

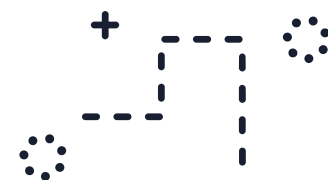
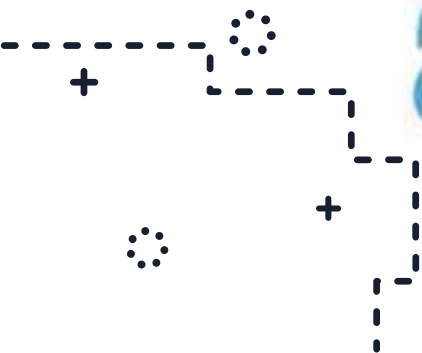
**УКРАЇНСЬКА МОВА**

**7 КЛАС**





20 МІЖНАРОДНИЙ ДЕНЬ  
щастя  
березня



Міжнародний день щастя  
запроваджено Резолюцією Генеральної  
Асамблеї ООН від 28 червня 2012 року.

20 березня 2013 року ми вперше  
святкували одне з незвичайних та  
найоригінальніших свят!

Основна мета – нагадати всім, що  
варто радіти життю і бути вдячним за всі  
подарунки долі, навіть якщо іноді вона  
підкидає не надто приємні сюрпризи.



**Письмовий твір-роздум  
дискусійного характеру  
в публіцистичному стилі  
«Що таке щастя?»**



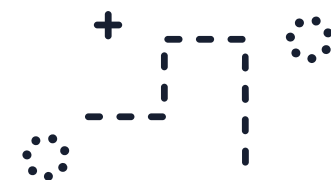
# Спіймай помилку!



1. Існують п'ять основних стилів мовлення.
2. Публіцистичний стиль використовується в художній літературі.
3. Головне призначення публіцистичного стилю – повідомлення і вплив на слухача або читача.
4. Жанри публіцистичного стилю: закони, накази, інструкції, заяви та інші офіційні документи.
5. Основними ознаками публіцистичного стилю є використання наукових термінів та слів іншомовного походження, вживання однозначних слів, чітка структура тексту тощо.



# Асоцією!



# Походження слова «щастя»



Етимологічний словник української мови за редакцією Є. Тимченка дає таке пояснення: «Спочатку у слова щастя був префікс **сь**, який колись, вірогідно, мав значення **«хороший, гарний»**, і корінь **част**, той самий, що в словах **частина, частка, частувати**. Отже, **щастя** – це **«хороша частина»**».





# Значення слова «Щастя»

- **Щастя – це стан цілковитого задоволення життям; вияв радості від спілкування з рідними, близькими; успіх, удача.**

Тлумачний словник української мови

- **Щастя – поняття моральної свідомості, що позначає стан людини, який найбільше відповідає внутрішній задоволеності повнотою й осмисленістю життя, здійсненням свого людського призначення.**

Український педагогічний словник

- **Щастя – благополуччя, земна благодать, бажання жити без горя, смутку, тривоги, спокій і задоволення взагалі, усе бажане, усе те, що заспокоює і задовольняє людину, за переконаннями, смаками і звичками її.**

Словник В. Даля



# Афоризми про щастя

<https://wordwall.net/uk/resource/63800846>



# Афоризми про щастя

- Всякий коваль свого щастя. (Народна творчість)
- Не женися за щастям – воно завжди перебуває в тобі самому. (Піфагор)
- Щастя – це коли тебе розуміють, велике щастя – це коли тебе люблять, справжнє щастя – це коли любиш ти. (Конфуцій)
- Людина створена для щастя, як птах для польоту. (Володимир Короленко)
- Людина така, яке її уявлення про щастя. (Василь Сухомлинський)
- У щастя людського є рівних два крила: троянди й виноград - красиве і корисне. (Максим Рильський)

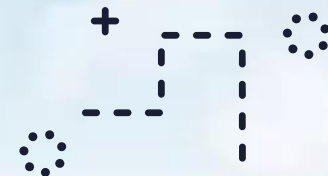


# Вгадай!



«Щаслив той, кому судилося жити в ті дні! Се будуть гарні дні, дні весняні, дні відродження народного! Передавайте ж дітям і внукам своїм вісті про давнє життя і давні порядки. Нехай живе між ними тота пам'ять серед грядущих злиднів, так, як жива іскра не гасне в попелі. Прийде пора, іскра розгориться новим огнем!»

