

УДК 37.016
ББК 74.263
П59

Порощук В. П.

П59 Основи здоров'я. 4 клас (за підручником О. В. Гнатюк). — Х. : Вид. група «Основа», 2017. — 135, [2] с. — (Серія «Початкова школа. Мій конспект».)

ISBN 978-617-00-3026-9.

Посібник містить орієнтовне календарно-тематичне планування та розробки компетентнісно орієнтованих уроків курсу «Основи здоров'я» у 4-му класі, складені відповідно до вимог оновленої навчальної програми (у редакції 2016 р.) за підручником О. В. Гнатюк (К. : Видавництво «Генеза», 2014).

Зміст конспектів уроків дібраний з метою формування *здоров'я-збережувальної компетентності* учнів як *ключової* на основі опанування ними знань про здоров'я та безпеку, практичні навички здорового способу життя і безпечної поведінки, формування в них ціннісного ставлення до життя та здоров'я, сприяння їхньому фізичному, психічному, соціальному і духовному розвитку (формування в учнів знань про здоров'я, здоровий спосіб життя, безпечну поведінку, взаємозв'язок організму людини з природним, техногенним і соціальним оточенням; розвиток в учнів мотивації дбайливого ставлення до власного здоров'я; удосконалення фізичних, соціальних, психічних і духовних його чинників; виховання в учнів потреби у здоров'ї, що є важливою життєвою цінністю, свідомого прагнення до ведення здорового способу життя; набуття учнями власного здоров'язбережувального досвіду з урахуванням стану здоров'я; розгортання у повсякденному житті практичної діяльності задля збереження власного здоров'я та здоров'я інших людей; формування в учнів соціальної та життєвої компетентності на основі засвоєння ними соціальних норм; розвиток навичок взаємодії у сім'ї, школі, колективі, громадянському суспільстві; формування в учнів основ споживчої культури, умінь ухвалювати рішення щодо власної поведінки у різноманітних життєвих ситуаціях; опанування учнями моделей поведінки і способів діяльності, що відповідають українському законодавству).

Задля зручності використання всі розробки розміщено на окремих аркушах. Поля для записів дають змогу творчому вчителю, користуючись запропонованим у посібнику матеріалом, скласти власні плани-конспекти уроків курсу.

Для вчителів початкової школи.

УДК 37.016
ББК 74.263

ISBN 978-617-00-3026-9

© Порощук В. П., 2016
© Корягін В. О., дизайн обкладинки, 2017
© ТОВ «Видавничка група «Основа», 2017

ЗМІСТ

Орієнтовне календарно-тематичне планування	5
Здоров'я людини	7
Урок 1. Цінність і неповторність життя та здоров'я людини	7
Урок 2. Безпека життєдіяльності	11
Урок 3. Цілісність здоров'я: взаємозв'язок фізичної, соціальної, психічної та духовної його складових. Чинники здоров'я	15
Урок 4. Показники розвитку дитини. Практична робота. Визначення рівня фізичного розвитку	18
Фізична складова здоров'я	22
Урок 5. Збалансоване харчування. Вітаміни та їхнє значення для здоров'я. Питний режим. Значення води для життя і здоров'я людини	22
Урок 6. Вплив рухової активності на розвиток організму. Принципи загартовування	26
Урок 7. Профілактика порушень зору, слуху, опорно-рухового апарату у школярів. Відновлення рівня здоров'я після хвороби. Практична робота. Вправи для профілактики плоскостопості	30
Урок 8. Гігієна порожнини рота. Практична робота. Гігієнічний догляд за порожниною рота . . .	34
Урок 9. Гігієна оселі. Повітря, його значення для здоров'я. Практична робота. Складання рекомендацій «Як підтримувати чисте повітря в оселі»	38
Урок 10. Узагальнення і систематизація знань учнів	42
Соціальна складова здоров'я	46
Урок 11. Традиції збереження здоров'я в родині	46
Урок 12. Знайомство з людьми. Дружба і здоров'я. Побудова дружніх стосунків. Практична робота. Рольова гра «Будьмо знайомі!»	50
Урок 13. Вплив друзів. Протидія небажаним пропозиціям. Практична робота. Моделювання ситуації відмови від пропозицій, що можуть мати негативні наслідки	54
Урок 14. Формування негативного ставлення до куріння та алкоголю. Практична робота. Моделювання ситуації звернення за телефонами довіри	58
Урок 15. Вплив телебачення, комп'ютера, мобільних телефонів та інших електронних засобів на здоров'я	62
Урок 16. Вплив реклами на рішення і поведінку людей	67
Урок 17. Інфекційні хвороби, що набули соціального значення	70

