

*Сценарий урока*  
*«Здоровые дети в здоровой семье»*  
*(02.09.2013 г.)*

**Подготовила:**

**Куличенко Татьяна Евгеньевна,  
учитель математики,  
классный руководитель 11 «В» класса,  
социальный педагог**

**Котовск, 2013**

## **Цели урока:**

- 1) продолжить формирование у обучающихся представления об основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни;
- 2) показать 11-классникам важность создания здоровой семьи как основного фактора воспитания и развития здоровых детей;
- 3) подчеркнуть, что пропаганда здорового образа жизни, бережного отношения к семейным ценностям и традициям – важная составляющая государственной политики Российской Федерации.

## **Задачи урока:**

- ✓ совместно с учащимися обсудить позитивные факторы, влияющие на здоровье;
- ✓ научить подростков осознанно выбирать поступки и поведение, позволяющее сохранять и укреплять здоровье;
- ✓ подчеркнуть всю пагубность влияния на здоровье человека табака, алкоголя, наркотических веществ;
- ✓ обсудить роль здоровой семьи в воспитании и развитии здорового ребёнка;
- ✓ продолжить формирование общей культуры учащихся;
- ✓ продолжить формирование навыков позитивного коммуникативного общения.

**Возрастная категория учащихся:** 11 класс.

**Длительность урока:** 45 минут.

**Форма работы учащихся:** индивидуальная и групповая.

## **Оборудование:**

- компьютер;
- проектор;
- экран;
- колонки;
- бумага, конверты для писем.

## **Дидактический материал:**

- компьютерная презентация «Здоровые дети в здоровой семье» (авторский медиапродукт, Microsoft Office Power Point 2007).

## **Информационные источники:**

- ✓ Методические рекомендации по организации урока «Здоровые дети в здоровой семье» от 06.08.2013 г. (Управление Образования и Науки Тамбовской области).
- ✓ <http://www.rsmu.ru/5300.html> - цитаты великих людей о здоровье.
- ✓ <http://vot-status.jimdo.com/цитаты-и-афоризмы/цитаты-великих-людей-7/> - цитаты великих людей о семье.
- ✓ <http://valdayelochka12.caduk.ru/p45aa1.html> - о здоровом образе жизни.
- ✓ [http://www.syntone.ru/library/books/content/4153.html?current\\_book\\_page=all](http://www.syntone.ru/library/books/content/4153.html?current_book_page=all) - о феномене здоровья.
- ✓ [http://edu.of.ru/vrnotr/default.asp?ob\\_no=134150](http://edu.of.ru/vrnotr/default.asp?ob_no=134150) – о роли семьи в формировании здорового образа жизни.
- ✓ [http://irk71.ru/index/quot\\_zdorovy\\_e\\_deti\\_v\\_zdorovoj\\_seme\\_quot/0-77](http://irk71.ru/index/quot_zdorovy_e_deti_v_zdorovoj_seme_quot/0-77) - идея презентации.

## План урока:

1. Вводное слово учителя. Постановка цели урока. – 2 мин.
2. Дискуссия обучающихся по проблемам здоровья, здорового образа жизни, отказа от вредных привычек в ходе устного анализа предложенной учителем презентации. – 15 мин.
3. Дискуссия обучающихся по проблеме роли здоровой семьи в воспитании здоровых детей в ходе устного анализа предложенной учителем презентации. – 15 мин.
4. Написание 11-классниками писем о своей будущей семье. – 10 мин.
5. Подведение итогов урока. – 3 мин.

## Ход урока

### 1. Вводное слово учителя. Постановка цели урока.

**Учитель:** Здравствуйте, мои дорогие юноши и девушки! Я рада приветствовать Вас на нашем первом уроке в новом 2013/2014 учебном году. Сегодня мы с Вами поговорим о важности здорового образа жизни для успешной жизнедеятельности человека и о ведущей роли здоровой семьи в воспитании и развитии здорового ребёнка.

(педагог демонстрирует слайды)

Президент Российской Федерации В.В. Путин сказал: «Результатом нашей работы должна стать осознанная молодым поколением необходимость в здоровом образе жизни, в занятиях физической культурой и спортом. Каждый молодой человек должен осознать, что здоровый образ жизни – это успех, его личный успех».

Его поддержал и Председатель Правительства РФ Д.А. Медведев: «Нам сегодня нужно подумать о том, как на современном уровне, без занудства и пошлости, пропагандировать здоровый образ жизни».

### 2. Дискуссия обучающихся по проблемам здоровья, здорового образа жизни, отказа от вредных привычек в ходе устного анализа предложенной учителем презентации.

Эту проблему затрагивали и великие люди всех времён и народов.

- ✓ «Девять десятых нашего счастья зависят от здоровья» (Артур Шопенгауэр).
- ✓ «Здоровье есть высочайшее богатство человека» (Гиппократ).
- ✓ «Без здоровья невозможно и счастье» (В. Г. Белинский).
- ✓ «Тщательно заботься о своем здоровье» (Марк Тулий Цицерон).

