

ЖИЗНЬ ДИКИХ ЗВЕРЕЙ

Цель обучения: Понять, что все существа на земле имеют право на жизнь, и как мы можем заботиться о других

Ключевые слова: жизнь диких зверей, пушистый, сова, стропило, перекладина, ежевика, деревенский дом

ЦИТАТА/ТЕМА НЕДЕЛИ

Люби всегда, не вреди никогда



Обсудите, что значит данное выражение? Хорошо бы было практиковать это?

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.

звучит музыка

Представьте, что вы, гуляя, идете по лесной тропинке.

Земля под ногами мягкая...

Ветви деревьев аркой закрывают тропинку от жаркого солнца, давая прохладную тень...

Свет солнца проходит сквозь ветви, солнечные зайчики ложатся на тропинку...

Весело щебечут птицы...

Слушайте их радостные трели...

Смотрите, как птицы летают с дерева на дерево...

Смотрите, как по краю тропинки скачет малиновка...

Они радуются жизни...

Вы тоже чувствуете себя счастливыми...

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

РАССКАЗЫВАНИЕ ИСТОРИИ

СОВЫ

(Синтия Бах)

Уже долгое время мама Сова высиживала трех птенцов. Сегодня она очень устала и чувствовала, что что-то должно произойти. Наступало раннее весеннее утро, и скоро должен прилететь с завтраком папа Сова. Да, вот и он, мягкими взмахами белых пушистых крыльев садится под крышу старого заброшенного деревенского дома. На крыше не хватает нескольких черепиц и сломана часть стропила, поэтому можно легко забраться под крышу, где мама Сова на перекладинах соорудила уютное гнездо из соломы и перьев. Быстро схватив принесенный завтрак, мама Сова вылетела из гнезда, чтоб размять крылья. Все еще чувствуя что-то неладное, она не хотела слишком долго летать далеко от гнезда. Пару раз облетев поле, заглянув в лес на другой стороне поля, мама Сова решила возвращаться.

Папа Сова в это время согревал в гнезде три яйца, рассматривал их и прислушивался к звукам внутри. Когда мама вернулась, он перелетел на соседнее стропило и устроился спать. Снаружи начинался прекрасный день. В полях и лесах просыпались дневные птицы. Они пели песни, строили гнезда, высиживали яйца.

Мама Сова задремала. Вдруг она встрепелась - что это? Что происходит? Снаружи рядом с домом поднялся шум. Подъехали машины, люди начали работы в саду, слышались тревожные металлические звуки. Суматоха разбудила и папу Сову, он открыл глаза, слушая грохот, и переместился поближе к гнезду, чтобы защитить его. Что происходит?

Две совы сидели, встревоженные, боясь шелохнуться, отчасти от страха, отчасти из-за того, что птенцы вот-вот начнут вылупляться из яиц. Изнутри уже было слышно, как птенец стучал в скорлупу – тюк, тюк, тюк. Нужно было внимательно следить за появлением птенца. А снаружи продолжался шум. Совы прежде не слышали ничего подобного и не осмеливались выглянуть из-под крыши. Они не понимали, что происходит. Постепенно они убедились, что никто и ничто не угрожает гнезду, поэтому обратили свое полное внимание на появление птенцов.

Огромное волнение! Наконец, из разбитого яйца показался мокрый и усталый малыш. Из другого яйца послышался стук. Мама Сова, согревая, обняла птенчика, чтобы его пух высох и распушился, и продолжала наблюдать за другими яйцами. В это время шум снаружи прекратился. Все стихло. Наступали сумерки. Папа Сова выглянул сквозь дыру в крыше. Пришла пора лететь на охоту. Еда нужна была не только маме Сове, но и двум малышам, хотя они еще были маленькие, но очень голодные. Папа Сова полетел за ужином и вскоре вернулся с хорошей добычей, которую поделил на всех. Мама Сова, обнимая вылупившихся птенцов, ждала звуков из третьего яйца, которое тихо лежало рядом. Мама Сова подзабыла, что третье яйцо появилось позже первых двух. Его еще нужно было высиживать, потому что оно было еще не готово к появлению птенца. Папа Сова летал туда-сюда, каждый раз принося полный клюв еды для голодного семейства. Наконец, наступил рассвет. И, возвращаясь к гнезду, папа Сова увидел изменения, которые произошли рядом с их жилищем.

