**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 | 14.04.20 |
| Адрес электронной почты для отправки выполненного задания | karetinanv@mail.ru |
| Срок сдачи на проверку/срок изучения | Следующее по расписанию занятие или … |
| Тема урока | Индивидуальное здоровье, его физическая, духовная и социальная сущность |
| Цель урока | Сформировать у учащихся понятие о том, что их здоровье в большей степени зависит от их собственного поведения и действий. |

Задание:

1. Изучить предложенный материал урока
2. Закрепление знаний. Заполнить таблицу. Выполнить тест

Содержание занятия:

Материал в помощь.

Учебник ОБЖ 8кл. Прочитать параграф 8.2., стр.184-188

Проанализировать значение каждой составляющей здоровья, взаимосвязь этих составляющих и их влияние на индивидуальное здоровье человека в процессе его жизнедеятельности. **Записать в тетрадь в табличном виде.**

|  |  |
| --- | --- |
| Составляющая здоровья | Влияние составляющей на здоровье человека |
| Физическое здоровье |  |
| Духовное здоровье |  |
| Социальное здоровье |  |

**Задания для проверки: выполнить на закрепление темы тест**.

1.Здоровье – это состояние полного… физического благополучия духовного благополучия социального благополучия все ответы верны

2. Влияют ли физическая, духовная и социальная составляющие здоровья друг на друга?

Только физическая и духовная

Только физическая и социальная

Да, все три влияют друг на друга

3. Какая составляющая здоровья все больше выступает его основой?

Физическая

Социальная

Духовная

4. Какой физический фактор оказывает важнейшее влияние на здоровье?

Наследственность

Биометрические показатели

Окружающая среда

5. Какое благополучие соотносится с разумом человека, его интеллектом, эмоциями?

Духовное

Социальное

Физическое

6. Какое благополучие отражает возможности человека жить безопасно в реальной окружающей среде?

Техногенное

Социальное

Природное

7. Чем, помимо двигательной активности, рационального питания и закаливания, обеспечивается физическая активность?

Рациональным сочетанием физического и умственного труда

Умением отдыхать

Отсутствием вредных привычек

Всем перечисленным

8. Какие социальные факторы оказывают большее влияние на здоровье?

Состояние окружающей среды

Влияние опасных и чрезвычайных ситуаций

Доступный уровень медицины

Все перечисленное

9. Какой фактор создает установку на здоровый образ жизни?

Духовный

Физический

Социальный

10. От чего зависит духовный фактор здоровья?

От окружающей среды

От общества

От индивидуального образа жизни

11. Чем достигается социальное здоровье?

Умением предвидеть опасные и чрезвычайные ситуации

Умением принимать обоснованное решение в чрезвычайной ситуации

Умением действовать в чрезвычайной ситуации

Всем перечисленным