

## В ходе проекта мы ответим на вопросы:

- •Какими качествами характера обладает счастливый человек?
- Как человек должен вести себя по отношению к себе, окружающим, природе?
- Как влияют продукты, которые мы употребляем в пищу?
- Так ли важно, что мы слушаем и смотрим?
- Почему важно соблюдать режим дня?

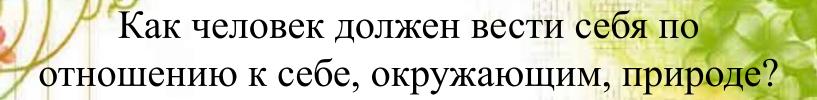


## Какими качествами характера обладает счастливый человек?

- вера в себя
- решимость
- отзывчивость
- понимание себя и окружающего мира
- умение контролировать свои мысли, эмоции

- позитивное мышление
- сопереживание
- искренность
- уважение другого мнения
- доброта

Ученики называют качества характера счастливого человека и выписывают на доску





Обсуждение после просмотра презентации «Эмоции»

После просмотра презентации «Эмоции», обсуждение в группе и заполнение анкеты входного контроля



#### Пейте кока-колу и вы получите:

- ✓ гастрит,
- ✓ язву желудка и 12-перстной кишки,
- ✓ плохое настроение и т.д.

#### Употребление мол<mark>ока:</mark>

- ✓ укрепляет костную ткань,
- ✓ нормализует кровообращение,
- ✓ улучшает мозговую деятельность,
- ✓ успокаивает нервную систему

А влияют на нас то, что мы едим и как?

Например, напитки. Давайте приедем примеры и сравним (исходим из опыта учеников)



# Так ли важно, что мы слушаем и смотрим?

Жанр фильма/ музыки	Его влияние
боевики, ужастики	появление нервозности, ощущение страха, навязчивое
металика, рок	чувство преследования, агрессия
комедия	расслабление, спокойное состояние, радость
классика	

Как влияет на нас то, что мы слушаем и смотрим? Давайте приведем пример. Учитель со слов учеников выстраивает таблицу сравнения

### Почему важно соблюдать режим дня?

Если спал ты до обеда,

То проснулся с ужасным настроеньем.

Не успел поесть нормально,

Сразу к телеку прильнул.

В общем жизнь твоя нормально не идет,

А только катится под гору

И теряешь ты здоровье, деградируешь, мой друг.

А попробуй ты сначала часиков к шести проснуться,

Принять душ, про физкультуру не забудь.

Сразу жизнь свою в баланс, приведешь ты в тот же час!

Ученики
выдвигают
предположе
ния по
поводу
режима
дня, потом
определяем,
на основе
литературы,
режим дня

