

БІБЛІОТЕКА ВЧИТЕЛЯ

Голінщак Ж. А.

# **ОСНОВИ ЗДОРОВ'Я**

## **Конспекти уроків**

**3 клас**

*Посібник для вчителя*

*До підручника Гнатюк О. В.*



Тернопіль  
Навчальна книга — Богдан

УДК 371.32:613.955  
ББК 74.266.8  
Г 60

Рецензенти:  
кандидат педагогічних наук, доцент  
*Онишків З.М.*  
вчитель вищої категорії, старший вчитель  
*Походжай Н.Я.*

Серію «Бібліотека вчителя» засновано 2007 року

**Голіншак Ж.А.**

Г 60 Основи здоров'я : конспекти уроків : 3 кл. : посібник для вчителя : до підручника Гнатюк О.В. / Ж.А. Голіншак. — Тернопіль : Навчальна книга — Богдан, 2014. — 104 с. — (Бібліотека вчителя).

**ISBN 978-966-10-1765-7 (серія)**

**ISBN 978-966-10-3895-9**

У посібнику подано розгорнуті конспекти уроків з основ здоров'я, зміст яких відповідає новій навчальній програмі Міністерства освіти і науки України, Державному стандарту початкової загальної освіти та підручнику «Основи здоров'я. 3 клас» (автор Гнатюк О.В).

Для вчителів початкових класів, студентів педагогічних навчальних закладів.

удк 371.32:613.955

ББК 74.266.8

*Охороняється законом про авторське право.  
Жодна частина цього видання не може бути використана чи відтворена  
в будь-якому вигляді без дозволу автора чи видавництва.*

ISBN 978-966-10-1765-7 (серія)  
ISBN 978-966-10-3895-9

© Навчальна книга — Богдан, 2014

## ОРІЄНТОВНИЙ КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Тема уроку	№ с.	Дата
1.	Показники здоров'я і розвитку людини.	5	
2.	Що впливає на здоров'я людини.	8	
3.	Здоровий спосіб життя. Корисні звички.	11	
4.	Природні ритми і здоров'я.	13	
5.	Працездатність людини.	15	
6.	Активний відпочинок. Безпека при заняттях спортом.	17	
7.	Про корисні та шкідливі мікроорганізми.	20	
8.	Охайність та особиста гігієна. Догляд за одягом і взуттям.	23	
9.	Вітаміни і мікроелементи, їх вплив на здоров'я.	26	
10.	Вибір продуктів харчування.	29	
11.	Взаємодія з іншими людьми. Дружний клас.	32	
12.	Родинні стосунки. Взаємодопомога членів родини.	35	
13.	Що таке толерантність.	37	
14.	Ефективне спілкування. Уміння слухати. Ти — співрозмовник.	40	
15.	Попередження і розв'язання конфліктів. Як уникнути конфлікту?	43	
16.	Небезпека шкідливих звичок. Профілактика вживання тютюну і алкоголю.	46	
17.	Правила користування водогоном.	49	
18.	Про правила пожежної безпеки.	52	
19.	Щоб не сталося пожежі.	55	
20.	Попереджувальні знаки.	58	
21.	Як користуватися газовою плитою.	60	
22.	Обережно: витік газу!	62	
23.	Дорожня безпека.	65	
24.	Перехід дороги з обмеженою оглядовістю.	68	
25.	Поведінка біля залізничної колії.	70	
26.	Безпека у населеному пункті. Правила поведінки дітей надворі. Де можна гратися, а де — ні.	74	
27.	Безпека велосипедиста.	78	
28.	Оздоровче значення відпочинку на природі. Речі та одяг для прогулянки на природу.	81	
29.	Поведінка дитини в автономній ситуації на природі. Щоб не заблукати...	84	
30.	Як уникнути небезпечних ситуацій на природі.	86	
31.	Характер людини.	90	
32.	Розвиток пам'яті та уваги.	93	
33.	Вчимося та відпочиваємо. Профілактика емоційного перенапруження. Способи релаксації.	96	
34.	Творчі здібності дитини. Розвиток фантазії та уяви.	99	

Дата \_\_\_\_\_

Клас \_\_\_\_\_

## УРОК 18

**Тема:** Про правила пожежної безпеки.

Додатковий  
матеріал до уроку

**Мета.** Ознайомити учнів з причинами виникнення пожеж; навчити їх, як діяти під час пожежі у квартирі чи будинку; формувати навички правильного користування сірниками, свічками, електрообладнанням.

