Тренинг для школьников младших классов «Доброта спасет мир».

* 1
* 2
* 3
* 4
* 5

(12 голоса, среднее 4.00 из 5)



Цель. Расширить знания учащихся о доброте, ее значении в жизни человека. Стимулировать детей к добрым поступкам. Учить делать выводы.

Развивать связную речь, умение выражать свои мысли.

Воспитывать отзывчивость, доброжелательность, сострадание к окружающим.

Оборудование: клубок с нитками, маркеры, микрофон, свеча, грамзапись, толковый словарь.

Ход тренинга

1. Упражнение «Приветствие».

Дети становятся  в круг, берутся за руки, улыбаются друг другу. Передавая в руки мяч по кругу, говорят комплемент.

2. Упражнение «Ожидание».

- Дети, что вы ждете от нашего занятия? (Дети по очереди высказывают свои ожидания).

3. Объявление темы и задач занятия.

- Сегодня мы с вами будем говорить о доброте, выясним ее значение в жизни человека.

4.Работа над темой.

а) Работа со словарем.

- Сейчас мы узнаем, как объясняет слово «доброта» толковый словарь.

(Дети ищут объяснение значения слова)

б) Работа в группах на карточках.

- Слово «хороший» сосуществует со многими словами. Соедините слова с соответствующим синонимом.

Добрый дом удобное.

Добрый ребенок комфортный.

Хорошая кровать заботливый.

Хороший хозяин хорошие.

Хорошие отношения послушная.

Добрый человек ...........

Хорошая еда незабываемый.

Добрый поступок вкусная.

Добрый надежный.

Добрый друг интересная.

Хорошая наука равна.

Добрый человек ...........

- Какая же он хороший человек? (Дети высказывают свои мысли)

5. Упражнение «Солнце доброты». Работа в группах.

- Давайте зажжем «Солнце доброты». Для этого на лучиках напишите черты, присущие хорошему человеку. (Дети пишут на солнечных лучиках)

-Отзывчивость

-Жалость

-Милосердие

Соболезнование

-Сопереживание

И т.п.

6. Работа с пословицами в парах. Игра «Собери пословицу».

Где добро, там исчезает зло.

Доброта кончается радостью.

От доброго слова мир радуется.

Доброму слову цены нет.

Доброта не имеет границ.

Кто хорошо начинает, тот хорошо кончает.

Хорошие дети доброе слова послушают.

Доброе слово - золотой ключ.

7. Упражнение «Займи позицию».

- Существует мнение, что главное в мире-богатство, а доброта совсем не нужна. Займите позицию, согласны вы или нет с этим высказыванием. (Дети занимают место под соответствующими сигнальными карточками, объясняют свой выбор.

8. Упражнение «Сплети паутинку».

Дети становятся в круг.

- А сейчас вспомните, кто из нашего класса и какое добро сделал вам. Вы будете передавать клубок с нитками тому, кто сделал вам добро, держа нитку в руках, тем самым плести паутину доброты.

9.Мозговой штурм «Интервью».

-А теперь проведем интервью о хорошем человеке. Узнаем, чего никогда не делает добрый человек. Начинаем такими словами:

- Добрый человек никогда не ....

10. «Магическая свеча».

-В народе говорят: «Добро творит чудеса». Зажжем свечу и представим, что она магическая, и отныне все, кто возьмет ее в руки, превращаются в волшебника. Включите свою фантазию, представьте, что каждый из вас стал добрым волшебником. Чтобы вы сделали, став волшебником? Начните так:

- Если бы я стал волшебником, я бы сделал ...

11. Минутка доброты.

- Слушая вас, я поняла, какие вы добрые, и недаром говорят, что добро живет в душе каждого человека. И именно поэтому душа бессмертна. Сейчас на отпечатках своих ножек нарисованных на листках бумаги вы напишете добрые дела, которые сделали кому-то. Образуем тропу доброты.

12. Итог.

- Сегодня вы протоптали тропу доброты, желаю вам, детки, чтобы эта тропа превратилась в широкий путь, которым вы будете идти уверенно, даря всем радость и любовь.

Тренинг для школьников «Я и мое здоровье».

* 1
* 2
* 3
* 4
* 5

(6 голоса, среднее 3.83 из 5)

Цель: формирование осознания ценности здоровья как основы для успешной реализации жизненных ценностей; актуализация ощущение важности здоровья и необходимости бережного и необходимого отношения к нему.

Задача:

- способствовать осознанию ценностей здорового образа жизни для здоровья;

- способствовать усвоению знаний о факторы риска на здоровье;

- помогать осознанию собственного поведения и образа жизни как важнейшего фактора, влияющего на здоровье человека.