Переросшие кусты ежевики были подстрижены, заросли крапивы исчезли, кусты живой изгороди обрезаны, появилась дорожка, ведущая к входной двери дома. Появилось крыльцо, которое прежде было полностью закрыто зарослями. Мама Сова, оставив детей с отцом, отправилась полетать. Она тоже увидела изменения, но, поскольку вокруг было тихо и спокойно,

она больше не боялась. Вернувшись в гнездо, мама Сова снова прислушалась к яйцу. Тишина. Совы задремали, когда теплое утреннее солнце окрасило небо в розовый свет.

Слабый шум разбудил сов. Совы не знали, что это был звук лестницы, которую приставили к стене дома чуть ниже гнезда!

«Это нужно починить прежде, чем мы переедем сюда», - послушался мужской голос.

Женский голос вторил: «Ремонт займет много времени? Успеть бы до начала учебного года».

«Мы можем подняться по лестнице? Мы никогда не видели, как выглядит старая крыша изнутри», - раздался детский голос.

«Я не знаю. Это не опасно, Джон?» - женщина заботилась о безопасности детей.

«Можно подниматься по одному, я буду поддерживать сзади. Все будет хорошо», - слышался ответ мужчины.

Прижавшись друг другу, совы ожидали, что же произойдет. Они впервые слышали человеческие голоса и не знали, нужно ли бояться людей?

На лестнице слышались шаги, и вскоре из дыры в крыше показалось лицо. В тот же самый момент мама Сова услышала долгожданные звуки из последнего яйца. Все остальное стало для нее неважно. Она сосредоточилась на яйце, чтобы принять малыша под теплое крыло. Тесно прижавшись, двое других птенцов тихо сидели под маминым крылом. А папа Сова насторожился рядом, охраняя семью.

«Папа, здесь совы! Скорее сюда!» - девочка от восторга чуть не упала с лестницы.

«Я тоже хочу посмотреть!» - из сада слышался другой детский голос.

«Спокойно! Соблюдайте тишину и двигайтесь очень осторожно, чтобы не напугать птиц. Должно быть, у них гнездо здесь. Место долго пустовало без людей», - успокаивающе прозвучал мужской голос.

Тем временем мама Сова помогала своему младшему птенцу выбраться из скорлупы. Наконец, вся семья сов в сборе! А семья людей радовалась тому, что под крышей их дома живут совы.

«Смотрим быстро! Я иду за тобой», - мужской голос инструктировал детей. Вскоре в проеме крыше показалось любопытное лицо маленького мальчика. Он радостно наблюдал, как старшие пушистые птенцы принимали мокрого вылупившегося малыша.

«О, папа! В гнезде три птенца! Скорее посмотри!» - воскликнул мальчик.

«Спускайся!» - сказал отец. «Мы должны оставить их в покое. Им нужна тишина».

Мама тревожилась: «Что мы будем с ними делать? Сколько времени нужно птенцам, чтобы покинуть гнездо? Нам ведь нужно скоро переезжать в дом.

«Не беспокойся. Пусть остаются здесь, пока не подрастут. Мы не потревожим их, мы будем жить в другой части дома. Здесь вполне тихо, и крыша в порядке. Совы проживут здесь некоторое время. У них такое же право на этот дом, как и у нас. Нам придется соблюдать тишину», - успокоил всех мужской голос.

«Мы еще увидим их?» - спросили дети, слегка разочарованные тем, что нельзя близко подходить к совам и наблюдать за ними.

«Конечно!» - ответил отец. «Вы сможете видеть сов вечерами, когда они покидают гнездо, чтобы охотиться. Поля и леса в деревне останутся не тронутыми, и все дикие животные и птицы смогут безбоязненно жить здесь. Включая и наших сов. Вот почему так интересно жить в деревне. И нам нужно поддерживать порядок в саду, чтобы он всегда выглядел ухоженным.»

«Может, назвать наш дом как-нибудь по-совиному?» - предложила мама.

«Мы знаем как! Давайте назовем его «Две Совы», - одновременно предложили дети.

И люди так и сделали.

