 прикладів небезпечних ситуацій, помітивши літерами «П» і «Л», як показано на зразку в підручнику.

- Потрапити в зливу. (П)
- Гратися на будівельному майданчику. (Л)
- Потрапити під напад бездомної собаки. (Л)
- Вмикати електроприлад мокрими руками. (Л)
- Перебігати дорогу на червоне світло світлофора. (Л)
- Відчинити двері незнайомцеві. (Л)
- Сісти в машину до незнайомої людини. (Л)
- Загубитися на екскурсії. (Л)
- Гратися на горищі будинку. (Л)
- Обморозитися. (П)

Виконати завдання в зошиті на с. 5.

Висновок: більшість небезпечних ситуацій, в які ми потрапляємо, виникають з вини самої людини.

Руханка (виконати рухливі вправи)

Вчитель називає дію. Якщо вона безпечна, діти крокують, якщо небезпечна – присідають.

- На вулиці взимку гратись.
- На санчатах покататись.
- В постелі лежачи читати.
- З м'ячем біля дороги грати.
- Овочі немиті їсти.
- Олівці і ручки гризти.
- В футбол грати на роздоллі.
- В зливу йти без парасолі.

Інформаційне повідомлення (вчити правильно діяти у небезпечній ситуації)

Прочитати повідомлення на с. 8 «Як діяти у небезпечній ситуації».

- Чому важливо не панікувати в небезпечній ситуації?
- Що допоможе прийняти правильне рішення?
- Вам допоможуть знання, уміння, які ви отримуєте на уроках. А ще – сила духу, про яку ви дізнаєтеся з казки.

Робота над казкою (довести, що треба боротися за своє життя)

Прочитати «Казку про двох жабок» на с. 8. Перед читанням пояснити, що масло можна не тільки купити в магазині, а й зробити самому. Для цього треба колотити сметану, і згодом у ній з'являться грудочки масла.

Дати відповіді на питання:

- Чому загинула одна жабка? *(Бо вона не захотіла боротися за життя, виявилася слабкою).*
- Чи знала друга жабка, що, борсаючись, зіб'є грудочки масла, які її врятують? *(Ні. Для неї це стало щасливою випадковістю).*
- Але чому ж тоді вона продовжувала борсатися? *(Бо мала силу духу, не запанікувала, боролася за життя).*

Запропонувати дітям прочитати деформовані речення:

ИЛОКІН ЕН ЙАКСУПО ИКУР ДЕРЕП ЮОКЕПЗЕБЕН

(Ніколи не опускай руки перед небезпекою)

ИДЖВАЗ ЯСИРОБ АЗ ЄОВС ЯТТИЖ

(Завжди борися за своє життя).

Висновок: потрапивши в небезпеку, ніколи не складай рук, борися за своє життя.

Практична робота (практично відпрацювати поведінку в небезпечних ситуаціях)

Роздати дітям іскорки, кружечки і сердечка. Запропонувати об'єднатися у три групи, відповідно до того, що з перелічених предметів

дісталоя учневі. Кожна група отримує ситуацію, описану в підручнику на с. 9 і виконує завдання, вміщені на с. 9. Проаналізувати запропоновані дітьми варіанти і вибрати найкращий.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Чому життя – це найвища цінність?
2. Хто має турбуватися про твоє життя?
3. Роздати на кожному парту деформовані речення. Діти мають скласти пораду:
НАМАГАЙСЯ ЖИТИ ТАК, ЩОБ НЕ СТВОРЮВАТИ НЕБЕЗПЕЧНИХ СИТУАЦІЙ.

УРОК 2. ЖИТТЯ І ЗДОРОВ'Я

Мета

Ознайомити зі складовими здоров'я; пояснити сутність фізичного, психічного, соціального і духовного здоров'я; довести існування взаємозв'язку складових здоров'я; визначити чинники, які впливають на здоров'я.

Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- розказати про складові здоров'я;
- розрізняти фізичне, психічне, соціальне і духовне здоров'я;
- продемонструвати взаємозв'язок складових здоров'я;
- назвати чинники, що корисно впливають на здоров'я.

Обладнання і матеріали

- чотири аркуші паперу для плакатів з заголовками: «ФІЗИЧНЕ ЗДОРОВ'Я», «ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я», «СОЦІАЛЬНЕ ЗДОРОВ'Я», «ДУХОВНЕ ЗДОРОВ'Я»;
- картки зі словами ЗДОРОВ'Я, СПАДКОВІСТЬ, СПОСІБ ЖИТТЯ, СТАН ДОВКІЛЛЯ, МЕДИЧНА ДОПОМОГА, ХАРЧУВАННЯ, ЗВИЧКИ, РЕЖИМ, ГІГІЄНА, АКТИВНИЙ ВІДПОЧИНОК, ЗАГАРТОВУВАННЯ, РЕЖИМ»;
- паперовий макет стільця.

Що підготувати заздалегідь

Обговорити з батьками, що впливає на здоров'я позитивно, а що негативно.

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	5 хв.
Проблемне питання	2 хв.
Робота в групах	9 хв.
Демонстрація	2 хв.
Руханка	2 хв.
Робота в парах	4 хв.
Інформаційне повідомлення	5 хв.
Гра	8 хв.
Підсумкове завдання	3 хв.

Стартові завдання (*повторити попередній матеріал і перейти до нового*)

1. Пригадати, що вивчили на минулому уроці:

- Які ситуації називають безпечними?

- Які ситуації називають небезпечними?
 - Наведіть приклади ситуацій, у яких людина сама наражає себе на небезпеку.
 - Що заважає людині знаходити правильні рішення в небезпечних ситуаціях? (*Паніка, відсутність знань, слабкість духу*).
2. Назвати тему і завдання уроку.
 3. Прочитати текст «Цінність життя і здоров'я» на с. 10 підручника. Виконати завдання. Пояснити вислів: «Здоров'я за гроші не купиш, та розплачуватись ним можна скільки завгодно». (*Скільки б грошей ти не мав, та здоров'я не продається. А от розплачуватися ним (тобто втратити його) людина може за неправильне харчування, за шкідливі звички і т.д.*)
 4. Виконати завдання 1 в зошиті на с. 6.

Проблемне питання (*поміркувати, що таке фізичне, психічне, соціальне і духовне здоров'я*)

Прочитати на с. 10 підручника трактування поняття «здоров'я» Всесвітньою організацією охорони здоров'я. Запропонувати дітям поміркувати, що мається на увазі під фізичним, психічним, соціальним і духовним здоров'ям.

Робота в групах (*з'ясувати, що таке фізичне, психічне, соціальне і духовне здоров'я*)

Роздати кожному картку з однією з букв Ф, П, С чи Д. Запропонувати дітям об'єднатися в чотири групи: фізичне, психічне, соціальне і духовне здоров'я. Роздати кожній групі аркуш паперу і запропонувати, користуючись матеріалом с. 11 підручника, створити плакати, де за допомогою малюнків пояснити сутність кожної складової здоров'я: «ФІЗИЧНЕ ЗДОРОВ'Я», «ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я», «СОЦІАЛЬНЕ ЗДОРОВ'Я», «ДУХОВНЕ ЗДОРОВ'Я».

Кожна група презентує свою роботу.

Виконати завдання в зошиті на с. 7.

Висновок: здоров'я людини – це її фізичне, психічне, соціальне і духовне благополуччя.

Демонстрація (*довести взаємозв'язок складових здоров'я*)

Поставити макет стільця. Він міцно стоїть на чотирьох ніжках. Уявимо, що стілець – це здоров'я людини, ніжки – це його фізична, психічна, духовна та соціальна складові. Тепер уявимо, що одна зі складових, скажімо, психічне здоров'я, порушилося – вкоротимо ножицями одну ніжку. Стілець вже не може стояти рівно, він хитається. А тепер уявимо, що порушилося фізичне здоров'я – відріжемо одну ніжку стільця. Він зовсім не може стояти, падає. Отже, здоров'я людини залежить від кожної складової.

Прочитати в підручнику на с. 12 текст «Взаємозв'язок складових здоров'я».

Висновок: усі складові здоров'я пов'язані між собою, про них треба дбати.

Руханка (виконати рухливі вправи)

Діти стають у коло один за одним, кладуть руки на плечі тому, хто стоїть попереду. Вчитель проговорює дію, а діти на сусідові імітують рухи, тим самим масажуючи спину.

- Замісила бабуся тісто.
- Поклала його на стіл.
- Розкачала тоненько-тоненько.
- Поклала начинку.
- Закрутила рулетиком.
- У піч посадила.
- Вийняла, на шматочки розрізала. Смачного!

Робота в парах (пояснити вплив рухової активності на здоров'я)

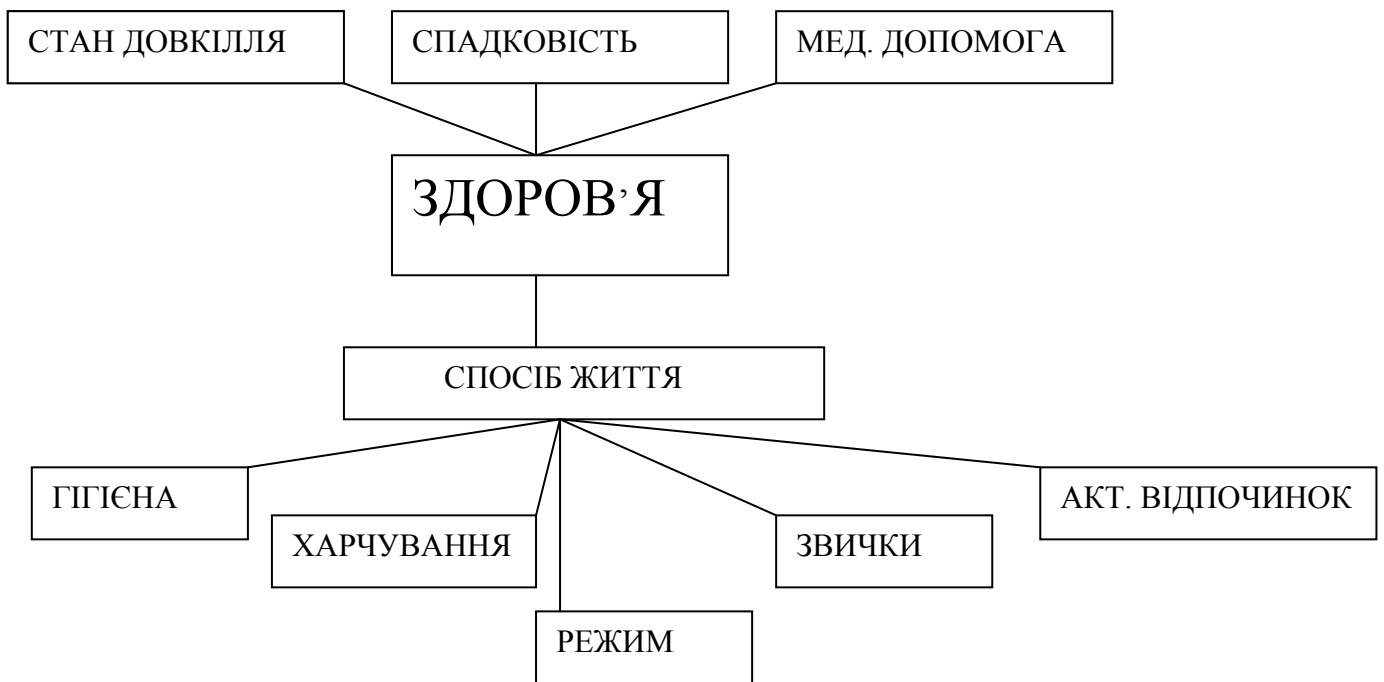
Об'єднати дітей у пари. Прочитати текст у підручнику на с. 12 про хлопчика Андрійка. Поставити питання для обговорення у парах:

- Про яку складову здоров'я забув хлопчик? (*Про фізичну*).
- До чого це може призвести? (*До порушення здоров'я в цілому*).
- Що ви можете йому порадити? (*Зайнятися активними видами відпочинку*).
- Чи дійсно у Андрійка постійно болить нога, голова і т.п.?

Висновок: якщо ви впізнали в Андрійкові себе, то неодмінно змініть своє ставлення до фізичної складової здоров'я.

Інформаційне повідомлення (ознайомити з чинниками здоров'я)

Прочитати в підручнику текст «Чинники впливу на здоров'я» на с. 13. Використовуючи картки зі словами «ЗДОРОВ'Я, СПАДКОВІСТЬ, СПОСІБ ЖИТТЯ, СТАН ДОВКІЛЛЯ, МЕДИЧНА ДОПОМОГА, ХАРЧУВАННЯ, ЗВИЧКИ, ГІГІЄНА, АКТИВНИЙ ВІДПОЧИНОК, ЗАГАРТОВУВАННЯ, РЕЖИМ», скласти на дошці пам'ятку. Вказати, що на спадковість людина не має впливу, на стан довкілля і медичну допомогу – лише частково. А от спосіб життя залежить цілком від самої людини. Тому її здоров'я залежить від звичок, харчування, гігієни і т.д.



Гра (вчити розрізняти корисні та шкідливі чинники здоров'я)

Прочитати правила гри в підручнику на с. 13. Об'єднати дітей у дві групи. Пограти у гру «Шнурівка».

Виконати завдання 2 в зошиті на с. 6.

Висновок: використовуйте лише ті чинники, які позитивно впливають на здоров'я.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Назви чотири складові здоров'я.
2. Відкинь букви, що повторюються і прочитай чинники здоров'я:
УСУТАНУ ДОУВКІЛУЛЯУ
СПРАДКРОВІРСТРЬ
СМЕДСИЧНАС ДОСПОСМОГАС
АСАПОСІБА ЖИАТАТЯ
3. Які чинники, що позитивно впливають на здоров'я, є у вашому способі життя?

УРОК 3. РОЗВИТОК ЛЮДИНИ

Мета

Розказати, що необхідно для гармонійного розвитку людини; вчити визначати показники фізичного розвитку; довести необхідність контролювати масу тіла; виховувати толерантне ставлення до дітей з надмірною масою тіла.

Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- проаналізувати вікові зміни у власному рості та розвитку;
- пояснити, що таке гармонійний розвиток людини;
- визначати свій індекс маси тіла;
- пояснити, чому важливо контролювати свою масу тіла.

Обладнання і матеріали

- картки зі словами «НЕМОВЛЯТА», «ДОШКІЛЬНЯТА», «ШКОЛЯРІ», «ДОРΟΣЛІ», «ЛЮДИ ПОХИЛОГО ВІКУ»;
- аркуші формату А-4 для роботи в групах по 4 учні;
- аркуші формату А-5 для роботи в парах;
- мікрофон.

Що підготувати заздалегідь

Виміряти вдома зріст і масу тіла.

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	6 хв.
Інформаційне повідомлення	4 хв.
Робота в групах	10 хв.
Руханка	2 хв.
Мікрофон	4 хв.
Робота в парах	6 хв.
Практична робота	6 хв.
Підсумкове завдання	2 хв.

Стартові завдання *(повторити попередній матеріал і перейти до нового)*

1. Повторити вивчене на минулому уроці:
 - Назвіть складові здоров'я?
 - Що позитивно впливає на здоров'я?
 - Що впливає на здоров'я негативно?
2. Назвати тему і завдання уроку.
3. Виконати завдання в зошиті на с. 8.

4. Пригадати етапи життя людини. Прочитати текст «Вікові зміни» в підручнику на с 14. Виконати стартове завдання на с. 14. Для цього об'єднати дітей у 5 груп, дати кожній групі одну з карток зі словами «НЕМОВЛЯТА», «ДОШКІЛЬНЯТА», «ШКОЛЯРІ», «ДОРΟΣЛІ», «ЛЮДИ ПОХИЛОГО ВІКУ». Діти мають продемонструвати заняття, рухи людини даного віку. Інші повинні здогадатися, про яку вікову категорію йдеться.

Інформаційне повідомлення (пояснити, що таке «гармонійний розвиток»)

- Пригадайте, з чим ми порівнювали здоров'я? (Зі стільчиком).
- Чи змогли б ми сидіти на стільці, якби всі чотири ніжки мали б різну довжину?
- Так само і здоров'я людини: воно буде міцним, якщо приділяти однакову увагу фізичному, психічному, соціальному і духовному розвитку.

Прочитати в підручнику на с. 15 текст «Гармонійний розвиток людини». Пояснити поняття:

- «фізичний розвиток» (Правильне харчування, заняття спортом і фізкультурою, гігієна і т.д.);
- «психічний розвиток» (Щоб була здорова психіка, слід дивитися тільки хороші фільми і мультики, читати хороші книги. Шкідливо діють на психічне здоров'я фільми-жахи, телепередачі не за віком. Тому слід радитися з батьками при їх виборі.);
- «соціальний розвиток» (Ти живеш не сам, а серед людей, кажуть «у соціумі». Тому повинен вміти лагодити з людьми, жити так, щоб тебе поважали, хотіли з тобою спілкуватися.);
- «духовний розвиток» (Ти повинен мати в собі позитивні якості: доброту, милосердя, чуйність, відповідальність – рости високодуховною людиною).

Робота в групах (вчити слідкувати за гармонійним розвитком свого організму)

Об'єднати дітей в групи по 4 учні. Роздати по аркушу паперу А-4. Запропонувати написати в 4 колонки, як вони турбуються про свій гармонійний розвиток: фізичний, психічний, соціальний, духовний.

Проаналізувати результати роботи.

Руханка (виконати рухливі вправи)

Стати парами обличчям один до одного, взятися за руки. Вчитель називає дію. Якщо вона корисно впливає на гармонійний розвиток людини, діти підстрибують, піднімають руки вгору і говорять «Будемо!», якщо шкідливо – присідають, опускають руки і говорять «Не будемо!».

- Турбуватися про домашніх тварин.
- Ввічливо розмовляти з людьми.
- Дивитися страшні фільми на ніч.

- Чистити зуби.
- Наїдатися на ніч.
- Їсти чіпси і сухарики.
- Читати веселі книжки.
- Насміхатися над людьми.
- Бути толерантним.
- Сидіти довго за комп'ютером.

Мікрофон (*з'ясувати показники гармонійного фізичного розвитку*)

Запропонувати дітям поміркувати над питанням, за яким ознаками можна сказати, що людина фізично гармонійно розвивається. Вислухати всі відповіді.

Прочитати в підручнику на с. 15 текст «Показники фізичного розвитку».

- То які ж ознаки гармонійного фізичного розвитку?
- Як контролювати правильність фізичного розвитку?
- Зараз ми дізнаємося, чому важливо контролювати масу тіла.

Робота в парах (*довести необхідність контролювати масу тіла*)

Прочитати в підручнику на с. 16 текст «Чому важливо контролювати масу тіла». Об'єднати дітей у пари. Кожній парі дати аркуш паперу А-5.

Запропонувати записати наслідки, до яких може призвести зайва маса тіла. Обговорити.

Записати причини, які можуть призвести до ожиріння. Обговорити.

Висновок: щоб уникнути проблем, слід контролювати себе, не набирати зайвої маси тіла.

Ожиріння – це проблема, і ні в якому разі не можна насміхатися з дітей, у яких є ця проблема.

Практична робота (*вчити контролювати масу тіла*)

Використовуючи власні параметри маси і зросту, виміряні вдома з батьками, діти мають виконати завдання на с. 16 підручника. Результати записати в зошит на с. 9. Знайти показники ІМТ можна на с. 17 (окремо для хлопчиків і дівчаток). Аналіз результатів вміщено на с. 18.

- Результати обговоріть вдома з батьками, зробіть висновки.

Підсумкове завдання (*закріпити отримані знання*)

1. Що таке «гармонійний розвиток»?
2. Запропонувати кожному подумати, що заважає гармонійному розвитку його власного організму.
3. Чому важливо контролювати масу тіла?

УРОК 4. ЗБАЛАНСОВАНЕ ХАРЧУВАННЯ

Мета

Пояснити вплив харчування на здоров'я; дати уявлення про збалансоване харчування; познайомити з групами продуктів; формувати корисні харчові звички.

Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- розказати, що таке збалансоване харчування;
- назвати корисні продукти, малокорисні і шкідливі;
- назвати групи продуктів;
- прокоментувати власні харчові звички.

Обладнання і матеріали

- 5 аркушів паперу А-4;
- картки з деформованими правилами:
ЩОДНЯЇЖП'ЯТЬСВІЖИХОВОЧІВТАФРУКТІВ
ЩОДНЯВЖИВАЙТРИПОРЦІЇМОЛОЧНИХПРОДУКТІВ
НЕЗЛОВЖИВАЙСОЛОДОЦАМИ
ЇЖВОДИНІТОЙЖЕЧАС
ЇЖЧОТИРИЧИП'ЯТЬРАЗІВНАДЕНЬ;
- одноразові тарілки для роботи в парах.

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	5 хв.
Інформаційне повідомлення	3 хв.
Змагання	5 хв.
Руханка	2 хв.
Робота в групах	10 хв.
Практична робота	10 хв.
Підсумкове завдання	5 хв.

Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати вивчене на попередньому уроці:

- Що таке гармонійний розвиток?
- Що ти вирішив змінити в своєму житті для гармонійного розвитку?
- Які показники фізичного розвитку тебе не задовольняють, і що ти можеш зробити для їх покращення?

2. Назвати тему і завдання уроку.

- Величезне значення для гармонійного розвитку людини відіграє правильне харчування.

3. Прочитати текст «Харчування і здоров'я» в підручнику на с. 20. Виконати стартове завдання на с. 20 підручника. Для цього записати на дошці зображені в підручнику продукти в три стовпчики:

ЩОДНЯ	ЗРІДКА	НІКОЛИ
овочі	печиво	кола
молоко	цукерки	
кефір		
сир		
фрукти		
горіхи		

Висновок: якщо ти вживаєш продукти саме так, то у тебе формуються правильні харчові звички.

Інформаційне повідомлення (дати уявлення про збалансоване харчування)

Прочитати в підручнику на с. 21 текст «Що таке збалансоване харчування». Розглянути значення збалансованого харчування.

Виконати завдання 1 в зошиті на с. 10. *(Ми живемо не для того, щоб їсти, а їмо для того, щоб жити).*

Змагання (перевірити знання про збалансоване харчування)

Об'єднати дітей у 3 групи. Вчитель ставить питання, діти обговорюють. Вчитель заслуховує відповіді і оцінює в балах.

- Що таке різноманітне харчування? *(Повинні бути в раціоні різні продукти: м'ясо, риба, овочі, фрукти, молочні продукти, хліб і т. д.).*
- Як, на вашу думку, збалансоване харчування враховує вік людини? *(Дитині потрібна менша кількість продуктів, ніж дорослому).*
- Що таке режим харчування? *(Їсти потрібно в один і той же час. Тоді їжа перетравлюється краще, а значить, принесе більше користі).*
- Скільки разів на день треба їсти? *(Їсти треба 3-5 разів на день).*

Підвести підсумки змагання.

Руханка (виконати рухливі вправи)

Діти стають у коло один за одним, кладуть долоньки на плечі один одному. Вчитель проговорює, а діти повільно йдуть по колу та імітують рухи на спині сусіда, масажуючи її.

- Виорав чоловік поле.
- Посіяв пшеницю.
- Виросла пшениця висока та густа.
- Скопив чоловік пшеницю.
- Вимолотив зерно.
- Намолов борошна.

- Намісив тіста.
- Напik пиріжків.
- А ви візьміть пиріжок та скажіть, я якою начинкою вам попався?

