

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 7» ГОРОДА АЧИНСКА КРАСНОЯРСКОГО КРАЯ

**Методическая разработка тематического досугового мероприятия
«Здоровые дети – здоровая страна!»
для учащихся 5-х классов
с элементами технологии игровой образовательной сессии**

Разработчики :

Замкова Ульяна Олеговна,
заместитель директора по воспитательной работе

Сорочинская Валентина Николаевна,
учитель русского языка и литературы

Сняtkова Наталия Николаевна,
социальный педагог

Ачинск, 2016

Введение

Наш организм для 120 лет жизни.

*Если мы живем меньше, то это вызвано не недостатками организма,
а тем, как мы с ним обращаемся.*

К. Купер

Состояние здоровья школьников – важнейший показатель благополучия общества и государства, не только отражающий настоящую ситуацию, но и дающий прогноз на будущее. Статистические данные последних лет говорят о том, что практически здоровыми можно признать не более 10% нынешних школьников. Наиболее частые патологии у школьников - нарушение остроты зрения, патология опорно-двигательного аппарата (нарушения осанки и искривление позвоночника), заболевания сердечно-сосудистой системы, пищеварительной системы, аллергические проявления. Особое место занимают заболевания нервной системы и психической сферы. [1]

К причинам неблагополучного здоровья учащихся относятся:

- недостаток физической активности учащихся, приводящий к гиподинамии и другим нарушениям здоровья школьников;
- чрезмерная интенсификация образовательного процесса;
- неполноценное питание;
- слабо формируемый уровень культуры здоровья учащихся и их родителей.

Главная особенность здоровьесберегающей педагогики - приоритет здоровья, то есть грамотная забота о здоровье как обязательном условии образовательного процесса. [2]

В соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования и основного общего образования, на основе основной образовательной программы начального общего образования и основной образовательной программы основного общего образования в МБОУ «Средняя школа № 7» сложилась

единая система работы по формированию осознанного и бережного отношения к собственному здоровью, устойчивых представлений о здоровье и здоровом образе жизни; факторах, оказывающих позитивное и негативное влияние на здоровье; формированию личных убеждений, качеств и привычек, способствующих снижению риска здоровью в повседневной жизни, которая включает несколько модулей (модуль 1 - «Режим дня – залог здоровья», модуль 2 - «Физическая активность», модуль 3 - «САМОценка, САМОрегуляция, САМОконтроль», модуль 4 - «Рациональное питание», модуль 5 - «Предупрежден – значит вооружен») [2].

Каждый модуль содержит определенный комплекс мероприятий, позволяющих сформировать у учащихся навыки оценки собственного функционального состояния (напряжения, утомления, переутомления) по субъективным показателям (пульс, дыхание, состояние кожных покровов) с учётом собственных индивидуальных особенностей; представление о рациональном питании как важной составляющей части здорового образа жизни; знания о правилах питания, направленных на сохранение и укрепление здоровья; готовность соблюдать правила рационального питания; представление о необходимой и достаточной двигательной активности, элементах и правилах закаливания, выбор соответствующих возрасту физических нагрузок и их видов; способность составлять рациональный режим дня и отдыха; следовать рациональному режиму дня и отдыха на основе знаний о динамике работоспособности, утомляемости, напряжённости разных видов деятельности; выбирать оптимальный режим дня с учётом учебных и внеучебных нагрузок; позволяющих провести профилактику разного рода зависимостей; овладеть основами позитивного коммуникативного общения и др.

Важно добавить, что МБОУ «Средняя школа № 7» является базовой площадкой Краевого института повышения квалификации по теме «Организация урока с ориентацией на планируемые результаты обучения», а также входит в число школ - участников краевого межмуниципального

проекта Федеральной целевой программы развития образования «Организация школьной образовательной среды на основе сотрудничества детей и взрослых». Положительный опыт коллег школы № 5 города Дивногорска по использованию методики игровой образовательной сессии (работа с текстом) при формировании навыков смыслового чтения позволил нам решить задачи как в реализации ФГОС (формирование познавательных УУД: схематизация, поиск и выделение необходимой информации, выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий, смысловое чтение, анализ, синтез, сравнение, классификация объектов по выделенным признакам, установление причинно-следственных связей и др.; формирование коммуникативных УУД: инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации, планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками – определение целей, функций участников, способов взаимодействия, умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка; формирование регулятивных УУД: постановка учебной задачи на основе соотнесения того, что уже известно и усвоено учащимся, и того, что еще неизвестно, составление плана и последовательности действий; формирование личностных УУД: действие нравственно – этического оценивания усваиваемого содержания, обеспечивающее личностный моральный выбор на основе социальных и личностных ценностей, личностное, профессиональное, жизненное самоопределение), так и в профилактической работе.

В основе методики игровой образовательной сессии (ИОС) лежит системно – мыследеятельностный подход (СМД-подход), разработанный философом и методологом Георгием Петровичем Щедровицким.

