**Творчість і здоров’я**

**Мета:** ознайомити учнів із засобами розвитку творчих здібностей; розвивати мислення, мовлення; заохочувати до здорового способу життя.

**Хід уроку**

**I. ОРГАНІЗАЦІЙНИЙ МОМЕНТ**

**II. АКТУАЛІЗАЦІЯ ОПОРНИХ ЗНАНЬ**

*Бліцопитування*

— Що таке звичка?

— Як формується звичка?

— Які бувають звички?

— Як впливають на здоров’я корисні звички, шкідливі звички?

— Як ви розумієте прислів’я: «Посієш учинок — пожнеш звичку, посієш звичку — пожнеш характер, посієш характер — пожнеш долю»?

*Довідничок:* виробити навички здорового способу життя; виховувати силу волі; сформувати в собі корисні звички; дбати про своє здоров’я; поставити надійний заслін від шкідливих звичок.

**III. ПОВІДОМЛЕННЯ ТЕМИ І МЕТИ УРОКУ**

— Сьогодні на уроці ви дізнаєтеся, як розвивати творчі здібності.

**IV. ВИВЧЕННЯ НОВОГО МАТЕРІАЛУ**

**1. Повідомлення вчителя**

— Говорячи про здібності людини, мають на увазі її можливості в тій чи іншій діяльності. При інших рівних умовах (підготовленість, знання, навички, вміння) здібна людина отримує кращі результати порівняно з менш здібною. Кожна діяльність висуває до людини складні вимоги. Тому для її успішного виконання людина повинна володіти певною системою властивостей.

Здібності необхідно розвивати. Важливе значення для розвитку здібностей має:

1) наполегливість;

2) працелюбність: люди, які довели унікальність своїх здібностей, багато і наполегливо працювали;

3) позитивне ставлення до сфери виявлення здібностей; часто в цій сфері людина вбачає смисл свого життя *(Станіславський: «Моє життя — в мистецтві»)*; у такому випадку діяльність носить по-справжньому творчий характер, здійснюється із захопленням та приносить задоволення;

4) працездатність і вимогливість; людина не народжується з готовим набором позитивних чи негативних якостей, здібностей, їх набуття залежить від оточення: рідних і близьких, друзів, однокласників, вчителів, занять за інтересами, телебачення й багато чого іншого; але слід запам’ятати головне: людина сама є володарем своєї долі, потрібно постійно працювати над собою, саморозвиватися й самовдосконалюватися, розвивати чесноти і боротися з недоліками.

**2. Робота за підручником (с. 134–138)**

*Вправа «Привітання»*

Учитель пропонує учням утворити коло і по черзі привітатися зі своїм сусідом, що стоїть ліворуч, оригінальним способом, наприклад, іноземною мовою або за допомогою пантоміми.

— Як ви розумієте слово творчість?

— Що може бути результатом творчості?

*Робота в групах*

Учні працюють за завданнями підручника.

— Чи погоджуєтеся ви з думкою, що творчі здібності мають лише окремі люди?

— Що таке творчі здібності, або креативність?

Проведення ігор

* Гра «Робінзон Крузо».

Учні працюють за завданнями підручника.

* Гра «Ранкова зарядка».

Учні працюють за завданнями підручника.

* Гра «Кулінар».

Учні працюють за завданнями підручника.

— Прочитайте висновок у підручнику.

— Чому успішні люди зазвичай співпрацюють з іншими людьми?

*Робота в групах*

Учні працюють за завданнями підручника

Практична робота «Підготовка свята “Здоров’я — всьому голова”» (с. 137)

**3. Фізкультхвилинка**

**V. УЗАГАЛЬНЕННЯ Й СИСТЕМАТИЗАЦІЯ ЗНАНЬ**

**1. Гра «Краще за всіх»**

Учні утворюють коло і під музику виконують команди педагога, наприклад: потанцювати, зобразити тварину, зробити гімнастику, посміхнутися і т. ін. Той, хто краще за всіх виконає те або інше завдання, одержує красиву намистину *(камінчик)* досконалості. Можна запропонувати дітям виконати кумедні завдання. Наприклад: хто довше простоїть на одній нозі, махаючи руками; у кого щонайдовша промова. Перемагає той, хто збере найбільше намистин досконалості.

Наприкінці гри педагог обговорює з дітьми, що людина повинна докладати

зусиль, щоб досягти досконалості у певній справі.

