Учитель : Таабалдиева С.А.

Тема урока: здоровый образ жизни Цель:

Обучающая:

Определить содержание понятий «здоровье» и «здоровый образ жизни» Развивающая:

Развивать навыки рассуждения в группе и самостоятельного изложения своих мыслей Воспитательная:

Показать необходимость принятия ответственности за свое здоровье Тип урока: консилиум (ролевая игра)

Методы обучения:

* Мозговой штурм
* Дискуссия
* Ролевое моделирование Участники консилиума:

Невропатологи: Садырова А. и Айдарбек к Г. Травматологи: Акматов Т и Мамиев А. Кардиолог, офтальмолог: Уезбаева А.

Хирург-кардиолог: Эрнис у Р. Врач-гинеколог: Урбаев Т. Стоматолог: Санжар у К. Психолог: Шагапова Д.

Эндокринолог: Асанбеков К.

Онколог: Керимбекова А.. Шадман к А. Отоларинголог: Уезбаева А., Мадиев Ж. Педиатр: Айдарбек к Г.

Нарколог: Баль С. Фтизиатр: Бактыбек у Т

Паразитолог: Абдумомунов Б.

Нарколог: Гулященко В., Физун Р. Гастроэнтеролог: Уланбек к А. Ход урока

Организационный момент

Учитель: Сегодня на уроке мы обсудим понятие «Здоровый образ жизни» через совещание медицинского консилиума .

Давайте обсудим правила, которые необходимо соблюдать всем присутствующим: (учитель записывает их на листе ватмана маркерами цветными)

* Правило поднятой руки
* Быть терпеливым и толерантным
* Высказывать свое мнение корректно, без оскорблений
* Уметь прислушиваться к мнению товарищей

Учащиеся, сидящие на совещании, выслушивают мнение отдельных специалистов, которые представляют презентацию:

**Гинеколог**: СПИД. Вирус постепенно разрушает имунную систему и снижает сопротивляемость организма к инфекциям

СПИД- это последняя стадия развития ВИч –инфекции

ВИЧ- вирус поражает нервную систему и размножается, живет только в организме человека.

Иммунодефицит - состояние, при котором организм не может сопротивляться инфекциям

Виды заражения:

1. Через кровь
2. Половым путем
3. Наследственно

**Офтальмолог**: самые распространенные заболевания глаз- коньюктивит, блефарит,

ячмень, близорукость, дальнозоркость, астигматизм. Самые опасные- катаракта, глаукома и возрастная дистрофия сетчатки

Симптомы, при которых необходимо обратиться к врачу:

* Почувствовали дискомфорт в глазах
* Перед глазами мелькают мушки, пятна, радужные круги Как защитить зрение и предотвратить глазные заболевания:
* Регулярные посещения офтальмолога
* Правильное питание (витамины А.В.С)
* Прогулки на свежем воздухе
* Гимнастика для глаз

# Кардиолог:

Причины сердечных заболеваний:

* Постоянное напряжение и беспокойство
* Подавление эмоций, эмоциональные травмы, недостаток физической нагрузки
* Болезни печени, сахарный диабет и пр Признаки заболеваний первого типа:
* Ощущение перебоев в сердце, чувство онемения и сжатия в груди, боли в области сердца
* Бессонница, одышка, сухой кашель, запоры, раздражение от шума, темные круги под глазами

Как предотвратить сердечные заболевания:

Длительный отдых без всякого напряжения

**Отоларинголог**: типы заболеваний бывают: врожденные (глухота, тугоухость), травматические, инфекционные.

Как предотвратить заболевания ушей:

* Ношение шапки в холодный период
* На запускать болезни горла
* Регулярный осмотр врача
* Избегать переохлаждения
* Правильное питание Учитель:

скажите, ребята, какие признаки предупреждения заболеваний сходны почти у всех? (неправильное питание, несезонная одежда)

рефлексия урока в виде вопросов- ответов оценивание учащихся

домашнее задание: заполнить таблицу «Здоровый образ жизни»



# выступление врачей очень понятно