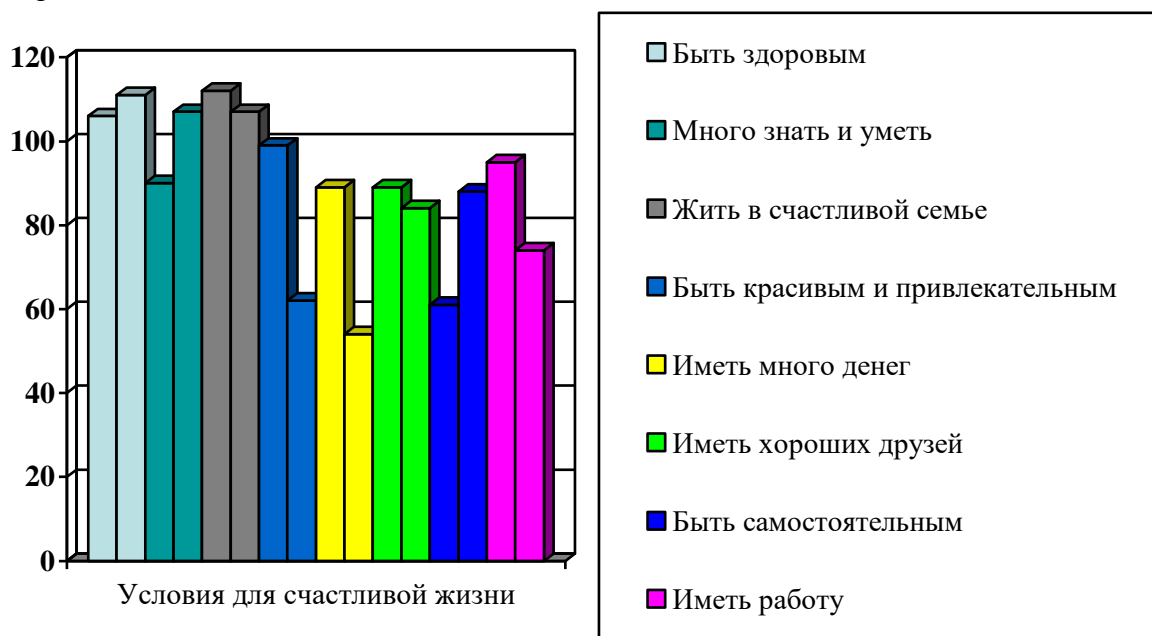
АНАЛИТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

С целью определения уровня осведомленности (сформированности) о здоровом образе жизни у учащихся 5а класса нами была проведена анкета «Здоровый образ жизни» для учащихся 5 – 11 классов [Приложение 1], в которой основными критериями сформированности знаний у школьников о ЗОЖ выступили:

- условия счастливой жизни;
- условия сохранения здоровья;
- распорядок дня;
- мероприятия по сохранению здоровья.

Данное анкетирование проводилось дважды, в феврале и апреле 2016 года. Сравнительные результаты отражены в диаграмме 1.

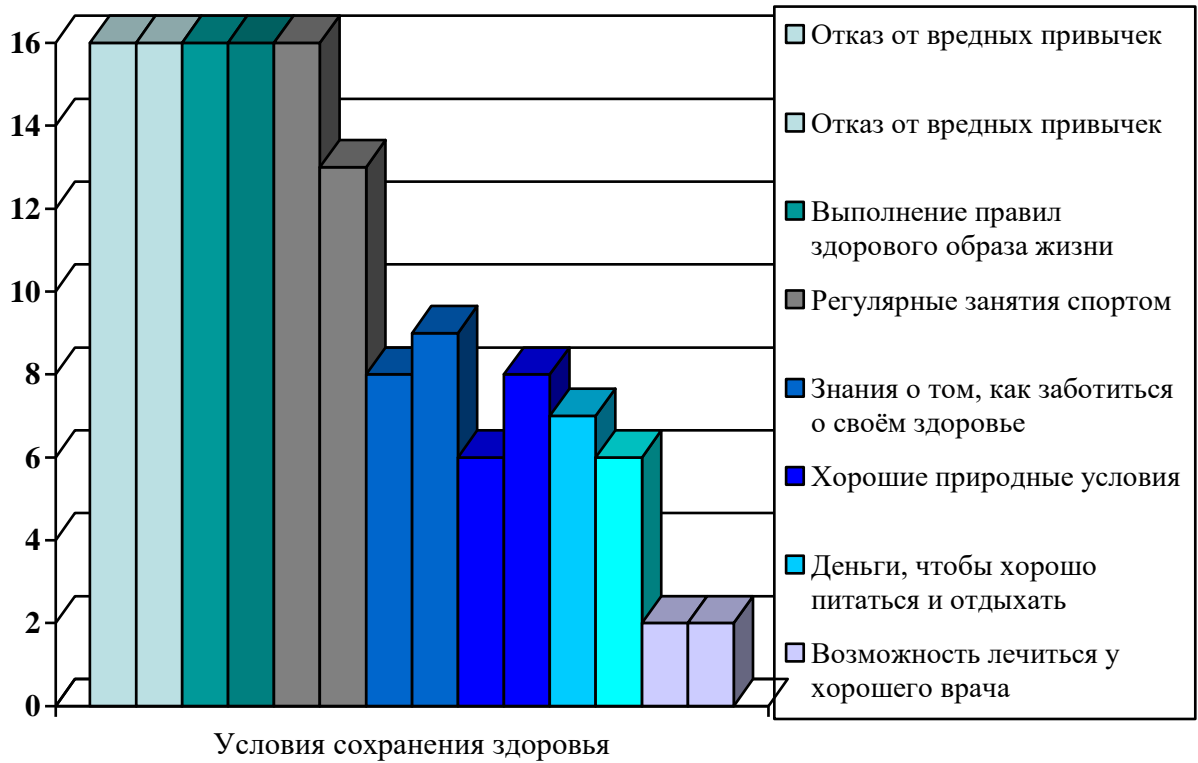
Диаграмма 1.



