

ВЗАИМОПОМОЩЬ

Цель обучения: У меня получается взаимодействовать с другими людьми в духе сотрудничества.

Контекст: Взаимодействие и взаимопомощь в семье.

Ключевые слова: сотрудничество, люлька, фрукты, дразнить, овощи.

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.

Дидактический материал: Экземпляры писем родителям на каждого ребенка.

ЦИТАТА/ТЕМА НЕДЕЛИ

МЫ СЧАСТЛИВЫ, КОГДА МОЖЕМ ПОМОГАТЬ ДРУГ ДРУГУ.



Обсудите, что это значит.

РАЗМЫШЛЕНИЕ В ТИШИНЕ

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.

Слушая музыку, представьте, что вы играете в доме друга...

Ваша игра подошла к концу, и его мама просит убрать игрушки на места...

Вы предлагаете помочь другу...

Вам нравится общаться и взаимодействовать с вашим другом...

Это весело...

Посмотрите, как легко делаются дела, когда вы выполняете что-то сообща...

Вам это доставляет радость...

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

РАССКАЗЫВАНИЕ ИСТОРИЙ

ВЕНЬЯН И ЕГО ДВОЮРОДНЫЙ БРАТ КИАНГ

автор Тесса Хилман (Tessa Hillman)

Мама и папа малыша по имени Веньян родом из Китая. Переехав в другой город, они поселились у своей тети Джинг, у которой был свой китайский ресторан. Ей всегда требовалась помощь в ресторане с готовкой и мытьем посуды, и она очень обрадовалась приезду семьи Веньяна.

Когда родился Веньян, жизнь их семьи сильно не поменялась. Они клали мальчика в люльку и ставили ее в безопасное место, а сами продолжали работать в ресторане. Веньян подрастал и ему позволяли играть с безопасной кухонной утварью. Ему нравилось бросать картофелины в кастрюлю и снова их оттуда доставать. Все любили его. Он рос жизнерадостным ребенком.

Мальчик хорошо знал все цвета и фигуры еще до того, как начал ходить. Мама приносила ему овощи и фрукты всех цветов, какие только могла найти. Каких цветов могут быть фрукты и овощи? Как начесть синего цвета? Это непросто, но вспомните – есть ягоды голубика! Она – синего цвета.

Веньян очень любил играть со своими цветными фруктами и овощами. Родители и тетя старались уделять много внимания малышу, играя и общаясь с ним, чтобы мальчик начал правильно говорить.

Мальчик часто всех смешил. Он научился шутить. Часто играя с овощами и фруктами, Веньян прятал один из них под одеяло, и пока другие искали «пропажу», потихоньку надкусывал его.

Когда Веньян уже подрос, ему постоянно хотелось чем-то заниматься. Мама давала ему чашку с нарезанными фруктами и овощами и просила их рассортировать. Ему легко удавалось выполнять такие задания. Родители хвалили мальчика за помощь.

Однажды к семье Веньяна приехал двоюродный брат Кианг. По сравнению с Веньяном, у него был совсем другой характер. Он был постарше Веньяна и мало говорил. Чтобы ни просила его сделать тетя, он отказывался. Более того, он все делал наоборот. Если Киангу говорили: «Подойди сюда», он вместо этого мог просто уйти. Если ему говорили: «Отойди», он подходил еще ближе. На фразы: «Подай, пожалуйста, ту сковородку, щетку и т.д.», он убегал с этой вещью. Тетя не понимала, что с этим делать. Что было не так с этим мальчиком? Почему он не хотел помогать и взаимодействовать с другими?

«Мама, я думаю все дело в его брате и сестре, - предположил Веньян. – Они намного старше и постоянно его дразнят. Поэтому он все время злится и не делает, что его просят. Наверное, его мама не замечает этого, ведь она всегда занята. Давай поможем ему».

Кианг жил у семьи Веньяна несколько недель, пока в его доме шел ремонт. За это время он научился делать то, о чем его просили. Взамен на помощь, он получал улыбки и благодарность.

Приехав за сыном, мама была удивлена перемене в мальчике. Он стал послушным и жизнерадостным.

«Как же здорово, что ты научился выполнять просьбы других и помогать, пока гостил здесь, - сказала мама Киангу. – Мне захотелось сделать тебе приятно, и я приготовила для тебя небольшой подарок. Твоя сестра и брат тоже заметили перемену в твоём поведении. А я велела им больше не дразнить тебя, ведь так себя вести, тем более с близкими - неправильно».

ВОПРОСЫ:

1. Что вы чувствовали, слушая эту историю?
2. Напомнила ли вам эта история случай из собственной жизни?
3. Что нравилось делать Веньяну?
4. Как себя вел двоюродный брат Веньяна, когда только приехал погостить?
5. Как семья Веньяна обращалась с Киангом?
6. Чем помогла семья Веньяна, семье Кианга?
7. Какое бы название вы дали этой истории?

ПЕНИЕ ХОРОМ

(текст песни и музыкальный файл будут выложены позже)

ГРУППОВАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

Работа в двух командах:

Учитель просит детей вспомнить названия овощей и фруктов и их цвета.

Команда А перечисляет фрукты.

Команда Б перечисляет овощи.

Закончив игру, команда А и Б помогают друг другу дополнить их списки овощей и фруктов.

Заканчивая урок: На усмотрение учителя, урок можно закончить, попросив детей сказать: «Мы счастливы, когда можем помогать друг другу».

ПИСЬМО РОДИТЕЛЯМ

ЦЕННОСТЬ: НЕНАСИЛИЕ.

Соответствующая ценность: ВЗАИМОПОМОЩЬ.

Дата:

Уважаемые родители.

На этой неделе мы изучаем ценность Ненасилие. Мы сосредоточили внимание на взаимопомощи.

Мы играем в игру, помогающую детям понять важность взаимопомощи.

Рассказ на этой неделе – о семье из Китая, помогающей своей тете в ее китайском ресторане. Маленький мальчик Веньян помогал семье, сортируя овощи и фрукты. Они также помогли двоюродному брату Веньяна Киангу, хваля его за помощь, когда он гостил у них. Мама Кианга отметила положительные перемены в его поведении и строго поговорила с его сестрой и братом, чтобы те перестали дразнить Кианга.

Попросите ребенка научить вас словам песни про взаимопомощь, которую он выучил на этой неделе.

Дети часто соглашаются помогать тем, с кем им весело. Развитие этого важного социального навыка поможет им в дальнейшем в разных ситуациях. Они учатся принимать чужое мнение и делиться своим. Дети так же учатся выполнять что-то вместе и приходят к пониманию, что работая над сложными заданиями сообща, они облегчают себе задачу.

Для закрепления материалов детьми, помощь родных приветствуется:

- Поощряйте ребенка помогать по дому, делать то, что ему под силу в зависимости от возраста под присмотром взрослых.
- Обращайте внимание на ситуации, когда ваш ребенок вам помогает и делает что-то с вами сообща. Хвалите его за это.
- Приводите примеры взаимного сотрудничества и взаимопомощи. Например, расскажите ребенку, как много людей участвует в том, чтобы продукты попали в магазин.

Спасибо.