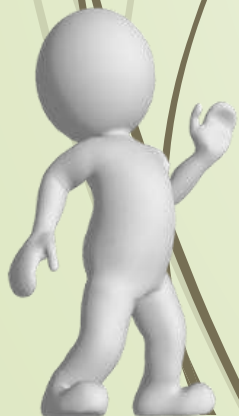


§10 Спілкування з дорослими



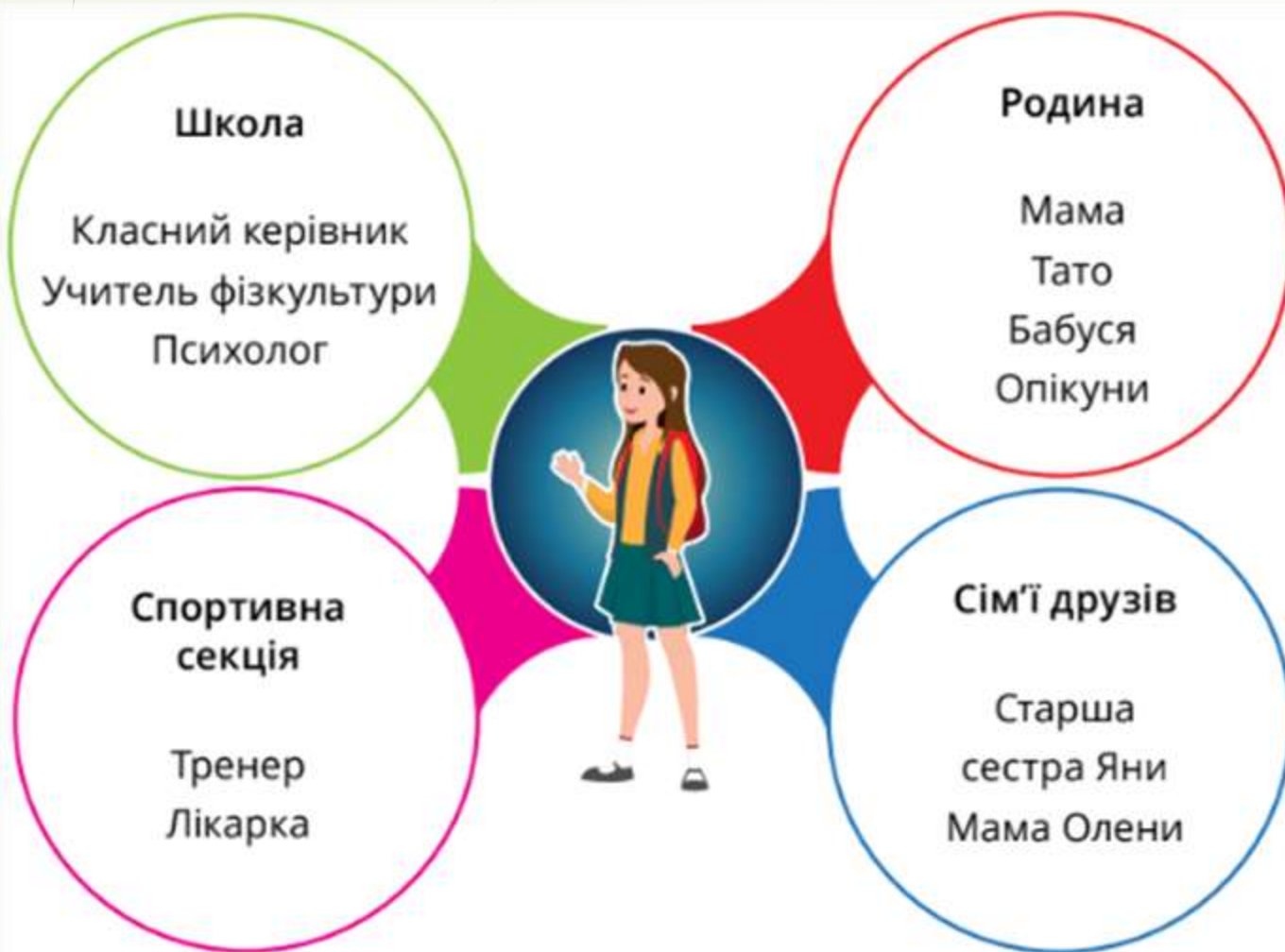
МЕТА І ЗАВДАННЯ УРОКУ

- ❖ створення кола підтримки від дорослих, яким довіряєте;
- ❖ змодельювати, як звертатися по допомогу за телефонами довіри;
- ❖ дізнатися більше про своїх учителів/учительок;
- ❖ навчитися визначати особистий простір;
- ❖ потренуватися долати невпевненість під час спілкування;
- ❖ розвивати уміння ефективно спілкуватися.



