

***Основи здоров’я***

***1 клас***

**Тема. Твоє робоче місце.**

**Практична робота:**

**як складати портфель**

Вчитель: Марцин Марія Павлівна

|  |
| --- |
| Тема. Твоє робоче місце. Практична робота: як складати портфельМета. Навчати учнів правильно облаштовувати своє робоче місце в класі та вдома; формувати вміння складати портфель; розвивати мовлення, мислення, відповідальність за власне здоров’я; виховувати охайність, бажання дотримуватись порад, почутих на уроці. Тип уроку. КомбінованийОбладнання. Плакат «Сиди правильно», сюжетні малюнки, пісенька, шкільне приладдя, портфелі, ІКТ.ХІД УРОКУ1. **Організаційний момент**

Доброго здоров’я, діти, доброго вам дня.Хай вам ясно сонце світить у вікно щодня,Хай сміється мирне небо і дивує світ.А Земля нехай дарує вам барвистий цвіт,Бо здоров’я, любі діти, в світі головне.А здорових і веселих щастя не мине!* Діти, вам подобається ходити до школи? А гратись у веселі ігри? А плавати в морі, в озері чи в річці? (Відповіді дітей.) Це чудово, коли дитина здорова. Тоді їй усе хочеться робити і відпочивати, і гратися, і вчитися, і займатися спортом. А коли ви захворієте, яке у вас самопочуття? (Відповіді дітей.)
* Отож людині потрібне здоров’я, щоб учитися, рости і міцніти.
* Сподіваюсь що у вас гарний настрій і ми плідно попрацюємо на уроці. C:\Users\Юляська\Downloads\x_4e236e59.jpg

**ІІ. Актуалізація опорних знань та мотивація навчальної діяльності.*** Дітки, ви щойно зайшли в клас і сіли за парти. Я спостерігала за вами і помітила, що майже всі добре знають як нести портфель, як сидіти за партою. Але є учні, які не стежать за своєю поставою. Що ви їм порадите?
* Їм необхідно чітко дотримуватись правил, які вказані на плакаті «Сиди правильно»:
* Сиди рівно.
* Став ноги на підлогу чи спеціальну підставку.
* Клади обидві руки на парту.
* Тримай спину рівно.
* Не спирайся животом та грудьми на парту.
* Сидіти потрібно так, щоб між краєм парти і грудною кліткою вміщався кулак.

**Не менш важливо дізнатися, як облаштувати своє робоче місце.** ІІІ. Оголошення теми уроку.Діти ставлять перед собою завдання на урок.**Проблемні запитання:*** Як облаштувати своє робоче місце?
* Як складати портфель?

Сьогодні дізнаємось як облаштувати своє робоче місце, щоб воно було зручним, безпечним для здоров’я, добре освітленим. Це впливатиме на вашу працездатність і здоров’я, та переконаємось, чи вмієте ви самостійно збирати портфель.ІV. Вивчення нового матеріалу1. Вступне слово вчителя.
* Робочі місця є в усіх, хто займається якоюсь діяльністю.
* Подумайте, яке робоче місце продавця. (Прилавок, каса).
* Де робоче місце водія? (У кабіні за кермом).
* Де робоче місце вчителя? (Біля дошки, за вчительським столом).
* Де робоче місце кухаря? (Біля плити).
* Де робоче місце швеї? (За швейною машинкою)
* Де робоче місце учня? (За партою, письмовим столом).
* Як ви вважаєте, вимоги до робочих місць усі однакові чи різні? (Імовірні відповіді дітей).

