

Сьогодні
19.03.2024

Урок
№27



Діагностувальна робота з розділів «Психічне і духовне здоров'я» та «Соціальне здоров'я»

Мета: оцінити рівень знань учнів з питань психічного і духовного здоров'я, а також соціального здоров'я, виявити розуміння учнями концепцій психічного здоров'я, якість їхнього життя та способів збереження та покращення цих аспектів, оцінити усвідомлення учнями важливості підтримки та розвитку психічного, духовного та соціального благополуччя для здоров'я загалом, визначити рівень готовності учнів реалізувати стратегії збереження та підтримки психічного, духовного та соціального здоров'я у повсякденному житті, з'ясувати потреби учнів у психологічній, духовній та соціальній підтримці та ресурсах, які можуть бути корисними для покращення їхнього благополуччя, формувати базові знання та навички для ефективного самостійного управління власним психічним, духовним та соціальним здоров'ям.

Сьогодні
19.03.2024

Організація класу



**З добрим ранком!
Розпочато день.**

**На уроках не нудьгувати,
Всім старанно працювати.**

Який цей світ?

Навіщо людина приходить у
цей світ?

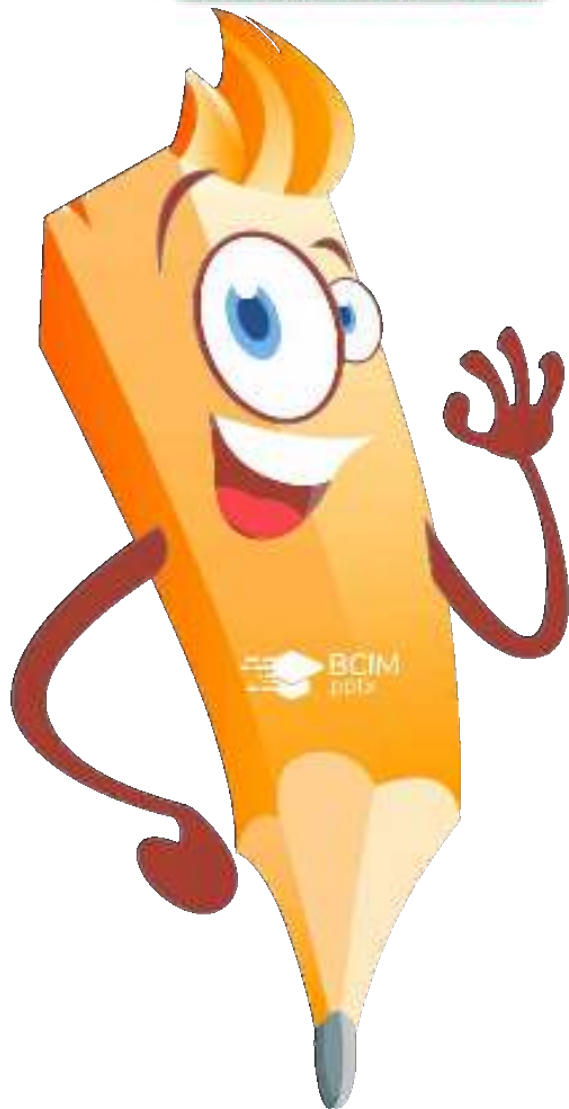
Яким є її призначення?

У чому сенс життя?



Сьогодні
19.03.2024

Пригадай, що таке світогляд



Світогляд — уявлення
та знання про світ і
людину, про
відносини між ними.

