

Краевой профессиональный конкурс «Учитель здоровья»

Конспект внеклассного занятия:

«ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ»

Капранов Роман Сергеевич
Учитель физической культуры
МАОУ СОШ № 102
Муниципальное образование
город Краснодар

г. Краснодар, 2020

Тема урока:	Здоровый образ жизни.
Класс:	10
Цель урока:	Пропаганда здорового образа жизни, формирование ценностного отношения к собственному здоровью, полноценного понимания здоровья и его составляющих; создание условий для развития познавательного интереса, коммуникативных навыков, проявления творчества.
Задачи урока:	<p><i>Обучающие:</i> открытие новых знаний, формирование культуры здорового образа жизни, использование межпредметных связей.</p> <p><i>Развивающие:</i> развитие метапредметных навыков работы с текстом, творческого мышления, умения убедительно высказывать свои суждения, обсуждать, размышлять, делать выводы, сотрудничать, работать индивидуально и в группе.</p> <p><i>Воспитательные:</i> воспитание активной жизненной позиции, негативного отношения к вредным привычкам, бережного отношения к своему здоровью, чувства ответственности за своё здоровье и здоровье окружающих.</p>
Планируемые результаты:	<p><i>Личностные:</i> знание основ здорового образа жизни; реализация установок здорового образа жизни; формирование познавательных интересов и мотивов; формирование ответственного отношения к обучению; формирование познавательных интересов и мотивов, направленных на изучение предмета; формирование социальных норм и навыков поведения; формирование осознанного и доброжелательного отношения к мнению другого человека; формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, учителем; формирование сознания ценности здорового образа жизни;</p> <p><i>Метапредметные:</i> <u>Познавательные УУД:</u> умение анализировать, сравнивать, классифицировать и обобщать факты и явления, выявлять причины и следствия простых явлений; осуществление сравнения, самостоятельно выбирая основания и критерии для указанных логических операций; построение логического рассуждения, включающее установление причинноследственных связей; составление тезисов, преобразование информации из одного вида в другой; умение определять возможные источники необходимых сведений, производить поиск информации, анализировать и оценивать ее достоверность.</p> <p><u>Регулятивные УУД:</u> умение самостоятельно обнаруживать и формулировать учебную проблему, определять цель учебной деятельности; умение выдвигать версии решения проблемы, осознавать конечный результат, выбирать из предложенных и искать самостоятельно средства достижения; умение составлять (индивидуально или в группе) решения проблемы;</p> <p><u>Коммуникативные УУД:</u> -умение самостоятельно организовывать учебное взаимодействие в группе.</p> <p><u>Предметные:</u> овладение понятийно-терминологическим аппаратом по теме занятия; раскрытие понятий «здоровье», «здоровый образ жизни»</p>

	выполнение учебных и творческих заданий;
Образовательные технологии:	Игровая (ролевая деловая обучающая игра), ИКТ, творческая, технология сотрудничества, здоровьесберегающие технологии (смена видов деятельности, формирование мотивации, благоприятная психологическая атмосфера, физминутки).
Межпредметные связи:	Математика, изобразительное искусство, журналистика, обществознание
Форма занятия	Ролевая деловая игра «Пресс-конференция», творческая мастерская
Оборудование:	Интерактивная доска, ручка для интерактивной доски, магнитная доска, магниты, 3 листа формата А3, фломастеры, карандаши, краски для изготовления плакатов для 3-х групп, листочки и ручки по количеству учащихся для проведения рефлексии, три карточки с надписями «Физическое здоровье», «Психическое здоровье», «Социальное здоровье». Парты расставляются на три группы (за двумя столами сидят учащиеся – «сотрудники института», за третьим столом – «представители СМИ»).
Опережающее задание:	Из числа учащихся класса назначается 8 репортёров различных СМИ, которые заранее готовят вопросы в соответствии с тематикой своих изданий: репортеры журнала “Вокруг света”, “Юношеской газеты”, журнала “Наука и жизнь”, журнала “Здоровье”, журнала “Человек и закон”, газеты “Тайны здоровья”, газеты “Семья”, журнала “Экономика и финансы” Остальные учащиеся играют роли сотрудников научно-исследовательского института. Из их числа выбираются 11 учащихся, которые заранее получают вопросы, дома самостоятельно находят ответы на эти вопросы, согласовывают найденные материалы с учителем, готовятся отвечать на вопросы. Остальные учащиеся могут отвечать на вопросы корреспондентов без специальной подготовки.