**(Повість «Захар Беркут» І. Франка)**



# Вгадай!



«Що таке на світі щастя? — спитав би я у дуже письменних. Частенько чуєш, люди кажуть: отой щасливий. Глянеш на того щасливого, а він тобі показує на другого, а сам жалується на свою недолю».

**(Оповідання «Скарб» О. Стороженка)**



# Вгадай!

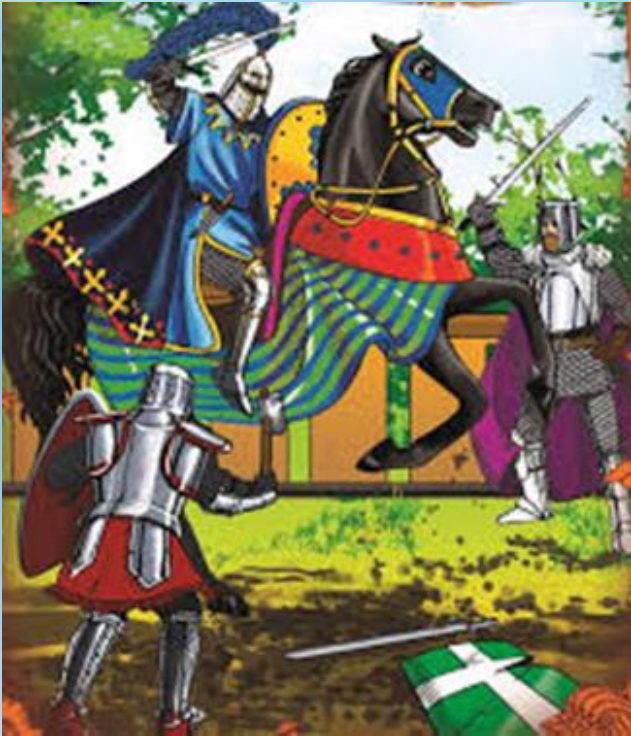


«Одні з голоду гинуть, а другі папір у ящик ховають. Хіба ж папір важніший від життя».

**(«Мишка: казка для дітей; для малих і великих» Б. Лепкого)**

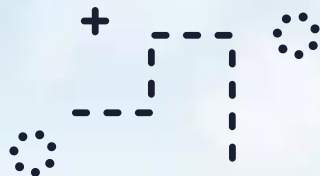


# Вгадай!



«Він довго й щасливо жив з Ровеною, бо з ранньої юності їх зв'язували узи взаємної любові. І кохали вони одне одного ще більше тому, що зазнали стільки перешкод до свого з'єднання.

**(Роман «Айвенго» В. Скотта)**

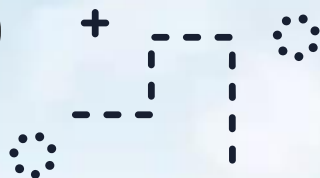


# Вгадай!



«Я розповів вам нічим не примітну історію про двох дурненьких дітей, які жили у восьмидоларовій квартирі і зовсім немудро пожертвували одне для одного найдорожчими своїми скарбами. Але до відома мудреців наших днів слід сказати, що з усіх, хто робив подарунки, ці двоє були наймудріші.

**(Новела «Дари Волхвів» О. Генрі)**





# ГОРМОНИ ЩАСТЯ



## ЕНДОРФІН

ВИКЛИКАЄ КОРОТКОЧАСНЕ  
ВІДЧУТТЯ РАДОСТІ ТА ЕЙФОРІЮ.

