

Активная работа «Светофор принятия решений»

Тема: Принятие решений

Подтема: Решения, связанные со здоровьем

Результаты обучения. Ученик:

- знает, что такое психическое и физическое здоровье;
- ценит здоровый образ жизни;
- отличает влияющие на здоровье решения от не влияющих;
- в учебных ситуациях применяет для принятия решения трехэтапный метод: стой, думай, решай.

Необходимые материалы. Доска, рабочие листы, карточки с описанием случаев, дополнительный материал для учителя.

Проблематика урока. Поскольку принятие взвешенных решений является навыком, то его тренировка в безопасной обстановке и на примере более простых проблем создает предпосылки для принятия взвешенных решений и в более сложных ситуациях. Таким образом это помогает предотвращать рискованное поведение, связанное с алкоголем и другими психоактивными веществами.

Введение. Представьте ученикам тему урока и спросите их, какие решения они принимали с утра и до настоящего момента. Отметьте все ответы на доске. Спросите учеников, какие решения было принять легко, а какие трудно. Поговорите о том, что иногда мы принимаем некоторые очень важные решения быстро и не задумываясь, в то время как иные маловажные решения взвешиваем долго. Объясните, что те решения, которые касаются здоровья, всегда должны быть продуманными.

Основная деятельность

1. Раздайте ученикам первые рабочие листы и попросите заполнить их вместе с напарником. При необходимости напомните, чем отличается физическое здоровье от психического. Физическое здоровье связано с функционированием человеческого организма, а психическое здоровье – с мыслями и чувствами. Проанализируйте результаты с классом и отметьте написанные на доске согласно ответам детей решения тремя различными цветами, в соответствии с их влиянием.
2. Обратите внимание учеников на то, что решения, влияющие на здоровье, должны быть тщательно продуманы, потому что они имеют значительные последствия. Познакомьте учеников с показанным на рабочих листах светофором принятия решений (см. также дополнительный материал для учителя).
3. Сформируйте из учеников группы по 2–4 человека и раздайте каждой группе вторые рабочие листы. Вместе с учениками рассмотрите, что нужно сделать на этом рабочем листе. Затем путем жеребьевки распределите между всеми группами карточки с описанием случаев и попросите каждую группу заполнить рабочий лист на основе своего случая. По завершении работы попросите каждую группу представить одноклассникам свой случай и результаты. После представления результатов работы каждой группой обсудите с классом, отражается ли это решение на здоровье.

Основная идея. Обратите внимание учеников на то, что многие из наших решений должны быть взвешенными. Принятию решения следует уделить время, чтобы была возможность сделать наилучший выбор для себя и собственного здоровья.

Возможности интеграции. Данная работа включает в себя возможность интеграции с русским и эстонским языком (устное и письменное самовыражение) и воспитанием в области дорожного движения.



Использованная литература

1. Botvin, G J, Life Skills Training. Promoting Health and Personal Development. Level One: Grades 3/4. Teacher's Manual.

Рабочий лист

Заполни таблицу. Спиши с доски в каждую колонку подходящие решения.

Решение не влияет на мое здоровье	Решение влияет на мое физическое здоровье	Решение влияет на мое психическое здоровье

Светофор принятия решений

	В светофоре горит красный свет.	Стой!	Спроси себя, что именно нужно решить. В чем заключается проблема?
	В светофоре горит желтый свет.	Думай!	Спроси себя, какие есть варианты решений. Какие последствия будут у различных вариантов?
	В светофоре горит зеленый свет.	Действуй!	Прими решение в пользу наилучшего для себя варианта.

Рабочий лист

Воспользуйся светофором принятия решений и найди наилучшее решение для ситуации.



Остановись и опиши проблему!

.....
.....



Продумай возможные варианты и их последствия.

Варианты	Последствия
1.	1.
2.	2.
3.	3.



Прими решение о том, какой из вариантов наилучший. Обоснуй свой выбор.

.....
.....

Все ли члены группы согласны со сделанным выбором?

.....

Карточки с описанием случаев

Артур получил от бабушки 5 евро. Он не может решить, истратить их сразу на сладости или положить в копилку. В копилке он собирает деньги на новую видеоигру.

Катя получила от одноклассницы приглашение на день рождения, но в тот же день будет и день рождения ее младшей сестры. Она не может решить, на какой из праздников пойти.

Влада должна решить, пойти ли ей в поход вместе с соседской семьей. В походе будет ночлег в палатке в лесу, а Влада боится быть в лесу, когда там стемнеет.

Лиза смотрит, как ее друзья играют на льду в салочки. Ей тоже хочется с ними поиграть, но мама не разрешила ей выходить на лед.

Ринат не может решить, посмотреть ли по телевизору еще один мультфильм или сесть за уроки.

Клава не может решить, пойти ли в школу в свой любимой юбке или в брюках. На улице лежит снег и метет метель.

Карточки с описанием случаев

Мартин не может решить, на какие тренировки пойти в этом году – по дзюдо или по баскетболу. Его друг пошел на дзюдо, но ему нравится играть дома с отцом в баскетбол.

Сандра не может решить, пойти ли ночевать к подруге или остаться мастерить с мамой рождественские открытки. Утром она договорилась с мамой, что они будут мастерить открытки.

Саша не может решить, залезть ли на высокое дерево в школьном дворе. Он хочет показать одноклассникам, какой он храбрый, но учителя не разрешают лазить в школьном дворе по деревьям.

Майя поссорилась с подругой. Они обе виноваты одинаково. Майя не может решить, попросить ли у подруги прощения и помириться, или дуться до тех пор, пока подруга не извинится сама.

Марта приходит из школы домой и видит, что в холодильнике стоит начатая бутылка сидра. Она не может решить, попробовать ли его втайне от мамы или нет.

Андрей видит, что старшие мальчики курят за сараем. Эти мальчики – его друзья. Он не знает, подойти ли к ним поговорить или поехать на велосипеде в другую сторону.