**Дата: 05.02.2025р. Урок: Основи здоров’я Клас: 9-Б**

**Тема. Самовиховання характеру. Риси характеру. Чинники, від яких залежить характер людини.**

**Мета:** дати уявлення про риси характеру за категоріями ставлення до себе, інших людей, речей, праці; сприяти усвідомленню залежності формування характеру від різних чинників; розвивати образне мислення, життєві навички, сприятливі для здоров’я та безпечної життєдіяльності; виховувати свідому мотивацію до самовиховання.

**Тип уроку:** комбінований.

**ХІД УРОКУ**

**Перегляд відеоуроку за посиланням <https://youtu.be/a5hTFWyDya4> .**

**І. Організаційний момент**

1. Привітання, встановлення позитивного настрою

2. Створення атмосфери довіри та доброзичливості

**ІІ. Актуалізація навчальних досягнень.**

1.Які знаєте способи ефективного навчання?  
2.Як ефективно читати?  
3.Які етапи сприйняття інформації ви знаєте?  
4.Для чого планувати свій час?  
**ІІІ. Мотивація навчання учнів і повідомлення теми, мети та завдань уроку**

**Вправа «Знайомство»**

Давайте по черзі назвімо три найулюбленіші свої речі: страву, хобі, тварину. (Учні по черзі дають відповіді).

Не дивлячись на те, що ми всі люди і у нас багато чого спільного, у нас у всіх різні уподобання. Якщо однакове перше, то друге і третє ні. Бо усі люди різні. Ми відрізняємося рисами свого характеру. «Скільки людей – стільки й характерів». Від чого залежить характер людини? На це питання ми дамо відповідь на уроці.

**IV. Сприйняття та усвідомлення учнями нового навчального матеріалу.**

**Характер** – слово давньогрецького походження і в перекладі означає «риса», «печатка», «ознака».

**Характер** – це сукупність особливих рис людини, що виявляються в поведінці та ставленні до людей, до себе, до праці, до речей та природи.

 Характер на відміну від темпераменту обумовлений не стільки властивостями нервової системи, скільки культурою людини, її вихованням.  Життя чеканить, відливає характер людини. А з певного моменту людина сама починає кувати свій характер. Характер накладає відбиток на всі вчинки, думки, почуття людини. Знаючи характер людини, можна передбачати її поведінку в різних ситуаціях.

 Існує багато різних рис характеру, які можна умовно розподілити на такі групи:

•      ставлення до себе;

•      ставлення до оточуючих;

•      ставлення до навчання та праці;

•      ставлення до навколишнього середовища.

Характер пов’язаний з іншими сторонами особистості, зокрема, темпераментом, здібностями.

**Риси характеру**

Розрізняють риси характеру, що визначають ставлення людини до самої себе. Це почуття власної гідності, скромність, самовпевненість, образливість, егоїзм... Риси, що виражають ставлення людини до своєї справи: ініціативність, наполегливість, працелюбність, лінощі, прагнення до подолання труднощів...

**Як класифікують риси характеру за їхніми проявами?**

**Емоційні:** життєрадісність, чутливість...

**Вольові:** наполегливість, рішучість...

**Моральні:** чесність, доброта, жорстокість...

**Інтелектуальні:** допитливість, легковажність, вдумливість, кмітливість...

**Наукові теорії щодо факторів формування характеру:**

1.Самовиховання, вплив творчого «Я» — основні фактори формування характеру.

2.Характер залежить від вроджених якостей особистості.

3.Характер формується під впливом виховання, мікросередовища.

**Практична вправа «Самооцінка характеру».**

Із наведених нижче якостей і рис характеру визначте властиві вам: легко заводить знайомства, чемний, не любить людей, балакучий, грубий, самотній, прагне командувати, надмірно самовпевнений, легко адаптується до обставин і ситуації, невихований, безкомпромісний, відвертий, стриманий, рішучий, оптимістичний, впевнений у собі, врівноважений, егоїстичний, сором’язливий, спокійний, демократичний у стосунках, принциповий, нетерплячий, довірливий. **Визначте яку рису характеру треба позбутися в майбутньому.**

**Вправа «Мозковий штурм»**

**- Що впливає на формування характеру людини?**

Характер розвивається і формується протягом усього індивідуального життєвого шляху людину під впливом різних умов. Особливий вплив на розвиток рис характеру надають процес виховання і активна діяльність людини, праця і робота, соціум і міжособистісні контакти, особистісна спрямованість і позиція. Але до такого висновку вчені прийшли не відразу, адже досить довгий час вважалося, що на розвиток характеру людини впливає лише його вроджені особливості.

Так, наприклад, Сократ, говорив про те, що не в людській владі бути хорошим або ж поганим, а Аристотель відзначав, що чеснота або вада – це вроджені властивості. Лише філософи Нового часу почали замислюватися про те, що крім вродженості є й інші фактори, які впливають на особливості розвитку характеру.

Поворотним моментом в розумінні сутності розвитку і формування характеру стали ідеї Джона Локка, який відстоював концепцію виховання. Саме в вихованні вчений бачив провідний і найбільш потужний фактор розвитку характеру людини.

В останні 100 років психологи все частіше наполягали на тому, що вроджені особливості не є пріоритетними у формуванні та розвитку характеру. Вони підпорядковуються більшою мірою зовнішніх умов впливу та процесу виховання. На думку багатьох вчених, формування і розвиток характеру залежить від цілого ряду виховних впливів на людину:

• через фізичне виховання;  через трудове виховання;

• через моральне-етичне виховання;

• через виховання в процесі навчання;

• за допомогою особистого прикладу;

• через виховання звичок;  завдяки самовихованню і саморозвитку.

Характер людини розвивається з перших днів його життя і зазнає різних змін на протязі всього життєвого шляху.

**Тест «Ставлення до оточуючих».**

**V. Підбиття підсумків уроку**

Доброта і ніжність, ласка і турбота — Це найкраще в світі, що в душі в нас є. Це велика сила, внутрішня робота, Та душа від цього світлою стає. Це не слабкість духу, а велика сила, Бо людина здатна на красу й тепло. Бо в собі людина краще воскресила, Що в серцях жертовних ще до нас було. Доброта у серці — це і є та сила, що підносить вгору, щастя всім дає.

**VІ. Домашнє завдання.**

Опрацювати матеріал підручника щодо вивченої теми.

Виконати тестові завдання на закріплення вивченого матеріалу <https://naurok.com.ua/test/join?gamecode=3005190>. При виконанні тесту обов’язково вказуйте своє прізвище та ім’я.

**Повторення теми “Збереження і зміцнення фізичної складової здоров’я”.**