**ОСНОВИ ЗДОРОВ‘Я**

(За підручником : Основи здоров’я: підруч. для 2кл. загальноосвіт. навч. закл. / О.В.Гнатюк – К.: Генеза , 2012)

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | | Дата | | Зміст навчального матеріалу | Державні вимоги до рівня загальноосвітньої підготовки учнів ,  конкретизовані очікуваними результатами (навчальними цілями) | | Примітка |
| ***Вступ. Здоров’я людини*** | | | | | | |  |
| 1. | |  | | Ріст і розвиток людини. *Прак-тична робота.* Вимірювання росту і маси тіла. | Учень / учениця :  - називає умови , що сприяють фізичному розвитку дитини ;  - пояснює особливості росту і розвитку людей ;  - уміє вимірювати зріст і масу тіла та порівнювати їх з торішніми показниками  (з допомогою дорослих);  - додержується певної послідовності виконання роботи під керівництвом учт. | |  |
| 2. | |  | | Здоров’я і хвороби. | - називає приклади інфекційних захворювань ;  - називає ознаки захворювань (висока температура , кашель , нежить ) ;  - пояснює , як інфекція може потрапити в організм ;  - співпрацює в парі. | |  |
| 3. | |  | | Як захиститися від інфекції. | - називає засоби захисту від інфекцій (загартовування , заняття спортом , раці-  ональне харчування з належною кількістю вітамінів , особиста гігієна , дезін-  фекція , щеплення , захисні маски , гумові рукавички );  - називає правила поведінки з інфекційними хворими ;  - пояснює , чому не можна торкатися предметів із залишками чужої крові . | |  |
| 4. | |  | | **Перевір себе . Тематична робота.** | - пояснює особливості росту і розвитку людей ;  - пояснює , що таке епідемія , карантин ;  - дотримується правил безпечної поведінки під час карантину. | |  |
| ***Здорове тіло*** | | | | | | |  |
| 5. | |  | | Режим дня. *Практична робо-та.* Складання розпорядку ро-бочого дня. | - називає ранкові і вечірні гігієнічні процедури ;  - уміє підтримувати порядок робочого місця ;  - складає розпорядок робочого дня;  - додержується певної послідовності виконання роботи під керівництвом учт. | |  |
| 6. | |  | | Порядок і дисципліна . | - уміє підтримувати порядок робочого місця ;  - називає правила , які допомагають підтримувати дисципліну у школі ;  - співпрацює в парі;  - співпрацює в групі. | |  |
| 7. | |  | | Навчання і відпочинок. *Прак-тична робота.* Планування ви-хідного дня. | - розпізнає активний і пасивний , корисний і шкідливий для здоров’я відпочи-  нок ;  - пояснює користь активного відпочинку ;  - складає розпорядок вихідного дня ;  - додержується певної послідовності виконання роботи під керівництвом учи-  теля. | |  |
| 8. | |  | | Гігієна школяра. Здорові зуби. *Практична робота.* Як прави-льно доглядати за порожниною рота. | - називає правила , які допомагають підтримувати дисципліну у школі ;  - називає ранкові і вечірні гігієнічні процедури ;  - уміє підтримувати порядок робочого місця ;  - уміє доглядати за ротовою порожниною ;  - називає ранкові і вечірні гігієнічні процедури . | |  |
| 9. | |  | | Харчування і здоров’я . Народні традиції харчування . Як пово-дитися за столом. *Практична робота.* Вибір корисних для здоров’я продуктів. | - називає продукти харчування , багаті на вітаміни ;  - пояснює небезпеку недоїдання і переїдання ;  - вибирає ( з переліку) корисні для здоров’я продукти харчування ;  - називає правила поведінки за столом ;  - пояснює необхідність ретельно пережовувати їжу ;  - називає продукти харчування , багаті на вітаміни ;  - пояснює небезпеку недоїдання і переїдання .. | |  |
| 10. | |  | | Фізичні вправи і здоров’я. | - називає види рухової активності ;  - уміє виконувати комплекс вправ ранкової гімнастики та вправ для фізичного  і розумового розвантаження ;  - співпрацює в групі. | |  |