Урок 18. Охорона здоров'я дітей. Гуманне ставлення до людей з особливими потребами. Практична робота. Моделювання ситуацій допомоги людям з особливими потребами	74
Урок 19. Узагальнення і систематизація знань учнів	78
Урок 20. Наодинці вдома. Дії дитини за умови опосередкованої небезпеки: пожежа в іншій квартирі, іншому будинку тощо	81
Урок 21. Безпека школяра. Правила поведінки під час масових шкільних заходів	85
Урок 22. Вихід із непередбачуваних ситуацій поза межами домівки, школи	89
Урок 23. Безпека руху пішоходів. Сигнали регулювання дорожнього руху	93
Урок 24. Види перехресть. Рух майданами	97
Урок 25. Дорожньо-транспортні пригоди (ДТП). Групи дорожніх знаків (6.–6. 4, 6.8–6. 15, 7.14)	101
Урок 26. Узагальнення і систематизація знань учнів	105
Психічна і духовна складові здоров'я	109
Урок 27. Самооцінка і поведінка людини. Упевненість і самовпевненість	109
Урок 28. Повага і самоповага. Вибір та досягнення мети. Практична робота. Виконання проекту «Моя мета»	114
Урок 29. Бажання, можливості, обов'язки. Воля і здоров'я людини	118
Урок 30. Звички і здоров'я. Формування звичок. Практична робота. Виконання проекту з формування корисної звички	122
Урок 31. Розвиток творчих здібностей. Заохочення однолітків до здорового способу життя. Практична робота. Виконання проекту «Відомі паралімпійці»	125
Урок 32. Виконання проекту «Здоров'я — всьому голова!»	128
Урок 33. Узагальнення і систематизація знань учнів	131
Урок 34. Підсумок за рік. Підготовка виставки дитячих робіт, присвячених здоровому способу життя та профілактиці шкідливих звичок	134
Література та Інтернет-ресурси	136

ОРІЄНТОВНЕ КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧНЕ ПЛАНУВАННЯ

№ з/п	Тема уроку	Дата
Здоров'я людини		
1	Цінність і неповторність життя та здоров'я людини	
2	Безпека життєдіяльності	
3	Цілісність здоров'я: взаємозв'язок фізичної, соціальної, психічної та духовної його складових. Чинники здоров'я	
4	Показники розвитку дитини. Практична робота. Визначення рівня фізичного розвитку	
Фізична складова здоров'я		
5	Збалансоване харчування. Вітаміни та їхнє значення для здоров'я. Питний режим. Значення води для життя і здоров'я людини	
6	Вплив рухової активності на розвиток організму. Принципи загартовування	
7	Профілактика порушень зору, слуху, опорно-рухового апарату у школярів. Відновлення рівня здоров'я після хвороби. Практична робота. Вправи для профілактики плоскостопості	
8	Гігієна порожнини рота. Практична робота. Гігієнічний догляд за порожниною рота	
9	Гігієна оселі. Повітря, його значення для здоров'я. Практична робота. Складання рекомендацій «Як підтримувати чисте повітря в оселі»	
10	Узагальнення і систематизація знань учнів	
Соціальна складова здоров'я		
11	Традиції збереження здоров'я в родині	
12	Знайомство з людьми. Дружба і здоров'я. Побудова дружніх стосунків. Практична робота. Рольова гра «Будьмо знайомі!»	
13	Вплив друзів. Протидія небажаним пропозиціям. Практична робота. Моделювання ситуації відмови від пропозицій, що можуть мати негативні наслідки	
14	Формування негативного ставлення до куріння та алкоголю. Практична робота. Моделювання ситуації звернення за телефонами довіри	
15	Вплив телебачення, комп'ютера, мобільних телефонів та інших електронних засобів на здоров'я	
16	Вплив реклами на рішення і поведінку людей	
17	Інфекційні хвороби, що набули соціального значення	
18	Охорона здоров'я дітей. Гуманне ставлення до людей з особливими потребами. Практична робота. Моделювання ситуацій допомоги людям з особливими потребами	
19	Узагальнення і систематизація знань учнів	
20	Наодинці вдома. Дії дитини за умов опосередкованої небезпеки: пожежа в іншій квартирі, іншому будинку тощо	
21	Безпека школяра. Правила поведінки під час масових шкільних заходів	
22	Вихід із непередбачуваних ситуацій поза межами домівки, школи	