Конспект внеклассного занятия

I этап. Организация и мотивация к деятельности на занятии

Учитель	Здравствуйтесь, дорогие ребята! Я говорю вам «здравствуйтесь», а это значит, что я всем вам желаю здоровья!
Учащиеся	Приветствуют учителя, друг друга, настраиваются на позитивное сотрудничество
Учитель	<p>Пожалуйста, присаживайтесь. Меня зовут Роман Сергеевич. Сегодня мы проведем с вами занятие по очень важной теме. Я желаю вам быть общительными, внимательными и активными. Не бойтесь высказывать свое мнение, проявлять креативность и творчество. Сегодня все мы побудем в непривычных для нас ролях. Наш класс превратится в научно-исследовательский институт, а вы станете сотрудниками этого института. Нам предстоит провести пресс-конференцию, на которую приглашены репортеры различных средств массовой информации. Они зададут вам интересующие их вопросы.</p> <p>Чтобы вам стало понятно, чем занимается наш институт, я прочту вам следующее стихотворение: Здоровье - это ценность и богатство, Здоровьем людям надо дорожить! Есть правильно и спортом заниматься, И закаляться, и с зарядкою дружить.</p>

	<p>Чтобы любая хворь не подступила, Чтоб билось ровно сердце, как мотор, Не нужно ни курить, ни пить, ни злиться, Улыбкой побеждать любой укор. Здоровый образ жизни - это сила! Ведь без здоровья в жизни - никуда. Давайте будем сильны и красивы. Тогда года нам будут не беда!</p> <p>Ребята, как вы думаете, чем занимается наш институт? И какова будет тема пресс-конференции?</p>
Учащиеся	Учащиеся выдвигают свои предположения о направлении деятельности института и тематике пресс-конференции.
Учитель	Спасибо. Вы абсолютно правы. Наш институт занимается исследованиями в области здоровья. Тема, над которой работают сотрудники института (все вы): «Здоровый образ жизни». И тема нашей пресс-конференции: «Как вести здоровый образ жизни».
II этап. Актуализация знаний	
Учитель	<p>Перед началом пресс-конференции мне бы хотелось задать вам, как сотрудникам института здоровья, несколько вопросов:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Какие вредные привычки вы знаете? 2. Каковы, по вашему мнению, основные причины появления вредных привычек у подростков?
Учащиеся	Отвечают на вопросы, обосновывая свое мнение
Учитель	<p>Здоровье - бесценное достояние не только каждого человека, но и всего общества. Здоровый человек живет полноценной жизнью и приносит пользу обществу. Он может успешно решать основные жизненные задачи, преодолевать трудности, а если придется, то и значительные перегрузки. Хорошее здоровье, разумно сохраняемое и укрепляемое самим человеком, обеспечивает ему долгую и активную жизнь.</p> <p>Проблема сохранения и укрепления здоровья населения страны сегодня актуальна и глобальна. Особую тревогу вызывает ухудшение здоровья подрастающего поколения. В этом возрасте формируется репродуктивный, интеллектуальный, трудовой, военный потенциал страны. Поэтому знание основ здорового образа жизни, воспитание ценностного отношения к своему здоровью - наиболее верный путь решения проблемы здоровья всего населения.</p> <p>Здоровье закладывается в детстве, любое отклонение в развитии организма, любая болезнь сказывается в дальнейшем на состоянии здоровья взрослого человека.</p> <p>Здоровье человека зависит от целого комплекса определенных факторов:</p> <ul style="list-style-type: none"> - наследственности; - окружающей среды - природной и социальной; уровня культуры; - образа жизни индивида, его привычек и пристрастий. <p>При этом, по мнению ученых, доля влияния образа жизни человека на здоровье оценивается в 50 %.</p> <p>Поэтому цель нашей сегодняшней пресс-конференции - не только побеседовать о том, что такое здоровый образ жизни, но и задуматься о необходимости быть здоровым.</p>

