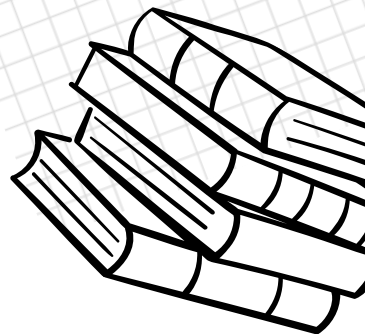




Легкий старт нового навчального року

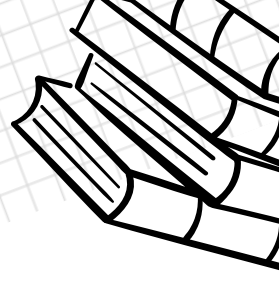
Вправи, пазли, філворди до перших уроків
ІК «Здоров'я, безпека та добробут»

ВИДАВНИЦТВО
РАНОК



Якщо для вас була корисною ця розробка,
приєднуйтеся до Viber-спільноти
ЗБД.у школі з «Ранком»





Створення атмосфери довіри

вправи

«Мережа підтримки»

Для учнівства 5-9 класів.

Матеріали: клубок ниток яскравого кольору.

Хід вправи:

- Необхідно сісти або стати в коло.
- Учитель / вчителька: «Вітаю, друзі! Ми подорослішали за це літо, кожен та кожна із нас змінився й змінилася. Давайте сплетемо нашу мережу довіри. Я називаю своє ім'я, одну фразу про те, як я змінився / змінилася за літо, затискаю кінець нитки і кидаю клубок комусь із вас».

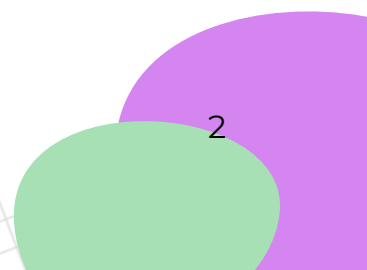
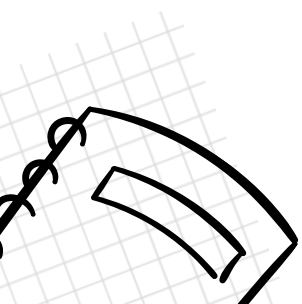
Наприклад:

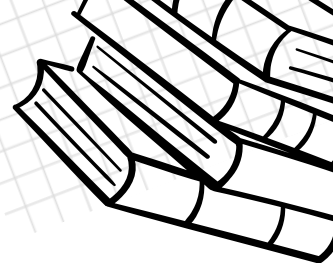
- «Я Світлана Миколаївна, за літо я навчилася пекти дуже смачний пиріг і сильно скучила за вами! Передаю клубок Андрію».
- У результаті в колі утворюється міцна «павутинка», яка візуалізує зв'язок між дітьми.



Висновок учителя / вчительки:

«Подивіться, ми всі різні, але зараз ми пов'язані в одну команду. Якщо хтось один потягне нитку — відчують усі. Наш клас — це простір, де ми підтримуємо один одного».





Створення атмосфери довіри

вправи

«Мій літній емодзі-код»

Для дітей, які соромляться говорити розлогі тексти одразу, або звикли до гаджетів.

Матеріали: аркуші паперу, маркери (або можна використати звичайну шкільну дошку) чи смартфони.

Хід вправи:

- Учитель / вчителька пропонує дітям намалювати на аркуші (стікері чи написати в смартфоні та відправити у спільний чат класу) 3 емодзі, які найкраще описують їхнє літо.

Наприклад:

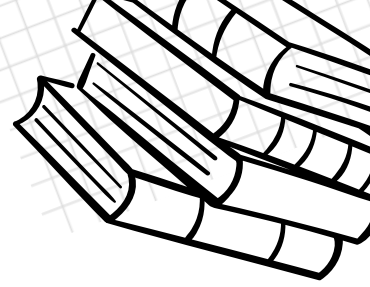
- 🌊 (море/річка), 🍕 (смачна їжа або пікніки), 🎮 (комп'ютерні ігри) або 😴 (багато спав / відпочивав).
- Учнівство об'єднується в пари чи трійки і показує один одному свої «коди». Завдання партнера / партнерки — вгадати, що саме означають ці емодзі в житті однокласника / однокласниці. Потім автор / авторка емодзі коротко підтверджує або коригує здогадку.
- Або відгадуємо емодзі зі спільного чату ланцюжком один за одним.



