

*Здоровье человека
как индивидуальная,
так и общественная
ценность*

ОБЖ 8 класс

Разработала: Скобцова Анна Валентиновна

Изучаемые вопросы:

Здоровье - человеческая ценность

Создание модели здоровья школьника

**Здоровье индивидуальное и
общественное**



Задание на ассоциации:

на каждую букву данного слова напишите слова, относящиеся к тому, что делает человека здоровым.

З- - зарядка, закаливание

Д- - дружба, добро, дух

О- - отдых, обливание

Р- - режим дня, радость

О- - общение, организм

В- - вода, волейбол

Ь-

Е- - еда, единственное





(из Устава ВОЗ)

Здоровье - это состояние полного физического, социального и психического благополучия, а не просто отсутствие болезней или физических дефектов.



Задание: назовите проявления состояния здоровья школьника.



Модель здоровья школьника

Физическое здоровье –

функционирование организма, здоровье всех его систем, физическая активность, гигиена, режим труда и отдыха, рациональное питание, закаливание, отказ от вредных привычек и т.д.

Здоровье

Физическое здоровье



Модель здоровья школьника

Социальное здоровье –

осознание себя
личностью мужского
или женского пола,
взаимодействие с
окружающими,
понимание и развитие
навыков, помогающих в
общении с людьми,
профилактика
социально значимых
заболеваний.

Здоровье

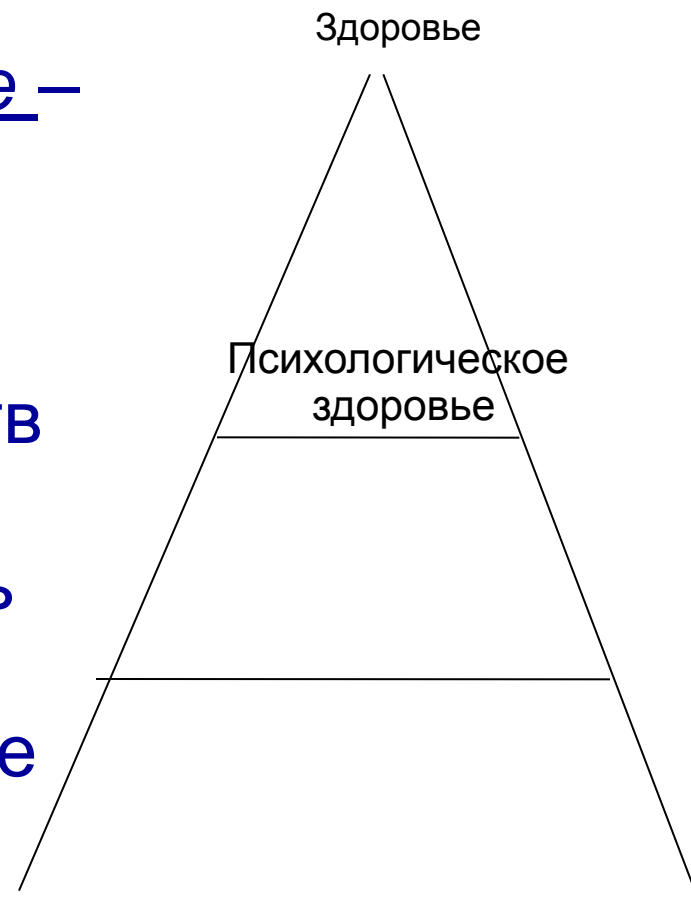
Социальное
здоровье



Модель здоровья школьника

Психическое здоровье –

умение определять своё место в окружающем мире, понимание своих чувств и умение выражать их, умение прогнозировать различные ситуации, становление и развитие личности старшеклассников, их самоопределение и самореализация.



Общие задачи маршрута:

