

План-конспект уроку основ здоров'я

Клас: здобувачі освіти 6 класу

Тема програми: Розділ 4. Соціальна складова здоров'я

Тема 2. Безпека в побуті й навколишньому середовищі

Тема уроку: **Користь їзди на велосипеді для здоров'я, заходи безпеки під час подорожі на велосипеді.**

Мета уроку:

- *навчальні:* пояснювати користь їзди на велосипеді для здоров'я, необхідність використання велосипедного шолома; аналізувати наслідки неправильного перевезення вантажів на велосипеді, добирати одяг для велосипедних прогулянок та безпечні способи маневрів на велосипеді;
- *розвивальні:* формувати критичне мислення на основі встановлення причинно-наслідкових зв'язків, удосконалювати навички роботи з мас-медіа, розвивати уміння аналізувати, порівнювати, узагальнювати матеріал, робити аргументовані висновки, застосовувати отримані знання у практичній діяльності;
- *виховні:* формувати науковий світогляд, виховувати бережливе ставлення до власного здоров'я та здоров'я оточуючих.

Базові поняття: велосипедист, безпека.

Методи: словесні (бесіда), словесно-наочні (робота зі слайдами презентації), проблемно-пошуковий, самостійна робота (за Ю.К. Бабанським).

Освітні технології:

- прийоми критичного мислення: «Вікторина», «Кейс», «Велобоне», «Тегова хмара», «Проблемне питання», «Відповідність», «Самооцінювання», «Ланцюжок думок»;
- інформаційно-комунікаційні технології: презентація Power Point, WorldWall, сервіс Mentimeter, Jamboard, QR-коди.

Міжпредметні зв'язки: українська мова, психологія, біологія.

Форми організації: фронтальна, індивідуальна.

Тип уроку: комбінований урок (за В.О. Онищуком).





Обладнання: девайси, підручник, інтернет.

Ключові компетентності: спілкування державною та іноземними мовами, математична, природнича та технологічна, інформаційно-цифрова, уміння вчитися впродовж життя, ініціативність і підприємливість, соціальна і громадянська компетентності, обізнаність і самовираженість у сфері культури, екологічна грамотність і здорове життя.

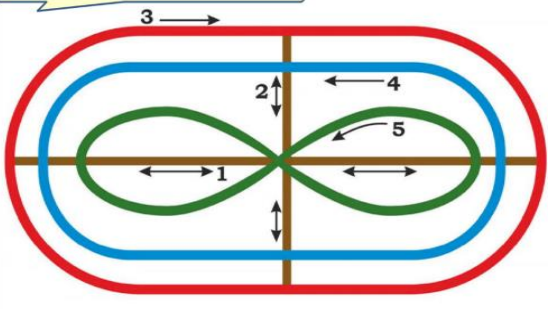

Очікувані результати:

- **знаннявий компонент:** пояснюють користь їзди на велосипеді для здоров'я, необхідність використання велосипедного шолома; аналізують наслідки неправильного перевезення вантажів на велосипеді, добирати одяг для велосипедних прогулянок, обирати безпечні способи маневрів на велосипеді;
- **діяльнісний компонент:** уміють розпізнавати елементи конструкції велосипеда, що впливають на безпеку руху, сигнали маневрування велосипедистів, дотримуються правил дорожнього руху для велосипедиста;
- **ціннісний компонент:** виховувати бережливе ставлення до власного здоров'я та здоров'я оточуючих.

Етапи уроку	Діяльність вчителя та здобувачів освіти	Делайн
Організаційний момент. Слайд 1. Доброго дня! Я рада вітати вас на уроці основ здоров'я! Прийом «Меседж» (позитивне налаштування): Людина розумна – людина здорова!	Привітання, перевірка присутніх та готовності	1 хв.