Висновок учителя / вчительки:

- «Наші емоції та спогади — це те, що робить наш добробут багатшим. Ми всі відпочивали по-різному, але кожен / кожна знайшов / знайшла свій спосіб перезавантажитися».





Створення атмосфери довіри

вправи

«Знайди того, хто...» (Бінго-знайомство)

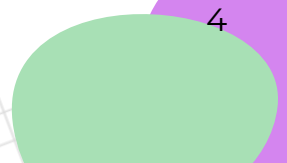
Для активних класів або для того щоб «розрухати» та зняти напругу в класі, де діти за літо трохи відвикли один від одного. *Матеріали:* роздруковані картки-таблички (3х3 або 4х4 клітинки) для кожного учня / кожної учениці та ручки.

Хід вправи:

- Кожна дитина отримує одну картку, де в клітинках записані різні твердження. За сигналом учителя / вчительки діти починають рухатися класом і шукати однокласників / однокласниць, які підходять під ці описи. Знайшовши таку людину, учень / учениця записує її ім'я у відповідну клітинку.
- Правило: одне ім'я можна вписати в картку лише один раз (щоб діти поспілкувалися з якомога більшою кількістю людей).
- Хто перший заповнить лінію (по горизонталі, вертикалі чи діагоналі), вигукує «Бінго!».
- Учитель / вчителька просить декількох дітей зачитати, кого вони вписали.

Висновок учителя / вчительки:

- «Подивіться, як багато у нас спільного, і які ми водночас унікальні. Наш клас — це готова команда для безпечного та цікавого року!».



Картка № 1

..... за літо прочитав (-ла) хоча б одну книгу	 навчився (-лась) чогось нового	 дуже сумував(-ла) за школою / друзями
..... знає, що робити під час сигналу «Повітряна тривога»	 Моє ім'я	 провів(-ла) без гаджетів хоча б один повний день
..... регулярно робив (-ла) ранкову руханку чи займався (-лась) спортом	 має домашнього улюбленця	 готовий(-а) ділитися гарним настроєм сьогодні



Картка № 2

..... знає круту пісню, яка завжди піднімає настрій	 хоча б раз влітку зустрів (-ла) світанок або провів (-ла) захід сонця	 навчився(-лася) помічати власну втому, вчасно відпочивати
..... часто обіймав рідних або друзів для підтримки	 Моє ім'я	 має хобі, яке допомагає заспокоїтися
..... написав(-ла) / сказав(-ла) комусь приємні слова просто так	 знає, як підтримати друга / подругу, коли тому / тій сумно	 спробував(-ла) улітку нову корисну страву чи фрукт

Картка № 3

..... пам'ятає номери телефонів рятувальних служб	 завжди переходив(-ла) дорогу тільки на зелене світло або «зебру»	 знає, що не можна чіпати незнайомі предмети на вулиці
..... влітку користувався (-лась) сонцезахисним кремом / носив(-ла) кепку	 Моє ім'я	 вміє правильно збирати «тривожний наплічник» до укриття
..... знає, як діяти, якщо під час прогулянки застала гроза	 пам'ятає хоча б одне правило безпеки на воді	 може назвати 3 речі, які не можна класти в мікрохвильовку



Картка № 4

..... влітку сортував(-ла) сміття	 допомагав(-ла) доглядати за рослинами	 провів(-ла) багато часу в лісі, парку чи біля річки
..... використовував(-ла) багаторазову пляшку для води замість одноразових	 Моє ім'я	 завжди закривав(-ла) кран, коли чистив(-ла) зуби, щоб берегти воду
..... влітку ходив(-ла) за покупками з екошопером (торбинкою)	 не залишив(-ла) після свого пікніка жодного сміття	 багато ходив(-ла) пішки або їздив(-ла) на самокаті / велосипеді

Картка № 5

..... робив(-ла) літні фото природи або друзів, а не лише селфі	 ніколи не відповідав (-ла) на повідомлення від підозрілих незнайомців	 має складний і надійний пароль на своєму смартфоні
..... може пояснити чому під час переходу дороги не можна дивитися в телефон	 Моє ім'я	 влітку хоча б раз видалив(-ла) старі непотрібні фото / додатки
..... влітку знайшов(-ла) цікавий повчальний YouTube-канал / подкаст	 дотримувався(-лася) правила «ніяких екранів за годину до сну»	 знає, чому не можна викладати свій номер телефону в коментарях