Упражнение «Правила работы в группе»

Цель: закрепление правил работы в группе.

Психолог предлагает участникам по очереди прокомментировать по одному правилу.

Упражнение «Ожидание»

Цель: определение ожиданий учеников от занятий. Участники на разноцветных стикерах в виде яблок пишут о своих надеждах и прикрепляют их на яблоню.

Легенда о напыщенном мандарине

Когда-то давно в старом Китае жил умный, но очень гордый мандарин (государственный чиновник). Целый день он только и делал, что примерял богатое платье и хвастался своим умом. Так шли дни за днями, годы за годами ... И вот страну облетела весть, что неподалеку поселился монах, умнее мандарина. Мандарин ужасно разозлился, но не выразил этого ни жестом, ни словом. Задумал он объявить поединок и отстоять славу мудрого нечестным способом: «Возьму я в руки бабочку, спрячу ее за спиной и спрошу, что у меня в руках-живое или мертвое? Если монах скажет, что живое, я задушу бабочку, а если мертвое-выпущу ее». И вот настал день поединка. В пышном зале собралось много людей, всем хотелось увидеть соревнования самых умных людей в мире. Мандарин сидел на высоком троне, держал за спиной бабочку и с нетерпением ждал прихода монаха. Но вот дверь отворилась, и в зал вошел небольшой худощавый мужчина. Он подошел, поздоровался и сказал, что готов ответить на любой вопрос. Тогда надменный мандарин спросил: «Скажи мне, что я держу в руках-живое или мертвое?». Мудрец улыбнулся и ответил: «Все в твоих руках». Смущенный мандарин выпустил бабочку с рук, и та полетела, радостно трепеща яркими крылышками.

Обсуждение:

- Как вы понимаете выражение «Все в твоих руках»?

- От кого зависит решение, которое мы принимаем?

Заключение. Все, что делает человек, зависит, в первую очередь, только от него, выбор может влиять на его будущее.

Мозговой штурм «Что такое здоровье?

Цель: активизация знания участников о важности здоровья, определение понятия здоровья. Психолог говорит, что здоровье очень важно в нашей жизни. Известно более 200 определений понятия «здоровье». Давайте и мы определим, что такое здоровье. Все предложения участников записываются на доске. По определению ВОЗ, здоровье-состояние полного физического, духовного или социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических недостатков.

Упражнение Что формирует здоровье?

Цель: определение особенностей поведения и образа жизни как важнейших факторов, влияющих на здоровье человека.

Психолог предлагает участникам подумать, какие существуют факторы влияния на здоровье человека. Предложения записывают на стикерах. После того, как все предложения записано, психолог предлагает объединить похожие факторы, выделить существенные: наследственность, медицина, окружающая среда, образ жизни человека. Научные исследования дают нам такие результаты по значимости влияния тех или иных факторов на здоровье человека:

- наследственность - 20%;

- уровень медицинского обеспечения - 10%;

- экология - 20%;

- образ жизни - 50%.

Хотя существует несколько важных факторов, влияющих на развитие и сохранение здоровья, поведение человека, его образ жизни является решающим в сохранении здоровья.

Упражнение «Меняйся»

Цель: активизация внимания, снятие психологического напряжения. Ведущий предлагает детям поменяться местами по определенному признаку. Например, меняются те, у кого светлые волосы, темные глаза и т.д..

Упражнение «Пути здорового образа жизни»

Цель: формирование понимания участниками сути здорового образа жизни, того, в каких действиях и поведении оно проявляется. Ведущий дает определение «здорового образа жизни». Здоровый образ жизни-такая жизнедеятельность человека, способствует сохранению и укреплению его здоровья.

Участники объединяются в три подгруппы, каждая из которых получает задание: на рулоне бумаги создать «Путь здорового образа жизни».

Важно обратить внимание и помочь участникам сформулировать их позиции по сохранению развития здоровья. Отвечать на вопрос: «Что делать, как действовать?».

Упражнение «Улыбка по кругу»

Цель: создание позитивной атмосферы в группе.

Тренер предлагает всем участникам взяться за руки и по кругу улыбнуться своему соседу.

Инструктаж по технике безопасности в начальных классах

* [Фаузиева Гюзель Раисовна](http://festival.1september.ru/authors/207-525-774), *учитель начальных классов, зам.директора по начальным классам*

**Разделы:** [Классное руководство](http://festival.1september.ru/classroom-management)

**Инструкция №1. Правила поведения во время экскурсий:**

**1. 1. В музей, на выставку**

1. 1. 1. Веди себя спокойно, сдержанно.