ДОРОСЛІ, ЯКИМ МИ ДОВІРЯЄМО

ЗАВЖДИ ВАЖЛИВО ЗНАТИ, ВІД КОГО МОЖНА ОТРИМАТИ ПОРАДУ ЧИ ДОПОМОГУ В РІЗНИХ ЖИТТЄВИХ СИТУАЦІЯХ.



Мал. 27. Кола підтримки Даринки

Розгляньте мал. 27.

З'ясуйте, до кого Даринка може звернутися по допомогу в родині, у школі, у спортивній секції.

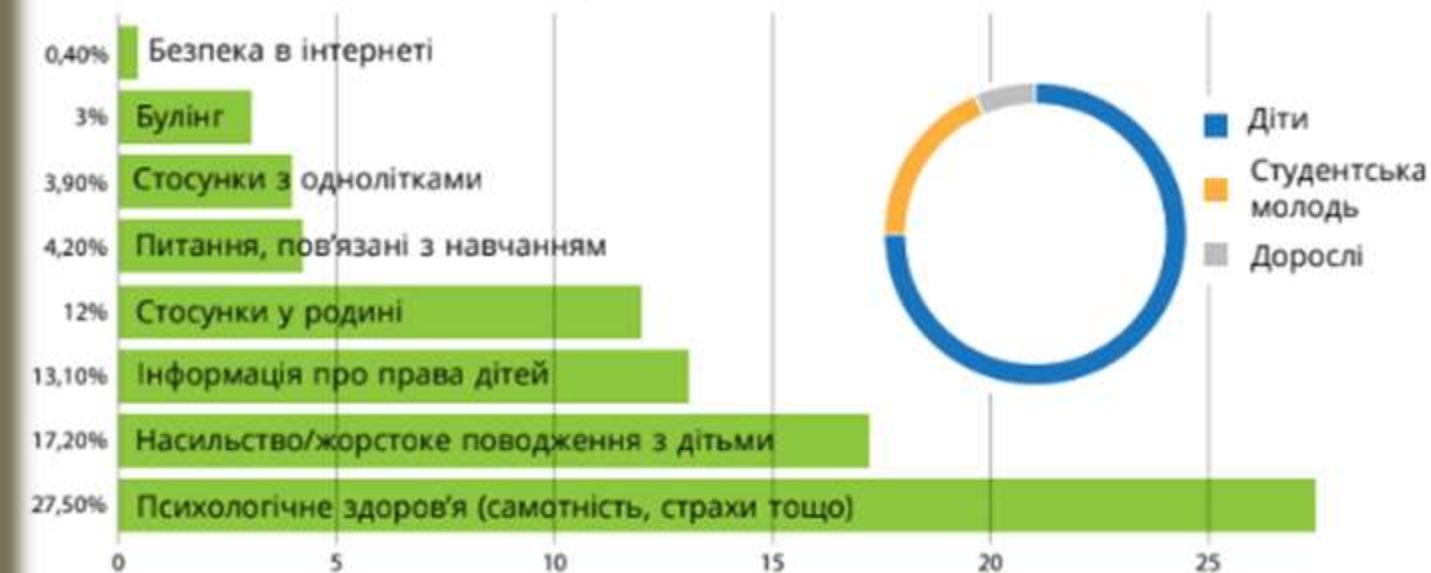
- Поміркуйте, до кого з дорослих ви можете звернутися по допомогу. Створіть своє «Коло підтримки».
- Об'єднайтеся в пари та змодельуйте звернення до батьків/опікунів, учителів, психологів.

КОЛИ ПОТРІБНО ЗВЕРТАТИСЯ ПО ДОПОМОГУ

ЯКЩО ВАМ ЗАГРОЖУЄ НЕБЕЗПЕКА, З ВАМИ ЖОРСТОКО ПОВОДЯТЬСЯ, ВИ МАЄТЕ ЗВЕРНУТИСЯ ДО ПОЛІЦІЇ ЧИ ЗАТЕЛЕФОНУВАТИ НА НАЦІОНАЛЬНУ ГАРЯЧУ ЛІНІЮ (МАЛ. 28).



Тематика консультацій (січень-червень 2021)



Мал. 28. Національна гаряча лінія для дітей та молоді

Розгляньте мал. 28 і дайте відповіді на запитання.

- За яким номером можна безкоштовно телефонувати з мобільного телефону? Зі стаціонарного?
- У які дні та години працює гаряча лінія?
- З яких питань зверталися найчастіше?
- Які питання цікаві особисто вам?
- Хто найчастіше звертався по допомогу?

У парах змодельуйте звернення за телефонами довіри.

СПІЛКУВАННЯ З УЧИТЕЛЯМИ



Дехто думає, що вчителі занадто вимогливі. Наприклад, задають багато домашніх завдань, змушують надолужувати пропущене.