Совята подрастали в течение лета. Люди отремонтировали дом. Они починили крышу, но соорудили в ней небольшое отверстие, чтобы совы могли вернуться в свое гнездо на следующий год.

ВОПРОСЫ

1. Что вы чувствовали, слушая эту историю?
2. Напомнила ли вам эта история случай из собственной жизни?
3. Сколько яиц было в гнезде сов?
4. Какое время года описывалось в рассказе?
5. Какие чувства испытывали мама и папа Совы, слыша звуки машин и инструментов в саду?
6. Как вы считаете, люди, которые переехали в деревенский дом, были заботливые? Почему вы так думаете?
7. Что лучше всего следует сделать, если вы найдете гнездо?

ПЕНИЕ ХОРОМ *(текст и музыкальный файл будет выложен позже)*

ГРУППОВАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

1. Игра «Музыкальные Пятнашки»

Дети встают в большой круг, в центре - водящий. Водящий называют одну из ОЧЦ, дети скачут вокруг него хороводом под музыку. Когда музыка прекращается, водящий пятнает того, кто не держится за руку с соседом.

Тот, кого коснулся ведущий, называет ценность, родственную той, которую сначала назвал ведущий, и объясняет, почему его ценность важна. Этот участник становится новым ведущим, он называет следующую ОЧЦ.

Так как игра требует четное число игроков, учитель может присоединиться к кругу.

Когда дети сыграют по основным правилам, учитель может добавить новые, например, игроки меняются местами в круге и не могут держаться рядом с одними и теми же соседями

2. Раздайте детям копию рисунка со следующей страницы.

А) попросите детей рассказать, какие хорошие качества есть у этих животных, чему люди могут научиться у них?

Б) приведите примеры других животных и их хороших качеств, которые могут стать примером для человека?

В) пусть дети раскрасят рисунки или сами нарисуют животных и покажут их хорошие свойства.

3. Закрепляющее упражнение: «Сегодня я научился одной полезной вещи, а именно...»

Дополнительные упражнения/Ссылки на Другие Предметы

Проект класса: дети изучают местную фауну, изображают на рисунках ее представителей, описывают образ жизни, привычки и т.д. в специальном дневнике.

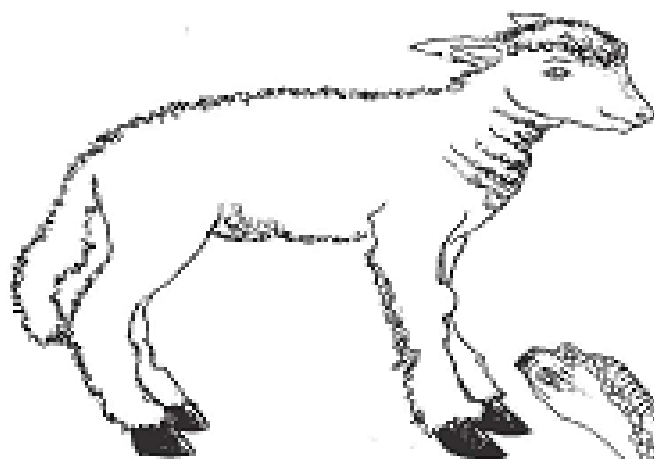
Заканчивая урок:

учитель может попросить детей встать в круг и сказать, обращаясь к своим соседям: «Я могу заботиться об окружающем мире. Наша планета - красивое место. Я буду относиться к ней с любовью и вниманием».

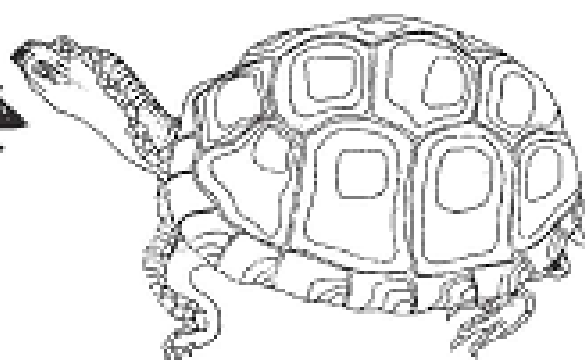
Будь радостен, как соловей



Будь ласков, как олень



Будь счастлив, как ягненок



Будь спокоен, как черепаха