— Чи повинна людина вдосконалювати свій характер? Чому?

— Що ще, окрім характеру, може вдосконалювати людина? *(Знання, вміння, майстерність)*

— Якими якостями повинна володіти людина, щоби прагнути досконалості?

— Чи може людина досягти повної досконалості?

— Про яку людину говорять, що вона — сама досконалість?

— Хто може допомогти людині вдосконалюватися?

— Хто допомагає вам удосконалюватися?

**2. Гра «Ворота долі»**

Двоє учнів встають обличчям одне до одного, беруться за руки і піднімають їх — це «ворота долі». Решта дітей беруться за руки таким чином, щоб вийшов «ланцюжок».

«Ворота долі» промовляють лічилку, а «ланцюжок» поволі проходить під ними.

Тра-та-та, тра-та-та —

Відчиняємо ворота.

Пропускаємо раз,

Пропускаємо два,

А на третій раз —

Не пропустимо вас.

Із цими словами опускають руки, закривають ворота і пропонують тому, кого вони упіймали, певну ситуацію. Упіймана дитина повинна відповісти, як учинить у цій ситуації. «Ворота долі» оцінюють відповідь від 1 до 10 балів, а потім пропускають дитину, і гра триває. Той, хто набрав найвищу кількість балів, зумів гідно пройти через випробування долі. *(Доцільно попередити дітей, що «ворота долі» не повинні ловити одних і тих саме.)*

Приклади ситуацій можна записати на дошці.

* Ваші батьки переїхали, і ви опинилися у незнайомій школі.
* Ви спізнилися на літак і не змогли поїхати з друзями в туристичну поїздку.
* Ви накопичили гроші на що-небудь, про що мріяли, і втратили їх. Хто, на вашу думку, дає людині його долю?

— Як ви вважаєте, людина — господар своєї долі?

— Чи знаєте ви людей, про яких говорять, що вони народилися у щасливій сорочці?

— Чи хотіли б ви наперед дізнатися все про свою долю? Чи можливо це?

— Як ви вважаєте, люди стали б щасливішими, якби могли наперед все про себе дізнатися?

— Чи хотіли б ви змінити свою долю?

— Як характер людини впливає на його долю?

— Як виховання впливає на долю людини?

— Чи хотіли б ви помінятися своєю долею з ким-небудь зі своїх товаришів?

— Що б ви порадили людині, яка завжди не задоволена своєю долею?

— Розкажіть про якого-небудь свого знайомого з цікавою долею.

**3. Робота в групах. Складання правил здоров’я**

1. Займайтеся фізичною культурою, хоча б 30 хв на добу.

2. Раціонально харчуйтеся. Не забувайте про овочі та фрукти.

3. Уникайте надмірної ваги, не вечеряйте після 6 год вечора.

4. Упродовж дня пийте більше рідини.

5. Дотримуйте режиму дня. Лягайте та прокидайтеся в один і той самий час.

6. Не нервуйте, адже нервові клітини не відновлюються. Знаходьте завжди тільки позитивні моменти.

7. Загартовуйте свій організм. Найкраще допомагає контрастний душ — тепла та прохолодна вода.

8. Не зловживайте шкідливими звичками.

9. Частіше гуляйте у парках, на свіжому повітрі, подалі від автомобілів та інших забруднювачів повітря.

10. Творіть добро. Адже на добро відповідають добром. Воно обов’язково до вас повернеться у вигляді гарного настрою та самопочуття.

**4. Гра «Тлумач»**

— Поясніть твердження: «Здоров’я — найдорожчий скарб». *(Найцінніше у людини — це життя, а найцінніше у житті — це здоров’я. Коли людина здорова, вона втілює в життя мільйони своїх бажань, радіє кожному дню. А коли здоров’я немає, у людини одне бажання — стати здоровим.)*

**5. Робота в групах**

Учні працюють за завданнями підручника.

Читання звернення авторів підручника до учнів на с. 138.

**VІ. ПІДБИТТЯ ПІДСУМКІВ. РЕФЛЕКСІЯ**

— Що означає здоровий спосіб життя?

— Як спосіб життя впливає на здоров’я людини?

— Назвіть корисні звички здорового способу життя, яких вам ще слід набути.

— Хто, на вашу думку, дає людині її долю?

— Доведіть на прикладах, що людина — господар своєї долі.