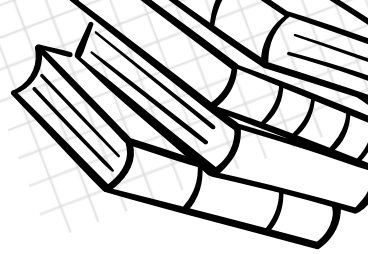


Картка № 6

..... влітку самостійно приготував(-ла) якусь страву для всієї родини	 відчуває, що став(-ла) сильнішим(-шою) і дорослішим(-шою)	 допомагав(-ла) літнім людям або займався волонтерством
..... навчився(-лась) краще планувати свій день цього літа	 Моє ім'я	зміг(змогла) помиритися з кимось, якщо виникла сварка
..... вивчив кілька нових іноземних слів або фраз	 зробив(-ла) за літо якусь добру справу, про яку нікому не розповів(-ла)	подолав(-ла) якийсь свій маленький страх







Пазл безпечних спогадів

креатив

Матеріали: чисті білі аркуші А4 розрізані на 4 довільні геометричні частини (пазли) за допомогою фігурних ножиць або просто нерівними лініями.

Етап 1. Індивідуальна творчість та інтрига (3 хвилини)

Кожна дитина отримує абсолютно чистий шматочок пазла.

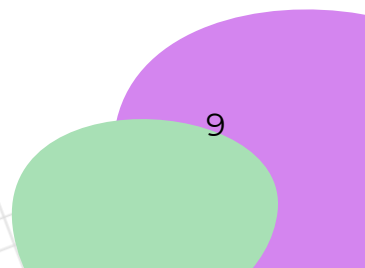
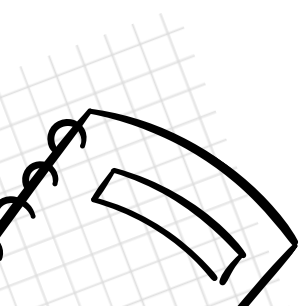
- Завдання: «Напишіть по центру цього шматочка одне головне дієслово вашого літа (наприклад: Плавав, Відпочивав, Читав, Мандрував). А навколо розфарбуйте цей шматочок у колір вашого літнього настрою».

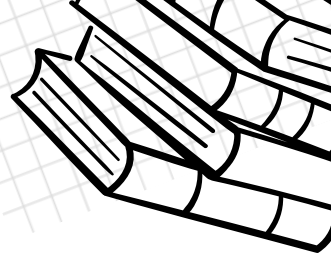
Етап 2. Рух та командне об'єднання (5 хвилин)

Діти шукають, чиї шматочки підходять один до одного фізично (за лініями зрізу).

Етап 3. Сторітелінг (10 хвилин)

1. Коли пазл складено, утворюється білий щит із чотирма різними дієсловами.
2. Завдання на сторітелінг: об'єднати ці 4 слова в одну фантастичну або реальну розповідь: «Історія про те, як четверо друзів влітку плавали, відпочивали, читали та мандрували безпечно».





Згадати все!

філворд

Друзі! У цій сітці літер заховалися 10 важливих слів, які ми вивчали раніше на уроках ЗБД. Ваше завдання — знайти їх усі та відновити у пам'яті наші знання!

Що потрібно робити?!

Шукайте слова: уважно подивіться на літери. Слова можуть читатися по горизонталі (зліва направо) та по вертикалі (зверху вниз).

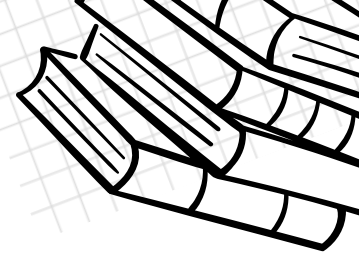
Вони не перетинаються і не згинаються під кутом.

Виділяйте знайдене: щойно знайдете слово, закресліть або обведіть його кольоровим маркером чи олівцем.

Будьте першими: хто знайде всі 10 слів — піднімає руку і вигукує «Згадав!» (або «Згадала!»).

Успіху! Час пішов!