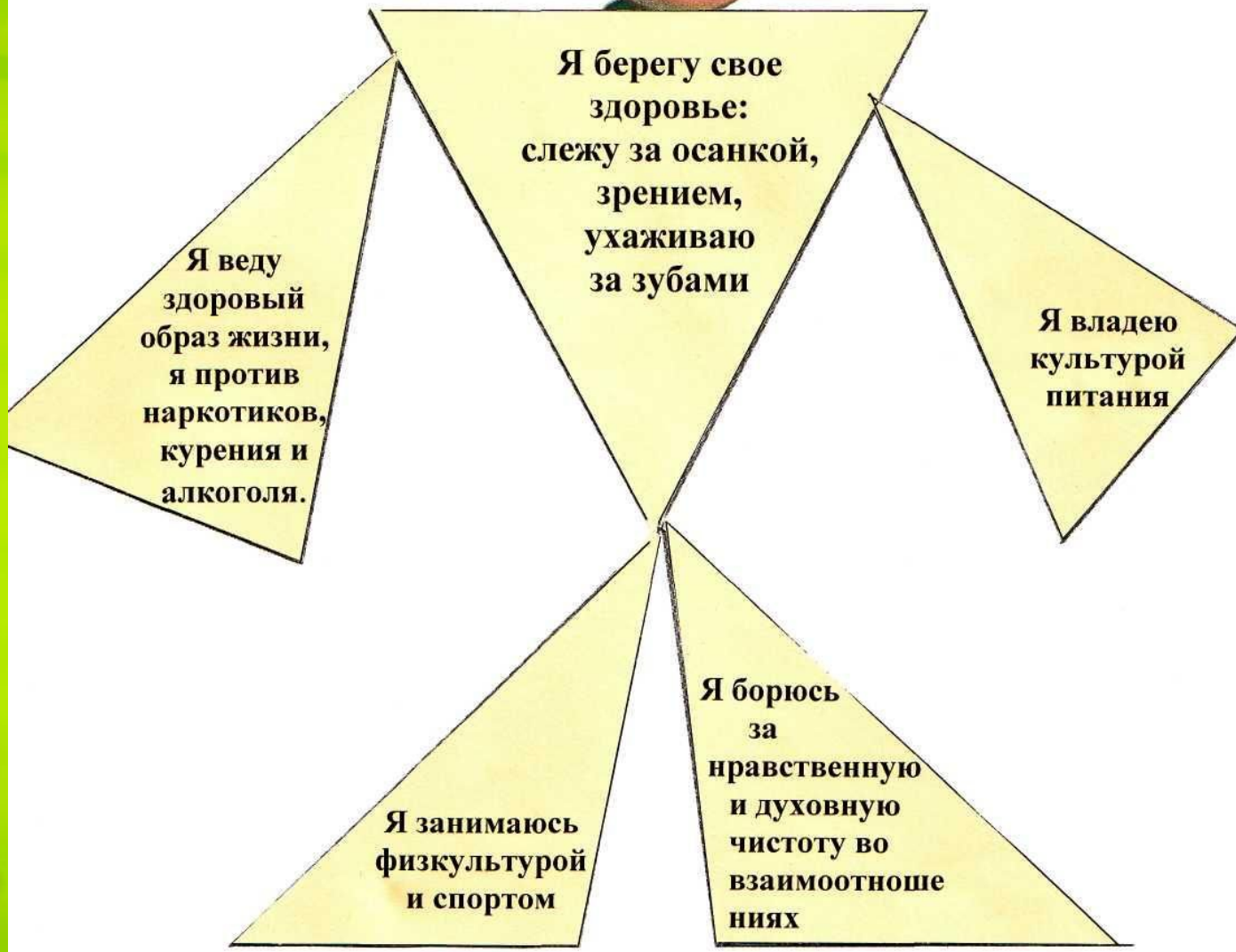
1 уровень-знать;

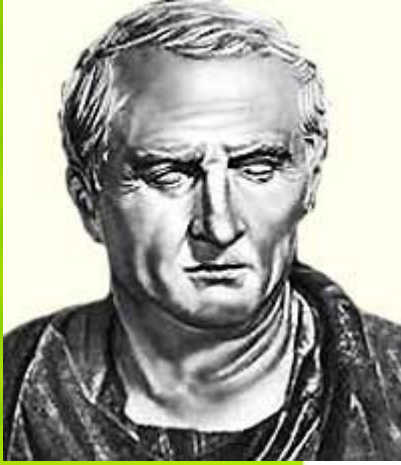
2 уровень - уметь предупредить;

**3 высший уровень - быть
способным помочь**



пр





*«**Обязанности мудрого** – заботиться о своем имуществе, здоровье, не совершая ничего противного обычаям, законам и установлениям ... не только ради себя, но и ради детей, родных, друзей, а особенно ради государства; ведь достояние отдельных лиц составляют богатство гражданской общины».*

*Из трактата древнеримского политика
Марка Туллия Цицерона «Об обязанностях»*



Главное богатство любого
государства – это люди.
Без человеческого потенциала
рухнет любая экономическая
система и бессильна самая
передовая и прогрессивная
«национальная идея»



(Из Концепции национальной безопасности РФ)

Здоровье



Сделай свой выбор: *при помощи разноцветных жетонов определи степень развития своего физического, социального и психического здоровья.*



Зеленый – 1 место : очень хорошо развито



Желтый - 2 место : хорошо развито



Красный - 3 место : недостаточно развито





«...прежде всего мы должны сохранить хорошее здоровье. Средства к этому несложные: избегать всех эксцессов, излишних бурных и неприятных волнений, а также чересчур напряженного и продолжительного умственного труда, далее усиленное движение на свежем воздухе в течение по крайней мере двух часов, частое купание в холодной воде и тому подобные гигиенические меры».

Артур Шопенгауэр «Афоризмы житейской мудрости»



Подумай

- Какие выводы можно сделать после сегодняшнего урока?
- Какое место среди ваших жизненных ценностей отводится здоровью?



Домашнее задание:

Продумать свои индивидуальные модели здоровья и предложить их для обсуждения на следующем уроке.



*Выразите свои мысли и чувства
по сегодняшнему уроку, употребив
одно предложение или
словосочетание.*



Всем доброго здоровья!

Всем
спасибо!



Урок
ОКОНЧЕН

