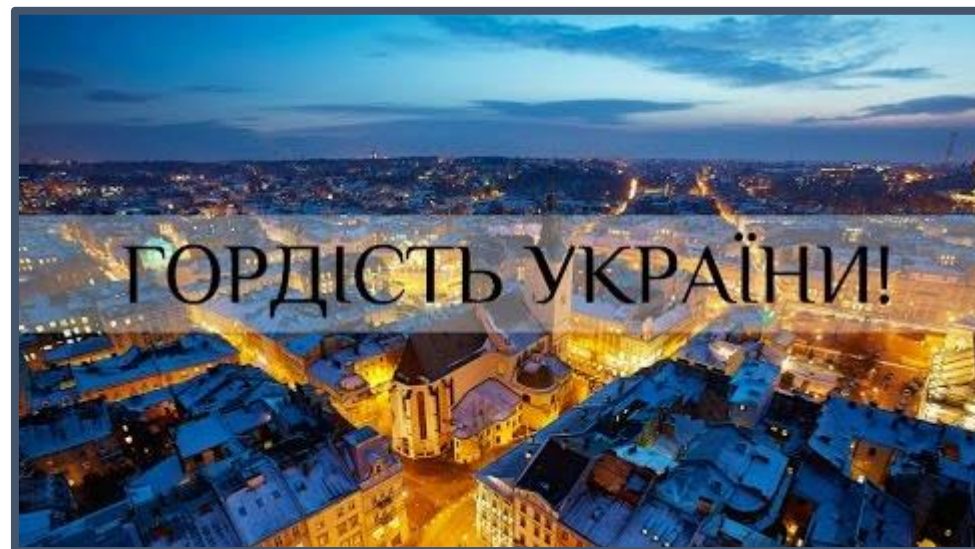


Я досліджую світ

Сьогодні  
28.02.2025

Урок  
№67

*Всім.pptx*  
Нова українська школа



**Як зміцнювати своє здоров'я.  
Проєкт «Гордість України»**

Всім  
Моя

**Сьогодні**

Дата: 28.02.2025

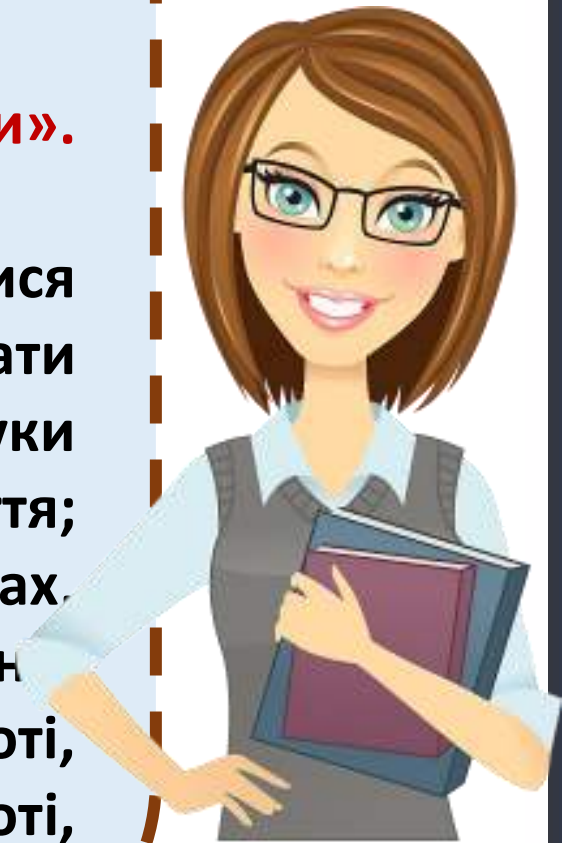
Клас: 3-А

Урок: ЯДС

Вчитель: Мугак Н.І.