Ви міркуєте правильно: у кожної професії є свої вимоги, інструкції, правила щодо робочого місця. Але є кілька спільних вимог до робочого місця вчителя, і учня, водія і продавця. Здогадуєтесь які? (Імо­вірні відповіді дітей).Учитель спонукає дітей до висновку:* ***На кожному робочому місці необхідно пильнувати ладу, воно має***

***Бути зручним для виконання певної роботи, а також безпечним для*** ***життя і здоров’я.***1. Робота з підручником (с. 38).
* Розгляньте робоче місце учня. Це шкільне чи домашнє місце для роботи школяра? Чому ви так вважаєте? (Тому що є настільна лампа, яку в школі на партах не ставлять).
* Прочитаймо, що нам повідомляє ***Розповідайко*** про організацію такого місця.

Текстову інформацію читає вчитель або підготовлені учні.* Якій вимозі мають відповідати стіл та стілець? (Зросту).
* ***Здоров’ячок*** теж має своє нагадування про лад на столі. Дізнаймось про це.

Читання текстової інформації вчителем.* А ***Чомучці*** цікаво, за яким столом учням працювати зручніше? Обґрунтуйте.
* Діти обговорюють малюнки із зображеннями двох різних робочих місць (с.38).
* Уявіть, що в нашому класі перевісили дошку на протилежну стіну. Відповідно до неї поверну­ли всі парти.
* Чи правильно це? (Ні, оскільки світло падатиме з правого боку).
* Ще треба пам’ятати, що дітям, які пишуть лівою рукою, світло повинно падати справа.
* Отож вимоги щодо освітленості робочого столу:
* Робоче місце школяра має бути добре освітлене.
* Тінь не має заважати писати.
1. Ознайомлення з вимогами до робочого місця.
* Спробуймо сформулювати правила, яких потрібно дотримуватись, щоб робоче місце завжди було зручним.
* Потрібно пильнувати ладу на парті.
* Предмети, якими не користуєшся постійно, поклади збоку.
* Не клади поряд з навчальним приладдям їжу.
* Кожній речі — своє місце.
* Завжди слід провітрювати кімнату — тоді легше працювати.
1. **Фізкультхвилинка. Музична пауза.**

**Виконання пісні «Школярочка» з відповідними рухами.****Школярочка****1.**  Йде школярочка до школи,  у руці портфель несе,Усміхнувсь до неї ранок, усміхнулося усе.**ПРИСПІВ**Школярочка мила, ніжне, сонячне дівча,Небо України у твоїх очах.**2.**   Знов дзвінок веселий кличе в чарівну країну знань,І школярочці дарує безліч гарних побажань.**ПРИСПІВ****3.**   В школі друзі, педагоги, поспіша до них вона,Йде школярка ясноока, а в душі її весна.**ПРИСПІВ**1. **Ознайомлення з правилами, як носити і складати портфель**.
* Пригадайте, як потрібно школярам носити портфель, щоб була правильною постава? (На спині).
* Якими мають бути вимоги до портфеля школяра? (Відповіді дітей).
* Послухайте, як збирався до школи Микола-першокласник

( Слідкувати в зошитах з друкованою основою с. 12)**Читання вірша й бесіда за прочитаним.**/■:**Микола-першокласник** Перший раз малий Микола Став збиратися до школи.Олівця поклав у сумку,Книги, ручку, зошит, гумку,М’яч, перо, граблі, подушку,На обід м’яку пампушку,Двох ведмедиків, лопату,Білочку руду хвостату,Лук, і стріли, і рушницю,Ще й пухкеньку паляницю,Ще стільця, стола, і парту,І географічну карту,Трактора, машинку, мило —Вже й надворі звечоріло.Сів Миколка, дума думку:«Чи усе поклав у сумку?» Надія Кир ’ян— Які речі потрібно класти в портфель, а які — зайві?**ІV. Закріплення вивченого матеріалу.**1. **Робота з підручником (с. 39).**

**А) Вправа 2 «Допоможіть Незнайкові зібратися до школи».*** Розгляньмо малюнок. Допоможіть Незнайкові зібратися до школи. Порадьте йому, що треба брати в школу, а що на уроках зайве.