Выводы говорят о том, что личностная ценность здоровья для учащихся находится на высоком уровне.

В вопросе о наиболее важных условиях для сохранения здоровья дети отдали предпочтение позициям, отмеченным в диаграмме 2.

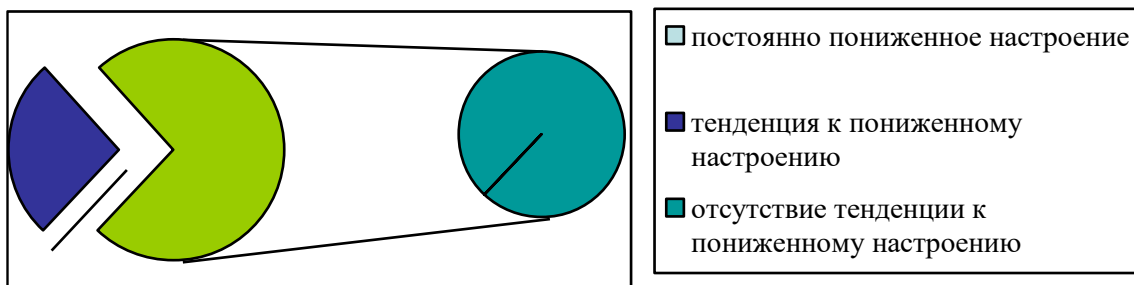
Диаграмма 2



Результаты показали, что понимание роли поведенческого фактора в охране и укреплении здоровья находятся на достаточном уровне. Однако, учащиеся понимают здоровый образ жизни, в первую очередь, как отказ от вредных привычек.

Экспресс-диагностика личностной склонности к снижению настроению, разработанная доктором психологических наук, профессором Виктором Васильевичем Бойко (Приложение 2) выявила у учащихся отсутствие тенденции склонности к снижению настроению, что подтверждается диаграммой 3.

Диаграмма 3



Полученные результаты исследований указывают на необходимость воспитания у учащихся потребностей ведения здорового образа жизни, а именно, формирования у них научных представлений о сущности ЗОЖ.

Наиболее актуальной формой работы с учащимися нами представляется игровая образовательная сессия (ИОС) во внеурочной деятельности.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

Разработка внеурочного занятия в форме тематического досугового мероприятия «Здоровые дети – здоровая страна» с элементами технологии игровой образовательной сессии для учащихся 5 – х классов

Дата проведения: 25.03.2016

Место проведения: МБОУ «Средняя школа № 7» города Ачинска, кабинет № 32.

Продолжительность: 2 академических часа.

Цель: способствование формированию активной жизненной позиции учащихся по отношению к здоровью, проявляющейся в поведении и деятельности и осознанном противостоянии разрушающим здоровье факторам посредством использования приемов смыслового чтения во внеурочной деятельности.

Задачи:

- провести анкетирование «Здоровый образ жизни» и экспресс-диагностику личностной склонности к сниженному настроению среди учащихся 5а класса (проводится дважды);
- в установочном докладе познакомить учащихся с технологией игровой образовательной сессии и этапами работы;

Ожидаемый результат:

- группа учащихся составляет схему понимания текста, используя приемы работы с текстом, и защищает ее на пленарном заседании, представляет коллективно – творческую работу, отображающую компоненты ЗОЖ;
- каждый учащийся называет компоненты здорового образа жизни, нацелен на соблюдение правил ЗОЖ.

