**План-конспект урока английского языка по теме: «Healthy way of life»**

**Преподаватель: Халеева А. М.**

**Основной метод**

Технология коммуникативного обучения

**Тип урока**

Изучение нового материала по теме: “Healthy way of life”

**Цель урока**

Способствовать развитию коммуникативных навыков (диалогическая речь) по теме: «Мужские стрижки»

**Задачи:**

*Обучающие*

* культуре общения,
* умению понимать английскую речь.

*Воспитательные*

* воспитание уважения к сокбеседнику,
* умению работать в команде.

*Развивающие*

* развитие логического мышления, воображения, памяти,
* формирование мотивации к изучению английского языка.

*Образовательные*

* тренировка в аудировании, говорении (диалогическая и монологическая речь),
* активизация употребления страноведческой лексики в устной и письменной речи,
* практика в оформлении группового проекта с использованием компьютерных технологий.

**Средства обучения и оборудования**

* компьютер
* мультимедийный проектор
* аудиозапись
* презентация в Power Point

**Раздаточный материал**

1. листы с заданиями в формате А4

**ХОД УРОКА**

**I. Организационный момент и приветствие**

Good morning, students. I am glad to see you again. I hope you are fine. The topic of our lesson is “Healthy way of life”.

**II. Речевая разминка**

1. How do you understand this expression: “Healthy way of life”?

2. Do you do your morning exercises every day?

3. What is your favourite sport?

4. Do you friends go in for sports?

5. Do you eat fast-food?

6. Do you like to eat vegetables?

7. Do you keep to a diet?

Студенты отвечают на поставленные вопросы по теме: «Здоровый образ жизни»

**III. Активизация лексики по теме урока. Изучение тематической презентации**

Read these words:

1. healthy way of life = healthy living — здоровый образ жизни
2. **un**healthy way of life = **un**healthy living — нездоровый образ жизни
3. bad/ unhealthy habit — вредная привычка
4. take care of your health — заботиться о своем здоровье
5. get into a habit of — завести привычку
6. get rid of a bad habit — избавиться от вредной привычки
7. make it a rule — поставить за правило
8. prefer organic food — предпочитать натуральную еду
9. food with additives/ junk food/ fast food — еда с добавками, фастфуд
10. food rich in calories = fatty food — калорийная пища
11. influence our health — влиять на здоровье
12. improve health — улучшить здоровье
13. ruin health — навредить здоровью
14. do harm — причинять вред
15. skip breakfast — пропускать завтрак
16. be overweight — иметь избыточный вес
17. lose weight — похудеть
18. put on weight  — поправиться
19. keep to a diet / be on diet / follow a diet — быть на диете
20. have little physical activity — мало двигаться
21. take regular exercises — регулярно заниматься упражнениями
22. live a regular life — вести правильный образ жизни
23. a late riser — тот, кто поздно встает
24. an early riser — тот, кто рано встает
25. be as fit as a fiddle — быть в добром здравии и прекрасном настроении

**Task1. Write ten sentences using new words.**

Студенты изучают новую лексику и выполняют задания (придумать 10 предложений, используя новые слова)

**Task 2. Watch video 1, 2, 3**

**Answer the questions:**

1. **What are the main rules of healthy way of life.**
2. **What do you do to be healthy?**

Учащиеся смотрят обучающее видео и выполняют задания.

**VI. Развитие навыков чтения и перевода текста.**

**Read and translate the text into Russian.**

**Texts on the topic «Healthy Way of Life»**

**Text 1**

Food we eat also influences our health. Nowadays people are very busy and they often eat in fast food restaurants as they don’t have time to cook. Fast food is unhealthy. It is very *rich in calories (fatty)* and has a lot of *additives.* This food gives a lot of energy. But if you don’t work it out (израсходовать), it becomes fat in your body. The same is with chocolates, cakes and sweets. They have much fat and sugar.

People should *get rid of a habit of* eating fast food and *get into a habit of* eating *organic food* such as fruit, vegetables and fish.

There are other bad habits, which can *ruin our health*. It is smoking, drinking alcohol and using drugs.

**Text 2**

Our health depends on many things: our physical activity, the food we eat and our good and bad habits. Although a lot of people are interested in staying healthy, not many people do very much about it. Modern way of life when people have little physical activity, use cars instead of walking, watch television and work on computers for many hours is quite dangerous for their health. People’s  health also influences their mood.

There are many opportunities to stay healthy and be fit and one of them is going in for sports. But you needn’t be a professional sportsman. Just simple regular exercises give you energy and help you feel and look better.

Exercises that involve repeated movements such as are walking, jogging or swimming are the best. Bending and stretching which are practiced in aerobics or yoga make your body flexible and light. The cheapest and most popular sport is jogging.  If you don’t have time for it, make small changes like using stairs instead of the lift or walking or cycling instead of taking the bus and it can help you to improve your health and make you a more active person.

Also it is very important to get rid of bad habits. The worst ones are smoking and drinking alcohol. Smoking doesn’t only causes heart and lung problems but also makes your teeth yellow and skin unhealthy.

Food we eat also influences our health. A lot of people like drinking Coca-Cola and coffee and enjoy pizza and hamburgers. But what is tasty is not healthy. You should avoid eating in fast food restaurants and make it a rule to cook meals at home using organic food as much as possible.

Only a healthy man can enjoy his life, work well and be happy. There are proverbs “Health is better than wealth” and “Early to bed and early to rise makes a man healthy, wealthy and wise”.

**V. And now answer the questions:**

1) What is the role of food in our life?

2) What food do you prefer?

3) Do you eat only healthy food?

4) What rules do you have to be health?

(Студенты отвечают на вопросы по тексту)

**VI. Преподаватель подводит итоги урока, оценивает работу учащихся, выставляет оценки и задает домашнее задание.**

Your homework is to learn new words.

Thank you for your work. Have a nice day. Good bye.