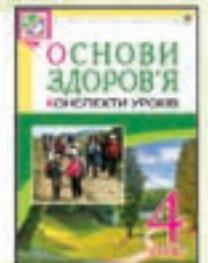


Зошит з «Основ здоров'я» для 4 класу містить матеріал, який відповідає навчальній програмі Міністерства освіти і науки України та Державному стандартові початкової загальної освіти й доповнює підручник «Основи здоров'я. 4 клас» (Кікінежді О.М., Шост Н.Б., Шульга І.М. — Тернопіль: Навчальна книга — Богдан). Зошит призначений для учнів 4 класу.



У даному посібнику подано розгорнути конспекти уроків з предмета «Основи здоров'я», зміст яких відповідає навчальній програмі МОН України та підручнику «Основи здоров'я. 4 клас» (Кікінежді О.М., Шост Н.Б., Шульга І.М.). Пропонуються зразки бесід під час вивчення нового матеріалу, таблиці, схеми, система практичних робіт, цікаві завдання, ігри, інсценізації, тести. Додатковий матеріал містить казки, оповідання, вірші, загадки, кросворди, прислів'я, об'єднані тематикою того чи іншого уроку.



Навчальний посібник у таблицях «Основи здоров'я» для 4 класу — елемент дидактико-методичного комплексу, який рекомендується використовувати на уроках під час пояснення, закріплення, узагальнення знань, умінь та навичок учнів. Зміст посібника відповідає програмі МОН України з предмета «Основи здоров'я» для 4 класу та підручнику «Основи здоров'я. 4 клас» (Кікінежді О.М., Шост Н.Б., Шульга І.М.).



У посібнику подано тестові завдання, призначенні для оперативної перевірки рівня засвоєння предмета «Основи здоров'я» учнями 4 класу. Зміст завдань дібрано відповідно до навчальної програми. Запропоновано також підсумкові тести за I та II семестри за двома варіантами. Тести пропонується проводити наприкінці вивчення навчальної теми.



У посібнику пропонуються тематичні та підсумкові роботи, по 2 варіанти кожна. Запропоновані завдання допоможуть вчителю швидко і якісно перевірити знання всіх учнів з вивчених тем, виявити і ліквідувати прогалини в знаннях, повторити і закріпити матеріал.



У посібнику подано картки, що охоплюють основні питання з предмета «Основи здоров'я». Матеріал посібника відповідає Програмі МОН України, Державному стандартові початкової загальної освіти та підручнику «Основи здоров'я. 4 клас» (Кікінежді О.М., Шост Н.Б., Шульга І.М.).



• Підручник відповідає навчальній програмі з предмета «Основи здоров'я» для учнів 4-го класу загальноосвітніх навчальних закладів. У ньому вдало поєднано традиційне викладання із сучасним інноваційним підходом.

Зміст підручника спрямований на формування в учнів знань про здоровий спосіб життя, безпечно поведінку, розвиток мотивації дбайливого ставлення до власного здоров'я, уміння застосовувати здобуті навички у повсякденному житті.

• Навчальний матеріал у підручнику, система запитань і завдань, життєві ситуації, на основі яких вони побудовані, відповідають віковим особливостям четвертоокласників.

Змістове наповнення підручника методологічно обґрунтоване, виразно структуроване. Дидактичні прийоми, використані у викладі навчального матеріалу, забезпечують достатній рівень розуміння та усвідомлення учнями теоретичних пояснень. Правила, пам'ятки, поради доступно і чітко сформульовані.

• Вміщені у підручнику народні традиції здоров'я, прислів'я, «Скринька здоров'я», цікаві факти, загадки, ребуси спрямовані на мотивування учнів до здорового способу життя і безпечної життєдіяльності.

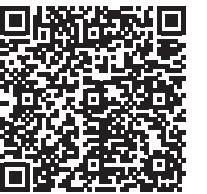
• Представлено апарат орієнтування та методично цінний, доцільний ілюстративний матеріал (малюнки, світлини, схеми, таблиці).

• Підручник містить навчальний матеріал, що дає можливість підійти до його засвоєння диференційовано, організувати самостійну роботу учнів (в групах, в парах, індивідуально), а також електронні додатки, які можна відкрити в pdf-файлі або на CD, що входить у комплект до підручника.

• Практичні роботи, тренувальні та ситуативні завдання тісно пов'язані із реальним життям школярів, заохочують їх до вивчення предмета.