Робота в групах (*вчити розрізняти групи продуктів*)

Об'єднати дітей у 5 груп. Для цього роздати кожному учневі папірець з написом «1 група», «2 група», «3 група», «4 група» або «5 група» і запропонувати знайти «своїх». Кожній групі дати аркуш паперу А-4. У підручнику на с. 22-23 діти шукають інформацію про свою групу продуктів і готують про неї повідомлення:

- Як називається група продуктів?
- Чим корисні ці продукти?
- Назвати якомога більше продуктів цієї групи.

Учні презентують свої повідомлення.

Виконати завдання 2 в зошиті на с. 10 і завдання на с.11.

Практична робота (*вчити скласти меню з урахуванням збалансованості харчування*)

Об'єднати дітей у пари. Прочитати в підручнику на с. 24 «Правило тарілки». Роздати кожній парі одноразові тарілки. Запропонувати дітям виконати завдання на с. 24. Презентувати кожній парі свою страву.

Підсумкове завдання (*закріпити отримані знання*)

1. Чому для людини важливе збалансоване харчування?
 2. Чим корисні злакові?
 3. Де найбільше вітамінів і мінералів?
 4. Перевір себе. Прочитай на картках, закріплених на дошці, сховане правило харчування і постав собі «так» або «ні».
- ЩОДНЯЇЖП'ЯТЬСВІЖИХОВОЧІВТАФРУКТІВ
 ЩОДНЯВЖИВАЙТРИПОРЦІЇМОЛОЧНИХПРОДУКТІВ
 НЕЗЛОВЖИВАЙСОЛОДОЦЦАМИ
 ЇЖВОДИНІТОЙЖЕЧАС
 ЇЖЧОТИРИЧИП'ЯТЬРАЗІВНАДЕНЬ

Якщо ти отримав п'ять «так», значить ти формуєш у собі корисні харчові звички.

УРОК 5. ПОЖИВНІ РЕЧОВИНИ І ВОДА

Мета

Розказати про значення вітамінів та мінералів для людини; вчити правилам вживання кухонної солі та попередження йододефіциту; формувати звички вживати корисні для здоров'я напої.

Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- розказати про значення вітамінів, мінеральних речовин і води для людини;
- назвати норми вживання солі;
- назвати корисні напої, малокорисні і шкідливі;
- прокоментувати власні уподобання.

Обладнання і матеріали

- упаковки від звичайної солі та йодованої для роботи в групах по 4;
- маленькі аркушики паперу за кількістю учнів;
- аркуші паперу формату А-4 з заголовками у два стовпчики «Я друг своєму здоров'ю» і «Я ворог своєму здоров'ю» для роботи в парах;
- картки з назвами напоїв «ПИТНА ВОДА, ФРУКТОВІ СОКИ БЕЗ ЦУКРУ, ЕНЕРГЕТИКИ, КАВА, ГАРЯЧИЙ ШОКОЛАД, КОМПОТ, УЗВАР, ЧАЙ ІЗ М'ЯТОЮ, СОЛОДКІ ГАЗОВАНІ НАПОЇ, ФРУКТОВІ НЕКТАРИ, СОЛОДКІ МОЛОЧНІ КОКТЕЙЛІ, МОЛОКО, КЕФІР, ФРУКТОВИЙ ЧАЙ, СОКИ З ЦУКРОМ, ОВОЧЕВІ СОКИ».

Що підготувати заздалегідь

З п'ятьма учнями підготувати інсценізацію казки в підручнику на с. 25.

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	6 хв.
Інсценування	5 хв.
Інформаційне повідомлення	3 хв.
Руханка	2 хв.
Робота в групах	6 хв.
Практична робота	7 хв.
Мозковий штурм	7 хв.
Підсумкове завдання	4 хв.

Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати вивчене на попередньому уроці:

- Що таке збалансоване харчування?
- Які ви знаєте групи продуктів?

- Як користуватися «правилом тарілки»?
- 2. Назвати тему і завдання уроку.
- 3. Показати заздалегідь підготовану інсценівку «Казки про поживні речовини», вміщеної в підручнику на с. 25.

- Які поживні речовини є у їжі? (*Білки, жири, вуглеводи, вітаміни, мінерали*).
- Які з них найважливіші для людини? (*Всі вони необхідні*).

Інсценування (розказати про вітаміни і мінеральні речовини)

Прочитати в підручнику на с. 26 текст «Вітаміни і мінеральні речовини». Знайти у словничку на с. 140 підручника пояснення слова «дефіцит».

Об'єднати дітей у дві групи – «вітаміни», і «мінеральні речовини». Запропонувати їм розіграти казку про наслідки дефіциту вітамінів та мінеральних речовин, користуючись таблицею в підручнику на с. 26.

Презентація казок.

Інформаційне повідомлення (розказати про значення кухонної солі для людини)

Прочитати в підручнику на с. 27 текст «Норма вживання кухонної солі».

- Який елемент міститься в солі?
- Яка добова норма споживання солі?
- Як слід харчуватися, щоб не зашкодити собі надмірним вживанням солі?

Руханка (виконати рухливі вправи)

Діти стають у коло один за одним, кладуть долоньки на плечі один одному. Вчитель проговорює, а діти повільно йдуть по колу та імітують рухи на спині сусіда, масажуючи її.

- Виорав чоловік поле.
- Посіяв пшеницю.
- Виросла пшениця висока та густа.
- Скопив чоловік пшеницю.
- Вимолотив зерно.
- Намолов борошна.
- Намісив тіста.
- Напик пиріжків.
- А ви візьміть пиріжок та скажіть, я якою начинкою вам попався?

Робота в групах (вчити боротися з йододефіцитом)

Прочитати в підручнику на с. 27 текст «Профілактика йододефіциту».

- До чого може призвести нестача йоду в організмі?
- Як цього уникнути.

Об'єднати дітей у 4 групи, роздати їм упаковки від солі і запропонувати визначити, яку сіль краще використовувати у харчуванні.

Прочитати завдання в підручнику на с. 27 для домашньої роботи і запропонувати зробити це разом з батьками.

Висновок: для уникнення йододефіциту краще вживати йодовану сіль.

Практична робота (розказати про вплив води на здоров'я людини)

Продемонструвати дітям шматочок свіжого яблука і сушеного.

- Чому сушене набагато менше? (З нього випарувалася вода).
- Яблуко містить у собі багато води. Так само і тіло людини містить багато води.

Прочитати в підручнику текст «Вода і здоров'я» на с. 28 підручника.

Роздати дітям аркушки паперу і запропонувати записати свій улюблений напій. Користуючись таблицею на с. 28 підручника, визначити, корисний він чи шкідливий для здоров'я.

Мозковий штурм (вчити розрізняти корисні та шкідливі напої)

Прочитати в підручнику на с. 29 текст «Корисні і шкідливі напої». Об'єднати дітей у пари. Роздати кожній парі аркуші паперу формату А-4 з заголовками у два стовпчики «Я друг своєму здоров'ю» і «Я ворог своєму здоров'ю». На дошці закріпити картки з назвами напоїв «ПИТНА ВОДА, ФРУКТОВІ СОКИ БЕЗ ЦУКРУ, ЕНЕРГЕТИКИ, КАВА, ГАРЯЧИЙ ШОКОЛАД, КОМПОТ, УЗВАР, ЧАЙ ІЗ М'ЯТОЮ, СОЛОДКІ ГАЗОВАНІ НАПОЇ, ФРУКТОВІ НЕКТАРИ, СОЛОДКІ МОЛОЧНІ КОКТЕЙЛІ, МОЛОКО, КЕФІР, ФРУКТОВИЙ ЧАЙ, СОКИ З ЦУКРОМ, ОВОЧЕВІ СОКИ». Діти мають вибрати і записати напої, що корисні для здоров'я, і ті, які шкодять йому.

Проаналізувати роботу.

Виконати завдання 1 в зошиті на с. 12.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Як досягти того, щоб організм отримував всі мінерали і вітаміни? (Слід дотримуватися збалансованого харчування).

2. Взяти аркушик, де записаний улюблений напій, і проаналізувати своє уподобання. Якщо цей напій шкодить здоров'ю, то викинути папірець у смітничку і вибрати для себе інший напій:

- Мій улюблений напій – компот, а він корисний для здоров'я.

- Мій улюблений напій – солодка газована вода, а вона шкідлива для здоров'я. Спробую замінити її на компот.

3. Виконати завдання 2 в зошиті на с. 12.

УРОК 6. РУХ І ЗАГАРТОВУВННЯ

Мета

Познайомити з поняттям «гіподинамія»; розказати про наслідки гіподинамії та шляхи запобігання їм; ознайомити з принципами загартовування; формувати корисні звички.

Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- пояснити поняття «гіподинамія»;
- назвати шляхи запобігання наслідкам гіподинамії;
- продемонструвати силу, спритність, витривалість;
- розказати про власні способи загартовування.

Обладнання і матеріали

- малюнки електроприладів: пральна машина, кухонний комбайн, посудомийна машина, міксер;
- аркушики зі словами «СИЛА», «СПРИТНІСТЬ», «ВИТРИВАЛІСТЬ» за кількістю учнів;
- 4 аркуші паперу формату А-4;
- деформовані речення:
ВЗИМКУ КУПАТИСЯ В ОПОЛОНЦІ
ГУЛЯТИ НА СВІЖОМУ ПОВІТРІ В БУДЬ-ЯКУ ПОРУ РОКУ
ХОДИТИ БОСОНІЖ ПО ТРАВІ
ХОДИТИ БОСОНІЖ ПО СНІГУ
ХОДИТИ БОСОНІЖ ПО КАМІНЦЯХ НА БЕРЕЗІ МОРЯ
ОБЛИВАТИСЯ ВОДОЮ ВЛІТКУ
ОБЛИВАТИСЯ ВОДОЮ ВЗИМКУ
ПРИЙМАТИ КОНТРАСТНИЙ ДУШ
ПРИЙМАТИ ХОЛОДНИЙ ДУШ, КОЛИ ВИМКНЕНО ГАРЯЧУ ВОДУ
СПАТИ З ВІДКРИТОЮ КВАТИРКОЮ.

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	6 хв.
Інформаційне повідомлення	3 хв.
Руханка	3 хв.
Робота в групах	8 хв.
Практична робота	7 хв.
Складання порад	8 хв.
Підсумкове завдання	5 хв.

Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати вивчене на попередньому уроці:

- Які ви вживаєте продукти, що містять багато вітамінів та мінералів?
- Яку сіль вживають у вашій родині?
- Чому необхідна профілактика йододефіциту?
- Які ви можете назвати напої, що корисні для вашого здоров'я?

2. Назвати тему і завдання уроку.

3. Прочитати в підручнику на с. 30 текст «Що таке гіподинамія». Виконати стартове завдання. Вчитель демонструє малюнки електричних приладів, діти називають роботу, від якої ці прилади звільнили людину.

Пральна машина	- прати одяг руками.
Кухонний комбайн	- різати овочі.
Посудомийна машина	- мити посуд.
Міксер	- збивати.

Інформаційне повідомлення (дати уявлення про «гіподинамію»)

Прочитати в підручнику на с. 30 текст «Гіподинамія і здоров'я».

- Чому гіподинамія послаблює здоров'я?
- Як ви розумієте слова «замкнене коло»?
- Чому хвороби вражають частіше людей, що ведуть малорухливий спосіб життя?

Виконати завдання 1 в зошиті на с. 14.

Висновок: гіподинамія негативно впливає на здоров'я.

Руханка (виконати рухливі вправи)

Прочитати в підручнику на с. 31 текст «Як запобігти гіподинамії».

Запропонувати дітям стати в коло. Один учень виходить в центр і показує пантомімою будь-який вид рухової активності. Інші діти вгадують, що це, і повторюють рухи.

Робота в групах (пояснити шляхи подолання гіподинамії)

Прочитати в підручнику на с. 31 текст «Сила, спритність, витривалість».

Роздати дітям аркушки зі словами «СИЛА», «СПРИТНІСТЬ», «ВИТРИВАЛІСТЬ». Запропонувати об'єднатися в три групи. Діти кожної групи мають приготувати рухливу гру, користуючись поясненням у підручнику, так, щоб показати, що таке сила, що таке витривалість і спритність.

Учні презентують свої роботи.

Виконати завдання в зошиті на с. 15.

Висновок: щоб уникнути наслідків гіподинамії, слід розвивати в собі силу, спритність і витривалість.

Практична робота (ознайомити з принципами загартовування)

Прочитати в підручнику на с. 32 «Принципи загартовування».

Виконати завдання – записати на дошці 10 способів загартовування.

Пронумерувати їх від найпростішого до найбільш екстремального:

- Умивання холодною водою. 3
- Обтирання мокрим рушником. 5
- Контрастний душ. 8
- Обливання прохолодною водою. 9
- Ходіння босоніж. 6
- Купання в річці. 7
- Прогулянки на свіжому повітрі. 2
- Провітрювання кімнати. 1
- Купання в ополонці. 10
- Сон при відчиненій кватирці. 4

- Що потрібно для того, щоб загартовування принесло користь, а не шкоду?

Виконати завдання 2 в зошиті на с. 14.

Висновок: поступове, систематичне і дозоване загартування вбереже від застуди.

Складання порад(закріпити вміння правильно загартовуватися)

Прочитати вірш «Горе-гартування» в підручнику на с. 33.

Об'єднати дітей у 4 групи, роздати аркуші паперу А-4. В центрі аркуша – слово «ЗАГАРТОВУВАННЯ». Діти мають записати якомога більше порад для тих, хто займається загартовуванням.



Діти презентують свої поради.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Чим страшна гіподинамія?
2. Роздати дітям в парах деформовані речення – розрізані на окремі слова. Запропонувати скласти їх і сказати, чи можна починати загартовування з цієї процедури.

ВЗИМКУ КУПАТИСЯ В ОПОЛОНЦІ
ГУЛЯТИ НА СВІЖОМУ ПОВІТРІ В БУДЬ-ЯКУ ПОРУ РОКУ
ХОДИТИ БОСОНІЖ ПО ТРАВІ
ХОДИТИ БОСОНІЖ ПО СНІГУ
ХОДИТИ БОСОНІЖ ПО КАМІНЦЯХ НА БЕРЕЗІ МОРЯ
ОБЛИВАТИСЯ ВОДОЮ ВЛІТКУ
ОБЛИВАТИСЯ ВОДОЮ ВЗИМКУ
ПРИЙМАТИ КОНТРАСТНИЙ ДУШ
ПРИЙМАТИ ХОЛОДНИЙ ДУШ, КОЛИ ВИМКНЕНО ГАРЯЧУ ВОДУ
СПАТИ З ВІДКРИТОЮ КВАТИРКОЮ

3. Доповни речення: «Я обов'язково піду в якусь спортивну секцію, бо...».

УРОК 7. ПРОФІЛАКТИКА ПОРУШЕНЬ ЗОРУ, СЛУХУ, ПОСТАВИ

Мета

Пояснити значення зору і слуху для людини; познайомити з правилами збереження зору і слуху; розказати про «шкільні хвороби»; формувати звички, направлені на уникнення «шкільних хвороб».

Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- довести значення зору і слуху для людини;
- назвати способи уникнення «шкільних хвороб»;
- продемонструвати вправи для збереження зору;
- прокоментувати власні звички, що впливають на зір і слух.

Обладнання і матеріали

- 4 аркуші паперу;
- 4 предмети: яблуко, апельсин, книга, пенал;
- 4 аркуші паперу формату А-4 з заголовками «Моїм вухам корисно», «Моїм вухам шкідливо»;
- незавершені речення
«КОЛИ ЛЮДИНА ВТРАЧАЄ СЛУХ, ТО...»
«ЩОБ НЕ ВТРАТИТИ ЗІР, ТРЕБА...».

Що підготувати заздалегідь

Принести хусточки, щоб зав'язувати очі.

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	7 хв.
Проблемне питання	4 хв.
Інформаційне повідомлення	4 хв.
Руханка	2 хв.
Робота в групах	9 хв.
Практична робота	9 хв.
Підсумкове завдання	5 хв.

Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати вивчене на попередньому уроці:
 - Що таке «гіподинамія»?
 - Як уникнути її наслідків?
 - Чому слід загартовуватися?
 - З яких процедур треба починати?
2. Назвати тему і завдання уроку.

3. Виконати стартове завдання на с. 34 підручника. Об'єднати дітей у 2 групи. Одна група отримує яблуко і книгу, друга – пенал і апельсин, причому протилежні групи не повинні бачити предмети одна одної. Діти загортають отримані предмети у папір і передають іншій групі. Потрібно вгадати, що знаходиться у пакунку (можна виконувати будь-які операції, але не розгортати).

- Що допомогло впізнати предмет? (*Нюх, дотик, слух*).

4. Розглянути малюнки в підручнику на с. 34.

- Які органи чуття є в людини? (*Слух, нюх, смак, зір, дотик*).

Висновок: органи чуття забезпечують нас інформацією про навколишній світ.

Проблемне питання (*з'ясувати значення зору*)

Запропонувати кожному зав'язати собі очі і виконати такі завдання:

- Спробуйте прочитати текст у підручнику.
- Спробуйте написати у зошиті.
- Скажіть, яка погода за вікном.
- Розкажіть, який одяг у вашого сусіда.
- Встаньте і спробуйте пройти.

Розв'язати очі і пояснити, чому зір дуже важливий для людини.

Інформаційне повідомлення (*з'ясувати, як берегти зір*)

Прочитати в підручнику на с. 35 текст «Як зберегти зір».

- Як зберегти свій зір? (*Берегти очі від травм.
Стежити за освітленням.
Не читати у транспорті.
Не зловживати телевізором.
Робити зарядку для очей*).

- Коли потрібно робити вправи для очей? (*Кожні 30 хвилин під час занять*).

Виконати завдання 1 в зошиті на с. 16.

Висновок: щоб надовго зберегти зір, слід дотримуватись вищевказаних правил.

Руханка (*виконати рухливі вправи*)

Вчитель показує певну вправу, а називає іншу. Діти повинні робити те, що чують, а не те, що бачать.

- Підняли руки вгору! (А сам кладе їх на пояс).
- Підстрибнули! (А сам присідає) і т.п.

Робота в групах (*скласти правила догляду за вухами*)

Прочитати в підручнику на с. 36 текст «Як доглядати за вухами». Об'єднати дітей у 4 групи. Кожній групі роздати аркуш паперу. Діти мають скласти правила безпечного догляду за вухами.

Моїм вухам корисно
Слухати не дуже гучну музику.
Чистити ватними паличками
вушну раковину.

Моїм вухам шкідливо
Слухати дуже гучну музику.
Встромлювати у вухо предмети.

При потребі звертатися до лікаря. Потрапляння води під час купання.

Виконати завдання 2 в зошиті на с. 16.

Практична робота (розвивати вміння боротися зі «шкільними хворобами»)

Прочитати в підручнику на с. 37 текст про «шкільні хвороби».

- Що називають «шкільними хворобами»?
- Як їм запобігти?

Об'єднати дітей у 3 групи. Прочитати в рамочці на с. 37 підручника інформацію і підготувати пантоміму про будь-який вид рухової активності, що допоможе уникнути порушення зору (1 група), постави (2 група), плоскостопості (3 група).

Демонстрація.

Виконати завдання в зошиті на с. 17.

Висновок: фізичні вправи є профілактикою «шкільних хвороб».

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Чому необхідно турбуватися про зір і слух?

2. Доповни речення:

«КОЛИ ЛЮДИНА ВТРАЧАЄ СЛУХ, ТО...»

«ЩОБ НЕ ВТРАТИТИ ЗІР, ТРЕБА...»

3. Які з записаних вами правил догляду за вухами ви використовуєте (не використовуєте?)

- Я вже знаю, що ..., і я це роблю.

- Я ще не знав, що ..., але відтепер буду так робити.

УРОК 8. ГІГІЄНА ПОРОЖНИНИ РОТА

Мета

Познайомити з класифікацією зубів; розказати про роль зубів для людини; повторити правила догляду за ротовою порожниною; формувати звичку вживати продукти, корисні для зубів.

Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- розказати про хвороби ротової порожнини;
- назвати групи зубів;
- назвати корисні та шкідливі для зубів продукти;
- продемонструвати правила догляду за зубами.

Обладнання і матеріали

- аркуші паперу зі словами «РІЗЦІ», «ІКЛА», «МАЛІ КУТНІ», «ВЕЛИКІ КУТНІ» за кількістю учнів;
- картки зі словами для роботи в групах
СИР КЕФІР
ЩУКА КАРАСЬ
МОРКВЯНИЙ САЛАТ КАПУСТЯНИЙ САЛАТ
ГАМБУРГЕР СОЛОДКА ВОДА
НЕОЧИЩЕНЕ НАСІННЯ ЦУКЕРКИ;
- аркуші паперу формату А-4 за кількістю пар.

Що підготувати заздалегідь

Принести кожному учневі люстерко.

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	3 хв.
Інформаційне повідомлення	5 хв.
Інсценування	8 хв.
Робота в групах	7 хв.
Руханка	2 хв.
Самоаналіз	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:

- Чому треба піклуватися про зір?
- Як потрібно піклуватися про слух?
- Продемонструйте вправи для очей.
- Що з минулого уроку ви взяли собі за правило?

2. Назвати тему і завдання уроку.
3. Виконати стартове завдання на с. 38 підручника – пригадати свої враження від відвідування стоматолога.
4. Виконати завдання 1 в зошиті на с. 18. (*Посміхнулись гарно губи – тридцять два у роті зуби*).

Інформаційне повідомлення (*розказати про хвороби ротової порожнини*)

Прочитати текст у підручнику на с. 38 «Захворювання ротової порожнини».

- Для чого потрібна зубна емаль?
- Чим її можна пошкодити?
- Яка ознака запалення ясен?

Розглянути малюнок 9 і пояснити, що карієс треба лікувати на ранніх стадіях (мал. 1, 2), коли він пошкодив лише зубну емаль.

Інсценування (*познайомити з класифікацією і значенням зубів*)

Прочитати в підручнику на с. 39 текст «Групи зубів». Розглянути таблицю 4 і малюнок, знайти групи зубів. Роздати дітям аркушики зі словами «РІЗЦІ», «ІКЛА», «МАЛІ КУТНІ», «ВЕЛИКІ КУТНІ».

Діти об'єднуються в 4 групи і готують інсценівку про призначення зубів своєї групи, їх кількість.

Презентувати роботи.

Робота в групах (*вчити розрізняти корисні та шкідливі для зубів продукти*)

Об'єднати дітей у 2 групи. Одній групі роздати картки і словами СИР, ЩУКА, МОРКВЯНИЙ САЛАТ, ГАМБУРГЕР, НЕОЧИЩЕНЕ НАСІННЯ, другій – КЕФІР, КАРАСЬ, КАПУСТЯНИЙ САЛАТ, СОЛОДКА ВОДА, ЦУКЕРКИ. Діти мають, користуючись таблицею 5 на с. 40 підручника, визначити, корисні для зубів ці продукти, чи шкідливі. Пояснити, чим саме.

Виконати завдання 2 в зошиті на с. 18.

Руханка (*виконати рухливі вправи*)

Пограти в гру «Що ви, зубки, любите?». Вчитель називає продукти. Діти відповідають: «Це ми любимо!», плескають у долоні. Або «Цього ми не любимо!», присідають.

(*Кефір, молоко, цукерки, торти, смажене насіння, морква, нелущені горіхи, капуста, риба, сир, хот-дог, кола*).

