*Евсеева Наталья Валерьевна, воспитатель,*

*ГПОУ «Гимназия искусств при Главе Республики Коми»*

*имени Ю.А. Спиридонова,*

*город Сыктывкар, Республика Коми*

**Методическая разработка.**

**Игровое - занятие по теме:**

**«Здоровье – это клад, кто бережёт его, тот рад!».**

**Сыктывкар 2022 г.**

*Когда нет здоровья, молчит мудрость, не*

*может расцвести искусство, не играют силы,*

*бесполезно богатство и бессилен разум.*

(*Древнегреческий историк - Геродот)*

**Пояснительная записка:**

**Актуальность**. Проблемы со здоровьем могут возникнуть на фоне неадекватного поведения, причиной которого служит отсутствие знаний о нормах и правилах поведения, а также навыков социального поведения. В подобной ситуации человек не может успешно преодолевать жизненные трудности и связанные с ними стрессы. В настоящее время к числу наиболее актуальных вопросов воспитания, относят формирование у детей культуры здоровья - понимание ценности здоровья и здорового образа жизни. В этой связи данное воспитательное занятие весьма актуально, поскольку современная ситуация предъявляет системе образования детей социальный заказ на воспитание сознательного и активного отношения к ценности здоровья и здоровому образу жизни. **Подростковый возраст** – это время полового созревания и ускорения физического развития. Этот период - время больших возможностей и больших опасностей. Ребёнок как бы заново знакомится с собой, что во многом связано с происходящими физическими изменениями, ощущениями собственных новых возможностей.

Главная потребность этого возраста – потребность в общении со сверстниками, быть признанным ими и принятым ими. Поскольку общение превалирует, то происходит колоссальное снижение мотивации учения. Для подростка мнение ровесников уже гораздо важнее, чем мнение взрослых. Основные причины тревожности и страхов у подростков обычно вызваны взаимоотношениями со сверстниками.

Проблема внешности– одна из самых важных и болезненных для подростка. И чаще всего он своей внешностью недоволен. Подлинные или мнимые недостатки внешности – неуклюжесть, избыточный вес, слишком короткий или слишком длинный рост, – всё это основания для очень тяжелых переживаний подростков. Особенно тяжелы они потому, что им кажется, что так будет всегда. Внешность – чрезвычайно значимая часть Я – всегда открыта для оценки со стороны окружающих, и подросток постоянно ждёт с их стороны отрицательной оценки. С этим связана особая подростковая застенчивость. Сравнение себя с другими – это основной механизм развития самооценки подростка, и в этот период он особенно значим и силен.

Главная задача взрослых в этот период – сделать так, чтобы подросток понимал, что с ним происходит, и осознанно решал встающие перед ним проблемы. В этом возрасте важно укрепить у рёбенка чувство собственного достоинства, самоуважения, развить представление о себе, помочь ему улучшить отношения со сверстниками своего и противоположного пола. Итак, если подытожить возрастные особенности, то можно сказать, что подростковый возраст – период активного формирования мировоззрения человека – системы взглядов на действительность, самого себя и других людей.

***Цель:*** Создание условий для системного представления о категории здоровья, обсуждение проблемы употребления ПАВ.

***Задачи:***

1. Информировать подростков о пагубном воздействии психоактивных веществ на организм человека и последствиях злоупотребления ими.
2. Актуализировать темы здоровья, здорового образа жизни, ответственного поведения.
3. Формировать негативное представление о ПАВ.

Время проведения: 1,5 часа.

Посадка – за столом, далее в группах.

