

## План на урока

Заглавие: Стратегии за създаване на балансиран начин на живот

Клас: 15-16-годишни

Продължителност: 45 минути

### Цели

- Учениците да разберат концепцията за прекомерна употреба на Интернет и защо тя е вредна.
- Учениците да изследват какви стратегии биха им помогнали да намалят времето, прекарано онлайн.
- Учениците упражняват критично мислене и умения за водене на разговор.

### Методи и материали

#### Методи

- Групово обсъждане
- Самостоятелно четене

#### Материали

- Лаптопи или таблети
- Интернет връзка
- Принтирани материали

### Описание на урока

Заглавие	Продължителност	Цел	Описание на дейността	Методи и материали

Въведение	10мин.	Да се запознаят учениците с темата	Учителят обяснява на учениците какво представлява прекомерната Интернет употреба и защо е проблем.	
Самостоятелно четене	10мин.	Да упражняват своето четене с разбиране и да разберат повече детайли по темата.	Учителят кани учениците да прочетат тази <a href="#">онлайн статия</a> относно начините за справяне със симптомите на Интернет пристрастяването. Ако учениците не разполагат с компютри, учителят може да разпечата статията предварително и да я раздаде в час.	<p><i>Материали</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Компютри или таблети</li> <li>• Интернет връзка</li> <li>• Ор Печатни материали</li> </ul> <p><i>Методи</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Самостоятелна работа</li> </ul>
Групово обсъждане	20мин.	<p>Да се упражняват уменията за водене на разговор и ораторство.</p> <p>Да се научи повече за прекомерната употреба на Интернет и начините за справяне с нея.</p>	<p>Учителят пита учениците какво са разбрали от прочетената статия.</p> <p>Първоначално, учителят задава отделни въпроси, след което насърчава групово обсъждане.</p> <p>Възможни въпроси:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Каква е темата на статията?</li> <li>• Мислите ли, че ползвате твърде много Интернет?</li> <li>• Какъв смятате, че е най-ефективният начин за справяне с Интернет пристрастяването?</li> <li>• Пробвали ли сте някой от тези методи?</li> <li>• Бихте ли ги пробвали в бъдеще?</li> </ul>	<p><i>Материали</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Бяла дъска за записки (по избор)</li> </ul> <p><i>Методи</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Групово обсъждане</li> </ul>
Приключване	5мин.	Да се обобщят основните теми	Учителят обобщава основните засегнати теми.	



## Ресурси & Допълнителни материали

*Този проект е финансиран с подкрепата на Европейската комисия. Това съобщение отразява само възгледите на автора и Комисията не може да бъде отговорна за каквото и да било използване на съдържащата се в него информация.*