Самоаналіз (*вчити контролювати здоров'я зубів*)

Прочитати в підручнику на с. 41 текст «Догляд за порожниною рота».

За допомогою люстерка дослідити:

- ясна (здорові ясна блідо-рожевого кольору),
- зубну емаль (на ній не має бути плям),
- прикус.

Висновок: потрібно постійно стежити за зубами.

Практична робота (формувати звички, що допоможуть зберегти зуби)

Об'єднати дітей у пари. Роздати аркуші А-4. Користуючись текстом на с. 41, скласти пам'ятку для молодших школярів про основні правила догляду за порожниною рота:

1. Чистити зуби двічі на день.
2. Робити це 2-3 хвилини.
3. Міняти щітку 4 рази на рік.
4. Кожні півроку відвідувати стоматолога.
5. Користуватися пастою з фтором.

Виконати завдання в зошиті на с. 19.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Чому необхідно турбуватися про зуби?
2. Які корисні продукти ти вживаєш?
3. Користуючись пам'яткою, протестуйте себе. Якщо ви набрали 5 балів, то ви правильно турбуєтесь про свої зуби.

УРОК 9. ГІГІЄНА ОСЕЛІ

Мета

Познайомити з поняттями «гігієна оселі», «мікроклімат оселі»; повторити правила поведінки під час витоку газу; формувати звичку підтримувати мікроклімат свого житла.

Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- пояснити поняття «гігієна оселі», «мікроклімат оселі»;
- назвати вимоги до мікроклімату оселі;
- розказати причини забруднення повітря;
- продемонструвати свої вміння щодо гігієни оселі.

Обладнання і матеріали

- картки зі словами «СВІЖЕ ПОВІТРЯ», «ТЕМПЕРАТУРА», «ВОЛОГІСТЬ», «ЗАБРУДНЕНІСТЬ»;
- картки зі словами «ПОВІТРЯ», «ФАБРИКИ», «ЗАВОДИ», «ОПАЛЕННЯ БУДИНКІВ ПЕЧАМИ», «СПАЛЮВАННЯ СМІТТЯ», «ПАЛІННЯ», «АВТОМОБІЛЬНІ ВИХЛОПИ»;
- деформовані речення:
РЕГУЛЯРНО ПРОВІТРЮЙ КІМНАТУ
РАЗ НА ТИЖДЕНЬ МИЙ ПІДЛОГУ
ПРОТИРАЙ МЕБЛІ ВОЛОГОЮ ГАНЧІРКОЮ
ПІДМІТАЙ ПІДЛОГУ ВОЛОГИМ ВІНИКОМ;
- аркуші паперу формату А-4 для роботи в групах по чотири.

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	4 хв.
Робота в парах	4 хв.
Інформаційне повідомлення	2 хв.
Обговорення	6 хв.
Руханка	2 хв.
Змагання	5 хв.
Робота в групах	9 хв.
Практична робота	6 хв.
Підсумкове завдання	2 хв.

Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати вивчене на попередньому уроці:

- Які хвороби ротової порожнини поширені у дітей?
- Розказати правила догляду за зубами.
- Чи знадобилась вам пам'ятка по догляду за зубами і як?

2. Назвати тему і завдання уроку.

3. Прочитати «Що таке гігієна оселі» на с. 42 підручника. Дати відповіді на питання:

1. Пригадайте значення слова «ГІГІЄНА». (*Чистота*).

2. Які процедури особистої гігієни ви знаєте? (*Умиватися, чистити зуби, мити волосся, обрізати нігті*).

3. Що таке гігієна одягу? (*Тримати одяг у чистоті*).

4. Що таке гігієна оселі? (*Провітрювання, вологе прибирання, тобто чистота оселі*).

Робота в парах (*з'ясувати причини забруднення повітря*)

Об'єднати дітей у пари. Прочитати текст «Забруднювачі атмосферного повітря» у підручнику на с. 42. Обговорити в парах, що є забруднювачами повітря. Зробити перевірку, закріпивши на дошці картку зі словом «ПОВІТРЯ», а навколо нього – названі дітьми забруднювачі: «ФАБРИКИ», «ЗАВОДИ», «ОПАЛЕННЯ БУДИНКІВ ПЕЧАМИ», «СПАЛЮВАННЯ СМІТТЯ», «ПАЛІННЯ», «АВТОМОБІЛЬНІ ВИХЛОПИ».

Інформаційне повідомлення (*познайомити з поняттям «мікроклімат приміщення»*)

Знайти у словнику на с. 141 значення слова «мікроклімат». Прочитати текст у підручнику на с. 43 «Мікроклімат приміщення і здоров'я».

Обговорення (*вчити підтримувати мікроклімат оселі*)

Об'єднати дітей у 4 групи. Кожній групі дати картку із завданням: «СВІЖЕ ПОВІТРЯ», «ТЕМПЕРАТУРА», «ВОЛОГІСТЬ», «ЗАБРУДНЕНІСТЬ».

Спираючись на текст на с. 43, кожна група має підготувати розповідь про складову мікроклімату приміщення за планом:

1. Які вимоги до цієї складової?

2. Як їх досягти?

Презентувати роботи.

Руханка (*виконати рухливі вправи*)

Діти стають у коло. По одному виходять в центр і пантомімою показують процедури гігієни оселі. Решта вгадують дію і повторюють її.

Змагання (*пригадати дії при витіканні газу*)

Об'єднати дітей у 3 групи. У вигляді змагання провести роботу над питаннями на с. 43.

1. Які ви знаєте види опалювання? (*Газове, твердим паливом – печі, котли, каміни*).

2. Як можна розпізнати витік газу? (*За неприємним запахом*).

3. Що треба робити в такому випадку? (По можливості перекрити газ, відкрити вікна, покинути приміщення і зателефонувати 104. Ні в якому разі не телефонувати із загазованого приміщення).

Робота в групах (вчити підтримувати сприятливий мікроклімат)

Прочитати текст на с. 44 в підручнику «Як підтримувати сприятливий мікроклімат».

Об'єднати дітей у групи по 4 учні. Роздати деформовані речення:

РЕГУЛЯРНО ПРОВІТРЮЙ КІМНАТУ
РАЗ НА ТИЖДЕНЬ МИЙ ПІДЛОГУ
ПРОТИРАЙ МЕБЛІ ВОЛОГОЮ ГАНЧІРКОЮ
ПІДМІТАЙ ПІДЛОГУ ВОЛОГИМ ВІНИКОМ

Діти мають скласти правила, як підтримати мікроклімат приміщення.

Кожній групі дати аркуш А-4 і запропонувати скласти пам'ятку, як підтримати мікроклімат у класі.

1. Провітрюй класну кімнату.
 2. Підмітай вологим віником підлогу.
 3. Протирай пил.
 4. Не бігай, щоб не здіймати пил.
 5. На перерві виходь у коридор, щоб провітрити клас.
- Презентація пам'яток.

Практична робота (формувати звичку підтримувати порядок у своїй оселі)

Прочитати у підручнику на с. 45 завдання до практичної роботи. Заповнити таблицю, використовуючи слова «регулярно», «щодня», «раз на тиждень» і т.д.

Перевірити результати.

Виконати завдання в зошиті на с. 20-21.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Що таке «мікроклімат оселі»?
 2. Для чого потрібно підтримувати мікроклімат приміщення?
 3. Які процедури гігієни оселі ти вже вмієш виконувати?
- Доповни речення: «Я завжди сам ...»

УРОК 10. ОРГАНІЗАЦІЯ САМОНАВЧАННЯ

Мета

Познайомити з умовами успішного навчання; з'ясувати джерела навчання; довести важливість взаємодопомоги у стосунках; формувати звички правильно виконувати домашні завдання.

Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- розказати умови успішного навчання;
- назвати помічників у навчанні;
- пояснити, як навчитися самостійно виконувати домашні завдання;
- продемонструвати взаємодію у роботі.

Обладнання і матеріали

- картки з порадами «ПІДТРИМУЙ ПОРЯДОК НА СТОЛІ», «РОБИ УРОКИ ВДЕНЬ», «ПІДБЕРИ ЗРУЧНИЙ СТИЛЕЦЬ», «НЕ ВІДКЛАДАЙ УРОКИ НА «ПОТІМ»», «ПОЧИНАЙ З НАЙЛЕГШИХ ПРЕДМЕТІВ», «РОБИ ПЕРЕВИ ЧЕРЕЗ 20-30 ХВИЛИН»;
- картки зі словами «БАТЬКИ», «ВЧИТЕЛІ», «ПІДРУЧНИКИ», «ЕНЦИКЛОПЕДІЯ», «ЖУРНАЛИ», «РОДИЧІ», «ДРУЗІ», «ІНТЕРНЕТ».

Що підготувати заздалегідь

Принести газетний аркуш.

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	4 хв.
Робота в групах	8 хв.
Інформаційне повідомлення	8 хв.
Руханка	2 хв.
Гра	8 хв.
Практична робота	5 хв.
Підсумкове завдання	5 хв.

Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати вивчене на попередньому уроці:
 - Назвіть складові мікроклімату.
 - Що забруднює повітря?
 - Як підтримувати мікроклімат у оселі?
 - Який з пунктів пам'ятки, складеної на минулому уроці, ви регулярно виконуєте і чому?
2. Назвати тему і завдання уроку.

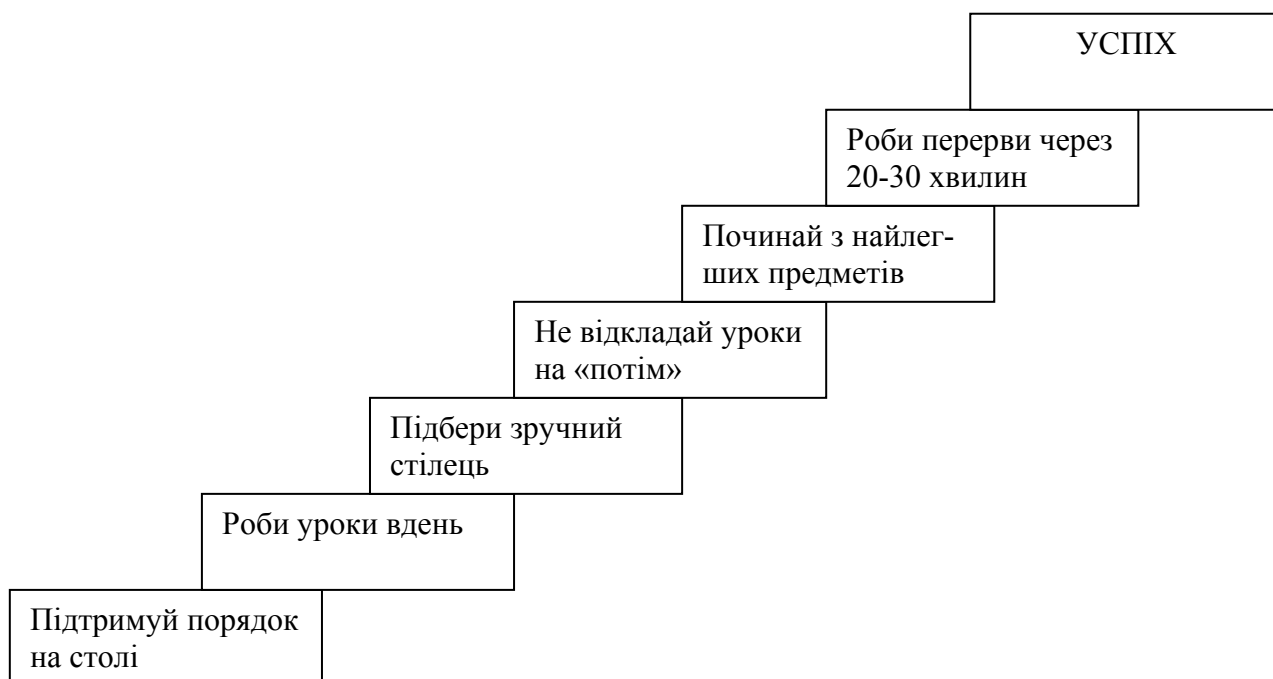
3. Прочитати «Як долати відставання після хвороби» на с. 46 підручника. Дати відповіді на питання в підручнику.

Доповнити речення: «Мені легко вчитися, коли...».

4. Виконати завдання 1 в зошиті на с. 22.

Робота в групах (з'ясувати, як навчитися самостійно виконувати домашнє завдання)

Об'єднати дітей у 6 груп. Кожна група отримує одну з порад на с. 47 підручника. Діти мають обговорити і пояснити, чим корисна для них ця порада. Під час перевірки кожен порад, надруковану на картці, закріплюють на дошці у вигляді сходинок. В результаті вийде схема досягнення успіху у виконанні домашніх завдань.



Виконати завдання 2 в зошиті на с. 22.

Висновок: дуже важливо навчитися самостійно виконувати завдання і отримувати від цього задоволення.

Інформаційне повідомлення (розказати про взаємодопомогу і взаємонавчання)

- Як ви гадаєте, хто чи що може бути джерелом вашого навчання?

Діти розмірковують, вчитель закріплює на дошці картки:



- Інформацію можна брати з усіх джерел, але вчитися слід лише хорошому.

Прочитати в підручнику на с. 48 текст «Взаємонавчання і взаємодопомога».

- Як ви гадаєте, чому краще засвоюється матеріал, коли ти когось навчаєш?

Руханка (виконати рухливі вправи)

Діти стають у коло. Вчитель стає в центр, називає слова. Діти повинні вибрати те, що допомагає робити уроки (вигукують «Допомагає!» і підстрибують) і що заважає (вигукують «Заважає!» і присідають).

- Стомленість, телевізор, порядок, режим, зручний стілець, лінь, безпорядок на столі, мультики, відповідальність.

Гра (довести, що взаємодія потрібна для життя)

Прочитати умови гри в підручнику на с. 49. Об'єднати дітей у пари. Провести гру. Обговорити.

Висновок: без взаємодії діти не змогли б подолати перешкоди.

Практична робота (з'ясувати, хто допомагає у навчанні)

Прочитати завдання в підручнику на с. 49. Записати в зошиті на с. 23 всі шкільні предмети і того, хто допомагає з цих предметів. Якщо виникають труднощі, звернутися вдома по допомогу до батьків.

Перевірити результати.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Чому наука засвоюється краще, коли ти когось навчаєш?
2. Чому в житті важлива взаємодія?
3. Чого ти навчився з кожного з джерел навчання? (Учні по одному підходять до дошки, знімають картку і пояснюють, чого навчилися з цього джерела).

УРОК 11. УЗАГАЛЬНЮЮЧИЙ УРОК ДО РОЗДІЛІВ «ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ» І «ЗДОРОВЕ ТІЛО»

Мета

Закріпити отримані знання; продемонструвати знання правил здорового способу життя; провести самооцінку власного здоров'я.

Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- розказати правила збереження зубів, зору, слуху;
- пояснити, як знадобилися знання, отримані у розділі;
- оцінити стан власного здоров'я і зробити висновки.

Обладнання і матеріали

- деформоване речення «ПОВІДНИЙДАЛЬВІ АЗ ЄТВО РОДОВ'ЯЗ ТІКИЛЬ ИТ МСА»;
- аркуші паперу за кількістю учнів;
- вирізане з паперу дерево і листочки за кількістю учнів.

Що підготувати заздалегідь

Уривок з мультфільму «Смішарики. Пін-код. Виправне харчування».

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	4 хв.
Мозковий штурм	8 хв.
Робота в парах	4 хв.
Самооцінка	4 хв.
Руханка	2 хв.
Інсценування	10 хв.
Підсумкове завдання	8 хв.

Стартові завдання (повторити попередній матеріал)

1. Назвати тему і завдання уроку.
2. Прочитати заховану мудрість і пояснити, як її розуміють:
ПОВІДНИЙДАЛЬВІ АЗ ЄТВО РОДОВ'ЯЗ ТІКИЛЬ ИТ МСА!
(ВІДПОВІДАЛЬНИЙ ЗА ТВОЄ ЗДОРОВ'Я ТІЛЬКИ ТИ САМ!)
Висновок: коли ти знаєш, що корисне для здоров'я і робиш це, то і будеш здоровим.
3. Переглянути уривок з мультфільму «Смішарики. Пін-код. Виправне харчування».
 - Чому друзі мінялися продуктами? (Бо їли тільки те, що їм подобалось).
 - Чому стали погано почуватися? (Бо їжа була одноманітною).

- Чому з часом їли з задоволенням і те, чого раніше не любили? (*Перейшло у корисну звичку*).

- До чого призводить відсутність вітамінів у харчуванні?

Висновок: потрібне збалансоване харчування.

Мозковий штурм (*повторити вивчене в розділі*)

- Назви три ознаки збалансованого харчування. (*Різноманітність, регулярність, врахування віку та способу життя*).
- Розкажи правило тарілки. (*М'ясо займає ¼ тарілки, гарнір – ¼, овочі – ½ тарілки*).
- Які напої корисні для здоров'я, а які шкідливі? (*Корисні - сік, вода, молоко, какао, а шкідливі – кола, солодкі газовані напої*).
- Як уникнути наслідків гіподинамії? (*Робити зарядку, займатися спортом, активним відпочинком*).
- Назви принципи загартовування. (*Поступовість, систематичність, дозованість*).
- Як зберегти зір?
- Як зберегти слух?
- Як турбуватися про зуби?
- Як турбуватись про гігієну оселі?

Робота в парах (*пригадати складові здоров'я*)

Об'єднати дітей у пари. Користуючись таблицею в підручнику на с. 50, встановити відповідність між складовими здоров'я:

фізичне – А

психічне – Г

соціальне – Б

духовне – В.

Самооцінка (*перевірити стан власного здоров'я*)

Роздати кожному учневі аркуш паперу. Запропонувати, користуючись правою частиною таблиці на с. 50 підручника, записати характеристику свого здоров'я у два стовпчики:

Мені властиво

Мені не властиво

Діти читають слова в таблиці і записують їх у перший чи другий стовпчики:

Мені властиво

Мені не властиво

Охайність...

Висока працездатність...

Оцінити стан свого здоров'я.

Висновок: слід працювати над тими складовими, що є у другому стовпчику.

Руханка (*виконати рухливі вправи*)

Запропонувати дітям показати, як саме вони запобігають гіподинамії.
(Учень показує певні вправи, а всі інші за ним повторюють).

Інценування (*повторити вивчене*)

Об'єднати дітей у 4 групи. Прочитати завдання в підручнику на с. 50.
Виконати його у вигляді інценівки.

Демонстрація інценівок.

Підсумкове завдання (*закріпити і використати отримані знання*)

1. Навіщо потрібне збалансоване харчування?
2. Які напої корисні для здоров'я?
3. Як стежити за здоров'ям ротової порожнини?
4. Закріпити на дошці вирізане з паперу дерево. Роздати дітям вирізані з паперу листочки і запропонувати записати те з вивчених правил, яке вже стало невід'ємною частиною життя і допомагає турбуватися про здоров'я. Кожен учень озвучує своє правило, вчитель приклеює листочок на дерево.

- Намагайтесь жити так, щоб жоден з цих листочків не падав з дерева!
Щоб ваше здоров'я було завжди ось таким квітучим.

УРОК 12. СІМ'Я І ЗДОРОВ'Я

Мета

Пояснити, як спадковість впливає на здоров'я; вчити розрізняти успадковані риси зовнішності і характеру; формувати дружні стосунки у сім'ї.

Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- пояснити поняття «спадковість»;
- розказати умови успішного навчання;
- назвати помічників у навчанні;
- продемонструвати взаємодію у роботі.

Обладнання і матеріали

- аркуші паперу формату А-4 для роботи в парах;
- картки з завданнями:
НА ВИХІДНИХ РАЗОМ ЇДЕМО НА ДАЧУ
НА ВЕЛИКДЕНЬ ГОТУЄМО СВЯТКОВОГО КОШИКА
НА ВИХІДНИХ ЇДЕМО У ПОХІД
ВВЕЧЕРІ РАЗОМ ГОТУЄМО ВЕЧЕРЮ.

Що підготувати заздалегідь

Принести фото, де показані спільні заняття родини.

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	6 хв.
Інформаційне повідомлення	4 хв.
Робота в групах	5 хв.
Робота над віршем	3 хв.
Руханка	2 хв.
Інсценування	12 хв.
Пантоміма	5 хв.
Підсумкове завдання	3 хв.

Стартові завдання (перейти до нового матеріалу)

1. Назвати тему і завдання уроку.
2. Прочитати вірш Л. Вознюк «Спадковість». Виконати завдання 1 в зошиті на с. 24.
3. Виконати стартове завдання в підручнику на с. 52:

Зовнішність	Характер
колір шкіри	працелюбність
овал обличчя	упертість
колір очей	доброта

колір волосся оптимізм
форма носа жадібність
форма губ щедрість

4. Запропонувати дітям розказати, на кого вони більше схожі і чим саме.
Виконати завдання 2 в зошиті на с. 24.

Інформаційне повідомлення (розказати, як спадковість впливає на здоров'я)

Прочитати в підручнику текст «Спадковість і здоров'я» на с. 53.

- Як бути, якщо ви успадкували схильність до захворювання? (*Вести здоровий спосіб життя*).

Виконати завдання в зошиті на с. 25.

Робота в групах (формувані дружні стосунки у сім'ї)

Прочитати текст «Здорова родина» у підручнику на с. 53.

Об'єднати дітей у пари. Роздати аркуші А-4. Запропонувати написати, чим діти можуть допомогти членам своєї родини:

МАМІ ТАТОВІ ДІДУСЕВІ БАБУСІ

Обговорити.

Висновок: у дружній родині всі допомагають один одному.

Робота над віршем (виховувати бажання допомагати мамі)

Прочитати вірш на с. 54.

- Чому хлопчик радіє марно?
- Чому він одразу не міг придумати, про що писати?
- Чи змогли б ви так відповісти своїй мамі? Чому?
- Що ви можете сказати про характер цього хлопчика?

Висновок: допомагати мамі слід не на словах, а на ділі.

Руханка (виконати рухливі вправи)

Вчитель читає вірш, а діти пантомімою показують заняття.

Здоровим завжди хочу бути я.

Ось чим займається моя сім'я:

На річці любимо купатись.

На лижах взимку покататись.

В похід з палаткою йдемо.

Гриби у лісі беремо.

На великах мчимо із вітром.

Так радісно здоровим жити!

Інсценування (розказати про сімейні традиції)

Зробити виставку сімейних фото.

Прочитати в підручнику на с. 55 текст «Родинні традиції і здоров'я».
Дати відповіді на питання в підручнику.

Об'єднати дітей у 4 групи. Запропонувати кожній групі інсценізувати сімейну традицію – роздати картки з завданнями:

На вихідних разом їдемо на дачу.

На Великдень готуємо святкового кошика.

На вихідних йдемо у похід.

Ввечері разом готуємо вечерю.

Діти демонструють інсценівки.

Висновок: родинні традиції зближують дітей і дорослих.

Пантоміма(впроваджувати нові сімейні традиції)

- Давайте поділимося сімейними традиціями. Якщо у когось у сім'ї їх мало, ви зможете запровадити нову традицію.

Прочитати у підручнику на с. 55 завдання.

Стати в коло. Діти по одному показують пантомімою сімейну традицію, решта вгадують.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Яку з запропонованих традицій ви хочете втілити в життя своєї сім'ї?
2. Чи не бувасте ви часом схожі на хлопчика Андрійка?
3. Доповніть речення: «У моїй сім'ї завжди разом...»

