

# Урок - тренінг



Тема

«ТВОЯ  
УВАГА»

1 клас



# ТЕМА: УРОК – ТРЕНІНГ .

**МЕТА:** підвищувати рівень розвитку уваги учнів; розвивати довільну увагу; формувати здатність до переключення та концентрації уваги; розширювати світогляд учнів.

**ЗАВДАННЯ:** за допомогою тренінгових вправ , нестандартних форм і методів роботи допомогти учням розвинути здоров'язберігаючі компетентності.



# ВПРАВА

«Оціни своєю уважністю» 



# Правила роботи

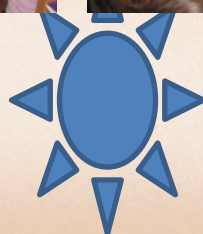
- 1) Приходити вчасно.
- 2) Говорити від свого імені.
- 3) Бути активним.
- 4) Бути толерантним.
- 5) Говорити коротко і по черзі.
- 6) Поважати думку іншого.
- 7) Правило піднятої руки.
- 8) Дотримуватись регламенту.
- 9) Бути позитивним.



# Вправа « Хто у класі найуважніши »



# РУХАНКА «Будь уважним»



# ВПРАВА

## «ХТО ШВИДШЕ»

• НКЛІСНЛКЕКХ  
ВДЛОКТРПАК  
ИМАКВІЧКБО  
ЛКЮДЛКВАКМ  
СКЧЩЕКІЙЖЗ  
ХКВКИІЧЯСЛ  
ОРТКСМЛОІК  
АПРКУДЛХЗБ  
ТК

- Учням пропонується якнайшвидше і точніше викреслити в одному з рядків бланка букву «К». Успішність виконання завдання оцінюється за часом виконання і кількістю помилок – пропущених букв.



# ГРА

## « ПТАШКА »





# **Вправа «Руханка»**

**У жирафи плями, плями, плями скрізь.**

**На лобі, вухах, на шиї, на ліктях,**

**На носах, на животах, на колінах і ногах.**

**У слонів є складки, складки, складочки скрізь.**

**На лобі, вухах, на шиї, на ліктях,**

**На носах, на животах, на колінах і ногах.**

**У кошенят є шерстка, шерстка, шерсточка скрізь.**

**На лобі, вухах, на шиї, на ліктях,**

**На носах, на животах, на колінах і ногах.**

**А у зебри є смужки, є смужечки скрізь**

**На лобі, вухах, на шиї, на ліктях,**

**На носах, на животах, на колінах і ногах.**

# ВПРАВА «Чотири стихії»

• ЗЕМЛЯ



ВОДА



• ПОВІТРЯ



ВОГОНЬ



# ВПРАВА «Слухай і почуй»





**Найважливіше в житті – здоров'я.**



ЗАВЖДИ БУДЬТЕ ЗДОРОВИМИ



Дякуємо за увагу

