

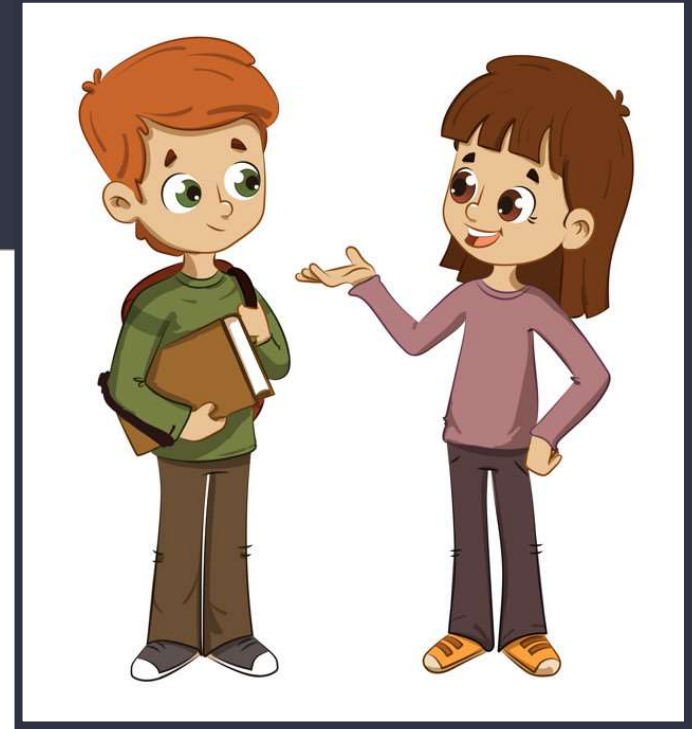
Здоров'я, безпека
та добробут

Сьогодні
21.02.25

Урок
№23



Навички ефективного спілкування



Мета: пояснити учням, чому навички ефективного спілкування є важливим елементом особистого та професійного успіху, розглянути ситуації, де вдала комунікація може мати вирішальне значення, навчити учнів активно слухати і розуміти точки зору інших людей, зазначити важливість відкритості до нової інформації та іншого підходу, навчити ефективно висловлювати свої думки та ідеї, закріпити важливість чіткості та конкретності у висловленнях, вивчення роль невербальних сигналів у спілкуванні, розгляд та практика елементів мови тіла, жестикуляції та виразів обличчя, закликати до розуміння почуттів та поглядів інших людей, вправи, що сприяють розвитку емпатії та вміння ставитися до ситуації з позиції іншої людини, навчити стратегій конструктивного вирішення конфліктів.

Сьогодні
21.02.

Організація класу

Всі за парти ми сідаємо.
До роботи приступаємо.
Щоб помилок уникати,
Треба пильність розвивати.



Пригадайте, що ми вивчали на минулому уроці.

Ми дізналися що таке спілкування, яким буває спілкування. Стилі спілкування, та як спілкуватися впевнено.



Сьогодні
21.02.

Розглянь світлини. Кого можна вважати ввічливим співрозмовником?





**Що означає
словосполучення
«активне
слухання»?**

Чому вміння слухати не менш важливе, ніж вміння говорити?

Спілкування — це діалог, під час якого людина і говорить, і слухає. Якщо людина тільки удає, що слухає, а сама відволікається і думає про своє, вона може не почути щось дуже важливе і навіть образити співрозмовника.



Сьогодні
21.02.

Робота в підручнику



**Розгляньте малюнок 63 у підручнику та знайдіть
ознаки активного слухання.**

Сьогодні
21.02.

Як розпочати спілкування

Щоб послухати улюблену радіостанцію, ви спочатку налаштовуєте радіоприймач на її хвилю. Так само й у спілкуванні — спочатку налаштовуєтесь на співрозмовника/співрозмовницю. Наприклад, по-різному починаєте розмову зі своїм найкращим другом/подругою і з директором/директоркою школи.

Спершу треба встановити невербальний контакт. Щоб вас помітив друг, ви помахаете йому рукою, плеснете по спині чи обіймете за плечі. До вчителя чи директора школи просто підійдете і станете перед ним. Коли співрозмовник подивиться вам у вічі, невербальний контакт встановлено. Відтак встановлюєте вербальний контакт. Найчастіше — за допомогою вітання. Другові/подрузі можете сказати: «Привіт! Як справи?», а до вчителя/вчительки звернетесь інакше: «Добрий день, Станіславе Івановичу. Можна вас про щось запитати?»

Привіт! Давно тебе не бачив! Як справи!

Привіт! Чудово, відпочивала в літньому таборі!





**Як спілкуватися в
незнайомій
компанії?**

Сьогодні
21.02.

Робота в підручнику



Як спілкуватися в незнайомій компанії

**У незнайомій компанії важливо
справити хороше враження. У
цьому вам допоможуть поради
психологів стосовно того, як
долати невпевненість, як починати
розмову, як підтримувати її, як
коректно завершувати
спілкування.**



Сьогодні
21.02.