Ход работы:

| Этапы работы | Содержание этапа | Деятельность участников |
|---|--|---|
| Информационно-проблемный блок | Приветствие, вступительное слово ведущего. Обозначение проблемы. Постановка целей и задач. | Осмысление цели и задач мероприятия. |
| Работа учащихся в группах с текстом «Умная Сказка о здоровом образе жизни» | Каждая группа представляет смысловой и схематичный вариант версий, обсуждение того как каждая версия соотносится с текстом, коллективный штурм и поиск ответа на вопрос «О чем текст?» | Отвечают на вопросы, используя клише. |
| <i>Автор: Бумагина Юлия Игоревна, ученица 8 «В» класса МБОУ СОШ № 27</i> http://budyzdorov.ru/doc/uploaded/poluf2011-2012/Skazka2_Serov.pdf | | |
| Презентация результатов работы | Демонстрация участниками групп результатов работы | Каждая группа составляет определение ЗОЖ по схеме, выполняют творческое задание (слоган о ЗОЖ, рисунок, коллаж, реклама, стихотворение и др.) |
| Рефлексия | Обмен мнениями. Как соотносит каждый себя со ЗОЖ | Выступление лидера группы |

Список литературы

1. Гараева Е. А. «Здоровьесберегающие технологии в профессионально-педагогическом образовании», г. Оренбург, 2013
2. Корец Т.И. «Подтверждение эффективности применения здоровьесберегающих технологий данными психолого-педагогической диагностики в работе учителя физической культуры», г. Великий Новгород
3. Основная образовательная программа начального общего образования и основная образовательная программа основного общего образования МБОУ «Средняя школа № 7».

Интернет – ресурсы

1. Социальная сеть работников образования 12.09.2014 [Электронный ресурс]. URL: <https://nsportal.ru/shkola/raznoe/library/2014/09/12/ispolzovanie-zdorovesberegayushchikh-tekhnologiy-na-urokakh> (дата обращения 10.10.2015)
2. Сайт международного общественного движения «Здоровая планета». URL: <http://www.zdorovajaplaneta.ru/zdorovyj-obraz-zhizni-zozh/>
3. Интернет-портал «Здоровый образ жизни». URL: <http://stanzdorovei.ru/zdoroviie-obraz/zdorovyj-obraz-zhizni-shkolnika.html>
4. Сайт «Online Test Pad». URL: <http://onlinetestpad.com/ru-ru/Go/Ekspress-diagnostika-lichnostnoj-sklonnosti-k-snizhennomu-nastroeniyu-V-V-Bojko-1453/Default.aspx>

Анкета «Здоровый образ жизни»

1. Какие из перечисленных условий ты считаешь наиболее важными для счастливой жизни? Оцени их, поставив от 8 (самое важное) до 1 (наименее важное для тебя).

- Иметь много денег.
- Быть здоровым
- Иметь хороших друзей.
- Быть самостоятельным (самому принимать решения и обеспечивать себя)
- Много знать и уметь
- Иметь работу
- Быть красивым и привлекательным.
- Жить в счастливой семье

2. Какие условия для сохранения здоровья ты считаешь наиболее важными? Из перечисленного выбери и отметь 4 наиболее важных для тебя.

- Регулярные занятия спортом.
- Знания о том, как заботиться о своём здоровье.
- Хорошие природные условия.
- Возможность лечиться у хорошего врача.
- Деньги, чтобы хорошо питаться и отдыхать.
- Отказ от вредных привычек.
- Выполнение правил здорового образа жизни.

3. Что из перечисленного присутствует в твоём распорядке дня?

| Режимные моменты | Ежедневно | Несколько раз в неделю | Очень редко, никогда |
|----------------------------|-----------|------------------------|----------------------|
| Утренняя зарядка | | | |
| Завтрак | | | |
| Обед | | | |
| Ужин | | | |
| Прогулка на свежем воздухе | | | |
| Занятия спортом | | | |

| | | | |
|----------------------|--|--|--|
| Душ, ванна | | | |
| Сон не менее 8 часов | | | |

4. Можно ли сказать, что ты заботаешься о здоровье? (отметь нужное)

- Да, конечно.
- Забочусь недостаточно.
- Мало забочусь.

5. Интересно ли тебе узнавать о том, как заботиться о своём здоровье?

- Да, очень интересно и полезно.
- Интересно, но не всегда.
- Не очень интересно.
- Не интересно.

6. Откуда ты узнаёшь, как заботиться о здоровье?

| Источник информации | Часто | Иногда | Никогда |
|--------------------------------|-------|--------|---------|
| В школе | | | |
| От родителей | | | |
| От друзей | | | |
| Из книг и журналов | | | |
| Из передач радио и телевидения | | | |

7. Какие мероприятия по охране и укреплению здоровья проводятся в школе:

- уроки, обучающие здоровью;
- беседы о том, как заботиться о здоровье;
- показ видеофильмов о том, как заботиться о здоровье;
- спортивные соревнования;
- викторины, конкурсы;
- праздники, вечера на тему здоровья;
- дни здоровья;
- спортивные секции.

Экспресс-диагностика личностной склонности к сниженному настроению В.В.Бойко

Инструкция к тесту.