А	І	Н	Ч	У	Ш	Г	Д	Є	Б	Ш	Ю	Ю	Ш	Р
Я	Щ	Ф	С	Б	Е	З	П	Е	К	А	Ч	М	Й	К
В	І	Л	Б	Е	З	Р	О	Б	І	Т	Т	Я	Ч	І
К	Н	В	Я	Р	Є	М	Е	З	С	А	З	Я	И	Б
А	Т	Ш	Б	Є	І	Е	А	Г	Р	Е	С	І	Я	Е
Р	Е	Н	Г	Ц	Ї	Щ	Ш	Ь	М	І	П	Ч	А	Р
А	Л	З	У	Б	Ю	Щ	І	Т	Ю	Є	И	У	Ї	Б
Н	Е	М	Т	Й	Д	А	Ь	А	Б	З	Б	Р	А	У
Т	К	У	П	Ш	Р	О	Я	Ь	З	К	А	Ї	Х	Л
И	Т	У	І	Н	У	У	А	Ц	М	А	И	Н	У	І
Н	З	Ф	Ж	В	Ф	С	Н	А	М	Т	Ь	Є	Ч	Н
Е	П	І	Д	Е	М	І	Я	Х	Щ	П	П	Х	Й	Г
Д	Ь	Р	І	М	У	Н	І	Т	Е	Т	К	З	С	Ф
К	О	М	У	Н	І	К	А	Ц	І	Я	І	В	Ж	Є
Й	Ж	Е	Т	А	Н	О	Н	І	М	Н	І	С	Т	Ь



Згадати все!

філворд

Друзі! У цій сітці літер заховалися 15 важливих слів, які ми вивчали раніше на уроках ЗБД. Ваше завдання — знайти їх усі та відновити у пам'яті наші знання!

Що потрібно робити?!

Шукайте слова: уважно подивіться на літери. Слова можуть читатися по горизонталі (зліва направо) та по вертикалі (зверху вниз).

Вони не перетинаються і не згинаються під кутом.

Виділяйте знайдене: щойно знайдете слово, закресліть або обведіть його кольоровим маркером чи олівцем.

Будьте першими: хто знайде всі 15 слів — піднімає руку і вигукує «Згадав!» (або «Згадала!»).

Успіху! Час пішов!

Т	Г	У	Л	А	Я	Ж	Б	Е	З	П	Е	К	А	С
Ч	А	М	Г	З	І	О	О	А	Ч	Є	Ш	М	П	А
Ж	С	Ш	Б	Г	М	Ю	С	Р	У	С	Б	Й	А	М
А	Т	К	І	К	П	У	П	Е	Ч	А	С	Ш	В	О
Д	Р	О	Н	Б	Р	Е	І	Ф	Г	П	О	Е	О	З
А	О	Н	С	Ї	О	У	В	Л	Ю	Е	Ь	Й	Д	А
П	Е	С	А	У	В	И	П	Е	Ю	Р	Е	М	О	Р
Т	Н	П	Й	К	І	У	Р	К	А	П	Ф	Р	К	А
И	Т	Е	Т	Р	З	Й	А	С	В	Ж	Щ	В	Ж	Д
В	Е	К	Ж	И	А	В	Ц	І	Є	У	Ь	Я	З	Н
Н	Р	Т	І	Т	Ц	Н	Я	Я	Ш	С	Ь	Ч	Ж	І
І	О	І	С	Т	І	Ж	Щ	Ї	Н	М	Щ	Р	Ю	С
С	Л	Х	О	Я	Я	Д	Е	Д	Л	А	Й	Н	У	Т
Т	О	П	Р	І	О	Р	И	Т	Е	Т	И	Е	Х	Ь
Ь	Г	Д	Й	П	О	Р	Т	Ф	О	Л	І	О	Л	Щ

Згадати все!

філворд

Друзі! У цій сітці літер заховалися 15 важливих слів, які ми вивчали раніше на уроках ЗБД. Ваше завдання — знайти їх усі та відновити у пам'яті наші знання!

Що потрібно робити?!

Шукайте слова: уважно подивіться на літери. Слова можуть читатися по горизонталі (зліва направо) та по вертикалі (зверху вниз).

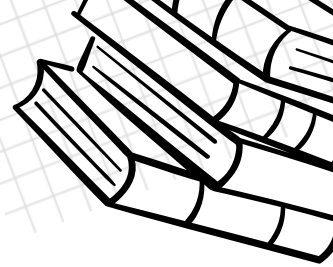
Вони не перетинаються і не згинаються під кутом.

Виділяйте знайдене: щойно знайдете слово, закресліть або обведіть його кольоровим маркером чи олівцем.

