

# МО классных руководителей

## Заседание №3

---



**ТЕМА: ФОРМИРОВАНИЕ У ОБУЧАЮЩИХСЯ  
УСТОЙЧИВЫХ НРАВСТВЕННЫХ ИДЕАЛОВ  
ЧЕРЕЗ ВОСПИТАНИЕ ПОТРЕБНОСТИ  
В ЗДОРОВОМ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ.**

---



*Вопросы для обсуждения:*

**1. Формирование системного подхода к решению проблем охраны здоровья и жизни обучающихся**

---

*Выступающие:*

**Бегалина М.Ш.**

**Леонова Ю.И.**

**Сураганова Б.Б.**



**Кто крепок телом, может терпеть и жару, и холод.  
Так и тот, кто здоров душевно, в состоянии  
перенести и гнев, и горе, и радость,  
и остальные чувства.**

Эпиктет



## ЛЕОНОВА Ю.И.

***Здоровый образ жизни*** – это реализация комплекса действий во всех основных формах жизнедеятельности человека: трудовой, общественной, семейно-бытовой, досуговой.

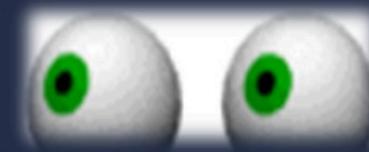
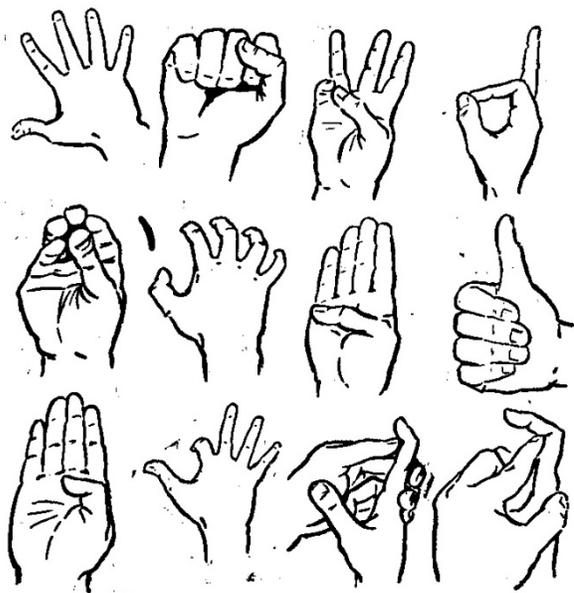
---



**Состояние здоровья молодежи является важнейшим слагаемым здорового потенциала нации, поэтому сохранение и развитие здоровья студентов и формирование у них здорового образа жизни сегодня имеет приоритетное значение.**

## *Физкультминутка при проведении занятий*

- \* Упражнения для снятия утомления с мелких мышц кисти.
- \* Зарядка для глаз.
- \* Движение стопами ног.



**Гимнастика  
для глаз**

## БЕГАЛИНА М.Ш.

«Забота о здоровье — это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы».

Сухомлинский В.А.



**Формирование ценностей здорового образа жизни студентов в группе 1МО-1 включает в себя этапы:**

- \* содержательный (реализация программ по ЗОЖ, проведение бесед по ЗОЖ, классные часы, клуб по туризму)**
- \* деятельностный (анкетирование - выявление круга интересов и увлечений в отношении к ЗОЖ; участие студентов в спортивных мероприятиях, конкурсах по ЗОЖ; анализ психического и физического состояния студентов)**
- \* оценочный (анализ изменений ценностного отношения к ЗОЖ, показателей физического и психического состояния здоровья студентов)**



*Рекомендации по здоровью и сохранению студентов в учебной и внеучебной деятельности:*

- 1. Студент должен постоянно ощущать себя счастливым, помогите ему в этом.**
- 2. Каждый урок, классный час, внеклассное мероприятие должны оставлять в душе студента только положительные эмоции.**
- 3. Студенты должны испытывать ощущение комфорта и защищенности; интерес к уроку или внеклассному мероприятию.**