**Як спілкування з іншими людьми
впливає на формування світогляду?**

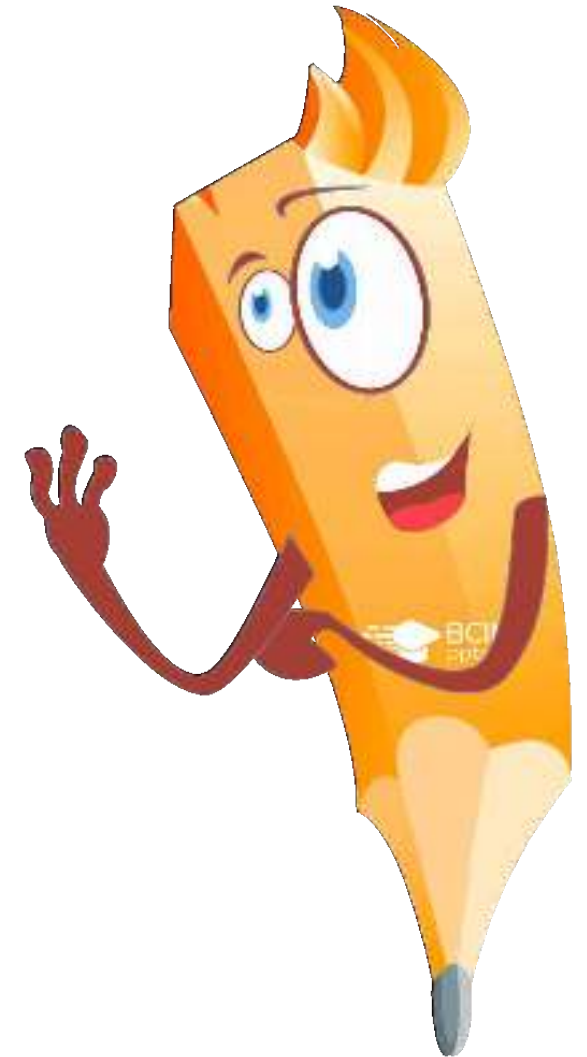
**Чому факти життя можуть змінити
уявлення про світ?**



**Поміркуй, як такі емоції, як гнів чи радість,
впливають на сприйняття світу.**

**Як цінності формують багатоманіття
світоглядів?**

**Що, на твою думку, краще виявляє світогляд
людини: слова чи вчинки? Чому?**



**Пригадай поняття «унікальність».
Чому її варто цінувати?**

**Пригадай поняття «особистий
простір». Як він пов'язаний із
визнанням людей своїми?**



Однією з ознак інакшості є релігійна. Віросповідання, або релігія — віра в існування Бога чи богів, інших надприродних сил. Є люди, які вірять, що все відбувається тільки за законами природи. Їх називають атеїстами.



Чому релігія є частиною світогляду?

**Чому демократична країна сприяє
різноманіттю спільнот?**



**Які вигоди дає сприйняття
інакшості?**

**Чому приймати відмінності
між людьми природно?**



**Сьогодні
19.03.2024**

Дай відповіді на запитання

**Які спільноти
проживають в
Україні?**

**Чому людство
навчилося
сприймати
інших?**

**Чому ефективна
співпраця
вимагає
ініціативності?**



Сьогодні
19.03.2024

Які бувають рішення?

