

## **План-конспект по физической культуре 8 класс**

*Подготовил: Лазаренко Д.С., учитель физкультуры  
МАОУ лицей №17 г. Ставрополь*

**Тема:** «Здоровый образ жизни»

### **Проблема:**

Учащиеся не владеют знаниями о здоровье и здоровом образе жизни и не умеют соотносить полученные знания к своему здоровью.

Здоровье не является материальной и духовной ценностью.

Отсутствие устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью.

### **Цели урока:**

Формировать физическую культуру учащихся посредством овладения знаниями о здоровом образе жизни.

Соотнести полученные знания к своему здоровью и к способам его укрепления.

### **Задачи:**

Проверить сформированность знаний о здоровом образе *(учащиеся в мини группах по 4-5 человек выполняют компетентностно - ориентированное задание)*.

Познакомить учащихся с понятиями «здоровье», «здоровый образ жизни» *(лекция с использованием презентации)*.

Познакомить учащихся с факторами, обеспечивающими здоровье человека *(презентация)*.

Соотнести полученные знания к своему здоровью и способам его укрепления *(необходимо будет продолжить выполнять компетентностно – ориентированное задание)*.

### **Оборудование:**

компьютер,

проектор,

экран;

презентация по теме урока, выполненная в программе «Power Point»;

круг здоровья (6 секторов круга здоровья),

магнитная доска с магнитами,

6 листов бумаги.

**Планируемый конечный результат** *(с позиции компетентностей, формируемых у школьников)*

Учащиеся развивают компетентность по разрешению проблемы.

Совершенствуют коммуникативную компетентность.

**Перечень критериев проверки достижения планируемых результатов.**

Учащиеся должны знать понятия: здоровья, здорового образа жизни, знать факторы обеспечивающие здоровье человека, знать виды и формы

самостоятельных занятий, значение физической культуры в формировании здорового образа жизни современного человека.

Наличие творческих работ учащихся (в виде текста размышления, сочинений, таблиц).

### **Самостоятельная деятельность учащихся в предлагаемом учебном занятии**

Учащиеся продемонстрируют:

умение находить необходимую информацию из презентации, из предложенных карточек;

выделять главное, устанавливать причинно-следственные связи.

### **Ход урока**

Содержание урока	Время	Организационно - методические указания
<b>Вводная часть урока (4-6мин)</b>		
Приветствие, сообщение целей и задач урока	3-4 мин.	Использовать <a href="#">презентацию</a> - Слайд №1-5 Звучит основополагающий вопрос: Что значит для современного человека здоровый образ жизни? Проблемные вопросы учебной темы: <ul style="list-style-type: none"><li>• Что такое здоровый образ жизни для каждого из вас?</li><li>• Каким образом вы можете изменить свое здоровье с помощью физических упражнений?</li><li>• Какова роль физической культуры в жизни современного человека?</li><li>• Какой план по укреплению здоровья вы выберите?</li><li>• </li></ul> Частные вопросы: <ul style="list-style-type: none"><li>• Что такое здоровье?</li><li>• По каким критериям вы можете определить свое здоровье?</li></ul>
Разделить уч-ся на 6 групп	1-2 мин.	по 4-5 человек с целью дальнейшей работы с компетентностно – ориентированным заданием.
<b>Основная часть урока (30-40мин)</b>		
Учащиеся выполняют компетентностно - ориентированное задание.		Использовать <a href="#">презентацию</a> -Слайд № 5 Использовать круг здоровья и 6 его секторов. <ul style="list-style-type: none"><li>• 1-я группа должна будет закончить фразу: «Здоровье человека это...»</li><li>• 2-я группа «Здоровая семья это...»</li><li>• 3-я группа «Здоровое общество это...»</li><li>• 4-я группа «Здоровая школа это...»</li><li>• 5-я группа «Здоровая окружающая среда это...»</li><li>• 6-я группа «Здоровый образ жизни это...»</li></ul> Затем учащиеся обсудят свои суждения, присоединившись к другой группе (один человек из группы) Используя законченные суждения из всех остальных

		групп, учащиеся, возвращаются в первоначальную группу и завершают определения слова «Здоровье» на чистом листе бумаги, который затем вывешивается на магнитную доску. Определения зачитываются.
Лекция «Здоровье и Здоровый образ жизни»		Использовать <a href="#">презентацию</a> - Слайды №7 -12.
Представить результаты своей работы в виде текста о том, что я узнал (а) из этого урока		После просмотра и обсуждения слайдов и сравнения со своими суждениями о здоровье, выполнить заключительное задание.
<b>Заключительная часть урока (2-5 мин.)</b>		
Подведение итогов. Сообщение домашнего задания.		Заполнить анкету, если учащиеся не успеют выполнить на уроке заключительное компетентностно – ориентированное задание, то дать возможность его выполнить дома.

### **Компетентность разрешения проблем,**

Целеполагание и планирование деятельности,

I уровень

### **Коммуникативная компетентность,**

Письменная коммуникация,

I уровень

Уважаемый восьмиклассник, ты сейчас находишься в подростковом возрасте - это тот период в жизни человека, когда происходит твое формирование как личности. От того, какой образ жизни выберешь ты сегодня, во многом зависит твое здоровье, карьера, и твоя жизнь.

1. Закончите фразу в доставшемся вам секторе (рисунок №1 -круг здоровья) как можно большим количеством вариантов в течение 5 минут.
2. Обсудите свои суждения (варианты окончания фразы), присоединившись к другой группе (6-9 минут).
3. Используйте законченные суждения из всех остальных групп для завершения определения слова «Здоровье», для этого вернитесь в свою первоначальную группу (5 минут).
4. Сравните с предложенными учителем определениями слова «Здоровье», здоровый образ жизни (презентация 7-8 минут).
5. Представьте результаты своей работы в виде текста (размышления) о том (5-8 минут).