	<p>Прежде чем я предоставлю возможность сотрудникам СМИ задать свои вопросы, давайте сформулируем понятие здоровья.</p> <p>Попробуем совместно создать интеллект-карту этого понятия.</p> <p>Прошу одного самого смелого помощника выйти к доске (ученик выходит)</p> <p>Ребята, называйте, пожалуйста, любые слова, связанные с темой «здоровье и здоровый образ жизни».</p>
Учащиеся	Ученики называют слова (можно 20-30 слов), помощник записывает их на интерактивной доске в любом порядке
Учитель	<p>А теперь давайте разделим эти слова на три группы:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Слова, которые можно отнести к понятию «физический» 2. Слова, которые можно отнести к понятию «психический» 3. Слова, которые можно отнести к понятию «социальный»
Учащиеся	С помощью класса помощник передвигает слова, относящиеся к этим трем категориям, в разные группы (в процессе деления слов на группы идет обсуждение). Возможно, что в процессе распределения слов на группы придется передвигать слова из одной группы в другую. Учащиеся обосновывают свои решения.
Учитель	Учитель одобряет или направляет решения учащихся.
Учащиеся	Когда группы слов будут сформированы, помощник сверху их подписывает: «Физическое здоровье», «Психическое здоровье», «Социальное здоровье»
Учитель	Ну вот, ребята, мы с вами создали своеобразную электронную интеллект-карту, с помощью которой сможем сформулировать понятие «здоровье». Пожалуйста, кто хочет попробовать?
Учащиеся	Учащиеся предлагают свои формулировки понятия «здоровье»
Учитель	<p>Верно, ребята. Здоровье – это не только отсутствие болезней, это состояние физического, психического и социального благополучия.</p> <p>Определение понятия «здоровье» в обобщенной форме дает академик Д.В. Колесов. Он пишет: «Здоровье - системное качество организма и психики человека, определяемое совокупностью физических и духовных качеств и свойств, которые являются основой долголетия и необходимым условием для осуществления творческих планов, высокопроизводительного труда на благо общества, создания крепкой, дружной семьи, рождения и воспитания детей».</p> <p>Как вы думаете, от чего зависит здоровье человека?</p> <p>Как вы понимаете, что значит «вести здоровый образ жизни»?</p>
Учащиеся	Выдвигают свои варианты ответов
Учитель	<p>Верно. Здоровый образ жизни — это не только отсутствие вредных привычек, но и оптимальная организация своей жизнедеятельности изо дня в день; это поведение человека, обеспечивающее его собственное здоровье и здоровье окружающих людей.</p> <p>Чтобы наша сегодняшняя встреча прошла активно, позитивно и в здоровой атмосфере, предлагаю сделать небольшую паузу и немного взбодриться:</p>
Физминутка	<p>Прошу всех встать. Выполняем движения по моей команде:</p> <p><i>Раз – подняться, подтянуться,</i></p> <p><i>Два – согнуться, разогнуться,</i></p> <p><i>Три – в ладоши три хлопка,</i></p> <p><i>Головою три кивка.</i></p> <p><i>На четыре – руки шире.</i></p> <p><i>Пять – руками помахать,</i></p> <p><i>Шесть – на место сесть опять.</i></p>