Прості рішення

Щоденні рішення

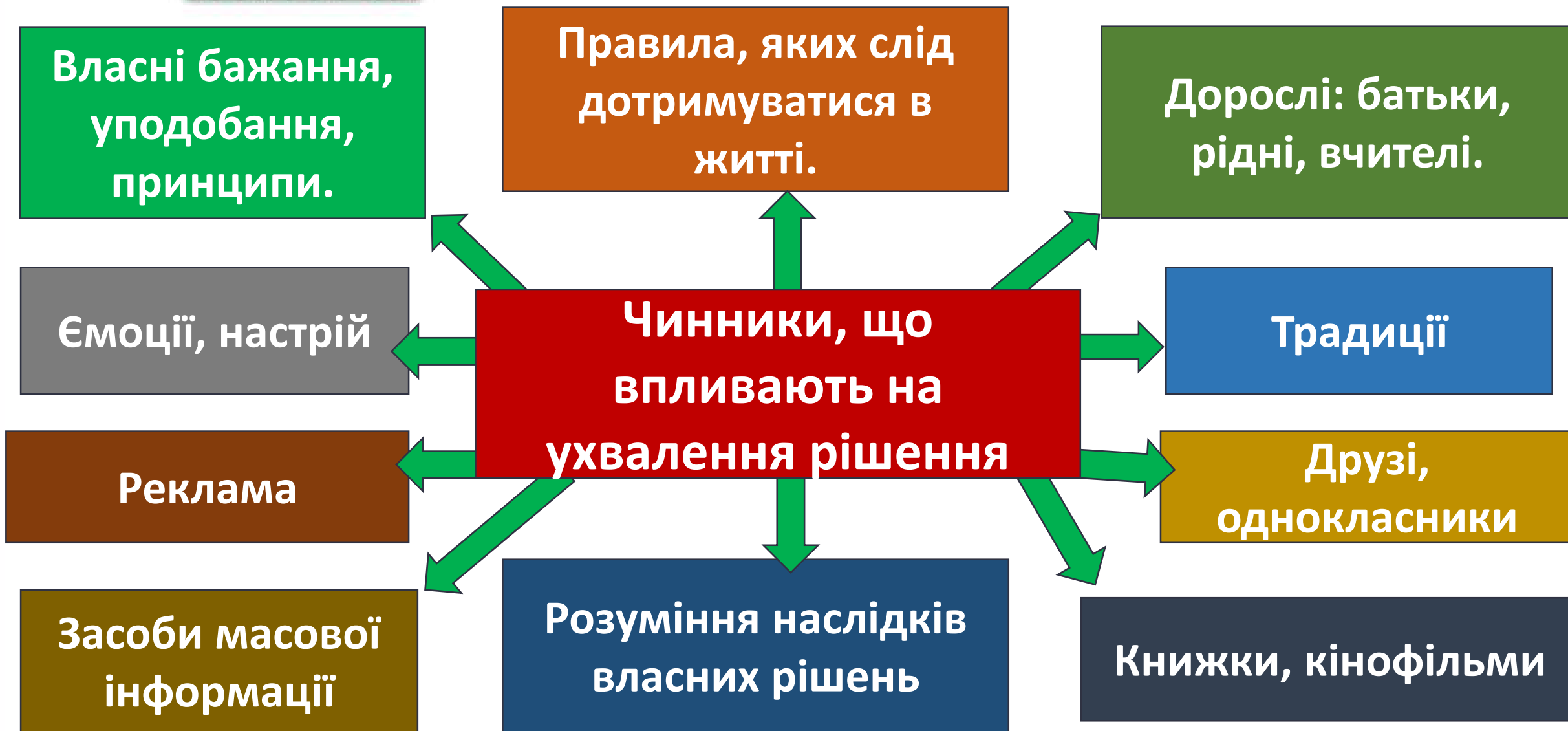
Складні рішення

Наведіть приклади кожного виду рішень.



Сьогодні
19.03.2024

Розгляньте схему. Обговоріть



**Обговоріть ланцюжок
«кроків»: від ухвалення
поміркованих рішень – до
чемних учинків і позитивних
наслідків. Що в них спільного
із сигналами світлофора?**



Сьогодні
19.03.2024

«Кроки» ухвалення рішень

Зупиняюся



Передбачаю
та оцінюю
наслідки



Міркую!



Обираю
правильне
рішення, дію



Сьогодні
19.03.2024

Розглянь плакати. Який плакат справив на тебе найбільше враження? Чому?



**Як такі плакати вплинули на твої
бажання та вчинки?**

**Як може об'єднати спільноту турбота
про довкілля?**



Сьогодні
19.03.2024

Дай відповіді на запитання

Які ви знаєте корисні звички?

А шкідливі?



Сьогодні
19.03.2024

Розкажи



**Які твої звички корисні, а
які — шкідливі.**

**Сьогодні
19.03.2024**

Шлях до корисної звички



Набути корисних звичок не завжди легко. Це праця, яка потребує наполегливості, старанності, та терплячості. Кажуть, що для набуття нової корисної звички її необхідно виконувати щонайменше 21 день. Оберіть корисну звичку, яку ви хотіли б мати, і складіть план дій.