**Учитель:** Ребята, Вы согласны с великими деятелями прошлого и современности? Что вы думаете и знаете о здоровом образе жизни?

(дискуссия учащихся по поставленным вопросам)

**Учитель:** Молодцы! Давайте обобщим Ваши высказывания и посмотрим на слайд, где представлена схема «От чего зависит здоровье человека».

(педагог демонстрирует слайд)

**Учитель:** С научной точки зрения понятие «здоровье» характеризуется сложностью, многозначностью и неоднородностью состава. Несмотря на мнимую простоту его обыденного

понимания, в нем отражаются фундаментальные аспекты биологического, социального, психического и духовного бытия человека в мире. Феномен здоровья охватывает все многообразие его психологической и социальной проблематики.

Здоровый образ жизни - это динамичная система поведения человека, основанная на глубоких знаниях различных факторов, оказывающих влияние на здоровье человека, и выборе алгоритма поведения, максимально обеспечивающего сохранение и укрепление здоровья и постоянно корректируемого с учетом приобретенного опыта и возрастных особенностей.

Суть такого поведения отнюдь не фанатичное следование каким-то установкам здорового образа жизни. Естественно, перестройка своего поведения всегда требует дополнительных усилий, но все должно совершаться на грани удовольствия. Приятного от затраченных усилий должно быть столько, чтобы усилия не показались напрасными. Создаваемая вами система здорового образа жизни должна иметь привлекательность и необходимо хорошо видеть конечную цель усилий, что же вы хотите добиться, ведя здоровый образ жизни.

Можно, перефразировав Цицерона, конечную цель сформулировать так: «Здоровый образ жизни - это система поведения человека для достижения благополучия для себя, для семьи и государства».

**Учитель:** Ребята, как все Вы верно заметили, здоровый образ жизни подразумевает полный отказ от таких вредных привычек, как употребление табака, алкоголя, наркотических и психотропных веществ.

Их пагубность для здоровья и жизни человека подчёркивали великие люди всех времён и народов.

(педагог демонстрирует слайд)

- ✓ «Опьянение – добровольное сумасшествие» (Аристотель).
- ✓ «В опьянении всякий – невольник гнева и беглец ума» (Софокл).
- ✓ «Водка белая, но красит нос и чернит репутацию» (А. П. Чехов).
- ✓ «Алкоголизм делает больше опустошения, чем три исторических бича вместе взятые: голод, чума и война» (У. Гладстон).
- ✓ «Наркомания – это многолетнее наслаждение смертью» (Ф. Мориак).
- ✓ «Начинаешь курить, чтобы доказать, что ты мужчина. Потом пытаешься бросить курить, чтобы доказать, что ты мужчина» (Ж. Сименон).

**Учитель:** Ребята, а Вы разделяете мнение авторов этих высказываний?

(дискуссия учащихся)

### **3. Дискуссия обучающихся по проблеме роли здоровой семьи в воспитании здоровых детей в ходе устного анализа предложенной учителем презентации.**

**Учитель:** Здоровье человека начинается со здоровья его семьи, поэтому здоровый образ жизни складывается из следующих взаимосвязанных факторов:

- ✓ Доброжелательные отношения между родителями, бабушками и дедушками.
- ✓ Полезное и здоровое питание.
- ✓ Положительные эмоции.
- ✓ Совместная трудовая деятельность способна сблизить людей.
- ✓ Воспитание детей личным поведением, личным примером родителей, бабушек, дедушек.

- ✓ Полное исключение курения, алкоголя в семье.
- ✓ Совместные походы взрослых и детей на природу.
- ✓ Совместные занятия физкультурой и спортом.

**Учитель:** Первостепенная задача государства – растить здоровых детей, продлевать жизнь своих граждан. Вопросам сохранения и укрепления здоровья людей в России уделяется особое внимание. Они включены в приоритетный национальный проект «Здоровье». В нашей стране идет активная работа по формированию здорового образа жизни среди населения. Нация должна быть здоровой, активной.

Здоровая нация – это признак сильного государства, поэтому одним из главных факторов процветания нации является здоровая семья.

(педагог демонстрирует слайд)

**Учитель:** Уполномоченный при Президенте Российской Федерации по правам ребенка Павел Астахов предложил во всех школах России провести в сентябре 2013 года урок «Здоровые дети – в здоровой семье», посвященный позитивному опыту здорового образа жизни, бережному отношению к семейным ценностям и традициям. Сегодня крайне актуален лозунг «Здоровая семья – здоровая Россия».

**Учитель:** Давайте обратимся к основному Закону РФ – Конституции РФ: «Семья – это очень важная социальная единица, которая находится под охраной закона».

(педагог демонстрирует слайд)

В Статье 38 Конституции РФ прописано:

1. Материнство, детство, семья находятся под защитой государства.
2. Забота о детях, их воспитание - равное право и обязанность родителей.
3. Трудоспособные дети, достигшие 18 лет, должны заботиться о своих нетрудоспособных родителях.

