

СПРАВЕДЛИВОСТЬ

Цель обучения: *Научиться поступать справедливо*

Контекст: *Понимание, как важно быть справедливым.*

Ключевые слова из истории: *морская свинка*

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, копия настольной игры «Справедливость» на каждого ребенка.

ЦИТАТА/ТЕМА НЕДЕЛИ

Я СО ВСЕМИ ПОСТУПАЮ СПРАВЕДЛИВО



Можете объяснить значение этой фразы?

Расскажите, когда вы поступили справедливо?

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.

Представьте, что вы идете по красивой широкой дороге...

Впереди вы видите прекрасный дворец...

Двери открыты ... прислушайтесь, из дворца доносится смех и счастливые голоса...

Зайдите внутрь, если хотите, ...почувствуйте себя там легко и спокойно...

Все жители дворца всегда справедливы по отношению друг к другу...
Никто не берет больше, чем ему положено по справедливости...
Почувствуйте любовь, мир и радость внутри себя и по отношению ко всем вокруг...
Выйдите из дворца, с любовью помахав рукой своим новым друзьям...
Вернитесь на красивую дорогу.

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

РАССКАЗЫВАНИЕ ИСТОРИЙ

ИСТОРИЯ О МАРИНЕ И ЕЕ МОРСКОЙ СВИНКЕ

автор: Тесса Хилман (Tessa Hillman)

Морская свинка Обнимашка была коричнево-белого цвета. Марина ее очень любила. Когда девочка брала ее на руки, свинка старалась заползти под руку и удобно устроиться, как будто обнимая девочку. Поэтому она и назвала своего питомца Обнимашкой.

У Марины был младший брат Рома, который часто плакал, ведь он был еще совсем маленьким. Девочка злилась, слыша в очередной раз плач брата, и ей очень хотелось, чтобы он замолчал. Однажды она спросила маму, почему бы ей не дать Роме бутылочку с едой и трубочкой, и положить его в слинг. Так бы она могла везде носить его с собой, делая дела по дому, а он мог бы кушать, когда захочет. Тогда, может быть, Рома не плакал бы так часто.

«Я не могу этого сделать, - сказала мама. – Это будет не справедливо по отношению ко мне, ведь я очень устану ходить весь день с Ромой на руках. И это будет несправедливо по отношению к Роме тоже, ведь он не сможет спать, если я буду играть с тобой или готовить. Возможно, тебе это кажется удобным, если брат не будет часто плакать, но это нечестно по отношению к нам с Ромой».

«Мне все равно», - раздраженно ответила Марина.



«Хорошо, тогда мы поступим так: мне надоело все время чистить клетку Обнимашки. Мы ее выкинем, а ты будешь носить свою морскую свинку на руках весь день. Не выпускай ее из рук, даже когда пойдешь играть, или сядешь пить чай. Тогда я подумаю, носить мне Рому на руках весь день или нет», - ответила мама.

Марина нахмурилась: «Нет. А что если я ее уроню, или она напишет мне на свитер? А вдруг я потеряю ее на улице? Ведь если Обнимашка будет у меня на руках, я не смогу кататься на качелях! Будет несправедливо, если ты выкинешь ее клетку, ни по отношению ко мне, ни по отношению к Обнимашке. Ты ведь не сделаешь этого?»

«Вот видишь! Тебе по-прежнему кажется справедливым, если я буду носить Рому на руках весь день и кормить его из трубочки?» - спросила дочку мама.

«Нет, мама, - ответила Марина. – Это будет нечестно».

ВОПРОСЫ:

1. Что вы чувствовали, слушая эту историю?
2. Напомнила ли вам эта история случай из собственной жизни?
3. Почему Марина злилась на младшего брата?
4. Как она хотела решить проблему?
5. Было бы такое решение справедливым?
6. Что предложила ей сделать мама?
7. Было бы предложение мамы справедливым?
8. Что вы чувствуете, когда люди к вам справедливы?

ПЕНИЕ ХОРОМ

(текст песни и музыкальный файл будут выложены позже)

ГРУППОВАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

1. Это справедливо?