УРОК 13. РОЗБУДОВА ДРУЖНІХ СТОСУНКІВ

Мета

Розказати, як бути справжнім другом; пояснити, як дружні стосунки впливають на здоров'я; вчити будувати стосунки на основі довіри.

Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- назвати позитивні і негативні риси людини, що впливають на дружні стосунки;
- довести, що дружба і здоров'я пов'язані між собою;
- довести, що довіра між друзями важлива;
- продемонструвати представлення друга.

Обладнання і матеріали

- картки з рисами характеру (див. пункт «Мозковий штурм»);
- маленькі аркушки за кількістю учнів.

Що підготувати заздалегідь

Принести з дому хустинку, щоб зав'язувати очі.

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	4 хв.
Мозковий штурм	8 хв.
Інформаційне повідомлення	3 хв.
Робота над притчею	6 хв.
Руханка	2 хв.
Робота в парах	8 хв.
Практична робота	5 хв.
Підсумкове завдання	4 хв.

Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати вивчене на попередньому уроці:
 - Що таке спадковість?
 - Чим корисні сімейні традиції?
 - Які нові традиції ви ввели у свою сім'ю?
2. Назвати тему і завдання уроку.
3. Прочитати текст «Що таке дружба» на с. 56 підручника.
4. Виконати завдання 1 в зошиті на с. 26. (Дружба).

Мозковий штурм (розказати, що позитивні і негативні риси впливають на дружні стосунки)

Покласти на столі картки з рисами характеру. Запропонувати дітям вибрати те, що ціниться в дружбі, і те, що їй заважає. Діти виходять по

одному, беруть картку і закріплюють її на дошці у перший чи у другий стовпчики.

турботливість	заздрощі
вірність	ревнощі
безкорисливість	плітки
взаємодопомога	нечемність
щедрість	жадібність
правдивість	брехня
щирість	нечесність
доброта	злість
толерантність	жадібність
ніжність	нещирість
стриманість	грубість
відвертість	зазнайство
чемність	агресивність

Висновок: якщо хочеш, щоб з тобою дружили, виховуй у собі позитивні риси.

Інформаційне повідомлення (вчити бути справжнім другом)

Прочитати в підручнику текст «Як знайти друга» на с. 56.

- Що тобі не сподобалось би у поведінці твого товариша?
- А чи ти не поводишся сам так?

Виконати завдання 2 в зошиті на с. 26.

Висновок: поведься так з товаришем, як хочеш, щоб він поведився з тобою.

Робота над притчею (довести, що у стосунках все залежить від самої людини)

Прочитати в підручнику на с. 57 притчу «Цвяхи».

- Чому спочатку хлопчик намагався не сваритися? (*Бо важко забивати цвяхи*).
- Чому з часом стало легко стримуватися? (*Бо це перейшло у звичку*).
- Як ви розумієте поняття «душевні рани»? (*Це біль від образи, якої можна завдати словами*).
- Чи можна навчитися не ранили друзів? (*Так, слід говорити те, що було б приємно чути тобі самому*).

Пояснити прислів'я на с. 56 підручника:

1. – Ви чули відлуння? Давайте пограємо: я говорю, а ви – моє відлуння. «Ти добрий!», «Ти гарний!», «Ти поганий!». Що скажеш комусь, те й почувеш про себе.
2. Справжнього друга не просто знайти, але легко втратити через один неправильний вчинок.

Висновок: щоб мати вірних друзів, сам будь хорошим другом.

Руханка (виконати рухливі вправи)

Стати в коло. Один учень стає в центрі і показує якісь рухливі вправи. Якщо він говорить «Мої друзі роблять так!», то діти за ним повторюють ці рухи. Якщо ж говорить без слів «мої друзі», діти не повторюють за ним. Наприклад:

- «Мої друзі роблять так!», - присідає, і всі за ним.
- «Мої друзі роблять так!», - підстрибує, і всі за ним.
- «А ще роблять так!», - плескає, але діти за ним не повторюють.

Робота в парах (довести, що в дружбі важлива довіра)

Прочитати текст «Дружба і здоров'я» у підручнику на с. 58.

- Як дружба впливає на здоров'я?

Об'єднати дітей у пари. Одному з пари зав'язати очі, взятися за руки. Запропонувати в парі пройти між партами, по класній кімнаті, подолати якісь перешкоди. Помінятися ролями.

- Завдяки чому змогли подолати перешкоди? *(Бо один вказував шлях іншому).*
- Чи пройшли б шлях, якби учень з відкритими очима говорив неправильну? *(Ні).*
- Чи пройшли б шлях, якби учень із закритими очима не вірив словам іншого? *(Ні).*

Висновок: у дружбі потрібна довіра. Але довіру легко втратити, варто лише кілька разів обдурити.

Практична робота (вчити представляти свого товариша)

Прочитати в підручнику на с. 59 текст «Знайомство з новими людьми» і пояснення до практичної роботи.

Об'єднати дітей у пари. Розказати один одному про себе і потренуватися представляти товариша.

Демонстрація.

Висновок: представляючи товариша, важливо зазначити якусь його позитивну рису чи якість.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Виконати завдання в зошиті на с. 27.
2. Запропонувати дітям позбутися рис, що заважають дружбі. Роздати аркушики, написати цю рису, зім'яти і викинути у смітничку.

УРОК 14. ЯК ВІДСТОЯТИ СЕБЕ

Мета

Вчити відстоювати власну точку зору; показувати шляхи протистояння насиллю; виховувати почуття власної гідності.

Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- розказати, як слід відстоювати власну думку;
- назвати шляхи боротьби з насиллям;
- подзвонити на лінію довіри;
- продемонструвати відмову від неприйнятної пропозиції.

Обладнання і матеріали

- картки з завданнями:
«ДАВАЙ ПРОГУЛЯЄМО УРОКИ»
«ВІЗЬМИ У МАМИ З ГАМАНЦЯ ГРОШІ»
«НЕ ДРУЖИТИМУ З ТОБОЮ, БО У ТЕБЕ НЕМАЄ ПЛАНШЕТА»;
- картки з деформованими прислів'ями:

Скажи мені, хто твій друг,...

...ще небезпечніші, ніж розумні вороги.

З розумним розуму наберешся,...

...і я скажу, хто ти.

Дружіть з розумним, бо друзі дурні...

...а з дурнем і останній загубиш.

- телефон.

Що підготувати заздалегідь

Намалювати портрет свого друга.

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	5 хв.
Робота в групах	5 хв.
Робота над віршем	6 хв.
Робота в парах	8 хв.
Руханка	3 хв.
Інформаційне повідомлення	3 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 ситуацію, яка свідчить про те, що вам вдалося подолати рису, яка заважала вашій дружбі з однолітками.

- Як слід поводитись, щоб мати вірних друзів?

2. Назвати тему і завдання уроку.

3. Виконати стартове завдання на с. 60 підручника. Продемонструвати портрет свого друга і коротенько розказати про нього:

- Як познайомились?

- За що ти любиш свого друга (подругу)?

Робота в групах (вчити не піддаватися підбурюванню на погані вчинки)

Прочитати текст про вплив друзів на с. 60 підручника.

- Яку хорошу пропозицію ти отримував від товариша?

- Чи були погані пропозиції, від яких ти відмовився?

Об'єднати дітей у 3 групи. Кожна група отримує 1 прислів'я зі с. 60 підручника. Діти мають обговорити і пояснити значення кожного прислів'я.

Виконати завдання в зошиті на с. 28.

Висновок: друзі впливають один на одного.

Робота над віршем (вчити мати власну думку)

Прочитати текст «Як протистояти тиску однолітків» в підручнику на с.61.

- Чи траплялися з тобою подібні випадки?

- На що тебе підбурював товариш?

Прочитати в підручнику на с. 62 вірш А. Костецького «Справжні подруги».

- Чи дівчатка справжні подруги? Чому?

- Який спосіб тиску обрала дівчинка? (*Погроза*).

- Чи потрібно їй підкоритися? (*Ні в якому разі*).

- Як би вчинили ви на її місці?

Висновок: слід уміти відстояти свою точку зору.

Робота в парах (вчити відмовлятися від неприйнятної пропозиції)

Об'єднати дітей у пари. Прочитати в підручнику на с. 61 у рамочці поради. Потренуватися у парах відмовлятися від пропозиції, яку вчитель роздає на картці:

«ДАВАЙ ПРОГУЛЯЄМО УРОКИ»

«ВІЗЬМИ У МАМИ З ГАМАНЦЯ ГРОШІ»

«НЕ ДРУЖИТИМУ З ТОБОЮ, БО У ТЕБЕ НЕМАЄ ПЛАНШЕТА».

Продемонструвати відмови.

Руханка (виконати рухливі вправи)

Пограти в гру «Справжній друг». Діти стають у коло, один учень з карткою «СПРАВЖНІЙ ДРУГ» в руках стає в центр кола. Він повинен назвати якусь рису свого справжнього товариша, не називаючи імені. Діти

мають вгадати, хто це. Потім цей учень бере картку, стає в центр і розказує про свого справжнього друга:

- Він справжній друг, бо завжди поділиться зі мною.
- Він справжній друг, бо завжди посміхається...

Інформаційне повідомлення (розказати, як протистояти насиллю)

Прочитати в підручнику на с. 63 текст «Як боротися з насиллям».

- Чи праві насильники, що вважають себе героями?
- До кого треба звернутися по допомогу у разі виникнення подібної ситуації?

Виконати завдання в зошиті на с. 29.

Практична робота (практично відпрацювати розмову з консультантом дитячої лінії)

- А як бути в тому випадку, коли дитина з якихось причин не може розказати про свої проблеми батькам, вчителям? (Існує дитяча лінія довіри, куди можна анонімно подзвонити і попросити пораду, допомогу).

Прочитати в підручнику на с. 63 номер дитячої лінії довіри. Потренуватися у класі вести розмову з консультантом (кілька учнів демонструють варіанти телефонної розмови).

Вдома можна самостійно або з друзями здійснити дзвінок на дитячу лінію довіри і розпитати, в яких ситуаціях можна звертатися за телефоном 0-800-500-225.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Чому не можна залишатися байдужим, якщо бачиш прояви насилля?
2. Пригадай ситуації, коли ти зміг відмовитися від недоброї пропозиції.
3. Об'єднай частини прислів'їв і поясни їх:

Скажи мені, хто твій друг,...	...ще небезпечніші, ніж розумні вороги.
З розумним розуму наберешся,...	...і я скажу, хто ти.
Дружіть з розумним, бо друзі дурні...	...а з дурнем і останній загубиш.

УРОК 15. ШКІДЛИВІ ЗВИЧКИ І ЗДОРОВ'Я

Мета

Пояснити вплив шкідливих звичок на здоров'я; дати уявлення про залежність; формувати звички, які позитивно впливають на здоров'я.

Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- розказати, чим шкідливі звички псують здоров'я ;
- пояснити, як виникає залежність;
- назвати наслідки куріння;
- прокоментувати вплив на здоров'я алкоголю і токсичних речовин.

Обладнання і матеріали

- картки зі словами «НІС», «ЛЕГЕНІ», «ГОРТАНЬ», «РОТ», «НІС», «ВОЛОССЯ», «ОЧІ», «ЯЗИК», «ГОРЛО», «ЗУБИ»;
- упаковки чи етикетки від предметів побутової хімії;
- захисні рукавички;
- недопалок цигарки з фільтром і нова цигарка з фільтром.

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	5 хв.
Проблемне питання	2 хв.
Інформаційне повідомлення	4 хв.
Робота над легендою	4 хв.
Руханка	2 хв.
Робота в групах	7 хв.
Дослід	6 хв.
Практична робота	7 хв.
Підсумкове завдання	3 хв.

Стартові завдання (*повторити попередній матеріал і перейти до нового*)

1. Пригадати вивчене на попередньому уроці:

- Як можна сказати «Ні!» на нехорошу пропозицію товариша?
- Як бути у випадку, коли доводиться терпіти чиєсь знущання чи образи?
- Поділіться результатами телефонної розмови з консультантом дитячої лінії довіри.

2. Назвати тему і завдання уроку.

3. Виконати стартове завдання на с. 64 підручника. Запропонувати дітям, називаючи звичку, прокоментувати її жестом: підняти великий палець руки вгору, якщо звичка хороша, і опустити вниз, якщо вона шкідлива.

Проблемне питання (*з'ясувати, які звички найбільше шкодять здоров'ю*)

Прочитати в підручнику на с. 64 текст зі знаком питання.

- Як ви гадаєте, які це три звички, що приносять так багато лиха?

Вислухати всі відповіді дітей. Зробити висновок, що це звички палити, пити алкогольні напої і вживати наркотики.

Виконати завдання 2 в зошиті на с. 30.

Інформаційне повідомлення *(дати уявлення про те, як виникає залежність)*

Прочитати в підручнику на с. 65 текст «Шкідливі звички і залежність». Розглянути малюнок у підручнику і пояснити, чому звичку, яка щойно з'явилася, легше побороти, ніж ту, яка переросла у залежність.

- Що таке залежність?
- Чому вона може з'явитися в людини? *(Бо людина довго живе з певною шкідливою звичкою).*
- Чи легко потім її позбутися? *(Дуже важко).*
- Як же бути, щоб не довелося прикладати неймовірні зусилля для того, щоб побороти залежність? *(Не допускати шкідливих звичок у своє життя).*

Виконати завдання 1 в зошиті на с. 30.

Робота над легендою *(з'ясувати, у чому підступність тютюну)*

Прочитати легенду на с. 66 підручника.

- Чому тютюн порівняли зі змією? *(Змія може підкрастися непомітно і боляче вкусити, її укус може бути смертельно небезпечним для людини. Так само може непомітно підкрастися залежність від тютюну).*

- У чому підступність тютюну? *(Коли людина починає палити, вона впевнена, що будь-коли може кинути цю звичку. Але тютюн викликає залежність непомітно для самої людини).*

Висновок: щоб не потрапити в залежність від тютюну, не слід починати палити.

Руханка *(виконати рухливі вправи)*

Пограти в рухливу гру. Діти стають у коло один за одним і рухаються по колу. Вчитель називає ім'я ведучого, і той показує якісь рухи. Діти, рухаючись, за ним повторюють. Час від часу вчитель міняє ведучого. Діти мають швидко перехопити рухи нового ведучого.

Робота в групах *(з'ясувати, чим небезпечне куріння)*

Прочитати в підручнику на с. 67 текст «Небезпека куріння». Об'єднати дітей у 10 груп. Кожній групі дати одну з карток «НІС», «ЛЕГЕНІ», «ГОРТАНЬ», «РОТ», «НІС», «ВОЛОССЯ», «ОЧІ», «ЯЗИК», «ГОРЛО», «ЗУБИ». Дошку розділити на дві частини і підписати «КОРИСНЕ», «ШКІДЛИВЕ». Кожна група має, користуючись інформацією в підручнику на с. 67, підготувати коротенький виступ про вплив куріння на органи і

закріпити картку на відповідній частині дошки – корисний вплив чи шкідливий.

Виконати завдання в зошиті на с. 31.

Висновок: куріння приносить шкоду організму. То чи варто курити?!

Запропонувати дітям практичне завдання на с. 67 виконати вдома.

Дослід (*практично прослідкувати шкідливий вплив куріння на людський організм*)

Прочитати в підручнику на с. 68 завдання до практичної роботи. Орієнтуючись на план роботи в підручнику, дослідити фільтри цигарок – нової і використаної.

Висновок: фільтр затримує лише 1/5 всіх шкідливих речовин, які містяться у цигарці. 4/5 їх потрапляють в організм. І це тільки від однієї цигарки. А коли людина палить часто, вона постійно отруює свій організм, а це дуже небезпечно.

Практична робота (*визначити небезпеку від алкоголю і токсичних речовин*)

Прочитати в підручнику на с. 68-69 текст «Алкоголь, наркотичні і токсичні речовини». Об'єднати дітей у три групи, роздати упаковки та етикетки від предметів хімії. Прочитати те, що вказано на них. Обговорити в групах і дати відповіді на питання на с. 69.

Роздати кожній групі аркуш паперу і запропонувати намалювати знаки попередження про небезпеку. Під час презентації своїх знаків групи мають зазначити, біля яких предметів хімії їх слід розмістити.

Підсумкове завдання (*закріпити отримані знання*)

1. Чим небезпечно куріння? (Запропонувати дітям знімати з дошки по одній картці «НІС», «ЛЕГЕНІ», «ГОРТАНЬ», «РОТ», «НІС», «ВОЛОССЯ», «ОЧІ», «ЯЗИК», «ГОРЛО», «ЗУБИ» і пояснювати небезпеку від куріння.

2. Що треба для того, щоб не потрапити під залежність?

УРОК 16. РЕКЛАМА І ЗДОРОВ'Я

Мета

Пояснити, що реклама – це комерційні хитрощі заради продажу товару; вчити вибирати товар не за рекламою, а за його необхідністю та користю; формувати звичку критично ставитися до реклами.

Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- пояснити, як реклама може нашкодити здоров'ю;
- назвати рекламні хитрощі;
- пояснити різницю між комерційною та соціальною рекламою;
- продемонструвати соціальну рекламу.

Обладнання і матеріали

- одноразові склянки і ложечки для чотирьох дегустаторів;
- картки з завданнями: «РЕКЛАМА ЗАГАРТОВУВАННЯ», «РЕКЛАМА ВВІЧЛИВОСТІ», «РЕКЛАМА ЗАНЯТТЯ СПОРТОМ»

Що підготувати заздалегідь

Принести кільком учням упаковку полуничного йогурту різних виробників.

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	8 хв.
Інформаційне повідомлення	5 хв.
Робота в групах	6 хв.
Руханка	3 хв.
Робота над притчею	4 хв.
Практична робота	10 хв.
Підсумкове завдання	4 хв.

Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати вивчене на попередньому уроці:
 - Як шкідлива звичка може перерости в залежність?
 - Чому це небезпечно?
 - Як бути, коли товариші пропонують тобі почати палити?
2. Назвати тему і завдання уроку.
3. Прочитати в підручнику на с. 70 текст «Вплив реклами на рішення людей». Виконати стартове завдання на с. 70 підручника. Йогурти покласти в одноразові склянки, пронумерувавши їх. Дати дегустаторам одноразові ложечки, спробувати йогурт і оцінити по чотирьохбальній системі, як вказано у підручнику. Співвіднести зразки з упаковками йогурту і зробити висновки.

Висновок: той, йогурт, який рекламувався, не є смачнішим за інші.

Інформаційне повідомлення (розказати про сутність реклами)

Прочитати текст у підручнику на с. 71 «Ціна реклами».

Пояснити слова М. Твена «Багато дрібниць стали важливими речами завдяки рекламі». *(Без них можна було обійтися, але реклама переконала людей в тому, що ці речі необхідні).*

Порівняти ціни йогуртів і з'ясувати, чи дійсно рекламовані товари дорожчі, бо вартість реклами входить у ціну товару.

Виконати завдання 1 в зошиті на с. 32.

Робота в групах (познайомити з рекламними хитрощами)

Прочитати в підручнику на с. 72 текст «Критичне ставлення до реклами».

- Яка мета реклами?
- Чи дійсно рекламований товар має тільки позитивні якості?
- Чи правильно чинить той, хто одразу поспішає купити рекламований товар?
- Чи можна сказати, що ця людина піддалася на рекламні хитрощі?

Об'єднати дітей у 4 групи. Кожній групі дати завдання пригадати, в рекламі якого товару зустрічали такі рекламні хитрощі: ефект зірки, ефект експерта, ефект популярності, ефект розпродажу. Діти користуються роз'ясненням у підручнику на с. 72.

Презентувати реклами.

Виконати завдання 2 в зошиті на с. 32.

Висновок: мета реклами – продати якомога більше товарів.

Руханка (виконати рухливі вправи)

- Реклама, про яку ми говорили, - це комерційна реклама. А є ще соціальна, яка рекламує не товар і не з метою продати, а рекламує якісь цінності. Зараз ми будемо рекламувати здоровий спосіб життя.

Діти стають у коло, один учень виходить в центр і рекламує певні рухливі вправи. Діти виконують за ним ці вправи. Наприклад: «Робіть присідання, і у вас будуть стрункі ноги і міцні м'язи».

Робота над притчею (довести, що реклама іноді може нашкодити)

Прочитати притчу в підручнику на с. 73.

- Яку роль для черепахи відігравав її панцир?
- До якої хитрості вдалася лисиця, щоб з'їсти черепаху?
- Чому їй це вдалося?

Висновок: варто жити своїм розумом, щоб не нашкодити собі, попавшись на хитрощі реклами.

Практична робота (вчити розрізняти комерційну і соціальну рекламу)

Прочитати текст «Комерційна реклама і здоров'я» в підручнику на с. 74.

- Чи завжди рекламований товар принесе користь здоров'ю?
- Наведіть приклади реклами товару, що не є корисним для здоров'я.
- А для чого ж тоді його рекламують?
- А що рекламує соціальна реклама?

Об'єднати дітей у три групи. Роздати картки з завданнями: «РЕКЛАМА ЗАГАРТОВУВАННЯ», «РЕКЛАМА ВВІЧЛИВОСТІ», «РЕКЛАМА ЗАНЯТТЯ СПОРТОМ». Діти мають створити соціальну рекламу у вигляді плаката, листівки чи відеоролика (інсценівки).

Презентація реклами.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Чи траплялось вам або комусь із вашої родини купувати товар, спокусившись рекламою?
2. Виконати завдання 3 в зошиті на с. 33.
3. Що із рекламних хитрощів на вас найбільше діє?

УРОК 17. ЗАСОБИ КОМУНІКАЦІЇ І ЗДОРОВ'Я

Мета

Пояснити термін «засоби комунікації»; розказати небезпеки від них; вчити попереджати ці небезпеки; формувати звичку вести здоровий спосіб життя.

Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- назвати засоби комунікації;
- пояснити їх шкідливий вплив на здоров'я;
- розказати правила користування засобами комунікації.

Обладнання і матеріали

- аркушки з назвами «МОБІЛЬНИЙ ТЕЛЕФОН», «ТЕЛЕВІЗОР», «КОМП'ЮТЕР» за кількістю учнів;
- 3 аркуші паперу формату А-3;
- деформоване речення «РОЗУМНИЙ ЖЕНЕТЬСЯ НЕ ЗА ТИМ, ЩО ПРИЄМНО, А ЗА ТИМ, ЩО ПОЗБАВЛЯЄ НЕПРИЄМНОСТЕЙ».

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	6 хв.
Інформаційне повідомлення	2 хв.
Робота в групах	18 хв.
Руханка	2 хв.
Практична робота	8 хв.
Підсумкове завдання	4 хв.

Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати вивчене на попередньому уроці:
 - Чи завжди рекламований товар кращий?
 - Яка мета реклами?
 - Проаналізуйте себе: чи впливає реклама на ваші рішення?
2. Назвати тему і завдання уроку.
3. Прочитати в підручнику на с. 75 текст «Що таке засоби комунікації». Виконати стартове завдання на с. 75 підручника – назвати і обговорити зображені засоби комунікації.
4. По черзі назвати свій улюблений засіб комунікації і запропонувати методи його удосконалення.
5. Виконати завдання 1 в зошиті на с. 34.

Інформаційне повідомлення (з'ясувати вплив засобів комунікації на здоров'я)

Прочитати в підручнику на с. 76 текст «Вплив засобів комунікації на здоров'я».

- Як ви гадаєте, яка користь і яка шкода від засобів комунікації?
(Вислухати відповіді).