III этап. Совместное открытие знаний	
Учитель	Итак, начинаем пресс-конференцию! Я прошу представителей СМИ представлять свое издание.
Репортер журнала «Вокруг света»	Добрый день! Репортер журнала «Вокруг света». Мой вопрос к сотрудникам института здоровья: наших читателей интересует: “Какова история возникновения понятия здоровый образ жизни?”
Сотрудник 1	В конце XIV века средневековый медицинский трактат «Tacuinum sanitatis» на латинском языке рассказывал о здоровом образе жизни. Прототипом этой книги мог стать труд багдадского учёного и врача Ибн Бутлана «Поддержание здоровья». Значительно больше внимания, нежели лечебным травам, в книге уделено описанию полезных и вредных свойств тех или иных видов пищи и съедобных растений, также приведены шесть условий сохранения здоровья. Представители философско-социологического направления рассматривают здоровый образ жизни как глобальную социальную проблему, составную часть жизни общества в целом, хотя само понятие «здорового образа жизни» однозначно пока ещё не определено. В психолого-педагогическом направлении здоровый образ жизни рассматривается с точки зрения сознания, психики человека, мотивации. Имеются и другие точки зрения (например, медико-биологическая), однако резкой грани между ними нет, так как они нацелены на решение одной проблемы - укрепление здоровья.
Репортер «Юношеской газеты»	Репортер “Юношеской газеты”. Читатели нашей газеты спрашивают: «Зачем вести здоровый образ жизни?»
Сотрудник 2	Согласно Всемирной организации здравоохранения, здоровый образ жизни направлен на снижение риска возникновения серьезного заболевания и преждевременной смерти. Он улучшает здоровье, «помогает вам наслаждаться в большей степени и большим числом аспектов вашей жизни; помогает вашей семье». Здоровый образ жизни не просто продлевает жизнь, но позволяет повысить качество этой жизни! Хорошее самочувствие, прекрасное настроение, здоровая психика - всё это сделает каждый день ярче.
Репортер журнала “Наука и жизнь”	Репортер журнала “Наука и жизнь”. Нашим читателям хорошо известно, что вряд ли найдется такой человек, который не хотел бы быть здоровым, не хотел бы себя всегда прекрасно чувствовать и быть полным энергии. Но почему-то часто желания иметь здоровое тело в корне расходятся с тем, что люди для этого делают, а точнее говоря не делают. Почему?
Сотрудник 3	По той простой причине, что многие люди не понимают прописной истины. Здоровье — это ресурс, который мы день ото дня расходует. Неэкономно, жадно, не восполняя запас. Стоит ли удивляться, что с возрастом появляются те или иные заболевания, самочувствие начинает оставлять желать лучшего. Поэтому, какими бы начальными данными не одарила нас природа, нельзя бездумно транжирить этот ресурс. Наш организм требует бережного к себе отношения. И, в первую очередь, обеспечить это можно, ведя здоровый образ жизни. Понятие это очень широкое, включающее в себя массу пунктов. В первую очередь, это сбалансированное питание - наш организм нуждается в источнике энергии, но не любая пища идет ему на пользу. Правильно

