**Основи здоров’я**

**Тема. Самооцінка і поведінка людини. (с.135-140)**

* Називає вольові якості людини;
* Називає справ гідних поваги;

Пояснення.

Самооцінка – оцінка людиною самої себе, своїх можливостей і якостей. Своєї важливості.

Адекватна самооцінка – людина правильно оцінює свої здібності, можливості, якості та вчинки.

Завищена самооцінка – людина не визнає своїх помилок.

Занижена самооцінка – людина вважає, що їй не щастить у житті, що в неї нічого не виходить.

<https://www.youtube.com/watch?v=oE2V5O9LxS4> - формування правильної самооцінки.

Контрольне завдання.