***Условия и оборудования:***

|  |  |
| --- | --- |
| Дидактический материал | Карточки с заданиями, памятка о пав. |
| Раздаточный материал | Чистые листочки, карточки с анкетами, ручки, цветная бумага |
| Оснащение пространства | Доска, стол, ноутбук, презентация. |

**Ход проведения:**

**Технологическая карта к занятию «Здоровье – это клад, кто бережёт его, тот рад!».**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание педагогического взаимодействия** | | | | | | | **Личностный результат** | |
| **Деятельность педагога (вопросы и задания детям)** | | **Деятельность обучающихся (что говорят, что делают)** | | | | |
| **Познавательная** | **Коммуникативная** | | **Регулятивная** | |
| Этап № 1: мотивация к занятию.  Цель этапа: **Создание эмоционального настроя,**  **включение обучающихся в деятельность и тему.** | | | | | | | | |
| Приветствует.  Актуализирует тему здоровья, здорового образа жизни, ответственного поведения;  Организовывает погружение в проблему, задает вопросы по теме, подводит к целеполаганию. | | Выделяют и формулируют познавательные цели;  Ориентируются в своей системе знаний;  Учатся обрабатывать и извлекать информацию, представленную в виде текста, выстраивают логические цепи рассуждений;  Формируют умения ориентироваться в потоке информации, перерабатывать и осмыслять ее. | Слушают педагога;  Строят понятные для собеседника ответы на вопросы;  Выдвигают и озвучивают гипотезы о предстоящей деятельности;  Демонстрируют владение монологической и диалогической речью. | | Ставят учебную задачу на основе соотнесения того, что уже известно, и того, что ещё неизвестно;  Контролируют и оценивают свои действия;  Принимают и сохраняют учебную задачу и включаются в деятельность;  Осознают необходимость новых знаний. | | Осознают заинтересованность в предстоящей деятельности;  Установка на безопасный, здоровый образ жизни;  Формирование познавательного отношения к себе и окружающему миру. | |
| Здравствуйте, дорогие ребята! Я говорю вам «здравствуйте!». Это значит, что я всем желаю здоровья! Задумывались ли вы когда-нибудь о том, почему в приветствии людей заложено пожелание друг другу здоровья? Наверное, потому что здоровье для человека – самая главная ценность. Давайте поприветствуем друг друга. (Дети по кругу говорят друг другу «здравствуй»). Нам с вами сегодня предстоит много и плодотворно работать, надеюсь, что у нас все получится. Педагог опрашивает как можно, большее количество обучающихся и предлагает ознакомиться с целями мероприятия. Ребята знакомятся с общими целями данного мероприятия в презентации. А что такое Здоровье? – это «состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов». В понятие «здоровый образ жизни» входят следующие составляющие:  -режим дня;  -физическая активность;  -рациональное здоровое питание;  -личная гигиена;  -положительные эмоции;  -отсутствие вредных привычек  Люди по-разному относятся ко всему, что их окружает, в том числе и к тому, что может нести угрозу здоровью, безопасности и благополучию. Скажите, о каких угрозах идет речь, ребята? Люди бывают разные, с разными принципами, ценностями, представлениями о том, «что такое хорошо и что такое плохо». Скажите, о каких угрозах идет речь, ребята? А какие мотивы употребления пав вы знаете? Конфликты, любопытство, подражание, веяние определенной «моды» в кругу молодежи. А можно ли предупредить употребление пав? Да, если у подростка есть здоровые интересы, то вероятность употребления их невелика. Поощрять занятия музыкой, спортом и хобби. Нужен настоящий друг.  Далее участникам занятия предлагается назвать вредные привычки, которые есть у людей? (ответы детей). Это употребление спиртных напитков, курение, употребление наркотических средств.  **Что же такое Курение?