

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЕЛЕЦКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМ. И.А. БУНИНА»

Н. А. Гринченко

**УРОКИ
НРАВСТВЕННОСТИ
И ЗДОРОВЬЯ**

(Идеи для классного часа)

Елец – 2018

УДК 373.1.02
ББК 74.200.58
Г 85

*Печатается по решению редакционно-издательского совета
Елецкого государственного университета имени И.А. Бунина
от 28.01.2018, протокол №1*

Рецензенты:

Коротких В.И., доктор педагогических наук, доктор философских наук, доцент, заведующий кафедрой религиоведения Елецкого государственного университета им. И.А. Бунина;

Иеромонах Вячеслав (Шапоров), руководитель Епархиального Отдела по борьбе с наркоманией, алкоголизмом, табакокурением и игроманией, Настоятель Храма и информационно – просветительского центра Святителя Варсонофия Казанского Чудотворца Татарстанской Митрополии;

Горохов Кирилл Валерьевич, медицинский психолог отдела эпидемиологии Кисловодского Филиала ГБУЗ СК «Краевой центр СПИД»

Гринченко Н.А.

Г 85 Уроки нравственности и здоровья (идеи для классного часа). 2-е изд., испр. и доп. – Елец: ЕГУ им. И.А. Бунина, 2018. – 84 с.

Учебно-методическое пособие «Уроки нравственности и здоровья» адресовано, прежде всего, школьному учителю. Это – готовые сценарии уроков, которые можно использовать для проведения либо факультативного курса, либо при проведении классных часов на средней образовательной ступени. В центре внимания учителя и учащихся – три сферы знаний, умений и навыков: этические, психологические и социологические (трезвенные). «Уроки нравственности и здоровья» помогут классному руководителю в подготовке к таким темам, для которых на обычных уроках не находится места и времени: о добре и зле, о подростковых комплексах, любви, дружбе, решении конфликтов, о здоровом образе жизни и трезвости, об опасности употребления алкоголя и табака детьми и подростками. Эта книга может представлять интерес для преподавателей профиля подготовки «Образование в области безопасности жизнедеятельности».

УДК 373.1.02
ББК 74.200.58

© Елецкий государственный
университет им. И.А. Бунина, 2018

Содержание

Предисловие	4
Урок 1. Познай самого себя. Комплексы подросткового возраста.....	6
Урок 2. Познай самого себя. Как преодолеть свои комплексы и страхи?.....	12
Урок 3. Добро и зло. Добродетели и пороки.....	16
Урок 4. Добро и зло. Положительные и отрицательные качества личности.....	23
Урок 5. Добро и зло. Поступок, привычка, характер.....	28
Урок 6. Добро и зло. Поступок, привычка, характер (продолжение).....	34
Урок 7. Ценности. Наши национальные герои.....	38
Урок 8. Общение. Дружба.....	43
Урок 9. Общение. Конфликт.....	48
Урок 10. Общение. Любовь и дружба.....	54
Урок 11. Здоровый образ жизни. Что такое здоровье?.....	58
Урок 12. Здоровый образ жизни. Здоровье начинается в семье.....	65
Урок 13. Здоровый образ жизни. Первая сигарета и первая рюмка.....	69
Приложение 1. Леонид Каминский. Сочинение. Рассказ.....	74
Приложение 2. «Песня о друге» из к/ф «Путь к причалу».....	76
Приложение 3. Метод АТН (входная анкета).....	77
Приложение 4. Заключительная анкета к «Урокам нравственности и здоровья».....	78
Приложение 5. Список материалов для уроков.....	81

ПРЕДИСЛОВИЕ

Согласно Федеральному Государственному Образовательному Стандарту второго поколения (ФГОС-2) Российской Федерации, главный образовательный результат общеобразовательной школы – это личность гражданина и патриота России, человек духовный и нравственный. Образование предполагает не только обучение, но развитие и воспитание личности. Школьное образование – комплексный процесс, который осуществляется не только на уроках, но и во внеурочной деятельности.

Большую озабоченность общества вызывает проблема нравственного и физического здоровья школьников. Делаются попытки разработать как отдельные предметные дисциплинарные курсы и отдельные тематические комплексы в рамках школьных дисциплин (например, ОБЖ) по профилактике и здоровому образу жизни, так и внедрить здоровьесберегающие технологии в образовательный процесс в целом.

Нам представляется привлекательной идея использования потенциала классных часов, которые можно использовать, в том числе, и для решения проблемы формирования нравственного и физического здоровья школьников.

Предлагаемые «Уроки нравственности и здоровья» – это комплекс тем, актуальных для среднего подросткового возраста общеобразовательной школы. В этом возрасте подростка особенно волнуют такие проблемы, как его собственный имидж в глазах сверстников, в том числе чисто внешний, умение эффективно общаться, дружба, любовь. Возрастает интерес к собственной стране, её ценностям и героям. Именно эта тематика и взята за основу данного учебно-методического пособия.

Учителю предлагаются готовые сценарии классных часов, которые по форме можно проводить как обычные уроки, но по содержанию они выходят далеко за рамки тем, обсуждаемых на других уроках, и в этом их ценность для учителя. Конечно, сценарии уроков – не догма, можно менять порядок тем, можно и нужно добавлять что-то своё. Главный принцип – не навреди. Поэтому

перед обсуждением каждой из тем необходимо с помощью устного опроса или анкеты выяснить степень осведомленности учащихся по той или иной проблеме. В конце каждого урока рекомендуется подвести итоги, чтобы понять, как был воспринят учащимися тот материал, который обсуждался на уроке. В пособии предлагаются и сами вопросы, и образцы входной и выходной диагностики учащихся (см.: приложения 3, 4).

К пособию подготовлены презентации PowerPoint всех уроков, которые можно скачать на учительском сайте автора: <https://infourok.ru/user/grinchenko-natalya-aleksandrovna/material?owner=guest/>. Подготовлены видеоуроки, которые находятся в открытом доступе в YouTube (есть и ссылки в «шапке» уроков).

Предлагаемый цикл уроков прошёл апробацию с учащимися 7-го класса МБОУ СОШ №3 с углубленным изучением отдельных предметов г. Лебедяни Липецкой области в 2011/2012 учебном году. Спорные моменты были доработаны и включены в пособие.

Главная целевая группа, для которой предназначено данное пособие – это классные руководители средней образовательной ступени общеобразовательной школы. Пособие может представлять интерес и для родителей учащихся, школьных психологов, других лиц, равнодушных к проблемам воспитания подрастающего поколения.

Автор

Урок 1



Тема урока: Познай самого себя.

Подтема: Комплексы подросткового возраста.

Планируемые результаты:

Личностные: осознание собственной уникальности, формирование способности встать на позицию другого человека и увидеть ситуацию с его точки зрения.

Метапредметные: развитие умений смыслового просмотра и прослушивания этически наполненных видео и аудио материалов, умений рефлексировать, анализировать, делать выводы; планировать высказывания, ориентированные на сотрудничество со сверстниками.

Предметные: формирование первичных представлений о психофизиологических особенностях подросткового возраста.

Оборудование: ноутбук; презентация PowerPoint «Урок 1. Познай самого себя: комплексы подросткового возраста» либо видеоурок:

<https://www.youtube.com/watch?v=LnBFiGFYzOQ&t=5s&list=PL2ROcJ2akdXUgS-hMEkHAjUNOe3kJWW3q&index=2>; мультфильм «Гадкий утенок»; доска, мел; лист ватмана, фломастеры.

Структура урока

1. Приветствие.
2. Правила общения на уроках.
3. Ищем то, что нас объединяет.
4. Минилекция на тему: «Подростковые комплексы».
5. Просмотр отрывков из мультфильма Г. Бардина по сказке Г.Х. Андерсена «Гадкий утенок».
6. Итоги урока. Задание на дом.

Ход урока

Приветствие. Здравствуйте! Сегодня мы будем говорить о вас, о том, что вас волнует в общении друг с другом. Я хочу, чтобы вы научились лучше понимать самих себя и других. Согласны ли вы мне в этом помочь?

Правила общения на уроках. Для того, чтобы у нас все получилось, нам надо выработать общие правила общения на уроке. Я предлагаю Вам свой список правил, а вы можете предлагать свои.

Примерный список правил

- Не опаздывать;
- Соблюдать правила вежливости: не перебивать, уметь слушать, не повышать голос, пользоваться словами «извините», «пожалуйста», «спасибо»;
- Уважать чужое мнение;
- Не критиковать и не навешивать ярлыки друг на друга;
- Делать записи на уроке, когда это необходимо;
- Выполнять домашние задания.

(Правила составляются по инициативе учителя при участии учащихся и записываются либо на листе ватмана фломастерами, чтобы их можно было вывешивать на каждом последующем занятии, либо заносятся на отдельный слайд презентации)

1. Ищем то, что нас объединяет. Для обсуждения важных для нас вопросов давайте разделимся на маленькие группы, в чем нам поможет русская пословица: «Друга ищи – найдешь береги!». Считаем! А теперь все ребята, кому досталось слово «друг», образуют первую группу, те, кому досталось слово «ищи», вторую группу и т.д. Выберите, пожалуйста, лидеров от своих групп, которые смогут представить каждого члена своей группы по имени и сказать комплимент о каждом. Помогите своему лидеру в поиске положительных черт в каждом из членов группы.

(На этом этапе главное – нацелить учащихся на доброжелательное отношение друг к другу)

2. Минилекция на тему: «Подростковые комплексы». К подростковому возрасту относят период от 11 до 15 лет. Подростковый возраст – пора взросления. Девочки начинают превращаться в девушек, а мальчики – в юношей. Но у каждого – свой темп развития. У одних эти процессы происходят быстро, у других медленно, и это нормально, ведь каждая личность уникальна.

Как относиться к тому, что половое созревание у одних начинается раньше, чем у других? Нормально, если умственное развитие не отстает от полового развития. А если отстает? Тогда могут быть серьезные проблемы. Поэтому известный советский педагог В.А. Сухомлинский, например, не рекомендовал увлекаться мясной диетой

для детей до 12 лет, а заменять мясо молоком, творогом, растительной белковой пищей, чтобы не было акселерации, чтобы половое созревание не началось раньше, чем *«дитя поумнеет»*. С учетом того, что совершеннолетие наступает только в 18 лет, слишком торопиться взрослеть не стоит. Девочка, у которой голова до окончания школы забита учебной, а не мальчиками, только выигрывает.

Мальчики обычно созревают на 2-3 года позже девочек. С этой точки зрения, по мнению некоторых специалистов, является неправильным совместное обучение девочек и мальчиков, потому что рядом с девочками, которые в силу своих физиологических и психологических особенностей взрослеют раньше их, у мальчиков начинает формироваться комплекс неполноценности. Это оказывает отрицательное влияние на формирование мужского характера и взаимоотношения мальчиков и девочек: мальчики имеют комплексы перед более взрослыми девочками, считают девочек ябедами и зубрилами, а девочки считают мальчиков драчунами и забияками. И лишь примерно к 20 годам физиологический и психологический возраст юношей и девушек выравнивается.

Какой самый главный подростковый комплекс? Наверное, все согласятся, что это – **комплекс неполноценной внешности**. Даже очень милые девочки и симпатичные мальчики нередко считают, что с ними что-то не так: то нос не тот, то кожа не такая, то слишком худые, то слишком толстые и т.д. Через этот комплекс неполноценности проходят очень многие подростки и молодые люди. Часто этот комплекс поддерживается бестактностью сверстников, которые начинают дразнить своего товарища. Но надо помнить, что из гадких утят

часто вырастают прекрасные лебеди, а Золушка, как известно, стала принцессой. Поэтому не придумывайте для себя комплексы сами, и не обижайте других.

(Минилекция читается проблемно, с постоянным привлечением учащихся к выработке мнений и выводов)

3. Просмотр отрывков из мультфильма Г. Бардина по сказке Г.Х. Андерсена «Гадкий утенок».

Додемонстрационный этап. Ребята! Вы знаете, кто такой Ханс Христиан Андерсен? Чем он знаменит? В какой стране он жил? Когда? Какие сказки Андерсена вы читали (смотрели, слушали)?

Демонстрационный этап. Во время прослушивания найдите ответы на вопросы:

- Почему все обижали гадкого утенка? Как они его обижали?
- Как он реагировал на эти обиды?
- Каким стал гадкий утенок, когда вырос?

Последемонстрационный этап. Подумаем вместе.

- В чем поучительный урок этой сказки?
- Какие примеры из жизни своих сверстников вы могли бы привести?
- Можно ли сравнить этот нравственный урок с нравственным уроком сказки «Золушка»?
- Каждый ли может оказаться в положении «гадкого утенка?» Хотели бы вы сами оказаться в таком положении? Эта ситуация

может случиться только с ребенком или с взрослым человеком тоже?

- В чем смысл библейского изречения: «Во всем как хотите, чтобы с вами поступали люди, так поступайте и вы с ними» (Мф., 7:12).

