

***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 портфель  Мета. 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. Комбінований  Обладнання. Плакат «Сиди правильно», сюжетні малюнки, пісенька, шкільне приладдя, портфелі, ІКТ.  ХІД УРОКУ   1. **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 матеріалу   1. 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 сховала І 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 віконця Сміються до сонця. Діточки довкола. Наша люба …(Школа)  Букви всі від А до Я На 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. |