**Що ми робимо
завдяки
спілкуванню?
Як тобі допомагає
спілкування?**



Сьогодні
19.03.2024

Спілкування буває:

вербальним



**використовуючи слова,
презентації, СМС-
повідомлення, листівки.**

невербальним



**за допомогою мови тіла:
міміки, жестів, інтонації
тощо.**

**Сьогодні
19.03.2024**

Поради, як діяти асертивно

Вибачайтесь

Поважайте себе

Дбайте про свої інтереси

Контактуйте

**Вибачайтесь лише тоді,
коли це необхідно**

**Встановлюйте зоровий
контакт з іншими
людьми**

**Говоріть те, що вам
потрібно**

**Поводьтеся
впевнено**

**Відмовляйте, коли не
згодні**

Стійте впевнено і рівно

**Припиніть казати всім
«так»**

Обстоюйте свої інтереси

Сьогодні
19.03.2024

Розглянь світлини. Кого можна вважати ввічливим співрозмовником?



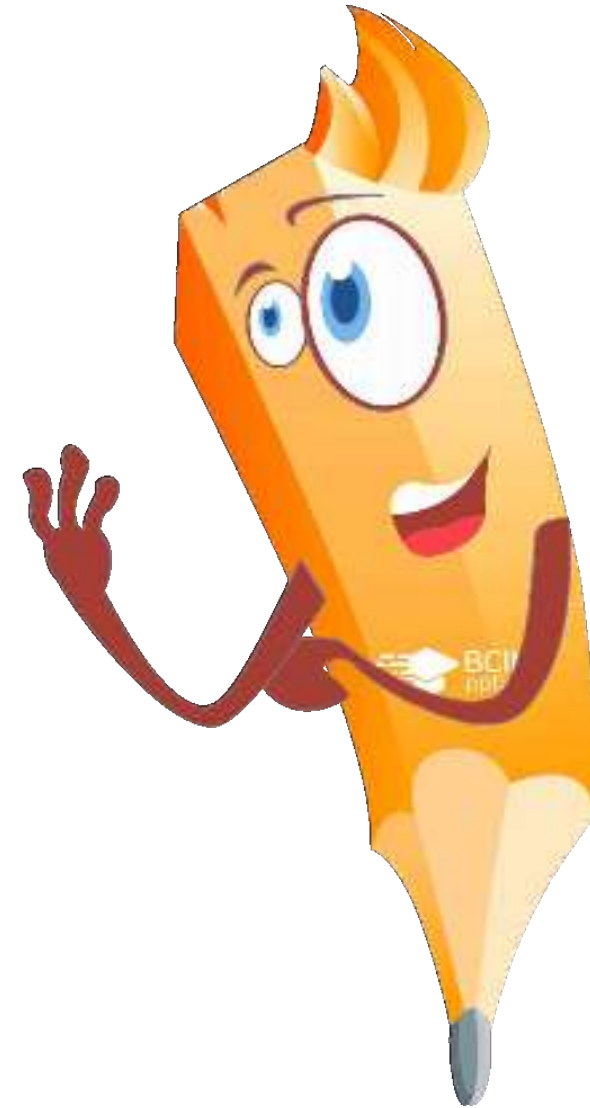
Сьогодні
19.03.2024

Як ти гадаєш..?