Кто из вас видел мультфильм замечательного русского мультипликатора Гарри Бардина «Гадкий утёнок»? Давайте посмотрим несколько отрывков из этого мультфильма и ответим на вопрос: Как удалось гадкому утёнку обрести уверенность в себе и стать прекрасным лебедем?

(Учащимся предлагаются отрывки из мультфильма Гарри Бардина «Гадкий утёнок» с наиболее яркими эпизодами травли «гадкого утенка», а затем его превращения в прекрасного лебедя. Вопросы для обсуждения предъявляются на карточках или демонстрируются на слайде в презентации до просмотра отрывков. После просмотра начинается общая дискуссия. Желательно соблюдать все этапы работы: до демонстрации, в процессе демонстрации, после демонстрации)

4. Итоги урока. Что ценного мы узнали на сегодняшнем занятии? С чем вы не согласны? Почему? Выразите своё отношение к уроку аплодисментами.

(Подведение итогов – важный этап урока, т.к. помогает учащимся вспомнить основные идеи урока и сформулировать краткие выводы по рассмотренной проблеме. Для учителя это - обратная связь с учащимися, экспресс-диагностика результатов урока)

5. Задание на дом. Сочинение на выбор: «От гадкого утенка к прекрасному лебедю»; «От Золушки до принцессы».

(Выполнение задания можно начать в конце урока, а дома завершить эту работу)

Урок 2



Некоторые говорят: Пока не увижу, не поверю.
А я говорю тебе: Пока не поверишь, не увидишь.

DEMOTES.RU

Тема урока: Познай самого себя.

Подтема: Как преодолеть свои комплексы и страхи?

Планируемые результаты:

Личностные: осознание собственной уникальности и формирование способности защитить своё право на уникальность.

Метапредметные: развитие умений смыслового просмотра и прослушивания этически наполненных видео и аудио материалов, умений рефлексировать, анализировать, делать выводы; планировать высказывания, ориентированные на сотрудничество со сверстниками.

Предметные: совершенствование представлений о психофизиологических особенностях подросткового возраста.

Оборудование: ноутбук; презентация PowerPoint «Урок 2. Познай самого себя: как преодолеть свои комплексы и страхи?» либо видеоурок: <https://www.youtube.com/watch?v=yo6Bom5ZqA4&index=3&list=PL2ROcJ2akdXUgS-hMEkHAjUNOe3kJWW3q>; мультфильм «Одуванчик-толстые щеки»; доска, мел; презентация или карточки с вопросами для обсуждения мультфильма.

Структура урока

1. Приветствие.
2. Ищем то, что нас объединяет.
3. Просмотр мультфильма «Одуванчик – толстые щеки».
4. Рассказ о преодолении собственных комплексов и страхов.
5. Итоги урока. Задание на дом.

Ход урока

1. Приветствие. Здравствуйте, сегодня продолжим наше знакомство. Что такое «здравствуйте»? По-русски, поздоровавшись, мы каждый раз желаем друг другу здоровья. Давайте поздороваемся друг с другом за руку, каждый с каждым, и назовем друг друга уменьшительными ласковыми именами. Например, здравствуй, Анечка.

(Все здороваются друг с другом за рук и называют ласкательными именами. Главная цель такого приветствия – положительный настрой на общение друг с другом).

2. Ищем то, что нас объединяет. Постройтесь по дате рождения. Сгруппируйтесь по цвету волос/по цвету глаз/по росту.

(Это - упражнения-ледоколы. Они позволяют по-новому посмотреть на своих одноклассников, побуждают к поиску того, что их объединяет. Если подростки при выполнении заданий не могут организовать сами, то следует выбрать или назначить лидеров, которые и помогут остальным разобраться в ситуации).

Просмотр мультфильма «Одуванчик-толстые щеки».

Додемонстрационный этап. Давайте вспомним, о чем мы говорили в прошлый раз? Что такое комплексы? Какой мультфильм мы с вами смотрели? Что случилось с гадким утёнком? Как сложилась судьба у Золушки? Какое сочинение вы писали дома? Могли бы вы его прочитать своим одноклассникам? Почему да? Почему нет?

Демонстрационный этап. Сегодня разговор о комплексах мы продолжим. В этом нам поможем ещё один мультфильм – «Одуванчик-толстые щеки», снятый почти полвека тому назад. Автор сценария - Феликс Кривин, режиссёр - Алла Грачёва, художник-постановщик - Николай Чурилов. Фильм снят творческим объединением художественной мультипликации Киевской киностудии научно-популярных фильмов в 1972 году.

Во время просмотра найдите ответы на следующие вопросы:

- Какие недостатки были у одуванчика?
- Можно ли их действительно считать недостатками?
- Как одуванчик пытался от них избавиться?
- Как он смог решить свою проблему?

Последемонстрационный этап. Что легче: высмеять себя самому или слушать насмешки других? Почему?

(Вопросы для обсуждения предъявляются на индивидуальных карточках или демонстрируются на слайде в презентации перед просмотром отрывков. После просмотра начинается общая дискуссия. Рекомендуется соблюдение всех 3-х этапов работы над мультфильмом).

3. Рассказ о преодолении собственных комплексов и страхов.

Дорогие ребята! Какие другие комплексы и страхи, кроме комплексов внешности, вам известны? (страх высоты, публичного выступления, общения с противоположным полом, самостоятельного визита к врачу или в магазин за покупками, выполнение ответственного поручения в классе и т.д.). Вы можете привести примеры удачного преодоления комплексов и страхов из собственной жизни или

жизни своих друзей и знакомых? Вспомните, пожалуйста, об этих случаях и расскажите о них друг другу.

(В целях мотивации учащихся учитель может привести примеры о преодолении комплексов и страхов из собственного детства. Можно предложить учащимся сначала рассказать о подобных случаях друг другу в малых группах, потом заслушать самый интересный рассказ всем классом)

4. Итоги урока. Что ценного мы узнали на сегодняшнем занятии? С чем вы не согласны? Почему? Выразите своё отношение к уроку аплодисментами.

(Подведение итогов – важный этап урока, т.к. помогает учащимся вспомнить основные идеи урока и сформулировать краткие выводы по рассмотренной проблеме. Для учителя это - обратная связь с учащимися, экспресс-диагностика результатов урока)

5. Задание на дом. Подумайте, какие комплексы и страхи у вас есть, и как вы собираетесь их преодолеть. Составьте план преодоления из 5-7 пунктов и запишите его в рабочей тетради.

(Подросткам необходимо объяснить, что наличие письменного плана действий помогает поставить цель и придаёт силы для преодоления проблем)

Урок 3



В этом мире должно быть больше
доброты, нежности, улыбки, радости, мудрости, любви

RusDemotivator.Ru

Тема урока: Добро и Зло.

Подтема: Добродетели и пороки.

Планируемые результаты:

Личностные: формирование ценностного отношения к понятиям добра и зла и мотивации к самоусовершенствованию.

Метапредметные: развитие умений рефлексировать, анализировать, делать выводы.

Предметные: формирование первичных этических представлений о добре и зле, о религиозных заповедях как явлении культуры и источнике этических ценностей.

Оборудование: ноутбук; презентация PowerPoint «Урок 3. Добро и зло: добродетели и пороки» либо видеоурок:

https://www.youtube.com/watch?v=NqEpC_jeTH4&index=4&list=PL2ROcJ2a_kdXUGS-hMEkHAjUNOe3kJWW3q; доска, мел.

Структура урока

1. Приветствие.
2. Минилекция на тему: «Добро и зло. Добродетели и пороки».

3. Рассказ «Добрый поступок».
4. Итоги урока. Задание на дом.

Ход урока

1. Приветствие. Здравствуйте, давайте вспомним, о чем мы говорили на прошлом занятии? Что такое комплексы? Что такое страхи? Почему они возникают? Удалось ли вам составить план преодоления своих комплексов и страхов. Могли бы вы поделиться своими планами с одноклассниками?

(С целью снятия психологических барьеров можно предложить учащимся сначала обсудить свои планы по преодолению комплексов и страхов в парах или малых группах. Самые решительные могут поделиться своими планами со всем классом)

2. Минилекция на тему: «Добро и зло. Добродетели и пороки».

Ребята, что такое Добро?

Философы, теологи, ученые и простые люди издавна задумывались над этими вопросами. Большинство из них пришли к выводу, что *«добро – это то, что приносит благо наибольшему числу людей»*. А что такое Зло? Во всех мировых религиях имеются нравственные заповеди-ориентиры о том, как надо и как не надо поступать. По основным позициям (*«не убий»*, *«не кради»*, *«не обижай слабых»*) заповеди в мировых религиях совпадают. В христианских цивилизациях эти ориентиры сформулированы в 10 библейских заповедях, которые веками являлись основой для разработки светских нравственных правил и законов. Хотя идеал так и остался недостижим, наличие нрав-

ственных ориентиров для регулирования человеческих взаимоотношений имеет громадное значение. К сожалению, в начале третьего тысячелетия многие западные страны заявили, что христианские заповеди устарели, что уже приводит к падению нравственности и отказу от традиционных ценностей, например, семейных.

Десять христианских заповедей в трактовке современных православных священников:

1. Я есть Господь Бог твой (Бог – это не дедушка с бородой, который строго грозит пальчиком, а высший нравственный закон, суд Божий).
2. Не сотвори себе кумира (имей свою голову на плечах, никого и ничто не обожествляй, не становись рабом ложных идолов. Есть только одна сила, которой следует подчиняться. Это – 10 заповедей (Высший Нравственный Закон).
3. Не вспоминай имени господа Бога твоего всуе (не обесценивай Высший Нравственный Закон, не относись к нему формально, обыденно, не вдумываясь в содержание, бери ответственность на себя).
4. Помни день субботний (6 дней в неделю надо трудиться, а седьмой посвятить своей душе, разумному отдыху; умение отдыхать не менее важно, чем умение работать).
5. Чти отца и мать своих (уважай, цени, будь благодарен, уважай старших).

6. Не убий (человеческая жизнь – абсолютная ценность, однако убийство допускается с целью самообороны, если надо защитить своих близких, свою землю, свою Родину).
7. Не прелюбы сотвори (не предавай мужа или жену, храни супружескую верность).
8. Не укради (не присваивай себе чужого имущества).
9. Не лжесвидельствуй (не клевети, не наговаривай на другого человека)
10. Не пожелай чужого (не завидуй).

Вопрос: только ли верующих людей касаются 10 заповедей? Почему необходимо соблюдать Высший Нравственный Закон? С десятью заповедями тесно связаны понятия греха и добродетели. Что такое добродетель? В русском языке это означает деяние, делание добра. А что такое порок, грех? Это то, что приносит Зло и нарушает библейские заповеди. Легче сделаться порочным, чем добродетельным, потому что добродетель – свойство воли. Сорняк растет сам, а прекрасную розу можно вырастить, лишь заботливо ухаживая за ней. Наши добродетели – это прекрасные цветы, которые мы выращиваем сами.

Известен ли вам список основных грехов и добродетелей? Как вы думаете, какие грехи входят в этот список? Как преодолевается каждый из грехов?

Православный список основных грехов и добродетелей

Грехи	Добродетели
Гордость	Любовь, смирение

Жадность к деньгам	Нестяжание
Блуд (порочное поведение)	Целомудрие
Зависть	Трезвение (контроль за мыслями и чувствами)
Чревоугодие	Воздержание
Гнев	Кротость
Леность	Признание собственных грехов

Как понимать этот список? Это учение касается только верующих или неверующих тоже? Только взрослых или детей тоже? Являются ли эти понятия универсальными или это – просто прихоть священников? Совпадают ли основные понятия о Добре и Зле в разных культурах? Можно ли взять этот список грехов и добродетелей за образец, как можно и как нельзя жить? Почему?

Критерии различения Добра и зла

Как можно догадаться, где добро и зло? Есть ли какой-то ориентир?

Любовь. Деяние Добра начинается с любви и сострадания к ближнему. Мать готова не спать ночами и жертвовать собой, потому что любит своё дитя. Доброволец готов тратить свои силы и время, помогая слабым, больным, нуждающимся. Воин жертвует своей жизнью во имя Родины.

Стыд. Образно говоря, это - Глас Божий в сердце человека. Но стыд, если человек начинает вести порочный образ жизни, постепенно уходит, потому что наше поведение зависит от привычек. Поэтому

дурной поступок даже один раз – очень опасен, он может стать привычкой;

Общечеловеческие ценности: Истина-Добро-Красота. Во всех культурах, несмотря на ложь определенных социальных групп, есть естественное стремление к правде, к истине, к справедливости. Во всех культурах есть стремление к красоте, гармонии. Во всех культурах есть стремление к добру и преодолению зла. В каждой из культур реализуется своё понимание этих ценностей, однако, как считают некоторые учёные, это - наиболее универсальные из ценностей, вне зависимости от вероисповедания и цвета кожи.

Национальные ценности, укорененные в родной культуре: патриотизм, семья, дети, труд, мир, соборность, природа, наука, литература, искусство.

С чего начинается делание добра? Достаточно ли только думать и говорить о Добре? Почему добрые мысли и слова надо обязательно подкреплять добрыми поступками?

