



РАЗГОВОРЫ
О ВАЖНОМ



Методические рекомендации

Россия – здоровая держава

5-7 классы



ЖИЗНЬ

25 марта 2024 года



ВНЕУРОЧНОЕ ЗАНЯТИЕ **для обучающихся 5–7 классов по теме** **«Россия – здоровая держава»**

Цель занятия: популяризация здорового образа жизни; формирование личной ответственности за свое здоровье; формирование представления о важности здоровья не только для самого человека, но и для страны.

Формирующиеся ценности: жизнь

Основные смыслы: здоровье является главной ценностью, поскольку позволяет человеку вести полноценную жизнь, добиваться целей, реализоваться в профессии. Понимание факторов, влияющих на здоровье, помогает человеку вести здоровый образ жизни. Здоровье важно не только непосредственно для человека, но и для всей нации.

Партнеры занятия:

- НИИ педиатрии и охраны здоровья детей Научно-клинического центра № 2 ФГБНУ «РНЦХ ИМ. акад. Б.В. Петровского».
- Кафедра факультетской педиатрии Педиатрического факультета ФГАОУ ВО «РНИМУ им. Н.И. Пирогова» Министерства здравоохранения Российской Федерации.
- Общероссийская общественная организация «СОЮЗ ПЕДИАТРОВ РОССИИ».

Продолжительность занятия: 30 минут.

Рекомендуемая форма занятия: беседа. Занятие предполагает также использование видефрагмента, включает в себя работу с интерактивными заданиями.

Комплект материалов:

- сценарий,
- методические рекомендации,
- интерактивные задания
- видеоролики.



СТРУКТУРА ЗАНЯТИЯ

Часть 1. Мотивационная

Занятие начинается с разговора о здоровой державе, учитель подводит ребят к выводу о том, что сохранение здоровья населения важно для государства. После **просмотра видеоролика** «Великие достижения российской медицины» ребята обсуждают открытия российской медицины, которые значительно повысили качество жизни населения не только нашей страны, но и всего мира.

Часть 2. Основная

Основная часть начинается с обсуждения значимости здоровья в современном мире. Через упражнение «Скрепка» школьники приходят к выводу о том, что навредить здоровью проще, чем его восстановить.

Во время беседы о здоровом образе жизни учитель подводит обучающихся к тому, что здоровый образ жизни – это поведение и привычки человека в питании, спорте, режиме дня, помогающие ему сохранить и улучшить свое здоровье.

В **интерактивном задании** «Здоровый образ жизни» учитель может предложить обучающимся те темы, которые им наиболее интересны: «Питание», «Режим дня», «Привычки».

Исходя из уровня подготовленности класса, работа с интерактивным заданием может быть проведена фронтально или в группах. За каждый правильный ответ на вопрос команда получает по 1 баллу.

Часть 3. Заключительная

В заключение школьники обсуждают понятия «здоровая держава» и «здоровый образ жизни» и приходят к выводу о том, что здоровье — это самое важное, что есть у человека. Учитель предлагает обучающимся **составить облако слов** «Здоровый образ жизни». Ребята приходят к мнению о том, что здоровье — это самое важное, что есть у человека. Оберегая и сохраняя свое здоровье, можно лучше учиться, заниматься спортом, играть с друзьями и просто радоваться жизни. В конце занятия учитель может предложить ребятам составить сборник полезных завтраков.



ПОСТРАЗГОВОР

Приносить в школу полезный перекус.

Составить плакат / презентацию «Полезная тарелка» и разместить в классе.

ИНТЕГРАЦИЯ С УЧЕБНЫМИ ПРЕДМЕТАМИ

Биология: темы, связанные со здоровьем человека.

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

1. Проект Роспотребнадзора «Здоровое питание. РФ» <https://xn----8sbehgcimb3cfabqj3b.xn--p1ai/healthy-nutrition/video/>
2. Проект «Движения первых» «Здоровый образ жизни» <https://xn--90acagbhgpcsa7c8c7f.xn--p1ai/projects/24>
3. Руководство по детскому питанию и физической активности. Копенгаген: Европейское региональное бюро ВОЗ; 2020.

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ЦЕННОСТНО-СМЫСЛОВЫЕ ЛИНИИ

Благодарность врачам, сохраняющим и спасающим жизни людей.

При **наличии возможности** рекомендуется предусмотреть ведение обучающимися «дневника внеурочных занятий «Разговоры о важном».

В таком «дневнике» могут отмечаться:

- тема занятия;
- ценности, обсуждаемые в ходе занятия;
- основные выводы обучающегося, сделанные по итогам занятия,
- ссылки на полезные медиаресурсы и образовательные проекты по тематике занятия;
- творческие задания и темы для обсуждения с родственниками и друзьями;
- любая другая информация по теме занятия.

Структура такого «дневника» и организация его ведения определяются образовательной организацией самостоятельно.