

ПРИЗНАТЕЛЬНОСТЬ

Цель обучения: *Взрастить любовь и признательность природе.*

Контекст: *Ценить дары природы.*

Ключевые слова: *волонтер, дельфин, стая, акула, страх.*

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: Картинка дельфина для срисовывания детьми.

ЦИТАТА/ТЕМА НЕДЕЛИ

ПРИРОДА – ЛУЧШИЙ УЧИТЕЛЬ



Обсудите, как проявляется забота в природе.

Например:

- птицы и звери заботятся о своем потомстве;
- деревья становятся домом птицам и дают тень людям;
- солнце дарит тепло и жизнь всей земле.

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)

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

РАССКАЗЫВАНИЕ ИСТОРИЙ

ЛЮБИМЫЙ ДЕЛЬФИН КОЛИ

автор Джеки Робинсон (Jacqui Robinson)

Каждый год Коля со своей семьей ездит на море. Они всегда снимают маленький уютный домик недалеко от пляжа. Каждое утро к берегу подплывает стая дельфинов, чтобы поприветствовать всех собравшихся на них посмотреть. Дельфины появляются три-четыре раза в день. Каждый раз их ожидает группа волонтеров с мелкой рыбкой в ведрах, ведь это любимое лакомство дельфинов. Трое волонтеров наблюдают, чтобы никто не причинил вред этим прекрасным существам. Большинство приплывающих дельфинов пережило различные травмы, и они с трудом могут поймать рыбу сами.

Волонтеры всегда проходятся вдоль собравшихся людей, выбирают несколько человек и позволяют им кормить дельфинов. Коля каждый раз волнительно ждал своей очереди. Волонтеры знали, как он любит дельфинов, и часто доверяли ему процесс кормления.

Коля любил всех дельфинов, но был у него и любимчик. У всех дельфинов есть свои имена. Любимого дельфина Коли зовут Николетта. Это - девочка. Когда мальчик узнал, что у них с дельфином схожие имена, то почувствовал еще большую связь с ней. Иногда ему даже казалось, что самка дельфина знала об этом и поэтому всегда подплывала с начала к нему, а уж потом к другим собравшимся людям.

Одним летом, когда подходило время отпуска, Коля не мог дождаться поездки и мечтал, как Николетта подплывет к нему поздороваться. Но в тот год она так и не приплывала. Коля очень страдал. В страхе за жизнь друга, он воображал себе всякие ужасные ситуации, которые могли с ней приключиться. Может быть, она запуталась в рыболовных сетях? Или на нее напали акулы?

Волонтерам было жалко мальчика, и они всячески пытались его убедить, что с дельфином все в порядке. Они объясняли ему, что акулы не атакуют дельфинов, и она, скорее всего, скоро снова вернется в стаю.



Каждый день Коля старался радостно общаться с другими дельфинами, но его сердце сжималось в тоске по Николетте. В последний день отпуска Коля, как обычно, пришел на море приветствовать дельфинов. И тут у него перехватило дыхание... Николетта вернулась и плыла к нему. Коля был так счастлив! Вдруг он увидел маленького дельфина, плывущего рядом с ней. У Николетты появился малыш, и она приплыла показать его Коле и всем собравшимся. Какая же она умная!

Коля чуть не расплакался от радости. Мама сфотографировала Николетту и ее малыша. Когда Коля с родителями вернулись домой, он взял эту фотографию в школу, чтобы рассказать всем свою историю. Дома фотографию поместили в рамку, а Коля поставил ее рядом со своей кроватью и мечтал снова увидиться с дельфинами. «Интересно, какое имя дадут малышу?» - думал мальчик.

ВОПРОСЫ:

1. Что вы чувствовали, слушая эту историю?
2. Напомнила ли вам эта история случай из собственной жизни?
3. Что вы почувствовали, когда Николетта не приплыла с другими дельфинами?
4. Что вы чувствовали, когда Коля увидел Николетту с малышом?
5. Что, как думал Коля, могло случиться с Николеттой?
6. Вам нравятся дельфины? Почему?
7. Почему дельфинов нужно было кормить из рук?
8. Как называется группа дельфинов?
9. Почему нужно было присутствие волонтеров, когда приплывали дельфины?
10. Что Коля сделал с фотографией Николетты и ее малыша?
11. Вы когда-нибудь видели дельфинов?

ПЕНИЕ ХОРОМ

(текст песни и музыкальный файл будут выложены позже)

ГРУППОВАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

Рисование

Детям понадобится картинка дельфина для срисовывания.

Рисунок может быть создан в четыре этапа.

- А) Внимательно посмотрите на форму тела дельфина. (Сначала можно потренироваться на черновике).
- Б) Посмотрите на форму хвоста и пририсуйте его к телу.
- В) Нарисуйте плавники
- Г) Теперь дорисуйте глаза и рот.

Закончив рисунок дельфина, можно также нарисовать море, небо и даже людей на берегу.

Раскрасьте рисунок и напишите предложение внизу листа. Учитель может написать несколько предложений, предложенных детьми. Затем дети выбирают одно и переписывают его на рисунок.

Заканчивая урок: На усмотрение учителя, урок можно закончить, попросив детей встать в круг и улыбнуться друг другу по цепочке, сказав: «Я подумаю обо всех моих любимых животных, которые доставляют мне радость».