Тема. **Як зміцнювати своє здоров'я. Проєкт «Гордість України».**  
**Повторення. Які властивості має вода.**

Мета: продовжувати формування вміння дотримуватися розпорядку дня, слідкувати за своїм здоров'ям; формувати позитивне ставлення до виконання фізичних вправ як запоруки здоров'я; виховувати прагнення до здорового способу життя; продовжувати вчити виявляти пізнавальну активність на уроках; співпрацювати і взаємодіяти з іншими у різних ситуаціях (навчання, гра); продовжувати формувати вміння працювати у спільноті, дотримуючись правил; виховувати дружні стосунки в класі, спільноті, розвивати увагу, мислення, мовлення.



Сьогодні  
28.02.2025

## Емоційне налаштування



Пролунав вже наш дзвінок,  
Знов нас кличе на урок.  
Ви готові працювати?  
А на все відповідати?  
Тоді будем починати  
Пізнавати й працювати.  
Щоб усе на світі знати!





Сьогодні  
28.02.2025

Ранкове коло.



Сьогодні  
28.02.2025

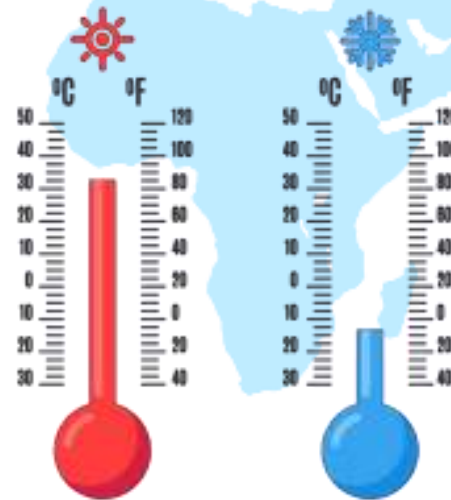
Програма «Як відчуває себе ненька Україна?» в прямому ефірі

LIVE

Привіт, друзі!  
А яка зараз пора року?  
Який місяць?  
Яке сьогодні число?



Мої вітання!  
Яким було вранці небо, коли ми  
йшли до школи?  
Що стосовно опадів?  
Кому відома температура повітря?



Сьогодні  
28.02.2025

Пригадайте

Що означає вислів «здорова людина»? Якими словами можна його замінити?

Фізично розвиненою називають сильну і витривалу людину. Щоб такою стати, потрібно займатися фізкультурою і спортом.

Пригадайте, що ви робите на уроках фізкультури. Які спортивні секції відвідуєте ви та ваші однокласники й однокласниці?





Сьогодні  
28.02.2025

## Робота з підручником

Прочитайте  
параграф на  
ст.59



Виконувати фізичні вправи, брати участь у спортивних іграх недостатньо для повноцінного розвитку організму. Потрібно регулярно відвідувати спортивні секції. Існують різні спортивні клуби, у яких можна займатися плаванням, боксом, боротьбою, волейболом, баскетболом, гімнастикою, акробатикою, аеробікою та іншими видами спорту.

Фізичні вправи зміцнюють м'язи тіла, розвивають силу, здатність до фізичного розвитку. Вони поліпшують поставу та збільшують зріст дитини. Діти, які займаються спортом, — активні, веселі, виважені, витривалі, працездатні, добре навчаються.



Сьогодні  
28.02.2025

Поміркуй

Зміцнюють  
м'язи тіла

Розвивають  
силу та  
витривалість

Збільшують  
ріст

Поліпшують  
настрій

Підвищують  
активність та  
працездатність

# Фізичні вправи

Розвивають  
здатність до  
фізичного  
розвитку

Заряджають  
енергією



Поліпшують  
поставу

Пригадайте якомога більше назв  
спортивних ігор



Сьогодні  
28.02.2025

## Рухлива вправа



Сьогодні  
**28.02.2025**

Робота з підручником

Багато українських спортсменів, які захищають честь нашої країни на міжнародних змаганнях, розпочинали свою кар'єру зі школи.

**Яких відомих спортсменів ви знаєте?**

Гордістю нашої країни є Віталій і Володимир Клички, Михайло Романчук, Еліна Світоліна, Сергій Бубка, Ольга Харлан, Андрій Шевченко, Яна Клочкова, Юрій Чебан, Лілія Подкопаєва, Руслан Федотенко та багато інших спортсменів.