** О том, что курение является вредным для здоровья, знают все. Однако каждый курильщик думает, что последствия курения его не коснутся, и он живёт сегодняшним днем, не думая о болезнях, которые неизбежно появятся у него через 10-20 лет. Известно, что за каждую вредную привычку рано или поздно придётся расплачиваться своим здоровьем. С курением связано до 90 % смертности от рака легких, 75 % от бронхита и 25 % от ишемической болезни сердца среди мужчин в возрасте до 65 лет. Курение или пассивное вдыхание табачного дыма может послужить причиной бесплодия у женщин. Атрофия и разрушение белого вещества головного и спинного мозга при рассеянном склерозе более выражена у пациентов, которые курили хотя бы 6 месяцев в течение жизни по сравнению с никогда не курившими больными.  **Что же такое Алкоголь?** Алкоголь присутствует в жизни почти каждого взрослого человека. Кто-то пьет лишь по праздникам, кто-то любит отдохнуть с порцией алкоголя в выходные, а кто-то злоупотребляет горячительным постоянно. Под действием этанола, который находится в алкогольных напитках, рушится всё, в первую очередь – нервная и сердечно - сосудистая системы. Слабые мышцы, тромбы в сосудах, диабет, усохший головной мозг, раздутая печень, ослабленные почки, импотенция, депрессия, язва желудка – это лишь частичный перечень того, что вы можете получить от регулярного употребления пива или чего - то покрепче. Любая порция алкоголя - это удар по интеллекту, по здоровью, по будущему.  Бутылка водки, выпитая за час, может вас убить на месте, в прямом смысле. В следующий раз, перед тем как пить 100 грамм, представьте свой организм, медленно умирающий под воздействием этанола, в то время как вы веселитесь. Представьте, что ваши клетки медленно задыхаются, что мозг, спасаясь, блокирует множество мозговых центров, из-за чего появляется бессвязная речь, нарушение пространственного ощущения, нарушенная координация движений и провалы в памяти. Представьте, как сгущается ваша кровь, образую смертельно опасные тромбы, как зашкаливает уровень сахара в крови, как гибнут структуры мозга, отвечающие за интеллект и сообразительность, как алкоголь прожигает стенки желудка, образуя незаживающие язвы.  **Что же такое Спайсы**? один из брендов курительных смесей поставляемых в продажу в виде травы с нанесённым химическим веществом. Обладает психоактивным действием, в некоторой степени схожим с действием марихуаны, но вызывающим более тяжёлые психопатологические симптомы. Как и марихуана, Spice воздействует на каннабиноидные рецепторы. При острой интоксикации препаратом Spice могут возникать дереализационные и деперсонализационные расстройства, расстройства восприятия пространства, нарушения схемы тела, синестезия — которая может продолжаться в легком виде даже спустя месяц после приема. Мир воспринимается как незнакомый, отчужденный, "сознание покидает тело", иногда психомоторное возбуждение с аффектом тревоги или страха. Люди по-разному относятся ко всему, что их окружает, в том числе и к тому, что может нести угрозу здоровью, безопасности и благополучию. Скажите, о каких угрозах идет речь, ребята?  - Люди бывают разные, с разными принципами, ценностями, представлениями о том, «что такое хорошо и что такое плохо».  А теперь проведём небольшой тест.  Тест "Твоё здоровье" (отвечаете да или нет).   * У меня часто плохой аппетит. * После нескольких часов занятий у меня начинает болеть голова. * Я часто выгляжу усталым и подавленным, иногда раздражённым и угрюмым. * Периодически у меня бывают серьёзные заболевания, когда я вынужден несколько дней оставаться в постели. * Я почти не занимаюсь спортом * В последнее время я немного прибавил в весе. * В детстве я часто и серьёзно болел. * У меня плохой сон и неприятные ощущения утром после пробуждения.   За каждый ответ "да" поставьте 1 балл, подсчитайте количество баллов  Результаты:  1-2 балла - Несмотря на некоторые признаки ухудшения здоровья, вы в хорошей форме. Ни в коем случае не оставляйте усилий по сохранению своего самочувствия.  3-6 баллов - Ваше отношение к своему здоровью трудно назвать нормальным, уже чувствуется, что вы его расстроили основательно.  7-10 баллов - Как вы умудрились довести себя до такого состояния? Удивительно, что вы ещё в состоянии ходить и учиться. Вам немедленно нужно менять свои привычки. Задумайтесь о своём образе жизни и выделите основные правила здорового образа жизни: правильное питание, здоровый сон, активная деятельность, отказ от вредных привычек (педагог открывает таблички) | | | | | | | | |
