

Дата: 21.02.22

Клас: 3 – Б

Предмет: ЯДС

Вчитель: Лисенко О. Б.

Тема: **Яка ціна здоров'я. Корисні і шкідливі звички.**

Мета: ознайомити дітей із поняттям «звичка», «лихослів'я», формувати вміння примножувати корисні звички; 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.

Хід уроку

Користуйтеся презентацією під час опрацювання даної теми уроку.

1. Організаційний момент.

Приготуйте, будь ласка, все, що потрібно для уроку: підручник, зошит, ручку, олівці.

Старанно працюйте. Не забувайте робити хвилинки відпочинку та релаксації під час уроку.

2. Актуалізація опорних знань

1) Фенологічні спостереження. Вправа «Синоптик».

Дайте характеристику сьогоднішньому дню.



2) Пригадайте, скільки має тривати сон дорослої людини. А в дітей?

Сон допомагає організму відтворити сили. Під час сну ви ще й ростете. Люди, які сплять занадто мало часу, почувають себе погано й менш активні. У них з'являється ризик розвитку безлічі хвороб. Це означає, що сон – важлива складова здоров'я.

Варто засинати і вставати в один і той самий час. Важливою умовою гігієни сну є зручна постіль, чисте та свіже повітря в кімнаті. Тому потрібно спати з відкритою кватиркою у будь-яку пору року й за будь-якої погоди.



3. Повідомлення теми уроку.

- *Сьогодні ми поговоримо про наше здоров'я. Про вплив на нього корисних і шкідливих звичок.*

4. Вивчення нового матеріалу.

1) Поміркуйте: Що таке звичка?

Зв́ичка — це форма поведінки людей, що проявляється у схильності до повторення однакових дій у подібних ситуаціях (або — це те, що ви робите постійно).

2) Які звички зміцнюють наше здоров'я?

Як називають звички, що зміцнюють здоров'я?

Звички, що зміцнюють здоров'я людини і свідчать про рівень її культури, називаються **корисними**.



3) Які звички крадуть наше здоров'я?

Чому шкідливі звички називають «викрадачами» здоров'я?



5. Закріплення вивченого.

1) Прочитайте параграф на ст.53-54

2) Дайте відповіді на запитання за змістом прочитаного.

Що чекає на тих дітей, які мають шкідливі звички?

Чи є шкідливим пасивне куріння?

Який вплив на організм людини мають алкоголь та наркотики?

Яким чином на нас впливає наше оточення?

Що потрібно робити для того, щоб вести здоровий спосіб життя?

3) Розгляньте малюнки і дайте відповіді на запитання.



Галинка збирає портфель звечора.
А Михайлик зник робити це вранці.



Проклавшись, Михайлик ще пів години дрімає.
А Галинка одразу встає і виконує ранкову гімнастику.



Потім Галинка вмивається, чистить зуби, одягається і з апетитом снідає. А Михайлик поспіхом збирає портфель. Через це він часто не встигає поснідати і йде до школи голодним.



Хто з дітей має більше корисних звичок? Яких саме?

Як ці звички можуть вплинути на їхнє здоров'я та успіхи у навчанні?

4) Запам'ятайте:

Чи шкодять здоров'ю лайливі слова? Чим вони погані?



Завжди намагайтеся не лихословити, поведіться зі словами обережно і вдумливо, щоб нікого не образити!

Лихослів'я – вживання лайливих, грубих, недоброчинних, соромітних слів.



На відміну від лихих слів добре слово може:



Кожний громадянин у нашій країні має право на повагу до власної гідності. Це право записано в Конституції України. Лайка у громадських місцях порушує спокій громадян, тому її вважають дрібним хуліганством.

5) Робота в зошитах ст. 24.

6. Підсумок

1) Висновок.

Головне багатство людини – її здоров'я. Воно значною мірою залежить від кожного з вас. Намагайтеся поводитися так, щоб набувати лише корисних звичок. Бережіть здоров'я з молодих літ, зміцнюйте та примножуйте його!

2) Чи знаєте ви, що...

Квіти – найчудовіший витвір природи, який нам дарує радість. Учені – дослідники довели, що квіти позитивно впливають на почуття та настрій.

3) Вправа для самоаналізу «Загадкові листи».



4) Домашнє завдання.

Підручник ст. 52 – 54, зошит ст. 24.