(Минилекция читается проблемно, с активным привлечением учащихся к выработке мнений и выводов. В лекции следует обратить особое внимание учащихся на то, что, говоря о 10 заповедях, грехах и добродетелях, мы говорим, прежде всего, о культурном этическом наследии, вне зависимости от того, идёт речь о верующих или неверующих людях. Веру никто не навязывает. Главное – нравственные правила. Также необходимо подвести подростков к мысли, что главная проверка добрых намерений это - практика, реальные поступки, что даже один дурной поступок может быть очень опасен)

3. Рассказ «Добрый поступок». Вспомните, пожалуйста, добрый поступок, который совершили вы или кто-то из ваших друзей. Расскажите об этом поступке.

*(Экологически безопасным является публичный рассказ именно о хорошем, а не плохом поступке. Всегда лучше говорить о том, как **надо** поступать. Следует учитывать, что стеснительным подросткам легче рассказать о поступке своего друга или знакомого или о своём поступке как якобы чужом)*

4. Итоги урока. Что ценного мы узнали на сегодняшнем занятии? С чем вы не согласны? Почему? Выразите своё отношение к уроку аплодисментами.

(Подведение итогов – важный этап урока, т.к. помогает учащимся вспомнить основные идеи урока и сформулировать краткие выводы по рассмотренной проблеме. Для учителя это - обратная связь с учащимися, экспресс-диагностика результатов урока)

1. Задание на дом. Вспомните поступок, за который вам стыдно. Опишите этот поступок на листе бумаги, стараясь честно признать свою неправоту. Скомкайте этот лист бумаги и выбросьте в мусорную корзину. Пообещайте себе, что это больше не повторится.

(Подросткам необходимо объяснить, что подобно тому, как лечение болезни начинается с постановки диагноза, так и преодоление дурных поступков начинается с признания их неправомерности и искреннего раскаяния)

Урок 4



Тема урока: Добро и Зло.

Подтема: Положительные и отрицательные качества личности.

Планируемые результаты:

Личностные: формирование ценностного отношения к добродетелям и мотивации к самоусовершенствованию.

Метапредметные: развитие умений рефлексировать, анализировать, делать выводы.

Предметные: углубление этических представлений о добре и зле, формирование представлений о человеческих достоинствах и недостатках.

Оборудование: ноутбук; презентация PowerPoint «Урок 4. Добро и зло: положительные и отрицательные качества личности» либо видеоурок: <https://www.youtube.com/watch?v=u2SJwkkFtg4&index=5&list=PL2ROcJ2akdXUgS-hMEkHAjUNOe3kJWW3q>; карточки с таблицей достоинств и недостатков; рассказ Леонида Каминского «Сочинение».

Структура урока

1. Приветствие.

2. Ищем то, что нас объединяет.
3. Беседа на тему: «Достоинства и недостатки».
4. Чтение и обсуждение рассказа Леонида Каминского «Сочинение».
5. Интерактивное задание «Пять положительных качеств».
6. Итоги урока. Задание на дом.

Ход урока

1. Приветствие. Здравствуйте, давайте вспомним, о чём мы с вами говорили в последний раз. В чём ценность списка 10 заповедей? В чём ценность списка грехов и добродетелей? Как вы думаете, может ли вам знание этих списков стать лучше? Почему? Смогли ли вы при выполнении домашнего задания описать поступок, за который вам стыдно? Было ли трудно признать собственную неправоту? Почему? Стало ли легче после исповеди перед самими собой? Стало ли легче после того, как вы скомкали и выбросили листок с описанием дурного поступка в мусорную корзину с намерением никогда больше так не поступать? Что нового о себе вы узнали? Как вы думаете, может ли ваше самопокаяние больше не повторять такие поступки? Кому вы смогли бы рассказать о своём дурном поступке? Когда? Почему?

(Тезисное повторение темы предыдущего урока позволяет активизировать учащихся, настроить на дальнейшее общение и ненавязчиво проверить домашнее задание)

2. Ищем то, что нас объединяет. Сгруппируйтесь по 2-5 человек с теми из одноклассников, которые, по Вашему мнению, подходят на вас внешне. Обоснуйте свой выбор. Сгруппируйтесь по 2-5 человек с теми из одноклассников, с которыми, по вашему мнению, вы похожи по характеру. Обоснуйте свой выбор.

(Это - упражнения-ледоколы. Они побуждают к поиску того, что объединяет учащихся со своими одноклассниками)

Беседа «Достоинства и недостатки». Полезно ли знать свои достоинства и недостатки? Посмотрите ещё раз на список грехов и добродетелей. Как вы думаете, каким образом список грехов и добродетелей сможет вам помочь составить представление о человеческих достоинствах и недостатках? Что можно считать достоинствами в вашем возрасте? Что можно считать недостатками? Давайте вместе составим список человеческих достоинств и недостатков. А теперь я раздам вам карточки с таблицей достоинств и недостатков: в левом столбике достоинства, в правом – недостатки. Согласны ли вы с такой классификацией? Подумайте, какие качества можно добавить в эти списки. Добавьте их в пустые строки. Отметьте знаком «+» положительные качества, а знаком «-» отрицательные качества, которые присущи именно вам.

Достоинства	+	Недостатки	-
Трудолюбие		Капризность	
Скромность		Грубость	
Честность		Драчливость	
Открытость		Обидчивость	
Ответственность		Зазнайство	
Правдивость		Трусость	
Вежливость		Лень	
Отзывчивость		Хвастливость	
Общительность		Хамство	

Добросовестность		Равнодушие	

(Необходимо ещё раз продемонстрировать список грехов и добродетелей, чтобы связать этот список с представлениями о достоинствах и недостатках личности. Важно не просто рассуждать о том, что является достоинствами и недостатками личности, но помочь учащимся в самоанализе, само-refлексии. Заполненные учащимися карточки следует собрать для обработки результатов. Опрос можно проводить анонимно, хотя дети обычно не стесняются говорить о своих достоинствах и недостатках)

3. Чтение и обсуждение рассказа Леонида Каминского «Сочинение» (см.: Приложение 1).

Дотекстовый этап. Каких детских и юношеских писателей вы знаете? Известны ли вам какие-нибудь рассказы для детей и подростков о положительных и отрицательных качествах личности? Какие именно? Читали ли вы рассказы Леонида Каминского? Какие? Давайте прочитаем рассказ Леонида Каминского «Сочинение».

Текстовый этап. В процессе чтения найдите ответы на следующие вопросы: Какое задание на дом получила Лена? Что делала мама, когда Лена выполняла домашнее задание? Что написала Лена в своём сочинении? Помогала ли она маме на самом деле? Как это характеризует Лену? Какие отрицательные качества ей надо преодолеть? (Лень, лицемерие, безответственность). В какие годы был написан этот рассказ? Почему вы так думаете? Актуален ли он для современных детей?

Послетекстовый этап. Ответьте на вопросы по тесту? А вы помогаете своим родителям? Каким образом? Как вы относитесь к своим домашним обязанностям? Они вас тяготят? Они вам нравятся? Почему?

(Рассказ лучше прочитать вслух (хотя можно дать задание и для чтения про себя), т.к. уровень сопереживания при коллективном чтении вслух всегда выше. Это может сделать либо сам учитель, либо кто-то из ребят – хороших чтецов. При организации обсуждения рассказа важно соблюдать все 3 этапа работы)

4. Интерактивное задание «Пять положительных качеств».

А теперь выберем самые лучшие свои качества. Возьмите листок бумаги, положите на него свою ладонь и обведите каждый палец ручкой или фломастером. Получилась ваша рука. А теперь на место каждого из пальчиков впишите свои 5 положительных качеств. Объясните, почему вы так считаете, какими конкретными поступками эти качества подтверждаются.

(Здесь важно помочь учащимся не просто декларативно заявить о своих положительных качествах, но и сопоставить их со своими конкретными поступками)

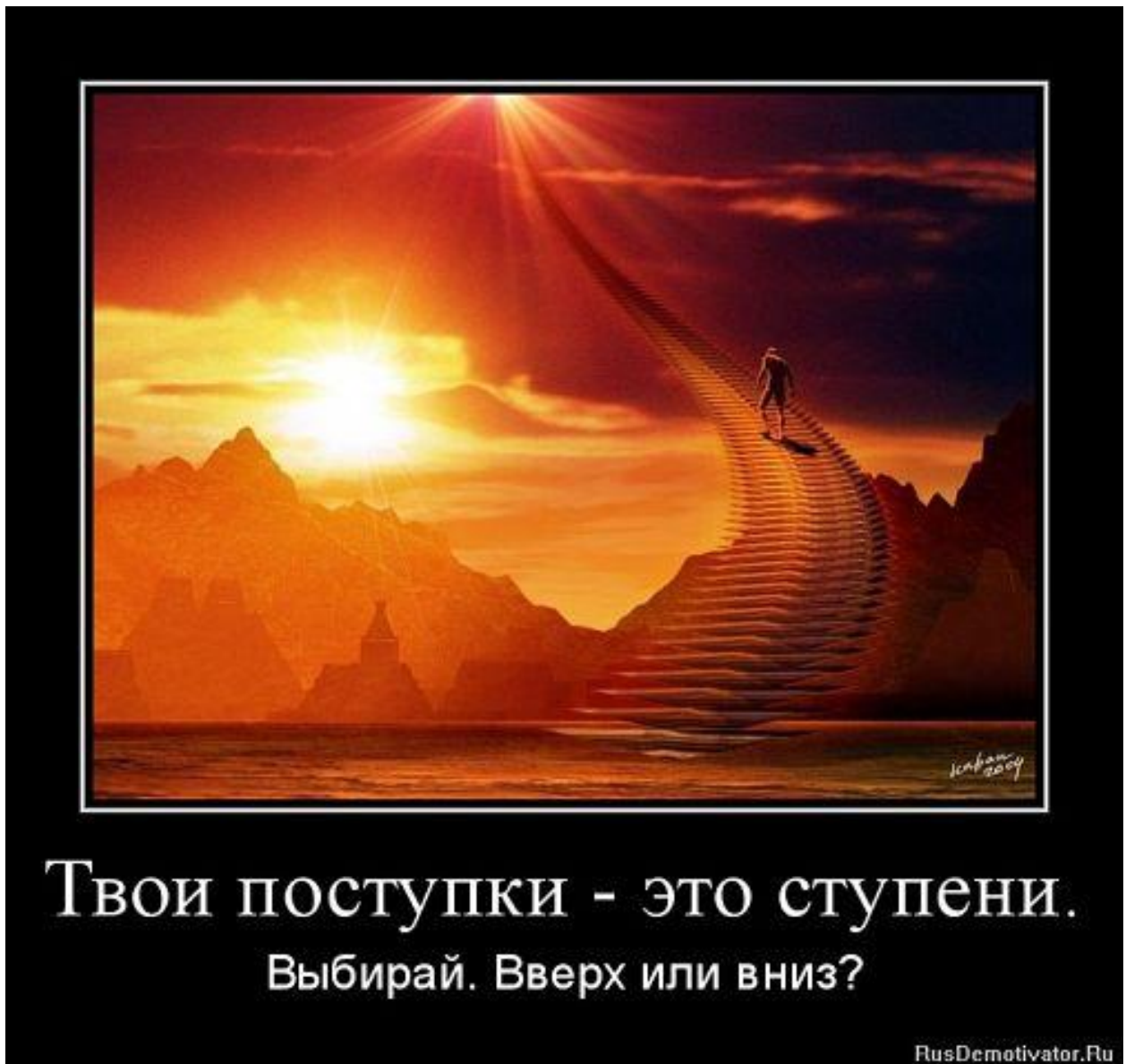
5. Итоги урока. Что ценного мы узнали на сегодняшнем занятии? С чем вы не согласны? Почему? Выразите своё отношение к уроку аплодисментами.

(Подведение итогов – важный этап урока, т.к. помогает учащимся вспомнить основные идеи урока и сформулировать краткие выводы по рассмотренной проблеме. Для учителя это - обратная связь с учащимися, экспресс-диагностика результатов урока)

6. Задание на дом. Сочинение на тему: «Мои положительные и отрицательные качества: как мне стать лучше?»

(Начать выполнение задания можно в конце урока, а дома завершить эту работу)

Урок 5



Тема урока: Добро и зло

Подтема: Поступок, привычка, характер.

Планируемые результаты:

Личностные: формирование ценностного отношения к добродетелям и мотивации к самоусовершенствованию.

Метапредметные: развитие умений рефлексировать, анализировать, делать выводы.

Предметные: формирование первичных представлений о взаимосвязях поступка, привычки и характера.

Оборудование: ноутбук, презентация PowerPoint «Уроки 5-6. Добро и зло: поступок, привычка, характер» либо видеоурок:

<https://www.youtube.com/watch?v=-jUxoaMk758&list=PL2ROcJ2akdXUGS-hMEkHAjUNOe3kJWW3q&index=6>; доска, мел.

