

ДОБРОТА

Цель обучения: По-доброму относиться к животным и удовлетворять их нужды.

Контекст: Доброта к животным.

Ключевые слова: *мох, хозяйева, происшествие.*

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.

Раздаточный материал: цветные карандаши.

Дидактический материал: Копии картинки «Клубника» на каждого ребенка (в конце плана урока).

ЦИТАТА/ТЕМА НЕДЕЛИ

БЫТЬ ЛЮБЯЩИМ - ЗНАЧИТ БЫТЬ ДОБРЫМ



Обсудите, как можно применить это высказывание на практике.

РАЗМЫШЛЕНИЕ В ТИШИНЕ

Если позволяет площадь, пусть дети лягут на пол, сформировав круг и вытянув ноги в центр.

Если нет, следуйте инструкции:

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.

Спокойно послушайте музыку (2 минуты для начала, увеличивая время в дальнейшем).

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

РАССКАЗЫВАНИЕ ИСТОРИЙ

КОТЕНОК ПУШОК

Майя жила со своими мамой, папой, старшим братом и сестрой в небольшом доме у реки. Вокруг дома был разбит уютный сад, где девочка любила играть. Чего в нем только не было. Там росли деревья, за которыми можно было прятаться и даже взбираться на них, кусты с цветами, которые она иногда срывала, а в тенистых местах даже рос мох, идеальный для построения домиков феям.

Однажды днем, наблюдая за вереницей муравьев, Майя услышала какие-то звуки: «Мяу, мяу». Девочка замерла, стала прислушиваться и пошла на звук. Она быстро нашла место, откуда доносилось это «Мяу». Что вы думаете, она увидела? Верно, под яблоней сидел маленький котенок.

Он выглядел совершенно несчастным и поджимал одну лапку. Майя взяла его на руки, и пошла на кухню.

«Что случилось, малыш? Давай я посмотрю, что с твоей лапкой», – ласково сказала Майя.

В лапке оказалась заноза.

«Я сейчас отнесу тебя к моей маме. Она обязательно тебе поможет.»

Майя занесла котенка в дом. Он и не думал сопротивляться.

«Мама, я нашла котенка в саду и, похоже, у него в лапке заноза. Мы ведь сможем ему помочь?» – спросила девочка.

В это время мама мыла посуду. Высушив руки, она подошла к дочке. Котенок по-прежнему жалобно мяукал. Девочка показала лапку котенка маме.

«Да, у него действительно в лапке колючий шип. Я сейчас принесу щипчики, и мы его вытащим», – ответила мама.

Вытащив шип, она показала его Майе. Девочке стало очень жалко котенка, и она была рада, что удалось ему помочь. Мама промыла лапку теплой водой и высушила салфеткой.

Майя дала котенку воды и немного еды, оставшейся после обеда. Она наблюдала, как котенок с аппетитом ел все предложенное.

«Мы можем оставить его себе?» – с надежной в голосе спросила Майя маму.

«Я так не думаю Майя. Ты можешь с ним немного поиграть, но скорее всего он чей-то, – спокойно ответила мама. – Возможно, какая-то девочка или мальчик его уже ищут. Когда твои брат и сестра вернутся из школы, мы попробуем выяснить, откуда убежал этот котенок».

Майя весело резвилась с котенком, пока тот не запрыгнул в корзину и не уснул. Когда сестра и брат пришли из школы, она рассказала им о происшествии.

«Сегодня одна девочка в школе сказала, что у нее потерялся котенок, – сказала сестра. – Нужно рассказать им, что мы нашли его. Скорее всего, он – их».

Майя выбежала из комнаты в слезах.

На следующий день сестра пришла домой с одноклассницей и ее мамой. Майя вынесла корзину с котенком.

«Пушок, Пушок! – радостно закричала девочка. – Мы нашли тебя! Как хорошо, что с тобой все в порядке».

Хотя Майе и было грустно расставаться с Пушком, она понимала, что это правильный поступок. Девочка вручила котенка хозяевам. Поблагодарив Майю и ее семью, хозяева Пушка разрешили Майе приходить и играть с котенком, когда она захочет.

Обе семьи остались довольны, что все закончилось хорошо.

ВОПРОСЫ:

1. Что вы чувствовали, слушая эту историю?
2. Напомнила ли вам эта история случай из собственной жизни?
3. Что Майя сделала, когда увидела, что у котенка болит лапка?
4. Что девочка чувствовала, когда ей пришлось вернуть котенка хозяевам?
5. Майя поступила правильно?
6. Почему она подумала, что это правильный поступок?

ПЕНИЕ ХОРОМ

(текст песни и музыкальный файл будут выложены позже)

ГРУППОВАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

Упражнение «Доброта».

Детям понадобятся копии страницы с клубникой и цветные карандаши.

Раздайте каждому ребенку копию рисунка с клубникой со следующей страницы. Попросите детей дописать предложение или нарисовать доброе дело, которое они хотят совершить на этой неделе. Они могут подписать страницу своим именем.

Потом эти рисунки можно развесить на стену, а на следующем занятии вместе обсудить, какие добрые дела детям удалось совершить за неделю.

Заканчивая урок: На усмотрение учителя, урок можно закончить, попросив детей встать в круг и улыбнуться друг другу по цепочке, сказав: «Я научусь всегда быть добрым, чтобы все были счастливы».

МЕНЯ ЗОВУТ.....

