

РОЗДІЛ 1. ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ (6 годин)

УРОК 1

НА ПОРОЗИ ДОРОСЛОГО ЖИТТЯ. ФІЗІОЛОГІЧНА, ПСИХОЛОГІЧНА ТА СОЦІАЛЬНА ЗРІЛІСТЬ. СОЦІАЛЬНІ РОЛІ І ЖИТТЄВІ НАВИЧКИ В СУЧАСНОМУ СВІТІ. САМООЦІНЮВАННЯ РІВНЯ ЗРІЛОСТІ ТА ГОТОВНОСТІ ДО ДОРОСЛОГО ЖИТТЯ

Мета: формувати поняття про фізіологічну, психологічну та соціальну зрілість; дати уявлення про соціальні ролі й життєві навички в сучасному світі; вчити здійснювати самооцінювання рівня зрілості та готовності до дорослого життя; розвивати навички аналізу, систематизації; виховувати активну позицію в навчальній діяльності та повсякденному житті.

Обладнання: ілюстративний матеріал до теми уроку, схема «Складові зрілості», папір А4 для роботи в групах, картки для вправи «Мої гідності, мої недоліки» (за кількістю учнів), картки з написами «людина — природа», «людина — техніка», «людина — людина», «людина — знакова система», «людина — художній образ», музичний супровід («Разноцветный мир детства» муз. Олена Сокольська, сл. Поліна Виноградова, викон. Настя Каткова і Філ Фастер; «Доросле життя», викон. Невідомий та Анастасія Чех).

Тип уроку: засвоєння нових знань.

ХІД УРОКУ

І. ОРГАНІЗАЦІЙНИЙ МОМЕНТ

■ **Привітання, створення позитивного настрою (музичний супровід «Разноцветный мир детства»)**

1. Босиком на облаках
К нам приходит ниоткуда
На сиреневых ветрах
Детство — маленькое чудо.

И качает на ладони
 Море — синюю прохладу
 Детство, детство, ты постой,
 Не спеши, взрослеть не надо!

Привев:

Разноцветный мир,
 Разноцветный дождь,
 Разноцветных снов
 Только в детстве ждешь.
 И сбываются детские мечты:
 Разноцветный мир — Я и ТЫ!

2. Недосказаны слова

Для девчонки у мальчишки.
 Детство — первая глава,
 Недописанная книжка...
 И тепло от школьных стен
 Мы припомним у порога.
 Так с весёлых перемен
 Начинается дорога!

Привев.

3. Разноцветного стекла

Собирается картина,
 Как волшебная стрела,
 Пролетает детство мимо.
 И качает на ладони
 Море синюю прохладу.
 Детство, детство, ты постой,
 Не спеши, взрослеть не надо!

Привев (2 раза)

Пісня, яка налаштувала нас на урок, буде перегукуватися з його темою.

II. АКТИВІЗАЦІЯ ЧУТТЕВОГО ДОСВІДУ, ОПОРНИХ ЗНАТЬ УЧНІВ

■ Запитання до класу

— Як ви гадаєте, про кого й у який час було зроблено таке зауваження: «Коли я був маленьким хлопчиком, нас учили шанувати і поважати старших, але сьогодні молодь думає, що вони найрозумніші, і не терплять жодних обмежень»?

Відповіді учнів, за бажанням.

Понад 3000 років тому, так висловлювався Геосід, античний поет, засновник дидактичного й генеалогічного епосу.

2 Зрілість через призму підліткового віку

Підлітковий вік характеризується переходом до фізіологічної, психологічної зрілості. Ця «перехідність» і визначає всі особливості даного періоду. Підлітковий вік є першим перехідним періодом від дитинства до зрілості. Якісні зміни, що відбуваються в інтелектуальній та емоційній сферах особистості підлітка (інтенсивний, нерівномірний розвиток і ріст організму тощо), породжують новий рівень його самосвідомості, потреби в самоствердженні, рівноправному і довірливому спілкуванні з ровесниками і дорослими. Інтенсивний статевий розвиток зумовлює виникнення статевого потягу і пов'язані з ним переживання й інтереси.

Організм дозріває фізіологічно, але до повної фізіологічної зрілості йому ще далеко. Триває соціальне дорослішання, проте соціальна зрілість ще не настала: підлітки матеріально залежать від дорослих, не завжди мають достатньо сформовані навички ефективного спілкування тощо.

У 20–30-ті роки ХХ ст. психологічна наука зосереджувалася на пізнанні залежності деяких особливостей особистості підлітка від його соціального оточення. З цією метою було досліджено життя і психічні особливості підлітків в умовах примітивної цивілізації острова Самоа задля встановлення, що в розвитку людини залежить від природи, а що — від культури (конкретних суспільно-історичних умов). Результати досліджень описані у працях американського етнографа Маргарет Мід (1901–1978). Оскільки в розвитку підлітків острова Самоа симптомів кризи не виявлено, це переконливо доводить необґрунтованість тверджень про біологічне походження підліткової кризи. Вона пов'язана не із дозріванням організму, а з особливостями соціалізації. Однак індивідуальні варіанти її перебігу певною мірою залежать від вроджених особливостей нервової системи.

3 Ознаки фізіологічної зрілості

Ознаками фізіологічної зрілості є соматичне дозрівання всіх систем організму, їхня готовність до виконання функцій зрілого віку.

Для того щоб стати дорослим, слід насамперед сформуватися фізіологічно. До періоду зрілості остаточно формуються всі системи організму: опорно-рухова, кровоносна, дихальна, травна, видільна, нервова, статеві та інші системи. Тільки тоді організм може виконувати нові для нього функції, пов'язані зі створенням сім'ї й народженням потомства. Цей стан називають «фізіологічною зрілістю».

Підлітку ще далеко до повної фізіологічної зрілості. Певні стадії розвитку можуть починатися тільки тоді, коли тіло набуде