Структура урока

1. Приветствие.
2. Подведение итогов опроса «Положительные и отрицательные качества личности».
3. Беседа на тему: «Поступок, привычка, характер».
4. Анкета «Как среагировать на предложение совершить дурной поступок?»
5. Итоги урока. Задание на дом.

Ход урока

1. Приветствие. Здравствуйте, давайте вспомним, о чём мы с вами говорили в последний раз. Какие положительные качества личности вы знаете? Каковы отрицательные качества личности? Почему их считают положительными и отрицательными качествами? Какими ориентирами для этого вы пользуетесь? Почему? Смогли ли вы описать свои положительные и отрицательные качества в домашнем сочинении? Смогли бы вы прочитать своё домашнее сочинение своему другу, соседу по парте, всему классу? Почему?

(Тезисное повторение темы предыдущего урока позволяет активизировать учащихся, настроить на дальнейшее общение и ненавязчиво проверить выполнение домашнего задания)

2. Подведение итогов опроса «Положительные и отрицательные качества личности». Ребята, по итогам опроса на прошлом уроке выяснилось, что все вы нашли у себя те или иные поло-

жительные качества. Все 10 положительных качеств из списка не нашел у себя никто. Что касается отрицательных качеств, то все отрицательные качества нашёл у себя один человек. Не нашёл у себя ни одного отрицательного качества тоже 1 человек.

<i>Положительные качества</i>	<i>Отрицательные качества</i>
<p>Нашли у себя:</p> <p>2 качества: 2 человека</p> <p>3 качества: 2 человека</p> <p>5 качеств: 3 человека</p> <p>6 качеств: 1 человека</p> <p>7 качеств: 4 человека</p> <p>8 качеств: 4 человека</p> <p>9 качеств: 3 человека</p> <p>Все 10 качеств не нашел у себя никто.</p>	<p>Нашли у себя</p> <p>1 качество: 2 человека</p> <p>2 качества: 2 человека</p> <p>3 качества: 5 человека</p> <p>4 качества: 3 человека</p> <p>5 качеств: 4 человека</p> <p>7 качеств: 1 человека</p> <p>Все отрицательные качества: 1</p> <p>Не нашёл у себя ни одного отрицательного качества: 1</p>

(В отчете следует выделить именно те основные положительные (трудолюбие и др.) и отрицательные (грубость, и др.) качества, которые нашли у себя сами учащиеся)*

3. Беседа на тему: «Поступок, привычка, характер». Что такое характер? В чем проявляется характер? О каком человеке говорят, что у него добрый характер (волевой, веселый, «ангельский», упрямый)?

Психологи считают, что характер человека это - **4 группы отношений:**

- *Отношение к другим людям* (общительность, замкнутость, равнодушие, чуткость, зависть и т.п.);

* В данном фрагменте урока анализируются материалы опроса школьников г. Лебедяни, где проводилась апробация данного цикла занятий.

- *Отношение человека к своему делу* (трудолюбие, лень, ответственность, инициативность, халатность и т.п.);
- *Отношение человека к самому себе* (скромность, тщеславие, самокритичность, сомнение, самоуничижение и т.п.);
- *Отношение человека к вещам* (аккуратность, бережливость, ответственность, расточительность и т.п.) (см.: презентацию 3)

Характер начинается с **поступка**. Какую пословицу вы знаете о поступке, привычке и характере («*Посеешь поступок, пожнешь привычку, посеешь привычку – пожнешь характер, посеешь характер – пожнешь судьбу*»). С чего начинается поступок? (С мысли о поступке). Как можно предотвратить дурной поступок? (Прекратить даже думать о нем) Как легче совершить добрый поступок? (Запланировать, где, когда и как вы это сделаете). Если поступок повторяется несколько раз, то он может перейти в **привычку**. Поэтому великий советский педагог А.С. Макаренко считал, что воспитание человека реализуется через формирование его повседневных привычек. Привычка – переходный мостик между поступком и характером.

Нужно ли иметь характер, чтобы сказать «нет» там, где все говорят «да»? Согласны ли вы с тем, что дурному поступку часто бывает

гораздо легче сказать «да», чем «нет»? Почему? Кто может сказать «нет»? Трус? Смелый человек? Почему? Чем отличается стадо или толпа от личности? (*«Когда покорное стадо переходит на сторону зла, надо иметь мужество, чтобы остаться на стороне добра»*)

В чем **смысл жизни** человека? Дети? Дом? Машина? Богатство? Образование? А если у человека нет детей или машины, он что – плохой? Что должно быть главной **целью** жизни для любого человека? Согласны ли вы с утверждением: главное - быть **хорошим человеком!** Что значит хороший человек? (Это тот, кто умеет отличать добро от зла и поступает по совести!)

Откуда во взрослом мире берутся негодяи, взяточники, подлецы, воры, убийцы и т.п.? Они сразу такими становятся? Можно ли утверждать, что начало всему доброму и злему идет из детства? Как защитить себя от зла с самого детства? Как не превратится в негодяя и преступника? Что нужно делать, чтобы стать хорошим человеком? Откуда можно «черпать адреналин», без вреда для себя и окружающих людей? (Спорт, походы, соревнования, игры, музыка, живопись, кино, театр, дружеское общение). Добрые дела объединяют людей. Злые дела тоже объединяют, но такая группа становится поначалу просто безнравственной, а потом преступной.

(Учащиеся – полноправные участники беседы и принимают активное участие в выработке мнений и выводов)

4. Анкета «Как среагировать на предложение совершить дурной поступок?» Вам будут предложены карточки с заданием «Вы-

брать подходящие для вас 3 ответа». В правом верхнем углу напишите свой пол и возраст. Фамилию и имя указывать не нужно.

(Анонимность анкеты позволяет надеяться на большую правдивость высказываний учащихся)

5. Итоги урока. Что ценного мы узнали на сегодняшнем занятии? С чем вы не согласны? Почему? Выразите своё отношение к уроку аплодисментами.

(Подведение итогов всего курса важно для мониторинга ситуации и установления обратной связи. Для учителя это - обратная связь с учащимися, экспресс-диагностика результатов урока)

6. Задание на дом. Подготовьте устный отчет о добрых поступках, совершенных за последние 2 недели.

(Задание на отчет о дурных поступках давать не следует, т.к. в этом случае есть риск скрытого программирования детей на негатив)

Урок 6



Тема урока: Добро и зло

Подтема: Поступок, привычка, характер (продолжение).

Планируемые результаты:

Личностные: формирование мотивации и потребности к самоусовершенствованию.

Метапредметные: развитие умений рефлексировать, анализировать, делать выводы.

Предметные: совершенствование представлений о взаимосвязях поступка, привычки и характера.

Оборудование: ноутбук, презентация PowerPoint «Уроки 5-6. Добро и зло: Поступок, привычка, характер» либо видеурок: <https://www.youtube.com/watch?v=-jUxoaMk758&list=PL2ROcJ2akdXUgS->

hMEkHAjUNOe3kJWW3q&index=6, презентация PowerPoint с анализом анкет о дурном поступке, доска, мел, фломастеры, бумага для рисунков.

Структура урока

1. Приветствие.
2. Анализ анкеты «Как среагировать на предложение совершить дурной поступок?».
3. Беседа «Характер начинается с поступка».
4. Задание «Нарисуйте свой характер».
5. Итоги урока. Задание на дом.

Ход урока

1. Приветствие. Здравствуйте, ребята! Какие добрые поступки вы совершили за последние две недели? Почему вы считаете, что это были добрые поступки? Где, когда, что чувствовали при этом?

(Повторение основных моментов предыдущего урока позволяет активизировать учащихся и ненавязчиво проверить домашнее задание)

2. Анализ анкеты «Как среагировать на предложение совершить дурной поступок?».

Ребята! Я проверила ваши анкеты, которые вы заполняли на прошлом уроке, и с удовольствием сообщаю, что большинство из вас (12 человек из 18) во всех трех ответах, хотя бы на словах, полностью отвергли предложение совершить дурной поступок. К сожалению, 5 человек, хотя бы в одном ответе сказали, что подумают, и 2 человека считают, что один раз можно попробовать это сделать*. Как вы дума-

* В данном фрагменте урока анализируются материалы опроса школьников г. Лебедяни, где проводилась апробация данного цикла занятий)

ете, не слишком ли рискуют те ребята, которые считают, что один раз можно попробовать? Почему?

(Для большей наглядности, отчет об анализе анкет следует давать с презентацией)

3. Беседа «Характер начинается с поступка».

В прошлый раз мы говорили с Вами о характере человека. Давайте вспомним, что такое характер. (Характер это – четыре группы отношений: к себе, к окружающим людям, к делу и к предметам окружающего мира). Какую формулу характера мы вывели на прошлом занятии? Какая народная мудрость лежит в основе этой формулы? (*Посеешь поступок, пожнешь привычку, посеешь привычку, пожнешь характер, посеешь характер, пожнешь судьбу*).

Формула судьбы: поступок-привычка-характер-судьба (ППХС). Надежда на то, что можно сделать что-то дурное без риска для своей дальнейшей судьбы – это иллюзия. Можно ли один раз попробовать прыгнуть с десятого этажа? Или подставить руку ядовитой змее? Или броситься под машину? Скорее всего, дело закончится увечьем или гибелью. А ведь каждый дурной поступок тоже может иметь аналогичные последствия. Поэтому к каждому своему поступку надо относиться серьезно. Даже один неправильный поступок может привести к беде. Какие истории вы знаете о положительных или отрицательных поступках людей? Каковы были последствия?

4. Задание «Нарисуйте свой характер». Ребята, сейчас вы получите чистые листочки, на которых я предлагаю вам нарисовать свой

характер. Это может быть любое животное, растение, предмет. Можно нарисовать 2-3 рисунка, но не более трех. Листочки с рисунками можно не подписывать, желающие могут указать свою фамилию. Время выполнения задания – 3-5 минут.

5. Итоги урока. Что ценного вы узнали на сегодняшнем занятии? С чем вы не согласны? Почему? Выразите своё отношение к уроку аплодисментами.

(Подведение итогов – важный этап урока, т.к. помогает учащимся вспомнить основные идеи урока и сформулировать краткие выводы по рассмотренной проблеме. Для учителя это - обратная связь с учащимися, экспресс-диагностика результатов урока)

6. Задание на дом. Сочинение на тему: «Что я могу сделать, чтобы воспитать в себе хороший характер?»

(Выполнение задания можно начать в конце урока, а дома завершить эту работу)

Урок 7



Тема урока: Ценности.

Подтема: Наши национальные герои

Планируемые результаты:

Личностные: формирование мотивации и потребности к самоусовершенствованию.

Метапредметные: развитие умений смыслового просмотра и прослушивания этически наполненных видео и аудио материалов, развитие умений рефлексировать, анализировать, делать выводы.

Предметные: формирование представлений о гордости и гордыни, об истинном героизме, о национальных героях России.

Оборудование: ноутбук, презентация PowerPoint «Урок 7. Ценности: наши национальные герои» либо видеоурок:

<https://www.youtube.com/watch?v=TBsJIFK1K6w&list=PL2ROcJ2akdXUgS-hMEkHAjUNOe3kJWW3q&index=7>; видео ролик «Кто ваш супергерой?» доска, мел, презентация PowerPoint с анализом рисунков характера.

Структура урока

1. Приветствие.
2. Анализ задания «Нарисуйте свой характер».
3. Беседа на тему: «Ценности и герои».
4. Просмотр и обсуждение ролика «Кто для тебя супергерой?»
5. Итоги урока. Задание на дом.

Ход урока

1. Приветствие. Здравствуйте, сегодня продолжим наше знакомство. О чем мы говорили в прошлый раз? Давайте вспомним, как взаимосвязаны поступок, привычка и характер. Доброжелательное отношение к людям – это тоже – привычка? Доброжелательное отношение к людям тренируется в конкретных поступках? Давайте потренируемся в добром отношении друг к другу. Давайте вспомним, как можно поприветствовать друг друга как можно сердечнее. И при этом скажем как можно больше комплиментов друг другу: «*Рада Вас видеть!*», «*Я с удовольствием вспоминаю нашу последнюю встречу*», «*С нетерпением ждал новой встречи*» и т.д. Комплименты надо говорить искренне, с уважением, с любовью. Сколько позитива вы направляете человеку, столько позитива вернется и вам. Будьте рады людям, и в ответ они тоже будут рады вам. Будьте доброжелательны и вежливы, и у вас всё получится.

(Учащиеся здороваются друг с другом и говорят друг другу комплименты, потом делятся приобретённым опытом с одноклассниками)

2. Анализ задания «Нарисуйте свой характер». Из рисунков этого задания видно, что половина из вас (10 из 18) настроены на улыбку, 2 достаточно грозно, остальные – нейтрально*.

(С целью большей наглядности, анализ работ учащихся желательно проводить с использованием презентации)

3. Беседа на тему: «Ценности и герои». Что такое «ценности»?

