

Конспект уроку: «Особиста гігієна: Твій код до здоров'я та успіху»

Тема: Особиста гігієна як основа здоров'я, соціального благополуччя та профілактики інфекційних захворювань.

Клас: 6

Тип уроку: урок засвоєння нових знань з елементами дискусії та роботи в групах.

Мета уроку (навчальна): Поглибити знання учнів про правила особистої гігієни, її вплив на фізичне та психічне здоров'я, а також соціальну адаптацію; навчити вибирати якісні засоби гігієни.

Обладнання: Маркери, ватмани, картки із ситуаціями, інтерактивна дошка, предмети гігієни (мило, зубна щітка, рушник, тощо).

Структура уроку:

1. Організаційний момент та мотивація (5 хв).

Прийом «Асоціативний ряд»:

Вчитель: «З чим у вас асоціюється слово "гігієна"? (Відповіді: чистота, мило, здоров'я, свіжість).

Вчитель: Ми часто говоримо про гігієну тіла, але сьогодні ми з'ясуємо, як гігієна допомагає нам бути успішними, впевненими у собі та захищеними від невидимих загроз. Гігієна – це не лише про тіло, це про якість життя.

2. Актуалізація знань та проблемне питання (7 хв).

Вчитель: «Уявіть ситуацію: Ви готуетесь до важливого публічного виступу. Ви відмінно знаєте матеріал, але забули вранці почистити зуби. Як це вплине на Ваш виступ і Вашу впевненість?

(Відповіді): Сором, невпевненість, зосередження на запаху, а не на матеріалі.

Вчитель: Таким чином, ми бачимо, що гігієна впливає не лише на наші бактерії, а й на нашу психіку та соціальну взаємодію.

3. Вивчення нового матеріалу: Чотири Кити Гігієни (15 хв).

Метод: Робота в групах «Експертні центри».

Клас ділиться на 4 групи. Кожна група отримує картку з темою і стає «експертним центром».

1. «Центр Захисту від Інфекцій» - Гігієна рук (правило 5 моментів, техніка миття).

2. «Центр Соціального Успіху» - Гігієна тіла (душ, чистий одяг, дезодоранти – їхній вплив на самооцінку та спілкування).

3. «Центр Краси та Здоров'я» - Гігієна ротової порожнини (правила чищення зубів, вибір щітки, профілактика карієсу).

4. «Центр Екології Шкіри» - Індивідуальні засоби гігієни (чому не можна ділитися рушником, гребінцем, зубною щіткою).

Виступ груп: Кожна група представляє 1-2 найважливіші правила зі своєї теми.

4. Закріплення та практикум (15 хв).

Прийом «Гігієнічний Ревізор».

Учні отримують ситуаційні картки та мають швидко ухвалити рішення, керуючись вивченими правилами:

Ситуація 1: Однокласник просить у тебе твій гребінець, бо забув свій. Твої дії?

Ситуація 2: Ти їхав у громадському транспорті. Яке твоє перше правило, коли ти заходиш додому?

Ситуація 3: Ти прийшов до лікаря/перукаря. Який елемент гігієни ти перевіриш?

Прийом «Хвилинка Здоров'я».

Демонстрація правильної техніки миття рук згідно з рекомендаціями ВООЗ (6 кроків).

5. Підсумок та домашнє завдання (3 хв).

Вчитель: «Запам'ятайте, гігієна – це щоденна інвестиція у Вашу впевненість та Ваше майбутнє. Чиста людина – це здорова, впевнена та успішна людина».

Домашнє завдання: Скласти «Щоденний гігієнічний чек-лист» на 5 найважливіших пунктів для себе та пояснити, чому саме вони є найбільш критичними.

Проект «СУПЕРГЕРОЙ ІМУНІТЕТ ПРОТИ ЛИХОДІЯ ВІРУСА».

1. Тема: Формування стійкої мотивації до зміцнення імунної системи та профілактики інфекційних захворювань.

Цільова аудиторія: Учні 6 класу.

Тип проекту: Дослідницько-творчий.

Тривалість: Довгостроковий (2–3 тижні).

2. Актуальність та освітня цінність: Проект є відповіддю на сучасні виклики щодо здоров'язбереження та необхідності формування навичок критичного мислення до інформації про здоров'я. Він демонструє системний підхід до навчання, оскільки поєднує теоретичні знання про імунітет з практичними навичками творчої діяльності. Застосування елементів ігрофікації та проєктного методу забезпечує глибоке засвоєння знань та формування здоров'язбережувальної компетентності, що є ключовим показником ефективності педагогічної діяльності.

3. Мета та завдання проекту: Забезпечити засвоєння знань про будову та функції імунної системи, механізми захисту та профілактики, а також сформувати стійку мотивацію до відповідального ставлення до власного здоров'я.

4. Навчальні завдання:

1. Вивчити функції основних елементів імунної системи (бар'єри, клітини-захисники).

2. Визначити чинники, що зміцнюють (ЗОЖ) та послаблюють (шкідливі звички, стрес) імунітет.

5.Розвивальні завдання:

1. Розробити концепцію ігрових персонажів на основі наукових даних.

2. Створити освітній продукт (комікс) згідно зі сценарієм.

3. Розвинути навички публічної презентації та роботи в команді.

1. Виховні завдання:

1. Скласти індивідуальні плани (Паспорт Супергероя) для зміцнення імунітету.

2. Провести самооцінку рівня дотримання правил ЗОЖ.

2. Етапи реалізації та зміст роботи:

Етап 1:

1. Проведення стартового анонімного анкетування серед учнів 6 класу для виявлення рівня знань про імунітет та прогалин у темі.

2. Створення малих дослідницьких команд (3–4 учні) з чітким розподілом функціональних ролей (аналітик, дизайнер, сценарист, спікер).
3. Вивчення та конспектування матеріалу про дві лінії захисту організму, функції клітин імунітету та механізми дії профілактичних засобів (гігієна, вакцинація).
4. Створення ідеологічної бази проєкту – розробка образу Супергероя Імунітету, його помічників (Вітаміни, Сон) та Лиходія Віруса (патогени).

Етап 2:

1. Створення «Паспорту Супергероя»: Кожна група розробляє індивідуальний план управління здоров'ям, який включає Раціон Сили (харчування), Графік Відновлення (сон, відпочинок) та Секретну Зброю (фізична активність).
2. Створення сценарію коміксу (4–6 кадрів):
Розробка послідовного сюжету, що відображає:
Загрозу → Атаку → Захист → Битву → Перемогу → Висновок.
3. Створення кінцевого освітнього продукту (коміксу або серії плакатів) відповідно до розробленого сценарію.

Етап 3:

1. Публічна презентація робіт учнями 6 класу. Групи пояснюють наукове підґрунтя своїх сюжетів.
2. Проведення фінального зрізу знань та мотивації учнів (анкетування), порівняння результатів зі стартовою діагностикою для вимірювання педагогічної ефективності.

8. Очікувані результати та критерії оцінювання:

1. Підвищення рівня знань учнів 6 класу про профілактику та імунітет.
2. Розвиток навичок командної роботи та публічної презентації.
4. Створення якісного візуального методичного матеріалу, придатного для використання на уроках основ здоров'я.