Сьогодні  
28.02.2025

Кого із цих спортсменів ви знаєте? У яких видах спорту вони здобули найбільші перемоги?



**Яна Клочкова**

Українська плавчиня,  
чотирикратна  
олімпійська  
чемпіонка на  
дистанціях 200 та  
400 метрів.



**Руслан  
Федотенко**

Український хокеїст,  
лівий нападник,  
володар Кубка  
Стенлі (2004, 2009)



**Лілія  
Подкопаєва**

Українська спортсменка  
(спортивна гімнастика).  
Абсолютна чемпіонка  
світу (1995, Японія)



**Юрій Чебан**

Олімпійський  
чемпіон 2012  
року (каное-  
одиночка, 200 м)

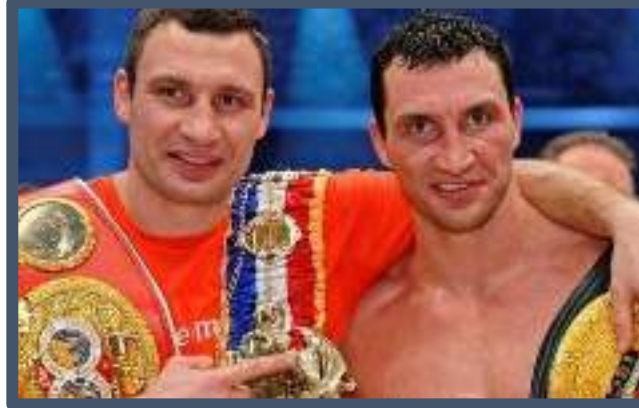
Сьогодні  
28.02.2025

Кого із цих спортсменів ви знаєте? У яких видах спорту вони здобули найбільші перемоги?



**Ольга Харлан**

Українська фехтувальниця (шабля), олімпійська чемпіонка 2008 року у командній першості, шестиразова чемпіонка світу.



**Віталій та  
Володимир Клички**

Українські боксери. Обидва — чемпіони світу з боксу у важкій вазі.



**Еліна  
Світоліна**

Українська тенісистка, третя ракетка світу в рейтингу WTA у 2017, 2018 і 2019 роках.

Сьогодні  
28.02.2025

## Робота з підручником

Прочитайте  
параграф на  
ст.60



Заняття фізкультурою і спортом надають широкі можливості для загартовування організму.

У давні часи велику увагу зміцненню здоров'я дітей приділяли козаки. Дітей вчили верхової їзди, володіти шаблею, списом. Вони росли сильними, винахідливими, спритними, кмітливими, здатними захищати свої родини від ворогів.



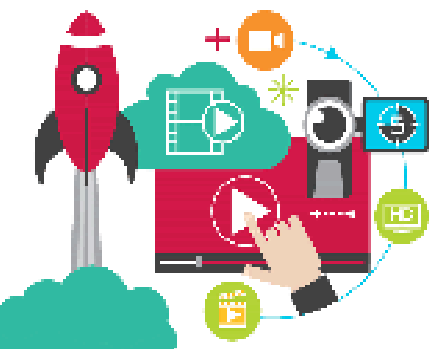
Сьогодні  
28.02.2025

Перегляд відео

Взято з каналу «BestForKids». Оригінальне посилання <https://www.youtube.com/watch?v=6a26F7lznMQ>



VIDEO



Сьогодні  
28.02.2025

Поміркуй

Якими видами спорту захоплюються діти в наш час?  
Дізнайтеся, які спортивні секції працюють у вашій школі,  
вашому мікрорайоні, селі або місті.





