

## Тема 1. Здоровье-это здорово

### Занятие 2. Важные правила

| Этап   | Содержание  | Слайды   | Дополнительные ресурсы |
|--|---|--|------------------------|
| Обсуждение «Характер класса», «Образ жизни класса» | <p><b>Педагог</b> предлагает учащимся рассмотреть слайд с обобщающими результатами игровых заданий (см. предыдущее занятие)</p> <p>Вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Какие черты характера оказались главными? Как бы вы описали характер класса? Нужно ли что-то менять?</li><li>• Как бы вы описали образ жизни класса? Способствует ли он здоровью? Нужно ли что-то менять и почему?</li></ul>  | Слайд 1 (предварительно педагог вносит необходимую информацию) |                        |
| Объяснение педагога                                | <p>Наше здоровье зависит от многих факторов. Несмотря на то, что человек не может повлиять на свою наследственность, а также изменить многие условия, в которых он живет, за счет своего упорства, целеустремленности и знаний он может справиться даже с самыми серьезными проблемами.</p> <p>Стивен Хокинг был одним из самых известных ученых-физиков современности. Из-за серьезного заболевания ученый практически не мог двигаться и говорить. Однако, несмотря на это, Стивен сделал много важных открытий в области космологии (науки о космосе), руководил крупным</p> | Слайд 2  |                        |

|  |  |         |                          |
|--|--|---------|--------------------------|
|  | <p>научным центром. Он вел активную жизнь – снимался в фильмах, писал научно-популярные книги.</p> <p>Во всем мире раз в 4 года проводятся Летние и Зимние Паралимпийские игры. В них принимают участие люди с инвалидностью. Несмотря на тяжелые нарушения они соревнуются в беге, плавании, гребле и многих других видах спорта.</p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Можно ли считать этих людей «больными»?</li> <li>- Что помогает им достигать победы?</li> </ul> |         |                          |
| Актуализация знаний                                    | <p><b>Вопрос для обсуждения:</b></p> <p>Правильно выстроенный режим – важное условие, которое поможет не только сохранить здоровье, но и справиться с самыми сложными задачами, сохранить настроение и силы.</p> <p>Какие основные правила нужно соблюдать при составлении режима дня?</p>   | Слайд 3 |                          |
| Творческое задание «Как все успеть» - работа в группах | <p><b>Задание:</b></p> <p>Каждая группа получает список дел, которые предстоит сделать их ровеснику. Нужно помочь своему ровеснику составить правильный распорядок дня.</p>  | Слайд 4 | Бланки для каждой группы |
| Подведение итогов                                      | <p>Что из изученного оказалось наиболее интересным?<br/>Наиболее полезным?</p>   |         |                          |
| Домашнее задание                                       | <p>Подготовить и оформить небольшое сообщение о людях, которым благодаря своим усилиям удалось победить недуг.<br/>Из подготовленных сообщений в классе оформляется постер</p>   |         |                          |

|  |  |  |  |
|--|--|--|--|
|  | <p>Составить распорядок на ближайшие два дня. Рядом с намеченными делами отметить – удалось ли их выполнить?</p> |  |  |
|--|--|--|--|