**Рекомендации по работе с презентацией к тематическому занятию (классному часу) «Здоровый образ жизни и физическая культура» для обучающихся 9-11 классов**

Цель − формирование у обучающихся понимания важности роли физической культуры в жизни человека как одного из элементов здорового образа жизни

Задачи:

* привлечение обучающихся к занятиям физической культурой и спортом;
* формирование у обучающихся культуры здорового образа жизни;
* пропаганда здорового образа жизни.

*Методический материал носит рекомендательный характер. Учитель, учитывая особенности каждого класса, может варьировать задания, их количество и этапы проведения урока или занятия.*

|  |  |
| --- | --- |
| **Слайд** | **Комментарий для учителя** |
|  | «Жизнь – это движение!»  Эти слова принадлежат великому древнегреческому мыслителю Аристотелю.  Как Вы думаете, что он хотел сказать этой фразой?  Ученики высказывают свои предположения.  В основе здорового образа жизни и физической культуры лежит движение, поэтому тема нашего занятия: «Здоровый образ жизни и физическая культура**»** |
|  | Эмблема – это условное изображение какого-либо понятия.  Вопрос: Какое понятие изображает данная эмблема?  Данная эмблема принадлежит Всемирной организации здравоохранения.  Зайдите на сайт ВОЗ (<http://www.who.int/ru/>) и найдите основные цели данной организации и определение понятия «здоровье».  По Уставу Всемирной организации здравоохранения «здоровье является состоянием полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствием болезней и физических дефектов». |
|  | Расшифруйте аббревиатуру «ЗОЖ».  Перечислите, что Вы можете отнести к здоровому образу жизни.  Здоровый образ жизни – это о[браз жизни](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9E%D0%B1%D1%80%D0%B0%D0%B7_%D0%B6%D0%B8%D0%B7%D0%BD%D0%B8) человека, направленный на [профилактику](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D1%80%D0%BE%D1%84%D0%B8%D0%BB%D0%B0%D0%BA%D1%82%D0%B8%D0%BA%D0%B0_(%D0%BC%D0%B5%D0%B4%D0%B8%D1%86%D0%B8%D0%BD%D0%B0)) [болезней](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%91%D0%BE%D0%BB%D0%B5%D0%B7%D0%BD%D1%8C) и укрепление [здоровья](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%97%D0%B4%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%B2%D1%8C%D0%B5). |
|  | Ознакомитесь с основными субъективными составляющими здорового образа жизни.  Прокомментируйте, в чем их важность. |
|  | «Спрятанные слова»: найдите слова, наиболее характеризующие здоровый образ жизни.  **Задание**: соотнесите найденные понятия с основными критериями ЗОЖ. |
|  | Проверь себя. |
|  | Факты о физической активности.  (представлены на сайте ВОЗ). |
|  | На здоровый образ жизни населения влияют не только субъективные факторы, но и объективные. Перечислите их. |
|  | Что Вам известно о роли государства в формировании здорового образа жизни?  **Задание**: прочитайте статью, сделайте выводы. |
|  | **Задание**: придумайте мотиватор, пропагандирующий ЗОЖ средствами физической культуры. |
|  | Подведение итогов.  Для поддержания здоровья можно и нужно вести правильный образ жизни и систематически заниматься физической культурой и спортом. |