

**Тема. Життя і здоров'я.**

**Мета:** ознайомити учнів із сучасним уявленням про здоров'я; називати складові здоров'я; навчити найпростішим діям у разі погіршення самопочуття; знати, до кого звертатись у разі погіршення самопочуття; вміти вимірювати температуру тіла; розпізнавати достовірні джерела інформації про здоров'я, три основні симптоми інсульту; пояснювати, що таке інсульт та чому важливо якнайшвидше надати допомогу людині з ознаками інсульту; розвивати критичне мислення, уміння визначати достовірні джерела інформації з питань здоров'я.

**Очікувані результати:** учні визначають та називають складові здоров'я; застосовують найпростіші дії у разі погіршення самопочуття для його виправлення й розуміють до кого звернутись у разі його погіршення; уміють вимірювати температуру власного тіла; пояснюють, що таке інсульт та чому важливо якнайшвидше надати допомогу людині з ознаками інсульту.

**Обладнання:** мультимедійний комплект

**Хід уроку**

1. ОК (організація класу)
2. МНД (мотивація навчальної діяльності)

Емоційне налаштування «Екран настрою».

Слайд 4. Психологічна настанова – «РОЖЕВІ ОКУЛЯРИ».

Сьогодні  
05.09.2023

BCIM  
pptx

Психологічна настанова - «РОЖЕВІ ОКУЛЯРИ»

Сонячні промені так щедро  
наповнили клас, що потрібно  
одягнути чарівні сонячні окуляри,  
через які видно лише добре.  
Передаючи окуляри один  
одному, кажіть компліменти.

### 3. АОЗ (актуалізація опорних знань)

Знайомимося з підручником. Прочитай звернення авторів.

### 4. ВНМ (вивчення нового матеріалу)

*Демонстрація навчальної презентації.*

#### 1. Життя і здоров'я.

BCIM pptx

Сьогодні  
05.09.2023

§ 1. Життя і здоров'я


Теми, які обговоримо:

- ЗДОРОВ'Я
- БЛАГОПОЛУЧЧЯ
- ТЕМПЕРАТУРА ТІЛА
- САМОПОЧУТТЯ

У цьому параграфі ви:

- пригадаєте складові здоров'я;
- ознайомитеся з алгоритмом дій у разі погіршення самопочуття;
- обговорите джерела інформації про здоров'я.

Підручник.  
Сторінка  
8



#### 2. Розгляньте малюнки й обговоріть, для чого потрібні запропоновані правила. Доповніть цей перелік своїми правилами та оформте плакат «Правила класу».

BCIM pptx

Сьогодні  
05.09.2023

Розгляньте малюнки й обговоріть, для чого потрібні запропоновані правила. Доповніть цей перелік своїми правилами та оформте плакат «Правила класу»

  
Приходити вчасно

  
Мобільна тиша

  
Правило піднятої руки

  
Стежити за чистотою класу





3. Завантажте за QR-кодом бланки, дослідіть складові здоров'я і оцініть, як ви дбаєте про них.

BCIM pptx

Сьогодні  
05.09.2023

Завантажте за QR-кодом бланки, дослідіть складові здоров'я і оцініть, як ви дбаєте про них



Здоров'я


ключові слова: благополуччя, енергія, баланс

завдання:

- доповніть список ключових слів  
*самопочуття, відсутність хвороб, радість*
- напишіть три моменти, які допомагають вам вести здоровий спосіб життя

1. *Фізичні вправи*
2. *Здорове харчування*
3. *Збалансований відпочинок*

Підручник.  
Сторінка  
**10**

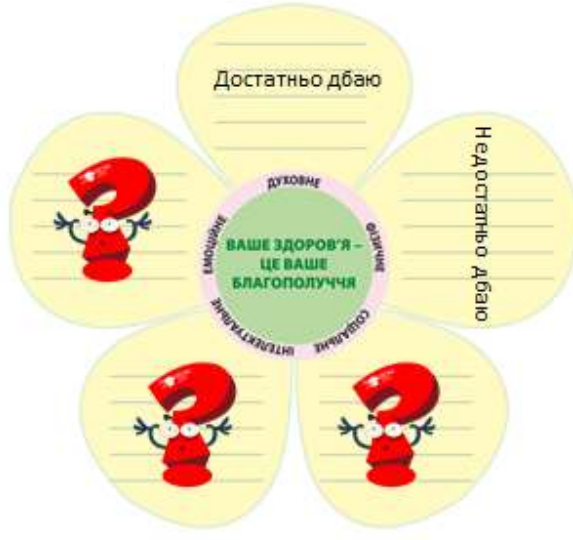




4. Оцініть, як ви дбаєте про складові здоров'я і заповніть шаблон.

