

Дата: 23.02.22

Клас: 3 – Б

Предмет: ЯДС

Вчитель: Лисенко О. Б.

Тема: **Як зміцнювати своє здоров'я.**

**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.

### 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) Поміркуйте та 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?



### 3. Повідомлення теми уроку.

*Що ж потрібно робити аби зміцнити своє здоров'я?  
Саме про це ми будемо говорити сьогодні на уроці.*

### 4. Вивчення нового матеріалу.

#### 1) Робота з підручником.

*Прочитайте параграф на ст.59.*

#### 2) Створіть павутинку слів до сполучення **ФІЗИЧНІ ВПРАВИ**



#### 3) Гра-змагання.

*Наведіть якомога більше прикладів спортивних ігор.*

#### 4) Робота з підручником.

*Прочитайте імена відомих спортсменів та розгляньте їх фото ст. 59 – 60.*

*Кого із цих спортсменів ви знаєте?*

*У яких видах спорту вони здобули найбільші перемоги?*

#### 5) Перегляньте відео за посиланням:

<https://www.youtube.com/watch?v=6a26F7IznMQ>

## 5. Закріплення вивченого.

### Робота з підручником.

*Прочитайте матеріал на ст. 60 – 61. Дізнайтеся більше про ПАРАЛІМПІЙСЬКІ ІГРИ та їх учасників.*

## 6. Підсумок

### 1) Висновок.



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

### 2) Чи знаєте ви, що...

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.



### 3) Домашнє завдання.

Підручник ст. 59-62, дати відповіді на питання.

Підготуйте **проект** (у довільній формі) на **тему «Гордість країни»** про одного зі спортсменів або спортсменок України.

4) Вправа «Загадкові листи». Обери лист та оціни свою роботу під час уроку.