Виробляється в нейронах головного мозку.

Стимулює: секс, ультрафіолет,  
солодощі (особливо шоколад), спорт,  
сильні емоції.



## ДОФАМІН

ВИКЛИКАЄ ВІДЧУТТЯ  
ВПЕВНЕНOSTІ В СОБІ.

Виробляється наднирковими  
залозами і нирками.

Вироблення гормону в організмі  
збільшується при досягненні мети.



## ПРОДУКТИ ЩАСТЯ:

апельсини

полуниця

ананаси

банани

чорна смородина

шоколад

## ПРІГНІЧУЄ ГОРМОНИ ЩАСТЯ:

стрес, нікотин, алкоголь,  
антидепресанти, ендокринні,  
інфекційні, вірусні захворювання.



## ВАЗОПРЕСИН

ВИКЛИКАЄ БАЖАННЯ  
ПІКЛУВАТИСЯ ПРО ОТОЧУЮЧИХ.

Виробляється в гіпоталамусі.



## СЕРОТОНІН

ВІДПОВІДАЄ ЗА ЗАГАЛЬНИЙ  
ЕМОЦІЙНИЙ СТАН І НАСТРІЙ.

Виробляється шишкоподібною  
залозою.

Стимулятори: продукти з великим  
вмістом амінокислоти триптофан  
(фініки, сливи, інжир, томати,  
молоко, соя, чорний шоколад),  
ароматерапія, сонячні ванни.



# Спорт і гормони щастя



**Чи роблять  
тренування нас  
щасливішими,  
впевненішими та  
здоровішими?**



<https://www.facebook.com/watch/?v=255425086077606>



# Релаксуй!

Давайте з вами трішки відпочинимо.

Сядьте зручно. Розслабтесь. Зробіть кілька глибоких вдихів і видихів. Заплющте очі.

Викличте у спогадах ту мить чи той день, коли ви почувалися абсолютно щасливими. Спробуйте пригадати все у деталях.

Зверніть свою увагу на емоції, які вас переповнювали в цей момент, на відчуття у тілі. Зафіксуйте цей стан. Повільно відкрийте очі та спробуйте самі собі дати відповідь на запитання: що вам необхідно, щоб відчувати себе щасливим?



# Запам'ятай!

## Роздум

- Роздум – це висловлення, у якому встановлюються причинно-наслідкові зв'язки між явищами, подіями. До роздуму ставимо загальне питання чому?

## Будова

- У роздумі є теза основна думка, яку треба довести, а також докази, які аргументують думку. Наводяться приклади з літератури, з власного життєвого досвіду.

## Дискусія

- Дискусія обговорення якого-небудь спірного питання. Мета дискусії з'ясування й протиставлення різних поглядів, пошук істини. Дискусійний характер роздуму виявляється в тому, що одна теза роздуму заперечує іншу. Якщо тема дискусійна, то в роздумі з'являються різні твердження. Вибрати єдине правильне твердження неможливо.



# Порівняй!

## Побудова твору-роздуму дискусійного характеру

- I. Вступна частина:** чужа думка, яка привернула увагу автора; погоджується чи не погоджується автор із цією думкою; висловлення своєї думки (теза).
- II. Основна частина** (аргументи, докази).
- III. Висновок.**

## Побудова твору-роздуму

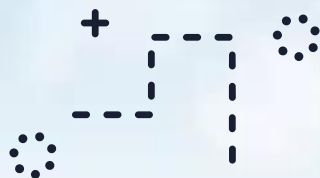
- I. Твердження** (теза), яке потребує доведення.
- II. Основна частина** (аргументи, докази).
- III. Висновок.**



# Мінідискусія

## Завдання

Кожна команда має довести, що обрана ними моральна цінність є найважливішою для щастя людини.