А чи замислювалися ви над тим, що потрібно, щоб стати вчителем/вчителькою? І скільки зусиль вони докладають, щоб підготувати вас до дорослого життя?



❑ Об'єднайтеся в пари та розкажіть про випадки, коли ви посоромилися чи полінувалися звернутися до вчителя/вчительки й мали через це проблеми.

❑ Обговоріть, як можна було вчинити інакше.

- ❖ **Обговоріть, яким було б суспільство без учителів.**
- ❖ **Запросіть на урок кількох учителів за їхньою згодою.**
- ❖ **Об'єднайтеся у групи та візьміть інтерв'ю в кожного вчителя за таким планом:**
 - Де ви навчалися?
 - Скільки років довелося вчитися, щоб здобути професію вчителя?
 - Скільки часу ви витрачаєте на підготовку до уроків, перевірку зошитів, іншу роботу?
 - Чого ви очікуєте від нас — ваших учнів?
 - Чим ми можемо вам допомогти?
 - Чим ви цікавитесь поза основною роботою?

ОСОБИСТИЙ ПРОСТІР

Уявіть, що навколо кожного з нас є невидима оболонка — особистий простір, у якому під час спілкування ми почуваємося комфортно. Щоб не порушувати особистий простір співрозмовника, бажано стояти приблизно на відстані витягнутої руки (мал. 29).