<p>Бажаю щоб у нашому житті в пріориті був завжди- здоровий спосіб життя!</p> <p>Слайд 2. Прийом «Ключ уроку»: Звертаю увагу, за результатами роботи: обґрунтування своєї позиції, вирішення ситуативних завдань отримуємо ключі, звання та сертифікат, який дає можливість отримати найвищий бал. Бажаю успіхів!</p>	<p>здобувачів освіти до уроку, створення робочої атмосфери та ситуації успіху.</p>										
<p align="center">I. Актуалізація опорних знань.</p> <p>Слайд 3. Ми продовжуємо з вами вивчати тему програми: Безпека в побуті й навколишньому середовищі.</p> <p>Пропоную «Вікторину»: швидке тестування за допомогою WorldWall: https://wordwall.net/resource/51865595</p> <p>Отже, зробимо висновок:</p> <table border="1"> <tr> <td>1</td> <td>Ви в безпеці тоді, коли:</td> <td>відчуваєте фізичний комфорт ✓</td> </tr> <tr> <td>2</td> <td>Підручними засобами самозахисту є:</td> <td>ватно-марлева пов'язка ✓</td> </tr> <tr> <td>3</td> <td>Чи потрібно реагувати на звуки повітряної тривоги:</td> <td>завжди ✓</td> </tr> </table> <p>Вітаю, перші ключі!</p>	1	Ви в безпеці тоді, коли:	відчуваєте фізичний комфорт ✓	2	Підручними засобами самозахисту є:	ватно-марлева пов'язка ✓	3	Чи потрібно реагувати на звуки повітряної тривоги:	завжди ✓	<p>Вправа на активізацію: здобувачі освіти за допомогою девайсів (сканують QR-код і переходять до вправи) або переходять за посиланням в чаті. Автоматизована перевірка.</p> <p>Нагородження здобувачів освіти.</p>	<p>3 хв.</p>
1	Ви в безпеці тоді, коли:	відчуваєте фізичний комфорт ✓									
2	Підручними засобами самозахисту є:	ватно-марлева пов'язка ✓									
3	Чи потрібно реагувати на звуки повітряної тривоги:	завжди ✓									
<p align="center">II. Активізація пізнавального інтересу.</p> <p>Слайд 4. Ми з вами вже знаємо, що велосипед – це зручний, відносно дешевий та екологічний вид транспорту. Ще з самого дитинства ми починаємо вчитися їздити саме на велосипеді. А що ми повинні знати, коли стали велосипедистами?</p> <p>Слайд 5. Прийом «Кейс»</p> <p>Пропоную створити Тегову хмару: go to www.menti.com and use the code 56387715 введіть два теги. За обґрунтування свого тегу – ключ.</p> <div align="center">  <p>Ти - велосипедист</p> <p>Проблема Гіпотези Результат</p> <p>www.menti.com 56387715</p>    </div> <p>Слайд 6.</p>	<p>Вступне слово вчителя.</p> <p>Здобувачі освіти за допомогою девайсів (сканують QR-код і переходять до вправи) або переходять за посиланням в чаті.</p> <p>Вчитель демонструє</p>	<p>3 хв.</p>									

