**Урок – тренінг з основ здоров’я**

**Тема: Що таке дружба?Розбудова дружніх стосунків.**

**Мета:** продовжити формувати в школярів уявлення про ознаки дружніх стосунків; розкрити значення дружби в житті людини; дати дітям поради, як знайти справжнього друга і зберегти дружбу; розвивати вміння осмислювати духовні цінності; виховувати в дітей навички шанобливого ставлення до людей.

**Навчальні завдання:**

**Наприкінці заняття учні повинні:**

* знати, що таке дружба;
* наводити приклади, як дружба впливає на здоров’я людини;
* складати правила товаришування.

**Домашнє завдання.**

Намалювати портрет свого найкращого друга і розповісти про нього.

**План тренінгу**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Види роботи | Орієнтовна  тривалість | Ресурсне забезпечення |
| **І.**  1.  2.  3. | **Вступна частина**  Привітання. Вправа «Комплімент»  Вправа «Згадай правила»  Зворотній зв’язок. Вправа «Віночок сімейних традицій» | 5 хв. | Плакат «Правила роботи групи»  Квіти |
| **ІІ.**  1.  2.  3.  4.  5. | **Основна частина**  Перегляд уривка із мультфільму про дружбу.  Інформаційне повідомлення  «Що таке дружба?»  Робота в групах. Вправа «Користь від дружби».  Руханка - пантоміма  «Роби, як я».  Знайомство зі східною притчею «Цвяхи».  Гра «Корисно, шкідливо». | 15 хв. | Комп’ютер  Малюнки з теми, маркери.  Плакат «Дружба», маркери  Аркуші паперу А-4, фломастери |
| **ІІІ**.  1.  2.  3. | **Практична частина**  Робота в парах. Вправа «Представлення»  Робота в парах. Вправа. «Побажання другу».  Робота в групах. Вправа «Порада» | 17 хв. | Серця, маркери  Лист Оленки |
| **ІV.**  1.  2. | **Заключна частина**  Зворотний зв’язок.  Вправа «Секрет»  Вправа «Прощання» | 3 хв. |  |

**Хід тренінгу**

**І. Вступна частина.**

*1. Привітання. Вправа «Комплімент».*

Діти стоять у колі, потім розділяються на пари, повертаються один до одного обличчям, взявшись за руки. Дивлячись у вічі, кажуть компліменти.

*2. Вправа «Згадай правила».*

Діти по черзі згадують правила роботи в групі.

*3. Зворотній зв’язок. Вправа «Віночок сімейних традицій.»*

Діти розповідають про найулюбленішу сімейну традицію і прикріплюють квіточку на дошку, сплітаючи віночок.

**ІІ. Повідомлення теми і завдань уроку.**

*Перегляд уривка із мультфільму про дружбу.*

*Міні-бесіда.*

* До яких роздумів спонукає фрагмент із мультфільму?

**ІІІ. Основний зміст роботи.**

1. *Інформаційне повідомлення «Що таке дружба?».*

Сьогодні ми поговоримо про дружбу. Адже дружба необхідна людині так, як їжа й повітря. «Справжню дружбу і вогонь не спопелить» - говорить народна мудрість. У більшості випадків друзями стають сусіди, однокласники, ті, хто разом займаються з тобою у спортивних секціях чи гуртках. І від кожного із нас залежить, скільки ми матимемо друзів. Адже від того, як ти ставитимешся до друзів, так і вони тебе цінуватимуть. Дружба – це одна із людських чеснот. Дружба – це велика цінність. А мати друга – це щастя. Ви - школярі, і саме зараз вчитесь жити в колективі, довіряти один одному, відповідати за свої вчинки, довіряти й поважати товаришів. Лише з другом, його підтримкою можна подолати всі труднощі і випробування. У народі кажуть: «Сонце зігріває повітря, а друг – душу». Саме стосунки із друзями є основою твого психічного і соціального благополуччя. Наш клас - ніби маленька сім’я. Тож нехай у ній завжди панують пошана, доброта, взаєморозуміння та довіра.

1. *Робота в групах. Вправа «Користь від дружби».*

Діти об’єднуються в групи: *«Користь», «Шкода».*

Завдання групам:

• перша група «*Користь»* пояснює, що цінується в дружбі;

• друга група *«Шкода»* пояснює, що може зашкодити дружбі.

Групи презентують свою роботу.

Прикріплюють на плакат записане про користь і шкоду для дружби.

1. *Руханка «Роби, як я».*

Нумо, в коло, всі у коло,

Та уважніше глядіть!

Все, що (ім’я дитини) нам покаже,

Разом будемо робить.

1. *Знайомство зі східною притчею «Цвяхи».*

Висновок. Щоб знайти друзів, намагайся сам бути хорошим другом. Довіра – важлива складова дружби.

**ІV. Практична частина.**

1. *Вправа «Представлення».*

*Методичний коментар.*

Діти працюють у парах. Діти в парах розповідають щось цікаве про себе. Потім представляють свого друга класові. Починають зі слів: «Дозвольте вам представити….»

1. *Робота в парах. Вправа «Побажання».*

*Методичний коментар.*

Діти працюють у парах. На «серцях» пишуть побажання і дарують своєму другові.

1. *Робота в групах. Вправа «Порада».*

Групи знайомляться із листом від Оленки.

У мене є подруга, із якою я давно вже дружу. Ми живемо на одній вулиці, наші будинки стоять поруч. Я з нею ділюсь секретами і таємницями. Але дізналась, що вона всім розповідає, що дружить зі мною лише тому, що ми живемо поруч. А головне, каже, що я не вмію тримати секрети і мені не можна довіряти. Порадьте мені, як їй пояснити, що я не така,адже я хочу з нею дружити.

Діти працюють у групах. Підготовлені поради зачитують.

*Висновок.* З друзями завжди має бути цікаво і весело, найважливіше в дружбі – уміння зберігати таємниці.

**V. Заключна частина.**

1. *Зворотній зв’язок. Вправа «Секрет».*

Діти, я знаю один секрет і хочу ним із вами поділитись. Учитель читає вірш А.Костецького «Секрет».

Що зробити, щоб удвічі

Торт вам видався смачнішим?

Що зробити, щоб удвічі

Кожний день для вас побільшав?

Щоб і радості, і щастя,

Було вам аж ніде діти?

Тут – ніякого секрету!

Треба з другом все ділити!

1. *Прощання.*

Діти, ставши в коло і взявшись за руки, ідуть і всі хором промовляють: «Дружба – найбільший скарб».