(Брати потрібно пенал, фарби, зошит, лінійку, гумку, книжку,олівці, *обгортки на книжки, зошит для малювання, цукерки, які можна з ’їсти на перерві; іграшки нехай залишаються вдома).** Прочитаймо загадку про «будиночок», який ми носимо на плечах.

***Б) Читання загадки з підручника.*****2. Гра « Двобій».**  ***Учні діляться на дві групи***. По черзі розповідають віршики про школу, шкільні речі, загадують загадки.Я іграшки сховалаІ тихо їм сказала:- У ящику тепленько,Ви спіть, мої маленькі,А я книжки складу –До школи вже іду.Я іду у перший клас, Я у школі перший раз,На 12 буду вчиться, Бо старанна …(Учениця)Чистенькі віконцяСміються до сонця.Діточки довкола.Наша люба …(Школа)Букви всі від А до ЯНа сторінках … (Букваря)Для письма, сказати прошу,Що потрібно взяти? (Зошит)Ручки й олівці, щоб знали,Ми кладемо у … (Пенали)В сумці зошит і буквар.Хто до школи йде? (Школяр)Хто скликає на урок?То гучний шкільний… (Дзвінок)1. **Музична фізкультхвилинка. «То не є проблема »**
2. **Робота в зошитах. Розмалювати малюнок.**

C:\Users\2824~1\AppData\Local\Temp\FineReader12.00\media\image1.png(Учні беруть кольорові олівці за вибором і розмальовують малюнок.Роблять висновок який предмет зайвий, дивлячись на дошку, під час перевірки)1. ***Практична робота: як складати портфель***
2. Ознайомлення з пам'яткою «Що повинне бути у портфелі».

 Учні «ланцюжком» дістають із портфеля речі до яких прикріплені вислови із пам’ятки:• Учень повинен мати при собі чистий носовичок.• У портфелі мають бути акуратно складені речі, потрібні для за­нять на цей день.• Книжки слід обгорнути. На обгортці має бути напис: прізвище учня, клас.• Щоб зошити мали охайний вигляд, потрібно класти їх у папку.• Олівці, ручки слід складати у пенал.• Необхідно стежити за тим, щоб звечора все було готове до на­ступного навчального дня і в портфелі не було нічого зайвого.***2) Гра «Про що розповів твій портфель».***Учні перевіряють свої портфелі. Дивляться, чи є у них все необхідне для навчання у школі, чи немає нічого зайвого. Складання речей у портфель; наведення порядку на парті.**V. Підсумок уроку**. 1. Запитання із портфелика:- Чи можемо ми дати відповідь на проблемні питання:* **Як облаштувати своє робоче місце?**
* **Як складати портфель?**
* Де повинен стояти робочий стіл школяра вдома?
* Яким повинне бути робоче місце учня?
* Як правильно складати й носити портфель?
* Чому не можна брати до школи зайві речі?
* Чому у школі потрібно мати все навчальне приладдя?
1. 2**. Гра «Кожній речі своє місце»**
* Якщо відповідь «так», то плескаємо у долоні.
* Я тримаю у порядку свої домашні і шкільні речі.
* Я підтримую чистоту у своєму робочому куточку.
* Кожну взяту річ не кладу на місце.
* Куртку вішаю на свою вішалку.
* Іграшки тримаю в порядку.
* **Висновок: кожній речі — своє місце.**
1. **VІ. Релаксація**

 З яким настроєм ми закінчуємо урок. Продовжіть речення, прикріпіть смайлик з відповідним зображенням на дошці.Я навчився……. Я дізнався……..Я вже знаю…… Мене цікавить…….. C:\Users\Юляська\Downloads\smiles.png Мені було дуже цікаво. Я ще багато хочу дізнатися .C:\Users\Юляська\Downloads\1.png У мене чудовий настрій. Я вже багато знаю.C:\Users\Юляська\Downloads\13844249702483.png У мене поганий настрій. Мене ніщо не цікавить. |