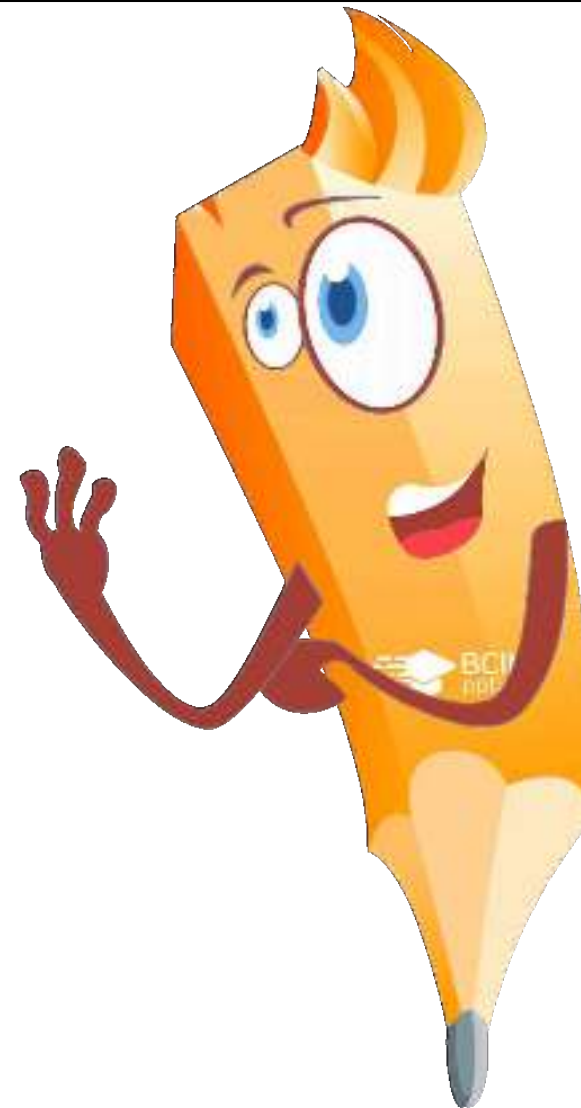


**Що означає
словосполучення
«активне
слухання»?**

**Чому вміння слухати не
менш важливе, ніж вміння
говорити?**



**Чи вмієш ти приймати
компліменти?**



Сьогодні
19.03.2024

Побесідуймо

**Як ти гадаєш, що
таке стосунки?**



**Сьогодні
19.03.2024**

Ознаки здорових стосунків

Ви відкрито спілкуєтеся

У вас спільні цінності

**Ви довіряєте одне
одному**

**Ви разом приймаєте
рішення**

**Ви якісно проводите час
разом**

**Ви почуваетесь разом у
безпеці**

Вам разом весело

**Ви підтримуєте одне
одного**

**Ви поважаєте одне
одного**

**У вас реалістичні очікування одне від
одного**

**Ви надихаєте одне одного ставати
кращим**

**Сьогодні
19.03.2024**

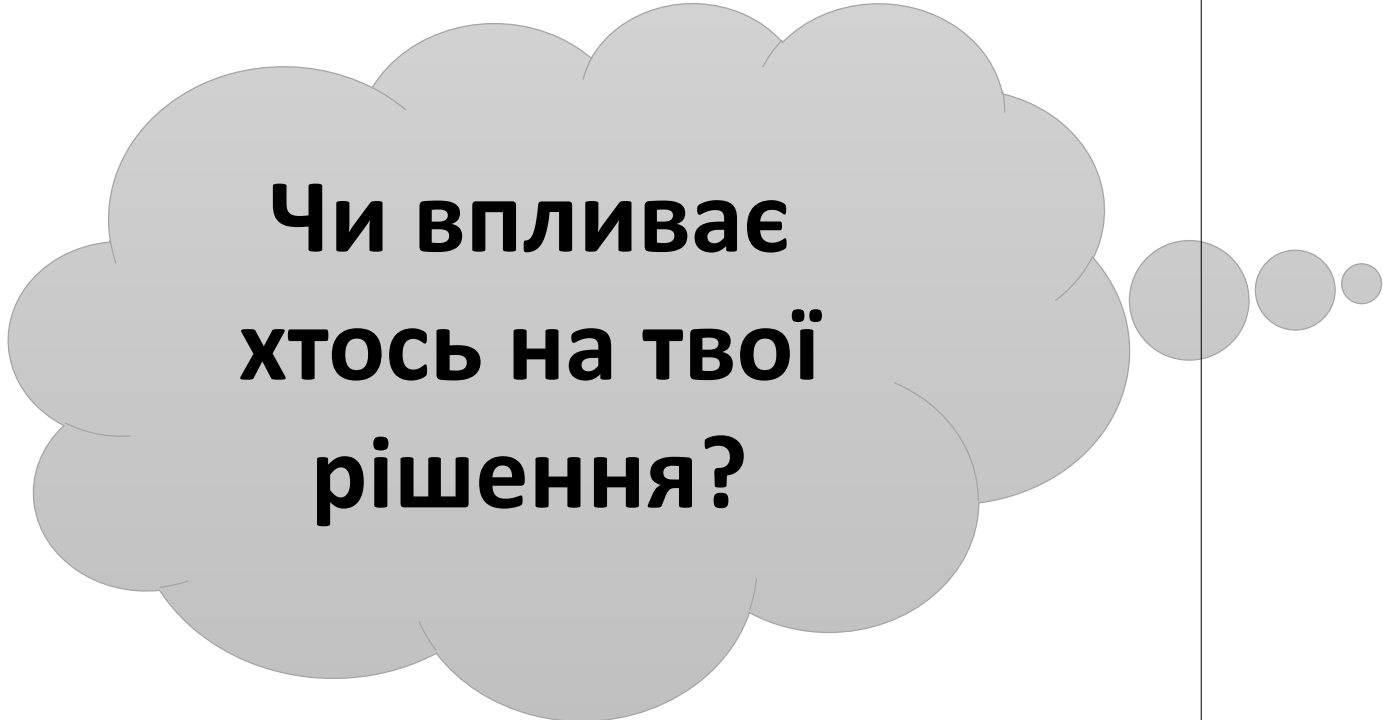
Слово вчителя



Наші вчинки впливають на інших людей і викликають у них різні почуття. Наприклад, ви з другом/подругою домовилися зустрітись о третій. Ви запізнились на двадцять хвилин. Друг/подруга, звісно, може розсердитися на вас. Якщо ви не помиєте за собою посуд чи забудете прибрати ліжко, то засмутите батьків/ опікунів. Невиконаєте домашнє завдання — прикро вразите учителя/учительку. Усе це не сприятиме поліпшенню ваших стосунків.

Сьогодні
19.03.2024

Дай відповідь на запитання



**Чи впливає
хтось на твої
рішення?**

**Чи є загрозою
небезпечні
компанії?**



**Сьогодні
19.03.2024**

Небезпечні угруповання

**Мають ватажка і жорсткі
правила**

**Забороняють контакти
поза групою**

**За непокору можуть
вчинити жорстоку розправу**

**Вимагають повної
відданості**

**Поширене вживання
тютюну, алкоголю,
наркотиків**

**Вступають у міжгрупові конфлікти
«стінка на стінку»**