- Зараз ми з'ясуємо, як потрібно користуватися ними, щоб не нанести шкоди здоров'ю.

Робота в групах (скласти правила користування засобами комунікації)

Роздати дітям аркушки з назвами «МОБІЛЬНИЙ ТЕЛЕФОН», «ТЕЛЕВІЗОР», «КОМП'ЮТЕР». Діти мають об'єднатися у 3 групи. Роздати групам аркуші формату А-3. Кожній групі дати завдання відповідно до назви групи: 1 – «Мобільні телефони» на с. 76-77 підручника, 2 – «Комп'ютери. Інтернет» на с. 78, 3 – «Телебачення» на с. 79. Діти мають, користуючись роз'ясненням у підручнику, підготувати плакат, де вказати небезпеки від засобу комунікації і скласти правила безпечного користування ним.

Презентувати роботи.

Висновки: найбільші небезпеки:

мобільних телефонів - опромінення, травмування, ураження блискавкою;

Інтернету – комп'ютерна залежність, зловмисники, небажана інформація;

телебачення – марнування часу, гіподинамія, реклама, сцени насилля.

Виконати завдання 2 в зошиті на с. 34.

Руханка (виконати рухливі вправи)

- Перевіримо, як уважно ви слухали товаришів і запам'ятали ту небезпеку, які несуть вам засоби комунікації.

Діти стають у коло. Вчитель називає певну небезпеку, а ті, кого це стосується, мають присісти (діти з групи «Мобільний телефон», «Телевізор» чи «Комп'ютер»).

- Опромінення, комп'ютерна залежність, марнування часу, травмування, гіподинамія, зловмисники, негативний вплив реклами, небажана інформація, ураження блискавкою, сцени насилля.

Практична робота (вчити використовувати отриману інформацію у повсякденному житті)

Попрацювати по черзі з кожним плакатом. Виходить учень до плаката і називає небезпеку від засобу комунікації, а діти мають йому розказати, як цієї небезпеки уникнути. Наприклад:

- Я хочу придбати мобільний телефон. Та від нього шкідливе опромінення.

- Щоб цього уникнути, треба говорити по телефону не більше 3 хвилин і не носити його у кишені.

Виконати завдання в зошиті на с. 35.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Що нового ви дізналися сьогодні про засоби комунікації?
2. Які уроки для себе зробили?
3. Які поради ви зможете дати молодшим братикам та сестричкам, а то і батькам?
4. Закріпити на дошці деформоване речення, запропонувати дітям його відтворити і пояснити значення:
«РОЗУМНИЙ ЖЕНЕТЬСЯ НЕ ЗА ТИМ, ЩО ПРИЄМНО,
А ЗА ТИМ, ЩО ПОЗБАВЛЯЄ НЕПРИЄМНОСТЕЙ».
*«РОЗУМНИЙ ЖЕНЕТЬСЯ НЕ ЗА ТИМ, ЩО ПРИЄМНО, А ЗА ТИМ, ЩО
ПОЗБАВЛЯЄ НЕПРИЄМНОСТЕЙ».*

УРОК 18. ХВОРОБИ, ЯКІ НАБУЛИ СОЦІАЛЬНОГО ЗНАЧЕННЯ

Мета

Пояснити поняття «соціально значущі хвороби»; розказати про небезпеку туберкульозу, ВІЛ-інфекції; формувати звички, які допоможуть захиститися від зараження цими хворобами.

Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- назвати інфекційні та неінфекційні соціально значущі хвороби;
- назвати способи захисту від туберкульозу;
- розказати про небезпеку від ВІЛ-інфекції;
- продемонструвати безпечні ситуації щодо інфікування ВІЛ.

Обладнання і матеріали

- картки із словами «ВІТРЯНКА, АПЕНДИЦИТ, ГОРЗ, ЗУБНИЙ БІЛЬ, ГРИП, ГАСТРИТ, КОН'ЮКТИВИТ»;
- картки з завданнями: «ЯК УНИКНУТИ ЗАРАЖЕННЯ ВІД ЛЮДИНИ?», «ЯК УНИКНУТИ ЗАРАЖЕННЯ ВІД ТВАРИНИ?», «ЩО ДОПОМОЖЕ НЕ БОЯТИСЯ ЗБУДНИКІВ ТУБЕРКУЛЬОЗУ?»;
- картки та маркери на три групи.

Що підготувати заздалегідь

Кожному учневі принести малюнок, де показано, що родина веде здоровий спосіб життя (заняття спортом, прогулянки, загартовування і т.п.).

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	5 хв.
Інформаційне повідомлення	4 хв.
Робота в групах	6 хв.
Пантоміма	5 хв.
Руханка	2 хв.
Робота в парах	6 хв.
Коллективний плакат	8 хв.
Підсумкове завдання	4 хв.

Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати вивчене на минулому уроці:
 - Чим небезпечні засоби комунікації?
 - Чи змінили ви своє ставлення до засобів комунікації після минулого уроку?
2. Назвати тему і завдання уроку.
3. Виконати стартове завдання в підручнику на с. 80.

Діти називають відомі їм хвороби, вчитель демонструє заздалегідь заготовлені картки і вивішує на дошці:

Інфекційні	Неінфекційні
ВІТРЯНКА	АПЕНДИЦИТ
ГОРЗ	ЗУБНИЙ БІЛЬ
ГРИП	ГАСТРИТ
КОНЬЮКТИВІТ	

Інформаційне повідомлення (розказати про соціально значущі хвороби)

Прочитати в підручнику на с. 80 текст «Що таке соціально значущі захворювання».

- Які хвороби відносять до соціально значущих?
- Чому їх так називають?
- Яка від них небезпека?

Робота в групах (розказати про туберкульоз)

Прочитати текст «Що треба знати про туберкульоз» у підручнику на с. 81. Об'єднати дітей у три групи. Роздати групам аркушки з завданнями: «ЯК УНИКНУТИ ЗАРАЖЕННЯ ВІД ЛЮДИНИ?», «ЯК УНИКНУТИ ЗАРАЖЕННЯ ВІД ТВАРИНИ?», «ЩО ДОПОМОЖЕ НЕ БОЯТИСЯ ЗБУДНИКІВ ТУБЕРКУЛЬОЗУ?». Діти мають, користуючись текстом у підручнику, підготувати розповідь про туберкульоз.

Обговорити.

Висновок: щоб не захворіти на туберкульоз, слід вести здоровий спосіб життя.

Пантоміма (пропагувати здоровий спосіб життя)

Діти по черзі виходять зі своїми малюнками, пантомімою показують те заняття, яке намалювали вдома. Решта вгадують. Співвідносять з малюнками, які вчитель закріплює на дошці.

Висновок: той, хто веде здоровий спосіб життя, турбується про своє здоров'я.

Руханка (виконати рухливі вправи)

Стати в коло. Вчитель говорить завдання, діти самостійно добирають рухи.

- Доведіть, що ви спритні.
- Доведіть, що ви сильні.
- Доведіть, що ви стрункі.
- Доведіть, що ви пластичні.
- Доведіть, що ви граціозні.

Робота в парах (розказати про ВІЛ та СНІД)

Прочитати в підручнику текст на с. 82 «Коротко про ВІЛ-інфекцію». Розглянути малюнок і пояснити, як ВІЛ руйнує клітини імунітету.

Об'єднати дітей у пари. Діти обговорюють питання в парах.

- Що уражує ВІЛ? (*Клітини імунітету*)
- Яка людина зможе боротися з ВІЛом? (*Та, у якої сильний імунітет*).
- А як зробити клітини імунітету сильними? (*Вести здоровий спосіб життя*).
- В чому підступність ВІЛ-інфекції? (*Вона не проявляється ніякими симптомами. Її можна визначити лише шляхом спеціального аналізу*).
- Якщо вчасно не визначити ВІЛ-інфіковану людину, що з нею буде через певний час? (*У неї виникне СНІД*).
- Чому хворий на СНІД може померти від найпростішої інфекції? (*Бо він зовсім не має імунітету, який би боровся з інфекцією*).

Висновок: щоб імунітет міг побороти страшні хвороби, треба робити його сильним – вести здоровий спосіб життя.

Виконати завдання в зошиті на с. 36.

Колективний плакат (розказати шляхи передачі ВІЛ-інфекції)

- ВІЛ-інфіковані люди можуть бути поряд з нами. Цього боятися не треба. Просто потрібно знати шляхи передачі інфекції, знати, що безпечно, а що небезпечно.

Прочитати в підручнику текст «ВІЛ-інфекція і діти» на с. 83. Закріпити на дошці картку «ВІЛ». Об'єднати дітей у три групи. Кожній групі дати кілька чистих карток і маркер. Діти мають назвати ситуацію, безпечну у спілкуванні з ВІЛ-інфікованими. Якщо вчитель підтверджує її, діти пишуть на картку, закріплюють на дошці.

Виконати завдання в зошиті на с. 37.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Що найбільше любить ваш імунітет?
2. Навіть соціально значущі хвороби. Чому їх так назвали?
3. Виконайте завдання в підручнику на с. 83 – покажіть пантомімою безпечні ситуації. Можна користуватися створеним плакатом: якщо учень показав якусь дію, вчитель знімає відповідну картку.

УРОК 19. ОХОРОНА ЗДОРОВ'Я ДІТЕЙ

Мета

Познайомити з медичними установами та їхніми функціями; вчити правилам поведінки у поліклініці; практично відпрацювати виклик «швидкої допомоги».

Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- назвати медичні установи свого населеного пункту;
- розказати правила поведінки у поліклініці;
- продемонструвати виклик «швидкої допомоги».

Обладнання і матеріали

- папірці зі словами «ПЕДІАТР», «ОКУЛІСТ», «СТОМАТОЛОГ», «ЛОР», «ХІРУРГ», «КАРДІОЛОГ» за кількістю учнів;
- телефон;
- набір карток з деформованими словами «ТМАКЛІ», «ОДАВ», «КУЛІЛЬНАВА КУЛЬРАФІЗТУ», «НЕДІТИСЧ ЧУХАРННЯВА», «ЦЕПРИРОДУ» для трьох груп.

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	5 хв.
Інсценування	8 хв.
Інформаційне повідомлення	4 хв.
Руханка	2 хв.
Практична робота	6 хв.
Робота в групах	8 хв.
Пантоміма	4 хв.
Підсумкове завдання	3 хв.

Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати вивчене на минулому уроці:
 - Чому деякі хвороби називають соціально значущими?
 - Чим небезпечна ВІЛ-інфекція?
 - Як уберегтися від зараження туберкульозом?
2. Назвати тему і завдання уроку.
3. Виконати стартове завдання в підручнику на с. 84.
4. Виконати завдання в зошиті на с. 38. (Центр здоров'я, санаторій, поліклініка, курорт, лікарня. Лікар).

Інсценування (вчити правильно поводитися під час відвідування поліклініки)

Роздати учням папірці зі словами «ПЕДІАТР», «ОКУЛІСТ», «СТОМАТОЛОГ», «ЛОР», «ХІРУРГ», «КАРДІОЛОГ», запропонувати їм об'єднатися в групи – відповідно до того, папірець з яким словом дістався.

Прочитати в підручнику на с. 85 текст «Поліклініка». Підготувати інсценівки про роботу поліклініки.

Презентація робіт.

Висновок: у поліклініці слід поводитися ввічливо і чемно.

Інформаційне повідомлення (познайомити з роботою амбулаторії сімейної медицини)

Прочитати в підручнику на с. 86 текст «Амбулаторія сімейної медицини».

- Які переваги сімейної медицини?
- Як ви розумієте прислів'я «Гострі захворювання від Бога, а хронічні – від способу життя»? (*Якщо людина веде неправильний спосіб життя, то сама собі провокує хвороби*).

Руханка (виконати рухливі вправи)

Стати в коло. Запропонувати по одному учню стати в центр кола, обрати собі спеціальність лікаря і запропонувати вправи, які, на думку цього лікаря, будуть корисні для здоров'я. Наприклад: «Я – кардіолог. Для вашого серця корисний біг...». Діти виконують ці вправи.

Практична робота (розказати про функції лікарні)

Прочитати в підручнику на с. 86 текст «Лікарня».

- Яку допомогу можуть надати у лікарні?
- Що є для цього у лікарні?

Практично відпрацювати виклик «швидкої допомоги». Користуватися такою пам'яткою:

1. Набери номер «швидкої» - 103.
2. Чітко назви своє ім'я, прізвище, вік, адресу.
3. Розкажи, що тебе турбує.

Відпрацювати виклик «швидкої» для когось із родичів.

Робота в групах (розказати про роботу санаторіїв)

Прочитати текст «Санаторне лікування» у підручнику на с. 87. Об'єднати дітей у три групи. Роздати кожній групі набір карток з деформованими словами: «ТМАКЛІ», «ОДАВ», «КУЛІЛЬНАВА КУЛЬРАФІЗТУ», «НЕДІТИЄЧ ЧУХАРННЯВА», «ЦЕПРИРОДУ». («КЛИМАТ», «ВОДА», «ЛІКУВАЛЬНА ФІЗКУЛЬТУРА», «ДІЄТИЧНЕ ХАРЧУВАННЯ», «ПРОЦЕДУРИ»). Запропонувати дітям здогадатися, що є у санаторіях для відновлення здоров'я людини. Розкласти у два стовпчики: природні чинники і людські чинники.

Розказати про ті санаторії, у яких доводилося бувати.

Пантоміма (розказати про відпочинок на курорті)

Прочитати в підручнику текст на с. 87 «Відпочинок на курорті». Стати в коло, пантомімою показати ті заняття, якими можна займатися на курорті

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Назвіть медичні установи, які ви знаєте.
2. Коли слід звертатися до лікарні?
3. Лікарів якої спеціальності вам доводилося відвідувати?

Виконати завдання в зошиті на с. 39.

УРОК 20. ДОПОМОГА ЛЮДЯМ З ОБМЕЖЕНИМИ МОЖЛИВОСТЯМИ

Мета

Розказати про потреби людей з обмеженими можливостями; вчити, як правильно надавати їм допомогу; виховувати людяність і вміння співчувати.

Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- пояснити, чому люди з обмеженими можливостями потребують поваги і допомоги;
- допомогти товаришеві навчитися співпереживати і співчувати людям з особливими потребами;
- продемонструвати, як надати допомогу людям з обмеженими можливостями.

Обладнання і матеріали

- картки з завданнями: «Як надавати допомогу людям з обмеженою рухливістю», «Як надавати допомогу глухим людям», «Як надавати допомогу незрячим людям»;
- вирізані з паперу кольорові кульки за кількістю учнів.

Що підготувати заздалегідь

Знайти і принести інформацію про людей з обмеженими можливостями, що досягли успіхів у різних сферах життя.

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	4 хв.
Інформаційне повідомлення	3 хв.
Робота над оповіданням	4 хв.
Практична робота	10 хв.
Обробка інформації	12 хв.
Підсумкове завдання	7 хв.

Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати вивчене на минулому уроці:

- Куди ви можете звернутися у випадку якоїсь хвороби?
- Які медичні установи є у вашому населеному пункті?
- Як слід поводитися у поліклініці?
- Які чинники впливу на здоров'я людини є у санаторії?

2. Назвати тему і завдання уроку.

3. Виконати стартове завдання в підручнику на с. 88.

- Є багато людей, які також будуть вам вдячні за найменшу допомогу – це люди з особливими потребами.

4. Виконати завдання в зошиті на с. 40.

Інформаційне повідомлення (розказати про ставлення до людей з особливими потребами)

Прочитати в підручнику на с. 88 текст «Люди з обмеженими можливостями».

- Внаслідок чого такі люди втратили зір, слух чи можливість рухатися?
- Чому їх ще називають людьми з особливими потребами?
- Чи треба їм демонструвати свою жалість і співчуття?
- Чому не треба акцентувати увагу на їхніх вадах?
- Що, на вашу думку, буде найціннішим для таких людей?

Робота над оповіданням (виховувати вміння співпереживати)

- Закрийте очі і розкажіть про свої відчуття. (*Вислухати дітей*). На жаль, є багато людей, у яких в очах завжди ось так темно – вони сліпі. Як ви гадаєте, як потрібно ставитися до таких людей? А щоб навчитися їм співчувати, достатньо просто заплющити очі і уявити, як їм важко...

Прочитати оповідання «Як Сергійко навчився жаліти» у підручнику на с. 89.

- Чому Сергійко одразу був здивований почутим?
- Що допомогло йому пережити відчуття сліпої дівчинки?
- Чому йому захотілося її пожаліти?

Висновок: кожен має навчитися співчувати людям з обмеженими можливостями.

Практична робота (вчити допомагати людям з обмеженими можливостями)

Об'єднати дітей у три групи. Користуючись порадами на с. 90-91 підручника, діти мають підготувати сценки про те, як допомагати людям з обмеженими можливостями:

- 1 група – «Як надавати допомогу людям з обмеженою рухливістю»,
- 2 група – «Як надавати допомогу глухим людям»,
- 3 група – «Як надавати допомогу незрячим людям».

Демонстрація роботи.

Висновок: дуже важливо у спілкуванні проявити терплячість і повагу.

Обробка інформації (з'ясувати, що люди з обмеженими можливостями можуть досягти успіху)

Вислухати підготовані повідомлення про людей з обмеженими можливостями, що досягли успіхів у різних сферах життя. В зошиті на с. 41 написати оповідання про одного з цих людей.

Зачитати кілька робіт.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Що найбільш необхідно людям з обмеженими можливостями?

2. Роздати дітям вирізані з паперу кольорові повітряні кульки.

- Пригадайте оповідання про сліпу дівчинку. Уявіть, як їй сумно і самотньо. Давайте подумаємо, як разом із Сергійком ми можемо її пожаліти. Тільки, звісно, це не повинні бути слова жалості – вони їй тільки зроблять ще гірше. Це мають бути якісь дії, які піднімуть настрій, внесуть щось приємне у життя.

Запропонувати написати свої дії. Кожен виходить, озвучує написане, закріплює кульку на дошці.

- Ось так завдяки вам може життя людини з обмеженими можливостями змінитися на краще. І це не коштує вам ніяких зусиль. Треба тільки пам'ятати, що ці люди потребують уваги і поваги.

УРОК 21. УЗАГАЛЬНЮЮЧИЙ УРОК ДО РОЗДІЛУ «СЕРЕД ЛЮДЕЙ»

Мета

Закріпити отримані знання; вчити використовувати набуті знання у життєвих ситуаціях; продемонструвати вміння узагальнювати отримані знання.

Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- розказати правила, як будувати здорові стосунки з людьми;
- назвати способи безпечного користування засобами комунікації;
- розказати, як протидіяти негативному тиску реклами;
- продемонструвати вміння поводитися з друзями.

Обладнання і матеріали

- деформоване речення «ПЕРШ НІЖ СКАЗАТИ ЩОСЬ ІНШОМУ, СКАЖИ ЦЕ СОБІ»;
- 4 аркуші паперу формату А-4.

Що підготувати заздалегідь

Мультфільм «Смішарики. Азбука доброзичливості. Чугунець не грає».

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	7 хв.
Змагання	10 хв.
Робота в парах	3 хв.
Руханка	2 хв.
Практична робота	12 хв.
Підсумкове завдання	6 хв.

Стартові завдання *(повторити попередній матеріал)*

1. Назвати тему і завдання уроку.
2. Почитати заховану мудрість і пояснити, як її розуміють:
«ПЕРШНІЖСКАЗАТИЩОСЬІНШОМУ,СКАЖИЦЕСОБІ»
«ПЕРШ НІЖ СКАЗАТИ ЩОСЬ ІНШОМУ, СКАЖИ ЦЕ СОБІ» *(Сенека)*
(Говорити людині треба лише те, що тобі самому було б приємно почути).
3. Подивитися мультфільм «Смішарики. Азбука доброзичливості. Чугунчик не грає».
 - В чому помилка Кроша?
 - Що довів Бібі своєю грою?
 - Як ви розумієте слова «Простягни руку новачку, і ти придбаєш друга»?

Змагання (повторити вивчене в розділі)

Об'єднати дітей у 4 групи. Провести змагання: вчитель ставить питання, діти обговорюють. Кожна група по черзі відповідає. За правильну відповідь група отримує один бал.

1. У клас прийшов новий учень Максимко. Він розказує, що в його попередньому класі діти були погані, нецікаві, невиховані і т.п., навіть дружити не було з ким. Чи знайде хлопчик собі друзів у новому класі? Поясніть ситуацію.
2. Іванко купував всі товари, які рекламувалися по телевізору, бо хотів мати тільки найкраще. Чи правильно він робив? Поясніть.
3. Василько хотів знати про все за світі, тому день за днем сидів перед комп'ютером і телевізором – розвивав свою ерудицію. Чи правильно він робив? Поясніть відповідь.
4. У Оленки сусід Мишко пересувається у візку. Їй дуже хотілося проявити увагу до нього. Оленка щодня зустрічала Мишка у дворі і висловлювала йому співчуття. І одного дня той попросив дівчинку більше не підходити до нього. Чому?

Підбити підсумки.

Робота в парах (перевірити знання спеціальностей лікарів)

Об'єднати дітей у пари. Встановити відповідність між симптомами та лікарем в таблиці на с. 92 підручника:

- стоматолог – зубний біль;
- окуліст – порушення зору;
- хірург – перелом ноги, руки;
- ЛОР – біль у вухах, горлі, носі;
- педіатр – висока температура.

Руханка (виконати рухливі вправи)

Стати в коло. Учні по одному стають в центр кола, обирають собі спеціальність лікаря і пропонують вправи, які, на думку цього лікаря, будуть корисні для здоров'я. Наприклад: «Я – окуліст. Для вашого зору корисні кругові рухи очима...». Діти виконують ці рухи.

Практична робота (вчити узагальнювати матеріал)

Об'єднати дітей у 4 групи. Роздати по аркушу паперу. Кожна група отримує завдання в підручнику на с. 92. Діти переглядають матеріал і складають правила.

Презентація.

Підсумкове завдання (закріпити і використати отримані знання)

1. Як можна протистояти тиску однолітків?
2. Проаналізуй вплив реклами на твої рішення.

3. Назви переваги і недоліки засобів комунікації.
4. Запропонувати дітям розпрощатися з поганою звичкою, записавши її на аркуші паперу, зім'явши і викинувши в смітничку.

УРОК 22. НАОДИНЦІ ВДОМА

Мета

Пояснити небезпеку від вогню та диму; розказати правила гасіння невеликої пожежі; познайомити з правилами евакуації при пожежі; вчити викликати пожежних.

Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- розказати, як загасити невелику пожежу;
- назвати правила евакуації з приміщення, що горить;
- пояснити правила евакуації при пожежі у сусідній квартирі;
- продемонструвати виклик пожежних.

Обладнання і матеріали

- 4 аркуші паперу формату А-4;
- пам'ятка (див. пункт *Робота в парах*);
- сухий спирт або свічка, сірники, скляна посудина;
- деформовані речення:
ВІМКНИ У КВАРТИРІ ГАЗ ТА ЕЛЕКТРОПРИЛАДИ
СПУСКАЙСЯ СХОДАМИ, А НЕ ЛІФТОМ
ЯКЩО В КОРИДОРІ ДИМ, ЗАЧИНИ ДВЕРІ І БІЖИ ДО ВІКНА
КРИЧИ, КЛИЧ НА ДОПОМОГУ ПЕРЕХОЖИХ
НЕ ЗАБУДЬ ДОПОМОГТИ МОЛОДШИМ ДІТЯМ.

