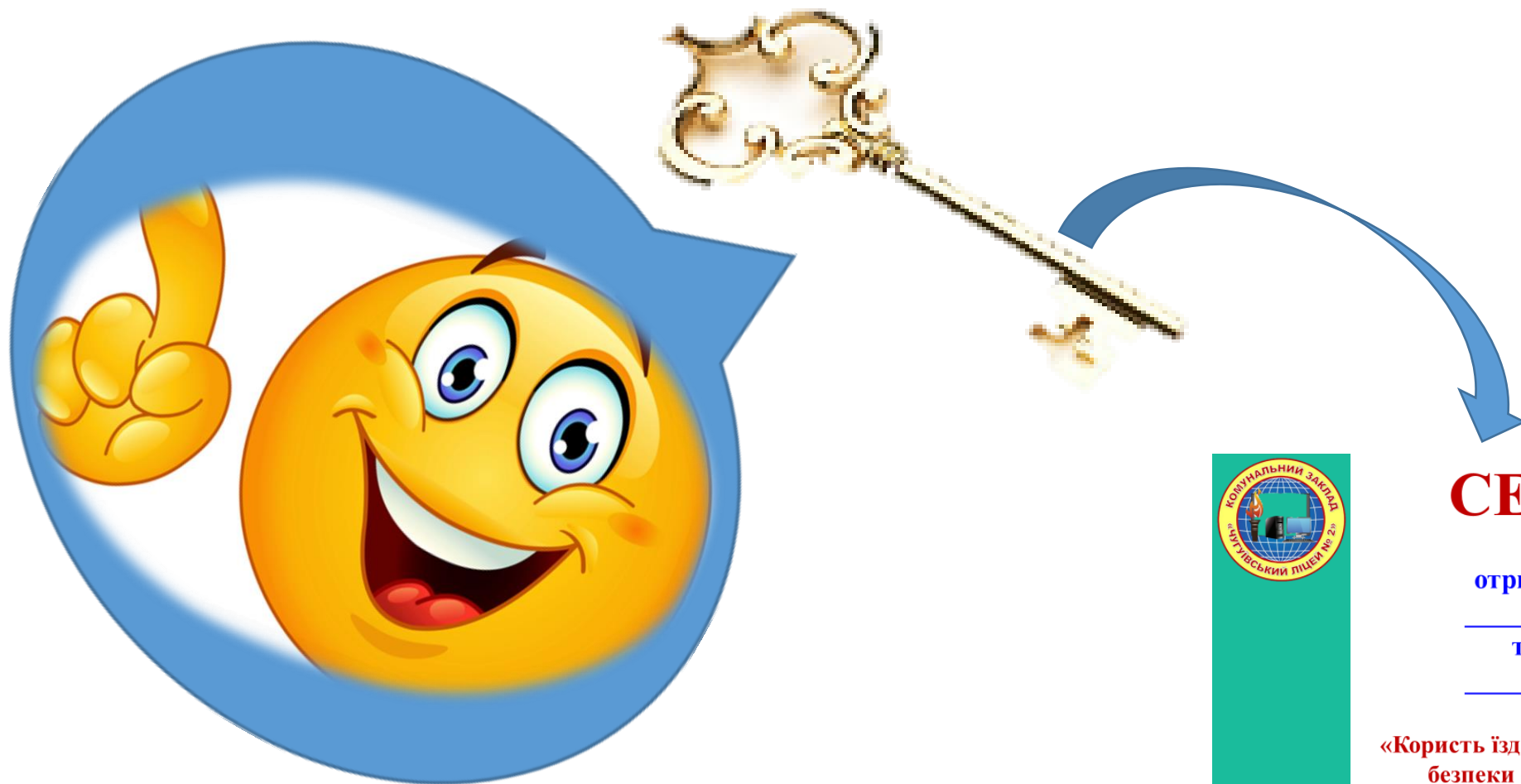


Меседж



**Людина розумна –
людина здорова!**



СЕРТИФІКАТ

отримав(ла) здобувач освіти

та одержав(ла) звання

з теми:

«Користь їзди на велосипеді для здоров'я, заходи безпеки під час подорожі на велосипеді»