1. 1. 2. Внимательно осматривай, слушай, не перебегай беспорядочно от одного к другому.

1. 1. 3. Без разрешения ничего не трогай.

1. 1. 4. Громко не разговаривай.

1. 1. 5. Не забудь поблагодарить экскурсовода.

**1. 2. На природу**

1. 2. 1. Возьми чистую воду для питья и мытья рук.

1. 2. 2. Не пей сырую воду из природных водоёмов.

1. 2. 3. Не собирай неизвестные тебе растения, ни в коем случае не бери их в рот.

1. 2. 4. Не засоряй природу.

1. 2. 5. Не разжигай костёр.

1. 2. 6. Не ломай деревья.

1. 2. 7. После мероприятия иди прямо домой.

1. 2. 8. Соблюдай правила дорожного движения.

**Инструкция №2. Правила дорожного движения**

2. 1. Проходи по тротуару только с правой стороны. Если нет тротуара, иди по левому краю дороги, навстречу движению транспорта.

2. 2. Дорогу переходи в том месте, где указана пешеходная дорожка или установлен светофор. Дорогу переходи на зелёный свет.

2. 3. Когда переходишь дорогу, смотри сначала налево, потом на право.

2. 4. Если нет светофора, переходи дорогу на перекрёстке. Пересекать улицу надо прямо, а не наискось.

2. 5. Не переходи дорогу перед близко идущим транспортом.

2. 6. На проезжей части игры строго запрещены.

2. 7. Не выезжай на проезжую часть на велосипеде.

**Инструкция №3. Правила поведения во время уроков технологии:**

**- при работе с иглой -**

3. 1. Храни иглу всегда в игольнице.

3. 2. Не оставляй иглу на рабочем месте без нитки.

3. 3. Передавай иглу в игольнице и с ниткой.

3. 4. Не бери иглу в рот, не играй с ней.

3. 5. Не втыкай иглу в одежду.

3. 6. До и после работы проверь количество игл.

3. 7. Храни игольницу всегда в одном месте.

3. 8. Не отвлекайся во время работы с иглой.

**- при работе с ножницами -**

3. 9. Работай с хорошо отрегулированными и заточенными ножницами.

3. 10. Ножницы должны иметь тупые, округлые концы.

3. 11. Не оставляй ножницы раскрытыми.

3. 12. Передавай ножницы кольцами вперёд.

3. 13. Не играй с ножницами, не подноси к лицу.

3. 14. Используй ножницы только по назначению.

**Инструкция №4. Правила поведения в общественных местах**

4. 1. На улице громко разговаривать, кричать, смеяться неприлично.

4. 2. Нельзя сорить на улице: грызть семечки, бросать бумажки, конфетные обёртки, огрызки от яблок.

4. 3. Во время посещения кинотеатра не надо шуметь, бегать, затевать игры.

4. 4. Во время просмотра кинофильма неприлично мешать зрителям, хлопать стульями, свистеть, топать.

4. 5. При входе в зал и при выходе не надо спешить, толкаться.

4. 6. Будьте вежливы.

**Инструкция №5. Правила личной безопасности на улице**

5. 1. Если на улице кто-то идёт и бежит за тобой, а до дома далеко, беги в ближайшее людное место: к магазину, автобусной остановке.

5. 2. Если незнакомые взрослые пытаются увести тебя силой, сопротивляйся, кричи, зови на помощь: "Помогите! Меня уводит незнакомый человек!"

5. 3. Не соглашай ни на какие предложения незнакомых взрослых.

5. 4. Никуда не ходи с незнакомыми взрослыми и не садись с ними в машину.

5. 5. Никогда не хвастайся тем, что у твоих взрослых много денег.

5. 6. Не приглашай домой незнакомых ребят, если дома нет никого из взрослых.

5. 7. Не играй с наступлением темноты.

**Инструктаж №6. Правила пожарной безопасности и обращения с электроприборами**

**6. 1. Запрещается:**

6. 1. 1. Бросать горящие спички, окурки в помещениях.

6. 1. 2. Небрежно, беспечно обращаться огнём.

6. 1. 3. Выбрасывать горящую золу вблизи строений.

6. 1. 4. Оставлять открытыми двери печей, каминов.

6. 1. 5. Включать в одну розетку большое количество потребителей тока.

6. 1. 6. Использовать неисправную аппаратуру и приборы.

6. 1. 7. Пользоваться повреждёнными розетками. Пользоваться электрическими утюгами, плитками, чайниками без подставок из несгораемых материалов.

6. 1. 8. Пользоваться электрошнурами и проводами с нарушенной изоляцией.

