27.01.2022 5 клас вчитель: Вахненко В.М.

**Тема. Вплив поведінки на здоров'я. Переваги упевненої поведінки.**

**Робота над темою**

Кожен день упродовж усього життя ми оточені великою кількістю людей, спілкуємося з ними в різних ситуаціях і багато чого робимо разом. Тому важливо, щоб люди розуміли один одного. Спілкуючись, люди пізнають світ, один одного і самих себе. Справжні друзі завжди розуміють один одного, разом їм цікаво, кожний почувається впевнено.

Ми зустрічаємося з різними людьми і поводитися вони можуть по-різному. Тому і спілкування з ними може бути різним: позитивним або негативним.

**Позитивне спілкування** важливе для збереження здоров’я. при позитивному спілкуванні створюється гарний настрій, зростає упевненість у собі, легше долаються труднощі. **Негативне спілкування** призводить до непорозумінь, сварок, суперечок. Таке спілкування не сприяє здоров’ю.

На цьому уроці ми навчимося розрізняти моделі поведінки, дізнаємося про їхні переваги та недоліки. Це допоможе вам досягнути бажаного, набути впевненості.

Якщо людина нехтує власними інтересами, за будь-яку ціну намагається уникати конфліктів, вона демонструє **пасивну поведінку**. Пасивність характерна передусім для тих, у кого занижена самооцінка, хто не поважає себе і вважає гіршим за інших.

Іншим є «портрет» агресивної людини. Вона прагне лідерства і командує навіть там, де це недоречно, або у справах, в яких нічого не тямить. Найчастіше **агресивну поведінку** демонструють ті, хто вважає себе найкращим, зневажливо ставиться до оточення.

На відміну від пасивної та агресивної, **упевнена поведінка** є запорукою рівноправних стосунків, у яких ніхто не почуватиметься ображеним чи приниженим.

**Домашнє завдання.**

Опрацювати матеріал підручника – п.20, с.109-112.

Повторити п.3 Ти - пішохід