| Этап № 2: Открытие у обучающихся новых знания.  Цель этапа: **Развитие умений строить речевое высказывание через публичное выступление.**  **Формирование негативного представления о ПАВ.** | | | | | | | | |
| **Деятельность педагога (вопросы и задания детям)** | **Познавательная** | | | **Коммуникативная** | | **Регулятивная** | | **Личностный результат** |
| Знакомит с правдивыми размышлениями известных людей;  Предлагает ответить на вопросы о личном отношении к теме занятия;  Определяет количество микрогрупп; | | Выделяют и формулируют познавательную цель.  Создают алгоритм деятельности при решении проблем творческого и поискового характера.  Формируют умения ориентироваться в потоке информации, перерабатывать и усваивать ее, осмыслять ее Вводят новые понятия и термины.  Обращаются к эмоциям и обмену опытом.  Дискутируют | | Создают алгоритм деятельности при решении проблем творческого и поискового характера.  Сотрудничают с педагогом и со сверстниками;  Развивают способность к самовыражению, участвуя в коллективном обсуждении проблемы;  Слушают;  Строят фразы, отвечают на поставленные вопросы, аргументируют;  Строят логическую цепь рассуждений;  Отвечают на поставленные вопросы;  Определяют свою позицию по данному вопросу. | | Оценивают – выделяют и осознают то, что уже усвоено и что ещё подлежит усвоению;  Корректируют способы выполнения задания;  Оценивают качество своих действий;  Выбирают средства для организации своего поведения. | | Приобретают опыт в решении проблемы творческого и поискового характера;  Развивают личностную и социальную компитентность. |
| Сегодня мы довольно часто говорим и слышим о наркотиках, о спайсах, алкоголе. Особую обеспокоенность вызывает тот факт, что возраст, когда человек в первый раз пробует пав, с каждым годом снижается. Сейчас он достиг 10-11 лет. Почему же наши подростки и молодежь увлекаются ими? Да, сегодня вы уже назвали несколько причин употребления пав: конфликты, любопытство, подражание, веяние «моды»… Вы часто слышите в СМИ и видите в интернете информацию по этому поводу и думаете, что вас это не коснется. Да? Или они существуют рядом с вами в окружающей вас среде? Как к этому относиться? Сегодня мы попробуем сделать выбор личный к происходящему. Но прежде давайте определимся с понятиями. Дети выводят определение. Что в вашем понимании пав? Попробуйте дать определение этому понятию. Давайте посмотрим определение в Википедии. Ребята зачитывают из словаря определение.  - ПАВ – это растительные, фармакологические, промышленные и иные препараты, способные при поступлении в организм приятно изменять психическое состояние человека, а дальнейшее их употребление приводит к тому, что организм употребителя не может обходиться без этих веществ, наступает химическая зависимость, главенствующую роль, в зарождении которой играют структуры и механизмы головного мозга.  **Разбор ситуаций**. Каждой группе предлагается работа с текстом. (Правдивые размышления известных людей, раздаточный материал) Членам группы необходимо прочитать текст и поразмышлять над ним (заранее обговаривается время на это задание 15 минут).  **«История одинокого мальчика» (Маколей Калкин)**  Я родился в самой обычной семье. Мы жили ни бедно, ни богато. Однажды удача мне улыбнулась, заметили мой талант. Я отлично держался на сцене. Отец требовал, чтобы я много практиковался, разорвал связи со своими друзьями и занимался только своей карьерой. Мама была с ним не согласна. Они часто ссорились, потом развелись. Это было ужасно. В это время один приятель моего друга на дискотеке предложил мне покурить «веселую» смесь. Это придало мне сил. В следующий раз, когда дома кто-то ссорился, или меня настигал очередной провал выступления, я курил травку. Но спустя пару лет она перестала меня радовать, тогда знакомый достал для меня препарат посильнее. Было здорово… какое-то время. Когда я понял, что увяз в этом, от меня отказалась моя девушка и многие друзья. Я больше это не контролировал.  **«История «успешной» девочки» (Линдси Лохан)**  С самого детства все окружающие говорили мне, какая я красивая и милая. Мои родители превратили жизнь в сказку: я была моделью для детских подиумов, фотографии со мной печатались в журналах. Мной интересовались и приглашали на «взрослые» встречи и вечеринки. Я считала, что уже достаточно взрослая, чтобы пить шампанское или курить. Потом напитки стали крепче, сигарету заменили самокрутки с травкой. Алкоголя становилось все больше. Однажды меня даже арестовывала полиция. Я не заметила, как из желанного гостя любой тусовки превратилась в натуральную старуху. Синяки под глазами уже не проходят, кожа обвисла, хотя я даже не старая! От красотки остались лишь фотографии в рамках… Незнаю, что делать…  **«История на грани фантастики» (Дэниел Рэдклифф)**  Не знаю, как это произошло. Просто внезапно всё в жизни так поменялось! Все окружающие будто давили на меня. Приходилось пить много кофе и энергетиков, чтобы успевать всюду. Я должен был учиться, заниматься спортом, помогать родным, готовиться к будущей профессии. Тогда я впервые от какого-то отчаянья попробовал крепкий алкоголь. Бодрости не добавилось, но мне показалось, что я стал менее нервным. С алкоголем я расслаблялся и мог противостоять всем дурным мыслям и проблемам. Правда, скоро я понял, что только внутри я кажусь расслабленным. Со стороны я походил на слабоумного, лет на двадцать старше, глаза красные, взгляд безумный. А уж что я творил?! Кошмар… Где я так перебрал?  (Далее желающий из группы зачитывает текст и обсуждается ситуация, в которую попал тот или иной человек, ответы детей)  (показ слайдов на экране). Комментирование ситуаций педагогом.  Причины употребления ПАВ (письменная работа в группах, на листочках)  Вопросы группам:  Назовите:  1 группа: Причины курения.  2 группа: Причины употребления алкоголя.  Обсуждение в группах 5 минут, затем один из участников группы высказывает мнение группы. (Выступление спикеров)  Подведение итогов, обобщение сказанного (выводы выводятся на экран)  Способы отказа от ПАВ (письменная работа в группах, на листочках)  - Можно ли отказаться от приема ПАВ, и каким образом?  Обсуждение в группах 5 минут, затем один из участников группы высказывает мнение группы. Подведение итогов, обобщение сказанного (выводы выводятся на экран)  Несмотря на то, что в наше время информация о пав доступна всем, большинство из нас, как ни странно, крайне мало знает о них, как о болезни, недооценивает ее серьезности и глубины поражения организма. Большинству людей кажется, что пав – это дурные привычки. А как думаете вы, употребление пав это болезнь или дурная привычка?  - Многие подростки пробуют пав, и не считают это чем-то предосудительным; не представляют себе той опасности, которую они в себе таят.  - Мало кто задумывается о здоровье в таком возрасте, это возможность снять напряжение, ради удовольствия, желание испытать радость, восторг, наслаждение.  - Да, не выделываясь друг перед другом, а просто разобраться в ситуации.  Курение (ответы подгрупп).  Табачный дым состоит как минимум из 200 вредных веществ, среди которых никотин, угарный газ, муравьиная и синильная кислоты, мышьяк, аммиак, сероводород. Курение на 4-8 лет сокращает продолжительность жизни. Некоторые считают, что курение позволяет уменьшить психологический дискомфорт, снимает стрессы. На самом деле это лишь кажущееся явление, курение позволяет восполнить потребность организма в никотине.  Алкоголь (ответы подгрупп).  На сегодняшний день не определена безопасная доза или безопасный алкогольный напиток. Стоит подчеркнуть, что алкоголь может вызвать серьёзные заболевания. Употребление алкоголя ведет к росту преступности, разрушению семьи, увеличению брошенных детей. А как думаете вы, употребление алкоголя и алкогольсодержащие напитки это серьезная болезнь, или дурная привычка? (размышления детей). Очень часто алкоголь, курение и наркотики являются для молодых людей фактором, позволяющим заслужить определённый авторитет в компании. Многих, нежелающих следовать этим пагубным пристрастиям, пугают изгнанием из «дружеской среды». Необходимо самостоятельно принимать решения, не бояться утраты таких связей. | | | | | | | | |