Вчитель основ здоров'я

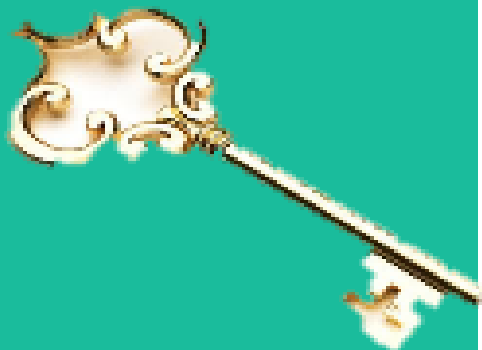
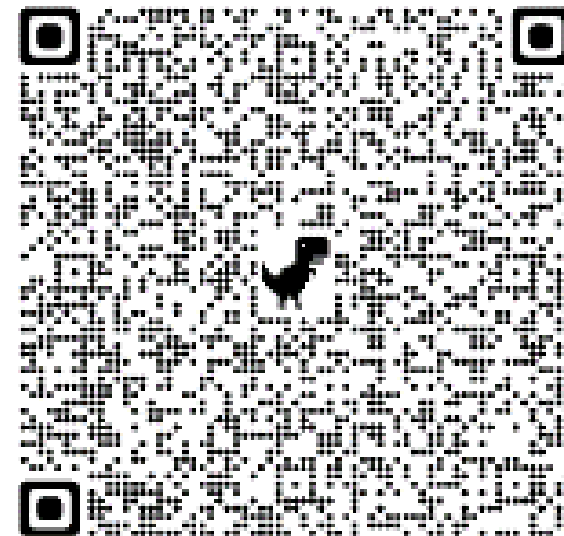
О.В. Серік

Тема 2.

Безпека в побуті й навколишньому середовищі



<https://wordwall.net/resource/51865595>



Велосипед

```
graph TD; A[Велосипед] --> B[Зручний]; A --> C[Екологічний]; A --> D[Відносно дешевий];
```

Зручний

Екологічний

Відносно дешевий



Ти - велосипедист



Проблема

Гіпотези

www.menti.com

56387715

Результат



Тегова
хмара



Go to www.menti.com/alaaxigi5dsn

Ти - велосипедист

організований
стрункий
уважний



<https://www.mentimeter.com/app/presentation/al74xzg9jfajd7359h2eo9tp79nijj63/e2whpzz9qc2i>

**Проблемне
питання**

велосипедист



здоров'я



безпека



Тема

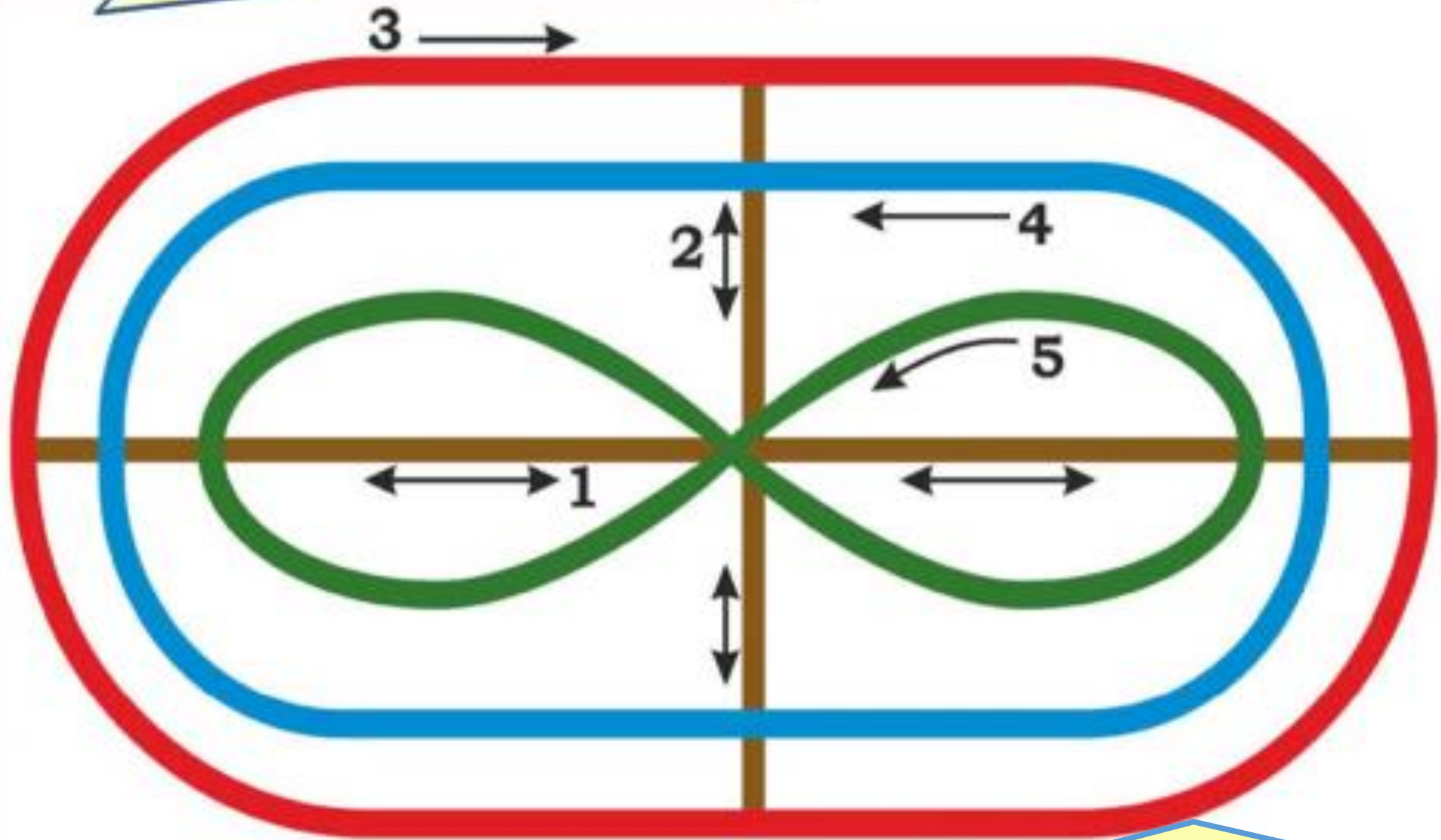
Користь їзди на велосипеді для здоров'я, заходи безпеки під час подорожі на велосипеді