<div data-bbox="331 152 485 264"> </div> <div data-bbox="715 197 922 219"> <p>Go to www.menti.com/alaaxigl5dsn</p> </div> <div data-bbox="478 241 769 275"> <p>Ти - велосипедист</p> </div> <div data-bbox="568 331 951 465"> <p>організований стрункий уважний</p> </div> <div data-bbox="325 425 456 515"> </div> <div data-bbox="475 504 967 521"> <p>https://www.mentimeter.com/app/presentation/al74xzg9jfa7359h2eo9tp79njj63/e2whpzz9qc2i</p> </div>	<p>створену хмару: https://www.mentimeter.com/app/presentation/al74xzg9jfa7359h2eo9tp79njj63/e2whpzz9qc2i Бесіда</p>	
<div data-bbox="383 555 941 589"> <p>III. Мотивація навчальної діяльності.</p> </div> <div data-bbox="164 593 759 627"> <p>Слайд 7. Приєм «Проблемне питання»:</p> </div> <div data-bbox="164 631 1165 698"> <p>Давайте разом поміркуємо над даною проблемою: Як пов'язані між собою поняття: велосипедист – здоров'я - безпека?</p> </div> <div data-bbox="290 698 1034 1115"> <div data-bbox="290 698 427 1115" style="background-color: #00b050; color: white; padding: 5px; writing-mode: vertical-rl; transform: rotate(180deg);">Проблемне питання</div> <div data-bbox="443 721 1034 1115"> <div data-bbox="443 721 746 779" style="background-color: #4a86e8; color: white; padding: 5px; text-align: center;">велосипедист</div> <div data-bbox="651 784 683 817" style="color: #4a86e8;">↓</div> <div data-bbox="630 824 933 880" style="background-color: #4a86e8; color: white; padding: 5px; text-align: center;">здоров'я</div> <div data-bbox="718 891 750 925" style="color: #4a86e8;">↓</div> <div data-bbox="730 947 1034 1003" style="background-color: #4a86e8; color: white; padding: 5px; text-align: center;">безпека</div> <div data-bbox="438 891 683 1115"> </div> </div> </div>	<p>Створення проблемної ситуації: мозковий штурм. Бесіда в чаті.</p>	<p>1 хв.</p>
<div data-bbox="363 1155 962 1189"> <p>IV. Повідомлення теми та завдань уроку.</p> </div> <div data-bbox="164 1193 699 1227"> <p>Слайд 8. Отже, сьогодні ми вивчаємо:</p> </div> <div data-bbox="164 1232 1165 1299"> <p><u>Тема уроку:</u> Користь їзди на велосипеді для здоров'я, заходи безпеки під час подорожі на велосипеді.</p> </div> <div data-bbox="164 1303 1165 1666"> <p><u>Мета уроку:</u> пояснювати користь їзди на велосипеді для здоров'я, необхідність використання велосипедного шолома; аналізувати наслідки неправильного перевезення вантажів на велосипеді, добирати одяг для велосипедних прогулянок та безпечні способи маневрів на велосипеді; формувати критичне мислення на основі встановлення причинно-наслідкових зв'язків, удосконалювати навички роботи з мас-медіа, розвивати вміння аналізувати, порівнювати, узагальнювати матеріал, робити аргументовані висновки, застосовувати отримані знання у практичній діяльності; формувати науковий світогляд, виховувати бережливе ставлення до власного здоров'я та здоров'я оточуючих.</p> </div>	<p>Вступне слово вчителя</p>	<p>1 хв.</p>
<div data-bbox="435 1671 890 1704"> <p>V. Вивчення нового матеріалу.</p> </div> <div data-bbox="627 1709 702 1742"> <p>План</p> </div> <div data-bbox="212 1747 829 1814"> <ol style="list-style-type: none"> 1. Користь їзди на велосипеді для здоров'я. 2. Безпеки під час подорожі на велосипеді. </div>	<p>Повідомлення вчителя та запис здобувачів освіти.</p>	<p>8 хв.</p>

<p>Слайд 9. З метою збереження та зміцнення здоров'я пропоную виконати гімнастику для очей.</p>	<p>Виконайте гімнастику для очей</p>  <p>Слайд 10. Завдання: опрацюйте матеріал на сторінці підручника 169-173 та за допомогою інтернет -джерел заповніть Велобоне відкривши посилання https://jamboard.google.com/d/1FUoBtfv1YtIE0FFcMR9OhWGO4vfxPLN_lurnH7A35A/edit?usp=sharing в чаті. За обґрунтування – ключ.</p> <p>https://jamboard.google.com/d/1FUoBtfv1YtIE0FFcMR9OhWGO4vfxPLN_lurnH7A35A/edit?usp=sharing</p> <p>Проблема</p> <p>Здоров'я</p> <p>Висновки</p> <p>1.</p> <p>Безпека</p>  <p>велосипедист – здоров'я – безпека</p>	<p>Динамічна пауза зі здобувачами освіти.</p> <p>Робота з матеріалом підручника та інтернет-джерелами. виконання завдання Jamboard. Обговорення результатів роботи.</p>	
<p>VI. Первинне застосування знань та закріплення матеріалу.</p> <p>Слайд . Одним із способів ефективного навчання є чергування фізичного та розумового навантаження. Пропоную разом зі мною виконати руханку:</p>	<p>Руки в сторону та вгору – на носочки піднялись. Підніміть голівку вгору й на долоньки подивись! Руки в сторони розводим опускаєм плавно вниз Присідати ми почнемо, добре ноги розізмнемо Раз присіли – руки прямо, встали. Знову все так само Вправо дружно почали нахил вліво – раз, два, три! Повертаємося вправо все виконуємо гарно Вліво, вправо повернулись ось розминці вже й кінець Хто старався – молодець!</p>	<p>Динамічна пауза зі здобувачами освіти.</p>	<p>8 хв.</p>