Ценности – это то, что ценят конкретный человек, народ, страна. Давайте вспомним общечеловеческие и наши национальные ценности, о которых мы уже говорили с вами на предыдущих уроках. Как вы думаете, связаны ли ценности с представлениями о добре и зле, добродетелях и пороках? Каким образом? Почему у разных народов и разных людей разные герои? Кто такой антигерой? Почему так случилось, что в наши дни в современной Украине в разных частях страны – разные национальные герои? Воины Великой отечественной войны, победившие фашизм, герои? А в мирное время есть герои? Кто они? Почему?

Зависит ли поведение отдельных людей, народов и даже целых стран от того, кто их герои? Каким образом? Какими героями гордится Россия? Почему? Можно ли быть героем труда?

(Главное в беседе – обратить внимание учащихся на связь представлений о героизме с представлениями о добре и зле)

* В данном фрагменте урока анализируются материалы опроса школьников г. Лебедяни, где проводилась апробация данного цикла занятий)

4. Просмотр и обсуждение ролика «Кто для тебя супергерой?» и документального фильма «Воплощённая мечта».

Додемонстрационный этап. Кто, на Ваш взгляд, является героем молодежи в современной России? А кто такие истинные герои? Каких национальных героев вы знаете?

Демонстрационный этап. Во время просмотра ролика и документального фильма ответьте на следующие вопросы:

- Каких супергероев называют молодые россияне?
- О каких героях рассказано в документальном фильме. Почему именно они истинные герои?
- Каких героев Великой Отечественной войны вы знаете еще? А в вашем крае были герои? Кто? Какие подвиги они совершили? Каких героев царской России вы знаете? Какие подвиги они совершили?
- Какие подвиги можно совершить в мирное время? Какими достижениями нашей страны во время эпохи СССР и в современной России можно гордиться?

Последемонстрационный этап.

- 1) Ответьте на вопросы, поставленные перед фильмом.
- 2) Дискуссия: Нужно ли знать свою историю? Нужно ли знать своих героев? Нужно ли знать о достижениях своей страны? Почему? Почему надо уважительно относиться к своему прошлому? Чем мы можем гордиться сейчас? Что нужно делать, чтобы было, чем гордиться?

(Вопросы для обсуждения предъявляются на индивидуальных карточках или демонстрируются на слайде в презентации перед просмотром. После просмотра начинается общая дискуссия. Рекомендуется соблюдение всех 3-х этапов работы).

5. Итоги урока. Что ценного мы узнали на сегодняшнем занятии? С чем вы не согласны? Почему? Выразите своё отношение к уроку аплодисментами.

(Подведение итогов – важный этап урока, т.к. помогает учащимся вспомнить основные идеи урока и сформулировать краткие выводы по рассмотренной проблеме. Для учителя это - обратная связь с учащимися, экспресс-диагностика результатов урока)

6. Задание на дом. Сочинение на одну из выбранных тем: «Почему нужны национальные герои?»; «Герои родного края».

(Выполнение задания можно начать в конце урока, а дома завершить эту работу)

Урок 8



На вопрос, что есть друг
Аристотель ответил... Одна душа в двух телах

Тема урока: Общение.

Подтема: Дружба.

Планируемые результаты:

Личностные: формирование уважительного отношения к дружбе и верности.

Метапредметные: развитие умений смыслового просмотра и прослушивания этически наполненных видео и аудио материалов, развитие умений рефлексировать, анализировать, делать выводы; развитие нравственных чувств.

Предметные: формирование представлений об истинной дружбе как ценности человеческого общения.

Оборудование: ноутбук, презентация PowerPoint «Урок 8. Общение: дружба» либо видеоурок:

<https://www.youtube.com/watch?v=xTixGt0W9Ao&index=8&list=PL2ROcJ2akdXUgS-hMEkHAjUNOe3kJWW3q>; песня о друге, песня о собаке, доска, мел.

Структура урока

1. Приветствие.
2. Прослушивание песни о друге.
3. Беседа о дружбе.
4. Прослушивание песни С. Копыловой о собаке.
5. Итоги урока. Задание на дом.

Ход урока

1. **Приветствие.** Здравствуйте, давайте вспомним, о чём мы говорили на прошлом занятии. Что такое «ценности»? Чем герой отличается от антигероя? Кто служит добру, тот герой? Кем и чем может гордиться человек, народ, страна? Почему нужны национальные герои?

(Повторение основных моментов предыдущего урока позволяет лучше активизировать учащихся и установить обратную связь)

2. **Прослушивание песни о друге.**

Додемонстрационный этап. Как вы думаете, дружба – это ценность? Почему? Сегодня мы поговорим о дружбе как ценности человеческого общения. Известны ли вам какие-нибудь песни о дружбе? Какие именно? Кто их исполняет?

Демонстрационный этап. Послушайте старую известную советскую «Песню о друзьях» в исполнении детского хора Центрального

радио и телевидения СССР. Музыка Владимира Шаинского, Михаила Матусовского. Постарайтесь понять, о чём поётся в этой песне? О чем поётся в этой песне? Кто её исполняет? Понравилось ли Вам это исполнение? Почему? Слушали ли вы эту песню в каком-нибудь другом исполнении? Какие качества дружбы называются в песне? Согласны ли вы с такой оценкой дружбы? (см.: Приложение 4)

Последемонстрационный этап. Какие другие песни или стихи о дружбе вам известны? Известна ли вам песня о друге В. Высоцкого?

(Во время прослушивания песни рекомендуется соблюдение всех 3-х этапов работы).

3. Беседа о дружбе. Что такое дружба? С чего начинается дружба? Кого можно назвать настоящим другом? Мама может быть другом? А папа? А сестра? А брат? А бабушка? А дедушка? Почему? Что самое главное для дружбы?

Можно ли чувствовать себя одиноким рядом с другом? В каких случаях? Дружба помогает человеку стать лучше? А если отношения с человеком делают вас хуже, это дружба? А если люди объединяются, что затравить более слабого и беззащитного – это дружба? Посмотрите на слайд «*Против кого будем дружить?*». Почему именно обезьян взяли в качестве примера такой дружбы? Вы знаете сверстников, который дружат против кого-то? Почему? Дурные дела и поступки объединяют или разъединяют людей? Почему преступники часто предают и даже убивают друг друга? Что означает выражение: «*Отдать жизнь за други своя*»? Может ли друг предать? Что означает выражение «*заклятый друг*»? Может ли стать другом бывший

враг? При каких обстоятельствах? Есть ли у вас настоящие друзья? Почему вы так считаете?

4. Песня Светланы Копыловой о собаке.

Додемонстрационный этап. Кто такая Светлана Копылова? Какие её песни вы знаете? Слышали ли вы её песню о собаке?



Демонстрационный этап. Во время прослушивания и просмотра видеоролика песни найдите ответы на следующие вопросы: Собака может быть другом? Какое качество ценят люди в собаке? Только ли о собаке эта песня? Есть ли здесь намек и людям на то, что друзей предавать нельзя?

Последемонстрационный этап. Возможна ли безграничная преданность между людьми? Какие примеры вам известны? Кто способен отдать жизнь за других людей?

(Во время просмотра ролика с песней рекомендуется соблюдение всех 3-х этапов работы).

5. Итоги урока. Что ценного мы узнали на сегодняшнем занятии? С чем вы не согласны? Почему? Выразите своё отношение к уроку аплодисментами.

(Подведение итогов – важный этап урока, т.к. помогает учащимся вспомнить основные идеи урока и сформулировать краткие выводы по рассмотренной проблеме. Для учителя это - обратная связь с учащимися, экспресс-диагностика результатов урока)

6. Задание на дом. Сочинение: «Дружба это - союз единомышленников, объединенных добрыми делами». Скачать: песню и слова к «Песне о друге» Владимира Высоцкого; к «Песне о друге» из к/ф «Путь к причалу» в исполнении Эдуарда Хила (Валерия Ободзинского, группы «Любэ»). Проведите Интернет-исследование и узнайте, какие песни о друге или дружбе есть в современной России.

(Письменное выполнение задания (сочинение) можно начать в конце урока, а дома завершить эту работу)

Урок 9



Тема урока: Общение.

Подтема: Конфликт.

Планируемые результаты:

Личностные: формирование уважительного отношения к другому человеку.

Метапредметные: развитие умений смыслового просмотра и прослушивания этически наполненных видео и аудио материалов, развитие умений рефлексировать, анализировать, делать выводы; развитие нравственных чувств; развитие умения выбирать правильную стратегию решения конфликта.

Предметные: формирование представлений о конфликте как составляющей общения и способе разрешения противоречий между людьми.

Оборудование: ноутбук, презентация PowerPoint «Урок 9. Общение: конфликт» либо видеоурок: <https://www.youtube.com/watch?v=FD-Ia9o-HuE&index=9&list=PL2ROcJ2akdXUGS-hMEkHAjUNOe3kJWW3q>; отрывки из фильма «Чучело», доска, мел.

Структура урока

1. Приветствие.
2. Просмотр отрывков из фильма «Чучело».
3. Минилекция о конфликте.
4. Итоги урока.
5. Задание на дом.



Ход урока

1. Приветствие. Тема и цели урока. Здравствуйте, давайте вспомним, что такое дружба? Почему люди начинают дружить? Что самое главное в дружбе? Почему вам так понравилась песня о собаке? Какие песни о дружбе вы смогли скачать? Есть ли песни о дружбе, написанные в современной России. Если да, то какие? Смогли ли вы написать домашнее сочинение о дружбе? Могли бы вы его прочитать другу, соседу по парте, всему классу?

(Повторение пройденного важно для активизации учащихся и установления обратной связи)

2. Просмотр отрывков из фильма «Чучело».

Додемонстрационный этап. Посмотрите отрывки из фильма известного режиссера Роллана Быкова «Чучело». Кто уже видел этот фильм? Кто знает, о чем он? Понравился ли вам этот фильм? Почему? Во время просмотра подумайте над следующими вопросами.

Демонстрационный этап:

- 1) Все ли ребята в классе были такими жестокими и трудными или их кто-то постоянно «заводил»?
- 2) Кто был отрицательным лидером в классе?
- 3) Как вы думаете, зачем этой девочке понадобилась эта травля ни в чем неповинной одноклассницы? Чего она хотела этим добиться?

Последемонстрационный этап.

- 1) Ответьте на вопросы, поставленные перед фильмом.

2) Ответьте на вопросы анкеты. Фамилию и имя указывать не надо.

3) Давайте обсудим варианты, которые вы предлагаете? Каковы их плюсы и минусы?

(При просмотре отрывков из фильма рекомендуется соблюдение все 3-х этапов работы)

Анкета «Что бы я сделал (а) не её месте?»

Пол, возраст

Выберете тот ответ, который соответствует вашему мнению или напишите свой вариант решения проблемы:

Если бы я оказалась не месте затравленной девочки из фильма «Чучело», то я бы:

Терпела дальше эти издевательства / плюнула ей в лицо/ подра-
лась/бросилась ей в ноги стала умолять больше так не де-
лать/рассказала о преследовании в Интернете/написала письмо на те-
левидение и пригласила их в наш класс разобраться с ситуаци-
ей/пожаловалась классному руководителю/пожаловалась директору
школы/пожаловалась родителям девочки/ пожаловалась своим роди-
телям. Что еще? _____

*(При возникновении трудностей учитель помогает заполнять анкету, а
заполненные анкеты собирает на обработку)*

3. Минилекция о конфликте. Что такое конфликт? Почему он возникает между людьми? Как он может проявляться? Как может вести себя преследователь? Как может вести себя жертва преследования? Как можно избежать конфликта? Как можно решить конфликт?

Конфликт – это столкновение интересов, ситуация, когда каждый *«тянет одеяло на себя»*. Конфликт возникает там, длительно накапливается напряжение, неприязнь, негативные эмоции, враждебность, где люди не хотят разговаривать друг с другом и решить проблему, а надеются, что ситуация решится сама собой. Чаще всего сама собой ситуация решится не может. Надо действовать.

Конфликт – это нарыв, который надо вскрыть, чтобы ликвидировать гнойник. Люди этого не знают и часто просто терпят, что может привести к трагедиям. Как можно решить конфликт? Психологи описали следующие стратегии, выработанные человеческой практикой:

Стратегии поведения в конфликтной ситуации

Продавливание		Сотрудничество
	Компромисс	
Уход		Избегание

Продавливание – победа любой ценой. Победителей в таких случаях не бывает. Даже раб рано или поздно начинает бунтовать.

Уход – просто уйти. Можно, если вам вместе, как говорится, «детей не крестить» и в одной школе не учиться. Но чаще всего это невозможно.

Избегание – делаешь вид, что ничего не происходит, остаёшься на месте, терпишь плевки и пощечины, не предпринимая попыток решить конфликтную ситуацию. Это – тупик. Обидчик обнаглеет еще больше. До беды – один шаг!

Компромисс. Можно кого-то не любить, можно полностью не разделять взгляды на жизнь, но при этом уважать человека, не обижать его, не превращаться в хама и подлеца, который жаждет чужой крови. Можно просто мирно сосуществовать, не вмешиваясь в дела друг друга, признавая право другого человека быть самим собой.

