**Сім’я і здоров’я**

**Мета:** розширити уявлення учнів про сім’ю як чинник здоров’я; пояснити учням, що спадковість впливає на здоров’я; вчити називати родинні традиції, сприятливі для здоров’я; спонукати школярів до виконання обов’язків щодо старших і молодших членів своєї родини; виховувати бажання піклуватися про здоров’я всіх членів родини, поважати старших членів родини.

**Хід уроку**

**I. ОРГАНІЗАЦІЙНИЙ МОМЕНТ**

**II. АКТУАЛІЗАЦІЯ ОПОРНИХ ЗНАНЬ**

— Звісно, дитина в першу чергу звернеться до батьків за порадою. А що робити, коли батьків поруч немає або потрібна порада дорослого щодо стосунків саме з ними?

Як попросити вчителя про послугу чи допомогу?

*Проблемне запитання*

— Здоров’я — одне із джерел радості. Чому говорять, що здоров’я починається в родині?

**III. ПОВІДОМЛЕННЯ ТЕМИ І МЕТИ УРОКУ**

— Сьогодні на уроці ви дізнаєтеся про спадковість і традиції збереження здоров’я у сім’ї.

**IV. ВИВЧЕННЯ НОВОГО МАТЕРІАЛУ**

**1. Повідомлення вчителя**

— Ми знаємо, що здоров’я залежить від багатьох чинників: від самої людини, від її характеру, поведінки і звичок, у тому числі і від харчування. Наше здоров’я залежить від чистоти повітря, води, рівня шуму навкруги. А чи залежить наше здоров’я від спадковості, від сімейних традицій?

Кожний організм, будь то рослина, риба, звір або людина, має схожість зі своїми батьками, проте відрізняється від них. Наприклад, діти можуть бути схожими на одного з батьків, але зазвичай вони мають деякі риси кожного із батьків. Справа в тому, що батьки передають дітям певні властивості, а діти «наслідують» їх. Отже, спадковість — це вивчення того, як потомство придбаває схожість зі своїми батьками.

Одиницю спадковості називають ген. Деякі гени несуть домінуючі, а інші — рецесивні ознаки. Наприклад, гени, що визначають кучерявість волосся, домінують над генами прямого волосся. Коли обидва батька кучеряві, вони зазвичай мають і кучерявих дітей. Але якщо кожен батько несе рецесивний ген прямого волосся, деякі діти можуть бути з прямим волоссям.

Учені вивчили такі людські ознаки, як колір очей, волосся і шкіри, адже, вони зазвичай можуть сказати, як такі ознаки успадковуються людьми, чиї сімейні історії відомі впродовж декількох поколінь.

Чи погоджуєтеся ви з думкою, що найдорожчі люди, які оточують вас,— це ваша сім’я? *(Відповіді учнів.)*

— Ці люди не просто живуть разом із вами — вони піклуються про вас, передусім, про ваше здоров’я і життя. Батьки забезпечують вам необхідне харчування, одяг, шкільне приладдя, тепло у квартирі, турбуються про вашу безпеку вдома й дорогою до школи, дбають про ваш настрій і самопочуття. Членів сім’ї пов’язує любов і ніжність, турбота одне про одного, взаємоповага і взаємодопомога. Найбільше диво в сім’ї — дитина. Батьки хочуть виростити здорових, добрих і розумних дітей. Відомо, що міцність сім’ї залежить від близькості її членів, глибини їхніх взаємин, спільного проведення часу. Якщо міліє внутрішній світ сім’ї, вона розпадається. Щоб цього не сталося, всі члени сім’ї повинні піклуватися одне про одного. Особливого піклування потребують діти. Батьки мають піклуватися про своїх дітей до 18 років. Цей вік називають повноліттям, тому що з цього часу людина стає повноправним членом суспільства.

