

ВВОДНЫЙ УРОК

Дается в начале каждого года

Цель обучения: Познакомить детей с пятью общечеловеческими ценностями, и пятью методами обучения.

Контекст: Совместная работа в группе

Памятка для учителя: Любой урок, при необходимости, может быть использован дважды. Уроки могут преподаваться в любом порядке. Упражнение «Размышление в тишине» должно быть включено в каждый урок. Проведение одного урока в неделю с каждым классом может сформировать моральные и духовные основы для интегрированной программы обучения ценностям и развить позитивный нравственный облик школы.

Ключевые слова: сарай, праздновать, елка, гора, набрасываться, волки.

Техническое обеспечение: CD проигрыватель, CD диск с музыкой на ваш выбор для упражнения «Размышление в тишине» или же дорожка 5 на диске Размышление в тишине, музыка к песням

Введение в курс

Объясните, что этот курс посвящен ценностям, которые позволяют каждому человеку жить более счастливо, в гармонии с другими людьми. Важно понять, что каждый человек ценен.

Ценности:

- Истина - руки на голове;
- Любовь - руки на сердце;
- Мир - руки на животе (когда мы счастливы, мы чувствуем бабочек в животе);
- Праведное поведение - протянуть руки вперед (жест как при приветствии);
- Ненасилие - руками рисуем круг, символизирующий земной шар.

Установка основных правил

Эффективный путь для установления в классе благоприятной атмосферы сотрудничества и взаимного уважения - это просьба ученикам совместно продумать, как они будут общаться друг с другом. Для маленьких детей будет достаточно установить три правила:

- высказываться по одному;
- все слушают выступающего с уважением;
- проводить время весело и не мешать другим это делать.

Во время работы в группах, старайтесь убедиться, что:

- каждый чувствует себя ценным;
- каждого поощряют принимать активное участие;
- каждый использует юмор так, что это не обижает других.

ЦИТАТА/ТЕМА НЕДЕЛИ: Школьные правила – ЗАБОТА

Забота подразумевает следование пяти ценностям, как Любовь, Мир, Истина и Праведное поведение.

Любовь - это забота о тех, кто рядом.

Мир – это принятие других такими, какие они есть.

Истина – это привычка всегда говорить правду и никогда не лгать.

Праведное поведение – это усердие во всех делах.

На этих уроках мы многому научимся, многое узнаем о себе, наших чувствах, мыслях, жизни и о том, как превращать свои ошибки в жизненные уроки. В этом рассказе вы узнаете о псе, который совершил ошибку, и это стало для него уроком.

ИГРА-РАЗМИНКА

Привет (*Дети сидят в кругу*)

Один ребенок встает и подходит к другому, представляясь: «Привет. Меня зовут...». Представившись, он занимает место сидящего ребенка и складывает пальцы в замок. Вставший ребенок подходит к следующему ребенку в кругу, чьи пальцы еще не сложены в замок, и также представляется. Игра окончена, когда все дети представились. Убедитесь, что каждый поучаствовал.

РАЗМЫШЛЕНИЕ В ТИШИНЕ

Упражнение «Размышление в тишине» практикуется перед началом рассказа, но также может использоваться в любое время в течение урока, когда учитель посчитает нужным, учитывая возраст детей, их способность к сосредоточению и размышлению.

Объясните, что курс содержит веселые и полезные упражнения, которые помогут детям учиться лучше и быть счастливее. Чтобы выполнить упражнение, нужно успокоиться, и начать прислушиваться к звукам и ощущениям, которые возникают внутри.

Сядьте комфортно на стуле или, скрестив ноги, на полу. Спина прямая, голова в вертикальном положении. Сделайте глубокий вдох, на выдохе - расслабляйтесь. Следующий вдох - выдох с расслаблением...

Полностью расслабьтесь. Вытяните вперед пальчики ног, теперь расслабьте их. Напрягите икроножные мышцы, расслабьте их. Напрягите мышцы верхней части ног и бедра, теперь расслабьте их. Подтяните живот, и расслабьте его. Отведите плечи назад, теперь расслабьте их. Поднимите плечи вверх, опустите. Посмотрите налево, прямо перед собой, направо, и снова перед собой. Напрягите мышцы лица (состройте гримасу), расслабьте лицо. Все ваше тело расслабилось. Все напряжение ушло. Вы чувствуете себя хорошо.

Почувствуйте запахи в комнате, твердость пола под ногами, ощутите, как воздух касается вашей кожи. Теперь закройте глаза, чтобы окружающие предметы и звуки в комнате вас не отвлекали.

(Сделайте паузу на 1-2 минуты, позвольте детям прочувствовать это состояние).
Прислушайтесь к звукам за пределами этой комнаты. Постарайтесь уловить самые далекие звуки. Сосредоточьтесь на дыхании. Медленно сделайте глубокий вдох и выдох. Глаза закрыты. На вдохе представьте, что в ваше тело входит чистая исцеляющая энергия и наполняет вас счастьем, любовью и спокойствием. На выдохе представьте, что все неприятные чувства, такие как грусть, усталость, злость, раздражение, страх, скука, зависть и другие выходят из вашего тела, и вы ощущаете счастье и свободу от всех беспокойств. *Повторите это упражнение 3-4 раза.* Постепенно все беспокойства выходят из тела и растворяются.