Вам предлагается 12 вопросов, ориентированных на самопознание личности. Свои ответы необходимо выразить в форме «да» или «нет».

Тестовый материал.

1. Вы унылый, редко радующийся человек.
2. Вам трудно быть абсолютно беззаботным и веселым, отключившимся от всех забот.
3. Вас трудно чем-то обрадовать.
4. Вы оцениваете жизнь в целом пессимистично.
5. В будущем вы не ожидаете радости.
6. У вас часто несколько подавленное настроение.
7. Жизнь вам кажется трудной.
8. Вы равнодушны к анекдотам (или не любите их).
9. В беседе вы скупы на слова.
10. Вас часто посещают мрачные мысли.
11. Хорошая солнечная погода не вызывает у вас душевного подъема.
12. Вы чувствуете себя не совсем уютно в шумной, веселой компании.

Обработка и интерпретация результатов теста

Подсчитайте количество утвердительных ответов:

- если вы получили 10-12 баллов – у вас дистимия, постоянно пониженное настроение, определяющее стиль всей жизни;
- 5-9 баллов – заметна тенденция к пониженному настроению;
- 4 балла и меньше – такой тенденции в вашем эмоциональном стереотипе нет.

Установочный доклад к внеурочному занятию «Здоровые дети – здоровая страна» с элементами технологии игровой образовательной сессии для учащихся 5 – х классов

Добрый день!

Сегодня мы с вами примем участие в игре с элементами игровой образовательной сессии (ИОС), а всего сессия будет продолжаться 2 урока.

Первое, что нам надо сделать – разобраться с тем, что такое игровая образовательная сессия. Если посмотреть на это сочетание с точки зрения русского языка, какое слово здесь главное? – Сессия. Что же такое сессия?

(Те, у кого есть старшие братья или сестры, наверняка слышали от них про экзаменационную сессию, по телевизору – сессия в Государственной думе) От латинского *sessio* — заседание. Люди бросают свои дела, собираются в одном месте и заседают. А значит, повод должен быть очень важным. Если ваши бабушки и дедушки будут беспокоиться: ребенок ходит в школу, а уроков нет, вы им спокойно объясните: есть разные формы учебной работы. Урок – традиционная форма работы. Но есть такие учебные задачи (очень важные), которые на уроке нельзя решить. Нужна другая форма работы – ИОС.

Чем же таким важным нам предстоит заниматься в течение 2-х занятий? Почему сессия – образовательная? – Мы будем читать и понимать текст. Наверняка многие подумали: мы и так это умеем делать – не маленькие, к тому же почти на всех уроках и так работаем с текстами. Чтобы пошатнуть вашу уверенность, расскажу о результатах международных исследований. В исследованиях участвуют ребята, которые заканчивают начальную школу, им 10 лет, и 9-классники – 15 лет. Ученые специально подбирают тексты, соответствующие возрасту, учитывающие национальные особенности, и предлагают тексты прочитать, ответить на вопросы,

выполнить задания. В исследованиях принимают участие ребята из 40-60 стран мира. Как вы думаете, какое место занимают 4-классники, 9-классники? 4- классники – 1-е место среди 40 стран, а 15-летние школьники занимают 41 место (среди 65 стран, в тройке лидеров Китай, Корея, Финляндия), кроме того, за период с 2000 до 2009 г. ничего не изменилось.

Налицо проблема: умение читать и понимать текст с возрастом не наращивается, а утрачивается. Умение это – очень важное: ведь все знания, накопленные человечеством, хранят именно тексты.

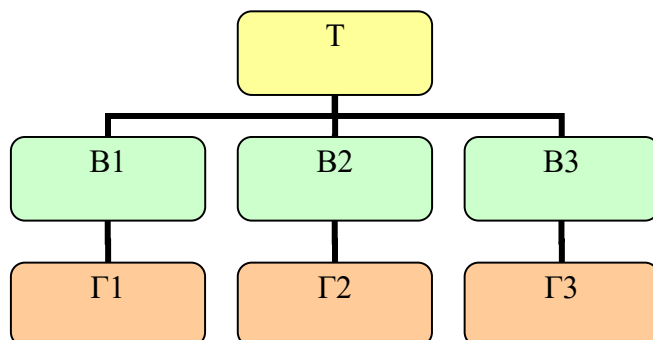
Что же делать? - Брать хорошие художественные тексты и учиться строить свое их понимание. Почему художественные тексты? Наверное, потому, что они предоставляют наиболее широкое и интересное поле для этого понимания, для размышлений. Кроме того, такие тексты - это некоторый опыт проживания жизни других людей. Тексты - очень важный культурный источник, который не просто дает нам какую-то полезную информацию, а еще и учит нас проживать свою жизнь "по-человечески", закладывает базовые, "вечные" ценности.

Итак, нам предстоит читать и понимать текст, непростой текст, а еще учиться средствам, с помощью которых это можно сделать.

А почему сессия не только образовательная, но и игровая - вы расскажете мне в конце 2-го урока.