6. 1. 9. Оставлять без присмотра топящиеся печи.

6. 1. 10. Ковырять в розетке ни пальцем, ни другими предметами.

6. 1. 11. Самим чинить и разбирать электроприборы.

**6. 2. Разрешается:**

6. 2. 1. Защищать дом от пожара.

6. 2. 2. В случае возникновения пожара вызвать пожарную охрану.

6. 2. 3. Использовать все имеющиеся средства для тушения пожара.

6. 2. 4. Подавать сигнал тревоги.

6. 2. 5. Встречать пожарных и сообщать им об очаге пожара.

6. 2. 6. Знать план эвакуации на случай пожара.

6. 2. 7. Кричать и звать на помощь взрослых.

6. 2. 8. Двигаться ползком или пригнувшись, если помещение сильно задымлено.

6. 2. 9. Вывести из горящего помещения людей, детей.

6. 2. 10. Набросить покрывало на пострадавшего.

**Инструкция №7. Правила безопасности на льду**

7. 1. Прежде чем двигаться по льду, надо убедиться в его прочности, проверенной взрослыми людьми.

7. 2. Идти следует по уже проложенной тропе.

7. 3. Не следует спускаться на лыжах и санках в незнакомом месте с обрывом.

7. 4. Особенно осторожным следует быть вблизи выступающих на поверхность кустов, травы; в местах, где быстрое течение, где вливаются сточные воды промышленных предприятий.

7. 5. Не забывай осенью и весной лёд тонок.

**Инструкция №8. Правила безопасного поведения на воде летом**

8. 1. Купаться можно только в местах разрешённых и в присутствии взрослых.

8. 2. Нельзя нырять в незнакомых местах- на дне могут оказаться притопленные брёвна, камни, коряги.

8. 3. Не следует купаться в заболоченных местах и там, где есть водоросли и тина.

8. 4. Не стоит затевать игру, где в шутку надо "топить" друг дуга.

8. 5. Не поднимай ложной тревоги.

**Инструкция №9. Правила безопасности при общении с животными**

9. 1. Не надо считать любое помахивание хвостом проявлением дружелюбия. Иногда это может говорить о совершенно недружелюбном настрое.

9. 2. Не стоит пристально смотреть в глаза собаке и улыбаться. В переводе с "собачьего" это значит "показывать зубы", или говорить, что вы сильнее.

9. 3. Нельзя показывать свой страх и волнение. Собака может почувствовать это и повести себя агрессивно.

9. 4. Нельзя убегать от собаки. Этим вы приглашаете собаку поохотиться за убегающей дичью.

9. 5. Не кормите чужих собак и не трогайте собаку во время еды или сна.

9. 6. Избегайте приближаться к большим собакам охранных пород. Некоторые из них выучены бросаться на людей, приближающихся на определённое расстояние.

9. 7. Не делайте резких движений, обращаясь с собакой или хозяином собаки. Она может подумать, что вы ему угрожаете.

9. 8. Не трогайте щенков и не отбирайте то, с чем собака играет.

9. 9. Если в узком месте (например, в подъезде) собака идёт вам навстречу на поводке, лучше остановиться и пропустить её хозяина.

9. 10. Животные могут распространять такие болезни, как бешенство, лишай, чума, тиф и др.

**Инструкция №10. Правила поведения, когда ты один дома**

10. 1. Открывать дверь можно только хорошо знакомому человеку.

10. 2. Не оставляй ключ от квартиры в "надежном месте"

10. 3. Не вешай ключ на шнурке себе на шею.

10. 4. Если ты потерял ключ - немедленно сообщи об этом родителям.

**Инструкция № 11. Правила общения по телефону**

11. 1. Не называй адрес или номер квартиры.

11. 2. Никогда не называй номер своего телефона (можешь ответить только "да" или "нет")

11. 3. Не вступай в разговоры с незнакомцами.

**Инструкция №12. Правила поведения в столовой**

12. 1. Дежурные идут в столовую на 10 минут раньше для сервировки стола.

12. 2. Иди только в строю.

12. 3. Перед едой обязательно вымой и насухо вытри руки.

12. 4. Займи своё место.

12. 5. Во время еды не разговаривай.

12. 6. Соблюдай чистоту и порядок на столе.

12. 7. После еды убери посуду за собой.

12. 8. Раньше доел - подожди товарищей.

12. 9. Возвращайся в класс в строю.

**Инструкция №13. Правила поведения во время прогулки**

13. 1. На прогулку выходи в строю.

13. 2. Играй на спортплощадке.

13. 3. Не играй с колющими, массивными предметами.