Сьогодні  
28.02.2025

## Фізкультхвилинка

<https://www.youtube.com/watch?v=klI9DK7cl8w>



**Українські паралімпійці демонструють щороку вражаючі результати на чемпіонаті світу. Кращі результати демонструють Людмила Ляшенко, Тарас Радь, Оксана Шишкова, Андрій Демчук та інші. Україна пишається ними! Спортсмени-паралімпійці доводять і собі, і нам, що для сильної духом людини неможливого немає.**

**Паралімпійські ігри — міжнародні спортивні змагання для людей з обмеженими фізичними можливостями.**



Сьогодні  
28.02.2025

Робота з підручником

Спортсменів на Паралімпійських іграх називають людьми з обмеженими можливостями. Але міжнародні спортивні змагання цих людей довели, що всі мають безмежні можливості. Паралімпійці щоразу демонструють нам приклади великої сили волі та сили духу.



Оксана Ботурчук  
(легка атлетика)



Михайло Ткаченко  
(баскетбол на  
візках)

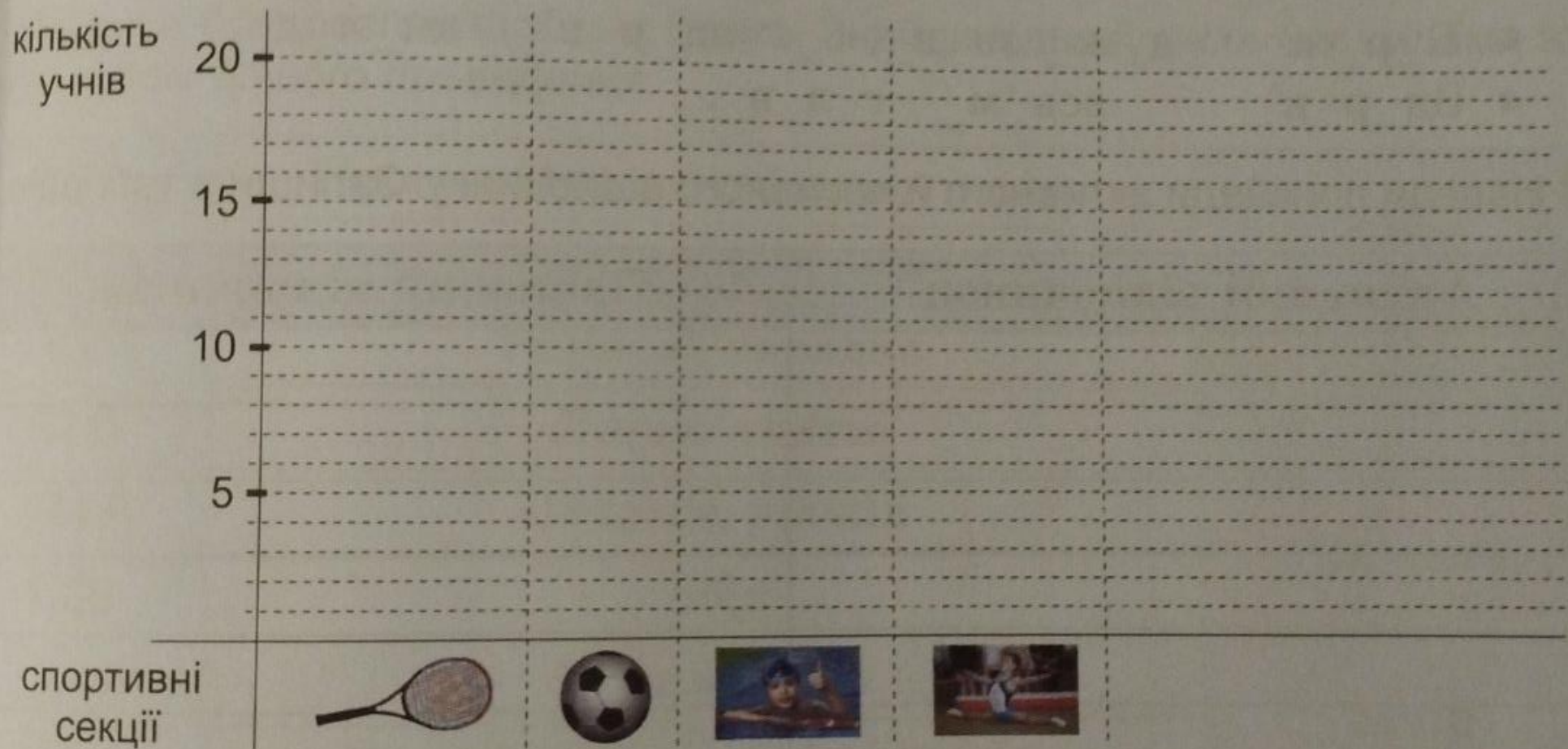


Людмила  
Павленко  
(лижні перегони)