Сотрудничество. Подружиться с противником. Постараться искренне его понять, увидеть достоинства, «раскрыть душу» навстречу друг другу, ведь от любви до ненависти – один шаг. Не всегда реально, но бывает.

Как вы думаете, какая из стратегий самая лучшая? Почему? Как вы сами решаете конфликты: с незнакомыми людьми, с друзьями, учителями, родителями? Вы могли бы рассказать о каком-нибудь конфликте, который вам удалось удачно разрешить?

(Минилекция читается проблемно, с постоянным привлечением учащихся к выработке мнений и выводов)

4. Итоги урока. Что ценного вы узнали на сегодняшнем занятии? С чем вы не согласны? Почему? Выразите своё отношение к уроку аплодисментами.

(Подведение итогов – важный этап урока, т.к. помогает учащимся вспомнить основные идеи урока и сформулировать краткие выводы по рассмотренной проблеме. Для учителя это - обратная связь с учащимися, экспресс-диагностика результатов урока)

5. Задание на дом. Сочинение на тему: «Конфликт, который мне удалось успешно решить».

(*Выполнение задания можно начать в конце урока, а дома завершить эту работу*)

Урок 10



Тема урока: Общение.

Подтема: Любовь и дружба.

Планируемые результаты:

Личностные: формирование уважительного отношения к дружбе и любви.

Метапредметные: развитие умений рефлексировать, анализировать, делать выводы; развитие нравственных чувств.

Предметные: формирование представлений о любви как ценности человеческого общения.

Оборудование: ноутбук, презентация PowerPoint с анализом анкеты; презентация PowerPoint «Урок 10. Общение: любовь и дружба» либо видеоурок:

<https://www.youtube.com/watch?v=ncpVDU9vYPw&list=PL2ROcJ2akdXUgS-hMEkHAjUNOe3kJWW3q&index=13>; отрывки из х/ф «В Моей смерти прошу винить Клаву К».

Структура урока

1. Приветствие. Тема и цели урока.
2. Анализ анкеты «Что бы я сделал (а) на её месте?»
3. Беседа о любви.
4. Показ отрывков из х/ф «В моей смерти прошу винить Клаву К».
5. Итоги урока. Задание на дом.

Ход урока

1. Приветствие. Здравствуйте, давайте вспомним, о чем мы говорили на предыдущем занятии? Смогли ли Вы написать сочинение о конфликте, который вам или вашему другу (знакомому) удалось решить? Хотели бы вы зачитать своё сочинение своему другу, соседу по парте, всему классу?

(Рекомендуется предложить учащимся зачитать свои домашние сочинения друг другу сначала в парах или в малых группах, потом желающие могут прочитать своё сочинение всему классу)

2. Анализ анкеты «Что бы я сделал (а) на её месте?» Какой выход из положения, предлагаемый вашими одноклассниками, вам кажется более правильным? Почему? Какие ошибки совершила Лена? В чём заключалось неправильное поведение одноклассников? Приходилось ли вам сталкиваться с подобными случаями в реальной жизни? Как решалась проблема?

(Для большей наглядности, рекомендуется представить результаты анализа анкеты в презентации)

3. Беседа о любви. Можно ли влюбиться в детском возрасте? Согласны ли вы с великим русским поэтом А.С. Пушкиным, который сказал, что «*любви все возрасты покорны*»? Как взаимосвязаны любовь и дружба?

В одной из лекций известный православный педагог Илия Шугаев сказал, что выйти замуж или жениться по любви невозможно. Как вы думаете, почему? (Потому что любовью имеет право называться только то, что проверено временем. Все остальное – просто влюбленность, и без духовной близости и готовности вместе делить горе и радости, т.е. без дружбы, эти чувства быстро проходят и могут даже превратиться в ненависть).

Что испытывает влюбленный человек? Почему часто наступает разочарование в объекте влюбленности? Почему так много разводов? Какие самые главные качества нужны в семейной жизни? (Умение прощать чужие ошибки и слабости, справедливое разделение домашних обязанностей, умение пожалеть и понять друг друга). Любовь между мужчиной и женщиной предполагает дружбу? Ваши родители - друзья?

(Главное в беседе о любви с подростками – сохранить целомудренное отношение к любви, не свести разговор к физической близости и контрацепции, как это стало «модно» в некоторых сомнительных программах секспросвета)

4. Показ отрывков из фильма «В Моей смерти прошу винить Клаву К».

Додемонстрационный этап. Смотрели ли вы фильм «В моей смерти прошу винить Клаву К.»? Когда был снят этот фильм? Какие

известные артисты в нём снимались? (Фильм вышел на экраны в 1979 году. В главной роли снялся Владимир Шевельков. В фильме снималась известная артистка Любовь Полищук. Режиссёры фильма: 1) Николай Лебедев – автор х/ф «Волкодав», «Звезда», «Легенда 17», «Экипаж»; Эрнест Ясан. Последний также является автором сценария). Понравился ли вам этот фильм?

Демонстрационный этап. Во время просмотра отрывков найдите ответы на следующие вопросы: Как и когда познакомились главные герои. Какой характер был у Клавы? Верной ли подругой была Клава? Какая девочка по-настоящему любила нашего героя? Почему вы так думаете? Кто из девочек смог бы стать для героя хорошей женой? Как, по вашему мнению, сложится последующая жизнь героев?

Последемонстрационный этап. Как вы думаете, нужно ли задумываться о будущей семейной жизни в Вашем возрасте? Нужно ли готовить молодежь к будущей семейной жизни? Почему? Каким образом?

(В процессе обсуждения отрывков из фильма рекомендуется соблюдать все 3 этапа работы над фильмом)

5. Итоги урока. Что ценного мы узнали на сегодняшнем занятии? С чем вы не согласны? Почему? Выразите своё отношение к уроку аплодисментами.

(Подведение итогов – важный этап урока, т.к. помогает учащимся вспомнить основные идеи урока и сформулировать краткие выводы по рассмотренной проблеме. Для учителя это – обратная связь с учащимися, экспресс-диагностика результатов урока)

6. Задание на дом. Посмотреть полную версию фильма «В моей смерти прошу винить Клаву К.». Написать сочинение: «Девчонка/мальчишка, с которой/которым я хотел бы/хотела бы дружить».

(Выполнение задания можно начать в конце урока, а дома завершить эту работу)

Урок 11



Тема урока: Здоровый образ жизни.

Подтема: Что такое здоровье?

Планируемые результаты:

Личностные: формирование ценностного отношения к здоровью.

Метапредметные: развитие умений рефлексировать, анализировать, делать выводы.

Предметные: формирование первичных представлений о здоровье и здоровом образе жизни.

Оборудование: ноутбук; презентация PowerPoint «Урок 11. Здоровый образ жизни: что такое здоровье?» либо видеоурок:

<https://www.youtube.com/watch?v=PZfU13bs4W8&list=PL2ROcJ2akdXUgS-hMEkHAjUNOe3kJWW3q&index=10>; доска, мел.

Структура урока

1. Приветствие.
2. Беседа: «Умею ли я мыслить позитивно?».
3. Минилекция: «Здоровый образ жизни».
4. Итоги урока. Задание на дом.

Ход урока

1. Приветствие. Здравствуйте, предлагаю начать урок с хорошего настроения. Пусть каждый назовет себя по имени и скажет, что красивого-хорошего он сегодня видел. Показываю. Меня зовут ..., сегодня по дороге на работу я видела, как прекрасна золотая осень в России. А теперь скажите, что видели красивого-хорошего сегодня видели вы.

(Это – интерактивное упражнение-ледокол, нацеленное на поиск прекрасного в окружающем мире)

2. Беседа: «Умею ли я мыслить позитивно»? Психологи утверждают: если хочешь, чтобы у тебя все было хорошо, улыбнись, настроение сразу улучшится, и все дела пойдут на лад. Улыбка заряжает человека положительной энергией. У него появляются силы для многих дел. Улыбка заряжает и окружающих людей. С улыбчивым человеком приятно общаться, и хочется с ним дружить. Давайте улыбнемся. Замечательно! Каждый раз старайтесь увидеть в окружа-

ющем мире, прежде всего, красивое и хорошее, как пчелка, которая садится только на цветы и, в отличие от мух, никогда не ищет драгоценный нектар на помойках. От помоек надо держаться подальше, а если можно, то лучше их убрать и посадить цветы, верно?

(Цель беседы – мотивировать учащихся на поиск прекрасного в окружающем мире)

3. Минилекция на тему: «Что такое здоровье?». Сегодня мы поговорим о здоровье и здоровом образе жизни. Как вы думаете, здоровье и положительные и отрицательные качества личности как-нибудь связаны? Исследования показывают, что долгожители обычно отличаются положительным настроем к жизни и к людям. Как правило, они трудолюбивы и активны. Бездельники и злые люди долго не живут.

Как вы думаете, из каких компонентов состоит здоровье? Всемирная организация здравоохранения считает, что здоровье это - состояние полного физического, духовного и социального благополучия. Здоровье – это не просто отсутствие болезней, а именно благополучие. И на 50% это благополучие зависит от нас, от нашего образа жизни!

Что следует понимать под **социальным благополучием**? Это - наличие семьи, друзей, материальное благополучие и социальная защищённость. В вашем возрасте – это, конечно, учёба и хорошая успеваемость.

Что следует понимать под **духовным благополучием**? Духовно благополучным человеком, наверное, можно назвать того, для кого

главное – не урвать кусок побольше, а поделиться с ближним, для кого материальное благо не самоцель. Духовно благополучный человек имеет высокие духовные запросы. Он любит природу, искусство, творчество. Духовно благополучный человек готов пожертвовать личным благом во имя высокой цели. Он всегда готов потесниться ради ближнего своего. Духовно богатый человек готов служить людям.

Что следует понимать под **физическим благополучием**?

Конечно, нужны **внешние условия**: воздух, тепло, свет. Без воздуха человек погибает за считанные минуты. Люди также нуждаются в жилье, в одежде, защищающей от жары и холода, в солнечном свете, свежем воздухе, свежих и безопасных продуктах питания.

Конечно, нужны **внутренние условия**: надо поддерживать постоянную температуру тела, физическую форму, иммунитет. Для этого надо соблюдать правило: *«Солнце, воздух и вода, наши лучшие друзья»*. Надо много ходить пешком в любую погоду, чтобы *«ветер в лицо»*. Одеваться надо по погоде. Очень опасной является мода оголять поясницу, она пришла к нам из южных стран и для нашего климата не подходит. В прохладную погоду надо носить головной убор. Во всех культурах даже летом было принято надевать платочки, шляпки и шляпы, кепки и т.д. Вредная привычка обходиться без головного убора в прохладные весенние или осенние дни часто заканчивается простудой. Руки и ноги тоже надо держать в тепле. Но и слишком кутаться не стоит. Лучше надевать несколько слоев одежды по принципу луковицы: майка, тонкий свитер, жилет согреют намного лучше,

чем просто толстый свитер. Кроме того, одевшись по принципу луковицы, в зависимости от самочувствия и погоды, вы можете легко снять лишний предмет одежды.

Вода. Вода – важнейший элемент для жизни после воздуха. Без воды человек погибает через несколько дней. Организм нуждается в чистой воде. Подростку требуется несколько стаканов чистой некипяченой воды, обязательно очищенной через фильтр, в сутки, кроме супа, чая, компота и т.д. Полезно выпить стакан воды утром натощак, в течение дня полезно выпить по стакану воды за час до еды и через 2 часа после еды. Правильный водный режим – необходимое условие здоровья.

Здоровое питание. Русская поговорка гласит: *«Щи да каша пища наша»*. Простая здоровая пища намного полезнее, чем кулинарные изыски, потому что продукты в них не подвергаются излишней обработке. Чтобы быть здоровым, лучше есть продукты, выращенные в родной местности, а еще лучше – на собственной даче. Заморские фрукты и овощи обычно срывают незрелыми и покрывают специальным составом, чтобы они подольше хранились и выдержали далекое путешествие до вашего ближайшего магазина. И это, конечно, ухудшает их качество.

Сейчас общепризнанной является система раздельного питания. Главный принцип раздельного питания состоит в том, чтобы не смешивать белки и углеводы, т.е. после куска мяса не надо есть фрукты или конфеты. Жиры можно смешивать как с белками, так и с углево-

дами. Фрукты, арбузы, дыни лучше есть отдельно от всего: за 2 часа до основной еды или через 2 часа после еды.

Надо избегать есть фаст-фуд (быстрое питание) и генномодифицированные продукты. Фаст-фуд расстраивает пищеварение и не обеспечивают организм необходимыми полезными веществами. Генномодифицированные продукты могут нанести удар как по вашему здоровью, так и по здоровью будущих поколений.

Физическая культура. Есть много лекарств, которые можно заменить движением, но нет такого лекарства, которое можно использовать ВМЕСТО движения. Двигаться надо много и каждый день. Это обязательные прогулки пешком в школу и обратно (если, конечно, школа находится не очень далеко от дома), посещение уроков физической культуры, занятия в спортивных и оздоровительных клубах, танцы и т.п.