№ з/п	Тема уроку	Дата
23	Безпека руху пішоходів. Сигнали регулювання дорожнього руху	
24	Види перехресть. Рух майданами	
25	Дорожньо-транспортні пригоди (ДТП). Групи дорожніх знаків (6.–6.4, 6.8–6.15, 7.14)	
26	Узагальнення і систематизація знань учнів	
Психічна і духовна складові здоров'я		
27	Самооцінка і поведінка людини. Упевненість і самовпевненість	
28	Повага і самоповага. Вибір і досягнення мети. Практична робота. Виконання проекту «Моя мета»	
29	Бажання, можливості, обов'язки. Воля і здоров'я людини	
30	Звички і здоров'я. Формування звичок. Практична робота. Виконання проекту з формування корисної звички	
31	Розвиток творчих здібностей. Заохочення однолітків до здорового способу життя. Практична робота. Виконання проекту «Відомі паралімпійці»	
32	Виконання проекту «Здоров'я — всьому голова!»	
33	Узагальнення і систематизація знань учнів	
34	Підсумок за рік. Підготовка виставки дитячих робіт, присвячених здоровому способу життя та профілактиці шкідливих звичок	

Примітка. У чинній навчальній програмі не передбачено сітку розподілу навчальних годин за розділами програмового матеріалу, отже, подане календарне планування є *орієнтовним* і може бути скориговане вчителем, зважаючи на конкретні умови, у яких відбувається навчально-виховний процес.

ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ

Дата _____

Клас _____

УРОК 1. ЦІННІСТЬ І НЕПОВТОРНІСТЬ ЖИТТЯ ТА ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ

Мета:

- **формування предметних компетентностей:** учити учнів пояснювати цінність людського життя і здоров'я; що таке безпека, небезпека та безпека життєдіяльності людини; розвивати мотивацію до основ збереження та зміцнення здоров'я; виховувати ціннісне ставлення до власного життя;
- **формування ключових компетентностей:**
 - уміння вчитися:* навчати школярів організовувати свою навчальну діяльність; розвивати здатність розмірковувати, порівнювати, узагальнювати;
 - інформаційної:* навчати учнів аналізувати й відтворювати потрібну інформацію; використовувати різні способи для розв'язування навчального завдання;
 - здоров'язбережувальної:* сприяти усвідомленню здоров'я як вищої життєвої цінності;
 - соціальної:* учити учнів проектувати стратегії свого життя з урахуванням інтересів та потреб різних соціальних груп.

Тип уроку: урок засвоєння нових знань.

Обладнання: плакати; малюнки, скринька, дзеркало; Конституція України; торбинка, кульки з номером; зошит з друкованою основою (*Зошит з основ здоров'я : навч. посіб. для 4-го кл. загальноосвіт. навч. закл. / О. В. Гнатюк.— К. : Генеза, 2015.— 64 с.*).

Хід уроку

I. ВСТУПНА ЧАСТИНА

1. Організаційний момент

Читання учителем вірша «Навчайся, друже» Ольги Гнатюк (*підручник, с. 4*).

