**План урока основ социальной жизни**

**с применением дистанционного обучения**

**в 7а классе**

|  |  |
| --- | --- |
| **Класс** | 7а |
| **Учитель** | Кораблева Ольга Викторовна |
| **Дата урока** | 09.04.2020 |
| **Время проведения** | 13.10-13-50 |
| **Тема урока** | Семейный досуг. Виды досуга, правильная, рациональная организация досуга. |
| **Средство обратной связи** | Мессенджер Вайбер, АИС сетевой город «Образование», телефон учителя, электронная почта учителя. |

**Порядок работы**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Этап урока** | **Задание** | **Результат** | **Время выполнения** |
| Организационный этап | Подготовка рабочего места. | Включение компьютера.  Открытие задания. | 2 минуты |
| Изучение нового материала | Открой приложение №1.  Прочитай текст. Познакомься с основными понятиями.  Выполни **задания №1, №2** в приложении №1.  **Здание №3:** Познакомься с формами организации семейного досуга.  **Здание №4:** Познакомься с рациональной организацией семейного досуга. | Выполнить задание №1 Записать определения словарных слов в тетрадь.  Выполнить задание№2 Нарисовать в тетради яркий цветок «Семейный досуг».  Прочитать текст, познакомиться с формами организации семейного досуга и рациональной организацией досуга в выходной день. | 20 минут |
| Физминутка | Гимнастика для глаз | Стрелки траектории указывают, куда должны двигаться глаза учащегося в процессе выполнения физкультминуток: вверх – вниз, влево – вправо, по и против часовой стрелки, по «восьмерке». Повторить каждое из этих упражнений нужно 10–15 раз по порядку с №1 по №5. | 1 минута |
| Закрепление нового материала | Выполни **задание №3** в приложении №1. | Описать интересную историю о семейном отдыхе. | 15 минут |
| Подведение итогов | Что нового и интересного узнали?  Всё ли было понятно? | Обратная связь с учителем **Телефон:**  **Адрес электронной почты:** | 2 минуты |

**Приложение №1**

**Семейный досуг. Виды досуга, правильная, рациональная организация досуга.**

**Изучение нового материала**

**Словарь:**

ОТДЫХ – состояние покоя или активной деятельности, ведущее к восстановлению сил и работоспособности.

ДОСУГ – свободное от учёбы (работы) и домашних обязанностей время, в которое мы можем заниматься любимыми делами или непосредственно отдыхать.

ТРАДИЦИЯ – то, что формируется и переходит от одного поколения к другому (идеи, взгляды, образ действий, обычаи).

ХОББИ – занятие любимым делом (рыбная ловля, занятие музыкой и т.д.)

**Здание №1:** Записать определения словарных слов в тетрадь.



Активный отдых – активная деятельность в своё удовольствие, ведущая к восстановлению сил, работоспособности (выезд на природу, поход в культурное учреждение, занятие своим любимым делом, то есть, хобби).

Пассивный отдых – это отдых без каких-либо физических и умственных усилий, движений (полноценный ночной сон, дневной сон, сидение или лежание в состоянии бодрствования и т.д.)



**Здание №2:** Нарисуй в тетради яркий цветок «Семейный досуг».

**Здание №3:** Познакомься с формами организации семейного досуга.

**Формы организации семейного досуга:**

Совместная прогулка. Можно прогуляться в парк, на лошадях, в лес, к реке, на праздник под открытым небом, на велосипедах.

Отдых на природе. Можно пособирать грибы, ягоды, сходить на рыбалку, устроить пикник, игры и состязания на свежем воздухе. Это одновременно и прогулка, и семейное общение, и получение знаний об окружающей нас среде.

Семейная фотосессия. Длясохранения традиций и семейных ценностей совместные фотографии играют огромную роль. Фотосессию можно осуществить как на природе, так и дома или в профессиональной студии. Съездить к бабушке с дедушкой.

Совместный поход в тренажерный зал. Это один из интересных вариантов вида отдыха с семьей, который будет полезен как для тела, так и для души. Выберите такой тренажерный зал, чтобы каждый член семьи нашел занятие интересное именно для него: лечебная физкультура, теннис, баскетбол, бассейн.

Поход в культурное учреждение. Посещение всей семьей кинотеатра, цирка, музея, театра.

Экскурсии. Посещение достопримечательных мест города

Совместный просмотр любимых фильмов дома*.*

Семейные конкурсы с объявлением победителя: приготовление вкусных блюд, конкурс на лучшую фотографию, рисунок и т. Можно найти все интересные семейные фотографии и сделать на компьютере фото-презентацию с заставками.

Спокойные игры с детьми.

**Здание №4:** Познакомься с рациональной организацией семейного досуга.

**Рациональная организация досуга**

**Подготовка к выходному дню:**

**1.Выбрать время и назначить выходной день**

**2. Предупредить родных о планах на выходные**

**3.Предложить несколько вариантов проведения досуга**

**4.Выбрать два варианта проведения досуга (дома и вне дома)**

**5.Все закупить и подготовить для отдыха в течение недели**

**6. Совместный отдых должен стать семейной традицией.**

**Закрепление нового материала:**

**Задание№5:** Опиши интересную историю о семейном отдыхе.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_