**26.01.2022 9 – А Основи здоров’я вч. Вахненко В.М.**

**Тема.** Індивідуальні особливості сприйняття і навчання.

Визначення індивідуального стилю навчання

**Мета:** дати уявлення про індивідуальні особливості сприйняття і навчання, ознайомити із способами та методами визначення індивідуального стилю навчання; розвивати потребу в самопізнанні та всебічному самовдосконаленні; виховувати активну позицію в навчальній діяльності та повсякденному житті, усвідомлення переваг активного стилю навчання.

Робота над темою

Вправа «Моє ставлення»

Для обговорення пропонуються вислови відомих людей:

*«Для вченої й освіченої людини жити – значить мислити.» (Цицерон, давньоримський політичний діяч, філософ, літератор.)*

*«У мене немає ніякого таланту – є лише наполегливість і допитливість.» (А. Ейнштейн.)*

*«Нічого немає більш практичного, ніж хороша теорія.» (Л. Больцман, австрійський фізик – теоретик, засновник статистичної механіки та молекулярно-кінетичної теорії.)*

- Ви почули із цитат, що думки на стилі навчання можуть бути протилежними; висловили своє ставлення щодо теми для обговорення на уроці. Які задачі постають перед нами?

- Організувати свої знання в систему.

- Класифікувати та систематизувати їх, спираючись на власний досвід.

- Розширити своє світосприйняття, світобачення тощо.

Поняття «сприйняття»

*Сприйняття́, сприйма́ння* (перцепція, від [лат.](https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%9B%D0%B0%D1%82%D0%B8%D0%BD%D1%81%D1%8C%D0%BA%D0%B0_%D0%BC%D0%BE%D0%B2%D0%B0) *perceptio*) — [пізнавальний](https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D1%96%D0%B7%D0%BD%D0%B0%D0%BD%D0%BD%D1%8F" \o "Пізнання) [психічний процес](https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D1%96%D1%87%D0%BD%D1%96_%D0%BF%D1%80%D0%BE%D1%86%D0%B5%D1%81%D0%B8" \o "Психічні процеси), який полягає у відображенні людиною предметів і явищ, у сукупності всіх їх якостей при безпосередній дії на органи чуття. За своєю суттю сприймання трактується як складний процес, у ході якого інформація про окремі властивості об'єкта сполучається в сенсорний образ та інтерпретується як інформація, породжена об'єктами або подіями оточуючого середовища.

*Види сприймання*

|  |  |
| --- | --- |
| Залежно від того, чи людина ставить перед собою мету сприйняти предмет: | * мимовільне (ненавмисне), * довільне (навмисне). |
| У залежності від переважної ролі того чи іншого аналізатора у структурі образу: | * кінестетичне, * зорове, * слухове, * дотикове, * нюхове, * смакове. |
| У залежності від провідних аспектів об'єкта, що сприймається: | * сприймання простору, * сприймання часу, * сприймання руху, * сприймання об'єктів. |

*Мимовільне сприймання* виникає тоді, коли людина не ставить перед собою мети щось сприйняти і не прикладає для цього зусиль волі. Таке сприймання спричиняється особливостями навколишніх предметів: їхньою яскравістю, розташуванням, незвичністю, а також особистим інтересом до них людини. Наприклад, відпочиваючи, студенти проглядають цікаві фільми, читають книжки, однак спеціальних зусиль для цього не докладають.

*Довільне сприймання* характеризується тим, що людина ставить перед собою мету щось сприйняти і докладає для цього вольові зусилля.

Типові стилі навчання

Порівняйте їх: «пірнальника», «мрійника», «логіка», «мандрівника». Зверніть увагу: «чистих» стилів не існує, лише змішані («пірнальник – логік», «пірнальник – мандрівник» та інші). Кожна людина представляє два стилі навчання, з перевагою одного. Треба пізнати свої стилі навчання, міцні сторони застосовувати, а слабкі розвивати, аби не бути одностороннім.

Оздоровлювальна вправа. Комплекс вправ для поліпшення мозкового кровообігу

1. В. п. - стоячи або сидячи, руки на поясі. На рахунок "раз"

ліву руку махом занести на праве плече, голову повернути ліворуч.

На рахунок "два" повернутися у в. п. На рахунок "три-чотири" - те

саме правою рукою. Повторити 4-6 разів у повільному темпі.

2. В. п. - о. с. На рахунок "раз" оплеск долонями за спиною,

руки підняти позаду якомога вище. На рахунок "два" - руки через

сторони перевести вперед на рівень голови, оплеск. Повторити 4-6

разів у швидкому темпі.

3. В. п. - сидячи на стільці. На рахунок "раз" нахилити голову

вправо, на рахунок "два" - в. п. На рахунок "три" нахилити голову

вліво, на рахунок "чотири" - в. п. Повторити 4-6 разів у середньому

темпі.

Практична робота. Метод «Коментарі щодо…»

- Визначте власний стиль навчання, прокоментуйте.

- На основі чого ґрунтується ваша позиція щодо власного індивідуального стилю навчання?

- Як ви любите навчатися: читати, слухати чи проговорювати інформацію; працювати самостійно чи з кимось; сидіти спокійно чи увесь час рухатися?

- Визначте переваги вашого стилю і те, що вам бажано вдосконалити.

**Домашнє завдання**

* опрацювати матеріал підручника щодо вивченої теми (§ 15, с. 109-115);
* скласти міні-проект (презентацію) «Як змінити індивідуальний стиль навчання».