

Теория:

зарядка для глаз: (выполняется обязательно)

1. Быстро поморгать, закрыть глаза и посидеть спокойно, медленно считая до 5.
Повторять 4-5 раз.
2. Крепко зажмурить глаза (считать до 3), открыть их и посмотреть вдаль (считать до 5).
Повторить 4-5 раз.
3. В среднем темпе проделать 3-4 круговых движений глазами в правую сторону, столько же в левую сторону. Расслабив глазные мышцы, посмотреть вдаль на счет 1-6. Повторить 1-2 раза.

Тест «Межличностные отношения». 1 урок.

1. Межличностные отношения бывают:

1.личные 2.деловые 3.товарищеские 4.приятельские.

2. Верно ли, что:

1. Межличностные отношения - это совокупность взаимодействий между людьми.

2. Межличностные отношения - особая связь человека с другими людьми.

1. верно только А 2. верно только Б 3. верно и А и Б 4. неверны оба суждения

3. Верно ли, что:

1. Межличностные отношения - это совокупность связей, складывающихся между людьми в форме чувств, суждений, обращений друг к другу.

2. В основе межличностных отношений могут быть как симпатии так и антипатии.

1. верно только А 2. верно только Б 3. верно и А и Б 4. неверны оба суждения

4. Верно ли, что:

1. Симпатия - чувство устойчивой эмоциональной предрасположенности к кому-либо или чему-либо.

2. Симпатия, как правило возникает на основе общих взглядов и интересов.

1. верно только А 2. верно только Б 3. верно и А и Б 4. неверны оба суждения

5. Верно ли, что:

1. Стереотип - это обобщенное и упрощенное представление об особенностях людей, принадлежащих к той или иной группе.

2. Все мальчишки любят драться, а девочки - плаксы.

1. верно только А 2. верно только Б 3. верно и А и Б 4. неверны оба суждения

6. Верно ли, что:

1. Эмоции всегда мешают успеху.

2. Антипатия - это чувство отторжения.

1. верно только А 2. верно только Б 3. верно и А и Б 4. неверны оба суждения

7. Приведите в соответствие положения первого столбца со вторым. Ответ напишите в виде набора цифр.

Эмоции			Виды эмоций		
А.Гнев Б.Радость В.Страх. Г.Обида Д.Интерес. Е.Восторг			1.Положительные 2.Отрицательные		
А	Б	В	Г	Д	Е

8. Приведите в соответствие положения первого столбца со вторым. Ответ напишите в виде набора цифр.

Примеры межличностных отношений.			Виды межличностных отношений.		
А.Директор - секретарь Б.Учитель-ученик В. Мама - дети Г. Государство - граждане Д.Братья-сёстры Е.Друзья-товарищи			1.Деловые 2.Личные		
А	Б	В	Г	Д	Е

Практическое задание: <https://resh.edu.ru/subject/lesson/7123/train/>

Берегите себя и своих близких.