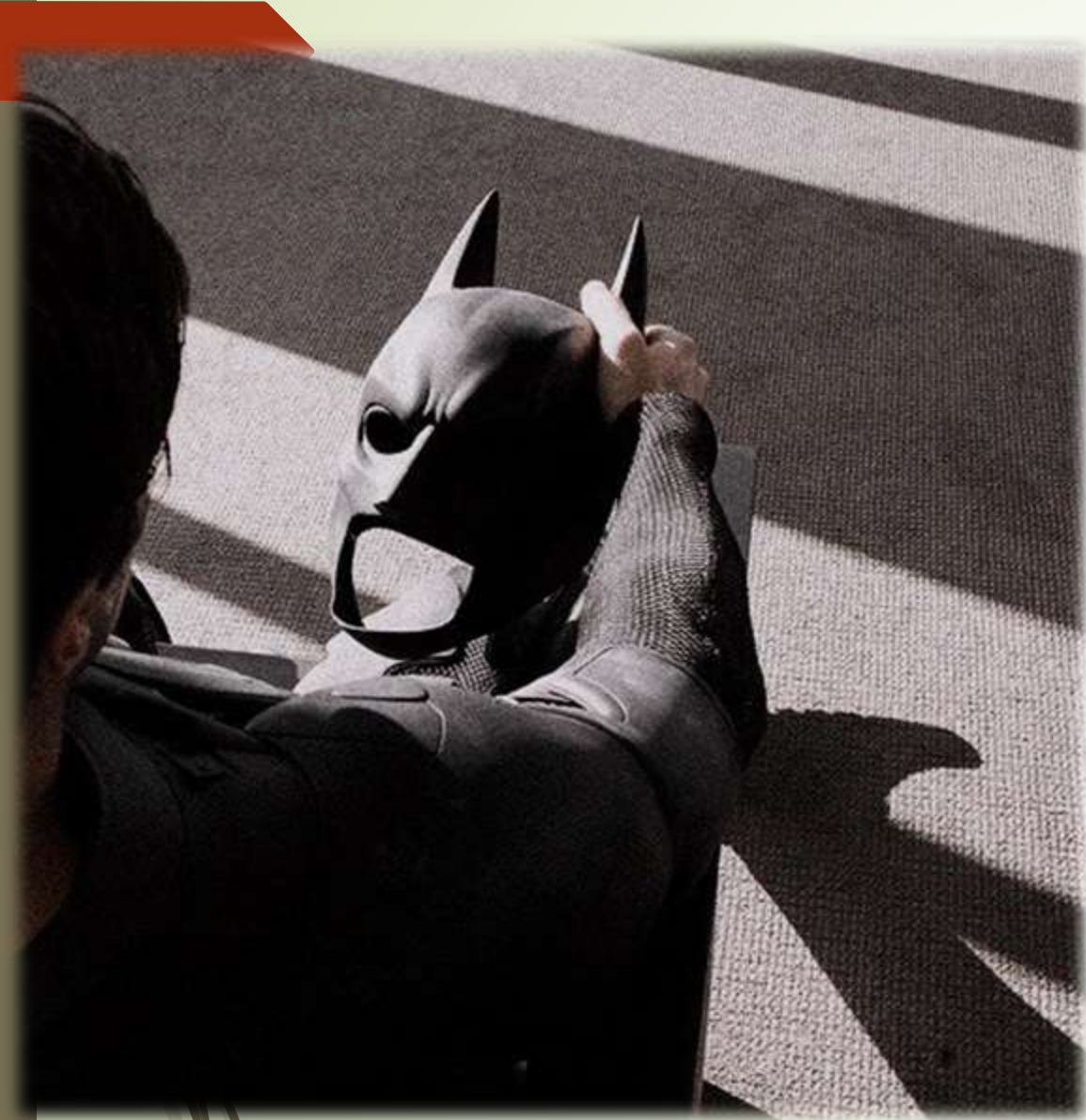
Мал. 29. Кола особистого простору

- Перейдіть за QR-кодом і завантажте бланк завдання.
- Перевірте, чи дотримуєтеся ви особистих кордонів інших людей.
- Об'єднайтеся у групи й визначте, в яких ситуаціях за QR-кодом порушено особистий простір.
- Обговоріть, за якими ознаками це можна зрозуміти.



**Під час спілкування завжди
тримайте дистанцію на відстані
витягнутої руки!**

ЯК ПОДОЛАТИ НЕВПЕВНЕНІСТЬ



Невпевнені у собі люди багато втрачають.

Їм важко знайомитися, знаходити нових друзів, попросити про допомогу.

На щастя, це можна виправити. Зіграйти роль як актор/акторка.

Наприклад, якщо не наважуєтеся купувати щось у магазині, треба уявити, що ви граєте впевнену людину, для якої покупки — звична річ

ЯК ПОДОЛАТИ НЕВПЕВНЕНІСТЬ



Мал. 30. Відпрацювання навички подолання невпевненості

Продумайте короткий сценарій спілкування з продавцем та слова, які для цього потрібні.

Спочатку спробуйте самі зіграти таку сценку перед дзеркалом (мал. 30). Потім зробіть те саме разом із мамою чи другом/подругою. Нехай хтось грає роль продавця, а ви — покупця.

Кілька репетицій — і ви готові вийти на сцену. От побачите, усе буде добре! Тільки не зупиняйтеся. Щоразу ускладнюйте ситуації, і за якийсь час помітите, що почуваетесь набагато впевненіше.

ЯК РОБИТИ ТА ПРИЙМАТИ КОМПЛІМЕНТИ



Об'єднайтеся у пари. Розподіліть між собою ситуації на мал. 31. Підготуйте сценки про впевнену поведінку в наведених ситуаціях. Продемонструйте їх у класі.

Вам потрібно знайти вулицю і будинок, де живе ваш друг/подруга. Зверніться по допомогу до поліцейського.

На безлюдному перехресті стоїть бабуся. Вона розгублена — не знає, як перейти дорогу. Запропонуйте їй допомогу.

Ви зайшли в автобус. Треба передати водієві гроші за проїзд. Зробіть це ввічливо.

Учителька розмовляє з колегою. Вам терміново треба попросити у неї зошит. Перепросіть, зверніться з проханням і подякуйте.

Мама приготувала кашу, але сьогодні ви хочете бутерброд. Скажіть про це так, щоб мама не образилася.

Ви запізнилися на урок. Постукайте, привітайтеся, попросіть вибачення і дозволу ввійти до класу.

Мал. 31. Ситуації для моделювання впевненої поведінки

ДОМАШНЄ ЗАВДАННЯ

- Прочитайте параграф § 22 (підр. Здоров'я, безпека та добробут. 5 клас. Воронцова);
- Виконайте мозаїку до теми письмово в зошиті (дивіться наступні слайди).
- Зворотний зв'язок: Human, zhannaandreeva95@ukr.net

МОЗАЇКА ЗАВДАНЬ ДО ТЕМИ

1. Намалюйте в зошиті долоньку. Напишіть на ній імена п'яťох людей, яким довіряєте, до яких можете звернутися по допомогу.
2. Оберіть ситуації, коли діти мають звернутися по допомогу до дорослих, а коли — самостійно вирішити проблему.

Настя забула привітати Злату з днем народження.
Злата дуже засмутилася.

Оля не хоче ходити до школи, бо Віка постійно
висміює її зовнішній вигляд.

Влад позичив у Лізи улюблену ручку, але не повернув.

Олег боїться ходити до школи, тому що старшокласники
вимагають у нього гроші.

Ігор і Аріна гралися на стадіоні, коли незнайомий чоловік
попросив їх допомогти йому знайти собаку.

Артем переплутав і забрав додому змінне взуття Гліба.

МОЗАЇКА ЗАВДАНЬ ДО ТЕМИ

3. Напишіть три поради для тих, хто соромиться спілкуватися з дорослими.

4. Оцініть свої досягнення.

Я знаю, до кого можу звернутися по допомогу. ☆ ☆ ☆

Я можу визначити межі свого особистого простору. ☆ ☆ ☆

Я знаю, як долати невпевненість. ☆ ☆ ☆