**Урок истории в 7 классе**

**«Сословный быт. Обычаи и нравы в 17 веке»**

***Фрагмент урока*** *с использованием* ***здоровьесберегающего*** *компонента*

*на этапе изучения нового материала.*

*Кейс-стади (Case Study)*

|  |
| --- |
| В отечественной истории царь Алексей Михайлович Романов известен как «Тишайший». Действительно, после Смуты в начале 17 в. время его правления отмечено относительным спокойствием, отсутствием крупных выступлений и войн. Это способствовало укреплению традиций и появлению новых обычаев. Так, например, появился новый церемониал царской охоты, в котором участвовало до 3000 человек. Богатая, успешная жизнь проявлялась, прежде всего, в обилии и разнообразии царского и боярского столов. Популярным было раздельное питание, не допускавшее смешивания продуктов при готовке блюд. Пища, в основном, готовилась в печи, на живом огне. Не знавшие врачей и лекарств, крестьяне любые болезни лечили парной баней, вениками, чесноком и ягодами. |

**Задача для учащихся на данном этапе (проблема):** почему в 17 веке люди были здоровыми, крепкими и мало болели?

Деятельность учащихся на данном этапе:

1. Работа с текстом исторического содержания.
2. Ответы на вопросы;
3. Обсуждение, выводы.

Формирование компетентностей на данном этапе:

* Работать с информацией;
* Организовывать себя;
* Решать проблемную ситуацию;
* Делать выбор;
* Искать, делать выводы, сравнивать.

Вопросы для обсуждения:

1. В чем преимущества разнообразного питания?
2. Как вы думаете, почему врачи рекомендуют **раздельное питание**?
3. Объясните (приведите примеры) почему крестьяне лечились «…баней, веником, чесноком и ягодами»?
4. Сравните питание 17 века и современное.
5. Сделайте вывод.
**Раздельное питание** – это питание, при котором приготовленные продукты употребляются как самостоятельные блюда.

Цель **урока**: рассмотреть традиционность бытового уклада сословий русского общества; определить новые черты, повлиявшие на изменение образа жизни людей.

На данном уроке учащиеся получают теоретические знания о правильном питании, осмысливают и делают вывод, что натуральные продукты и средства лечения оказывают благоприятное влияние на здоровье человека.

Использование методики кейс-стади. Ситуационное обучение.