

ОСНОВИ ЗДОРОВ'Я

За програмою для загальноосвітніх навчальних закладів 1-4 класи.

Автори: Т.Є. Бойченко, Т.В. Воронцова, О.В. Гнатюк, С.В. Гозак, О.Л. Москаленко, В.А. Савченко

За підручником О.В. Гнатюка
(1 год на тиждень)

№	Тема уроку	Дата
Здоров'я людини		
1	Показники здоров'я і розвитку дитини. <i>Практична робота.</i> Визначення рівня фізичного розвитку.	
2	Що впливає на здоров'я людини	
3	Здоровий спосіб життя. <i>Практична робота.</i> Як діяти в небезпечній ситуації.	
Фізична складова здоров'я		
4	Про природні ритми і здоров'я. Працездатність людини. Вправи на підвищення працездатності. <i>Практична робота:</i> джерела допомоги при самостійному навчанні.	
5	Про активний відпочинок. Безпека при заняттях спортом.	
6	Про корисні та шкідливі мікроби. <i>Практична робота:</i> моделювання поведінки під час епідемії грипу.	
7	Охайність та особиста гігієна. <i>Практична робота:</i> гігієнічний догляд за порожниною рота. Догляд за одягом та взуттям.	
8	Вітаміни та мікроелементи.	
9	Про продукти харчування. Визначення терміну придатності та умов зберігання продуктів за їх маркуванням.	
Соціальна складова здоров'я		
10	Уміння взаємодіяти. Дружний клас. <i>Практична робота:</i> рольова гра «Будьмо знайомі»	
11	Сім'я. Повага і взаєморозуміння в родині.	
12	Допомога і обов'язки в сім'ї.	
13	Що таке толерантність. <i>Практична робота.</i> Моделювання ситуацій допомоги людям з особливими потребами.	
14	Ти – співрозмовник. <i>Практична робота.</i> Моделювання ситуації звернення телефоном довіри.	
15	Як уникнути конфлікту. <i>Практична робота.</i> Моделювання ситуацій мирного розв'язання конфлікту.	
16	Небезпека шкідливих звичок. <i>Практична робота.</i> Моделювання ситуацій відмови від небезпечної пропозиції.	
17	Небезпека шкідливих звичок. <i>Практична робота.</i> Проведення дослідів про шкоду куріння.	

18	Правила користування водогonom.	
19	Про правила пожежної безпеки.	
20	Щоб не сталося пожежі. Попереджувальні знаки.	
21	Як користуватися газовою плитою. Обережно: витік газу!	
22	Дорожня безпека. Перехід дороги з обмеженою оглядовістю.	
23	Поведінка біля залізничної колії.	
24	Де можна гратися, а де – ні.	
25	Безпека велосипедиста.	
26	Відпочинок на природі.	
27	Щоб не заблукати... Як уникнути небезпечних ситуацій на природі.	
Психічна і духовна складові здоров'я		
28	Характер людини. Практична робота. Визначення позитивних і негативних рис характеру героїв.	
29	Самооцінка характеру. Практична робота. Визначення рис власного характеру.	
30	Навчання – найголовніша справа. Розвиток пам'яті, уваги. Практична робота. Вправи на тренування зорової і слухової пам'яті та концентрації уваги.	
31	Вчимося та відпочиваємо. Ознаки втоми та перевтоми. Будь спокійним.	
32	Творчі здібності. Виконання проекту «Формування корисної звички»	
33	Виконання проекту «Здоров'я всьому голова !» (створення казки, малюнка, плаката, виступу)	
34	Виконання проекту «Моя мета»	