

Сьогодні

Клас: 1 – Б

Предмет: *ЯДС*

Тема: Чому потрібно дотримуватись
розпорядку дня.

Мета: учити планувати свій день; учити самодисципліні; вдосконалювати навички аналізу ситуації; розвивати діалогічне мовлення, пам'ять, увагу; формувати навички дбайливого ставлення до психічного здоров'я свого та оточуючих; розвивати дбайливе ставлення до свого здоров'я: розпорядок дня, гігієнічний догляд за тілом.



Ось дзвінок сигнал подав —
До роботи час настав.
Всі сідайте тихо, діти,
Домовляймося не шуміти,
На уроці не дрімати,
А старанно працювати.



Поміркуйте, що сталося у хлопчика. Чому? Як можна було цьому завадити?



Що спочатку, що потім?



1



6



5



2



4



3

Назвіть дні тижня. Розкажіть про свій розпорядок дня: спочатку — у робочі дні, а потім — у вихідні. На що ви витрачаєте найбільше часу? Найменше?



Неділя

Субота

П'ятниця

Четвер

Середа

Вівторок

Понеділок

Про які справи, що виконують діти, йдеться у вірші?



Зранку різних справ багато:
вмитись, їсти, одягатись.
Треба час розрахувати,
за годинником звірятись:
п'ять хвилин — на умивання,
п'ять — також на одягання,
три — щоб постіль поскладати,
потім снідати, малята!
Є хвилини на дорогу, —
з друзями іди у ногу.
Не спиняйся ні на крок —
вчасно встигнеш на урок!

Світлана Гарбуз

За малюнком розкажіть про розпорядок дня школярів.
Для чого людям потрібен розпорядок дня?



Вігадайте загадки.



**Усе життя ходить,
а з місця не сходить.

День і ніч іде,
а ніколи не дійде.**



Годинник

Відгадайте загадки.



**Плине він, біжить, минає,
нам його не вистачає.
Щойно осінь — вже зима,
ось він був, а вже — нема.**



Час

Чому хлопчик на малюнку втомлений? Що ви йому порадите?



**Кращий спосіб
відпочити і
відновити сили
— це сон.
Під час сну діти
ростуть швидше.**

Завдання 1. Обери та познач справи, які ти виконуєш щодня.
Поясни свій вибір.


☐

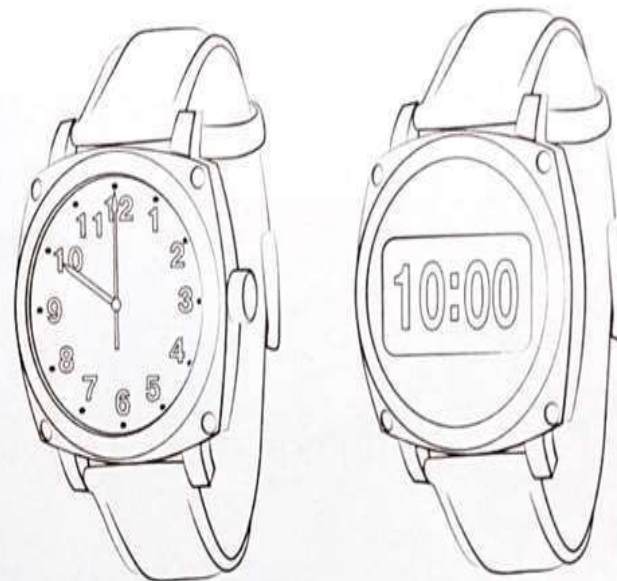
☐

☐

☐

Завдання 2. Порівняй та розфарбуй.

2. Порівняй годинники. Чим вони схожі? А чим відрізняються? Розфарбуй той, за яким ти вмієш визначати час.



Завдання 3. Допоможи Барвінкові.

3. Допоможи Барвінку скласти правильний розпорядок дня. Пронумеруй справи по порядку.

☐ сніданок

☐ зарядка

☐ обід

☐ підйом



навчання ☐

вечеря ☐

прогулянка ☐

сон ☐

Завдання 4. Познач годинники, які поспішають чи запізняються.

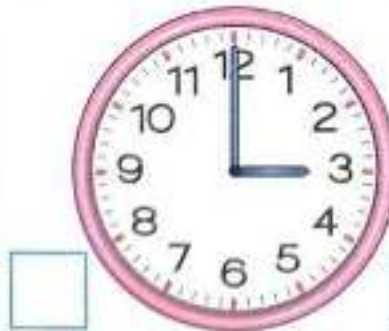
5 год, або
п'ята година

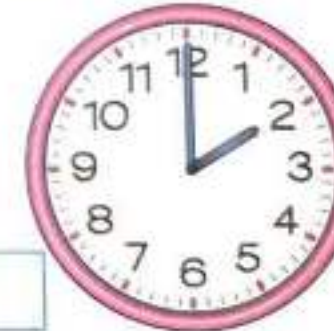

☐

☐

☐

третя година,
або 3 год


☐

☐

☐

Завдання 5. Заповни порожні клітинки.

5. Заповни порожні клітинки відповідно до часу на годинниках.



Марічка прокидається
о 7 годині



Марічка снідає о годині.

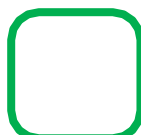


О годині
Марічка з Рябчиком ідуть
гуляти до парку.



А об годині
вони повертаються
додому.

Завдання 6. Розфарбуй предмети, що допомагають тобі дотримуватись розпорядку дня.



**Завдання 7. О котрій годині ти робиш справи, зображені на малюнках?
Домалюй годинникові стрілки. Розкажи про свій розпорядок дня.**



Найкраще наш організм
відновлюється під час
сну.

Щоб бути здоровим,
треба дотримуватись
розпорядку дня.



Завдання 8. Оціни свою роботу на уроці.

8. Оціни свою роботу на уроці. Розфарбуй листя відповідним кольором.

Червоним кольором — я — молодець! У мене все вийшло!

Зеленим кольором — у мене були помилки, але я буду старатися — і в мене все вийде!

Жовтим кольором — у мене було чимало помилок, але я буду старатися — і в мене все вийде.



Відскануй QR-код або
натисни жовтий круг!





Посилання для інтерактивного завдання:

<https://learningapps.org/watch?v=pm3x7gnkj22>

Використані джерела:

<https://vsimpptx.com/author/ya-doslidzhuyu-svit-gilberg-t-g-tarnavska-s-s-gnatyuk-o-v-pavich-n-m-1-klas>