УРОК З ОСНОВ ЗДОРОВ'Я (6 кл)

ТЕМА. КРИТИЧНЕ МИСЛЕННЯ

Види рішень. Алгоритм прийняття зважених рішень.
Рішення важливі для здоров'я.

Мета: навчити дітей розпізнавати позитивні й негативні соціальні впливи; розвивати вміння приймати зважені рішення; мислити критично; виховувати дбайливе ставлення до власного здоров'я та здоров'я оточуючих,
Обладнання: підручники, кольорові кружечки, схема «Класифікація рішень» (на дошці), музичний супровід.
Тип уроку: комбінований.

ХІД УРОКУ

І. Організація класу. Привітання.
ІІ. Актуалізація опорних знань та мотивація навчального процесу учнів. Перевірка домашнього завдання

- Що таке самооцінка?
- Які існують види самооцінки?
- Як ви досягаєте свої мети? (*Навести приклади*)
- Чи впливає самооцінка на формування характеру. Доведіть.

1. Вправа «Мозковий штурм»
- Які рішення доводиться приймати підліткам?
(відповіді вчитель записує на дошці).

Із самого початку свого життя ми всі приймаємо якісь рішення та робимо певний вибір. Із дитинства ми обираємо собі друзів, потім школу, спортивну секцію, заклад, куди піти навчитися. Згодом нам доводиться приймати все більше рішень, що впливають на наше життя та життя оточуючих. Інколи зробити якийсь вибір чи прийняти рішення буває досить важко. Ти вагаєшся і не знаєш, як буде краще. У голові виникає безліч думок, що змушують тебе знову і знову аналізувати ситуацію.

Зробити найкращий вибір у будь-якій ситуації не завжди легко і просто, тому що в кожного рішення може бути свій власний набір запитань і проблем. Наприклад, я приймаю таке рішення, тому що це найзручніша річ, яку можна зробити, чи найлегша річ… Це морально правильний вибір? Це рішення має значення для мене? Чи це рішення принесе цей вибір найбільше користі? Це рішення правильне для мене? Які наслідки цього вибору?

III. Вивчення нового матеріалу

1. Робота за схемою «Класифікація рішень»

Рішення

↓ ↓ ↓

Прості Щоденні Складні

Завдання: навести приклади до кожної групи.

Робота за підсумками.

Опрацювати матеріал підручника: прості, щоденні та складні рішення(с. 62-63)

- До якої групи можна віднести перераховані вами рішення?

Деякі рішення буває важче прийняти, ніж інші: вони потребують більшого дослідження і мають серйозніші наслідки. Не дивлячись на те, яка ситуація, і незважаючи на наслідки, ми можемо собі допомогти прийняти найкраще рішення, якщо ми розглянемо деякі прості кроки.

2.Обговорення легенди про пихатого мандарина

(Метод Сторітелінг)

Колись давно у Китаї жив розумний, але пихатий мандарин (знатний вельможа). Цілий день він тільки те й робив, що приміряв багате вбрання та вихвалявся перед підданими своїм розумом. Так минали дні за днями, роки за роками… Аж ось країну облетіла звістка ,що неподалік оселився чернець, розумніший за самого мандарина.

Розлютився мандарин, почувши про це. Вирішив він оголосити поєдинок і відстояти славу наймудрішого нечесним способом: «Візьму я в руки метелика, сховаю його за спиною, що в мене в руках – живе чи мертве. Якщо чернець скаже, що живе, я задушу метелика, а якщо мертве – випущу його».

І ось настав день поєдинку. Чимало людей зібралось у пишній залі, щоб побачити змагання найрозумніших у світі чоловіків. Мандарин сидів на високому троні, тримав за спиною метелика і з нетерпінням чекав приходу ченця. Аж ось двері відчинилися, і до зали увійшов невисокий худорлявий чоловік. Він підійшов, привітався і сказав, що готовий відповісти на будь-яке запитання. Тоді мандарин мовив: «Скажи-но мені, що я тримаю в руках – живе чи мертве?»

Мудрець усміхнувся і відповів: «Усе у твоїх руках!». Збентежений мандарин випустив метелика із рук, і той швидко полетів, радісно тріпочачи крильцями.

- Які рішення можна назвати життєво важливими?

- Як приймати виважені рішення?

3.Чинники , що впливають на рішення (обговорення схеми)

4. Критичне мислення.

Для прийняття правильних рішень ми повинні навчитися мислити критично.

Мислити критично – це означає ретельно обміркувати судження і приймати рішення тільки після оцінювання різних варіантів

Схема « Критичне мислення»

(обговорення, наведення власних прикладів)

5. Вплив реклами на рішення людини.

При обговоренні чинників , що впливають на наші рішення, є такий чинник, як реклама. Реклама часто захоплює, дивує, викликає мрії, бажання бути

іншими, кращими, найсучаснішими в будь-яких життєвих ситуаціях. Але насправді буває зовсім інакше. І реклама для нас повинна бути тільки інформацією для роздумів.(Розповідь з елементами бесіди)

Види реклами Характеристика видів реклами (Схема, самостійна робота в групах)

Учні розподіляються на дві групи, :

1група – робота з першим стовпцем (комерційна реклама) – сусід по парті зліва

2група – робота з другим стовпцем (соціальна реклама) – сусід по парті праворуч

Бесіда між учнями обох груп та обговорення особливостей реклами між собою.