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	7 хв.
Дослід	2 хв.
Інформаційне повідомлення	5 хв.
Руханка	2 хв.
Робота в групах	8 хв.
Робота в парах	4 хв.
Практична робота	8 хв.
Підсумкове завдання	4 хв.

Стартові завдання (перейти до нового матеріалу)

1. Назвати тему і завдання уроку.
2. Виконати стартове завдання в підручнику на с. 94 – розказати, що радять батьки, коли залишають самих удома.
3. Виконати завдання в зошиті на с. 42.
4. Розглянути малюнки в підручнику на с. 94. Розказати свої дії у таких випадках. Прокоментувати 1 та 2 малюнки – як можна було попередити ці негативні ситуації.

- Сьогодні ми з'ясуємо, як треба поводитися, коли уникнути пожежі не вдалося.

Дослід (довести, що вогонь гасне без доступу повітря)

Продемонструвати дослід: запалити вогник, накрити його склянкою посудиною. Через короткий проміжок часу вогник слабшає і зовсім гасне. Вислухати коментарі дітей.

Висновок: вогонь можна загасити, коли перекрити йому доступ повітря.

Інформаційне повідомлення (розказати правила поводження з вогнем)

Прочитати в підручнику на с. 95 текст «Небезпека від вогню».

- Як можна загасити невеличку пожежу? (Водою або цупкою тканиною, ковдрою).

- Яку пожежу не можна гасити водою? (Коли горить електроприлад, може вдарити електричним струмом).

- Чим небезпечний дим? (Він може спричинити отруєння).

- Сформулюй правило гасіння невеликої пожежі. (Кинь на вогонь ковдру, виходь із дому, викликай пожежних).

Руханка (виконати рухливі вправи)

Виконати завдання в підручнику на с. 95. Діти стають у коло. Якщо вчитель називає горючий матеріал, діти підстрибують, а якщо негорючий – присідають.

- Вата, цегла, папір, одяг, метал, дерев'яний стіл, книги, вода, бензин, пісок, спирт, пластик.

Робота в групах (ознайомити з правилами евакуації під час пожежі)

Прочитати текст «Як вийти із зони пожежі» у підручнику на с. 96. Об'єднати дітей у чотири групи. Роздати групам аркуші паперу А-4. Користуючись малюнками в підручнику на с. 96, групи мають скласти правила евакуації під час пожежі.

Обговорити.

1. Закрий ніс і рот тканиною, якщо можливо, вологою.
2. Пересувайся присідом, біля підлоги менше диму.
3. Розбуди дорослих, попередь про пожежу.
4. Вийдїть з дому і викличте пожежних.

Робота в парах (вчити викликати пожежних)

Прочитати в підручнику завдання на с. 97. Об'єднати дітей у пари. Один виконує роль диспетчера пожежної служби, інший йому телефонує. Потренуватися в парах викликати пожежних. На допомогу закріпити на дошці пам'ятку:

1. НЕ ПАНІКУЙ!
2. НАБЕРИ 101.
3. ЧІТКО НАЗВИ СВОЄ ІМ'Я, АДРЕСУ.
4. НАЗВИ, СКІЛЬКИ ПОВЕРХІВ У БУДИНКУ, НА ЯКОМУ ПОВЕРСІ ПОЖЕЖА.
5. ЯКЩО ЗНАЄШ, РОЗКАЖИ, СКІЛЬКИ ЛЮДЕЙ У КВАРТИРІ.

Кілька пар демонструють виклик: якщо пожежа у власній квартирі, якщо пожежа у сусідній квартирі.

Висновок: від правильного і чіткого виклику пожежних залежить те, як швидко вони приїдуть.

Практична робота (з'ясувати правила поведінки під час пожежі)

Прочитати в підручнику текст на с. 97 «Пожежа в сусідній квартирі». Об'єднати дітей у 5 груп. Кожній групі дати деформоване речення. Діти мають скласти поради. Прочитати, обговорити.

**ВИМКНИ У КВАРТИРІ ГАЗ ТА ЕЛЕКТРОПРИЛАДИ
СПУСКАЙСЯ СХОДАМИ, А НЕ ЛІФТОМ
ЯКЩО В КОРИДОРІ ДИМ, ЗАЧИНИ ДВЕРІ І БІЖИ ДО ВІКНА
КРИЧИ, КЛИЧ НА ДОПОМОГУ ПЕРЕХОЖИХ
НЕ ЗАБУДЬ ДОПОМОГТИ МОЛОДШИМ ДІТЯМ.**

Виконати завдання в зошиті на с. 43.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Пригадайте, як слід поводитись, щоб не сталося пожежі.
2. Навіщо людині потрібно знати правила поведінки під час пожежі?
3. Кому може знадобитися пам'ятка, яку ви склали?

УРОК 23. БЕЗПЕКА ШКОЛЯРА

Мета

Познайомити з правилами поведінки в багатолюдних місцях; вчити правильно поводитися у натовпі; розказати, як не стати жертвою терористів; виховувати пильність.

Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- розказати правила поведінки у натовпі;
- пояснити, як правильно вдягатися у людне місце;
- розказати, як слід проявляти пильність у зв'язку з загрозою тероризму;
- продемонструвати вміння евакуюватися зі школи.

Обладнання і матеріали

- пам'ятка поведінки у натовпі (див. пункт *Інформаційне повідомлення*);
- 6 аркушів з надрукованими словами:
ПАРАСОЛЬКА, СТРИЧКИ У КОСАХ,
СПОРТИВНИЙ КОСТЮМ, ШАРФ,
ДОВГА СПІДНИЦЯ, СПОРТИВНЕ ВЗУТТЯ,
ВЗУТТЯ НА ВИСОКИХ ПІДБОРАХ,
КЕПКА, РЮКЗАК, КУРТКА, ПАРАСОЛЬКА,
СУМКА НА ДОВГІЙ РУЧЦІ;
- завдання для роботи в парах (див. пункт *Робота в парах*);

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	5 хв.
Інформаційне повідомлення	6 хв.
Практична робота	7 хв.
Робота в групах	5 хв.
Руханка	2 хв.
Робота в парах	9 хв.
Підсумкове завдання	6 хв.

Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати вивчене на минулому уроці:
 - Пригадайте дослід. Без чого не горить вогонь?
 - Як загасити невелику пожежу?
 - Назвіть правила, як вийти із зони пожежі.
 - Продемонструйте виклик пожежних.
2. Назвати тему і завдання уроку.
3. Прочитати в підручнику на с. 98 текст «Багатолюдні місця». Виконати стартове завдання в підручнику на с. 98.
4. Виконати завдання 1 в зошиті на с. 44.

- Слід намагатися уникати тисняви, натовпу. Але якщо сталося так, що ти потрапив у натовп, треба знати правила, які допоможуть зберегти життя і здоров'я.

Інформаційне повідомлення (розказати правила поведінки у натовпі)

- Як ви гадаєте, чим небезпечний натовп? (Людина може загинути через тисняву. Крім того, якщо людина впаде, то натовп не зможе зупинитися – позаду тиснуть люди).

Прочитати в підручнику на с. 99 текст «Небезпека натовпу».

Скласти правила поведінки у натовпі:

1. НЕ ПАНІКУЙ!
2. ЙДИ ТУДИ, КУДИ «НЕСЕ» ТЕБЕ НАТОВП.
3. ТРИМАЙ РУКИ ПЕРЕД СОБОЮ, ЗІГНУВШИ У ЛІКТЯХ.
4. УНИКАЙ ТВЕРДИХ ПЕРЕШКОД.
5. НАМАГАЙСЯ ВТРИМАТИСЯ НА НОГАХ, ЩОБ НЕ ВПАСТИ.

Виконати завдання 2 в зошиті на с. 44. (Паніка).

Практична робота (познайомитися з планом евакуації в школі)

- Для того, щоб не створювалась тиснява у випадку якихось небезпечних ситуацій, в кожній школі є план евакуації. Зараз ми з ним познайомимося.

Знайти план евакуації, познайомитися з ним, пройти маршрутом, вказаним на плані.

Робота в групах (вчити правильно вдягатися в багатолюдне місце)

Прочитати текст «Як одягнутись у багатолюдне місце» у підручнику на с. 100. Дати відповіді на питання в підручнику. Об'єднати дітей у шість груп. Роздати групам аркуші з надрукованими словами:

ПАРАСОЛЬКА, СТРІЧКИ У КОСАХ,
СПОРТИВНИЙ КОСТЮМ, ШАРФ,
ДОВГА СПІДНИЦЯ, СПОРТИВНЕ ВЗУТТЯ,
ВЗУТТЯ НА ВИСОКИХ ПІДБОРАХ,
КЕПКА, РЮКЗАК, КУРТКА, ПАРАСОЛЬКА,
СУМКА НА ДОВГІЙ РУЧЦІ.

Діти мають викреслити ті предмети, які не слід брати з собою, збираючись у багатолюдне місце.

Пояснити свій вибір.

Руханка (виконати рухливі вправи)

Діти стають у коло і пересуваються по колу один за одним. Вчитель називає предмети з попередньої картки. Якщо їх можна брати у багатолюдне місце, діти продовжують рух. Якщо ні – зупиняються.

Робота в парах (*вчити пильності у зв'язку з тероризмом*)

Прочитати в підручнику текст на с. 100-101. Об'єднати дітей у пари. Роздати картки з тестовими завданнями. Діти в парах мають вибрати правильні варіанти відповідей.

1. Якщо ти помітив якийсь підозрілий предмет, треба:

- а) швидше забрати,
- б) пройти повз нього,
- в) сказати дорослим.

2. Якщо на землі лежить баночка чи коробочка, треба:

- а) зафутболити ногою,
- б) не чіпати,
- в) забрати і кинути в смітничку.

3. Якщо на твоїх очах знешкоджують злочинців, треба:

- а) допомогти правоохоронцям,
- б) уважно роздивлятися, що відбувається,
- в) відійти від цього місця.

Висновок: тільки ти сам можеш потурбуватися про своє життя і здоров'я.

Підсумкове завдання (*закріпити отримані знання*)

1. Навіщо існує план евакуації?
2. Чим небезпечна тиснява?
3. Продемонструвати правила поведінки у натовпі. Виконати завдання в зошиті на с. 45.

УРОК 24. БЕЗПЕЧНА ПРОГУЛЯНКА

Мета

Вчити безпечно поводитися надворі; розказати, як уникнути небезпеки при спілкуванні з незнайомцем; практично навчати виходити із проблемних ситуацій, що можуть трапитися надворі.

Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- назвати правила безпечної поведінки надворі;
- розказати способи розпізнавання зловмисника;
- продемонструвати вихід із неприємної ситуації з незнайомцем.

Обладнання і матеріали

- деформовані речення:
«ЗАВЖДИ ГОВОРИ ДОРΟΣЛИМ, ДЕ І З КИМ ТИ ГУЛЯЄШ»,
«НЕ ГУЛЯЙ НАОДИНЦІ, БУДЬ ЗАВЖДИ З ДРУЗЬЯМИ»,
«НЕ ГУЛЯЙ НАДВОРІ ПІСЛЯ ТОГО, ЯК СТЕМНІЛО»,
«НЕ ГУЛЯЙ НА ПУСТИРЯХ ТА БУДІВЕЛЬНИХ МАЙДАНЧИКАХ»;
- картки з правилами:
«НІКОЛИ НЕ ЗАХОДЬ У ЛІФТ З НЕЗНАЙОМОЮ ЛЮДИНОЮ»,
«НІКОЛИ НЕ СІДАЙ У МАШИНУ ДО НЕЗНАЙОМОЇ ЛЮДИНИ»,
«ЯКЩО НЕЗНАЙОМЕЦЬ НАПОЛЯГАЄ НА СПІЛКУВАННІ, ТІКАЙ»,
«ЯКЩО ТЕБЕ ТЯГНУТЬ ЗА СОБОЮ, КРИЧИ, ПРОСИ ДОПОМОГИ»,
«ЗАВЖДИ РОЗКАЗУЙ БАТЬКАМ ПРО НЕПРИЄМНІ СИТУАЦІЇ».

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	5 хв.
Робота в групах	5 хв.
Інформаційне повідомлення	4 хв.
Робота в парах	3 хв.
Руханка	2 хв.
Інсценування	8 хв.
Практична робота	6 хв.
Гра	3 хв.
Підсумкове завдання	4 хв.

Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати вивчене на минулому уроці:
 - Чим небезпечний натовп?
 - Продемонструйте правила поведінки у натовпі.
 - Які речі не слід брати у людне місце?
2. Назвати тему і завдання уроку.

3. Прочитати в підручнику на с. 102 текст «Свобода і відповідальність». Виконати стартове завдання на с. 102:

- Назвати небезпечні для ігор місця.
- Розказати, що батьки дозволяють робити самим надворі, а що ні.

Пояснити, чому.

4. Виконати завдання 1, 2 в зошиті на с. 46.

Робота в групах (*познайомитися з правилами безпечної поведінки надворі*)

Прочитати в підручнику на с. 102 «Правила безпеки надворі». Об'єднати дітей у 4 групи. Роздати деформовані речення: «ЗАВЖДИ ГОВОРИ ДОРΟΣЛИМ, ДЕ І З КИМ ТИ ГУЛЯЄШ», «НЕ ГУЛЯЙ НАОДИНЦІ, БУДЬ ЗАВЖДИ З ДРУЗЯМИ», «НЕ ГУЛЯЙ НАДВОРІ ПІСЛЯ ТОГО, ЯК СТЕМНІЛО», «НЕ ГУЛЯЙ НА ПУСТИРЯХ ТА БУДІВЕЛЬНИХ МАЙДАНЧИКАХ». Кожна група має скласти правило і прокоментувати його.

Висновок: виконуючи ці правила, ти зможеш бути у безпеці надворі.

Інформаційне повідомлення (*розказати, як навчитися розпізнавати зловмисника*)

Прочитати в підручнику на с. 103 текст «Як розпізнати зловмисника».

- Що робити, якщо тобі пропонують сісти в машину?
- Що підозрілого в тому, що тебе попросять комусь віднести якусь річ?
- Як діяти, коли тебе незнайомець запросить кудись, посилаючись на твоїх батьків?
- Вдома з батьками придумайте пароль. Але це має бути слово, яке ви не забудете і яке вам з батьками про щось нагадує: про якусь подію, якусь річ і т.п.

Робота в парах (*вчити придумувати пароль*)

Об'єднати дітей у пари. Кожна пара має придумати пароль. Наголосити, що у кожній парі є щось таке, що об'єднує тільки її двох. Пари називають свої паролі. Звернути увагу на те, чи не повторювалося слово-пароль у кількох пар. Вчитель має прокоментувати вибір дітей.

Руханка (*виконати рухливі вправи*)

Вчитель називає дію. Якщо вона безпечна, діти говорять «Безпечно!», підстрибують, плескаючи над головою в долоні. Якщо небезпечна, діти присідають і говорять «Небезпечно!».

- Гуляти з друзями у дворі.
- Перейти гуляти в інший двір, не сказавши батькам.
- Гуляти, коли стемніло.
- Гуляти на дитячому майданчику.
- Розказати незнайомцеві свою адресу.

- Сісти в машину сусідів.
- Провести незнайомця туди, куди він попросить.
- Гуляти на спортивному майданчику.
- Гуляти безлюдною вулицею.
- Втікати від наполегливого незнайомця.

Інсценування (скласти правила спілкування з незнайомцями)

Прочитати в підручнику текст «Правила спілкування з незнайомцями» на с. 104. Об'єднати дітей у 5 груп. Роздати кожній групі картку з правилом: «НІКОЛИ НЕ ЗАХОДЬ У ЛІФТ З НЕЗНАЙОМОЮ ЛЮДИНОЮ», «НІКОЛИ НЕ СІДАЙ У МАШИНУ ДО НЕЗНАЙОМОЇ ЛЮДИНИ», «ЯКЩО НЕЗНАЙОМЕЦЬ НАПОЛЯГАЄ НА СПІЛКУВАННІ, ТІКАЙ», «ЯКЩО ТЕБЕ ТЯГНУТЬ ЗА СОБОЮ, КРИЧИ, ПРОСИ ДОПОМОГИ», «ЗАВЖДИ РОЗКАЗУЙ БАТЬКАМ ПРО НЕПРИЄМНІ СИТУАЦІЇ».

Діти придумують ситуацію, інсценізують.

Демонстрація робіт.

Висновок: щоб не сталося біди, виконуй ці правила.

Практична робота (практично опрацювати правила спілкування з незнайомцями)

Об'єднати дітей у 3 групи. Прочитати в підручнику ситуації на с. 104. Діти кожної групи обговорюють одну ситуацію і знаходять з неї вихід.

Обговорення.

Висновок: зловмисники можуть обрати будь-які хитрощі. Слід бути обережним і розсудливим.

Виконати завдання 3 в зошиті на с. 46 і на с. 47.

Гра (вчити шукати вихід із різних небезпечних ситуацій)

Прочитати в підручнику умови гри на с. 105. Об'єднати дітей у дві групи. Діти в групах придумують небезпечну історію, яка трапилася з дитиною. Одна група озвучує свою історію, друга пропонує виходи з неї. Вчитель коментує. Потім друга група розказує свою історію, а перша шукає з неї виходи.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Пригадайте 5 правил спілкування з незнайомцями.
2. Пригадайте 4 правила безпечної поведінки надворі.
3. Як бути, коли хтось пропонує вам порушити ці правила, називає вас боягузом?

УРОК 25. БЕЗПЕКА ДОРОЖНЬОГО РУХУ

Мета

Повторити правила для пішоходів, пасажирів, велосипедистів; вчити сигнали регулювальника, практично відпрацювати знаходження виходу із ситуацій на дорозі; формувати звички культурного пішохода.

Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- пояснити, для чого придумані правила дорожнього руху;
- розказати правила пішоходів, пасажирів, велосипедистів;
- назвати сигнали регулювальника;
- знайти вихід із конкретної дорожньої ситуації.

Обладнання і матеріали

- маленькі аркушки зі словами «САШКО», «ОКСАНКА», «ЮРКО» за кількістю учнів;
- дорожні знаки (*див. пункт Робота в групах*);
- аркуші паперу формату А-4.

Що підготувати заздалегідь

Кожен учень має принести червоний і зелений кружечки – сигнали світлофора.

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	6 хв.
Практична робота	6 хв.
Робота в групах	12 хв.
Руханка	2 хв.
Інформаційне повідомлення	4 хв.
Гра	6 хв.
Підсумкове завдання	4 хв.

Стартові завдання (*повторити попередній матеріал і перейти до нового*)

1. Пригадати вивчене на попередньому уроці:
 - Які правила безпеки надворі ви виконуєте постійно?
 - Пригадайте правила спілкування з незнайомцями.
 - Чи були у вас ситуації, коли знання правил вас врятувало?
2. Назвати тему і завдання уроку.
3. Прочитати текст у підручнику на с. 106.
 - Для чого люди придумали правила дорожнього руху?
 - Як уберегти себе від небезпечних ситуацій на дорозі?

Висновок: якщо ти хочеш зберегти життя і здоров'я, слід дотримуватися правил дорожнього руху.

4. Виконати завдання в зошиті на с. 48.

Практична робота (вчити бути уважним на дорозі)

Об'єднати дітей у 3 групи. Для цього роздати дітям аркушки зі словами «САШКО», «ОКСАНКА», «ЮРКО» і запропонувати знайти свою групу. Кожна група читає в підручнику на с. 107 свою дорожню історію і аналізує її за планом, поданим на с. 106.

Обговорення.

Висновок: на дорозі слід бути завжди уважним і обережним, щоб не сталося лиха.

Робота в групах (пригадати правила для пасажирів, пішоходів, велосипедистів)

Об'єднати дітей у 3 групи. Роздати аркуші паперу формату А-4. Підготувати знаки:



Діти мають, спираючись на текст «Правила для пішоходів, пасажирів і велосипедистів» на с. 108, пригадати вивчені раніше правила:

- 1 група – для пішоходів,
- 2 група – для пасажирів,
- 3 група – для велосипедистів.

Презентація роботи.

(Правила для пішоходів:

- рухатися тротуаром слід з правого боку,
- переходити дорогу варто на пішохідному переході,
- перехід позначають «зеброю» чи знаком (вибрати знаки),
- на регульованому переході слід йти на зелене світло світлофора,
- на нерегульованому – подивитися вліво, вправо,
- в умовах обмеженої оглядовості слід обрати місце, де дорога добре проглядається в обидва боки,
- прохід пішоходів забороняє знак(вибрати знак) .

Правила для пасажирів:

- зупинки позначають знаками (вибрати знаки),
- транспорт треба чекати на зупинці, не виходячи на проїжджу частину,

- заходячи в транспорт, слід пропустити стареньких і пасажирів з дітьми, не штовхатися,
- до виходу треба готуватися заздалегідь,
- у транспорті треба поступатися літнім людям.

Правила для велосипедистів:

- дітям до 14 років кататися можна там, де немає транспорту і пішоходів,
- на дорогах можна їздити тільки після того, як виповниться 14 років,
- якщо треба перейти на інший бік, слід зійти і перевести велосипед по переходу,
- велосипед має бути обладнаний світловідбивачами спереду, ззаду і з боків,
- обов'язково має бути захисний шолом,
- рух велосипедистів забороняє знак (вибрати знак) .)

Руханка (виконати рухливі вправи)

Діти беруть в руки червоний і зелений кружечки. Вчитель називає дії пішоходів, користуючись складеними правилами для пішоходів, пасажирів, велосипедистів. Якщо дія правильна, діти крокують і піднімають зелений кружечок, якщо ні – червоний кружечок і стоять.

Наприклад:

- Ідемо з лівого боку тротуару. (Червоний).
- Переходимо дорогу по «зебрі». (Зелений)...

Інформаційне повідомлення (вчити сигнали регулювальника)

Прочитати в підручнику на с. 108-109 текст «Сигнали світлофора, регулювальника». Розглянути малюнок і співвіднести сигнал регулювальника і світлофора, на фоні якого він стоїть. Потренуватися показувати сигнали регулювальника: 1 учень показує, інші називають свої дії на цей сигнал.

Виконати завдання в зошиті на с. 49.

Гра (практично опрацювати сигнали регулювальника)

Об'єднати дітей у дві групи. Вибрати умовне перехрестя. Прочитати в підручнику на с. 109 умови гри. Потренуватися розпізнавати сигнали регулювальника.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Чи не було у вас ситуацій, подібних до тих, що сталися з Сашком, Оксанкою і Юрком? Чому вони сталися?
2. Назвати по черзі виставлені дорожні знаки і вказати дії.
3. Яке з правил пішоходів, пасажирів чи велосипедистів вдається виконувати найважче? Чому?

УРОК 26. РУХ НА ПЕРЕХРЕСТІ, МАЙДАНИ

Мета

Познайомити з формами перехресть; розказати правила переходу перехресть; вчити обачності під час ремонтних робіт на дорозі; формувати звички культурного пішохода.

Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- розрізняти форми перехресть;
- розказати правила переходу перехрестя;
- пояснити, чим небезпечні ремонтні роботи на дорозі;
- продемонструвати правильний перехід до майдану.