**RECOMMENDED**

**СУРАГАНОВА Б.Б.**

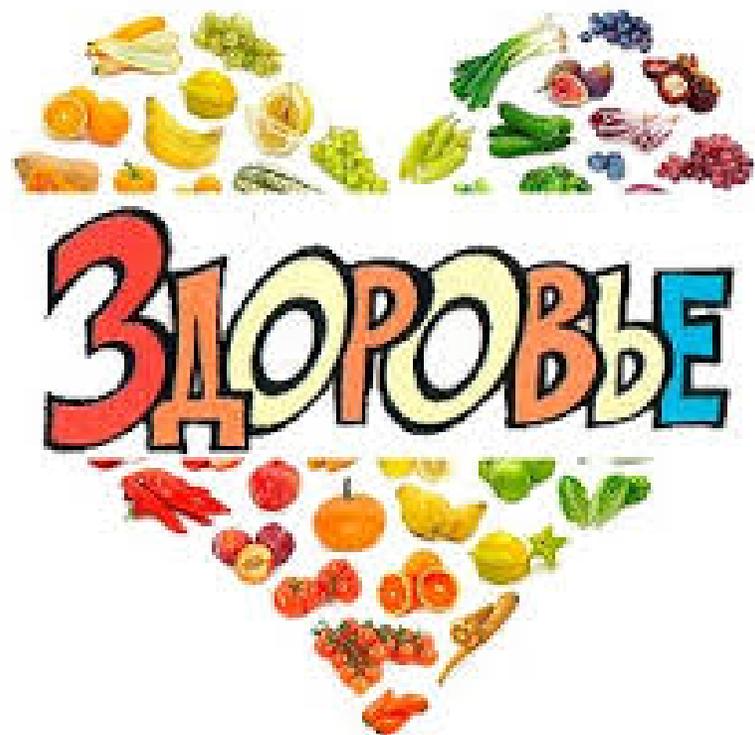
**Здоровье ребенка превыше всего,**

**Богатство земли не заменит его.**

**Здоровье не купишь, никто не продаст,**

**Его берегите, как сердце, как глаз.**

**Ж. Жабаев**

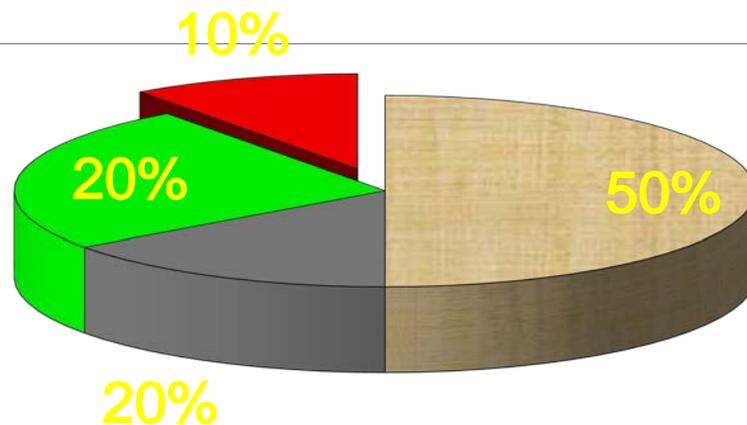


## *Составляющие ЗОЖ :*

- **отказ от вредных пристрастий (курение, алкоголизм, наркотики);**
  - **рациональное питание;**
  - **оптимальный двигательный режим;**
  - **закаливание организма;**
  - **личная гигиена;**
  - **положительные эмоции.**
- 



## *Факторы, определяющие здоровье*



- условия и образ жизни
- генетические факторы
- экологические условия
- деятельность системы здравоохранения

**«Здоровье — дороже золота»**

**В. Шекспир**

---



## *Апрель*

**Тема:** Патриотическое воспитание как систематическая и целенаправленная деятельность колледжа по формированию у обучающихся гражданского сознания.

### ***Вопросы для обсуждения:***

---

1. Системный подход к решению проблемы формирования активной гражданской позиции обучающихся;
2. Патриотическое воспитание в профессиональном образовании.

### ***Выступающие:***

Кайргали Ж.Б.

Калясов Г.Ф.

Онофрийчук И.А.