	подобранный рацион снабжает организм всем необходимым, что обеспечивает нормальный обмен веществ.
Сотрудник 4	Конечно же, хотя и питание и является крайне важным пунктом, одного его недостаточно. Необходима и достаточная физическая активность. Прогулки, спорт, утренняя зарядка – всё это позволяет держать тело в отличной форме, дарит бодрость и энергию. Отсутствие физической активности ведет к массе проблем.
Сотрудник 5	Следующим пунктом важно отметить гигиену. Соблюдение хотя бы элементарных правил гигиены является необходимым условием здоровья. Поручни общественного транспорта, деньги, это те вещи, которых мы, как и тысячи других людей, касаемся ежедневно, а значит, после них нужно обязательно мыть руки. Конечно, не стоит доходить до фанатизма в вопросах чистоты, но здоровая гигиена просто необходима для здоровья.
Сотрудник 6	Вредные привычки - даже зная о том, сколь негативно они влияют на здоровье, многие от них не отказываются. В тоже время, сделав над собой усилие, можно заметить, как улучшится самочувствие, если, к примеру, бросить курить, употреблять алкогольные напитки и т.д.
Сотрудник 7	Также, говоря о здоровом образе жизни, стоит говорить о том, как важно избегать стрессов, своевременно обращаться к врачу при обнаружении симптомов заболеваний, также важен самоконтроль, который сегодня не сложно осуществлять благодаря современным аппаратам, например, таким, как тонометр.
Репортер журнала «Здоровье»	Репортер журнала «Здоровье». Читатели нашего журнала хотят знать о том, что дает человеку соблюдение правил ЗОЖ?
Сотрудник 8	Исследования показывают, что здоровый образ жизни способен привести к значительному увеличению продолжительности жизни. Исследование в Германии показало, что ЗОЖ ассоциирован с увеличением ожидаемой продолжительности жизни после 40 лет на 13-17 лет. Исследование в США говорит об увеличении ожидаемой продолжительности жизни после 50 лет на 12-14 лет.
Репортер журнала «Человек и закон»	Репортер журнала «Человек и закон». Статистикой установлено, что в алкогольном опьянении совершаются 55% всех краж, 79% грабежей, 69% нападений, 96% убийств. Более 80% хулиганских действий приходится на подростков в алкогольном опьянении. За 2019 год каждый четвертый водитель был оштрафован за вождение транспортного средства в нетрезвом состоянии. Наши читатели предлагают сотрудникам института решить две задачи: 1. Каков процент роста ДТП в алкогольном опьянении, если за последний год в нашей стране совершено 842 тыс. ДТП водителями в нетрезвом состоянии? До этого в среднем в год таких ДТП совершалось 456 тыс. 2. За последний год в нашем крае совершено 945 ДТП. Из них 48% - в алкогольном опьянении. При этом погибло 192 человека, среди них 11 детей. Найдите количество ДТП, совершенных в алкогольном опьянении; сколько процентов составляют дети от общего числа погибших?
Учитель	Для решения этих задач сотрудникам института потребуется некоторое время. Поэтому я приглашаю по три сотрудника, которые наиболее продвинуты в математике, для решения каждой задачи.
Две группы сотрудников	Две группы сотрудников по 3 человека получают письменное условие задач, переходят за специально подготовленные столы и решают задачи.
Учитель	Пока наши эксперты в области математики решают поставленные задачи, предлагаю продолжить пресс-конференцию

Репортер газеты «Семья»	Репортер газеты «Семья». Наши читатели хотели бы знать: какие вредные привычки наносят наибольший вред репродуктивной системе человека?
Сотрудник 9	Ожирение, употребление табака и алкоголя, газированных напитков с кофеином (но не чай, кофе и какао) негативно влияют на репродуктивное здоровье мужчин. Потребление алкоголя, курение и воздействие вторичного табачного дыма во время беременности повышают риски осложнений во время беременности, включая спонтанные аборт, а также вызывает повреждения ДНК как матери, так и младенца.
Репортер газеты «Тайны здоровья»	Репортер газеты «Тайны здоровья». На телевидении запрещена реклама сигарет и алкогольных напитков, всем известны последствия их употребления. А насколько вреден такой напиток как пиво?
Сотрудник 10	Пиво вовсе не так безобидно, как порой кажется. Оно делается из полезного продукта - ячменя. Этот напиток содержит углеводы, белки, жиры и даже витамины. Но в процессе приготовления пива микробы брожения уничтожают всю эту прелесть, так что пользы от него, мягко говоря, немного. К тому же 0,5 литра пива соответствует 60 - 80 граммов водки. По наблюдениям немецкого психотерапевта Э. Крепелина 45% его пациентов стали алкоголиками в результате того, что регулярно и много пили пива. Также не забывайте о том, что это очень калорийный напиток. Постоянные потребители пива быстро толстеют.
Репортер журнала «Экономика и финансы»	Репортер журнала «Экономика и финансы». Некоторые наши читатели утверждают, что здоровый образ жизни стоит очень дорого! Так ли это?
Сотрудник 11	Это неправда. Наоборот, именно вредная пища и плохие привычки обходятся дороже. Отказ от алкоголя позволит сэкономить, также как и отказ от курения. Эти деньги как раз и можно вложить в здоровую пищу. Помните, также и о косвенных недостатках потребления вредной пищи: плохое настроение и самочувствие, которое делает вас непродуктивным. Проблемы со здоровьем обходятся еще дороже: кариес, сердечно-сосудистые заболевания, язвы и многое другие. За лечение придется платить. Посчитайте, во сколько вам обойдется здоровый образ жизни. И разве не окупится годовой абонемент в спортзал или бассейн?
Учитель	Я думаю, что наши сотрудники, которые решали задачи, готовы ответить на вопросы корреспондента журнала «Человек и закон»
Сотрудники	1. За последний год процент роста ДТП в нетрезвом состоянии составил 84,6%. Как видите, это очень высокий показатель, который говорит о важной проблеме безопасности дорожного движения, а значит, и является угрозой жизни и здоровью участникам движения. 2. Из 945 тыс. ДТП, совершенных в нашем крае, 454 тыс. были совершены в состоянии алкогольного опьянения. Это, фактически, половина. Из 192 погибших в ДТП 11 – дети. Это 5,7%.
Учитель	Спасибо нашим сотрудникам за решение задач. Как видим, цифры значительные. И хотя сами цифры являются сухой статистикой, но за каждой из них стоит потерянная человеческая жизнь. 5,7% — это 11 жизней детей, которых потеряли любящие родители. Вот каковы последствия вождения транспорта в нетрезвом состоянии. Наша пресс-конференция подходит к концу. Надеюсь, корреспонденты газет и журналов получили ответы на интересующие их вопросы.

