

## Тема 1. Здоровье-это здорово

### Занятие 1. От чего зависит здоровье

Этап	Содержание	Слайды	Дополнительные ресурсы
Обсуждение домашнего задания	<b>Вопросы для обсуждения</b> Какие лепестки чаще всего выбирали ваши родители? Какой лепесток назывался чаще всего? Какие еще лепестки чаще всего выбирались? Как вы думаете, почему?	Слайд 1	
Актуализация знаний, введение в тему занятия.	<b>Объяснение</b> учителя: наше здоровье зависит от многих факторов. Наследственности – тех свойств и характеристик организма, которые нам достались от наших предков. Условий, в которых мы живем: чистоты воздуха, воды, уровня шума. А также от самого человека – его поведения и привычек, т.е. образа жизни.  •	Слайд 2	
Обсуждение в группах «Какой фактор самый главный»	<b>Задание для групп</b> Рассмотрите схему. <ul style="list-style-type: none"><li>• Какой фактор, на ваш взгляд, оказывается самым важным для здоровья?</li><li>• На какие из факторов человек может влиять?</li><li>• На какие из факторов влиять трудно или невозможно?</li></ul> <b>Обсуждение</b> результатов работы групп	Слайд 2	Раздаточный материал  «Вклад разных факторов в формирование здоровья человека»

		Слайд 3	
Игровое задание «Мой образ жизни»	<p><b>Задание</b> – Прочитать перечень дел.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Что из перечисленного вчера было в вашем распорядке дня? На листочек выписать номера соответствующих пунктов.</li> <li>• У кого оказалось 8 пунктов в расписании вчерашнего дня? Кто набрал 7-6 пунктов?</li> </ul> <p><i>Важно! Педагог также выполняет задание и делится своими результатами. Бланки не подписываются</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Следует ли что-то поменять в своем привычном образе жизни?</li> </ul> <p>Педагог предлагает ученикам сдать бланки с результатами выполнения задания для подготовки слайда «Образ жизни класса». К следующему занятию готовится специальный слайд с обобщающими результатами (см. ниже)</p>	Слайд 4	Листы бумаги для выполнения задания
Обсуждение «Почему так говорят?»	<p>У многих народов есть половицы и поговорки, в которых говорится о том, как черты характера влияют на здоровье</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Как вы понимаете эти высказывания?</li> </ul> <p>Согласны ли вы с ними?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Можете ли вы привести примеры, подтверждающие эти высказывания?</li> <li>• Можно ли изменить характер или это невозможно?</li> </ul>	Слайд 5	
Игровое задание «Характер и здоровье»	<p>Каждый из учащихся получает список черт характера человека</p> <p><b>Вопросы для обсуждения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Какие из них могут помочь сохранить здоровье. А какие, наоборот, мешают?</li> <li>• Можете ли вы привести подтверждающие примеры?</li> </ul> <p><b>Задание:</b></p>	Слайд 6	Бланк для каждого учащегося с перечисленными чертами характера человека

	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Подчеркнуть на бланке те черты характера, которые вам свойственны.</li> <li>● Каких черт оказалось больше – способствующих или мешающих здоровью? Нужно ли что-то менять в характере?</li> </ul> <p><i>Важно! – учащиеся делятся результатами выполнения задания только по собственному желанию. Обсуждение носит обобщающий характер. Бланки не подписываются</i></p> <p>Педагог собирает бланки с результатами индивидуальной работы. К следующему занятию педагог готовит специальный слайд с обобщающими результатами – «Характер класса»</p>		
<p>Презентация ресурсов сайта</p>	<p><b>Он-лайн игра «Формула правильного питания»</b></p> <p>Игра поможет больше узнать о здоровье и правильном питании и повторить знания, полученные на занятии.</p> <p><b>Размещение</b> – сайт <a href="http://www.prav-pit.ru">www.prav-pit.ru</a></p> <p><b>Структура</b> – состоит из 10 блоков, соответствующих темам курса. В каждом блоке – несколько заданий, которые нужно выполнить.</p> <p>За выполнение заданий можно получить вишенку, апельсин или перчик.</p> <p>Вишня означает, что задание выполнено полностью правильно</p> <p>Апельсин означает, что при выполнении задания была допущена 1 или 2 ошибки</p> <p>Перчик означает, что ученик сделал большое число ошибок.</p> <p><b>Результаты</b> выполнения заданий отражаются в дневнике. В конце года каждый из учеников сможет распечатать диплом знатока правильного питания, где будут отражены все результаты. При желании можно вернуться к заданиям, за которые были получены перчики и вновь выполнить их.</p> <p><i>Важное условие – для игры необходимо зарегистрироваться. Регистрацию</i></p>	<p>Слайд 7-8</p>	

	<i>осуществляют родители!</i>		
Подведение итогов	Что из изученного оказалось наиболее интересным? Наиболее полезным?		
Домашнее задание	Выполнить задания «Образ жизни», «Двигательный режим» в он-лайн игре «Формула правильного питания».	Слайд 9	