| 11. | |  | | Правила загартування . *Прак-тична робота.* Гра «Вдягни ляльку». | - називає процедури загартування ;  - уміє виконувати комплекс вправ ранкової гімнастики та вправ для фізичного  і розумового розвантаження ;  - додержується певної послідовності виконання роботи під керівництвом учи-  Теля;  - співпрацює в групі. | |  |
| 12. | |  | | **Перевір себе . Тематична робота.** | - розпізнає активний і пасивний , корисний і шкідливий для здоров’я відпочи-  нок ;  - називає ранкові і вечірні гігієнічні процедури ;  - пояснює користь активного відпочинку ;  - вибирає ( з переліку) корисні для здоров’я продукти харчування ;  - називає процедури загартування . | |  |
| ***Соціальна складова здоров’я*** | | | | | | |  |
| 13. | |  | | Права людини . | | - називає основні права дитини , визначені Конвенцією про права дитини ;  - називає людей , які допомагають реалізувати їхні права на навчання , отри-  мання медичної допомоги , всебічний розвиток ;  - пояснює , чому батьки є найкращими порадниками і захисниками прав ді-  тей . |  |
| 14. | |  | | Твоя родина. Твої обов’язки . | | - називає свої обов’язки в родині і в школі ;  - називає спільні обов’язки хлопчиків та дівчаток;  - співпрацює в парі. . |  |
| 15. | |  | | Наука спілкування. *Практична робота..* Моделювання ситуа-цій невербального спілкування . | | - пояснює , як щирість і правдивість полегшують спілкування ;  - пояснює , як уміння ухвалювати рішення допомагає уникати небезпек ;  - додержується певної послідовності виконання роботи під керівництвом учи-  теля ;  - співпрацює в групі. |  |
| 16. | |  | | Як ти спілкуєшся. *Практична робота..* Моделювання ситуа-цій невербального спілкування . | | - називає людей , які допомагають реалізувати їхні права на навчання , отри-  мання медичної допомоги , всебічний розвиток ;  - пояснює , чому батьки є найкращими порадниками і захисниками прав ді-  тей ;  - додержується певної послідовності виконання роботи під керівництвом учи-  теля. . |  |
| 17. |  | | Безпека і небезпека. *Практична робота.* Створення списку дже-рел допомоги у небезпечних си-туаціях (із допомогою дорослих | | | - пояснює , як уміння ухвалювати рішення допомагає уникати небезпек ;  - уміє обирати джерела допомоги відповідно до обставин ;  - уміє відмовлятися відкривати двері свого дому незнайомим людям ;  - співпрацює у парі. |  |
| 18. |  | | Один удома. Як уникнути не-безпечної ситуації. | | | - називає правила користування побутовими приладами ;  - пояснює небезпеку ігор із засобами побутової хімії;  - пояснює , як уміння ухвалювати рішення допомагає уникати небезпек . |  |
| 19. |  | | Небезпека від вогню. Причини виникнення пожеж. | | | - називає правила користування побутовими приладами ;  - пояснює небезпеку ігор із сірниками , запальничками ;  - пояснює , як уміння ухвалювати рішення допомагає уникати небезпек . |  |
| 20. |  | | Безпека вдома. *Практична ро-бота.* Створення пам’ятки що-до перегляду телевізійних пере-дач , користування комп’юте-ром і мобільним телефоном. | | | - називає правила користування телевізором , комп’ютером , мобільним теле-  фоном ;  - пояснює , як уміння ухвалювати рішення допомагає уникати небезпек ;  - уміє обирати джерела допомоги відповідно до обставин ;  - співпрацює у групі. |  |
| 21. |  | | Безпечна школа. *Практична ро-бота.* Відпрацювання навичок евакуації із приміщення школи згідно з планом евакуації. | | | - називає правила , які допомагають підтримувати дисципліну у школі ;  - знає правила безпечної поведінки в школі ;  - уміє організовано евакуюватися з різних приміщень школи ;  - пояснює , як уміння ухвалювати рішення допомагає уникати небезпек . |  |
| 22. |  | | Перевір себе. **Тематична робо-та.** | | | - називає правила користування побутовими приладами ;  - розпізнає ситуації , коли треба звернутися до медичного працівника ;  - уміє обирати джерела допомоги відповідно до обставин ;  - знає правила безпечної поведінки в школі ;  - додержується певної послідовності виконання роботи. |  |