**Учитель:** Ведущая роль семьи отмечена особым государственным праздником. В России 2008 год был объявлен «годом Семьи». Как Вы знаете, 8 июля 2008 года мы впервые отмечали праздник «День семьи, любви и верности».

(педагог демонстрирует слайд)

**Учитель:** Великая роль семьи воспета величайшими умами человечества.

(педагог демонстрирует слайд)

- ✓ «Любовь к родине начинается с семьи» (Ф.Бэкон).
- ✓ «Семья – это кристалл общества» (В. Гюго).
- ✓ «Семья начинается с детей» (А.И. Герцен).
- ✓ «Семья – один из шедевров природы» (Д. Сантаяна).
- ✓ «Залог семейного счастья в доброте, откровенности, отзывчивости» (Э. Золя).
- ✓ «Главный замысел и цель семейной жизни – воспитание детей. Главная школа воспитания – это взаимоотношения мужа и жены, отца и матери» (В.А. Сухомлинский).

**Учитель:** Ребята, давайте поиграем в ассоциации. Продолжите предложения, представленные на следующем слайде.

(педагог демонстрирует слайд)

- ✓ Если семья – это постройка, то какая ... (прочная, надёжная, красивая...).
- ✓ Если семья – это цвет, то какой ... (яркий, красный, зеленый...).
- ✓ Если семья – это музыка, то какая ... (нежная, спокойная, экспрессивная, современная...).
- ✓ Если семья – это геометрическая фигура, то какая ... (квадрат, круг, многогранник...).
- ✓ Если семья – это название фильма, то какого ... («Моя семья и другие животные», «Большая семья» ...).
- ✓ Если семья – это настроение, то какое ... (радостное, веселое, оптимистичное).

(устные ответы детей)

**Учитель:** Молодцы! Ребята, как Вы думаете. На чем базируется семья? На каких чувствах, качествах, чертах человеческого характера?

(устные ответы детей)

**Учитель:** Молодцы! А теперь я предлагаю всем посмотреть на следующий слайд «Словарь семейных отношений».

(педагог демонстрирует слайд)

Любовь, верность, нежность, поддержка, равенство, компромисс, признание, приспособляемость, умение слушать, толерантность, доверие, желание, юмор, сопереживание - именно из таких «кирпичиков» строится крепкий семейный дом.

**Учитель:** А какие «кирпичики» Вы добавите при строительстве своего семейного очага?

(устные ответы детей: взаимоуважение, взаимовыручка, трудолюбие, искренность ...)

#### **4. Написание 11-классниками писем о своей будущей семье.**

**Учитель:** Ребята, давайте немного пофантазируем и заглянем в свое будущее (лет на 10 вперед). Перед каждым из Вас на парте лежит чистый лист бумаги, ручка и пустой конверт. Предлагаю Вам написать, представляете ли Вы через 10 лет себя семейным человеком. Какой Вы видите свою семью, жену (мужа), сколько у Вас детей? Как Вы будете их воспитывать.

(звучит спокойная музыка, 11-классники пишут письма)

**Учитель:** Все написали? Отлично! Никому свое письмо не показываем, кладем его в конверт, заклеиваем и отдаем на 10 лет на хранение своему классному руководителю. Через 10 лет мы откроем свои конверты, прочитаем письма и узнаем, что уже сбылось, а над чем Вам еще предстоит поработать.

(педагог собирает письма детей и кладет их в красивую коробку)

#### **5. Подведение итогов урока.**

**Учитель:** Давайте посмотрим на классификацию семейных ценностей. Именно они должны служить Вам ориентиром в Вашей взрослой семейно жизни.

(педагог демонстрирует слайд)

- 1) ценности супружества;
- 2) ценности, связанные с демократизацией отношений в семье;
- 3) ценности родительства, воспитания детей;
- 4) ценности родственных связей;
- 5) ценности, связанные с саморазвитием;
- 6) ценности внесемейных коммуникаций;
- 7) ценности профессиональной занятости.

**Учитель:** Здоровая семья – это семья, которая ведет здоровый образ жизни, в которой присутствует здоровый психологический климат, духовная культура, материальный достаток. Семья – это основное звено, где формируются полезные привычки и отвергаются вредные. Первые впечатления у ребенка, связанные с выполнением определенного действия, черпаются из домашнего бытия. Ребенок видит, воспринимает, старается подражать, и это действие у него закрепляется независимо от его неокрепшей воли.

Дорогие ребята, искусство вести здоровый образ жизни доступно каждому, нужно только иметь огромное желание и силу воли, нужно преодолевать свои слабости и свою лень. Вредные привычки легче предотвратить, чем потом от них избавляться. В народе говорят: «Здоровому – все здорово!».

Об этой простой и мудрой истине следует помнить всегда. Сегодня каждый человек должен понимать, что его здоровье и здоровье семьи, в первую очередь, зависят от него самого. Необходима, прежде всего, личная ответственность каждого за свое здоровье и здоровье своей семьи.

Помните, что «Мы выбираем здоровый образ жизни и крепкую здоровую счастливую семью!»

**Спасибо за урок!**