**Урок по ОБЖ в 6 классе**

**Здоровый образ жизни и профилактика утомления.**

**Цели урока:**

**1.образовательные:**получение теоретических знаний о здоровом образе жизни и профилактике утомления, повторить основные составляющие здорового образа жизни;

**2**.**развивающие:**формирование основ здорового образа жизни и выполнении элементарных правил здоровье сбережения, умения учиться заботиться о своем здоровье.

3. **воспитательные:** воспитание ответственного отношения к своему здоровью.

**Домашнее задание: Просмотреть внимательно презентацию «Здоровый образ жизни и профилактика утомления».**

**\*ответить письменно в тетради на вопросы.**

**Вопросы:**

**1. От кого зависит в первую очередь здоровье человека?**

**2.Прапоганда здорового образа жизни это ?**

**3.Перечислить 10 правил здорового образа жизни.**