Обладнання і матеріали

- картки з правилами:
«ПРОПУСТИ АВТОМОБІЛІ З УВІМКНЕНОЮ СИРЕНОЮ, БО ВОНИ МОЖУТЬ ЇХАТИ НА ЧЕРВОНЕ СВІТЛО», «НЕ ПЕРЕХОДЬ ПЕРЕХРЕСТЯ НАВКОСИ – ЦЕ НЕБЕЗПЕЧНО», «ПЕРШ НІЖ СТУПИТИ НА ПЕРЕХІД, ПЕРЕКОНАЙСЯ, ЩО АВТОМОБІЛІ ЗУПИНЯЮТЬСЯ», «ЯКЩО НЕМАЄ ПЕРЕХОДУ, ЙДИ ЛИШЕ ТОДІ, КОЛИ НЕМАЄ АВТОМОБІЛІВ», «НА РЕГУЛЬОВАНОМУ ПЕРЕХРЕСТІ СЛІДКУЙ ЗА СИГНАЛАМИ СВІТЛОФОРА ЧИ РЕГУЛЮВАЛЬНИКА»;
- незавершені речення: «Я СПРАВЖНІЙ ПІШОХІД, БО...», «ЩОБ ЗБЕРЕГТИ ЖИТТЯ І ЗДОРОВ'Я, Я БУДУ ПЕРЕХОДИТИ ДОРОГУ ...».

Що підготувати заздалегідь

Підготувати інсценівку (див. пункт *Стартові завдання*)

Орієнтовний план тренінгу

Стартові завдання	8 хв.
Робота в парах	4 хв.
Інсценування	12 хв.
Інформаційне повідомлення	4 хв.
Руханка	2 хв.
Практична робота	6 хв.
Підсумкове завдання	4 хв.

Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати вивчене на минулому уроці:

- Розкажіть правила для пішоходів.
- Пригадайте правила для пасажирів?
- Хто з вас є велосипедистом? Розкажіть правила велосипедиста.

2. Назвати тему і завдання уроку.

3. Показати інсценівку.

Ведучий:

Скрізь автобуси, машини...

Скриплять по дорозі шини.

На перехресті всі сигналять –

Як проїхати їм далі?

Автобус:

Хто тут на моїй дорозі!?

Легковий автомобіль:

Зупинитись я не в змозі.

Вибачайте, поспішаю.

Мотоцикл:

Світлофора щось немає...

Розминутись як без нього?

Вантажний автомобіль:

Гей-но, дай мені дорогу,

А то розчавлю тебе.

Разом:

Лишенько, це ДТП!!!

- Чому сталося так, що машини не можуть роз'їхатися на перехресті?
- Так само важко і пішоходам без допомоги, бо перехрестя – це складна ділянка дороги.

4. Прочитати в підручнику на с 110 текст «Форми перехресть». Виконати стартове завдання – назвати перехрестя в своєму населеному пункті. Розглянути малюнок – форми перехресть.

Робота в парах (познайомити з видами перехресть)

Об'єднати дітей у пари. Прочитати в підручнику на с. 110 текст «Види перехресть». Діти мають поспілкуватися в парах і пригадати, якого виду перехрестя і де вони зустрічали.

Обговорити.

Виконати завдання в зошиті на с. 50.

Інсценування (вчити переходити перехрестя)

Прочитати текст «Як переходити дорогу на перехресті» у підручнику на с. 111. Об'єднати дітей у 5 груп. Роздати картки з правилами:

«ПРОПУСТИ АВТОМОБІЛІ З УВІМКНЕНОЮ СИРЕНОЮ, БО ВОНИ МОЖУТЬ ЇХАТИ НА ЧЕРВОНЕ СВІТЛО», «НЕ ПЕРЕХОДЬ ПЕРЕХРЕСТЯ НАВКОСИ – ЦЕ НЕБЕЗПЕЧНО», «ПЕРШІ НІЖ СТУПИТИ НА ПЕРЕХІД, ПЕРЕКОНАЙСЯ, ЩО АВТОМОБІЛІ ЗУПИНЯЮТЬСЯ», «ЯКЩО НЕМАЄ ПЕРЕХОДУ, ЙДИ ЛИШЕ ТОДІ, КОЛИ НЕМАЄ АВТОМОБІЛІВ», «НА РЕГУЛЬОВАНОМУ ПЕРЕХРЕСТІ СЛІДКУЙ ЗА СИГНАЛАМИ СВІТЛОФОРА ЧИ РЕГУЛЮВАЛЬНИКА».

Діти мають інсценізувати це правило. Презентація робіт.

Висновок: на перехресті слід бути уважним і обережним, знати правила його переходу.

Інформаційне повідомлення (вчити поводитися на дорозі, що ремонтується)

Прочитати текст «Обережно: ремонт дороги!» у підручнику на с. 112.

- Чим може бути обмежена оглядовість при ремонтних роботах на дорозі?
- Чим ще небезпечна ділянка ремонту дороги?
- Як обійти ділянку ремонту тротуару?

Висновок: на ділянках ремонту дороги слід бути обачним.

Виконати завдання 1 в зошиті на с. 51.

Руханка (виконати рухливі вправи)

Діти стають в коло один за одним, кладуть руки на плечі сусіда спереду. Рухаються по колу, коли вчитель говорить правильну дію, а коли неправильну, - зупиняються і лягають на спину сусіда спереду.

- На червоне світло мчить із сиреною машина, ми стоїмо.
- Горить зелене світло, ми ідемо.
- Горить червоне, машин немає, ми ідемо.
- Не йдемо через перехрестя навскоси, хоч машин і немає.
- Перш ніж іти, переконаємося, що машина гальмує.
- Бігом біжимо по переходу через дорогу.

Практична робота (вчити шукати безпечний шлях на майдані)

Прочитати текст у підручнику на с. 113 «Рух майданами».

- Які небезпеки можуть бути на майдані?
- Де у вашому населеному пункті є майдан?

Об'єднати дітей у 4 групи. Розглянути малюнок 34 у підручнику на с. 113. Обговорити і знайти для дівчинки безпечний шлях.

Висновок: як би ти не поспішав, завжди шукай пішохідний перехід, не переходи дорогу у недозволеному місці.

Виконати завдання 2 в зошиті на с. 51.

Підсумкові завдання (закріпити отримані знання)

1. Пригадати правила переходу перехрестя - доповнити речення:
«ПРОПУСТИ АВТОМОБІЛІ З УВІМКНЕНОЮ ...»,
«НЕ ПЕРЕХОДЬ ПЕРЕХРЕСТЯ ...»,
«ПЕРШ НІЖ СТУПИТИ НА ПЕРЕХІД, ...»,
«ЯКЩО НЕМАЄ ПЕРЕХОДУ, ЙДИ ЛИШЕ ТОДІ, ...»,
«НА РЕГУЛЬОВАНОМУ ПЕРЕХРЕСТІ СЛІДКУЙ ЗА ...».

2. Чим небезпечне місце, де ведуться ремонтні роботи?

3. Доповнити речення: «Я СПРАВЖНІЙ ПІШОХІД, БО...», «ЩОБ ЗБЕРЕГТИ ЖИТТЯ І ЗДОРОВ'Я, Я БУДУ ПЕРЕХОДИТИ ДОРОГУ...»

УРОК 27. АВАРІЇ НА ДОРОГАХ

Мета

Познайомити з причинами ДТП; розказати, як діяти у випадку, коли став свідком ДТП; познайомити з інформаційно-вказівними дорожніми знаками; формувати небайдужість по відношенню до оточуючих.

Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- розказати статистику ДТП ;
- назвати причини ДТП;
- пояснити роль інформаційно-вказівних знаків;
- продемонструвати поведінку, якщо став свідком ДТП.

Обладнання і матеріали

- аркуші формату А-4;
- картки з назвами осіб: «ПОСТРАЖДАЛІ», «СВІДОК ДТП», «МІЛІЦЯ», «МІСЦЕВІ МЕШКАНЦІ», «ЛІКАРІ»;
- дорожні знаки (див. пункт Практична робота).

Що підготувати заздалегідь

Підготувати повідомлення з газети про ДТП у своєму населеному пункті.

Орієнтовний план тренінгу

Стартові завдання	5 хв.
Інформаційне повідомлення	3 хв.
Робота в групах	6 хв.
Проблемне питання	4 хв.
Інсценування	8 хв.
Руханка	2 хв.
Практична робота	8 хв.
Підсумкове завдання	4 хв.

Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати вивчене на минулому уроці:
 - Розкажіть правила переходу перехрестя.
 - Чи доводилось вам бачити, як хтось порушує якесь із правил? Чи не виникало і у вас таке бажання?
 - Для чого придумані ці правила?
 - Сьогодні ми поговоримо про ті біди, які трапляються саме через порушення правил дорожнього руху.
2. Назвати тему і завдання уроку.
3. Виконати стартове завдання в підручнику на с. 114:

- Розказати про ДТП, свідками якого були.
- Прочитати підготовлені повідомлення з місцевої преси про ДТП.
- Обговорити, що стало причиною ДТП і як його можна було уникнути.

Висновок: недбалість на дорогах і недотримання правил дорожнього руху призводять до ДТП.

Інформаційне повідомлення (*познайомити зі статистикою ДТП*)

Прочитати текст у підручнику на с. 114 «Що таке ДТП».

- З якою швидкістю рухалися перші автомобілі?
- З якою швидкістю рухаються вони зараз?
- Як часто у світі трапляються ДТП?
- Скільки людей гине щодня?
- Що є головною причиною ДТП?

Висновок: щоб не потрапити в ДТП, треба дотримуватись правил дорожнього руху.

Робота в групах (*визначити причини ДТП*)

Прочитати в підручнику на с. 115 текст «Причини ДТП». Об'єднати дітей у 4 групи. Роздати аркуші формату А-4. Запропонувати дітям, користуючись текстом і малюнками в підручнику, записати причини виникнення ДТП.

Обговорити.

Наголосити, що багато ДТП трапляється з вини дітей, які порушують правила дорожнього руху. І не через незнання їх, а через небажання виконувати.

Виконати завдання в зошиті на с. 52.

Проблемне питання (*визначити дії свідка ДТП*)

- Як ви гадаєте, як необхідно діяти, коли на твоїх очах відбулася дорожньо-транспортна пригода?
(*Вислухати всі відповіді дітей*).

Прочитати текст «Якщо ти став свідком ДТП» в підручнику на с. 116.

- Чим ви можете допомогти слідству?
- Яким чином ви можете врятувати людське життя?
- До кого ви можете звернутися по допомогу?

Інсценування (*практично відпрацювати поведінку під час ДТП*)

Об'єднати дітей у 4 групи. Прочитати в підручнику на с. 116 завдання, як підготувати сценку «Свідок ДТП». Роздати картки з назвами осіб: «ПОСТРАЖДАЛІ», «СВІДОК ДТП», «МІЛІЦІЯ», «МІСЦЕВІ МЕШКАНЦІ», «ЛІКАРІ». Діти мають підготувати інсценівки.

Презентація робіт.

Руханка (виконати рухливі вправи)

Діти стають парами. Вчитель тримає червоний і зелений кружечки. Називає дію і піднімає кружечок (не завжди правильний). Якщо ця дія відповідає кольору кружечка, діти кружляють в парі. Якщо дія і колір не співпадають, діти присідають.

Наприклад:

- Переходь дорогу по пішохідному переході. (Зелене). - *Діти кружляють.*

- Дотримуйся правил дорожнього руху лише коли багато машин на дорозі. (Червоне). - *Діти кружляють.*

- Йди по «зебрі» не дивлячись, бо ти маєш переваги. (Зелене). - *Діти присідають.*

Практична робота (познайомити з і формаційно-вказівними знаками)

Прочитати текст у підручнику на с. 117 «Дорожні знаки».

Об'єднати дітей у 3 групи. Роздати групам дорожні знаки (по 4 знаки і по одній табличці 7.1.4):



Діти мають обговорити і розказати, що для них повідомляє кожен знак з табличкою під ним. Групи почергово міняються знаками, щоб кожна група попрацювала з усіма знаками.

Виконати завдання в зошиті на с. 53.

Підсумкові завдання (закріпити отримані знання)

1. Як слід поводитися, коли ти став свідком ДТП?
2. Які причини виникнення ДТП?
3. Закріпити на дошці інформаційно-вказівні знаки. Повторити їх: учень знімає один знак і розповідає, про що він інформує

УРОК 28. УЗАГАЛЬНЮЮЧИЙ УРОК ДО РОЗДІЛУ «БЕЗПЕЧНЕ ДОВКІЛЛЯ»

Мета

Закріпити отримані в розділі знання; скласти правила безпечної поведінки; вчити використовувати набуті знання у життєвих ситуаціях.

Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- розказати правила поведінки під час пожежі;
- назвати правила поведінки у натовпі;
- проаналізувати власну поведінку на дорогах.

Обладнання і матеріали

- 4 аркуші паперу формату А-4;
- вирізані з паперу кольорові квіточки за кількістю учнів;
- паперова галявинка.

Що підготувати заздалегідь

Підготувати мультфільм «Смішарики. Ігри з вогнем».

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	8 хв.
Робота в парах	2 хв.
Змагання	10 хв.
Руханка	2 хв.
Практична робота	12 хв.
Підсумкове завдання	6 хв.

Стартові завдання (повторити попередній матеріал)

1. Назвати тему і завдання уроку.
2. Переглянути мультфільм «Смішарики. Ігри з вогнем».
 - Що стало причиною пожежі?
 - До якого висновку прийшли друзі?
 - Як знання могли б допомогти їм уникнути пожежі?

Висновок: якщо знаєш правила безпечної поведінки, можеш уникнути лиха.

Робота в парах (повторити горючі та негорючі матеріали)

Виконати завдання в підручнику на с. 118 – встановити відповідність між матеріалами та їх пожежними характеристиками.

Перевірити роботу.

Змагання (повторити вивчене в розділі)

Об'єднати дітей у 4 групи. Провести змагання: вчитель ставить питання, діти обговорюють. Кожна група по черзі відповідає. За правильну відповідь група отримує один бал.

1. У Оленки заіскрила ввімкнена праска. Дівчинка схопила кухоль води і раптом зупинилася. Про що вона згадала?
2. Якось Сашко з Петриком знайшли у парку сумку. Сашко запропонував забрати її з собою. Мишко ж не дозволив товаришеві навіть підійти до сумки, запропонував викликати міліцію. Сашко обізвав товариша боягузом, і хлопці посварилися. Розсудіть їх.
3. Тетянка була дуже доброю дівчинкою. Тому, коли незнайома жінка попросила її віднести пакунок з ліками бабусі, дівчинка з готовністю погодилася. Про що забула Тетянка?
4. Максимко завжди на людях виконував правила дорожнього руху. Всі називали його розумним і обачним. Та коли ніхто не бачив, він міг і перебігти через дорогу на червоне світло. Прокоментуйте поведінку Максимка.

Підбити підсумки.

Руханка (виконати рухливі вправи)

Діти стають у коло. По одному учню виходять у центр кола і називають правило поведінки у натовпі. Якщо діти погоджуються, то підстрибують і плескають над головою у долоні.

Практична робота (вчити узагальнювати матеріал)

Об'єднати дітей у 4 групи. Роздати по аркушу паперу. Кожна група отримує завдання в підручнику на с. 118. Діти переглядають матеріал і складають правила.

Презентують правила коротенькою інсценівкою, а решта учнів мають здогадатися, про яке правило йдеться.

Підсумкове завдання (закріпити і використати отримані знання)

1. Розкажіть правила поведінки під час пожежі.
2. Чим небезпечний натовп?
3. Назвіть основні причини ДТП.
4. Роздати дітям вирізані з паперу кольорові квіточки.
- Що з вивченого вже стало вашою звичкою, яка допомагає зберегти життя і здоров'я? Напишіть її на квіточці.

Вчитель закріплює на дошці паперову галявинку. Діти озвучують свою звичку і приклеюють квіточку на галявину.

- Ось так корисні звички роблять ваше життя квітучим.

УРОК 29. САМООЦІНКА І ПОВЕДІНКА ЛЮДИНИ

Мета

Визначити, як самооцінка впливає на поведінку людини; вчити адекватно оцінювати свої здібності, розрізняти впевненість і самовпевненість; формувати вміння поводитися гідно в будь-якій ситуації.

Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- розказати, що таке самооцінка;
- назвати види поведінки;
- пояснити різницю між впевненістю і самовпевненістю;
- робити адекватну самооцінку.

Обладнання і матеріали

- паперові стрічки за кількістю учнів; деформоване речення «НАЛЕПОГВОЛИ ЦЮПРАЙ, І В БЕТЕ ОДНЕНОМІН ВЕС ЙДЕВИ»;
- картки «Завищена самооцінка», «Занижена самооцінка», «Реалістична самооцінка», «Агресивна поведінка», «Пасивна поведінка», «Гідна поведінка».

Орієнтовний план тренінгу

Стартові завдання	6 хв.
Практична робота	4 хв.
Інформаційне повідомлення	4 хв.
Руханка	3 хв.
Робота в групах	7 хв.
Проблемне питання	4 хв.
Робота в парах	7 хв.
Підсумкове завдання	5 хв.

Стартові завдання (перейти до нового матеріалу)

1. Назвати тему і завдання уроку.
2. Прочитати текст «Що таке самооцінка» в підручнику на с. 120.
3. Виконати стартове завдання в підручнику на с. 120:
 - 1 – завищена самооцінка, коли людина перебільшує свої досягнення,
 - 2 – занижена самооцінка, коли людина недооцінює свої здібності,
 - 3 – реалістична самооцінка.
4. Виконати завдання в зошиті на с. 54.

Практична робота (вчити робити самооцінку)

Роздати дітям паперові стрічки, покласти їх вертикально. Запропонувати поставити на стрічці кружечок на тій висоті, як кожен з них

оцінює свою старанність у навчанні (поведінку, вміння товаришувати...). Пояснити, що найнижча оцінка внизу стрічки, максимальна – вгорі стрічки.

Потім діти мають обмінятися стрічками із сусідом по парті і вирішити, яка самооцінка – завищена, занижена чи реалістична.

Інформаційне повідомлення (пояснити, як самооцінка впливає на поведінку)

Прочитати текст у підручнику на с. 121 «Вплив самооцінки на поведінку».

- Чому шкідливо вважати себе нездібним?

- Прочитай пораду:

«НАЛЕПОГВОЛИ ЦЮПРАЙ, І В БЕТЕ ОДНЕНОМІН ВЕС ЙДЕВИ»
(«НАПОЛЕГЛИВО ПРАЦЮЙ, І В ТЕБЕ НЕОДМІННО ВСЕ ВИЙДЕ»)

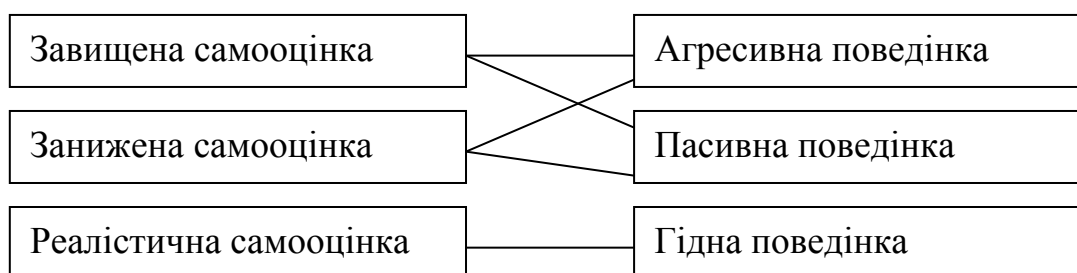
Руханка (виконати рухливі вправи)

Пограти в гру, запропоновану в підручнику на с. 121.

Робота в групах (познайомити з видами поведінки)

Прочитати в підручнику на с. 122 текст «Види поведінки».

- Встановіть співвідношення між поведінкою і самооцінкою:



Об'єднати дітей у 3 групи. Запропонувати дітям життєву ситуацію (В бібліотеці вам дуже довго шукають книгу. Вас штовхнули у транспорті.). Діти першої групи мають відреагувати на неї агресивно, другої – пасивно, третьої – гідно.

Продемонструвати. Обговорити.

Висновок: гідна поведінка принесе позитивні емоції обом сторонам, що спілкуються.

Проблемне питання (визначити різницю між впевненістю і самовпевненістю)

- Як ви гадаєте, чи однакові риси характеру *впевненість* і *самовпевненість*? Поясніть різницю.

(Вислухати всі відповіді дітей).

Прочитати текст «Упевненість і самовпевненість» в підручнику на с. 123.

Робота в парах (*вчити розрізняти впевненість і самовпевненість*)

Об'єднати дітей у пари. Запропонувати прочитати в підручнику на с. 123 характеристики трьох дітей. Обговорити і визначити у кожного самооцінку, вид поведінки і впевненість чи самовпевненість.

(*Марійка – реалістична самооцінка, гідна поведінка, впевненість, Оленка – занижена самооцінка, пасивна поведінка, самовпевненість, Юрко – завищена самооцінка, агресивна поведінка, самовпевненість*).

Висновок: найбільшу повагу викликають такі діти як Марійка.

Виконати завдання в зошиті на с. 55.

Підсумкові завдання (*закріпити отримані знання*)

1. Що таке самооцінка?
2. Проаналізуйте себе – на кого з дітей ви схожі: на Марійку, Оленку чи Юрка?
3. Закріпити на дошці картки «Завищена самооцінка», «Занижена самооцінка», «Реалістична самооцінка», «Агресивна поведінка», «Пасивна поведінка», «Гідна поведінка». Діти мають зняти ту картку, яку рису вважають шкідливою, і прокоментувати. На дошці має залишитися

Реалістична самооцінка

Гідна поведінка

- Намагайтеся досягти того, щоб мати реалістичну самооцінку і гідну поведінку.

УРОК 30. ХОЧУ, МОЖУ, ТРЕБА

Мета

Вчити розрізняти бажання реальні та нереальні, потрібні і непотрібні; пояснити сутність бажання, можливостей і обов'язків; формувати вольові якості.

Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- пояснити різницю між «хочу», «можу», «мушу»;
- назвати вольові якості людини;
- продемонструвати вміння усвідомлювати свої бажання.

Обладнання і матеріали

- аркуші паперу формату А-4 за кількістю учнів;
- аркуші паперу формату А-5 за кількістю учнів;
- деформовані прислів'я (розрізані на окремі слова):
ВОЛЯ – ЦЕ ТАЛАНТ ЗБИРАТИ ЗУСИЛЛЯ ДОКУПИ,
ЛЕЖАЧИЙ КАМІНЬ МОХОМ ОБРОСТАЄ,
ЯК НЕМАЄ СИЛИ ВОЛІ, ТАК НЕ БУДЕ ЩАСТЯ Й ДОЛІ,
З ЛЕЖІ НЕ БУДЕ ОДЕЖІ, ЗІ СПАННЯ НЕ КУПИШ КОНЯ.

Що підготувати заздалегідь

З дівчинкою підготувати інсценівку (див. пункт 3 *Стартові завдання*).

Орієнтовний план тренінгу

Стартові завдання	5 хв.
Практична робота	3 хв.
Робота в парах	6 хв.
Мозковий штурм	5 хв.
Робота в групах	4 хв.
Руханка	2 хв.
Інформаційне повідомлення	3 хв.
Інсценування	8 хв.
Підсумкове завдання	4 хв.

Стартові завдання (пригадати попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати вивчене на попередньому уроці:
 - Як самооцінка впливає на поведінку?
 - Які ви знаєте види поведінки?
 - Подумайте, якою б ви назвали свою поведінку? А якою б хотіли, щоб вона була? Підніміть руку, якщо реальне і бажане співпало.
2. Назвати тему і завдання уроку.
3. Показати інсценівку.

Фея:

Я – фея-чарівниця.

