**20.09.2023**

**Основи здоров'я**

**5 клас**

**Стрембицька Л.А.**

Добробут — добре буття

* Що таке добробут?
* Чому добробут важливий?

**Мета**

* З’ясувати, що включає в себе поняття “добробут”, “буття”;
* формувати вміння визначати й аналізувати складники добробуту;
* закріпити розуміння поняття “сталий спосіб життя”;
* вчити реалізовувати основні складники добробуту в повсякденному житті;
* виховувати здатність дбати про свій добробут та добробут інших людей.

|  |  |
| --- | --- |
|  | Назва курсу складається з трьох слів — **здоров’я**, **безпека** та **добробут**. Чи всі вони вам зрозумілі?  З курсу “Я досліджую світ” ви вже знаєте, що таке **здоров’я** і **безпека**. Пригадаймо зміст цих понять. А значення поняття **добробуту** з’ясуємо сьогодні на уроці. |

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |

|  |  |
| --- | --- |
|  | **Що таке здоров’я?**  З яким твердженням ви погоджуєтесь?   * Здоров’я — це стан людини, за якого всі її органи здатні добре виконувати свої функції. * Здоров’я — це відсутність хвороб. * Здоров’я — це стан повного фізичного, духовного і соціального благополуччя. * Здоров’я — це перша і найважливіша потреба людини, яка забезпечує гармонійний розвиток особистості. |

|  |  |
| --- | --- |
|  | **Перегляд відео “Безпека дитини вдома”**[**https://www.youtube.com/watch?v=lQyKFpqV4H8**](https://www.youtube.com/watch?v=lQyKFpqV4H8)  Подивіться відео з віршованою пам’яткою.   * Чи цікаве для вас було це відео? Чому? Чи все ви вже знали? Чи було щось нове? * Кому б ви показали це відео? Коли воно особливо важливе? * Як би ви змінили відео? Навіщо? Якими правилами безпеки ви б його доповнили? Можливо, якісь правила для вас більше не актуальні? * Як ви можете пояснити слово “безпека”? |

|  |
| --- |
|  |

 Що таке добробут?

|  |  |
| --- | --- |
| **1** | **Робота з підручником**  Прочитайте текст у підручнику. Пригадайте, коли ми вживаємо слово “добробут”.222 |

|  |  |
| --- | --- |
|  | Поміркуйте, що нового допомогла вам дізнатися складена мапа думок. Як це може допомогти усвідомити зміст поняття “добробут”? Чи було б так цікаво, якби ви робили це поодинці? Чому?   * Роздивіться мапи думок інших груп. Що нового ви знайшли? Разом складіть спільну мапу думок “Добро”. Поміркуйте, чому саме зараз доречно скласти саме таку мапу думок. |

|  |  |
| --- | --- |
|  | Ми дбаємо не лише про свій добробут, а й про добробут інших. Поміркуйте, чи впливає формування вашого добробуту на добробут інших людей. Як це відбувається? |
| **https://svitdovkola.org/images/spoiler_show.png**  *Насмішки та образи — прояви булінгу. Доцільно пригадати з дітьми, що таке булінг, оскільки під час війни спостерігається збільшення рівня стресу та агресії.*  *Надмірне користування гаджетами — шкідлива звичка. Це призводить до інтернет-залежності, сприяє формуванню “сидячого” способу життя й загалом забирає багато часу та сил, які можна було б витратити на більш приємні та корисні справи.*  *Війна в Україні. Варто проговорити це з дітьми, оскільки часом трагедія викликає в них багато запитань. Особливо — коли близькі не знають, як розмовляти з дітьми про війну.*  *Рухливі ігри, активний відпочинок, подорожі. Рух покращує не лише самопочуття, а й настрій. Особливо — коли йдеться про ігри з друзями. Спонукайте дітей обирати ті види активного відпочинку, які їм до душі.*  *Улюблене заняття. У цьому віці надзвичайно важливо знайти заняття, яке приносить задоволення. Це може бути читання, малювання, фотографування тощо.*  *Допомога іншим. Роблячи іншим добро, людина стає щасливішою. Допомога дає нам відчуття потрібності та причетності. Тож це стає у пригоді як тим, кому ми допомагаємо, так і нам.* | |

“Долонька добробуту”

|  |  |
| --- | --- |
|  | На аркуші обведіть свою долоньку. На кожному пальчику напишіть, із чим пов’язане у вас відчуття добробуту. Це ваша унікальна долонька, аналогів якої немає. |

Домашнє завдання

|  |  |
| --- | --- |
|  | Поміркуйте над запитанням “Чому добробут важливий?” Запишіть відповідь 2-3 речення та надішліть вчителю |