2. Актуалізація знань учнів

Аналіз змісту вірша

- До чого закликає нас автор?
- Що вивчатимемо на уроках з основ здоров'я?

3. Повідомлення теми та мети уроку. Мотивація навчальної діяльності

— Ви вже багато дізналися про збереження здоров'я людини. Сьогодні ми продовжимо розмову про цінність людського життя та безпеку життєдіяльності кожного із вас.

II. ОСНОВНА ЧАСТИНА

1. Інформаційне повідомлення з елементами бесіди

— Як ви вважаєте, що є найціннішим для кожної людини? (*Життя*)

Життя — це безцінний дар, що людина отримує при народженні. Кожен із нас повинен намагатися робити все, щоб життя було цікавим і змістовним, багатим на великі події та добрі вчинки. Як ви гадаєте, навіщо людина приходить у цей світ? (*Відповіді дітей.*)

— Що є найціннішим у житті людини? (*Здоров'я*)

— Здоров'я — це найвище благо, дароване людині Природою. Без нього життя не може бути повноцінним і щасливим. На жаль, досить часто ми бездумно витрачаємо цей дарунок, забуваючи, що втратити здоров'я легко, а повернути — дуже важко.

Будь-що можна купити за гроші, крім здоров'я. Про нього потрібно дбати самому. Розумна людина ніколи не шкодитиме собі. Хто добре дбає про свій

організм, тому хвороби не загрожують. Коли ви виростите, то будете вдячні собі за серйозне ставлення до здоров'я із самого дитинства. (Використати плакати про здоровий спосіб життя.)

2. Поетична хвилинка

Читання й обговорення вірша Н. Красоткіної «Здоров'я»

— Прочитайте вірш, проаналізуйте його зміст.

ЗДОРОВ'Я

Здоров'я — розкіш для людини,
Найбільша цінність у житті.
Як є здоров'я день при днині,
Можливість є йти до мети.
Тоді є радість, щастя, диво,
Краса у крапельці роси.
Тоді людина йде щасливо
Серед безмежної краси
Й чарівність світу відчуває.
Для неї в хмурість — дні ясні.
Вона всі труднощі долає
Й співає радісні пісні.
Вона — здорова! Це чудово,
Бо їй нічого не болить.
Вона добро творить готова.
І це прекрасно! Можна жити!

- Як названо здоров'я у вірші?
- Коли людина йде щасливо?
- Коли вона готова творити добро?

3. Робота за підручником (с. 6–7)

1) Стратегія «Кероване читання».

Після ознайомлення з назвою тексту («Цінність і неповторність життя та здоров'я людини») учитель ставить учням запитання, що дають змогу зробити припущення, про що саме йтиметься у ньому. Надалі учні читатимуть текст частинами. Зупинятися бажано на найцікавіших місцях, щоб створити ситуацію очікування. Після читання це передбачення аналізують.

2) Поетична хвилинка.

Читання й обговорення змісту вірша Л. Шевчук «Життя твоє — безцінний дар»

- З чим автор порівнює життя?
- Про що просить подумати?
- Який слід необхідно залишити на Землі?

3) Робота за малюнками (с. 7–8) «Втілення мрії».

— Який шлях пройшов чоловік від хлопчика до пілота? (Малюнок: гурток моделювання — пілот.)

4) Розгадування ребуса (с. 8).

Здоров'я — скарб.

5) Робота над прислів'ями.

— Прочитайте і поясніть зміст прислів'їв і приказок

4. Хвилинка-цікавинка

— У мене в руках чарівна скринька, у якій знаходиться найцінніший скарб планети Земля. Хто з вас хоче його побачити? Але поки що не розповідайте, що ви там побачили.

(Відкривається чарівна скринька, діти заглядають у скриньку із дзеркалом, посміхаються. Потім учитель показує дзеркало всім дітям.)