	Закончить я хочу цитатой из работы одного из наших сотрудников: «Мы оставляем право за каждым из вас сделать свой выбор и очень надеюсь, что сегодняшний разговор поможет вам принять правильное решение».
IV этап. Самостоятельное применение знаний	
Учитель	Мы завершили пресс-конференцию, но работа наша еще не окончена. Две группы наших сотрудников станут сейчас командами. Первую команду назовем «ЗА», вторую – «ПРОТИВ». Задача команды «ЗА» – в течение 5 минут записать как можно больше факторов, говорящих в пользу ЗОЖ. Задача команды «ПРОТИВ» - записать как можно больше факторов, отрицающих ЗОЖ. Сотрудников СМИ я прошу присоединиться к командам сотрудников.
Учащиеся	Работают в группах: обсуждают и формируют список факторов «за» и «против».
Учитель	Время вышло. Прошу представителей от команд огласить списки
Учащиеся	Представители от групп зачитывают списки факторов
Учитель	<i>Задаёт вопросы:</i> 1. Каких факторов оказалось больше: за или против? 2. Какие из перечисленных факторов оказались более убедительными? 3. Для чего мы провели эту игру? (Ответ: чтобы понять, какие факторы мешают людям вести здоровый образ жизни, с чем нужно бороться человеку) 4. Какие выводы мы можем сделать на основе приведенных обеими командами высказываний «за» и «против»?
Учащиеся	Отвечают на вопросы Делают выводы о том, что здоровый образ жизни должен быть обязательным для каждого человека, и необходимо преодолевать те негативные факторы, которые мешают человеку вести здоровый образ жизни.
Учитель	Ну что ж, ребята, благодаря проведенной пресс-конференции и небольшой командной игре нам удалось понять, насколько многогранно понятие «здоровый образ жизни». Благодаря вопросам, которые задали вам представители СМИ, мы постарались раскрыть самые важные аспекты темы, чтобы у вас сложилась целостная картина понимания, что значит вести здоровый образ жизни. Мы познакомились с факторами, которые разрушают здоровье, а также узнали о преимуществах ведения здорового образа жизни. И теперь мне хотелось бы, чтобы вы применили полученные знания на практике. Давайте вспомним из каких составляющих складывается целостное понятие здоровья?
Учащиеся	Здоровье физическое, психическое и социальное.
Учитель	Верно. Я предлагаю всем сотрудникам нашего института и представителям СМИ разделить на 3 творческие группы привычным нам способом, который мы части используем на уроке физкультуры. Для этого проведем еще одну физминутку.
Физминутка	Прошу всех построиться в одну шеренгу (в любом порядке). А теперь рассчитаемся на первый – третий и таким образом разделимся на три команды.
Учащиеся	Учащиеся строятся, рассчитываются, объединяются в три команды, рассаживаются за столы.

