Одной из ведущих **концепций** в дополнительном образовании на сегодняшний день является здоровьесбережение.

**Актуальность** заключается во внедрении здоровьесберегающих педагогических технологий в образовательно- воспитательный процесс.

**Новизна** заключается в поиске новых подходов в вопросах формирования здоровья, создания новой образовательно-оздоровительной программы «Фитнес – Данс» лечебно профилактический танец.

**Цель:** формирование ценностного отношения к здоровью.

**Задачи:**   
1.Учить быть здоровыми душой и телом. Уметь применять знания и умения в согласии с законами природы.   
2. Формировать у участников позиции ценности здоровья, чувства ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья;   
3. Расширять знания и навыки гигиены.

**Форма работы:** групповая

**Методы обучения:** загадки, рассказ, диалог, самостоятельная работа.

**Используемый материал:** дидактические карточки для выполнения заданий.

**Чтобы сделать ребёнка умным и рассудительным,**

**Сделайте его крепким и здоровым.**

**Жан Жак Руссо**

**Ход занятия**

**1.Психологический настрой.**

Здравствуйте, уважаемые коллеги!

- Я приветствую всех, кто время нашел,   
И на «Мастер – класс» - здоровья пришел!   
Уже весна стучит в окно,   
И в зале у нас тепло и светло!   
Мы подрастаем, мужаем мы здесь.   
И набираем, естественно вес!   
Всегда мы здоровы, с зарядкой дружны,   
Нам спорт с физкультурой как воздух нужны,   
А с ними порядок, уют, чистота,   
Эстетика. В общем, сама красота!   
Здоровье своё сбережем с малых лет.   
Оно нас избавит от болей и бед. 

**2.Основная часть занятия**

Мне хотелось бы начать мастер-класс с притчи "Три Старца»

Как вы думаете, кого бы мы пригласили сегодня на мастера –класс?

Ответ участников (Здоровье)

Да, действительно, сегодня речь пойдёт о здоровье, о здоровом образе жизни.

Кто нам помогает соблюдать здоровый образ жизни?

(Мы сами, врачи) - ответ участников)

Давайте разделимся на три группы

- Вы сейчас будете представлять врачей. Давайте в каждой группе выберем спикера.

Прошу спикеров подойти, взять свои визитки:

**ОКУЛИСТ, ПЕДИАТР, ДИЕТОЛОГ.** Прошу всех представиться. А сейчас вопрос из рубрики «Помоги себе сам…» (раздаю модели человека, где указано заболевание и написан вопрос.)

**Задание.**

**Диетологам:** вы отравились…

**Окулистам**: если соринка попала в глаз…   
**Педиатрам:** если вы промочили ноги…

Сейчас каждая группа должна придумать девиз.

**Окулисты** – «Лучше один раз увидеть, чем сто раз услышать

**Диетологи** – «Пища разная нужна и для каждого важна»   
**Педиатры** – «Береги здоровье смолоду»

**Задание.**   
 Внимательно посмотрите на советы мудрецов и скажите, кто же главный в ответе за ваше здоровье? 

**На доске:**   
- Я здоровье сберегу,   
Сам себе я помогу!   
- Здоровье – дороже золота.   
- В здоровом теле – здоровый дух.   
- Доброе слово лечит, а злое калечит.   
- Никто не заботится обо мне лучше, чем я сам.   
- Овощи – кладовая здоровья.   
- От простой воды и мыла у микробов тают силы.

(Я сам.) ответ участников

**Вывод:** прислушайтесь к словам мудрецов и твердо запомните, что надёжнее всех о своём здоровье можете позаботиться вы сами. 

**Рефлексия**. Подведение итогов. Я раздаю каждой группе картинку – лестницу и вырезанных человечков.

это «Лестница успеха» разместите человека на лестнице т.е. себя на

данном этапе обучения по теме. Чем выше человек, тем интереснее для него была тема по здоровьесбережению.

**Оценивание.** Предложения и пожелания.   
Здоровье – неоценимое счастье в жизни любого человека. Каждому из нас присуще желание быть сильным и здоровым, сохранить как можно дольше

подвижность, энергию и достичь долголетия.   
- При прощании люди желают «всего хорошего», «всего доброго», говорят приятные слова. Что вы пожелаете группам, которые работали с вами вместе?   
- Произнесём эти слова для всех присутствующих здесь хором

**Будьте здоровы!**