Будьте першими: хто знайде всі 15 слів — піднімає руку і вигукує «Згадав!» (або «Згадала!»).

Успіху! Час пішов!

Ф	С	Т	Ф	І	М	Ц	Д	Й	Е	Я	И	Р	К	Ч
Т	Т	К	Т	Н	А	К	Р	У	С	Ж	Х	И	А	Е
Ш	Р	А	Г	П	Н	І	У	Х	А	И	Т	К	Р	Л
Г	І	М	Л	І	І	Б	Ж	С	М	Т	Т	І	Д	Е
Ф	Т	К	Л	Ь	П	Е	Б	А	О	Т	А	М	Ш	Н
Д	А	О	Е	Е	У	Р	А	М	О	Є	Л	П	Е	Д
М	Р	Р	П	Н	Л	З	Ю	О	Р	С	А	У	Р	Ж
Т	Т	Д	І	Б	Я	Л	А	О	О	Т	Н	Л	І	Я
Р	Ц	И	Т	Т	Ц	О	З	Б	З	І	Т	Ь	Н	И
В	Ї	Н	Ч	Ш	І	Ч	Р	О	В	Й	Б	С	Г	К
О	Б	Г	Ю	П	Ї	И	Ц	Р	И	К	С	И	В	Є
Р	Ш	Я	Ш	Ю	Г	Н	Я	О	Т	І	М	В	Ж	Н
І	З	С	Щ	Б	К	Я	Ї	Н	О	С	Б	Н	Ш	Н
Ш	Ч	Й	В	Л	А	Д	А	А	К	Т	Щ	И	Е	Є
Й	Р	Е	П	У	Т	А	Ц	І	Я	Ь	Й	Й	А	У



Згадати все!

філворд

Друзі! У цій сітці літер заховалися 15 важливих слів, які ми вивчали раніше на уроках ЗБД. Ваше завдання — знайти їх усі та відновити у пам'яті наші знання!

Що потрібно робити?!

Шукайте слова: уважно подивіться на літери. Слова можуть читатися по горизонталі (зліва направо) та по вертикалі (зверху вниз).

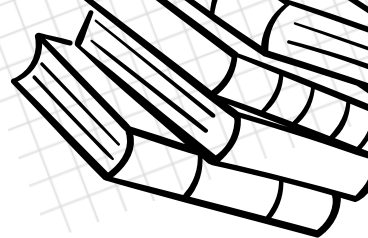
Вони не перетинаються і не згинаються під кутом.

Виділяйте знайдене: щойно знайдете слово, закресліть або обведіть його кольоровим маркером чи олівцем.

Будьте першими: хто знайде всі 15 слів — піднімає руку і вигукує «Згадав!» (або «Згадала!»).

Успіху! Час пішов!

С	Н	Х	К	Я	У	Н	Є	Ж	И	К	І	Ю	Я	М
К	Ц	В	У	Ч	Ї	П	В	Р	И	В	Д	К	И	Б
О	Щ	К	Л	И	Ї	С	О	Ї	К	Щ	І	П	Т	Х
М	С	О	Ь	Ф	С	Т	Л	П	О	З	І	Є	Ж	Й
П	Е	О	Т	Т	Т	Р	О	Ь	М	Р	А	З	Ч	Т
Р	Я	П	У	З	Я	А	Н	Ь	П	Е	А	Е	Ф	Й
О	К	Е	Р	Л	Є	Т	Т	Ч	Е	З	Ф	С	В	Ї
М	Ц	Р	А	Ф	Н	Е	Е	С	Н	Ю	І	Т	К	І
І	Ї	А	П	Є	Ч	Г	Р	О	Е	М	Р	Е	Х	М
С	Н	Ц	Е	Т	Р	І	С	Н	Т	Е	М	Р	Н	Є
Ю	А	І	Щ	Г	Л	Я	Т	Ц	Н	З	А	Е	Т	Я
О	Ц	Я	Т	Й	А	Ї	В	Д	І	Щ	Ц	О	П	М
Ф	Е	Н	О	М	Е	Н	О	Н	С	Ї	І	Т	Ф	Щ
Ф	О	Й	П	Ч	П	Ю	Р	Л	Т	З	Я	И	Щ	Н
Ь	Б	О	Ж	Є	Г	Є	В	Б	Ь	К	Й	П	Й	Ю



Більше інформації тут

