

Тема урока: Организация семейного отдыха

Добрый день, ребята! Сегодня на уроке вы узнаете, почему так важно уметь правильно организовать семейный отдых, почему он имеет большое значение для всех членов семьи, какие бывают формы семейного отдыха, как можно разнообразить семейный досуг (свободное от учебы и работы время).

Работать в течение урока и выполнять домашнее задание вы будете также на специальном бланке, который находится в конце этого документа **(или в тетради)**.

1. Напишите на бланке с заданиями (или в тетради), который прикреплен в конце этого урока фамилию, имя, класс, число и тему урока.

- Что же входит в понятие «отдых»?

2. Прочитайте текст ниже и напишите на бланке с заданиями (или в тетради) определение, что такое отдых и для чего человеку необходимо отдыхать.

ОТДЫХ – это состояние покоя или активной деятельности, ведущее к восстановлению сил.

Существует два вида отдыха: активный и пассивный. Чем же они отличаются?

Активный отдых – активная деятельность в своё удовольствие, ведущая к восстановлению сил, работоспособности (прогулка, катание на роликах, поход в культурное учреждение и т.д.)

Пассивный отдых – это отдых без каких-либо физических и умственных усилий, движений (полноценный ночной сон, дневной сон, сидение или лежание в состоянии бодрствования, спокойный отдых на природе (на пляже, у костра) или дома).

3. Посмотрите видео ролик «Организация семейного отдыха» и напишите на бланке с заданиями разнообразные формы организации семейного отдыха.

У природы нет плохой погоды. Но все-таки хорошо, когда она располагает к активному отдыху на свежем воздухе, когда тепло и на небе светит солнышко. Не стоит огорчаться, если приходится перенести запланированный поход или поездку на рыбалку. Давайте подумаем, как в таком случае можно отдохнуть всей семьей дома?

4. Прочитайте текст ниже и напишите на бланке с заданиями формы организации семейного отдыха в домашних условиях. По возможности добавьте еще свои.

- 1) Совместный просмотр любимых фильмов дома.
- 2) Семейные конкурсы с объявлением победителя: приготовление вкусных блюд, конкурс на лучшую фотографию, рисунок и т.д.
- 3) Можно найти все интересные семейные фотографии и сделать на компьютере фото-презентацию с заставками.
- 4) Спокойные игры с детьми.

5. Подумайте и напишите на бланке с заданиями ответы на вопросы:

- Для чего нужен семейный отдых?
- Что он дает каждому члену семьи?

6. Прочитайте текст ниже и узнаете, как правильно и грамотно подготовиться к выходному дню с семьей.

Подготовка к выходному дню

1) Прежде всего, нам необходимо выбрать время и назначить выходной день! Как это сделать? Обычно, дождавшись выходных, мы начинаем уборку дома или просто отсыпаемся. Есть один замечательный метод освободить выходные от уборки дома! Вот этот метод: всю квартиру (дом) делим на несколько зон, которые убираем отдельно в течение недели. Например, кухня – убираем в понедельник, коридор – во вторник, санузел – в среду, зал – в четверг, спальни – в пятницу. Этот метод хорош, если вы наводите порядок один. Так уборка будет выполняться гораздо быстрее и больше останется времени на организацию отдыха с семьей.

2) Предупредите родных о планах на выходные, чтобы они могли подстроиться под них.

3) Предложите несколько вариантов проведения семейного досуга. Если мнения по выбору отдыха расходятся, то проведите голосование или «киньте жребий». Пообещайте, что в следующие выходные обязательно осуществите другой из вариантов проведения семейного отдыха. И обязательно выполните.

4) Обязательно остановитесь на двух вариантах проведения семейного отдыха на случай хорошей погоды и на случай пасмурной и дождливой.

5) В течение рабочей недели всё закупите и подготовьте для отдыха.

7. Выполните домашнее задание на специальном бланке с заданиями (или в тетради).

Выберете любую форму организации семейного отдыха (поход, рыбалка, семейная фотосессия, посещение театра и т.д.) И напишите, как к этому мероприятию необходимо подготовиться.

ФИ _____
Класс _____

« _____ » апреля 2020г.

Бланк с заданиями

1. Напишите тему урока _____

2. Отдых – это _____

Я считаю, что человеку необходимо отдыхать, потому что _____

3. Формы организации семейного отдыха: _____

4. Формы организации семейного отдыха в домашних условиях: _____

5. Семейный отдых важен и необходим для каждого члена семьи, потому что _____

Домашняя работа
