Пояснительная записка

Общая информация:

1. **Тема проекта:** «Значение сна в жизни человека»
2. **Состав проектной группы:** Битенская Е.
3. **Консультант проекта:** Морозова Е. Ю.
4. **Актуальность проекта:** Треть своей жизни мы проводим во сне и даже не задумываемся, насколько он важен. Это жизненно-необходимая потребность человека, от него зависит наше здоровье и жизненный настрой. Также сон хранит в себе очень много тайн и загадок.
5. **Проблема проекта:** В наше время люди, в том числе и гимназисты пренебрежительно относятся ко сну: играют все ночи напролет или же просто делают ночью уроки из-за того, что не могут правильно составить свой распорядок дня. Никто даже и не задумывается, какую большую роль играет сон в жизни человека.
6. **Цель проекта:** Агитировать учеников на соблюдение норм сна, поделится интересной информацией и полезными советами о соблюдении норм сна, значении сна в жизни человека и о последствиях и причинах плохого сна.
7. **График:**

Первый этап 01.09 – 16.10

- Общая информация о проекте

- Регистрация проекта на сайте

- Поиск и обработка информации по теме

- Защита темы проекта

Второй этап 16.10 – 05.11

- Создание продуктов проекта

- Создание рекламы проекта

Третий этап 05.11 – 24.12

- Подготовка к защите проекта (презентация)

- Пояснительная записка

- Защита проекта

1. **Источники:**

• «Биология. Человек и его здоровье» З. В. Любимова, К. В. Маринова.

• «Анатомия человека» Доктор Ник Грехам, Ричард Уолкер.

• «Анатомия человека» Доктор Ник Грехам, Ричард Уолкер.

• «Толкование сновидений» Зигмунд Фрейд.

• «Сны и сновидения» Мисс Хассэ.

• http://www.it-med.ru/library/s/dreams\_1.htm

• http://fito.shikweb.ru/page378.php

• http://www.nedug.ru/library/сон/Сон#.VenA-VlwU9E

• http://psyline.retter.ru/diag.php?event=view&pname=Позы+спящего

• http://shkolazhizni.ru/archive/0/n-1313/

• http://www.jlady.ru/psixologiya-lichnosti/znachenie-pozy-vo-sne.html#zna...

• http://otebe.info/statj/koshmar.html

• http://home-sweet.ru/archives/24940

• http://myfhology.info/magik-things/dreamcatcher.html-

• http://shkolazhizni.ru/archive/0/n-23713/

• http://thebester.ru/blog/poznavatelno/20710.html

• http://thebester.ru/blog/health/28669.html

• http://thebester.ru/blog/health/28419.html

• http://thebester.ru/blog/health/27790.html

• http://sna-kantata.ru/pozyi-spyashhego-cheloveka/

• Сон и сновидения. Глава 1 "Что такое сон" (2014) Документальный

• "Загадка сновидений. Наука 2.0 2014"

Продукт проекта:

Разработка двух сценариев для проведения уроков в 6В и 8В.

**Описание проекта:**

Первое внеклассное мероприятие я проведу у 6 "В" класса (Ученики могут спокойно включаться в беседу и задавать вопросы. Я поделюсь с ними полезной и интересной информацией о сне, также дам им советы по правильному распорядку дня, расскажу им о причинах плохого сна и о значении сна с мистической стороны).

Второй урок я проведу у 8 "В" класса. Проведу в конце года, когда эта тема будет затронута в курсе Биологии 8 класса. Но материал будет готов сейчас.

Для 8 класса будет проведена более научная работа. Будут затронуты более серьезные темы как: значение сна в жизни человека, норма сна, болезни из-за недосыпа, фазы и циклы сна, причины бессонницы и плохого сна, рекомендации и советы для хорошего сна, летаргический сон и др.

Критерии оценивания:

В конце внеклассного мероприятия у 6В я задам ученикам вопросы по теории, чтобы понять насколько они были внимательны и насколько усвоили материал. Также после этого мероприятия (через неделю) я проведу опрос, чтобы понять, понравилось ли им мероприятие и используют ли они мои советы.

Также сценарий для 8В я предъявлю рецензенту и консультанту. И критерием оценивания будет служить их комментарий по прочитанному сценарию.