

Ефективна комунікація	Самоконтроль	Емпатія	Кооперація	Розв'язання проблем	Запобігання конфліктам та розв'язання їх	Асертивність	Самооцінка, самоповага	Повага до прав людини	Гендерна чутливість	Активне громадянство
-----------------------	--------------	---------	------------	---------------------	--	--------------	------------------------	-----------------------	---------------------	----------------------

Стосунки і здоров'я



Мета

Вчити дітей робити внесок у розбудову здорових міжособистісних стосунків, пояснювати переваги кооперації та роботи в команді.



Очікувані результати

Наприкінці заняття учні:

- *пояснюють* значення терміна «стосунки»;
- *наводять* приклади різних видів стосунків;
- *розрізняють* здорові й нездорові стосунки і наводять переваги здорових стосунків;
- *оцінюють* свої стосунки з іншими людьми;
- *називають* дії, які сприяють зміцненню стосунків, та дії, що псу-ють їх;
- *демонструють* здатність працювати в команді.



Обладнання і матеріали

- Класна дошка і кольорова крейда або фліпчарт і фломастери, 4 аркуші А4 для роботи у групах.
- Комп'ютер, доступ до інтернету, мультимедійний проектор (*бажано*).



Що підготувати заздалегідь

- Роздрукувати Роздавальні матеріали для учнів.
- Запропонувати учням намалювати або описати портрет людини, стосунки з якою вони вважають особливими.
- Перевірити презентацію та відео до теми.

Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	7 хв
Бесіда «Здорові і нездорові стосунки»	3 хв
Робота у групах	15 хв
Перегляд відео «Правила гусей»	5 хв
Підсумкові завдання	15 хв
<i>Усього тривалість</i>	<i>45 хв</i>

Рекомендації щодо проведення уроку

Знайомство

Якщо в класі понад 20 учнів або не вистачає часу, виконайте вправу в парах.

Робота в групах

Якщо у вашому класі мала кількість учнів, можна виконати це завдання в парах і послідовно опрацювати тему за темою.

Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)

1. Зворотний зв'язок. Запитайте учнів: «Про що ми говорили на минулому уроці»? Вислухайте відповіді охочих, підсумуйте їх: «На минулому уроці ми з вами говорили про те, як правильно знайомитися і спілкуватися з різними людьми».
2. Оголосіть тему уроку: «Сьогодні дізнаємося, як будувати стосунки».
3. Вправа на знайомство.

Слово вчителя: «Коли люди знайомляться, спілкуються, разом живуть або навчаються, між ними виникають стосунки. Є стосунки родинні, дружні, ділові, романтичні. Деякі стосунки формуються за нашим бажанням, інші — незалежно від того, хочемо ми цього чи ні».

- Запропонуйте учням по черзі сказати про людину, стосунки з якою вони вважають особливими, і розповісти, що вони найбільше цінують у цих стосунках (Завдання 1 із Роздавальних матеріалів для учнів).



Бесіда «Здорові й нездорові стосунки»

Слово вчителя: «Стосунки — це зв'язок між людьми, які давно знають одне одного. Є стосунки здорові й нездорові. Якщо між людьми склалися здорові стосунки, вони відчують потребу у спілкуванні й сумують, коли змушені розлучатися. Нездорові стосунки характеризуються підозрами, егоїзмом, бажанням контролювати і підкоряти.

Здорові стосунки — запорука щасливого й успішного життя. Вчені дослідили, що вони сприяють зменшенню кількості стресів і хвороб, зростанню популярності й упевненості в собі. У дорослому житті такі стосунки є одним із чинників підвищення авторитету, вищого рівня фінансового добробуту, стабільності в подружньому житті.

Чому? Тому що люди, між якими склалися здорові стосунки, повніше реалізують себе, легше долають труднощі та розв'язують проблеми».

Запитання для обговорення:

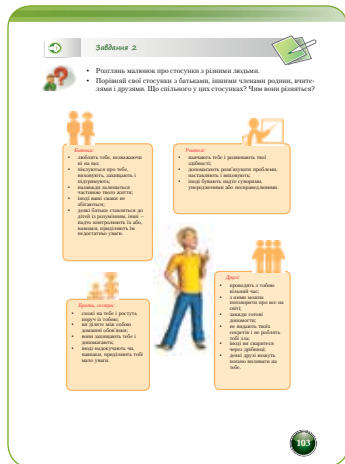
- Наведіть приклади нездорових стосунків.
- Що їх характеризує?
- Які стосунки можна назвати здоровими?
- Назвіть переваги здорових стосунків.

Підсумуйте: «Здорові стосунки — запорука щасливого й успішного життя, оскільки люди, між якими склалися такі стосунки, повніше реалізують себе, легше долають труднощі й розв'язують проблеми».

Робота у групах (особливості стосунків із різними людьми)

1. Об'єднайте учнів у чотири групи («батьки», «брати», «вчителі», «друзі»).

2. Запропонуйте учням ознайомитися з інформацією Завдання 2 у Роздавальному матеріалі для учнів.



3. Завдання для груп:

- розповісти про особливості свого виду стосунків;
- роздайте групам по аркушу А4 і запропонуйте провести «мозковий штурм», щоб з'ясувати, що може поліпшити або зіпсувати цей вид стосунків;
- групи по черзі розповідають про свій вид стосунків, називають те, що здатне їх поліпшити або зіпсувати, і демонструють сценку або пантоміму про те, що здатне зміцнити ці стосунки.

Запитання для обговорення:

- Що означає вислів: «Стосунки — це дорога із двобічним рухом»?

Підсумуйте: «Кожен має робити свій внесок у розбудову стосунків».

Перегляд відео «Правила гусей» (обговорити метафори)

Слово вчителя: «Пам'ятаєте історію про те, як батько звелів своїм синам завжди триматися разом і продемонстрував необхідність цього за допомогою

простого віника? Адже цілий віник важко зламати, а розібравши його на окремі прутики, зробити це дуже легко.

Як діяти в команді, ми можемо повчитись і у тварин».

- Запропонуйте учням подивитися відео «Правила гусей» або прочитати у Роздавальних матеріалах для учнів, Завдання 3.



<http://autta.org.ua/ua/materials/material/Uroky-gusei/>

Запитання для обговорення:

- Які уроки вам сподобалися найбільше?
- Чи знаєте ви випадки, коли люди чинили так, як це роблять гуси?

Підсумуйте: «Треба підтримувати одне одного і в радості, і в горі».

Підсумкові завдання (закріпити набуті знання)

1. Зачитайте висновки:

- Стосунки — це зв'язок між людьми, які добре знають одне одного.
- Здорові стосунки є запорукою щасливого й успішного життя.
- Стосунки — це дорога із двобічним рухом, тому кожен повинен робити внесок у розбудову стосунків.
- Люди, які мають близькі стосунки, мають підтримувати одне одного і в радості, і в горі.

2. Домашнє завдання (діти виконують за бажанням)

- Запропонуйте учням виконати Завдання 4–5 у Роздавальних матері-

алах для учнів (якщо є час, вони можуть виконати їх у класі).



3. Завершення тренінгу.

- Попросіть учнів узятися за руки і тричі сказати: «Один за всіх і всі за одного!»