**Обладнання.** Плакат «Причини виникнення пожеж», «Вогонь — друг, вогонь — ворог», демонстраційний матеріал до теми уроку, робочий зошит.

### Хід уроку

#### I. Організаційний момент.

Головне — здоровим бути —  
Це потрібно всім збагнути!  
Бо як є здоров'я й сила,  
То весь світ людині милий.

#### II. Повторення вивченого матеріалу.

1. Індивідуальне опитування за «Картками опитування». Картка № 17.

2. Фронтальне опитування.

- Чому воду необхідно берегти?
- Які правила користування водогоном вам відомі?
- Розкажіть, як треба діяти, якщо сталася аварія водогону.

#### III. Оголошення теми і мети уроку.

— Сьогодні на уроці ми розглянемо корисну і шкідливу дію вогню, його вплив на життя людини. Ми повинні засвоїти правила поведінки з вогнем, бо від цього залежатиме ваше життя і життя оточуючих.

#### IV. Вивчення нового матеріалу.

1. Розповідь учителя.

Вогонь здавна є другом людини. Він допомагає їй обігріватись і одягатись. З його допомогою людина варить метал, готує їжу. Вогонь рухає техніку, допомагає людині проникнути в таємниці космосу.

Але вогонь може стати і жорстоким ворогом, якщо необережно з ним поводитися, він виходить з-під контролю людини, може знищити міста і села, будинки, ліси, урожаї, все, що трапиться на його шляху. Часто у вогні гинуть люди.

Кожні 5 секунд на планеті виникає пожежа.

Приблизно кожна шоста-восьма пожежа в нашій країні виникає через дитячі пустощі. Кожний 5-й, що загинув на пожежі, — дитина.

2. Літературний монтаж.

Знають всі — без вогню людині  
Не прожить ні єдиної днини!  
При вогні все довкола нам видко,  
Гріє нас він і взимку, і влітку.  
Подивіться-но, друзі, навкруг:  
Нам вогонь — найнадійніший друг.  
Та, коли обережність забудем,  
Він стає тоді ворогом людям.  
Хоч вогонь нам друг — дивись,  
Краще ти побережись!  
Коли будеш пустувати,  
Недалеко до біди.  
Від вогню добра не жди!  
Він такий лихий буває,  
Що нічого не минає.  
Споелити може школу,  
Поле виспіле і дім,  
І усе в дворі твоїм.

Дим підніме, як завісу,  
І метнеться аж до лісу.  
Буйне полум'я пожежі  
І людей не пошадить!  
Пам'ятайте це завжди!

### 3. Робота з таблицею.

Правила пожежні бездоганно знайте!

Правила пожежні не зневажайте!

### 4. Робота з підручником (с. 75-80).

- 1) Опрацювання статті «Вогонь — добрий слуга, але поганий господар» (с. 75).
- 2) Вивчення правил пожежної безпеки з опорою на малюнки (с. 76-77).
- 3) Робота над алгоритмом поведінки «Якщо сталася пожежа (с. 77-78).
- 4) Ознайомлення з інформацією «Для допитливих».

• У вересні 2009 року в Києві встановили скульптуру «Сірник, що ожив» заввишки 3 м та масою 160 кг. Вона виготовлена зі сталі. Основа пофарбована під дерево, а верх зроблений чорним, ніби обвугленим. Про те, що сірник «ожив», свідчать зелені листочки, котрі проростають з нього. Скульптор закликає людей захищати екологію та своє здоров'я.

• В австралійському Сідней споруджена скульптурна композиція з двох велетенських сірників. Один — цілий, інший — майже повністю згорів.

• В Ізраїлі (м. Акко) теж встановлено пам'ятник сірникам. У містечку працювала фабрика сірників.

• У датському місті Оденсі встановлено пам'ятник сірникові і голці, вочевидь на це надихнув сюжет казки Г. Х. Андерсена, який народився в цьому населеному пункті.

• Є скульптура сірникові у фінському містечку Рованієм.

• Пам'ятник трьом обгорілим сірникам споруджено в словацькому місті Тврдошині.

• До відкриття 25-х олімпійських ігор у Барселоні створено композицію із велетенських сірників.