— Ви бачили в чарівній скриньці себе. Людина — найцінніший скарб, кожен із вас — особистість і саме такої людини, як ви, більше не буде на цій Землі. Ось послухайте, як про це писав поет Василь Симоненко.

Ти знаєш, що ти — Людина? Ти знаєш про це, чи ні?
Усмішка твоя — єдина, мука твоя — єдина,
Очі твої — одні.
Більше тебе не буде. Завтра на цій землі
Інші ходитимуть люди, інші кохатимуть люди, —
Добрі, ласкаві й злі.
Сьогодні усе для тебе — озера, гаї, степи.
І жити спішити треба, кохати спішити треба —
Гляди ж не проспий!
Бо ти на землі — Людина. І хочеш того чи ні —
Усмішка твоя — єдина, мука твоя — єдина,
Очі твої — одні.

5. Технологія «Крісло автора»

— Розкажіть, як ви дбаєте про своє здоров'я.

6. Фізкультхвилинка

Учні імітують рухи за змістом вірша.

Добре те, що сонце світить!
Добре те, що віє вітер!
Добре те, що цей ось ліс
Разом з нами ріс і ріс!
Добре те, що в нашій річці
Синя — не брудна вода!
І мене матуся рідна
Після школи зустріча!
Добре гратися надворі!
Добре вчитися у школі!
Добре плавати в ставку!
Добре те, що я живу!

7. Робота в групах

— Поміркуйте, у яких випадках люди ризикують своїм життям і здоров'ям. Наведіть приклади.

Звітування груп.

8. Загадка-добавлянка

Щоб здоров'я добре мати, слід про нього змалку... *(дбати)*;

Кожний ранок обливатись і зарядкою... *(займатись)*.

У дворі щодня гуляти, повноцінно їсти й... *(спати)*.

Добре мити всі продукти, досхочу вживати... *(фрукти)*.

Будете це все робити — припините... *(хворіти)*.

9. Психологічний практикум

— Візьміть кольорові олівці і намалюйте себе тричі. На першому автопортреті зобразіть себе таким, яким уявляєте самі. На другому — таким, яким бачать вас оточуючі. А на третьому — таким, яким би ви хотіли бути насправді.

Зверніть увагу на кольори олівців, що ви використовували.

Психологи стверджують, що:

- синій колір свідчить про брак дружніх стосунків;
- зелений — про потребу в самоствердженні;
- червоний означає бажання досягти успіху;
- жовтий колір використовують оптимісти або люди, які прагнуть життєвих змін.

Комусь із вас можуть не сподобатися результати тестування і психологічного практикуму, але не слід розчаровуватися. Життя — це нескінченне вдосконалення.

10. Робота в зошитах із друкованою основою (с. 3–4)

Завдання 1. Самостійна робота. Вставте пропущені слова і словосполучення та закінчіть речення.

Завдання 2. Позначте на малюнках дітей, які піддають загрози своє життя і здоров'я.

Завдання 3. Творча вправа. «Зберіть» і прочитайте прислів'я. Поясніть їхнє значення.

Завдання 4. Відгадайте загадку. Запишіть відгадку. (*Життя*)

11. Творча вправа

— Виразіть стан свого здоров'я у малюнку.

III. ЗАКЛЮЧНА ЧАСТИНА

1. Технологія «Мікрофон»

— Людина сама відповідає за своє здоров'я? Чи не так?

— Як ви відповідаєте за своє здоров'я?

2. Зворотний зв'язок

— Що є найголовнішими цінностями для людини?

— Чому людині потрібно цінувати й берегти своє життя й здоров'я?

— У чому полягає неповторність людини?

3. Гра «Обери ознаку»

— Прочитайте прикметники до слова *життя*. Підкресліть, яке життя обрали б ви.

Щасливе, активне, нудне, легке, важке, цікаве, чесне, творче, бездіяльне, трудове, безрадісне, солодке. (*Учні, за бажанням, озвучують свій вибір.*)

4. Дидактична гра. Лото «Світ навколо нас»

Дидактичне завдання: формувати в дітей знання про визначальну роль людини на Землі. Людина — творець на Землі умов для життя. Найцінніше — взаємини людей, які створили красу, музику, пісні, танці, виростили сади, побудували будинки.