<p>Проблема</p> <p>велосипедист – здоров’я – безпека</p> <p>Здоров’я</p> <p>Висновки</p> <p>Підвищення витривалості Зниження ваги Зниження стресу</p> <p>Оснащення Одяг Типорозмір велосипеда</p> <p>1. Велосипед надає комплексну дію на здоров’я: поліпшення самопочуття, зовнішнього вигляду, психологічного стану.</p> <p>2. Обирайте той, що підходить тобі за розміром та оснащений усіма необхідними елементами. Дітям до 14 років їздити на велосипедах дорогою заборонено!</p> <p>Безпека</p>	<p>Повідомлення здобувачів освіти. Обговорення результатів роботи.</p>	
<p>Слайд . Пропоную виконати вправу «Відповідність», з метою закріплення матеріалу. За правильні відповіді – ключ!</p> <p>Велосипедист - здоров’я - безпека</p> <p>покращення сну захисний шолом зниження ваги</p> <p>зниження стресу світловідбивачі велорукавички</p>	<p>Вправа на закріплення знань: здобувачі освіти свої відповіді пишуть в чаті.</p>	
<p>VII. Узагальнення та систематизація вивченого.</p> <p>Слайд . Приєм «Кейс»:</p> <p>Отже, результат:</p> <p>Ти - велосипедист</p> <p>Проблема Гіпотези Результат</p> <p>  </p>	<p>Бесіда.</p>	<p>2 хв.</p>

<p align="center">VIII. Домашнє завдання. ІНСТРУКТАЖ</p> <p>Слайд . Опрацювати §30, с. 168-173. Створіть постер «Як організувати безпеку руху велосипедиста?» в Google Jamboard: https://jamboard.google.com/d/1mwZAp9o8P6-z97OS2W5Hnh1YKEES3R-19xfCVE0OE08/edit?usp=sharing Розміщене в Google Клас. Дедлайн до наступного уроку.</p>	<p>Запис в чаті, пояснення вчителя.</p>	<p>1 хв.</p>
<p align="center">IX. Підсумок уроку.</p> <p>Слайд .</p>  <p>Слайд . За кількістю отриманих «ключів» отримують звання та сертифікат, що дає можливість отримати найвищий бал:</p>  <p>Слайд . <i>Прийом: «Ланцюжок думок»</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Новим для мене... ➤ Корисно знати... ➤ Практично застосую... 	<p>Самооцінювання здобувачів освіти в чаті.</p> <p>Привітання вчителя!</p> <p>Фідбек. Пояснення здобувачів освіти з урахуванням критичного мислення.</p>	<p>2 хв.</p>

Список використаних джерел

1. Програма з основ здоров'я 6-9 класів для закладів загальної середньої освіти, затверджена наказом Міністерства освіти і науки України від 03 серпня 2022 року № 698).
2. Бех І.Д., Воронцова Т.В., Пономаренко В.С., Страшко С.В. Основи здоров'я 6 клас. – К.: Алатон, 2014 – 200 с. Наказ МОН № 123 від 07.02.2014.
3. Вікторина «Безпека в побуті й навколишньому середовищі». [Електронний ресурс] // WorldWall. Режим доступу: <https://wordwall.net/resource/51865595>. – Назва з титул. екрана.
4. Тегова хмара «Ти - велосипедист». [Електронний ресурс] // Mentimeter. Режим доступу: <https://www.mentimeter.com/app/presentation/al74xzg9jfajd7359h2eo9tp79nijj63/e2whpzz9qc2i> – Назва з титул. екрана.
5. Віршовані фізкультхвилинки з елементами імітації. [Електронний ресурс] // Всеосвіта. Режим доступу: <https://vseosvita.ua/library/virsovani-fizkulthvilinki-z-elementami-imitacii-9550.html>. – Назва з титул. екрана.
6. Велобоне «». [Електронний ресурс] // Jamboard. Режим доступу: https://jamboard.google.com/d/1FUoBtfv1YtIE0FFcMR9OhWGO4vfxPLN_lurnH7A35A/edit?usp=sharing. – Назва з титул. екрана.