Діти повинні знати свої права й одночасно виконувати свої обов’язки. Часто в сім’ях проживають інші члени родини: дідусь, бабуся, тітка, дядько. Між ними мають панувати взаєморозуміння, взаємоповага. Всі мають дбати про здоров’я одне одного, розуміти і відчувати настрій, самопочуття кожного, уникати сварок, конфліктів. Якщо в сім’ї є молодші, хворі, немічні, їм слід допомагати, приділяти найбільше уваги, піклуватися про них.

**2. Робота за підручником (с. 50–53)**

— Що називають спадковістю?

Учитель пропонує учням прочитати вірш Лесі Вознюк «Спадковість».

— Що можна успадкувати від тата чи від мами?

Учні виконують завдання, вміщені на с. 50, роблять висновок та порівнюють його із висновком у підручнику.

— Чи погоджуєтеся ви з думкою, що людина може успадкувати не лише колір волосся, очей чи форму носа, а й деякі вади здоров’я?

— Які спадкові захворювання вам відомі?

— Як запобігти цим проблемам? Наведіть приклади.

— Чому сім’ю порівнюють із живим організмом?

*Робота в групах*

Учні читають вірш «Домашній твір» та обговорюють його за запитаннями, поданими у підручнику.

— Що таке родинні традиції? Наведіть приклади.

— Як родинні традиції впливають на здоров’я?

*Робота в групах*

Учитель пропонує учням розглянути мал. 11 та навести приклади родинних традицій.

*Вправа «Мікрофон»*

Учні по черзі продовжують твердження: «У нашій родині існує традиція...».

*Інсценізація*

Учні по черзі показують пантомімою одну із традицій здорового способу життя своєї родини.

**3. Фізкультхвилинка**

**V. УЗАГАЛЬНЕННЯ Й СИСТЕМАТИЗАЦІЯ ЗНАНЬ**

**1. Тестування**

1. Обери правильну відповідь.

Як ти вважаєш, чому держава повинна піклуватися про здоров’я своїх дітей?

Тому, що зі здорових дітей виростуть здорові та розумні дорослі громадяни.

Якщо будуть хворіти й голодувати діти, країні буде соромно перед іншими державами.

Якщо діти нездорові, народ не має майбутнього.

2. Познач правила, які ти виконуєш удома.

Ураховую настрій інших.

Пещу рідних своєю любов’ю, цим захищаю їх від злих сил.

Дотримую родинних традицій, не виявляю своїх амбіцій.

**2. Розучування вірша**

Кожній людині

Слід пам’ятати:

Хто його батько,

Хто його мати.

Тільки в любові

Кріпне родина.

Тільки свободою

Квітне країна.

*О. Чеботарьов*

**3. Вправа «Як учинив би ти?»**

* Маленький братик сумує, а ти...
* У сестрички не виходить задачка, а ти...
* Мама прийшла втомлена з роботи, а ти...

**4. Гра «П’ять речень»**

Учні в п’яти реченнях формулюють засвоєні на уроці знання.

**VІ. ПІДБИТТЯ ПІДСУМКІВ. РЕФЛЕКСІЯ**

— Чи обговорюєте ви в родині питання здоров’я?

— Як почуваються всі члени ваших родин?

— Хто із ваших рідних мав міцне здоров’я, жив довго й щасливо?

— Які вітальні слова в день народження тата, мами або друзів ви зазвичай кажете? Чого їм бажаєте насамперед?

— Чому впродовж століть люди вважають сім’ю тим місцем, де їм найкраще і найбезпечніше?

— Чому саме в родині ви зростаєте здоровими та щасливими?

— Як почувається дитина у сім’ї?

— Чому дитина у сім’ї почувається захищеною?

— Чому дитина у сім’ї відчуває тепло і любов рідних?

— Чому дитина у сім’ї розвивається як неповторна особистість?

**VІІ. ДОМАШНЄ ЗАВДАННЯ**

Підручник (с. 50–53).

Запитати в дорослих, чи є у вас близькі родичі, хворі на спадкові захворювання, та дізнатися в лікаря, як можна запобігти розвитку цього захворювання.