**З «чужими» поведуться
агресивно і зверхньо**

**Сьогодні
19.03.2024**

Розпитайте батьків/опікунів, які небезпечні компанії існували в їхньому підлітковому середовищі.

**Що сталося з членами цих компаній,
коли вони вирости?**

**Чи знаєте ви недружні або небезпечні
компанії? Що робить їх такими?**

**Які дружні групи (компанії) є у вашій школі, у
вашому дворі, на вашій вулиці? Чим вони
займаються? Як розважаються?**



**Об'єднайтеся в пари й
розкажіть одне одному про те,
що може спричинити
конфлікти у вашому житті.**



**До кого можна звернутися за
допомогою для вирішення
конфліктів?**



Сьогодні
19.03.2024

П'ять кроків до вирішення конфліктів інтересів



Заспокоїтися

1 крок

Визначити проблему

2 крок

Оцінити її «розмір»

3 крок

**Спробувати самим
вирішити конфлікт**

4 крок

**Звернутися до дорослих,
якщо потрібно**

5 крок

Сьогодні
19.03.2024

Прикладами конфліктогенів

Образи

Категоричні судження

Зневажливе ставлення

Порушення правил етикету

Вихваляння

Повчання

Нещирість

Нечесність

Висміювання

**Деякі узагальнення: «ти ніколи», «ти завжди»,
«я нізащо», «це безнадійно»**

Сьогодні
19.03.2024

Які вміння допомагають уникати суперечок і конфліктів?

Слухати

Нестандартно
мислити

Швидко бігати

Працювати в команді

Обстоювати власну думку

Говорити впевнено

Планувати свій день

Домовлятися

Сьогодні
19.03.2024

Запам'ятай

**Уміння мирно
вирішувати конфлікти
— навичка, яка
потрібна людині
протягом усього
життя.**

Сьогодні
19.03.2024

Робота в підручнику



Оціни свої досягнення.

Сьогодні
19.03.2024

Рефлексія «Зірочки»



Назвіть свої
досягнення
на уроці
і оберіть зірочку,
яка відповідає їм