Как будет устроена наша работа? (схемы на доске)

Будет текст (один, общий для всех). Работать вы будете в группах, их будет 3. Каждая группа будет читать текст, выстраивать свою версию понимания, потом версиями будем обмениваться.



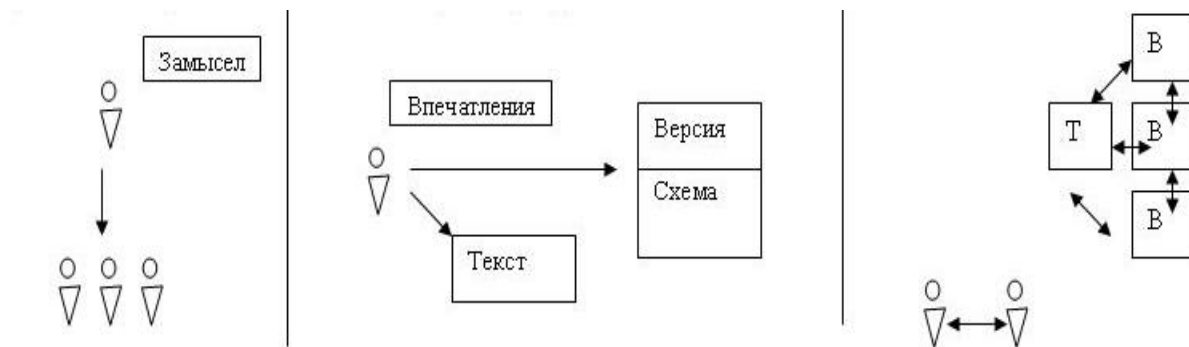
Ребята, все ли вам понятно?

А кто будет входить в состав групп? – Будет 3 группы сформированных из учеников 5 «А» класса. В работе вам будут помогать взрослые люди – руководители групп. Сразу обращаю ваше внимание: у вас и руководителей групп равные права в понимании текста.

А что такое выстроить версию понимания? – Это значит ответить на вопрос: о чем текст? Версия должна соответствовать 2-м требованиям: 1) она должна быть сформулирована в словах и 2) представлена схематически. Примеры схем вы видите на рабочих столах.

Почему важна схема? – Как только я оставила значки, того, о чем говорила, появилась возможность более широко, глубоко текст моего выступления обсуждать, ставить вопросы, уточнять.

Двигаясь к версии понимания текста, мы пройдем несколько этапов.



Сейчас идет установочный доклад: я рассказываю вам, что мы будем делать, как предстоит работать.

Затем вы будете работать в группах. Сначала каждый прочитает текст и зафиксирует в таблицу свои первоначальные впечатления: интересно - неинтересно; понравилось – не понравилось; все то, что «больше всего бросается в глаза»: непонятные или необычные слова, странное поведение героев, ассоциации. Затем, уже работая в группе, эти впечатления вы должны сделать материалом для построения версии понимания, как мы уже говорили, в виде схемы и формулировки. Используйте при этом вопросы и при ответах клеше, которые так же имеются на вашем столе.

Потом каждой группе будет предоставлена возможность рассказать о своей версии на пленарном заседании, пленаре (от лат. plenum - полное) – заседание, на котором собираются все участники организации для решения наиболее важных вопросов). После выступления группы - обсуждение, т.е. будем разговаривать о том, как версии соотносятся с текстом и как соотносятся между собой. Поэтому, работая в группах, выстраивая версии, вам нужно постоянно задавать себе вопрос: а где это в тексте?

На пленарном заседании с нами будет работать еще одна группа – «игротехники», которая будет состоять из руководителей групп. Главная задача этой группы – задавать вам вопросы, причем такие, которые бы помогали всем продвигаться в понимании текста.

Закончится этот этап: все 3 группы предоставят свои схемы и словесный вариант ответа «О чём текст?».

Далее мы все вместе на доске составим определение ЗОЖ. Затем вам будет предложено выполнить задание творческого характера. А именно, представить своё художественное видение ЗОЖ. Это могут быть рисунки, стихотворения, сценки, коллажи, реклама, слоган и т.д.

В установленное время мы соберемся на пленарное заседание и каждая группа представит свой продукт, то что она сделала, придумала.

Следующий этап - обмен мнениями. Как соотносит каждый себя со ЗОЖ? И завершится наша игра выступлением представителей, от каждой группы.

Умная Сказка о здоровом образе жизни

В некотором царстве,
в некотором государстве
Ни на небе, на земле
Мальчик Коля жил в селе.
Он учился в пятом классе,
Шел ему десятый год.
Был высокий и плечистый,
Добрый, умный, симпатичный...
Здоровую пищу ел он всегда,
И не болел Николай никогда.
Девчонки его все очень любили,
Конфеты ему они в школу носили.
Отлично учился, делал уроки,
Задания все выполнял точно в сроки.
Спортом еще наш герой увлекался,
И достижениями он прославлялся.
Вообщем, был Коля – обычный пацан,
Пока не попал он в хитрый капкан.