**Перше враження
складається вже протягом
перших семи секунд, коли
ви бачитеся з людиною.
Тому важливо спілкуватись
максимально відкрито та
щиро.**



Як справити приємне враження



1. **Говоріть красиво.** Якщо ви хочете справити гарне враження, то повинні звернути увагу на свій голос
2. **Природність.** Поводитися природньо – означає показати співрозмовникові образ, відповідний тому, ким ви є насправді.
3. **Зоровий контакт.** Сприятливе враження справляє відкритий до себе погляд. Тому, вступаючи в розмову, важливо встановити і підтримувати зоровий або візуальний контакт зі співрозмовником.
4. **Усміхайтеся.** Усмішка – найкращий спосіб привернути до себе і показати свою доброзичливість.
5. **Дайте співрозмовнику висловитися першим.** Уміння слухати — досить рідкісний дар, тому і цінний.
6. **Проявляйте почуття гумору.** Всі ми відчуваємося добре і спокійно в компанії веселих і позитивних людей. Доречні жарти час від часу знімають стрес і напруження. Однак гумору має бути в міру, а самі жарти не повинні звучати як глузування.

Сьогодні
21.02.

Запам'ятай правила спілкування

Дивись співрозмовнику у вічі.



Сьогодні
21.02.

Запам'ятай правила спілкування

При зустрічі зі знайомими – вітайся.



Сьогодні
21.02.

Запам'ятай правила спілкування

Будь ввічливим, доброзичливим, привітним.



Сьогодні
21.02.

Запам'ятай правила спілкування

Не перебивай співрозмовника.



Сьогодні
21.02.

Запам'ятай правила спілкування

До старших звертайся на «Ви».



Сьогодні
21.02.

Запам'ятай правила спілкування

**Поважай переконання інших людей навіть тоді,
коли вони не збігаються з твоїми.**



Найголовнішим у культурі
вияву почуттів є
доброзичливість у спілкуванні
зі співрозмовником/
співрозмовницею.



Сьогодні
21.02.

Побесідуймо



**Чи знаєш ти що таке
компліменти?**

Робити комплімент — це сказати щось приємне іншій людині, висловити свою симпатію. Воно не означає підлещуватися до когось. Це вміння необхідне кожній вихованій людині. Ви можете зробити комплімент щодо зовнішнього вигляду співрозмовника (його одягу, взуття, зачіски), його умінь чи особистих якостей, наприклад почуття гумору.



**Сьогодні
21.02.**

Як зробити комплімент?

**Запитайте дозволу:
«Можна тебе про щось запитати?» або
«Дозволь тобі щось сказати».**

**Висловтесь конкретно:
«Де ти навчився так кататися на
роliках?»,
«У тебе чарівна усмішка».**

**Щиро висловіть свої почуття:
«Це просто клас!»,
«Так приємно з тобою спілкуватися».**

Чи вмієш ти приймати компліменти?

Не менш важливим є вміння приймати компліменти. Не слід відмахуватися від них, але й не треба починати вихвалятися. Якщо вас хвалять, вислухайте і тепло подякуйте. Можете зробити комплімент у відповідь: “Дякую, ти теж добре катаєшся на роликах”.



«Сядьте в коло і скажіть одне одному компліменти. Візьміть м'яч, киньте його тому учню, кого ви оберете, і скажіть цій людині комплімент. Той, кому адресований м'яч, кине його наступному і скаже свій комплімент тощо, поки м'яч не побуває у кожного».



**Чи виникли у вас труднощі у тому,
щоб зробити комплімент, і при
цьому не повторювати?
Чи приємно було отримувати
компліменти?**

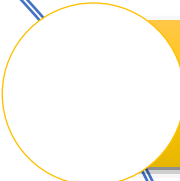


Що таке інтернет?

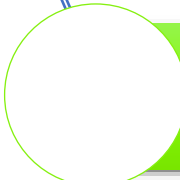


Сьогодні
21.02.

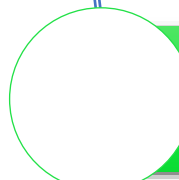
Для безпечного користування інтернетом варто дотримуватися правил:



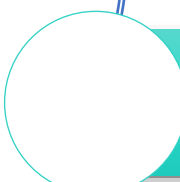
Щоб зломисники не могли отримати інформацію про ваше справжнє ім'я, вік, місце проживання тощо, використовуй нікнейм.



Використовуйте надійні паролі. Пароль має містити щонайменше 8 символів складатися з цифр, літер і спеціальних символів.



Не діліться в інтернеті паролями та іншою особистою інформацією: своєю домашньою адресою, номером телефону, номером і адресою школи.



Під час публікації використовуйте максимальні налаштування конфіденційності та безпеки, наприклад, щоб ваші публікації бачили лише друзі.



Ніколи не діліться чужими фото без згоди цих людей.





Прочитайте 10 порад безпечного інтернету та розкажіть про подібні ситуації, з якими ви стикалися в інтернеті. Обговоріть, як ви діяли, що можна було зробити інакше.



**Параграф 19
ст. 112-116 читати і
переказувати.**

**Перейдіть за QR-кодом і
послухайте аудіо. Запишіть в
зошит те, що ви почули.**



Сьогодні
21.02.

Рефлексія

- Що найбільше
сподобалося на
уроці?

- Що запам'яталося?

Хто з вас вважає, що
працював на уроці
дуже гарно?