Учитель	<p>Молодцы. Сейчас мы с вами будем создавать мотивационные плакаты на тему здорового образа жизни. Каждая творческая группа должна придумать слоган и нарисовать какой-либо сюжет или символ, призывающий вести здоровый образ жизни.</p> <p>Прошу подойти ко мне по одному представителю от каждой группы, чтобы выбрать тему для своей творческой группы.</p>
Учащиеся	<p>Представители от каждой группы подходят к столу учителя, на котором лежат три перевернутые карточки, выбирают карточки для своей команды.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Здоровье физическое 2. Здоровье психическое 3. Здоровье социальное <p>Каждая творческая группа придумывает слоган и рисует плакат, раскрывая смысл одной из трех составляющих понятия «здоровье».</p> <p>На этот вид работы учащимся дается 15 минут.</p>
Учитель	<p>По окончании работы творческих групп учитель предлагает выдвинуть от каждой группы по 2 участника для представления своего плаката.</p>
Учащиеся	<p>Представители творческих групп рассказывают о своей идее и ее художественном воплощении, зачитывают слоганы, раскрывают смысл рисунка.</p> <p>Прикрепляют свой плакат магнитами к доске. В итоге получается один большой плакат, состоящий из трёх частей, в которых отражены физическая, психическая и социальная составляющая понятия «Здоровье»</p>
Учитель	<p>Молодцы. Спасибо всем за активную работу над созданием плакатов. Таким образом, сотрудники нашего института при поддержке СМИ разработали сегодня новый продукт – мотивационный плакат на тему «Здоровый образ жизни».</p> <p>Давайте подумаем, где можно использовать этот плакат?</p>
Учащиеся	<p>Высказывают свои предложения: для изготовления календариков и открыток, стендов для поликлиник и спортивных комплексов, для уличных рекламных щитов с целью пропаганды здорового образа жизни.</p>
V этап. Рефлексия	
Учитель	<p>Наше занятие подошло к концу. И прежде, чем мы простимся, мне хотелось, чтобы вы написали сейчас на листочках, что самое важное для себя каждый из вас почерпнул на этом занятии. Одно предложение.</p>
Учащиеся	<p>Учащиеся пишут</p>
Учитель	<p>Прошу вас поменяться листочками. Первая группа передает свои листочки второй, вторая – третьей, третья – первой. Поменялись? Отлично. Давайте теперь по цепочке прочитаем, насколько полезно для вас было сегодняшнее внеклассное занятие.</p>
Учащиеся	<p>Читают листочки, которые им достались.</p>
Учитель	<p>Вот именно для этого мы и проводили сегодня наше занятие, ребята, чтобы каждый из вас еще раз укрепился в понимании важности ведения здорового образа жизни, чтобы понятие здоровья не ограничивалось у вас только физкультурой, спортом и здоровым питанием, чтобы вы понимали, что ваше психическое состояние, а также социальные факторы вокруг вас и ваша личная социальная роль также оказывают очень сильное воздействие на здоровье.</p> <p>Благодарю всех за работу! Будьте здоровы!</p>

Список литературы:

1. Здоровый образ жизни семьи. Информационный стенд. - М.: Сфера, Ранок, 2014. - 193 с.
2. Здоровый образ жизни. - М.: Мой мир, 2005. - 208 с.
3. Красоткина, И.Н. Биоритмы и здоровье. Серия: Здоровый образ жизни / И.Н. Красоткина. - Москва: Наука, 2002. - 224 с.
4. Морозов, М. А. Здоровый образ жизни и профилактика заболеваний / М.А. Морозов. - М.: СпецЛит, 2013. - 176 с.
5. Текучева, Лариса Здоровый образ жизни. Правильное питание / Лариса Текучева. - Москва: Мир, 2014. - 142 с.
6. Блюменталь, Бретт Год, прожитый правильно. 52 шага к здоровому образу жизни / Бретт Блюменталь. - М.: Альпина Паблишер, 2016. - 450 с.
7. Электронный ресурс - <https://ru.wikipedia.org/wiki/>.