Дитина з торбинки дістає кульку з номером і розповідає все, що знає, за картинкою з відповідним номером.

5. Домашнє завдання

— Разом із батьками підготуйте прислів'я та приказки про цінність життя і здоров'я.

УРОК 2. БЕЗПЕКА ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ

Дата _____

Клас _____

Мета:

- **формування предметних компетентностей:** учити учнів пояснювати, що таке безпека, небезпека та безпека життєдіяльності людини; розвивати мотивацію до основ збереження та зміцнення здоров'я; виховувати ціннісне ставлення до власного життя;
- **формування ключових компетентностей:**
 - уміння вчитися:* навчати школярів організовувати свою навчальну діяльність; розвивати здатність розмірковувати, порівнювати, узагальнювати;
 - інформаційної:* навчати учнів аналізувати й відтворювати потрібну інформацію; використовувати різні способи для розв'язування навчального завдання;
 - здоров'язбережувальної:* сприяти усвідомленню здоров'я як вищої життєвої цінності;
 - соціальної:* учити учнів проектувати стратегії свого життя з урахуванням інтересів та потреб різних соціальних груп.

Тип уроку: урок засвоєння нових знань.

Обладнання: малюнки, ілюстрації до казок; картки із цифрами; пам'ятки; зошити з друкованою основою.

Хід уроку

I. ВСТУПНА ЧАСТИНА

1. Організаційний момент

2. Перевірка домашнього завдання

Учні називають підготовлені прислів'я та приказки про цінність життя і здоров'я, обговорюють їх зміст.

3. Повідомлення теми та мети уроку. Мотивація навчальної діяльності

— Людина — це, в першу чергу, активна істота. У кожному віковому періоді — починаючи від дошкільного і закінчуючи похилим віком — людина займається певною діяльністю: навчальною, трудовою, ігровою тощо. Зрозуміло, що будь-яка діяльність у собі приховує небезпеку, що може статися за конкретних умов.

Сьогодні ми ознайомимося із причинами виникнення небезпек, основними принципами безпеки життєдіяльності; навчимося передбачати небезпечні ситуації, аби їх уникнути.

II. ОСНОВНА ЧАСТИНА

1. «Мозковий штурм»

— Чи можна в реальному житті визначити безпечні й небезпечні ситуації для людини?

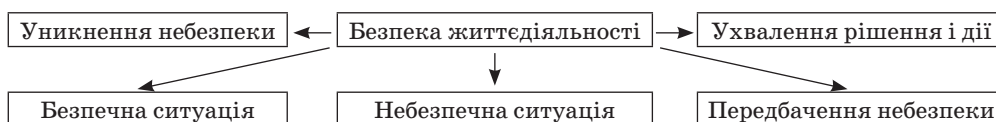
2. Робота за підручником (с. 10–13)

1) Стратегія «Асоціативний куц».

Методичний коментар

Стратегія спонукає учнів вільно розмірковувати, висловлюватися на певну тему. Для роботи обирають опорне слово чи поняття, словосполучення. Відповідно до нього добирають слова за певними зв'язками.

Учні читають текст, добирають асоціації до поняття «Безпека життєдіяльності», переказують зміст прочитаного.



2) **Рубрика «Словникова скарбничка» (с. 13).**

Учні зачитують пояснення словосполучень *безпека життєдіяльності, безпечна поведінка*.

3) **Розгадування ребуса (с. 13).**

Правила безпеки.

4) **Робота над прислів'ям.**

— Прочитайте і поясніть зміст прислів'я «Не той пропав, хто в біду попав, а той пропав, хто духом занепав».

5) **Робота в групах.**

— Обговоріть ситуації, у яких:

- можна передбачити небезпеку;
- слід уникнути небезпеки;
- потрібно діяти.

6) **Порівняння малюнків (с. 14).**

— У якій квартирі можна почуватися безпечно?