Правильное сочетание труда и отдыха. Здоровый сон. Каждый день, в конце каждой недели, в конце каждой четверти надо находить время для отдыха. Лучший вид отдыха – активный, связанный со здоровыми увлечениями и движением. Спать в подростковом возрасте надо много – около 10 часов. Чтобы хорошо выспаться, подростку надо ложиться не позже 9 часов вечера, каждый день в одно и то же время. Ученые сегодня опровергли миф о «жаворонках» и «совах». Мы все запрограммированы быть «жаворонками», т.е. рано ложиться и рано вставать. Привычка поздно ложиться и поздно вставать – наша расплата за блага цивилизации – изобретение электричества. В холодное время года потребность в сне выше, чем летом.

Режим дня. Вся природа живет по ритмам: день сменяется ночью, за зимой следует весна и т.д. Человек – часть природы, и, если он хочет жить в гармонии с самим собой и с природой, ему надо этим законам подчиняться. Когда спросили у известного священника, с чего начинается воспитание ребенка, то он ответил: «С режима дня!» Каким может быть ваш режим дня в рабочие дни? В выходной день?

(Минилекция читается проблемно, с активным привлечением учащихся к выработке мнений и выводов. Желательно применение электронной презентации лекции)

4. Итоги урока

(Подведение итогов – важный этап урока, т.к. помогает учащимся вспомнить основные идеи урока и сформулировать краткие выводы по рассмотренной проблеме. Для учителя это - обратная связь с учащимися, экспресс-диагностика результатов урока)

5. Задание на дом. Составить в письменной форме режим дня в рабочие дни, в выходной день. Подготовить устный рассказ о том, как заботятся о здоровье члены вашей семьи.

(Выполнение данного задания рекомендуется начать в конце урока, а дома завершить, т.к., несмотря на кажущуюся простоту, оно может вызвать определенные трудности)

Урок 12



Тема урока: Здоровый образ жизни.

Подтема: Здоровье начинается в семье.

Планируемые результаты:

Личностные: формирование ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни, уважительного отношения к собственному здоровью и здоровью окружающих людей; формирование мотивации к самоусовершенствованию.

Метапредметные: развитие умений смыслового просмотра и прослушивания этически наполненных видео и аудио материалов, развитие умений рефлексировать, анализировать, делать выводы.

Предметные: углубление представлений о здоровье и здоровом образе жизни; формирование представлений о роли психологического климата для здоровья членов семьи, формирований о вреде табака и алкоголя; диагностика отношения учащихся к алкоголю, табаку и наркотикам.

Оборудование: ноутбук; презентация PowerPoint «Урок 12. Здоровый образ жизни: здоровье начинается в семье» либо видеурок:

https://www.youtube.com/watch?v=5bB04o_CJ4&index=11&list=PL2ROcJ2a_kdXUgS-hMEkHAjUNOe3kJWW3q; мультфильм «Здоровье начинается дома»; доска, мел; чистые листы бумаги, фломастеры или цветные карандаши; фрагменты портретов людей, которые ведут здоровый и нездоровый образ жизни.

Структура урока

1. Приветствие.
2. Диагностика отношения учащихся к алкоголю, табаку и наркотикам.
3. Просмотр и обсуждение мультфильма «Здоровье начинается дома».
4. Итоги урока. Задание на дом.

Ход урока

1. Приветствие. Здравствуйте, давайте продолжим наше знакомство. Давайте вспомним, о чем мы говорили в прошлый раз? Что такое здоровье? Почему важно сохранять духовное благополучие? Что такое социальное здоровье? От чего зависит физическое здоровье? Почему важно соблюдать режим дня? Составили ли вы режим дня для будних дней? Для праздников? Поделитесь своим режимом дня с товарищем по парте, с классом.

(Цель – настроить учащихся на соблюдение естественных биоритмов жизни, соблюдение режима дня. Важно ещё раз подчеркнуть, что здоровье – это не только физическое благополучие)

2. Диагностика отношения учащихся к алкоголю, табаку и наркотикам. Дорогие ребята! Кто из Вас пробовал алкоголь? Пиво и энергетические «напитки» – алкоголь? Квас – алкоголь? Кефир – ал-

коголь? Что считается алкоголем? (Алкогольсодержащая продукция с содержанием алкоголя свыше 1,5% относится к алкоголю. Это значит, что на стакан жидкости приходится лишь 1/3 часть чайной ложки спирта). Кто из вас пробовал курить? Что именно? Стыдно ли признаться в том, что вы пробовали алкоголь и табак? Почему? Что такое наркотики? (Наркотик это то, что дурманит сознание. Это – яд, который убивает медленно. В широком смысле, к наркотикам относятся некоторые лекарства, которые может выписать только врач и которые можно приобрести только строго по рецепту, и бытовая химия. Есть и классические наркотики, которые можно назвать просто: «дурь» или «зелье». В медицине некоторые из них очень нужны и успешно применяются для лечения и спасения людей. Для развлечения это – деградация и смерть! От дури, как известно, умный человек будет держаться подальше. Сейчас я предлагаю вам заполнить небольшой опросный листок о вашем отношении к алкоголю, табаку и наркотикам.

(Подробная инструкция о том, как провести письменный опрос, содержится в приложении 2)

3. Просмотр и обсуждение мультфильма «Здоровье начинается дома».

Допросмотровый этап. Сейчас вы посмотрите мультфильм «Здоровье начинается дома», снятый по заказу Всемирной Организации здравоохранения в 1973 году. Постановщики фильма: сценарист Евгений Данилович Агранович, художник-постановщик Лев Исаакович Мильчин, режиссёр – Иван Петрович Иванов-Вано, урождённый Иванов.

Просмотровый этап. Во время просмотра мультфильма найдите ответы на следующие вопросы: Какой образ жизни ведут папа, мама и их маленький сын? Как выглядит их дом? Вам приятно на них смотреть? Почему? Что случилось в этой семье? Как была решена проблема?

Послепросмотровый этап. Что замышлял «Черный человек»? Почему его злой умысел не осуществился вначале? Почему ему удалось реализовать свой злой умысел потом? Что случилось с мамой, папой, сыном? Как выглядел их дом после ссоры? Кто выгнал «Черного человека»? Вернулось ли в эту семью счастье и благополучие? Где теперь «Черный человек» и есть ли опасность, что он к кому-то снова придет? Как от него спастись? Правильно ли делают мама и папа, когда на праздник предлагают своему сыну (дочке) выпить немного шампанского, пива или вина? Почему?

(Вопросы для обсуждения предъявляются до прослушивания и просмотра отрывков на карточках или демонстрируются на слайде в презентации. После просмотра мультфильма учащиеся вначале обсуждают эти вопросы в малых группах, потом начинается общая дискуссия).

4. Итоги урока.

(Подведение итогов – важный этап урока, т.к. помогает учащимся вспомнить основные идеи урока и сформулировать краткие выводы по рассмотренной проблеме. Для учителя это - обратная связь с учащимися, экспресс-диагностика результатов урока)

5. Задание на дом. Сочинение: «Как организовать здоровый образ жизни в семье?».

(Выполнение задания можно начать в конце урока, а дома завершить эту работу)

Урок 13



Тема урока: Здоровый образ жизни.

Подтема: Первая сигарета и первая рюмка.

Планируемые результаты:

Личностные: формирование ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни, уважительного отношения к собственному здоровью и здоровью окружающих людей; формирование мотивации к самоусовершенствованию;

Метапредметные: развитие умений рефлексировать, анализировать, делать выводы;

Предметные: совершенствование представлений о вреде алкоголя и табака.

Оборудование: ноутбук, презентация PowerPoint «Урок 13. Здоровый образ жизни: первая сигарета и первая рюмка» либо видеоурок:

<https://www.youtube.com/watch?v=a6lBoQB9h6k&index=12&list=PL2ROcJ2akdXUgS-hMEkHAjUNOe3kJWW3q>; мультфильмы «Минздрав СССР предупреждает»; «Курение вредно для Вашего здоровья», «Ваше здоровье», доска, мел.

Структура урока

1. Приветствие.
2. Просмотр и обсуждение мультфильма «Минздрав СССР предупреждает».
3. Просмотр и обсуждение мультфильма «Ваше здоровье».
4. Итоги цикла уроков. Задание на дом.

Ход урока

1. Приветствие. Здравствуйте, давайте вспомним, о чём мы с вами говорили в прошлый раз. Какое сочинение вам было задано на дом? Кто расскажет, как можно организовать здоровый образ жизни в семье? Вы согласны? Не согласны? Почему?

(Повторение пройденного важно для активизации учащихся и установления обратной связи)

2. Просмотр и обсуждение мультфильма «Минздрав СССР предупреждает».

Додемонстрационный этап: Как вы ведёте себя в ситуациях, когда Вам предлагают что-то вредное или опасное, например, алкоголь или сигареты? Как Вы думаете, нужно проявить больше мужества, чтобы сказать «да» в этой ситуации или «нет»? Что труднее? Как вы думаете, все ли в жизни надо пробовать? Можно попробовать прыгнуть в пропасть? А попробовать броситься под машину? А попробовать подставить руку ядовитой змее? Вы бы рискнули это сделать? Почему это опасно? Опасно ли пробовать курить в первый раз? Почему? Знаете ли вы кого-нибудь, кто только попробовал курить и больше никогда не пробовал? Знаете ли вы ребят, которые думали, что просто попробуют курить, а теперь стали курильщиками?

Демонстрационный этап. Посмотрите мультфильм «Курение вредно для Вашего здоровья» (авторы: Мстислав Купрач, А. Меншиков, В.Милованов) и ответьте, что произошло с мальчиком, который из любопытства начал курить? Откуда взялась первая сигарета? По-

чему, по Вашему мнению, он закурил? Сколько потом сигарет появилось в его жизни? Почему? Что стало с его внешностью?

Последемонстрационный этап. Ответьте на вопросы, поставленные перед фильмом. Как поступите вы, если вам предложат закурить? Посоветуйтесь с товарищем по парте? Поделитесь своим мнением с группой.

3. Просмотр и обсуждение мультфильма «Ваше здоровье».

Додемонстрационный этап. Какой мультфильм о здоровье мы с вами смотрели в прошлый раз? (Здоровье начинается в семье) О чём был этот фильм? Кто поставил этот фильм? Понравился ли вам этот фильм? Почему?

Демонстрационный этап. Сегодня мы посмотрим другой мультфильм тех же авторов под названием «Ваше здоровье». Во время просмотра мультфильма найдите ответы на следующие вопросы: Как воспитывали главного героя родители? С каким здоровьем он вышел в большую жизнь? В каком возрасте? Как помогло герою его «железное» здоровье в самостоятельной жизни? Что случилось с главным героем и почему?

Последемонстрационный этап. Как воспитывали главного героя родители? С каким здоровьем он вышел в большую жизнь? В каком возрасте? Как помогло герою его «железное» здоровье в самостоятельной жизни?

Какой красивый поступок он совершил? Курила ли девушка, которую он встретил? Какой образ жизни она вела? Чего герой добился в жизни примерно к 24 годам? Занимался ли он спортом? Где и как

он учился и работал, с какими отметками получил диплом о высшем образовании? Что ему в этом помогло? Что помешало ему в дальнейшем быть здоровым? Почему? В каком возрасте и почему он начал пить и курить? Щадил ли он свое здоровье? Как отнеслись к герою собутыльники и что они сказали, когда после очередной выпивки он упал под стол?

В каком возрасте он обратился к врачу? Помогли ли ему таблетки и микстуры восстановить потерянное здоровье? Почему встретив спасенную им девушку еще раз, он не смог воспользоваться случаем и построить свое личное счастье? А девушка смогла устроить свою жизнь? Почему?

Что герой потерял в жизни из-за алкоголя и табака? В каком возрасте он стал больным человеком и полностью потерял свое здоровье? Какого цвета было его здоровье в начале фильма, в середине, в конце? Вам было жалко его здоровье? Почему?

Какой рецепт дают авторы фильма, чтобы это был не конец? Какие выводы для своего образа жизни вы сделали лично для себя?

(Вопросы для обсуждения предъявляются до прослушивания и просмотра отрывков на карточках или демонстрируются на слайде в презентации. После просмотра мультфильма начинается общая дискуссия. В процессе обсуждения фильма следует обратить внимание учащихся на то, что герой фильма начал пить и курить достаточно поздно (после 24 лет), но даже это его не спасло. Необходимо подвести подростков к выводу о том, что если даже такому взрослому парню (начал пить и курить в 24 году) алкоголь и табак поломали жизнь, то насколько же больше рискует подросток, который ещё не сформировался как личность и ничего в жизни не добился, если он начинает пить и курить. Рекомендуется соблюдать все этапы работы над фильмом)

4. Итоги цикла уроков. Что ценного мы узнали на сегодняшнем занятии? На других занятиях? С чем вы согласны? Не согласны? Почему? Выразите своё отношение к нашим урокам аплодисментами. Заполните, пожалуйста, анкету: «Моё отношение к урокам нравственности и здоровья» (см.: приложение 4). Анкета анонимная, поэтому просим вас писать об уроках максимально откровенно. Нам просто важно знать ваше мнение.