Прислушайтесь к звукам в классе...

Прислушайтесь к тихим звукам...

Прислушайтесь к громким звукам...

Прислушайтесь ко всем звукам за пределами класса...

Гул дороги, по которой едут машины... пение птиц....

Услышьте все звуки (*пауза*)...

Как только вы услышите звон моего колокольчика, медленно откройте глаза, посмотрите на соседа и улыбнитесь ему.

Обсуждение:

(Чтобы помочь детям правильно концентрироваться в следующий раз, при выполнении этого упражнения)

Что вы слышали?

Вам удалось услышать громкие звуки?

Вам удалось услышать тихие звуки?

Возникли ли у вас какие-то приятные ощущения?

Какие звуки вы слышали? Они были громкими или мягкими, долгими или быстрыми?

РАССКАЗЫВАНИЕ ИСТОРИИ



КАК ПЕС НАУЧИЛСЯ НА СВОЕЙ ОШИБКЕ

(автор: Эзон)

В одной живописной деревне жил-был пес. Вокруг простирались величественные горы, густо покрытые елями, и обитала там стая волков. Когда наступала зима, волки часто навевались в деревню в поисках пищи. Старый пес знал об этом и старался быть осторожным, ведь волки были сильны и легко могли съесть и его.

Однажды утром, плотно покушав, пес свернулся клубком напротив сарая и решил вздремнуть. Тут появился волк и направился к сараю в поисках еды. Увидев спящего пса, он набросился на него. Прижав бедняжку к земле, волк приготовился загрызть и съесть жертву, но пес жалостливо

попросил волка отпустить его.

«Пожалуйста, не убивай меня сейчас, - взмолился пес. - Дай мне еще один день попрощаться со своей семьей. У моей дочки недавно родились щенки, и мне бы так хотелось увидеть внуков! Я стар и сегодня мое мясо будет жестким, но вот уже завтра я буду точно вкуснее. Завтра мои хозяева будут праздновать свадьбу, здесь в деревне, и мне достанется много остатков еды со стола. Если ты меня сейчас отпустишь, я не только обещаю поправиться и стать вкуснее к концу

Планы уроков для детей 5-6 лет: урок 1.1

завтрашнего дня, но и сохраню тебе остатки еды со стола. Поверь мне, еды там будет предостаточно и для тебя, и для всей твоей семьи».

Волк видел, что пес был старым и жилистым, и вряд ли пришелся бы ему по вкусу. Представив обещанные аппетитные остатки еды со свадебного стола, волк решил пока отпустить пса.

Вернувшись через два дня в деревню, волк увидел пса, спящего на крыше. Он злобно зарычал на него, чтобы тот спустился. Пес скинул волку сочные кости, как и обещал, и сказал: «Волк, вот еда для тебя и твоей семьи. Здесь я в безопасности. Я не буду спускаться, чтобы ты меня съел. Я сдержал свое обещание и сохранил для тебя остатки еды. Довольствуйся, тем, что есть. Если ты еще раз застанешь меня спящим возле сарая, так и быть, можешь съесть и меня».

ВОПРОСЫ:

1. Что вы чувствовали, слушая эту историю?
2. Где жил волк?
3. Как пес уговорил волка не есть его?
4. Что случилось, когда волк вернулся?
5. Пес сдержал свое слово?
6. А вы всегда выполняете свои обещания?

ПЕНИЕ ХОРОМ

Пять ценностей

Музыка Ричарда Брайтхвайт

Слова Кэрл Олдэрман

Есть пять ценностей в сердца глубине,
В каждом человеке – в тебе и во мне:
Первая – ИСТИНА, колокольчиком звенит;
Вторая – ЛЮБОВЬ, всех любить мне велит;
Третья – МИР, мой ум успокоит;
Четвертая – на ПРАВЕДНОЕ ПОВЕДЕНИЕ настроит;
А пятая – НЕНАСИЛИЕ, чтоб быть внимательным ко всему,
Что делаю, думаю и говорю.

(Эту песню можно петь с движениями)

ГРУППОВАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

Игра: Передай любовь

Дети встают в круг и берутся за руки. Один участник мягко сжимает руку участника слева и улыбается ему. Пожимая руку, можно подумать что-то хорошее о другом ребенке. Игра продолжается, пока все дети не поучаствуют в пожатии рук по кругу.

Наблюдайте, как любовь передается от ребенка к ребенку.

В качестве альтернативы, вместо пожатия руки можно передавать какой-нибудь предмет, например плюшевого мишку или вырезанное из бумаги сердце.

Заканчивая урок: По усмотрению учителя, дети могут встать в круг, или разбиться на пары и сказать, что бы они хотели делать на таких уроках в будущем.