# Народна мудрість

Ходили по світу троє: Здоров'я, Кохання, Багатство. Застала їх ніч у дорозі. Вирішили вони попроситися переночувати. Підійшли до однієї хати, просяться на ніч. Але чоловік сказав, що в них є місце тільки для одного. Почали радитися в сім'ї, кого вони впустять до своєї хати. Стара мати вибрала **Здоров'я**, молода дочка – **Кохання**, а дружина – **Багатство**.

**А кого ви б пустили до себе в дім?**





# Дискутуй!

## Кохання



- Кохання — почуття глибокої сердечної прихильності, що охоплює низку потужних і благотворних емоційних і психічних станів.
- Кохання – це те, що було, є і буде, воно зігріває нас у свята і будні.
- Закохане серце здатне на те, щоб багато зрозуміти і вибачити.



# Дискутуй!



## Достаток

- Достаток дає можливість добре харчуватися, слідкувати за своїм здоров'ям і зовнішністю.
- Любов приходить і відходить, а їсти хочеться завжди.
- Життя цивілізованої людини передбачає певний рівень комфорту.



# Дискутуй!

## Здоров'я

- Здоров'я – найбільший скарб.
- Було б здоров'я, а все інше наживемо.
- Здоров'я маємо не дбаємо, а загубивши плачемо.



Ціль 3. Міцне здоров'я і благополуччя

Тема тижня. Піклування про довкілля та здоров'я



# Формула щастя

$$\text{Щастя} = \Lambda + (5Б) + (3В), \text{ де:}$$

$\Lambda$  — характеристики особистості: погляди на життя, характер і захоплення

Б — буття: здоров'я, фінансова стабільність, особисте життя і друзі

В — високі стандарти: самооцінка, амбіції та почуття гумору

Відповідь на кожне питання потрібно оцінити за шкалою від 1 до 10, де 1 — «точно ні»; а 10 — «точно так».

- 1. Наскільки ви відкриті світу та змін?**
- 2. Чи дивитеся ви на світ позитивно, вмієте швидко відновлюватися після невдач і відчуваєте, що життя знаходиться у вас під контролем?**
- 3. Чи ви задоволені станом свого здоров'я і фінансовим становищем? Чи відчуваєте підтримку з боку близьких?**
- 4. Чи робите ви те, що дає вам відчуття радості і руху до мети?**

Сума цифр, отриманих при відповіді на перші два питання, — це ваш показник  $\Lambda$ . Відповідь на питання № 3 — показник Б; відповідь на питання № 4 — показник В.

Кожна людина, відповівши на всі запитання, отримує певний рейтинг, який не може перевищувати 100. Чим вище цей показник, тим щасливіша людина.





# Рецепт щастя

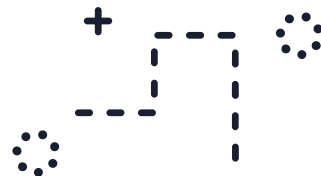
1. **Більше рухатися** – рух допомагає знизити рівень стресу.
2. **Спеціально посміхатися**, коли треба підняти собі настрій – м'язи обличчя, що відповідають за міміку, посиляють повідомлення про посмішку в мозок. У результаті людина відчуває себе щасливішою.
3. **Висипатися по 7-8 годин щодня** – варіант виспатися на вихідних про запас не прокатить.
4. **Менше користуватися гаджетами** – вони відбирають час і відволікають від справжнього життя.
5. **Вихлюпувати негатив** не через крики, а описуючи почуття на папері. Це допоможе проаналізувати причини емоцій і знайти спосіб уникати подібного в майбутньому. Самі записи потім варто спалювати.



# Розфарбуй!

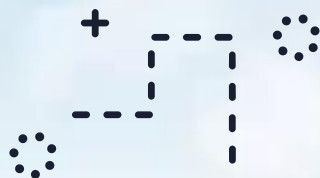


Пісня «Щастя – це...»



## Self study

Напишіть твір-роздум дискусійного характеру в публіцистичному стилі «Що таке щастя?»





# Побажання