7) **Моделювання ситуацій.**

— Обговоріть і розіграйте в класі ситуації, подані на с. 15.

3. **Робота в групах**

Технологія «Синтез думок»

— Обговоріть порядок дій у разі потрапляння в небезпечну ситуацію.

Висновок. Якщо раптово виникла небезпечна ситуація, то слід:

- заспокоїтися, оцінити обстановку, спланувати свої подальші дії та почати діяти за планом;
- оцінити власне самопочуття;
- зателефонувати до рятувальних служб або спробувати подати сигнали про своє місцезнаходження;
- визначити небезпечні шляхи евакуації або безпечне місцезнаходження до приїзду рятувальних служб.

4. **Гра «У гостях у казки»**

— Дайте відповіді на запитання.

- Які небезпечні ситуації створюють герої казки?
- Які наслідки необачної поведінки героїв казки?
- Складіть свій варіант цієї казки, де герої діють за принципами безпечної життєдіяльності.

1) **Аналіз казки «Червона Шапочка».**

— Маленька дівчинка йде лісом сама. Розмова з незнайомцем. Бабуся відчинила двері, не перевіривши, хто прийшов.

2) **Аналіз казки «Вовк і семеро козенят».**

— Козенята самі вдома. Розмова з незнайомцем (*вовком*). Відчинили двері незнайомцеві.

3) **Аналіз казки «Пригоди Буратіно».**

— Не пішов до школи. Віддав власні речі без дозволу батька. Прислухався до порад незнайомців.

5. **Фізкультхвилинка**

6. **Інформаційне повідомлення «Служби допомоги в небезпечних ситуаціях»**

— Від того, як швидко та оперативно ви повідомите відповідні служби захисту, залежить ваше життя й здоров'я. Телефонувати слід не тільки у тих випадках, коли вам загрожує небезпека, але й у випадках, якщо небезпека

загрожує іншим, чи ви стали свідками подій. Своєчасно викликавши відповідну службу, можна попередити небезпечну ситуацію.

Робота спеціальних служб захисту і порятунку — допомагати людям у небезпечних ситуаціях.

Не можна соромитися зателефонувати, покликати на допомогу чи звернутися до дорослих на вулиці. Звертайтеся обов'язково! Краще пізніше пересвідчитися, що небезпека була не такою вже й великою, перепросити за те, що ви потурбували людей, ніж дати ситуації незворотних наслідків.

Проте пам'ятайте, що безпідставно викликати служби порятунку не можна, адже в цей час комусь може дійсно необхідна допомога.

7. Гра «Живі цифри»

Учитель називає рятувальні служби, учні, узявши картки з цифрами, показують номер, за яким слід телефонувати.

- Пожежно-рятувальна служба. Телефонуйте за цим номером у разі пожежі. (101)
- Поліція. Телефонуйте у випадках крадіжок, нападів, бійок, домагань незнайомих людей, дорожньо-транспортних пригод, виявлення слідів кримінальних злочинів. (102)
- Швидка медична допомога. Телефонуйте у випадках, пов'язаних із захворюваннями, травмами, укусами тварин, а також у разі погіршення самопочуття сторонніх людей. (103)
- Аварійно-газова служба. Телефонуйте за цим номером, якщо ви відчули запах газу в приміщенні або на вулиці. (104)

8. Робота в групах

— Обговоріть, які небезпеки можуть трапитися з вами:

1-ша група — вдома;

2-га група — на вулиці;

3-тя група — у школі.

— Як їх уникнути?

— Складіть пам'ятки безпечної поведінки.

Звітування груп.