| 23. |  | | Безпека на дорогах. | | | - називає правила переходу проїзної частини дороги в місті , в селі , за межами  населеного пункту ;  - розпізнає дорожню розмітку і дорожні знаки для пішоходів ;  - уміє визначати напрямок руху транспортних засобів. |  |
| 24. |  | | Як переходити дорогу. Дорожня розмітка. | | | - називає правила переходу проїзної частини дороги в місті , в селі , за межами  населеного пункту ;  - розпізнає дорожню розмітку і дорожні знаки для пішоходів ;  - уміє визначати напрямок руху транспортних засобів. |  |
| 25. |  | | Перехрестя. Ознаки ре гульова-ного та нерегульованого пере-хрестя. *Практична робота.* Мо-делювання ситуації переходу дороги на регульованому і нере-гульованому перехресті. | | | - розпізнає види перехресть ;  - уміє оцінювати ризик під час переходу дороги на перехресті ;  - називає правила переходу проїзної частини дороги в місті , в селі , за межами  населеного пункту ;  - співпрацює у групі. |  |
| 26. |  | | На відпочинку. Літні та зимові розваги. | | | - називає правила поведінки під час канікул;  - називає процедури загартовування ;  - розпізнає ознаки сонячного удару і сонячного опіку ;  - пояснює користь активного відпочинку ;  - розпізнає ситуації , коли треба звернутися до медичного працівника ;  - уміє обирати джерела допомоги відповідно до обставин . |  |
| 27. |  | | Тварини навколо нас. | | | - пояснює небезпеку контактів із дикими та бездомними тваринами ;  - розпізнає ситуації , коли треба звернутися до медичного працівника ;  - пояснює потребу мити руки після контактів із тваринами ;  - уміє обирати джерела допомоги відповідно до обставин . |  |
| 28. |  | | Сам собі лікар. *Практична ро-бота.* Моделювання ситуації надання першої допомоги при нескладних травмах. | | | - уміє надавати самодопомогу та допомогу при порізах , подряпинах , забит-  тях ;  - розпізнає ситуації , коли треба звернутися до медичного працівника ;  - уміє обирати джерела допомоги відповідно до обставин ;  - співпрацює у парі. |  |
| 29. |  | | Смаки й захоплення. *Практич-на робота.* Створення плаката «Захоплення нашого класу» | | | - пояснює вплив смаків і захоплень на здоров’я людини ;  - порівнює власні захоплення з інтересами однолітків ;  - співпрацює у групі. |  |
| 30. |  | | Твої друзі. | | | - розповідає про особисті інтереси , смаки і захоплення ;  - уміє знаходити спільні інтереси з іншими людьми ;  - уміє обирати безпечні для здоров’я заняття ;  - співпрацює у парі . |  |
| 31. |  | | Будь людяним. | | | - уміє знаходити спільні інтереси з іншими людьми ;  - порівнює власні захоплення з інтересами однолітків ;  - уміє обирати безпечні для здоров’я заняття ;  - співпрацює у парі . |  |
| 32. |  | | Як прийняти рішення. | | | - пояснює вплив смаків і захоплень на здоров’я людини ;  - пояснює , як уміння ухвалювати рішення допомагає уникати небезпек ;  - уміє обирати безпечні для здоров’я заняття . |  |
| 33. |  | | Алкоголь і здоров’я. | | | - пояснює вплив смаків і захоплень на здоров’я людини ;  - пояснює , як уміння ухвалювати рішення допомагає уникати небезпек ;  - уміє обирати безпечні для здоров’я заняття |  |
| 34. |  | | Перевір себе. **Тематична робо-та.** | | | - називає правила поведінки під час канікул;  - розповідає про особисті інтереси , смаки і захоплення ;  - пояснює вплив смаків і захоплень на здоров’я людини ;  - пояснює , як уміння ухвалювати рішення допомагає уникати небезпек ;  - уміє обирати безпечні для здоров’я заняття . |  |
| 35. |  | | Підсумковий урок за рік. | | | - називає правила поведінки під час канікул;  - називає процедури загартовування ;  - пояснює користь активного відпочинку ;  - уміє обирати джерела допомоги відповідно до обставин . |  |
|  |  | |  | | |  |  |