Однажды, когда-то во время грозы,
Когда ничего не предвещало беды...
Коля сидел и смотрел из окна,
Как вдруг из окна появилась она:
Красивая, яркая, вся из огня –
Шаровая мол-ни-я!
Уверенно к Коле она подлетела,

В глаза ему пристально так поглядела.
Потом покружилась над головой
И удалилась с глаз вон долой!

Коля вдруг как-то весь изменился,
Из доброго мальчика он превратился
В наглого, злого и грубого хама,
Который не слушает свою маму.
Не учит уроки, не ходит в спортзал,
Здоровье свое ценить он не стал.
Не ходит гулять, все сидит у компа
И целыми днями жует, как хомяк.
Фанту и колу, чипсы и «Спрайт»,
«Стиморол», «Орбит» – жует все подряд.
Сидит у подъезда он с папиросой,
Ему наплевать на советы всех взрослых.
Дымит и смолит он, как паровоз,
Охрип уже голос и чуб без волос.
Бледный, худой, он без блеска в глазах.
Даже улыбки нет на устах.

Сам он не рад, что теперь так живет,
Никто из друзей к нему не идет...
Рад бы побегать, но нет теперь сил,
Сам ведь себя он так запустил...

И вдруг в интернете он видит девчонку,
Красивую, стройную и чем-пи-он-ку!
Гимнастикой девочка увлечена,
Пышет здоровьем и силы полна!

Колю спортсменка так вдохновила,
Стрелюю Амура его поразила.
Наш Коля влюбился,
Он хочет стать прежним:
Добрый, отзывчивым, очень прилежным.
Образ свой жизни решил поменять.
Пошел в тренажерку, стал бицепс качать.
Стал заниматься он утром зарядкой,
И выполнять весь режим по порядку.
Во время кушать, во время спать,
Фрукты и овощи стал потреблять.
Забыл сигареты и пьет только сок.

Кончился магии молнии срок.
Стал он красивым, веселым опять,
Девочку эту он ходит встречать.
Вместе гуляют, учат уроки,
Ходят в спортзал, на тренировки.
Не хочет он больше жизнь прожигать,
Хочет успешным в будущем стать!
Здоровье своё он будет ценить,
Тогда все мечты сможет он воплотить!

Вот уже сказочки нашей конец.
Кто же всё понял, тот мо-ло-дец!!!

Автор: Бумагина Юлия Игоревна, ученица МОУ СОШ №27 8-в класса

Опорная таблица для работы с текстом

| Вопросы | Клише |
|----------------------------------|---|
| О чем текст? | Эта сказка о ... |
| Кто главный герой? | Главным героем сказки является... |
| Какие изменения с ним произошли? | С Николаем произошли следующие изменения (подтвердите текстом)... |
| Какие выводы он сделал? | В результате главный герой сделал выводы... |

**Сводная мониторинговая карта внеурочного занятия «Здоровые дети – здоровая страна!»
для учащихся 5-х классов**

| Ф.И. | Коммуникативная компетентность | | Лидерство | | Ответственность | | Регулятивная компетентность | |
|------|--|---|---|---|---|---|---|----------------------------------|
| | учащийся внимательно слушает и активно обсуждает | учащийся находит общее решение, разрешает конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов других лидеров | учащийся активно организует других, распределяет роли, дети его слушают | учащийся предлагает идеи, отстаивает и аргументирует их | учащийся сам берёт на себя инициативу выполнения, поручение | готовность взять на себя ответственность за коллектив | учебная самостоятельность (постановка цели, удержание задачи, план достижения цели) | понимание и удержание инструкции |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |

Примечание (отметьте общее состояние группы) – креативность, психофизиологическое состояние: эйфория, возбуждение, слёзы, истерика, неадекватные реакции и т.д.)