Учитель приносит в класс фрукт и разрезает его на части.

Разделите класс на группы А, Б, В и т.д.

Спросите, будет ли справедливо раздать детям из группы А по два кусочка фрукта, а детям из других групп – по одному?

Если кто-то из детей ответит «нет», спросите почему.

Пусть один ребенок из каждой группы подойдет, положит на тарелку по одному кусочку фрукта для каждого члена своей команды и скажет: «Мы разделили фрукт по справедливости. Пожалуйста, каждый возьмите по кусочку».

2. Личный опыт

Попросите детей вспомнить случай, когда, по их мнению, с ними поступили несправедливо. Затем спросите, поступали ли они несправедливо с кем-то?

3. Игра Справедливость (автор Дипак Ф. Кумар)

Что понадобится:

Кубик

Надписи: «Справедливо»,

«Возможно, справедливо»,

«Несправедливо»

(наклейте их на карточки и прикрепите к палочкам)

Карточки с фразами (сделайте копию и разрежьте)

Как играть:

Игрок бросает кубик.

Когда выпадает шесть, игрок берет карточку и решает, справедлива описанная на ней ситуация или нет. Ребенок

должен объяснить свой выбор надписи, чтобы получить очки.

Игра закончена, когда использованы все карточки с фразами.

Учитель может предложить дополнительные ситуации.

Тот, у кого больше очков, выиграл.

**Смотреть долго
телевизор
и играть в
компьютерные
игры**

**Родители
кричат
на детей**

**Заканчивать
домашнюю
работу**

**Все время
проводить в
играх**

**Не делиться
с другими**

**Опаздывать
в школу**

**Слушаться
родителей
и учителей**

**Делать
домашнее
задание,
когда ты
болен**

**Поздно
просыпаться**

**Кушать
полезную еду**

**Дети толкаются
в очереди**

**Кричать
на других**

**Держать
комнату
в чистоте**

**Заботиться о
домашних
питомцах**

**Помогать
другим**



Приклейте палочки
к знакам

ПИСЬМО РОДИТЕЛЯМ

ЦЕННОСТЬ: ИСТИНА

Контекст: Быть справедливым

Дата:

Уважаемые родители,

На этой неделе мы продолжаем изучать ценность Истину. Соответствующая ценность – справедливость. Мы сосредоточиваем внимание на том, как справедливое отношение положительно влияет на других людей. Мы счастливы, когда относимся к другим так, как хотели бы, чтобы относились к нам.

Дети учатся понимать, что значит относиться к другим людям справедливо, и как поступать справедливо.

Дети интерпретируют справедливость, как необходимость убедиться, что другие не получили больше, чем они. Вы можете заметить, что ваших детей волнует тема справедливости.

Цитата или позитивное утверждение на эту неделю: «Я со всеми поступаю справедливо».

Рассказ на этой неделе - о маленькой девочке по имени Марина, ее маме, младшем брате Роме и ее морской свинке. Марина несправедливо рассуждала, предложив своей маме носить Рому весь день на руках, чтобы у него во рту всегда была трубочка с едой из бутылочки. Она считала, что так он будет меньше плакать. Взамен, мама также внесла свое предложение, которое заставило Марину задуматься о справедливости.

Для закрепления материалов детьми, помощь родных приветствуется:

- Используйте любые возможности дома для обсуждения понятия честности. Спрашивайте вашего ребенка: «Поступил ли ты справедливо сегодня по отношению к другу, маме, папе, учителю и т.д.?»
- Обсудите с ребенком тему «Я со всеми поступаю справедливо».
- Развивайте в ребенке навыки решения проблем, обсуждая ситуации, где не всегда получается быть справедливым ко всем, и как лучше поступать в таких ситуациях.
- Обращайте внимание на ситуации, когда вы либо кто-то другой поступили справедливо и поощряйте ребенка тоже поступать подобным образом.
- Вместе играйте в настольную игру, которую ваш ребенок принес домой из школы, чтобы напоминать ему, как важно не нарушать правила.

Спасибо.