

Календарно – тематичне планування уроків

з предмету «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
(1 год на тиждень, 34 год на рік)

| № | Тема уроку | Дата | Ст. підр. |
|-----|--|------|-----------|
| | Здоров'я людини | | |
| 1. | Цінність і неповторність життя і здоров'я людини. Безпека життєдіяльності. <i>Пр.р. Як діяти в небезпечній ситуації</i> | | |
| 2. | Цілісність здоров'я : взаємозв'язок фізичної, соціальної, психічної і духовної його складових. Чинники здоров'я. | | |
| 3. | Показники розвитку дитини. <i>Пр.р. Визначення рівня фізичного розвитку.</i> | | |
| | Фізична складова здоров'я. | | |
| 4. | Збалансоване харчування. Вітаміни, мінерали, їх значення для здоров'я. Питний режим. Значення води для життя і здоров'я людини. | | |
| 5. | Вплив рухової активності на розвиток організму . Принцип загартовування. | | |
| 6. | Профілактика порушень зору, слуху, опорно - рухового апарату у школярів. | | |
| 7. | Відновлення рівня здоров'я після хвороби. Гігієна порожнини рота. <i>Пр.р. Гігієнічний догляд за порожниною рота.</i> | | |
| 8. | Гігієна оселі. Повітря, його значення для здоров'я. Мікроклімат приміщення. <i>Пр.р. Складання рекомендацій «Як підтримувати чисте повітря в оселі»</i> | | |
| 9. | Організація самонавчання і взаємонавчання. <i>Пр.р. Джерела допомоги при самотньому навчанні. (Батьки, родичі, вчителі, однокласники)</i> | | |
| | Соціальна складова здоров'я | | |
| 10. | Традиції збереження здоров'я в родині. Спадковість і здоров'я . | | |
| 11. | Знайомство з людьми. Дружба і здоров'я. Розбудова дружніх стосунків. <i>Пр.р. Рольова гра «Будьмо знайомі»</i> | | |
| 12. | Вплив друзів. Протидія небажаним пропозиціям. <i>Пр.р. Моделювання ситуацій відмови від небезпечних пропозицій.</i> | | |
| 13. | Небезпека куріння, алкогольних, наркотичних і токсичних речовин. <i>Пр.р. Проведення дослідження про шкоду куріння</i> | | |
| 14. | <i>Пр.р. Моделювання ситуації звернення за телефонами довіри</i> | | |

| | | | |
|-----|---|--|--|
| 15. | Вплив телебачення, комп'ютерів, мобільних телефонів та інших електронних засобів на здоров'я. | | |
| 16. | Вплив реклами на рішення і поведінку людей. | | |
| 17. | Інфекційні хвороби, що набули соціального значення (туберкульоз, і ВІЛ\СНІД) | | |
| 18. | Охорона здоров'я дітей. Гуманне ставлення до людей з особливими потребами. <i>П.р. Моделювання ситуацій допомоги людям з особливими потребами.</i> | | |
| 19. | Наодинці вдома. Дії дитини за умови опосередкованої небезпеки : пожежа в іншій квартирі, іншому будинку тощо. | | |
| 20. | Безпека школяра. Правила поведінки під час масових шкільних заходів. | | |
| 21. | Вихід із непередбачених ситуацій поза межами домівки, школи. | | |
| 22. | Безпека руху пішоходів. | | |
| 23. | Сигнали регулювання дорожнього руху.. | | |
| 24. | Види перехресть. Рух майданами. | | |
| 25. | Дорожньо-транспортні пригоди (ДТП). Групи дорожніх знаків (6.1-6.4, 6.8 – 6.15, 7.1.4) | | |
| 26. | Групи дорожніх знаків (6.1-6.4, 6.8 – 6.15, 7.1.4) | | |
| 27. | Підсумковий урок за темою | | |
| | <i>Психічна і духовна складові здоров'я .</i> | | |
| 28. | Самооцінка і поведінка людини. | | |
| 29. | Упевненість і самовпевненість | | |
| 30. | Бажання, можливості, обов'язки. Воля і здоров'я людини. | | |
| 31. | Повага і самоповага. Вибір досягнення мети. Виконання проекту «Моя мета» | | |
| 32. | Звички і здоров'я. Формування звичок. Виконання проекту з формування корисної звички | | |
| 33. | Розвиток творчих здібностей . Заохочення однолітків до здорового способу життя. Виконання проекту: «Здоров'я всьому голова» | | |
| 34. | Підсумковий урок за рік | | |