Варианты схем

Рис.1

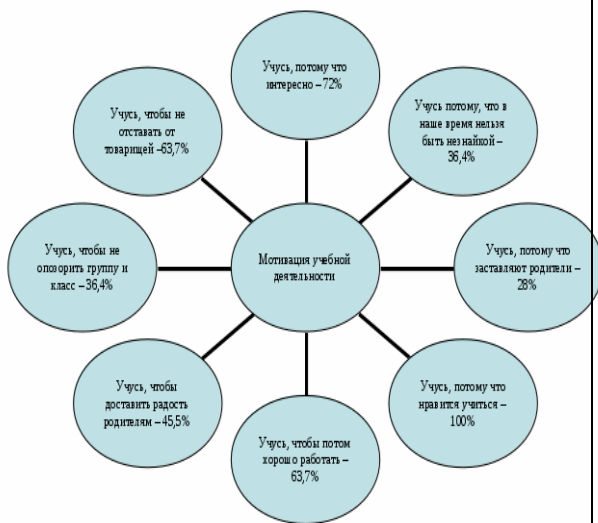


Рис.2

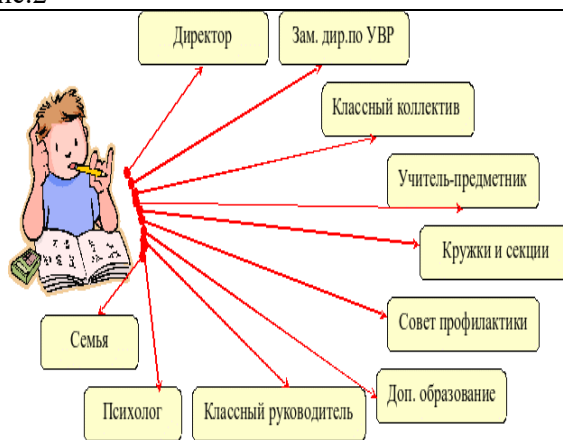


Рис.3



Рис.4



Рис.5

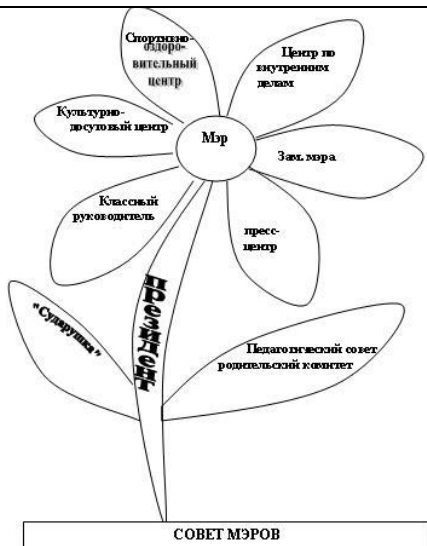


Рис.6

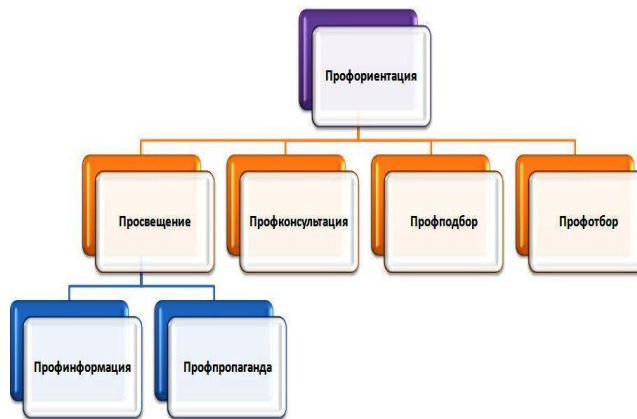


Рис.7



Рис.8

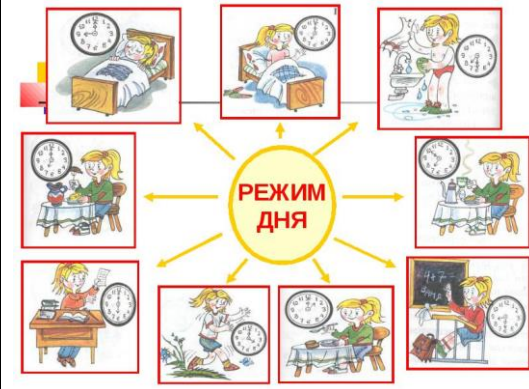


Рис.9

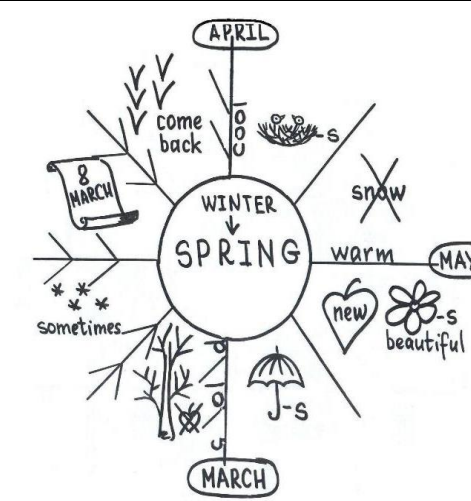


Рис.10



Рис.11

Учебная задача – цель, которую ставит перед собой ученик

Учебные действия – действия, направленные на решение учебной задачи

Самоконтроль – определение правильности выполнения действия

Самонаценка – определение степени соответствия эталону или качества выполненного действия

Чему? Зачем? Как? Правильно? Хорошо? Можно лучше?

Рис.12



Рис.1



Рис.2



Рис.3



Рис.4



Рис.5



Рис.6



Рис.7



Рис.8



Рис.9



Вопросы для рефлексии

Вопросы

Ответы

Что из компонентов ЗОЖ я соблюдаю?

Что из компонентов ЗОЖ я не соблюдаю?

Что я могу изменить в себе, чтобы быть здоровым?

Что я могу пожелать друзьям?