

ДРУЖБА

Цель обучения: Понять, как важно быть добрым, и относиться друг к другу с любовью

Ключевые слова: забота, друзья, дружба, почетная грамота

ЦИТАТА/ТЕМА НЕДЕЛИ

**Если кто-то грустит,
подари ему свою улыбку.**



Обсудите, случалось ли такое, что своей улыбкой вы поднимали кому-то настроение? Что вы чувствовали при этом?

РАЗМЫШЛЕНИЕ В ТИШИНЕ

Сядьте комфортно на стуле или, скрестив ноги, на пол. Спина прямая, голова поднята. 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. При вдохе представляйте, что в ваше тело входит чистая исцеляющая энергия и наполняет вас счастьем, любовью и спокойствием. При выдохе представляйте, 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.

(играет музыка)

Слушаем музыку...

Чувствуем, как в сердце растет любовь... Любовь струится из вас...

Вспомните ваших друзей, пошлите им любовь...

Теперь вспомните тех, кто вам не очень нравится...

Пошлите им любовь тоже...

Теперь свое верните внимание обратно в класс. Откройте глаза, потянитесь. Упражнение закончено. Улыбнитесь вашему соседу. Что вы чувствуете?

РАССКАЗЫВАНИЕ ИСТОРИИ

Что такое дружба

(Труды Рут, адаптированный рассказ)

В классе царил мир и покой. Одни дети читали, другие дописывали задания.

И только Сережа чувствовал себе неважно. Днем раньше у него было болел живот, и сегодня он все еще недомогал, хотя не хотел обращаться к школьной медсестре. Он решил рассказать об этом учителю, и попросил учителя оставить его в классе. Учитель пересадил Сережу на удобный диван в углу рядом с книжными шкафами.

Через некоторое время учитель, который помогал ученику у доски решать математику, взглянул на Сережу. Он увидел, что другой мальчик, которого звали Вадим, отложил свое задание и пересел на диван к Сереже. Вадим спокойно разговаривал с Сережей, дружески обняв его за плечо. Потом Вадим взял книгу и начал читать ее своему недомогающему другу. Учитель был счастлив видеть такую заботу. Он решил похвалить Вадима на утренней линейке и вручить ему Почетную Грамоту. Во время перемены дети выбежали во двор, чтобы поиграть. Сережа, все еще чувствующий слабость, остался в классе. Вадим остался вместе с другом. «Настоящий друг!» - с улыбкой подумал учитель.

После перемены начался урок чтения историй, который дети особенно любили. В то время, когда учитель выбирал книгу, а дети рассаживались вокруг на ковре, он заметил, как в дальнем углу на диване лежит Сережа, а рядом с ним его друг Давид читает ему рассказ. Учитель улыбнулся: «Еще одна заботливая душа» - подумал он о Давиде. «Давид пропускает нашу интересную историю, чтобы почитать больному другу. Буду вручать две Почетные Грамоты».

На следующий день на линейке Вадим и Давид счастливо улыбались во время награждения за проявленную особую доброту. Они были очень удивлены, потому что считали свое поведение естественным, когда заботились о больном товарище. Им было приятно получить Почетные Грамоты.

«Интересный у нас учитель», - думали они, гордо забирая свои награды.

ВОПРОСЫ:

1. Что вы чувствовали, слушая эту историю?
2. Напомнила ли вам эта история случай из собственной жизни?
3. Какое бы название вы дали этой истории?
4. Почему Сережа не мог выполнять задание?
5. Что сказал ему учитель?
6. Что сделал Вадим?
7. Давид - хороший друг?
8. Почему Давид и Вадим удивились, когда учитель награждал их?
9. У вас есть примеры, когда о вас заботился друг? Еще примеры?

ПЕНИЕ ХОРОМ

НОВЫЕ ДРУЗЬЯ

Старый друг лучше новых двух.
Истину эту мы напеваем вслух.
Истину эту мы напеваем вслух.
Старый друг лучше новых двух.

Новые друзья в жизни нам нужны,
Но старых друзей не забываем мы.
Но старых друзей не забываем мы.
Новые друзья в жизни нам нужны

(Может исполняться по кругу)

ГРУППОВАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

Почему я люблю своего друга *(используйте картинку на следующей странице)*

Раздайте каждому ребенку копию картинки с клубникой. Попросите на каждом секторе клубнички написать доброе слово о своем друге. Внизу нужно написать предложение, почему дети любят своего друга. Дети могут заполнить не одну клубничку.

