**Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение**

**«Элисенваарская средняя общеобразовательная школа»**

**(МКОУ «Элисенваарская СОШ»)**

186720 Республика Карелия, Лахденпохский р-н, п. Элисенваара, ул. Школьная, д.7,

тел/факс (814)50 33-651, elis-ch-37@yandex.ru

|  |  |
| --- | --- |
| Класс | 8 |
| Предмет  | ОБЖ |
| Учитель | Каретина Н.В. |
| Дата проведения урока по расписанию | 07.04.20 |
| Адрес электронной почты для отправки выполненного задания | karetinanv@mail.ru |
| Срок сдачи на проверку/срок изучения | Следующее по расписанию занятие или … |
| Тема урока | «Общее понятие о здоровье как основной ценности человека» |
| Цель урока | Формирование культуры здоровья как основной ценности жизни человека |

**Задание:**

1. Изучить предложенный материал урока.
2. Записать в тетрадь определение здоровья и выучить наизусть.
3. Составить таблицу показателей
4. Закрепление знаний. Ответить на вопросы теста в тетради.

 **Содержание занятия**

**Теоретический материал для самостоятельного изучения**

1. Прочитать параграф учебника № 8.1., ст.180
2. Посмотреть видеоролик

<https://www.youtube.com/watch?v=QWTzvme1NQY>

1. Записать в тетрадь определение Здоровья.
2. Проанализировать основные показатели, которые характеризуют уровень индивидуального здоровья человека, **составить таблицу.**

|  |  |
| --- | --- |
|  | Показатели |
| 1. Объективные
 |  |
| 1. Субъективные
 |  |
| 1. Количество здоровья
 |  |

1. Закрепление знаний. Задания для проверки, тест. Выбрать правильный ответ.

**Начало формы**

**1. Что является основной ценностью для человека?**

Деньги, карьера, здоровье

**2. Что не относится к объективным показателям здоровья?**

Температура тела, кровяное давление, самочувствие

**3. Чем измеряются предельные возможности организма переносить внешние нагрузки без остаточных последствий?**

Объективными показателями, субъективными показателями, количеством здоровья

**4. Что такое здоровье?**

Отсутствие болезней, отсутствие деффектов, состояние полного физического, психического и духовного благополучия, всё перечисленное

**5. Является ли здоровье каждого человека общественной ценностью?**

Да, только здоровье богатых и знаменитых, нет

**6. Что представляет собой общественное здоровье?**

Общественную категорию, социально-политическую категорию, экономическую категорию, всё перечисленное

**7. Как определяется здоровье человека по объективным показателям?**

В соответствии с нормами

В соответствии с самочувствием

В соответствии с количеством здоровья

**8. Что не учитывают объективные и субъективные показали здоровья?**

Возраст, Нагрузку , Сон

**9. Что дает здоровье?**

Способность приспосабливаться к меняющимся условиям существования в окружающей среде

Способность к полноценному выполнению основных социальных функций

Всё перечисленное

**10. Какие внешние нагрузки учитывает количество здоровья?**

Физические нагрузки

Умственные нагрузки

Стресс

Всё перечисленное

**Домашнее задание:**

Прислать фото конспекта в тетради и ответы теста.

Конец формы