Відповісти на питання:

1) Чим відрізняється реклама соціальна від комерційної?
2) Як протидіяти впливу реклами?
3) За наведеними висловами і малюнками, фрагментами фільмів чи відеороликів визнач перебільшену та приховану інформацію в рекламі тютюнових виробів (на малюнках чи відео):

- Щасливі веселі молоді люди курять із задоволенням
- Куріння допомагає заспокоїтися
- Курець завжди успішна людина
- Треба курити дорогі сигарети, тоді куріння стає безпечним
- Куріння нікому не заважає

Пропоную переглянути відео (3 хв.) :
www.youtube.com/watch?v=RSzxg3lsfy8

IV. УЗАГАЛЬНЕННЯ ВИВЧЕНОГО МАТЕРІАЛУ

1. Практичне опрацювання покрокового прийняття рішень

Ми стикаємося з прийняттям рішення, знаючи що наслідки нашому вибору можуть бути небажаними, незважаючи на те, що ми робимо.

СИТУАЦІЯ + ТВОЯ РЕАКЦІЯ = НАСЛІДКИ

Під час прийняття рішень пройти такі кроки:

1. Чітко уяви та зрозумій проблему, яку ти розглядаєш.
2. Знайди найважливіший для тебе пункт у заключному рішенні.

Дай відповіді на запитання: «Чого ти очікуєш від цього вибору?», «На які результати розраховуєш?», «На що ти найбільше спираєшся перед прийняттям рішення?» тощо. Зроби на папері два стовпчики. І в стовпчиках

«ЗА» і «ПРОТИ» перерахуй усі плюси та мінуси твого рішення, які ти тільки зможеш уявити.

3. Ретельно досліджуй кожну свою думку й аналізуй, як вона зачіпає конкретну ситуацію.
4. Підводь лінію під своїми думками.
5. Прийми заключне рішення. Скажи про це і починай діяти.
6. Розглянь своє рішення через декілька днів чи тижнів. У тебе відбулися зміни в намірах? Чому? Запиши свої аргументи «ЗА» і «ПРОТИ» знову.

Або обговорення схеми **« Алгоритм прийняття зважених рішень»**

Зауважую на тому, що прийняття правильних зважених рішень – це навичка, якою можна оволодіти, користуватися в будь – яких життєвих ситуаціях , та ту, яку треба постійно вдосконалювати :

6. Поради, що допоможуть у прийнятті важливих рішень

- Поговори про це із кимось, порадься з батьками. Це надасть тобі впевненості та дасть змогу подивитися на проблему з іншої точки зору.
- Спробуй прислухатися до своєї інтуїції та своїх почуттів. Інколи почуття можуть затьмарити наші роздуми в конкретних ситуаціях, але є важливими, тому що ми повинні прислухатися до нашої інтуїції та почуттів.
- Дай собі відпочинок. І не свари себе за можливо неправильний вибір: ми робимо те, що вважаємо найбільшим у певний час. У майбутньому ми, можливо, змінимо свою думку, тому що можемо ставить нам проблему в новому світлі. Якщо б ми мали ці знання із самого початку, то і наше рішення було б зовсім іншим.
- Знай, що жоден з нас – не ідеал. Більшість людей роблять помилки, і ми вчимося їх долати протягом усього нашого життя.
- Не ховай голову в пісок, коли потрібно прийняти рішення. Це тобі не допоможе.
- Не шукай собі виправдань, якщо ти не можеш прийняти правильне рішення.
- Завжди плануй конкретну дату прийняття будь – якого складного рішення

7. Обговорення ситуацій, запропонованих у підручнику

Висновок. Приймаючи рішення, треба упевнитися, що воно нас цікавить і не нашкодить ні кому.

V. ДОМАШНЄ ЗАВДАННЯ (РІЗНОРІВНЕВЕ)

І рівень: опрацювати статтю в підручнику; дати усно відповіді на запитання підручника.
ІІ рівень: Склади алгоритм прийняття зваженого рішення, якщо запропонували кататися на ковзанах на льоду водойми під час відлиги.
ІІІ рівень: написати твір-мініатюру «Що або хто впливає(ють) на прийняття вашого рішення?» або Проаналізуй будь – яку соціальну і комерційну рекламу, як часто бачиш. Скористайся схемою.

IV. ПІДБИТТЯ ПІДСУМКІВ УРОКУ

- Ти повинен стояти твердо на своїх позиціях щодо прийнятих рішень, тверезо дивитися на проблему та шукати шляхи її розв’язання. Пройти всі кроки. Вивчи ретельно проблему і зроби свій вибір. Щоб не ризикувати власним здоров’ям і життям, не зашкодити іншим, треба приймати зважені рішення, уміти критично мислити, протистояти негативним впливам реклами.
Прийми це сьогодні – і ти будеш відчувати себе набагато краще!