|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Предмет** «Основи здоров’я» | **Клас 3** | **Тема:** Чинники природи, що сприяють збереженню здоров’я. |
| Аспект СР | | Зміст завдання:  Проблема Людина – частина природи. Чи впливає природа на людину? Доведіть.  Завдання:  1. Розгадати кросворд «Жива сила».  2. Позитивний та негативний влив природних чинників – сонця, повітря і води на організм людини.  3. Скласти таблицю «Три « кити» загартування».  4. Опрацювати малюнки. Вказати на зони екологічного лиха в Україні та небезпечні підприємства у нашій місцевості.  5. Поєднати частини народних висловів та пояснити їх значення.  6. Практична робота. Виконати текст «Так чи ні?»  Коментарі  До завдання № 2. Колективна робота усього класу. Вчитель записує на дошці. Передбачувані відповіді учнів. 1. Організм отримує вітамін D – опіки. 2. Життя без повітря не можливе – забруднене повітря шкодить здоров’ю.  3. Вода – джерело життя – стихійні лиха.  До завдання № 3. Об’єднати учнів в групи: І група – сонце і правила загартування. ІІ група – повітря і правила загартування. ІІІ група – вода і правила загартування.   |  |  |  | | --- | --- | --- | | До завдання № 5. | | | | Не брудни криниці, |  | доки не зникне вона. | | Не знаємо, яка цінна вода, | бо схочеш водиці. | | Де кінчається вода, | там не буде життя. |   До завдання № 6. 1. Більша частина поверхні землі вкрита прісною водою. 2. Промислові підприємства не забруднюють повітря. 3. Життя без сонця на Землі можливе. 4. Прісної води на планеті значно менше ніж солоної. 5. Людям потрібно дбати, щоб вода не виливалася даремно. 6. Більшою мірою повітря складається з вуглекислого газу. 7. Забруднення повітря не впливає на здоров’я людини. 8. Без води не можливе життя на Землі. 9. У багатьох країнах світу не вистачає прісної води. |
| Тема СР: Вплив природних чинників на здоров’я людини. | |
| Інформація | |
| Людина – це частина довкілля. Для нас природа – це дім. Усе, що потрібно людям для життя, вони отримують від природи: сонячне проміння, повітря, воду. Сонце випромінює тепло і світло, під впливом сонячних променів ми загартовуємося. Повітрям дихають усі живі організми. Воду ми п’ємо, нею миємось, у ній плаваємо, з нею готуємо їжу. Сонце, повітря і вода – це три « кити» загартування. Дотримування правил і принципів загартування природно-кліматичними факторами сприяє зміцненню здоров’я, лікує багато хвороб, адаптує організм до різних природних температурних коливань, тренує нервово-ендокринні механізми. Кращому загартуванню сприяє систематичне перебування на свіжому повітрі, особливо цінними для здоров’я є повітряні ванни під деревами, на дачі, у селі, на лісовій галявині. Цінність їх полягає у тому, що дерева виділяють багато фітонцидів. Користуйтеся нагодою походити босоніж. « Кожен крок босоніж – додаткова хвилина життя». Священна «жива сила», котра є в сонці, повітрі, воді робить людину сильнішою, витривалішою. Тому  люди повинні дбати про чистоту води, повітря та навколишнього середовища.  Сонце, повітря і вода наші найкращі друзі. Бережіть природу. | |
|  | |