Дополнительные упражнения/ Ссылки на Другие предметы:

География и Культура: «Наши друзья во всем Море» Покажите детям картинки или фотографии детей с разных уголков Планеты, заострите внимание на том, как ценны уважение и забота ко всем людям и детям, не только к тем, кто вам нравится, и кого вы знаете.

Заканчивая урок: учитель может попросить детей встать в круг и сказать, обращаясь к тем, кто стоит напротив: «Я буду добр и дружелюбен к вам».

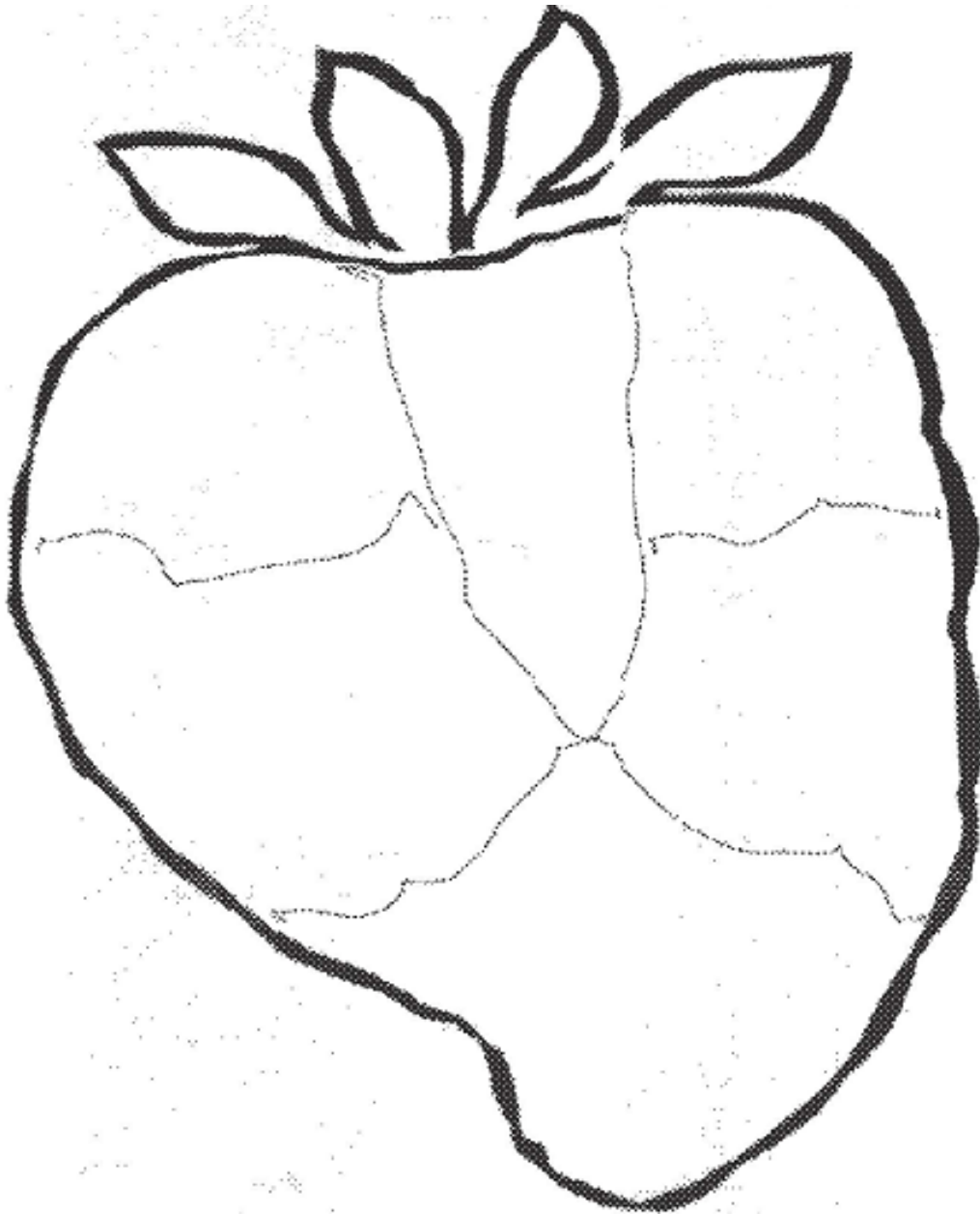
Почему я люблю моего друга

Моего друга зовут.....

У моего друга прекрасные качества, такие, как.....

.....

.....



Я люблю моего друга, потому что.....

.....