План

- 1. Користь їзди на велосипеді для здоров'я.**
- 2. Безпеки під час подорожі на велосипеді.**

Динамічна пауза

Виконайте гімнастику для очей



Ми за здоровий спосіб життя!

Здоров'я

Проблема

велосипедист —
здоров'я —
безпека

Безпека

Висновки

1.



Динамічна пауза

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 розімнемо
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!



Проблема

велосипедист —
здоров'я —
безпека

Здоров'я

Висновки

Підвищення
витривалості

Зниження ваги

Зниження стресу

Оснащення

Одяг

Типорозмір велосипеду

1. Велосипед надає комплексну дію на здоров'я: поліпшення самопочуття, зовнішнього вигляду, психологічного стану.

2. Обирайте той, що підходить тобі за розміром та оснащений усіма необхідними елементами.

Дітям до 14 років їздити на велосипедах дорогою заборонено!

Безпека



Велосипедист - здоров'я - безпека

**покращення
сну**

**захисний
шолом**

**зниження
ваги**

**зниження
стресу**

світловідбивачі

велорукавички

Ти - велосипедист

Проблема

Гіпотези

Результат



Домашнє завдання

- 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>



Дедлайн: до
наступного уроку



Google Classroom



Самооцінювання



Все виходить



Маю сумніви

Потрібна допомога

Експрес-контроль

4-5 - експерти

3 - спеціалісти

1-2 - початківці



СЕРТИФІКАТ

отримав(ла) здобувач освіти

та одержав(ла) звання

з теми:

«Користь їзди на велосипеді для здоров'я, заходи безпеки під час подорожі на велосипеді»

Вчитель основ здоров'я

О.В. Сєрік

ФІДБЕК

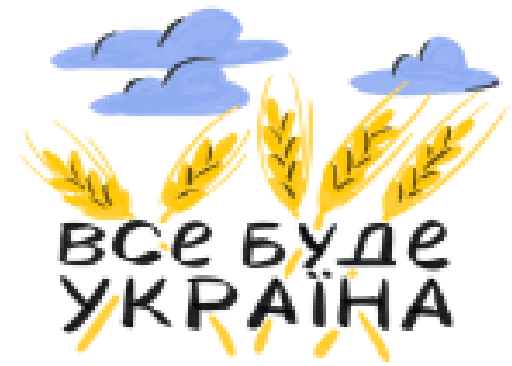


- Новим для мене...
- Корисно знати...
- Практично застосую...

Меседж

A black and white photograph of three young adults (two men and one woman) smiling and holding a large white rectangular sign. The man on the left is wearing a checkered shirt, the woman in the middle is wearing a dark top, and the man on the right is wearing a long-sleeved shirt. They are all pointing towards the text on the sign. The background is a light-colored wall with faint, hand-drawn icons like a calculator, a bird, a sun, and a flower.

**Пріоритет: здоровий
спосіб життя!!!**



Дякую за урок!