13. 4. Не толкайся, не ставь подножки.

13. 5. Не кидайся снежками, камнями, различными предметами.

13. 6. В туалет иди только с разрешения учителя, воспитателя.

13. 7. С улицы заходи в строю.

**Инструкция №14. Правила поведения во время осенних каникул**

14. 1. Соблюдай правила ПДД (№2)

14. 2. Соблюдай правила пожарной безопасности и обращения с электроприборами (№6).

14. 3. Соблюдай правила поведения в общественных местах (№4).

14. 4. Соблюдай правила личной безопасности на улице (№5).

14. 5. Соблюдай правила поведения около водоёмов во время их предзимнего замерзания, правила безопасности на льду (№7).

14. 6. Соблюдай правила поведения, когда ты один дома (№10).

14. 7. Соблюдай правила безопасности при обращении с животными (№9).

14. 8. Не играй с острыми, колющими и режущими, легковоспламеняющимися и взрывоопасными предметами, огнестрельным и холодным оружием, боеприпасами.

14. 9. Не употребляй лекарственные препараты без назначения врача, наркотики, спиртные напитки, не кури и не нюхай токсические вещества.

14. 10. Остерегайся гололёда, во избежание падений и получения травм.

**Инструкция №15. Правила поведения во время зимних каникул**

15. 1. Соблюдай правила ПДД (№2)

15. 2. Соблюдай правила пожарной безопасности и обращения с электроприборами (№6).

15. 3. Соблюдай правила поведения в общественных местах (№4).

15. 4. Соблюдай правила личной безопасности на улице (№5).

15. 5. Соблюдай правила безопасности на льду (№7).

15. 6. Соблюдай правила поведения, когда ты один дома (№10).

15. 7. Соблюдай правила безопасности при обращении с животными (№9).

15. 8. Не играй с острыми, колющими и режущими, легковоспламеняющимися и взрывоопасными предметами, огнестрельным и холодным оружием, боеприпасами.

15. 9. Не употребляй лекарственные препараты без назначения врача, наркотики, спиртные напитки, не кури и не нюхай токсические вещества.

15. 10. Остерегайся гололёда, во избежание падений и получения травм.

15. 11. Не играй вблизи зданий, с крыш которых свисает снег и лёд.

**Инструкция №16. Правила поведения во время весенних каникул**

16. 1. Соблюдай правила ПДД (№2)

16. 2. Соблюдай правила пожарной безопасности и обращения с электроприборами (№6).

16. 3. Соблюдай правила поведения в общественных местах (№4).

16. 4. Соблюдай правила личной безопасности на улице (№5).

16. 5. Соблюдай правила безопасности на льду (№7).

16. 6. Соблюдай правила поведения, когда ты один дома (№10).

16. 7. Соблюдай правила безопасности при обращении с животными (№9).

16. 8. Не играй с острыми, колющими и режущими, легковоспламеняющимися и взрывоопасными предметами, огнестрельным и холодным оружием, боеприпасами.

16. 9. Не употребляй лекарственные препараты без назначения врача, наркотики, спиртные напитки, не кури и не нюхай токсические вещества.

16. 10. Остерегайся гололёда, во избежание падений и получения травм.

16. 11. Не играй вблизи зданий, с крыш которых свисает снег и лёд.

**Инструкция №17. Правила поведения во время летних каникул**

16. 1. Соблюдай правила ПДД (№2)

16. 2. Соблюдай правила пожарной безопасности и обращения с электроприборами (№6).

16. 3. Соблюдай правила поведения в общественных местах (№4).

16. 4. Соблюдай правила личной безопасности на улице (№5).

16. 5. Соблюдай правила безопасного поведения на воде летом (№8).

16. 6. Соблюдай правила поведения, когда ты один дома (№10).

16. 7. Соблюдай правила безопасности при обращении с животными (№9).

16. 8. Не играй с острыми, колющими и режущими, легковоспламеняющимися и взрывоопасными предметами, огнестрельным и холодным оружием, боеприпасами.

16. 9. Не употребляй лекарственные препараты без назначения врача, наркотики, спиртные напитки, не кури и не нюхай токсические вещества.

Инструктаж №\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Дата проведения \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Ф. И. О. учащегося | Подпись инструктируемого | Подпись инструктирующего |
| 1. |  |  |  |
| 2. |  |  |  |
| 3. |  |  |  |

Инструктаж провела классный руководитель \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

При подготовке использована **литература**:

1. Усачев А. А. Основы безопасности жизнедятельности. 1 класс
2. Усачев А. А. Основы безопасности жизнедятельности. 3-4 классы