Технологическая карта урока ОБЗР в 9 классе по теме: «Психическое здоровье и психологическое благополучие» для преподавателя-организатора «Основ безопасности и защиты Родины» в школе

[«Новые УРОКИ»](https://newuroki.net/) [newUROKI.net](https://newuroki.net/)

Всё для учителя – всё бесплатно!

**Подробная технологическая карта урока ОБЗР по теме "Психическое здоровье и психологическое благополучие":**

| **Этапы урока** | **Деятельность учителя** | **Деятельность учащихся** | **Методы и формы работы** | **Средства обучения** | **Оценочные средства** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Организационный момент** | - Проведение переклички. - Проверка готовности учебных материалов. - Проверка внешнего вида. - Подготовка проекционного экрана. - Озвучивание правил поведения на уроке. - Просьба об отключении мобильных телефонов. | - Учащиеся представляют наличие материалов и готовность к уроку. - Подготавливают проекционный экран. - Соблюдают правила поведения. - Отключают мобильные телефоны. | Беседа, организационный момент | Компьютер с проектором, доска, мел/маркеры | Наблюдение, контроль за выполнением инструкций |
| **Актуализация усвоенных знаний** | - Проведение опроса по предыдущей теме. - Проведение проверки знаний через мини-викторину или вопросы. - Обсуждение результатов. | - Учащиеся отвечают на вопросы, участвуют в викторине. - Делятся своими ответами и мыслями. | Опрос, дискуссия | Карточки с вопросами, раздаточный материал | Оценка правильности ответов, участие в обсуждении |
| **Вступительное слово учителя** | - Сообщение темы урока. - Объяснение целей и задач урока. - Мотивация учащихся. | - Слушают и записывают тему и цели урока. - Формулируют ожидания от урока. | Интерактивное введение | Презентация с темой урока | Участие в обсуждении, внимание |
| **Основная часть** |  |  |  |  |  |
| **1. Понятия "психическое здоровье" и "психологическое благополучие"** | - Объяснение определений и понятий. - Проведение практического задания. - Организация обсуждения результатов. | - Обсуждают и записывают признаки психически здорового человека. - Презентуют и обсуждают результаты. | Лекция, работа в парах, обсуждение | Презентация, карточки для задания | Оценка участия в задании и обсуждении |
| **2. Стресс и его влияние на человека** | - Объяснение понятия стресса. - Рассказ о видах стресса и его влиянии. - Организация групповой работы и обсуждения. | - Делятся на группы и составляют списки стрессоров. - Презентуют результаты и обсуждают. | Лекция, групповая работа, обсуждение | Презентация, раздаточный материал | Оценка полноты и качества выполненной работы |
| **3. Меры профилактики стресса** | - Презентация способов профилактики стресса. - Проведение практического задания по составлению индивидуального плана. | - Составляют индивидуальный план профилактики стресса на неделю. | Лекция, практическое задание, обсуждение | Презентация, раздаточный материал, шаблоны планов | Оценка качества составленных планов |
| **4. Способы саморегуляции эмоциональных состояний** | - Объяснение техник саморегуляции. - Проведение упражнений по дыханию, релаксации и визуализации. | - Осваивают техники глубокого дыхания и визуализации. - Выполняют предложенные упражнения. | Практическое занятие, упражнение | Презентация, аудиозаписи для упражнений, раздаточный материал | Оценка выполнения упражнений, участие в занятии |
| **5. Моделирование реальных ситуаций** | - Организация ролевых игр и анализа ситуаций. - Ведение группового обсуждения. | - Участвуют в ролевых играх. - Анализируют и обсуждают ситуации, делятся личным опытом. | Ролевые игры, групповой анализ | Раздаточный материал, сценарии для ролевых игр | Оценка активности в ролевых играх, обсуждении |
| **6. Решение ситуационных задач** | - Представление ситуационных задач. - Организация групповой работы по решению задач. - Обсуждение результатов. | - Работают в группах, решают задачи. - Презентуют и обсуждают свои решения. | Работа в группах, обсуждение | Карточки с ситуационными задачами | Оценка решений, участие в обсуждении |
| **Рефлексия** | - Направление учащихся на самооценку своей деятельности. - Проведение обсуждения результатов урока. | - Оценивают свои эмоции и результаты своей работы. - Делятся мыслями о занятии. | Беседа, обсуждение | Опросники, анкеты для самооценки | Анализ откликов учащихся, участие в обсуждении |
| **Заключение** | - Подведение итогов урока. - Мотивация учащихся. - Озвучивание домашнего задания. | - Слушают, подводят итоги, записывают домашнее задание. | Подведение итогов, мотивация | Доска, презентация, раздаточный материал | Проверка записей домашнего задания, участие в обсуждении |

Эта таблица представляет собой технологическую карту урока и может быть адаптирована в зависимости от конкретных условий и потребностей урока.