|  |  |
| --- | --- |
| **Тема урока:** Здоровый образ жизни: творчество и долголетие**The Theme of the Lesson:** Healthy lifestyle, creativity and long life ability | **Школа:** КГУ «СШГ №1» **School:**MPI “Secondary school-gymnasium № 1” |
| **Дата:****Date:** | **Ф.И.О. учителей:** Шипилова О.В., Глухарева Е.И. **Teaachers’names:** Shipilova O.V., GlukharevaE.I. |
| **Класс:** 8 «А»**Grade:** 8 «А» | Количество присутствующих: Number of attendees: | Количество отсутствующих:Quantity of absent  |
| **Цели обучения, которые необходимо достичь на данном уроке****The training purposes which need to be reached at this lesson** | К концу урока все учащиеся знают о необходимости здорового образа жизниBy the end of the lesson all students will have known about the necessity of healthy lifestyle |
| **Цели обучения****Lesson objectives** | **Все учащиеся смогут:** **All the students will be able to:**  |
| * называть возможности здорового организма человека
* name capability of a human organism
 |
| **Большинство учащихся будут уметь:** понимать пользу здорового образа жизни**The most students will be able to:** determine the use of healthy lifestyle |
| * сознательно относиться к своему здоровью
* treat their health consciuosly
 |
| **Некоторые учащиеся смогут:** **Some of the students will be able to:** |
| * давать рекомендации как вести здоровый образ жизни
* give recommendations for keeping healthy lifestyle
 |
| **Языковая цель****Language objective carcinogenic chemical** | **Учащиеся могут:****The students can:*** давать характеристику здоровому образу жизни
* give characteristics of useful way of life
 |
| **Ключевые слова и фразы:** **The key words and phrases:**the problem of healthy way of life, the most urgent problem,to sit and watch TV, drink beer or play computer games, lifestyle, creativity |
| **Предыдущее обучение****Previous learning** | Общение-основа человеческого бытияHow we communicate with each other |
| **План****Plan** |
| **Планируемые сроки****The planned terms** | **Запланированные действия****Planned activities** |
| **Начало урока****The beginning of the lesson** | **Организационный момент** **Organization moment** Warming-up.Game “How are today?” |
| **Середина урока****The middle of the lesson**  | **Изучение новой темы.** **Introduction of a new theme.**Работа в группах Проблема здорового образа жизни в наше время является одной из самых трудных и актуальных. Ведь главное достояние любого государства, основное богатство – это его граждане.  Для того чтобы государство могло нормально существовать и стабильно развиваться, ему необходимо здоровое, активное население. The problem of healthy way of life is one of the most \_\_\_\_\_\_\_ and urgent nowadays. Say what you think about this idea.«В здоровом теле – здоровый дух». Все мы много раз слышали это изречение. В этой простой фразе заложен глубочайший смысл. Здоровый образ жизни является предпосылкой для развития разных сторон жизнедеятельности человека (телесной и духовной). A sound mind in a sound body. What can you say about this proverb?Что такое «здоровье»? Пользуясь научным определением, это нормальное функционирование человеческого организма, всех его органов вместе и по отдельности. Здоровье человека является важнейшей ценностью жизни человека. Его нельзя купить ни за какие деньги, его нужно оберегать и охранять, развивать и совершенствовать, улучшать и укреплять. Проще говоря, ЗДОРОВЬЕ = ЖИЗНЬ. Что выберет нормальный человек, жизнь или смерть? Конечно, жизнь. Но не все понимают, что нужно не просто сделать выбор, но ещё и подтверждать его своими поступками.What does health means to you? Explain how you understand “health is life”.«Образ жизни» - это поступки человека, его поведение, отношение к себе и окружающим. Проще говоря, что человек делает каждый день. Если человек бережно относится к себе (и к окружающим тоже!), пытается продлить свою жизнь, сохранить здоровье, принести как можно больше пользы обществу, то можно сказать, что его образ жизни здоровый.Соответственно, здоровый образ жизни человека направлен на физическое и духовное самосовершенствованиеExpress your opinion “What is way of life in your opinion?”У молодёжи свободного времени гораздо больше. Тогда почему же молодые люди вместо того, чтобы заниматься спортом, предпочитают сидеть за компьютером, пить пиво, употреблять наркотики? Для этого есть несколько причин. Во-первых, свободное время молодёжи неорганизованно:1.Сейчас нет системы массовых организаций, которая могла бы направлять энергию молодых людей в полезное русло. 2.Вид отдыха человека напрямую зависит от его интеллектуального развития. Чем сильней человек развит духовно, тем больше шанс того, что он выберет здоровый образ жизни. 3.На сегодняшний день у молодёжи нет положительного примера для подражания. Получилось это не из-за того, что молодые люди не хотят подражать здоровым, духовно развитым героям. Проблема заключается в СМИ, которые навязывают молодёжи отрицательных героев (представителей криминала и асоциальных личностей). Отсутствует государственная пропаганда здорового образа жизни, нет единой программы действий по улучшению и поддержки здоровья не только молодёжи, но и всех остальных категорий граждан.Answer the question “Why do young people prefer to sit and watch TV, drink beer or play computer games instead of going in for sports?” Проблема здорового образа жизни – это проблема каждого человека, а не абстрактного государства.  Первоначальное воспитание, понятие о том, что хорошо, а что плохо, человек получает в семье. Именно семья во многом определяет, кем станет ребёнок в будущем, в том числе, какой образ жизни он изберёт. Получается, что проблема здорового образа жизни тесно связана с проблемой семьи. Никто не будет спорить, что в здоровой (физически и морально) семье, и дети будут здоровыми. То количество неполных и неблагополучных семей наводит на мысль, что неспроста у нас так тяжело приживается здоровый образ жизни. Если человек начинает свою жизнь в нездоровой обстановке, то и образ жизни он выберет нездоровый.  И государство, и семья могут повлиять на поведение человека, на его выбор образа жизни. Но всё же последнее слово всегда остаётся за самим человеком. Только он сам может выбрать, что ему нужно: нездоровый образ жизни, то есть саморазрушение, или полноценная, счастливая жизнь в мире с самим собой и своими близкими. Только когда человек поймёт, что его счастье находится не в руках государства, семьи или посторонних людей, а его собственных, только тогда можно сказать – этот человек ведёт Здоровый Образ Жизни.Say a few words about this sentence “The problem of healthy way of life is the problem of every person, but not the problem of an abstract state”. ConclusionЕсли задать вопрос «Что такое здоровый образ жизни?», мы получим ограниченное количество ответов:1. Регулярные занятия спортом.
2. Отказ от употребления наркотиков, табака и спиртного.
3. Здоровое питание.

Draw a diagram “What is a healthy way of life?” |
| **Конец урока****The end of the lesson** | **Рефлексия/ Reflexion****Домашнее задание/ Hometask:** Составить фотоколлаж о здоровом образе жизни своей семьи. |