**Дата: 12.12.2024р. Урок: Основи здоров’я Клас: 8-Б**

**Тема. Становлення особистості. Біосоціальний характер особистості. Формування самосвідомості в підлітковому віці.**

**Мета.** Дати уявлення про біосоціальний характер особистості та основні етапи її розвитку; вчити здійснювати аналіз складових свого особистісного розвитку; сприяти формуванню в учнів самосвідомості; розвивати толерантність, навички самоусвідомлення та самооцінки; виховувати свідоме прагнення ставити цілі й досягати їх.

**ХІД УРОКУ**

**Перегляд відеоуроку за посиланням**

**<https://youtube.com/watch?v=SAgrLNOnaUs&feature=shared>**

**І. ОРГАНІЗАЦІЙНИЙ МОМЕНТ**

1. Привітання, створення позитивного настрою.

**ІІ. АКТУАЛІЗАЦІЯ ОПОРНИХ ЗНАНЬ УЧНІВ.**

**Опрацювання перевірної роботи.**

**ІІІ. МОТИВАЦІЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ УЧНІВ**

ПОВІДОМЛЕННЯ УЧНЯМ ТЕМИ, МЕТИ ТА ЗАВДАНЬ УРОКУ.

**ІV. ВИВЧЕННЯ НОВОГО МАТЕРІАЛУ.**

Робота з термінами і поняттями

* *Становлення особистості —* це закономірний процес, у ході якого підліток, з одного боку, перебуває під впливом оточення, а з іншого — може сам на себе впливати, змінювати себе, обирати своє коло спілкування і форми діяльності, набувати нового досвіду.

**Робота за таблицею «Етапи психосоціального розвитку особистості»**

Період

Провідна діяльність

Провідна сторона соціалізації

1. Дитинство (0–1 рік) — етап «довіри до світу»

Емоційне спілкування з дорослими

Освоєння норм стосунків між людьми

2. Дитинство (1–3 роки) — етап «самостійності»

Предметна діяльність

Опанування суспільно вироблених способів діяльності з предметами

3. Дошкільне дитинство (3–6(7) років) — етап «вибору ініціативи»

Гра

Освоєння соціальних ролей, взаємовідносин між людьми

4. Молодший шкільний вік (6–11 років) — етап «майстерності»

Навчальна діяльність

Освоєння знань, розвиток інтелектуально-пізнавальної сфери особистості

5. Підлітковий (11–14 років)

Спілкування з ровесниками

Освоєння норм стосунків між людьми

6. Юнацький (14–18 років) — етап самовизначення «світ і я»

Навчально-фахова діяльність

Набуття фахових знань, умінь

7. Пізня юність (18–25 років) — етап «людської близькості»

Трудова діяльність, фахове навчання

Освоєння норм стосунків між людьми і професійно-трудових умінь

8. Етап людської зрілості

Психічні властивості особистості відчувають на собі вплив соціальних факторів, опосередковуються ними — і спілкування, і спрямованість, і самосвідомість, і досвід, і інтелект, і темперамент. Однією з властивостей людини, що формується під безпосереднім впливом суспільства, взаємодії особистості з іншими людьми, є характер.

* *Характер* — це особливі прикмети, риси, яких людина набуває в суспільстві. Таких рис психологи налічують декілька тисяч. Характер зумовлює для особистості засоби поведінки, вчинки у стосунках з іншими. Характер — це певна програма поведінки.

Характер формується з перших днів життя людини до останніх її днів. У перші роки життя провідним фактором розвитку характеру стає наслідування дорослих; у молодшому віці поряд із наслідуванням на перше місце виходить виховання. А починаючи з підліткового віку, важливу роль у формуванні характеру відіграє *самовиховання.* Характер може свідомо цілеспрямовано вдосконалюватися самою людиною завдяки зміні соціальної поведінки, спільної діяльності, спілкування з іншими людьми. Треба знати, що характер можна змінювати протягом усього життя людини.