BCIM pptx

Сьогодні  
05.09.2023

Оцініть, як ви дбаєте про складові здоров'я і заповніть шаблон.  
Об'єднайтесь у пари й обговоріть ваші відповіді



Достатньо дбаю

Недостатньо дбаю

Емоційне

Інтелектуальне


Соціальне

Духовне

Фізичне

ВАШЕ ЗДОРОВ'Я - ЦЕ ВАШЕ БЛАГОПЛУЧЧЯ

Підручник.  
Сторінка  
**10**



5. Алгоритм дій у разі погіршення самопочуття.



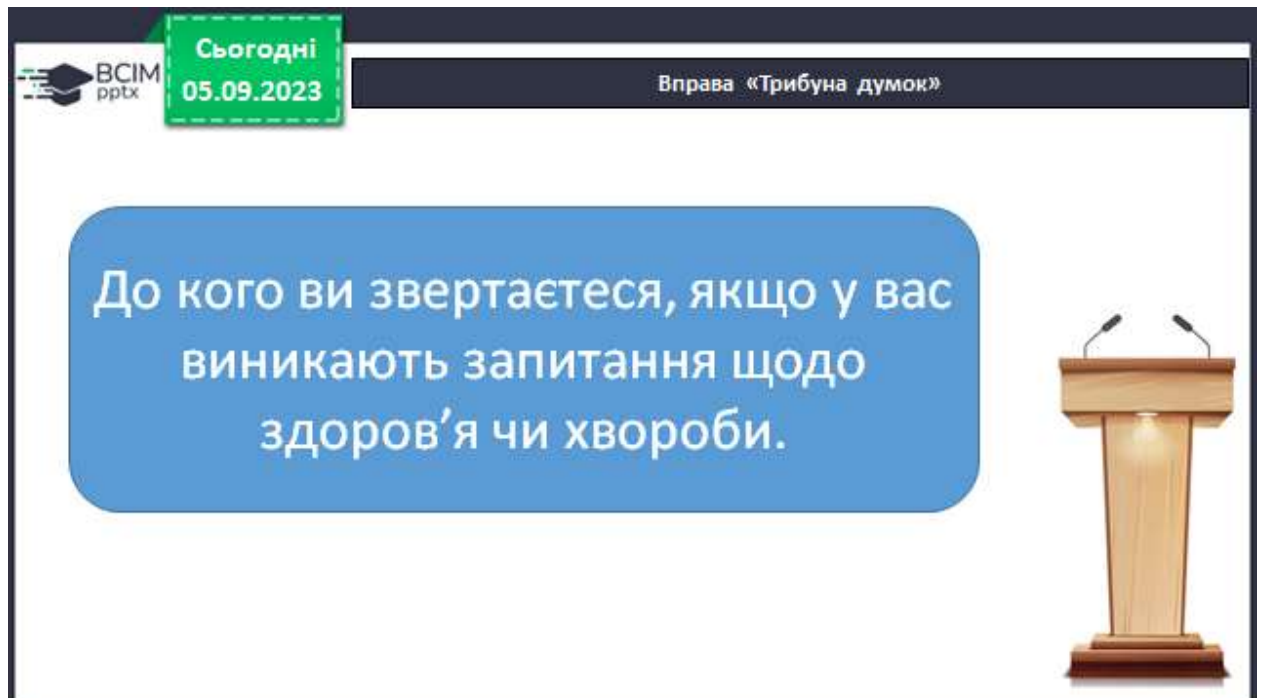


## 6. Перегляд відео

Подивіться відео і розкажіть, чому під час хвороби підвищується температура тіла.

## 5. ЗВ (закріплення вивченого)

### 1. Вправа «Трибуна думок».



## 6. Підсумок

### 1. Мозаїка завдань до теми.

1. Установіть відповідність між складовими здоров'я та їхніми ознаками.

1) фізичне  
здоров'я

А) здорові стосунки з  
однолітками, доброзичливість

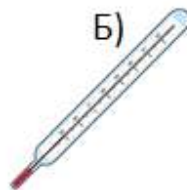
2) соціальне  
здоров'я

Б) міцний імунітет, енергія,  
висока працездатність



2.

2. Назвіть термометри, якими найбільш  
безпечно користуватися.



### 3. Домашнє завдання



Сьогодні  
05.09.2023

Домашнє завдання




Долучіться до шкільної  
кампанії «Супер-герої Fast».  
<https://ua-uk.fastheroes.com/>  
Короткий запис в щоденник  
с.9-15.

<https://ua-uk.fastheroes.com/>


### Рефлексія

Рефлексія «Запитання від віртуального друга».




Сьогодні  
05.09.2023


Рефлексія «Запитання від віртуального друга»




Якийсь кріндж.




Та найсовий урок!




Засвоїв знання на «ізі»!



Ну це повний треш ...



«OMG». Було сумно та не цікаво.



Як настрій після уроку?

Собери емоційний контроль над собою! Будь сильний!

Бажаю успіхів!