| Этап № 3: первичное закрепление.  Цель этапа: Информирование о трудностях отказа от ПАВ  Развитие представления о здоровом образе жизни, способности к самостоятельной оценке определённых знаний. | | | | | | | | |
| **Деятельность педагога (вопросы и задания детям)** | | **Познавательная** | **Коммуникативная** | | **Регулятивная** | | **Личностный результат** | |
| Создаёт графическую модель мероприятия;  Формирует в воспитанниках умение решать проблемы творческого и поискового характера через решение проблемной задачи;  Уточняет план действий по теме. | | Уточняют и обогащают словарный запас по теме;  Анализируют, доказывают, аргументируют свою точку зрения;  Применяют полученные знания о необходимых материалах и их сочетаниях на практике;  Структурируют полученные знания и подводят итог деятельности. | Осознанно и произвольно строят речевое высказывание через диалог и инициативное сотрудничество;  Учатся слушать и слышать, понимать друг друга, строят продуктивное взаимодействие и сотрудничество. | | Осуществляют контроль над своими ответами и за ответами одноклассников;  Сбор информации через участие в коллективном обсуждении проблемы;  Поиск и выделение необходимой информации;  Принимают разные позиции, согласно заданным ситуациям;  Осознают необходимость нового знания. | | Переносят алгоритм общения на свой жизненный опыт.  Накапливают личные впечатления, связанные с явлениями окружающего мира;  Сохраняют свои индивидуальные качества. | |
| А теперь предлагаю вам поиграть в игру. И помогать вести её будут наши ведущие (……)  Добрый день всем! Мы ознакомим вас с правилами игры «Делай выбор!».  В игре каждый из ребят может принять участие – звучит утверждение, один из вас утверждает тезис, выходит и садится на стул, а другой, садится напротив и отрицает. Остальные ребята, высказывая по одному доводу, формируют команды «За» и «Против». Суть игры заключается в том, чтобы каждый мог высказать, и воспитанник, и взрослый, свое отношение к проблеме употребления ПАВ; донести определенные, существующие факты, на примере знакомых, родственников, развеять мифы о трудностях отказа употребления ПАВ; убедить окружающих, в необходимости ведения здорового образа жизни. Педагог тем временем проводит визуальную диагностику воспитанников и необходимость индивидуальной работы.  Ведущий озвучивает утверждение, следит, кто желает высказать свое мнение, координирует очередность, насыщенность высказываний, подводит анализ.  **Высказывание №1**  «Начав употреблять ПАВ, я могу потерять все!?»  - Я не согласен. Начав употреблять, я всегда в любой момент могу бросить.  - Но сможешь ли ты это сделать во время. Иначе болезни, презрение, отсутствие любви, наличие постоянных проблем, потеря будущего… И все это лишь для того, что бы уйти от своей жизни в иллюзии, но иллюзии – это всего лишь иллюзии, а проблемы никуда не уходят. Жизнь потому и хороша, что в ней есть горе и радость, веселье и грусть, смех и печаль, добро и зло. И не узнав одного, не познаешь другого.  - Я не согласен. Начав употреблять, я всегда в любой момент могу бросить.  - Но сможешь ли ты это сделать во время. Иначе болезни, презрение, отсутствие любви, наличие постоянных проблем, потеря будущего… И все это лишь для того, что бы уйти от своей жизни в иллюзии, но иллюзии – это всего лишь иллюзии, а проблемы никуда не уходят. Жизнь потому и хороша, что в ней есть горе и радость, веселье и грусть, смех и печаль, добро и зло. И не узнав одного, не познаешь другого.  Поэтому раз и навсегда решите для себя: будут ли в вашей жизни пав.  **Высказывание №2**  «Спайс», курительные смеси, сигареты, алкоголь – это не страшно!?  Высказывания ребят - Мой отец курит уже больше 20 лет и ничего. Курительные смеси это прогресс, и зря ими пугают народ.  - Сегодня вред курительных смесей можно даже не ставить под сомнение. Слишком много жизней унёс спайс.  