

ЩО ВИВЧАЄ ПРЕДМЕТ «ОСНОВИ ЗДОРОВ'Я». ЗНАЙОМСТВО ЗІ ШКОЛОЮ

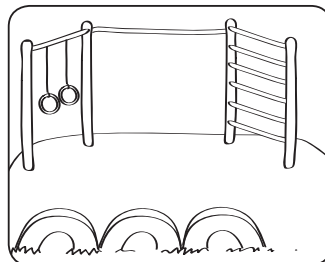
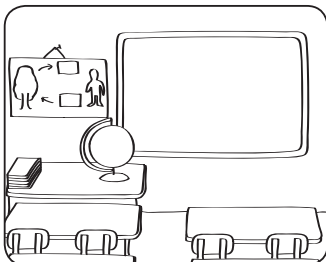
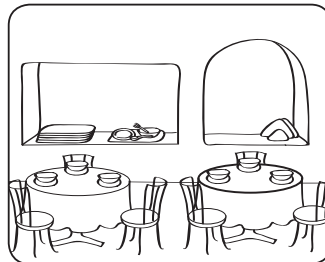
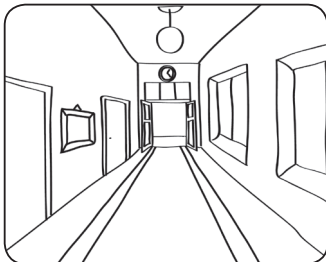


1. Розглянь ма-
люнок. Поміркуй,
про що ти дізна-
ватимешся,
вивчаючи предмет
«Основи здоров'я».
Розфарбуй м'яч
і фрукти.



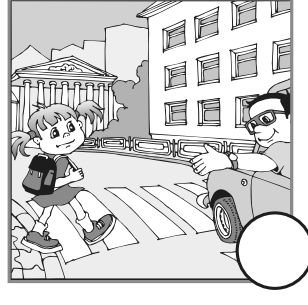
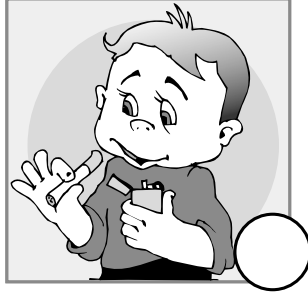
2. *Практична робота.* **Знайомство зі шко-
лою.**

Розглянь зображення шкільних приміщень.
Розкажи, для чого вони призначені. Які ще
приміщення є у твоїй школі?

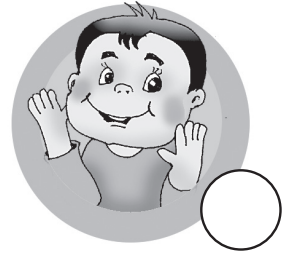
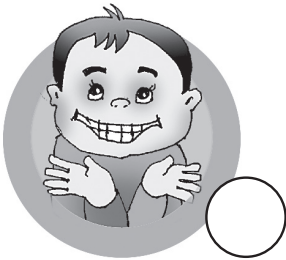




3. На яких малюнках зображено ситуації, що зміцнюють здоров'я? Зафарбуй кружечки зеленим кольором. Поясни свій вибір.



4. Познач (✓) малюнки із зображенням ознак здоров'я, які є у тебе.



РІСТ І РОЗВИТОК ЛЮДИНИ



1. Розкажи, як ти ростеш. Познач (✓) малюнки, на яких зображені твої ровесники. Обґрунтуй свій вибір.





2. Що із зображеного ти вмієш робити? Познач (✓) відповідні малюнки. Розкажи, чого хочеш навчитися.



3. Практична робота. **Вимірювання зросту та маси тіла.**

З допомогою дорослих виміряй свій зріст і масу тіла.

Маса тіла (кг)	Зріст (см)



4. Розучи фізкультхвилинку і виконуй кожну вправу щодня по 5 разів.



ЗМІСТ

Що вивчає предмет «Основи здоров'я».	
Знайомство зі школою.....	3
Ріст і розвиток людини	5
Здоров'я і хвороби.....	8
Щоденне піклування про своє здоров'я.....	10
Режим дня.....	11
Твоя постава. Здорові стопи. Твоє робоче місце	12
Чистота і здоров'я.....	14
Харчування та здоров'я.....	16
Рух і здоров'я.....	17
Загартовування.....	19
Корисний відпочинок	21
Моя родина.....	23
Дівчатка і хлопчики	25
Вчимося товаришувати	27
Безпека ігор і розваг.....	28
Наші рятувальники	30
У незнайомому місці	31
Безпека в домі	33

Безпека у школі	35
Ти — пішохід. Складові дороги. Безпека на дорозі	37
Безпечний перехід проїзної частини дороги.....	39
Ти — пасажир. Правила користування громадським транспортом.....	42
Дорога до школи	44
Знайомі та незнайомці.....	46
Неповторність людини	48
Повага до себе та інших людей	49
Народні традиції, родинні свята і здоров'я	51
Почуття, їх значення для здоров'я	53
Настрій і здоров'я	55
Вчимося приймати рішення	57
<i>Практична робота. Обговорення поведінки</i> відомих літературних героїв	59