

ОСНОВИ ЗДОРОВ'Я

1 клас

(за підручником: Бех І. Д., Воронцова Т. В., Пономаренко В. С.,

Страшко С. В.)

34 години на рік

(1 година на тиждень)

№	Тема уроку	Дата	
І семестр			
Здоров'я людини			
1	Що вивчає предмет «Основи здоров'я». <i>Практична робота.</i> Екскурсія школою та шкільним подвір'ям	01.09	
2	Безпека першокласника. Створення малюнка: «З дому до школи»	08.09	
3	Здоров'я та його ознаки. Порушення здоров'я (травми, захворювання) та їх профілактика	15.09	
4	Ріст і розвиток людини. <i>Практична робота.</i> Вимірювання зросту і маси тіла (з допомогою дорослих)	22.09	
Фізична складова здоров'я			
5	Щоденне піклування про своє здоров'я. Розпорядок дня. <i>Практична робота.</i> Складання розпорядку дня (з допомогою дорослих)	29.09	
6	Постава. Як правильно сидіти за партою. Робоче місце першокласника. <i>Практичні роботи:</i> Як скласти портфель. Вправи для формування правильної постави і стопи	06.10	
7	Правила особистої гігієни	13.10	
8	Догляд за руками. <i>Практична робота.</i> Як правильно мити руки»	20.10	
9	Харчування і здоров'я. Овочі, фрукти, молочні продукти, їх значення для росту та розвитку	27.10	
10	Фізичні вправи і загартування	10.11	
11	Активний і пасивний відпочинок	17.11	
Соціальна складова здоров'я			
12	Піклування про здоров'я в сім'ї	24.11	

13	Уміння товаришувати. <i>Практична робота.</i> Спільні ігри для хлопчиків і дівчаток. Розігрування діалогів знайомства	01.12	
14	Безпечні місця для ігор і розваг	08.12	
15	Поведінка в небезпечних ситуаціях. Телефони аварійних служб. <i>Практична робота.</i> Моделювання ситуації повідомлення про небезпеку за телефонами аварійних служб	15.12	
16	Поведінка дитини в автономній ситуації у населеному пункті <i>Практична робота.</i> Моделювання ситуації пошуку допомоги, якщо заблукав, загубився, відстав від класу	22.12	