На місці не сидиться:

Виконую бажання

Я з вечора до рання.

Все можу я зробити,

Чого захочуть дітьми.

То ж ви часу не гайте,

Бажання називайте!

4. Виконати стартове завдання в підручнику на с. 124.

5. Виконати завдання 1 в зошиті на с. 56.

Практична робота (вчити розрізняти «хочу», «можу» і «треба»)

Роздати дітям аркуші паперу формату А-4. Запропонувати написати в три стовпчики слова «ХОЧУ», «МОЖУ», «МУШУ». Діти мають записати свої бажання, можливості і обов'язки. Обговорити. Звернути увагу, над чим більше замислювалися, чого більше написали. Зробити висновки.

Виконати завдання 2 в зошиті на с. 56.

Робота в парах (вчити усвідомлювати свої бажання)

Прочитати текст в підручнику на с. 125. Об'єднати дітей у пари. Роздати аркуші паперу формату А-5. Виконати завдання в підручнику на с. 125. Запропонувати зберегти цей аркуш, щоб з часом перевірити, як здійснилися бажання.

Мозковий штурм (вчити визначати можливості для здійснення бажань)

Прочитати в підручнику на с. 126 текст «Твої можливості». Запропонувати дітям взяти аркуш, на якому виконували попередню роботу, звернути увагу на одну з написаних мрій. Вчитель ставить питання, діти по черзі дають відповіді.

- Що ти вже маєш для здійснення цієї мрії? (Вислухати відповіді).
- Яких знань і вмінь поки що бракує? (Вислухати відповіді).
- Як ти можеш покращити свої можливості? (Вислухати відповіді).
- Які люди можуть тобі допомогти? (Вислухати відповіді).
- У який спосіб? (Вислухати відповіді).

Висновок: можливості весь час зростають, варто лише докласти певних зусиль.

Робота в групах (вчити виконувати свої обов'язки)

Прочитати в підручнику на с. 126 текст «Твої обов'язки».

Об'єднати дітей у 3 групи. Запропонувати продовжити фрази на с. 126 підручника.

Обговорити.

Висновок: є обов'язки не тільки перед батьками, перед суспільством, а й перед самим собою.

Руханка *(виконати рухливі вправи)*

Діти стають колом. По одному учню виходять в центр кола і говорять:

- Щоб бути здоровим, потрібно робити ось так...
- Щоб бути сильним, потрібно робити ось так...

При цьому показують вправи, які за ними повторюють всі діти.

Інформаційне повідомлення *(пояснити, що таке сила волі)*

Прочитати текст у підручнику на с. 127 «Воля і здоров'я».

- Що таке сила волі?
- Як її виховувати?
- Назвіть вольові якості.

Висновок: силу волі можна в собі виховувати, варто лише дуже цього захотіти.

Виконати завдання 1, 2 в зошиті на с. 57.

Інсценування *(вчити розуміти зміст прислів'їв)*

Об'єднати дітей у 4 групи. Запропонувати прочитати в підручнику на с. 127 прислів'я і кожній групі інсценізувати одне з них.

Демонстрація інсценівок.

Підсумкові завдання *(закріпити отримані знання)*

1. Що таке сила волі?
2. Запропонувати відтворити деформовані прислів'я:
ВОЛЯ – ЦЕ ТАЛАНТ ЗБИРАТИ ЗУСИЛЛЯ ДОКУПИ,
ЛЕЖАЧИЙ КАМІНЬ МОХОМ ОБРОСТАЄ,
ЯК НЕМАЄ СИЛИ ВОЛІ, ТАК НЕ БУДЕ ЩАСТЯ Й ДОЛІ,
З ЛЕЖІ НЕ БУДЕ ОДЕЖІ, ЗІ СПАННЯ НЕ КУПИШ КОНЯ.
3. А якби фея змогла б виконати лише єдине бажання, що б ви забажали?

УРОК 31. ШАНУЙ СЕБЕ ТА ІНШИХ

Мета

Дати розуміння понять «повага» та «самоповага»; вчити ставити реальну мету і досягати її; практично засвоїти правила досягнення мети.

Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- пояснити поняття «повага» та «самоповага»;
- назвати поради, які допоможуть досягнення мети;
- продемонструвати вміння знаходити позитивне один у одного;
- ставити короткотривалі цілі.

Обладнання і матеріали

- аркуші паперу формату А-5 за кількістю учнів;
- аркуші паперу формату А-4 для роботи в парах;
- картки зі словами: «ЦІЛЕСПРЯМОВАНІСТЬ», «НАПОЛЕГЛИВІСТЬ», «ВИТРИМКА», «САМОСТІЙНІСТЬ» «РІШУЧІСТЬ».

Орієнтовний план тренінгу

Стартові завдання	5 хв.
Робота в групах	5 хв.
Робота над оповіданням	6 хв.
Інформаційне повідомлення	4 хв.
Руханка	2 хв.
Практична робота	14 хв.
Підсумкове завдання	4 хв.

Стартові завдання (пригадати попередній матеріал і перейти до нового)

1. Повторити попередній матеріал:
 - Поясніть, що таке можливості, бажання, обов'язки.
 - Як можна виховати силу волі?
 - Назвіть вольові якості, що притаманні вам.
2. Назвати тему і завдання уроку.
3. Прочитати текст «Повага і самоповага» в підручнику на с. 128.
4. Виконати стартове завдання в підручнику на с. 128 – об'єднати дітей у пари і розказати, за що поважають один одного.

Робота в групах (вчити поважати себе самого)

Прочитати в підручнику на с. 128 текст «Самоповага і добрі справи».

- Як ви гадаєте, чого не буде робити людина, яка себе поважає?

Об'єднати дітей у групи по 3 учні. Роздати кожному аркуш паперу формату А-5. Кожен пише на аркуші своє ім'я і записує те, за що він сам себе поважає. Потім діти в трійках передають аркуш по колу. Наступний учень

має додати те, про що забув написати учень сам про себе. Коли кожен отримає свій аркуш, то повинен звернути увагу, як багато дописали йому інші діти. Це говорить про повагу інших до нього.

Виконати завдання в зошиті на с. 58. (*Терпимість, доброта, любов, охайність, гідність, слухати*).

Робота над оповіданням (*вчити робити добрі справи*)

Прочитати оповідання в підручнику на с. 129. Обговорити за питаннями в підручнику на с. 128.

Висновок: щоб тебе завжди пам'ятали і згадували про тебе з любов'ю, роби якомога більше добрих справ.

Інформаційне повідомлення (*пояснити, як ставити цілі і досягати їх*)

- Як ви гадаєте, чи кожна людина може досягти мети?

(*Вислухати всі відповіді*).

Прочитати текст у підручнику на с. 130 «Постановка і досягнення мети».

- Які бувають цілі?

- Користуючись малюнком на с. 130, назвіть приклади короткострокових цілей.

- Назвіть риси, що допомагають досягти мети.

Діти називають, вчитель закріплює на дошці картки зі словами: «ЦІЛЕСПРЯМОВАНІСТЬ», «НАПОЛЕГЛИВІСТЬ», «ВИТРИМКА», «САМОСТІЙНІСТЬ» «РІШУЧІСТЬ».

- Подумайте і поясніть, які риси вже притаманні вам, а які ще треба розвивати.

Руханка (*виконати рухливі вправи*)

Стати в коло. Один учень виходить в центр кола і говорить: «У мене є мета навчитися...». Пантомімою показує те, чого він хоче навчитися. Решта вгадують, що це, і повторюють пантоміму.

Практична робота (*виконати проект «Моя мета»*)

Прочитати завдання проекту в підручнику на с. 131.

Об'єднати дітей у пари. Роздати аркуші паперу формату А-4. Виконати проект за планом на с. 131.

Обговорити.

Висновок: щоб досягти поставленої мети, налаштуйтеся на успіх і не бійтеся невдач.

Підсумкові завдання (*закріпити отримані знання*)

1. Що таке самоповага?

2. Перегляньте поради «Як досягти мети» в підручнику на с. 131. Яку з цих порад виконувати найважче і чому?

3. На дошці закріплені картки «ЦІЛЕСПРЯМОВАНІСТЬ», «РІШУЧІСТЬ», «НАПОЛЕГЛИВІСТЬ», «ВИТРИМКА», «САМОСТІЙНІСТЬ». Учні мають по одному вийти до дошки, вказати якусь рису і проаналізувати себе відносно цієї риси.

Наприклад: «Мені трохи не вистачає рішучості у досягненні мети. Тому я буду намагатися бути більш рішучим і не боятися невдач».

УРОК 32. ЗВИЧКИ І ЗДОРОВ'Я

Мета

Вчити, як сформувати корисні звички; познайомити зі звичками успішних людей; виховувати бажання працювати над собою.

Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- назвати власні корисні та шкідливі звички;
- розказати, як сформувати корисну звичку;
- назвати п'ять звичок успішних людей;
- продемонструвати план роботи над формуванням корисної звички.

Обладнання і матеріали

- картки зі звичками: «ЗВИЧКА ДБАТИ ПРО СВОЄ ЗДОРОВ'Я», «ЗВИЧКА ЦІНУВАТИ ЧАС», «ЗВИЧКА ВІРИТИ В СЕБЕ», «ЗВИЧКА УЧИТИСЯ В ІНШИХ І ДІЯТИ РАЗОМ», «ЗВИЧКА САМОВДОСКОНАЛЮВАТИСЯ»;
- аркуші паперу формату А-5 за кількістю учнів.

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	5 хв.
Робота в групах	10 хв.
Інформаційне повідомлення	2 хв.
Робота в парах	8 хв.
Руханка	2 хв.
Практична робота	10 хв.
Підсумкове завдання	3 хв.

Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати вивчене на минулому уроці:

- За які добрі справи вас вже поважають люди?
- Що ви скажете про людину, яка взагалі не ставить собі мети?
- Які риси допомагають досягти мети?

2. Назвати тему і завдання уроку.

3. Прочитати в підручнику на с. 132 притчу «Притча про бур'яни і звички».

Виконати стартове завдання на с. 132:

- Як слова дідуся пов'язані зі звичками? (*Шкідливі звички, як і бур'яни, приростають до людини самі собою. Формування ж корисних звичок вимагає немалих зусиль від людини*).

- Чим корисні звички відрізняються від шкідливих? (*Корисні допомагають людині, шкідливі – шкодять. Щоб з'явилися корисні звички, треба прикладати зусилля, шкідливі приростають швидко і непомітно*).

- Які звички є найбільш шкідливими? (Паління, вживання алкоголю, наркотиків).

Висновок: щоб не приросли шкідливі звички, ніколи не починай робити того, що шкодить твоєму здоров'ю і може перерости у звичку.

Робота в групах (познайомитися зі звичками успішних людей)

- Ми назвали найбільш шкідливі звички, які ведуть людину до страшного життя. А є корисні звички, які ведуть людину до успіху.

Прочитати в підручнику на с. 133 «П'ять звичок успішних людей». Об'єднати дітей у 5 груп. Роздати картки зі звичками: «ЗВИЧКА ДБАТИ ПРО СВОЄ ЗДОРОВ'Я», «ЗВИЧКА ЦІНУВАТИ ЧАС», «ЗВИЧКА ВІРИТИ В СЕБЕ», «ЗВИЧКА УЧИТИСЯ В ІНШИХ І ДІЯТИ РАЗОМ», «ЗВИЧКА САМОВДОСКОНАЛЮВАТИСЯ». Кожна група має розказати про цю звичку і показати інсценівку, що підтверджує дієвість звички.

Під час демонстрації роботи картки зі звичками закріплюються на дошці.

Висновок: якщо хочеш стати успішною людиною, формуй в собі ці корисні звички.

Інформаційне повідомлення (розказати, як навчитися формувати звичку)

Прочитати в підручнику на с. 134 текст «Як сформував корисну звичку».

- Які однакові звички є у членів вашої сім'ї?
- За який час можна сформував звичку?

Робота в парах (вчити аналізувати свої звички)

Об'єднати дітей у пари. Прочитати завдання в підручнику на с. 134. Діти обговорюють один з одним свою звичку. Заслухати розповіді 2-3 учнів.

Виконати завдання в зошиті на с. 59. (1 – «ЗВИЧКА», 2 – *дбати про здоров'я, вірити в себе, учитися в інших, діяти разом, самовдосконалюватися, не відкладати справи, ставити мету і досягати її, тримати речі у порядку*).

Руханка (виконати рухливі вправи)

Діти стають в парах, тримаючи один одного за руки. Вчитель називає звичку. Якщо вона корисна, діти піднімають руки вгору, промовляючи «Це корисно!». Якщо шкідлива – відпускають руки, повертаються один до одного спиною, промовляючи «Це шкідливо!».

- Чистити зуби.
- Гризти нігті.
- Застеляти ліжко.
- Приймати душ.
- Вітатися.
- Посміхатися людям.

- Ходити насупленим.
- Мити за собою посуд.
- Читати лежачи.

Практична робота (працювати над формуванням корисної звички)

Об'єднати дітей у групи по 4 учні. Прочитати в підручнику на с. 135 завдання до практичної роботи. Роздати кожному аркуш формату А-5. Діти обговорюють і записують корисні та шкідливі звички в два стовпчики. Аналізують їх. Далі працюють в зошиті на с. 60 - записують звичку, яку хочуть виробити в собі. Діти кожної групи обговорюють між собою план досягнення звички, допомагають один одному скласти план роботи над звичкою. Відмітку про виконання слід буде ставити протягом літніх канікул.

Обговорення.

Висновок: щоб виробити в собі корисну звичку, слід прикласти зусилля. Але потім ця звичка відпрацює за затрачені зусилля користю для здоров'я.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Пригадайте 5 звичок успішних людей.
2. Чому корисну звичку важче виробити?
3. Що потрібно для того, щоб виробити корисну звичку?

УРОК 33. ТВОРЧІСТЬ І ЗДОРОВ'Я

Мета

Пояснити, що таке творчість, креативність; розказати, як розвивати творчі здібності; формувати звичку допомагати друзям вести здоровий спосіб життя.

Результати навчання

Наприкінці заняття учні мають уміти:

- пояснити, що таке творчість;
- довести, що творчість впливає на здоров'я;
- впливати на друзів у формуванні корисних звичок;
- продемонструвати ігри для розвитку творчості.

Обладнання і матеріали

- аркуші формату А-4 для чотирьох груп;
- аркушки зі словами «ЛОЖКА», «ГОЛКА», «КОВДРА», «ПАРАСОЛЬКА»;
- аркушки зі словами «ПРИСІДАННЯ», «СТРИБКИ», «МАХИ», «НАХИЛИ»;
- картки з переліком продуктів: «МОЛОКО, КАРТОПЛЯ, ЯБЛУКА, БОРОШНО, МЕД, СИР, ЯЙЦЯ» для 4 груп.

Що підготувати заздалегідь

Продумати над сценарієм свята «Здоров'я – всьому голова», принести елементи костюмів, декорації, що можуть знадобитися для вистави.

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	4 хв.
Робота в групах	3 хв.
Інформаційне повідомлення	2 хв.
Гра «Робінзон Крузо»	4 хв.
Гра «Ранкова зарядка»	4 хв.
Гра «Кулінар»	4 хв.
Робота в парах	6 хв.
Практична робота	11 хв.
Підсумкове завдання	2 хв.

Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Пригадати вивчене на попередньому уроці:
 - Які звички допоможуть бути успішним?
 - Як сформувавши корисну звичку?
 - Розкажіть про свої досягнення у формуванні звички.

2. Назвати тему і завдання уроку.
3. Прочитати текст «Що таке творчість» на с. 136 підручника. Виконати стартове завдання привітати одне одного оригінальним способом. Діти мають визначити, чий підхід до вітання був найоригінальнішим.
4. Виконати завдання 1 в зошиті на с. 61. (*Творчість – це здатність мислити вільно, знаходити нові рішення та оригінальні ідеї*).

Робота в групах (з'ясувати, як творчість впливає на настрій)

Прочитати завдання в підручнику на с. 136. Об'єднати дітей у групи по 4 учні. Роздати аркуші паперу формату А-4. Діти мають записати приклади своєї творчої діяльності.

Зачитати і пояснити, які емоції викликала ця робота у самих дітей, їхніх друзів, батьків.

Висновок: творчість приносить задоволення, а значить, позитивно впливає на здоров'я.

Інформаційне повідомлення (вчити розвивати творчі здібності)

Прочитати в підручнику текст «Розвиток творчих здібностей» на с. 137.

- Що таке креативність?
- Чи може кожна людина розвивати творчі здібності??

Гра «Робінзон Крузо»(розвивати творчі здібності)

Прочитати в підручнику на с. 137 правила гри. Роздати дітям аркушки зі словами «ЛОЖКА», «ГОЛКА», «КОВДРА», «ПАРАСОЛЬКА». Діти мають об'єднатися у групи – в залежності від того, кому яке слово дісталось. Діти в групах обговорюють і придумують якомога більше застосувань своєму предмету. (Чим дивовижніше застосування придумала група, тим більш творчо вона підійшла до роботи). Вислухати кожну команду.

Гра «Ранкова зарядка»(розвивати творчі здібності)

Прочитати в підручнику на с. 137 правила гри. Роздати дітям аркушки зі словами «ПРИСІДАННЯ», «СТРИБКИ», «МАХИ», «НАХИЛИ». Діти мають об'єднатися у групи – в залежності від того, кому яке слово дісталось. Діти в групах вигадують способи виконання цих вправ.

Демонстрація.

Гра «Кулінар»(розвивати творчі здібності)

Прочитати в підручнику на с. 137 правила гри. Об'єднати дітей у 4 групи. Роздати групам картки з переліком продуктів: «МОЛОКО, КАРТОПЛЯ, ЯБЛУКА, БОРОШНО, МЕД, СИР, ЯЙЦЯ». Діти мають придумати якомога більше страв з цих продуктів.

Робота в парах (вчити допомагати другові у формуванні корисних звичок)

Прочитати текст «До здоров'я – разом!» у підручнику на с. 138.

Об'єднати дітей у пари. Діти в парах мають придумати і продемонструвати:

- як відволікти друга від комп'ютера,
- як заохотити подругу до ранкових пробіжок,
- як зібрати команду для гри у волейбол.

Висновок: завжди заохочуй друзів до здорового способу життя.

Практична робота (вчити пропагувати здоровий спосіб життя.)

Прочитати в підручнику на с. 139 завдання практичної роботи.

Об'єднати дітей у дві групи. Підготувати інсценівку, використовуючи підготовлені вдома костюми, декорації, замальовки сценаріїв.

Демонстрація.

Підсумкове завдання (закріпити отримані знання)

1. Чи правда, що з творчістю жити цікавіше?
2. Кому, на вашу думку, з ваших друзів ви зможете допомогти у формуванні корисної звички?
3. Виконати завдання 2 в зошиті на с. 61. *(Нездатних людей немає. Є нездатні визначити свої здібності, розвинути їх).*

УРОК 34. СВЯТО ЗДОРОВ'Я

Мета

Розказати про наслідки порушення правил дорожнього руху; продемонструвати переваги здорового способу життя; формувати у дітей корисні звички.

У казковому містечку

Дійові особи:

Гноми Веселун і Розумник

Гноми Пустун і Забіяка

Світлофор

Машини

Дракон триголовий

Автобус

Вантажний автомобіль

Мотоцикл

Легковий автомобіль

Ведучий:

У казковому містечку,

Звідси воно недалечко,

Пішоходи і машини

Рухаються без упину.

Але ніколи дотепер

Там не бувало ДТП!

Виїжджають машини, виходять

Світлофор і двоє пішоходів –

Гноми Веселун і Розумник

Світлофор:

Я керую рухом вправно.

Вам наліво, вам направо.

Ви готуйтеся, 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.

Виїжджають.

Вибігають Гноми Пустун і Забіяка

Пустун (до Веселуна і Розумника):

Давай пограємо в м'яча

На дорозі, чи в квача!

Ось побачиш, як цікаво.

Веселун:

Розумієш, які справи,

На дорозі грати не можна.

Я гадав, це знає кожний.

Забіяка (до Веселуна і Розумника):

Біжимо через дорогу!

Розумник:

Горить червоне. Зажди трохи.

Тепер зелене нам горить.

Не біжіть, спокійно йдіть.

Пішоходи Веселун і Розумник

виходять

Пустун:

Нема погратися нагоди,

Бо машини й пішоходи

Геть усі слухняні дуже.

Забіяка :
Зрозуміло мені, друже, -
Світлофор нам заважає,
Бешкетувать не дозволяє.
Пустун:
Де б знайти таку злу силу,
Світлофора щоб згасила!
Забіяка:
Ото б радість нам була.
Разом:
Гей, з'явився, сило зла!!!
Прилітає триголовий Дракон
Дракон:
Мене кликали навіщо!?
Пустун:
Вогнем січе, вітром свище...
Забіяка (до Пустуна):
Цей нам точно допоможе.
Обдурити його зможем.
Пустун:
Бачиш, он отой триокий?
1 голова:
Так, хлопчина він нівроку...
2 голова:
Так собі...
3 голова:
Моргає гарно.
Забіяка:
Та стоїть отут він марно!
1 голова:
Беремо його до себе!
2 голова:
Що ж, можливо...
3 голова:
Ні, не треба!
1 голова:
Буде нас він розважати.
2 голова:
Буде нам весь час моргати.
3 голова:
Та й в печері темнуватю...
Пустун і Забіяка:
Тоді, звісно, треба брати!!!

Дракон забирає Світлофора і
вилітає
Пустун і Забіяка радіють
Вийжджають машини
Автобус:
Хто тут на моїй дорозі!?
Легковий автомобіль:
Зупинитись я не в змозі.
Вибачайте, поспішаю.
Мотоцикл:
Світлофора щось немає...
Розминутись як без нього?
Вантажний автомобіль:
Гей-но, дай дорогу,
А то розчавлю тебе.
Разом:
Лишенько, це ДТП!!!
Вибігають Пустун і Забіяка
За ними Веселун і Розумник
Пустун:
Отепер-то нам свобода!
Веселун:
Там немає переходу.
Стійте, он автобус мчить!
Забіяка:
Ой, рятуйте, ой болить!
Веселун і Розумник рятують
Пустуна і Забіяку
Пустун:
Оце я і налякався!
Забіяка:
А я ледь живим zostався...
От накоїли! Ой, горе!
Разом:
Повернися, Світлофоре!
Залітає Дракон зі Світлофором
Світлофор:
Гей, чого засумували?
Гноми:
Ой, ми всі тебе чекали...
Дуже важко нам без тебе!
Світлофор:
Так, вас рятувати треба.
1 голова:

Стій, ти хочеш тут зостатись?

2 голова:

Я не хочу розлучатись...

3 голова:

Ні, клянуся головами!

Світлофор:

А ти залишайся з нами.

Веселун:

Будеш нам допомагати

Отут рух регулювати.

Розумник:

Будеш пішоходів вчити

На червоне не ходити.

Світлофор:

Правила дорожні знати,

Їх, звичайно, поважати.

Пустун і Забіяка:

Будем слухатись тебе,

Щоб не сталось ДТП!

Навчальне видання

САЩЕНКО Любов Василівна

ОСНОВИ ЗДОРОВ'Я

4 клас

**Посібник для вчителя
Розробки уроків за підручником авторів І.Д. Бех та інші.**

Видавництво «Алатон», 03164, Київ, вул. Олевська, 7.

Свідоцтво про внесення суб'єкта до Державного реєстру видавців № 4110 від 13.07.2011