Новая курительная смесь наносит страшный удар по здоровью человека. Так получается, что под ударом оказывается весь организм без исключения: мозг, кровь, половые органы, печень, пытающуюся защитить остальной организм. При длительном употреблении спайсов этот эффект приводит к слабоумию.  - Также спайс вызывает стойкие изменения психики, что иногда человеку становится необходима психологическая помощь.  Не стоит забывать – каждый организм удивительно индивидуален. И если ваш знакомый уже курил эту смесь пять-шесть раз, не имея никаких видимых последствий для организма и здоровья, это не значит, что ваше первое курение не окончится трагедией.  **Высказывание №3**  «Моя семья всегда поддержит меня в моем выборе!?»  - Я сам знаю, как распоряжаться своим здоровьем, своей жизнью”. Они никогда не интересовались моими проблемами. Им все до лампочки.  - В большинстве случаев все-таки остается одна связь - семья. Именно она помогает не упасть человеку. Хорошо, когда помощь семьи строится на поддержке и поощрении самостоятельности, понимании того, что отказ не может навязываться и что основная роль в этом процессе принадлежит зависимому человеку.  Если человек прекратил прием пав, именно семья помогает человеку. В этот момент важно то, как действует семья. Неэффективны в данном случае запреты и ограничение свободы, необходимо формировать новые связи с миром, которые помогут ему справляться со стрессом.  Ваша семья всегда поддержит вас, ведь это самые близкие ваши люди. | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Этап № 4: рефлексия  Цель этапа: Формирование осознанного отношения к необходимости здорового образа жизни. | | | | |
| **Деятельность педагога (вопросы и задания детям)** | **Познавательная** | **Коммуникативная** | **Регулятивная** | **Личностный результат** |
| Предлагает ответить на вопросы о личном отношении к теме занятия. | Анализируют и оценивают полученные знания;  Закрепляют информацию;  Систематизируют знания. | Рефлексия своих действий;  Групповая рефлексия;  Умеют проанализировать ситуацию и вычленить то, что важно для дальнейшей счастливой жизни;  Определяют свою позицию по заданному вопросу. | Анализируют уровень усвоения;  Развивают самоконтроль;  Сопоставляют целеполагание и достигнутые результаты деятельности;  Осознают необходимость новых знаний. | Потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам;  Обобщают полученные знания;  Накапливают личные впечатления и делятся ими с окружающими. |
| Наша встреча подходит к концу, и я хочу прочитать вам одну притчу.  **Притча.**  «Жил один почитаемый в народе маг, которому завидовал менее успешный волшебник. Завистник мечтал занять место мага в умах и сердцах людей и потому решил: «Поймаю бабочку, положу ее между ладонями и спрошу мага: «Живая бабочка или мертвая?» - Если маг ответит: «Живая», — я сожму ладони, и все увидят, что маг был не прав. Если же он скажет, что бабочка мертвая, то я разомкну ладони, бабочка улетит, и снова будет очевидно, что маг не так велик и всемогущ, как казалось».  Волшебник так и поступил. Поймал на лугу бабочку, поместил её между ладонями и пришёл к магу с вопросом: «Живая бабочка или мертвая?» На что маг ответил мудро: «Всё в твоих руках».  Какое впечатление на вас произвела притча? Какой выбор делаете вы? Понравилось ли вам сегодняшнее занятие?  Ребятам предлагается поделиться своими чувствами, настроением, с которым они подошли к концу занятия. Каждый из вас выбирает по 1-2 предложения и заканчивает их.  (Высказывания детей по - очереди)   * сегодня я узнал... * я понял, * что…я смог… * было интересно узнать, что… * меня удивило… * было трудно… * Мне захотелось встретиться со специалистами, владеющими более полной информацией, работающих в этой области.   - Было трудно осознавать, что все это происходит рядом, а мы стараемся этого не замечать.  - Меня удивило, что я плохо знаю своих одноклассников. Надо чаще говорить откровенно.  А теперь я раздам вам листочки, где вы укажете, чего вам сегодня не хватило на сегодняшнем занятии. Ответьте еще на один вопрос «Мне захотелось…». Всем спасибо за активное участие. До новых встреч! | | | | |