(Подведение итогов всего курса важно для мониторинга ситуации и установления обратной связи. Для учителя это - обратная связь с учащимися, экспресс-диагностика результатов всего цикла уроков)

5. Задание на дом. Итоговое сочинение-размышление на тему: «Что я думаю о наших уроках нравственности и здоровья?»

(Для большей мотивации учащихся к написанию сочинения, можно зачесть это сочинение как сочинение по литературе на свободную тему.)

ПРИЛОЖЕНИЕ 1. ЛЕОНИД КАМИНСКИЙ. СОЧИНЕНИЕ.

РАССКАЗ

Лена сидела за столом и делала уроки. Смеркалось, но от снега, лежавшего во дворе сугробами, в комнате было ещё светло.

Перед Леной лежала раскрытая тетрадь, в которой было написано всего две фразы: «Как я помогаю маме. Сочинение».

Дальше работа не шла. Где-то у соседей играл магнитофон. Слышно было, как Алла Пугачева настойчиво повторяла: «Я так хочу, чтобы лето не кончалось!...».

«А правда, – мечтательно подумала Лена,- хорошо, если бы лето не кончалось!... Загорай себе, купайся, и никаких тебе сочинений!».

Она снова прочитала заголовок: «Как я помогаю маме». «А как я помогаю? И когда тут помогать, если на дом столько задают!».

В комнате загорелся свет: это вошла мама.

– Сиди, сиди, я тебе мешать не буду, я только в комнате немного приберу. – Она стала протирать книжные полки тряпкой.

Лена начала писать:

«Я помогаю маме по хозяйству. Убираю квартиру, вытираю тряпкой пыль с мебели».

– Что же ты свою одежду разбросала по всей комнате? – спросила мама. Вопрос был, конечно, риторическим, потому что мама и не ждала ответа. Она стала складывать вещи в шкаф.

«Раскладываю вещи по местам», – написала Лена.

– Кстати, передник твой постирать бы нужно, – продолжала мама разговаривать сама с собой.

«Стираю белье», написала Лена, потом подумала и добавила: «И глажу».

– Мама, у меня там на платье пуговица оторвалась, – напомнила Лена и написала: «Пришиваю пуговицы. Если нужно».

Мама пришила пуговицу, потом вышла на кухню и вернулась с ведром и шваброй. Отодвигая стулья, стала протирать пол.

– Ну-ка, подними ноги, – сказала мама, проворно орудуя тряпкой.

– Мама, ты мне мешаешь! – проворчала Лена и, не опуская ног, написала: «Мою полы».

Из кухни потянуло чем-то горелым.

– Ой, у меня картошка на плите! – крикнула мама и бросилась на кухню.

«Чищу картошку и готовлю ужин», – написала Лена.

– Лена, ужинать! – позвала из кухни мама.

– Сейчас! Лена откинулась на спинку стула и потянулась.

В прихожей раздался звонок.

– Лена, это к тебе! – крикнула мама.

В комнату, румяная от мороза, вошла Оля, одноклассница Лены.

– Я ненадолго. Мама послала за хлебом, и я решила по дороге – к тебе.

Лена взяла ручку и написала: «Хожу в магазин за хлебом и другими продуктами».

– Ты что, сочинение пишешь? – спросила Оля. – Дай-ка посмотреть.

Оля заглянула в тетрадь и прыснула:

– Ну, ты даёшь! Да это же всё неправда! Ты же всё это сочинила!

– А кто сказал, что нельзя сочинять? – обиделась Лена. – Ведь потому и называется: со-чи-не-ние!

ПРИЛОЖЕНИЕ 2. ПЕСНЯ «ЕСЛИ С ДРУГОМ ВЫШЕЛ В ПУТЬ»

Если с другом вышел в путь,
Если с другом вышел в путь -
Веселей дорога!
Без друзей меня - чуть-чуть,
Без друзей меня - чуть-чуть,
А с друзьями много!

Припев:

Что мне снег, что мне зной,
Что мне дождик проливной,
Когда мои друзья со мной!

Там, где трудно одному,
Там, где трудно одному, -
Справлюсь вместе с вами!
Где чего-то не пойму,
Где чего-то не пойму -
Разберем с друзьями!

Припев:

Что мне снег, что мне зной,
Что мне дождик проливной,
Когда мои друзья со мной!

На медведя я, друзья,
На медведя я, друзья,
Выйду без испуга,
Если с другом буду я,
Если с другом буду я,
А медведь - без друга!

Припев:

Что мне снег, что мне зной,
Что мне дождик проливной,
Когда мои друзья со мной!

Источник: Слова песни «Если с другом вышел в путь» <http://www.happy-kids.ru/page.php?id=1087>

ПРИЛОЖЕНИЕ 3. МЕТОД АТН (ВХОДНАЯ АНКЕТА)

Метод АТН (алкоголь, табак, наркотики) разработан красноярским учёным С. С. Аникиным. Этот метод хорош тем, что позволяет практически без всяких материальных и временных затрат на подготовку и проведение исследования за считанные минуты выяснить ситуацию в конкретном коллективе или образовательном заведении. Перед началом опроса составляется рабочая таблица примерно следующего содержания:

Распространённость вредных привычек								
Вещество	Никогда не пробовали		Пробовали 1-3 раза		Употребляют иногда		Употребляют регулярно	
	М	Ж	М	Ж	М	Ж	М	Ж
Алкоголь								
Табак								
Наркотики								
Итого								
Конкретные вещества и их количество								

Проводится **краткая инструкция** учащимся:

Дорогие ребята! От вас требуется помощь в прояснении ситуации с алкоголем, табаком и наркотиками в вашей школе/нашем городе/университете и т. п. Опрос будет **анонимным**, безопасным и необременительным для вас.

Возьмите лист чистой бумаги и поделите его на три части. В правом верхнем углу укажите пол и возраст. Каждый из трёх разделов обозначьте буквами соответственно А (алкоголь), Т (табак) и Н (наркотики). Пользуйтесь следующими условными обозначениями:

0 – никогда не пробовал

** – пробовал 1-3 раза (и больше никогда)*

*** – «Употребляю иногда».*

«Употребляю иногда» следует понимать:

а) алкоголь – несколько раз в год по великим праздникам;

б) табак – иногда в кругу друзей, в ситуации общения, если угостят;

в) наркотики – иногда в кругу друзей, в ситуации общения.

**** «Употребляю регулярно»*

«Употребляю регулярно» следует понимать:

а) алкоголь – 2 раза в месяц или чаще;

б) табак – привык настолько, что курю даже один вне ситуации общения и сам покупаю сигареты;

в) наркотики – привык настолько, что употребляю даже один вне ситуации общения.

Обязательно укажите, какой вид изделия вы пробовали или употребляете и в каком количестве.

Заранее спасибо. Обещаем, что **эта информация не будет использоваться против вас!**

Заполненный лист опроса может выглядеть примерно так:

		Пол – жен, полных лет -12
А	Т	Н
** пиво бутылку	* 1-3 раза Winston	0

**ПРИЛОЖЕНИЕ 4. ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ АНКЕТА К «УРОКАМ
ПРАВСТВЕННОСТИ И ЗДОРОВЬЯ».**

Вопрос анкеты	Мальчики	Девочки	Всего учащихся
<i>1. Вы хотели бы, что уроки нравственности и здоровья продолжились в будущем году?</i>			
Да			
Нет			
Не знаю			
<i>2. Вы хотели бы сказать спасибо за эти уроки своему учителю?</i>			
Да			
Нет			
Не знаю			
Ваши замечания по занятиям и предложения			

ПРИЛОЖЕНИЕ 5. СПИСОК МАТЕРИАЛОВ ДЛЯ УРОКОВ

Аудио и видео

К уроку 1. Мультфильм «Гадкий утёнок». Аудиокнига «Сказки Г.Х. Андерсена».

К уроку 2. Мультфильм «Одуванчик – толстые щёки».

К уроку 7. «Кто для вас супергерой?».

К уроку 8. Песня о друге. Песня о собаке Светланы Копыловой

К уроку 9. Отрывки из х/ф «Чучело»

К уроку 10. Отрывки из х/ф «В моей смерти прошу винить Клаву К.»

К уроку 12. Мультфильм «Здоровье начинается в семье».

К уроку 13. Мультфильмы «Минздрав СССР предупреждает»; «Ваше здоровье»

Презентации к урокам

Скачать:

<https://infourok.ru/user/grinchenko-natalya-aleksandrovna/material?owner=guest/>.

Презентация PowerPoint «Урок 1. Познай самого себя: комплексы подросткового возраста»

Презентация PowerPoint «Урок 2. Познай самого себя: как преодолеть свои комплексы и страхи?»

Презентация PowerPoint «Урок 3. Добро и зло: добродетели и пороки»

Презентация PowerPoint «Урок 4. Добро и зло: положительные и отрицательные качества личности»

Презентация PowerPoint «Уроки 5-6. Добро и зло: поступок, привычка, характер»

Презентация PowerPoint «Уроки 5-6. Добро и зло: поступок, привычка, характер»

Презентация PowerPoint «Урок 7. Ценности: наши национальные герои»

Презентация PowerPoint «Урок 8. Общение: дружба»

Презентация PowerPoint «Урок 9. Общение: конфликт»

Презентация PowerPoint «Урок 10. Общение: любовь и дружба»

Презентация PowerPoint «Урок 11. Здоровый образ жизни: что такое здоровье?»

Презентация PowerPoint «Урок 12. Здоровый образ жизни: здоровье начинается в семье»

Презентация PowerPoint «Урок 13. Здоровый образ жизни: первая сигарета и первая рюмка»

Видеоуроки

Краткие методические рекомендации к урокам нравственности и здоровья

https://www.youtube.com/watch?v=j_IgJKvnRBA&t=1s&index=1&list=PL2ROcJ2akdXUGS-hMEkHAjUNOe3kJWW3q

Урок 1.

<https://www.youtube.com/watch?v=LnBFiGFYzOQ&t=5s&list=PL2ROcJ2akdXUGS-hMEkHAjUNOe3kJWW3q&index=2;>

Урок 2.

<https://www.youtube.com/watch?v=yo6Bom5ZqA4&index=3&list=PL2ROcJ2akdXUGS-hMEkHAjUNOe3kJWW3q>

Урок 3.

https://www.youtube.com/watch?v=NqEpC_jeTH4&index=4&list=PL2ROcJ2akdXUGS-hMEkHAjUNOe3kJWW3q

Урок 4.

<https://www.youtube.com/watch?v=u2SJwkkFtg4&index=5&list=PL2ROcJ2akdXUGS-hMEkHAjUNOe3kJWW3q>

Уроки 5-6.

<https://www.youtube.com/watch?v=-jUxoaMk758&list=PL2ROcJ2akdXUGS-hMEkHAjUNOe3kJWW3q&index=6>

Урок 7.

<https://www.youtube.com/watch?v=TBsJIFK1K6w&list=PL2ROcJ2akdXUGS-hMEkHAjUNOe3kJWW3q&index=7>

Урок 8.

<https://www.youtube.com/watch?v=xTixGt0W9Ao&index=8&list=PL2ROcJ2akdXUGS-hMEkHAjUNOe3kJWW3q>

Урок 9.

<https://www.youtube.com/watch?v=FD-IaQo-HuE&index=9&list=PL2ROcJ2akdXUGS-hMEkHAjUNOe3kJWW3q>

Урок 10.

<https://www.youtube.com/watch?v=ncpVDU9vYPw&list=PL2ROcJ2akdXUGS-hMEkHAjUNOe3kJWW3q&index=13>

Урок 11.

<https://www.youtube.com/watch?v=PZfU13bs4W8&list=PL2ROcJ2akdXUgS-hMEkHAjUNOe3kJWW3q&index=10>

Урок 12.

https://www.youtube.com/watch?v=_5bB04o_CJ4&index=11&list=PL2ROcJ2akdXUgS-hMEkHAjUNOe3kJWW3q

Урок 13.

<https://www.youtube.com/watch?v=a6lBoQB9h6k&index=12&list=PL2ROcJ2akdXUgS-hMEkHAjUNOe3kJWW3q>

Учебное издание

Наталья Александровна Гринченко

УРОКИ НРАВСТВЕННОСТИ И ЗДОРОВЬЯ

(Идеи для классного часа)

*Технический редактор – Н. П. Безногих
Техническое исполнение – В. М. Гришин
Книга печатается в авторской редакции*

Формат 60 x 84 /16. Гарнитура Times. Печать трафаретная.

Усл.-печ.л. 5,3 Уч.-изд.л. 5,5

Тираж 300 экз. (1-й завод 1-25 экз.). Заказ 126

Отпечатано с готового оригинал-макета на участке оперативной полиграфии
Елецкого государственного университета им. И. А. Бунина

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего профессионального образования
«Елецкий государственный университет им. И.А. Бунина»
399770, г. Елец, ул. Коммунаров, 28