**Біосоціальний характер особистості**

Людина — біосоціальна істота, невід’ємна частина природи, живий організм, що підкоряється біологічним законам і який з огляду на особливості свідомості та психіки пристосований до суспільного способу буття разом із подібними собі. Вона може цілеспрямовано вдосконалювати світ і саму себе.

Отже, поняття «біосоціальний характер особистості» несе в собі повідомлення про людину як частину природи і суспільства.

* *Особа* — конкретна людина, яка є учасником суспільних відносин, тобто членом суспільства й свідомої діяльності.
* *Особистість* — це конкретний індивід, що вирізняється неповторною сукупністю соціально значущих рис, які знаходять свій прояв у його стосунках з іншими людьми.

— Порівняйте поняття «особа» і «особистість».

Висновок. Людина особистістю не народжується, а формується в системі історичних суспільних відносин; вона є продуктом суспільства.

**V. УЗАГАЛЬНЕННЯ ЗНАНЬ.**

1. Алгоритм досягнення мети «Вісім кроків»

*Крок 1.* «Я...». Описати проблемну ситуацію. Наприклад: «Я не завжди буваю готовим до уроків, що заважає мені мати гарні знання, і як наслідок — гарні оцінки».

*Крок 2*. «Я припиню...». Знаходимо причини своїх «негараздів». Наприклад: «Я припиню безвідповідально ставитися до виконання домашніх завдань». Їх усунення — це основне завдання цього етапу.

*Крок 3.* «Замість цього я буду...». Наприклад: «Замість цього я буду менше грати в комп’ютерні ігри, а використаю час на повторення та закріплення вивченого на уроках».

*Крок 4.* «Я хочу бути таким, як...». У вашому оточенні обов’язково є людина, яку ви сміливо можете назвати ідеалом: однокласник, сусід, родич, мама чи тато. Ця особистість має стати вашим орієнтиром на шляху до поставленої мети.

*Крок 5.* «Я хочу мати такі риси:...». Перераховуємо відповідні риси людини, яку ви вказали в попередньому пункті. Наприклад: «... самовпевненість, ерудицію, цілеспрямованість, доброту».

*Крок 6.* «Я хочу бути краще...». Назвіть ті якості, які у вас уже є, але їх вам хотілося б розвинути.

*Крок 7.* «Якби я отрима (-ла) усі ці якості, то...». Наприклад: «... то став(-ла) би (б) впевненішим(-ою), навчився(-лася) б відстоювати свою точку зору».

*Крок 8.* «Коли я досягну цього, то відчую...». На цьому кроці алгоритму ви відповідаєте на питання: «Що станеться, коли я досягну мети? Що я відчую?» Коли ви чітко сформулюєте відповідь на це питання, то отримаєте одночасно і свою фінальну мету



2. «Олімпійська формула успіху»

Набагато краще не покладатися на «якось воно буде», а користуватися відомою олімпійською формулою успіху:

*Успіх* = *Візія + Запал + Дія*

\* *Візія:* уявляйте кінцеву мету.

Починати треба з формування візії — кінцевої мети. Коли спортсмени тренуються, то завжди заглядають уперед, прокручуючи в своїй уяві бажаний результат і шлях до перемоги. Спробуйте уявити своє ідеальне майбутнє.

\* *Запал:* підтримуйте мотивацію.

Визначивши для себе мету, ніколи не втрачайте віри в свої сили для її досягнення.

\* *Дія:* крок за кроком ідіть до своєї мети.

Проаналізуйте, що треба зробити для здійснення вашої мрії і яких цілей ви можете досягти на цьому етапі життя. Наприклад, якщо мрієте стати дипломатом, треба вже тепер зосередитись на вивченні іноземних мов.

**VI. ДОМАШНЄ ЗАВДАННЯ:**

Опрацювати матеріал підручника щодо вивченої теми (§ 9,ст. 63-68).

Стор. 68. Записати 10 найважливіших життєвих цінностей.

Сфотографуйте роботу та надішліть на платформу Human або на електронну адресу вчителя [ndubacinskaa1@gmail.com](mailto:ndubacinskaa1@gmail.com) .