5) Опрацювання прислів'їв (с. 79).

6) Відгадування загадок (с. 79).

### Фізкультхвилинка (частівка).

Діти, всім вам знати варто,  
Що з вогнем погані жарти,  
Будьте всюди обережні —  
Вивчіть правила пожежні!  
Якщо виникла пожежа,  
Всюди полум'я і дим,  
Ви біжіть до телефону  
Й набирайте "101".

Гralись діти сірниками,  
Бо не слухалися мами.  
А тепер вони в лікарні  
Опіки лікують й травми.  
Будь уважним в школі, вдома —  
Здавна людям всім відомо:  
Важко полум'я згасить,  
Воно знищить все умить.

### V. Закріплення вивченого матеріалу.

#### 1. Робота в зошиті (с. 32).

*Завдання 1.* Познач ситуації, в яких вогонь — добрий слуга. Самостійне виконання.

*Завдання 2.* Запиши причини пожеж. Коментоване виконання.

### 3. Робота в зошиті (с. 54).

Завдання 1. Домалюй. Самостійне виконання. (Сонечко, Сонце, квітка, лице клоуна, мордочка тварини, повітряна кулька, сніговик, колесо тощо).

Завдання 2. Переплутались рядки, ти їх швидше віднови.

До сестрички, до хмарини  
Хмарка йшла на іменини.  
В подарунок дощ несла  
Й ненароком розлила.

Завдання 3. Гра «Шифрувальник». Робота в парах.

### 4. Виконання завдань на розвиток фантазії та уяви.

1) Гра «Цікаві схованки».

Знайди в поданих словах інші слова, що заховалися.

Буквар, баштан, сонце, вороги, стрибає, корабель, чайка.

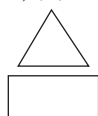
— Придумайте такі слова самі.

(Касир, медицина, сороконіжка, стілець, квасоля, мохер, ріка, трактор, світло, козубок, бурячок, рибалка тощо).

2) Напишіть вірш за поданими римами.

... прийшло,  
... принесло.  
... відпочивають,  
... стрибають.

3) Домалюй деталі так, щоб фігури перетворилися на різні предмети.



(шапка Петрушки, вершечок морозива, ялинка тощо).

(шафа, вагон, конверт, телевізор, рама з картиною тощо).

4) Запиши прислів'я, використавши ключ.

	▽	○	□	▽	●	■
△	с	р	н	і	о	й
○	у	щ	п	а	в	е
□	т	и	к	д	ш	ю

○▽		△□	○▽	△▽		▽□	○▽	□□
□○	△■		□□	△○	○▽	△■		○○
△●		△■		○□	△▽	▽□		○●
□○	□●	△□	○■	□■		△○	○▽	△■

(У нас такий край, що й під вишнею рай).

5) Зафарбуй вказані клітини кольоровим олівцем і прочитай слово, що утворилося.





*Навчальне видання*

Серія «Бібліотека вчителя»

ГОЛІНЦАК Жанна Анатоліївна

## **ОСНОВИ ЗДОРОВ'Я**

*Конспекти уроків*

**3 клас**

*Посібник для вчителя*

*До підручника Гнатюк О.В.*

Головний редактор *Богдан Будний*  
Редактор *Петро Ктитор*  
Обкладинка *Аліни Воронкової*  
Комп'ютерна верстка *Людмили Гумен*  
Технічний редактор *Оксана Чучук*

Підписано до друку 20.05.2014. Формат 60x84/8. Папір офсетний.  
Гарнітура Таймс. Умовн. друк. арк. 12,09. Умовн. фарбо-відб. 12,09.

Видавництво «Навчальна книга — Богдан»  
Свідоцтво про внесення суб'єкта видавничої справи до Державного реєстру видавців,  
виготівників і розповсюджувачів видавничої продукції  
ДК № 4221 від 07.12.2011 р.

Навчальна книга — Богдан, просп. С. Бандери, 34а, м. Тернопіль, 46002  
Навчальна книга — Богдан, а/с 529, м. Тернопіль, 46008  
тел./факс (0352) 52-19-66; 52-06-07; 52-05-48  
[office@bohdan-books.com](mailto:office@bohdan-books.com)  
[www.bohdan-books.com](http://www.bohdan-books.com)

ISBN 978-966-10-3895-9



9 | 789661 | 038959