Відбір підручників проводиться на сайті репозитарію
ua.lokando.com

1. Зайдіть на сайт репозитарію ua.lokando.com
2. Клацніть «Конкурс підручників»
3. Оберіть клас (4 або 7)
4. Оберіть предмет
5. Виберіть підручник, за яким будете навчатися
6. На сторінці вашої школи в репозитарії, використовуючи логін і пароль школи, директор здійснить замовлення вибраних вчителями підручників.



ОСНОВИ здоров'я

О.М. Кікінежді
Н.Б. Шост
І.М. Шульга

4
КЛАС

Навчально-методичний комплект
<http://www.bohdan-digital.com/nmk/>



+ безкоштовний
мультимедійний додаток
www.bohdan-digital.com/edu

ВИДАВНИЦТВО
«Богдан»
навчальна книга®

УМОВНІ ПОЗНАЧЕННЯ

- виконай завдання; поміркуй; дай відповідь на запитання;
- запам'ятай;
- робота в парі;
- робота в групі;
- практична робота;
- словничок;
- скринька здоров'я;
- народні традиції здоров'я, прислів'я;
- домашня академія здоров'я;
- інтерактивні завдання.

Постановка проблемного запитання, актуалізація опорних знань

Теоретичний матеріал

Путівник підручником

Цілесімість здоров'я. Чинники здоров'я

Чи людину можна називати здоровою?

Багато людей вважають, що здоров'я — це відсутність хвороб. Однак, щоб бути здоровими, недостатньо мати тільки здорове тіло.

Якщо в людині є не боліть, злізденіло правою усі органи, гарний воліття, міцний сон, маса тіла відповідає зросту за вік — це означає, що в неї добре фізичне здоров'я.

Люди живуть і супроводжують іншіх. Якщо людина дотримується правил культурної поведінки, добровільної і споруджені з іншими, відповідає за свої значення, вміє передавати наслідки своїх дій, то вона **соціально здорові**.

Людина здатна розвиватися: почуття, емоції (лобів, гнів, радості, блукунь, неподобавки). Людина, яка правильно фінансує і спрямовує себе та інших, уміє додати нові знання, і не її гарний настрій, позитивне настрої — **психічно здорові**.

Негативні емоції, поганий настрій можуть привести до занепокоєння.

Людину, яка любить найменший світ, робить іншим добро, чинить життя, відчуває відповідальність за себе і за інших, працює чисто, називають **духовно здорові**.

Розглянути дані таблицю, коли ви почувалися цікавими

Людину можна називати здоровою. Ільїн Геннадій, коли вона закрала фінанси, соціально, психічно і духовно.

Склади здоров'я



Цілесімість здоров'я — поділення всіх складових: фізичні, соціальні, психічні, духовні.

Об'єднайте в чотири групи. Складіть пам'ятку, яка розповідає про інші склади здоров'я.

1. Що ти робиш, щоб бути здорового педагогом?
2. У чому професійні позитивні якості та погані?
3. Чи видає погано відповідь на здоров'я?
4. Чи начислиши за роботи добрих знань? Як самий?

Запитання для повторення та закріплення

Інтерактивне завдання

Робота в групі

Робота з ілюстрацією

Загартовування

1. Що потрібно робити, щоб чесноту не втратити?
2. Розгадай ребус:



Організм надихає перебуває в постійному зв'язку з навколоїним середовищем. На нього можуть змінити температура повітря, якого вологості, кількість вітру. За допомогою спеціальних завдань на підвищити стисливі органу до мінливих і навколоїншого середовища, наявність до таких, які об'єктивно захворювання. Що це донагає загартування.

Загартовування — розумне використання сочінних променів, води і повітря для зміцнення здоров'я.

Загартовані люди набагато легше переносять хворобу, спеку, негоду, ніланчасті високі температури.

- сонячні і погані ванни;
 - водні процедури;
 - ходіння босиком.
- З чого ж розпочати загартовування організму?
- Спочатку ознайомся з правилами загартовування. Правило перше — **поступовість**. Починати загартовування слід в найпростіших процедурах, наприклад,

30

4. У якому разі не забути про гравіт. убр.
5. Після приїзду сонячним віям сид. сполоснути в теплій воді, витрісти насправді і перейти в затирку. Обговорити, до чого може привести порушення цих вчинків?



Сонячний удар характеризується токсичним біном, розміром понередкоючиши накри, залежароченою.

Погані вчинки

Погані вчинки (перебування на сонячному пляжі) — одні з найдоступніших способів загартовування.

Розгляніть теми та юдейські погані вчинки. Розгляніть загартовування слід при температурі +20° С протягом 15-20 хвилин і поступово доведіти до двох-трьох годин.

32

Матеріал для запам'ятовування