

Дата: 16.05.2025р.

Урок: Основи здоров'я

Клас: 7-Б

ОСОБИСТИЙ ДОБРОБУТ



На цьому уроці ви дізнаєтеся про:

- потреби, бажання, інтереси та цілі підлітків;
- співвідношення доходів і витрат у сімейному бюджеті;
- ощадливе використання фінансових ресурсів родини;
- доброчинність.



Пригадайте, що таке добробут.
Поясніть, як ви розумієте подані прислів'я.

Під лежачий камінь вода не тече.

Хто пізно встає, у того швидко хліба не стає.



Що таке потреби

Пригадайте вивчене в попередніх класах. Потреби — це необхідність у чомусь, бажання, нестача чогось. Потреби є в усіх живих істот. Незадоволена потреба завжди пов'язана з неприємним почуттям: голод — це потреба в їжі; спрага — у воді. Це так звані біологічні (фізіологічні) потреби. Біологічні потреби людини докорінно відрізняються від відповідних потреб тварин. До потреб вищого порядку людини належить, наприклад, потреба в самоствердженні. Разом із розвитком людини відбувається розвиток її потреб. У сучасному суспільстві недостатньо задовольняти потреби в їжі, помешканні й одязі. Дедалі більшого значення має задоволення духовних, культурних та освітніх потреб. Вибір конкретної потреби залежить від смаків людини, її віку, статі, національних звичок і традицій, стану здоров'я, кліматичних умов тощо.





Потреба — це прояв необхідності певних речей, бажання володіти ними, відчуття нестачі, якщо це бажання залишається незадоволеним.



Розгляньте подану схему. Прокоментуйте фактори, які визначають потреби людей. Які з них для вас є пріоритетними? Обґрунтуйте свою думку.

Схема 1





Прочитайте подані ситуації та визначте, які фактори зумовлюють потреби людини.

Під час хвороби Олена чітко дотримувалася рекомендацій лікарів.

Світлані подобаються орхідеї, а її подружці Марині — польові квіти.



Усі родичі Андрія зробили профілактичне щеплення, тому не захворіли під час епідемії.





Брат Ігоря докладав багато зусиль до навчання і вступив у престижний навчальний заклад.

У тата Володі в гаражі є колеса із зимовою та літньою гумою.

Наталка завжди поступається місцем літнім людям у громадському транспорті.





Що таке бажання. Потреба та бажання — це два слова, які ми дуже часто використовуємо як взаємозамінні. Але ви коли-небудь замислювалися, чи існує різниця між потребами та бажаннями? Бажання формуються на основі потреб. Вони виникають у свідомості людини й показують конкретні шляхи для задоволення різноманітних потреб. Наприклад, необхідність організму в отриманні рідини викликає бажання пити, придбання води в подібній ситуації буде потребою, а якщо ви виберете дорогий солодкий напій — це вже буде вашим бажанням.





Обговоріть ситуації. Визначте, де йдеться про потребу, а де — про бажання. Обґрунтуйте свою думку.

Людині стало погано, і її рідні викликали «швидку допомогу», але вона затрималася, тому родичі вирішили їхати на таксі.

Підлітки гуляли на вулиці тривалий час, утомилися, зголодніли, тому вирішили викликати таксі, щоб доїхати додому.



Які бувають потреби



До першочергових потреб належать ті, без яких людина не може жити, — це їжа, одяг, дах над головою, медичне обслуговування. Але буває так, що бажання переростають у потреби. Наприклад, бажання купити новий гаджет або ноутбук, поїхати в туристичну подорож, купити коштовні прикраси. Виконання цих бажань робить життя зручним і комфортним. Такі потреби називають другорядними. А ще є потреби матеріальні, які задовольняються за допомогою речей, предметів, товарів, і нематеріальні (духовні) — спілкування, любов, повага, творчість тощо. Потреби **раціональні (розумні)** — це такі, які не шкодять людині й забезпечують здоровий спосіб життя. **Нераціональні (нерозумні)** потреби — шкідливі для життя людини.





Розгляньте малюнки. Визначте, які з потреб є першочергові та другорядні; матеріальні та нематеріальні (мал. 53).