Тарас Радь  
(лижі, біатлон)

1. Проведи опитування учнів свого класу і дізнайся, які спортивні секції вони відвідують. Отримані дані зобрази у вигляді діаграми.





**Фізично розвиненою називають людину, яка є сильною та витривалою. Щоб такою стати, потрібно займатися спортом і фізкультурою.**



**На двох континентах Олімпіада  
не проводилась жодного разу.  
Це Африка, Антарктида.**

**Хоча б один з кольорів кілець  
олімпійського прапора  
присутній на прапорі всіх без  
винятку країн світу.**

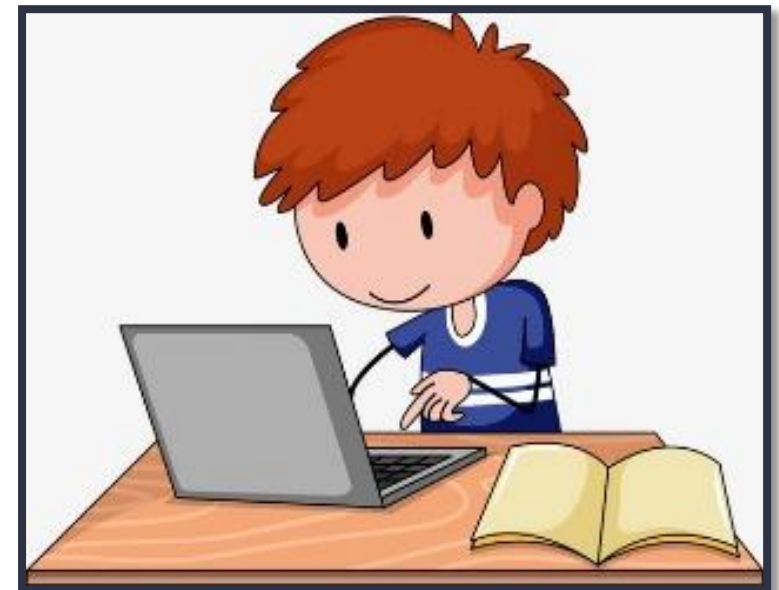




Сьогодні  
28.02.2025

Домашнє завдання

**Підготуйте проєкт «Гордість країни» про одного зі спортсменів або спортсменок України.**



Сьогодні  
28.02.2025

## Асоціативний куш «Властивості води»

### Властивості ВОДИ

Не має  
запаху

Не має  
смаку

Прозора

Замерзає при  
температурі  
 $0^{\circ}\text{C}$

Безбарвна

Випаровується  
при температурі  
 $100^{\circ}\text{C}$

Має три  
агрегатні  
стани

Текуча

Не має  
форми

28.02.2025

*За допомогою схематичного малюнка повтори  
колообіг води в природі*



Сьогодні  
28.02.2025

Домашнє завдання



**Короткий запис у щоденник  
с. 59-62, проєкт «Гордість  
України» про одного зі  
спортсменів або спортсменок  
України.**

Фотозвіт роботи надсилати на  
освітню платформу Human.

**Успіхів у навчанні!**



Сьогодні  
28.02.2025

## Рефлексія «Загадкові листи»

Сьогодні  
на уроці  
я навчився/  
навчилася...

На уроці  
я  
запам'ятав/  
запам'ятала  
...

Найкраще  
мені  
вдалося...

Найбільше  
мені  
сподобалося  
...

Урок  
завершую з  
настроєм...

Труднощі  
виникали...

Обери лист, який ти хочеш відкрити  
(щоби відкрити лист, натисніть на нього)