ПАМ'ЯТКА БЕЗПЕЧНОЇ ПОВЕДІНКИ НА ВУЛИЦІ

1. Завжди кажи батькам, куди і з ким ти йдеш.
2. Вчасно повертайся додому у визначений батьками час.
3. За можливості не затримуйся на вулиці сам у вечірній час.
4. Уникай погано освітлених вулиць, безлюдних місць, лісопаркових зон, будівельних майданчиків.
5. Не сідай у чужу машину навіть для того, щоб показати дорогу.
6. Не ходи з незнайомими та малознайомими людьми до кафе та інших місць.
7. Не бери нічого від незнайомих та малознайомих людей, навіть тимчасово потримати щось у руках — це можуть бути крадені речі або наркотики.
8. Розповідай батькам усе, що тебе збентежило, навіть якщо у цьому соромно зізнатися.
9. Якщо на тебе напав грабіжник і сили вочевидь не на твою користь, краще віддай йому гаманець.
10. Не давай можливості злочинцям спровокувати себе. Уникай зневажливих висловів, залишайся виваженим, зберігай спокій.

ПАМ'ЯТКА БЕЗПЕЧНОЇ ПОВЕДІНКИ ВДОМА

1. Не відчиняй двері незнайомцям за будь-яких обставин.
2. Якщо хтось намагається проникнути в квартиру, негайно зателефонуй батькам або в поліцію.
3. Ніколи не сідай у ліфт із незнайомцями.

4. У разі нападу на тебе в під'їзді приверни увагу сусідів криками «Пожежа!».
5. Якщо ти загубив ключі або їх украли,— відразу повідом батьків.
6. Не розголошуй інформацію про себе, свою родину, сусідів незнайомим та малознайомим людям.
7. Повідомляй батьків про всі випадки, що тебе непокоять щодо твоєї особистої безпеки.

ПАМ'ЯТКА БЕЗПЕЧНОЇ ПОВЕДІНКИ У ШКОЛІ

1. Не принось до школи небезпечних предметів.
2. Не можна без дозволу педагогів або медичної сестри (*за узгодженням з батьками*) йти зі школи та її території в урочний час.
3. Під час перерв заборонено бігати по сходах, поблизу віконних отворів і в інших місцях, не пристосованих для ігор.
4. Під час перерв заборонено штовхати одне одного, кидатися предметами і застосовувати фізичну силу.
5. Не можна самовільно відчиняти вікна, сидіти на підвіконнях.
6. На перервах школярі можуть звернутися до свого класного керівника, чергового адміністратора за допомогою, якщо проти них скоюють протиправні дії.

9. Робота в групах. Відпрацювання алгоритму дій у разі потрапляння в небезпечну ситуацію

1-ша група — у квартирі відчувається запах газу;

2-га група — хтось намагається проникнути в оселю;

3-тя група — із вікна сусідньої квартири йде дим.

Кожна група після обговорення має записати на аркуші паперу формату А4 результат колективної роботи за планом:

- 1) визначити рівень безпеки;
- 2) скласти алгоритм дій для забезпечення особистої безпеки;
- 3) визначити, куди потрібно звертатися по допомогу;
- 4) скласти повідомлення про небезпечну ситуацію.

10. Робота в зошитах із друкованою основою (с. 4–5)

Завдання 1. Самостійна робота. Викресліть літери, розташовані біля неправильних тверджень. З букв, що залишилися, складіть і запишіть слово. (*Безпека*)

Завдання 2. Обведіть предмети, що можуть становити небезпеку у випадку необережного користування ними.

Завдання 3. Запишіть під кожним малюнком номер телефону відповідної служби, до якої слід звернутися в разі зображеної небезпечної ситуації.

III. ЗАКЛЮЧНА ЧАСТИНА

1. Метод «п'яти пальців»

Учні підсумовують вивчене на уроці за п'ятьма напрямками.

М — мізинець (*знання*). Які знання я сьогодні здобув(ла)?

Б — безіменний (*мета*). Чого я сьогодні досяг(ла)?

С — середній (*настрій*). Який сьогодні був у мене настрій?

В — вказівний (*допомога іншим*). Чим я сьогодні допоміг (*допомогла*) іншим?

В — великий (*здоров'я*). Що я зробив(ла) для свого здоров'я?

2. Домашнє завдання

— Разом із батьками визначте місця у своїй квартирі (*чи будинку*), де може чатувати небезпека й де слід бути особливо обережним.