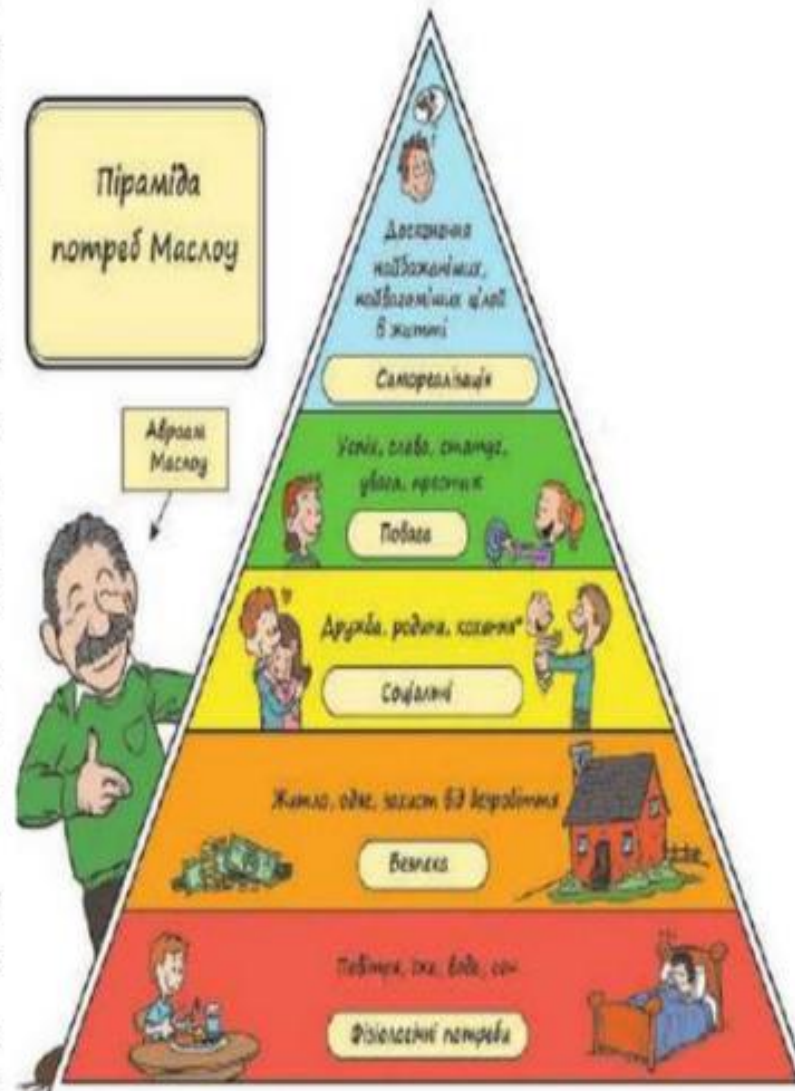


Мал. 53. Види потреб



Як ще можна класифікувати потреби

Американський учений А. Маслоу запропонував свою класифікацію потреб. Він поділив потреби на вищі та нижчі й представив класифікацію як піраміду, яку називають «Піраміда Маслоу». У нижній, найширшій, частині він розмістив фізіологічні (першочергові, базові) потреби, без задоволення яких неможливе життя людини. До них також належать потреби безпеки, захищеності, збереження та підтримання здоров'я. На наступному, більш високому рівні розміщені соціальні потреби: це спілкування, дружба, турбота, підтримка й співпраця, прагнення належності до певного кола людей. Ще вище знаходяться потреби в самореалізації: визнання, повага, підвищення престижу (значущості), кар'єрне зростання. На найвищому рівні, тобто на вершині піраміди, розміщені потреби самовираження та творчості.



Як узгодити власні потреби зі своїми можливостями та можливостями членів родини

Задоволення потреб залежить від доходів людини — заробітної плати, пенсії, соціальної допомоги, премій, виграшів. Дохід будь-якої родини обмежений, і ніхто не може заробити стільки грошей, як хочеться. Буває так, що в людини зростають потреби надміру. Вона не встигає задовольнити одні потреби, наприклад купити сучасний, більш комфортний автомобіль, як виникають нові, ще більш недосяжні бажання, наприклад купити такі ж комфортні машини й іншим членам родини. Потреби людей завжди перевищують те, що вони можуть собі дозволити, тому буває так, що людина прагне задовольнити якнайбільше своїх потреб.



Потреби людей безмежні, а їхні можливості — обмежені.



ДОМАШНЄ ЗАВДАННЯ

- На чистому аркуші або в зошиті намалюйте дерево своїх бажань, а на гілках дерева - свої потреби. Виділіть яскравим кольором без яких потреб могли б обійтися. Свою роботу надішліть на платформу HUMAN або на електронну адресу вчителя ndubacinskaa1@gmail.com. Бажаю успіхів!!!

