

Внеклассное мероприятие:

***«ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ –
ЗАЛОГ ЗДОРОВЬЯ
НАЦИИ»***

Цель: мотивировать обучающихся в необходимости анализировать своё состояние здоровья, расширить кругозор о культуре питания как одного из важных факторов здорового образа жизни.

Задачи :

- *Образовательные* – способствовать формированию у обучающихся представления о здоровом образе жизни и умению систематизировать и анализировать информацию, полученную на уроках биологии и экологии,
- *Развивающие* – развивать творческое мышление у обучающихся, умение излагать свое мнение, обсуждать, делать выводы, сотрудничать, работать с источниками информации.
- *Воспитательные* – воспитывать чувство ответственности за своё состояние здоровья и других, умение работать в группах, воспитывать чувства взаимопонимания.

Оборудование:

- Информационный материал подготовленный обучающимися,
- Демонстрационная выставка по теме урока,
- плакаты и рисунки, приготовленные обучающимися,
- тексты, компьютер, проектор, слайды,
- Карточки с заданиями – загадками,
- поощрительные призы для лучших знатоков

Форма организации учебной деятельности – «Урок – путешествие»

Ход урока:

1. Организационный момент. – 5 мин.

2. Домашнее задание:

Проверка подготовки домашнего задания. – 5 мин.

3. Актуальность темы. Новый материал.

Ориентировочно – мотивационный момент, сообщение темы и цели урока.

Вступительное слово учителя- 7 мин.

Дорогие ребята, сегодня мы с вами начинаем необычный урок – Урок – путешествие в МИР ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ!

Прежде чем начать наш урок нам необходимо вспомнить определения - Что же такое здоровье?

Здоровье – это состояние полного физического, социального и духовного благополучия человека;

Что такое здоровый образ жизни? – это система жизненных установок, направленных на сохранение и укрепление здоровья человека,

Поэтому сегодня цель нашего урока – не только предоставленную вам информацию, но и задуматься над вопросом от чего же зависит здоровье человека?

Вопрос аудитории – давайте все вместе назовем те факторы, которые влияют на здоровье человека? ...

Что вы понимаете под здоровым образом жизни?

(Отвечают дети)

Ведущий.

Однажды Сократа спросили: «Что является для человека наиболее ценным и важным в жизни – богатство или слава?» Великий мудрец ответил: «Ни богатство, ни слава не делают еще человека счастливым. Здоровый нищий счастливее больного короля!»

Англичанин Тамас Тарр прожил 152 года в нелегком крестьянском труде, он пережил 9 английских королей, прославившись своим долголетием, он был вызван в Лондон на королевский ужин, где и скончался от непривычной пищи.

В Китае живут более 4 тыс. человек возраст которых перевалил за 100 лет, все они ведут трезвый образ жизни, правильно питаются.

Приветствие «Здравствуйте!» также имеет глубокий смысл, т.е человек приветствуя другого человека желает ему здоровья.

Сегодня можно вспомнить и народные мудрости и высказывания о здоровье:

1. «Было бы здоровье – остальное приложится»
2. «Что имеем не храним, потерявши- плачем»
- 3 «Человек – мера всех вещей, а его здоровье – самое ценное богатство»
- 4 «Здоровье не купишь, никто не продаст, его берегите как сердце, как глаз!»

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.

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. Здоровье закладывается в детстве, любое отклонение в развитии организма, любая болезнь сказывается в дальнейшем на состоянии здоровья взрослого человека. Здоровье человека зависит от целого комплекса определенных факторов: наследственности, окружающей среды – природной и социальной, правильного и здорового питания, уровня культуры, образа жизни индивида, его привычек и пристрастий.

Выступление учителя - 7 мин.

Эпиграф из слайда.

Информация о доступной нездоровой пище: «Химия в продуктах питания» (Чипсы, Лапша быстрого приготовления, и т.д.) – демонстрация продуктов

Заключительное слово.10 мин.

Ведущий

- Вот и наступило время завершать наш нетрадиционный урок – путешествие в мир здорового питания, разрешите поблагодарить всех участников данного мероприятия, и вручить благодарственные письма от администрации колледжа.

Вручение благодарственных писем.

Урок окончен. Всем спасибо за внимание!