



Өмір,

қымбатсың маған!

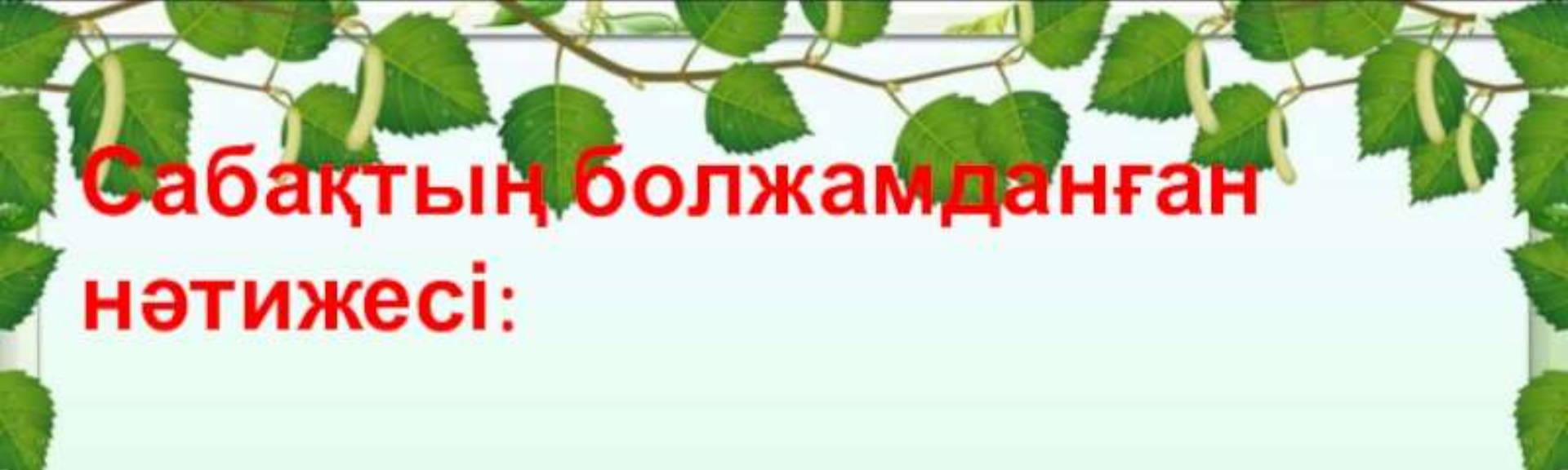


Сабақтың мақсаты:

Өмірде өзіне сенімді болуға,
өзін табуға, алдына мақсат
қоя білуіне не үшін, не
істеп жүргеніне жауап бере
алуға үйрету.

Міндеттері:

1. Оқушыларға өмір құндылығы туралы тереңірек білім беру
2. Өмірге құштарлықтарын дамыту;
3. Өмірдің мәнін түсінуге тәрбиелеу.



Сабақтың болжамданған нәтижесі:

Өмір құндылығы туралы тереңірек
білім алады, өмірдің мәнін түсіне
біліп, өмірге күштарлықтары
артады.

Тренинг барысы:

I. Сәлемдесу

II. «Өмір белестері» жаттығуы

III. Пікір алмасу: Ник Вучич “Қолыңнан бәрі келеді”

IV. «Бойымдағы жағымды, жағымсыз қасиеттерім»
жаттығуы

V. Сергіту сәті: Қ.Нұртас -«Жүрегіңнен бір орын бер
бос болса» караоке

VI. “Өмірдегі құндылықтар” жаттығуы

VII. Рефлексия «Тілек ағашы»



« Өмір белестері » тренингі.

Шеңберге тұрып, көздеріңізді жұмыңыздар. Қолдарыңызды алға созып, ары-бері жүріп көріңіз. Осы жағдайда өз тұрған жеріңізден қарсы жаққа шығыңыз. Бір адамның иығына қолыңызды қойып, оны өз иығым деп есептеңіз, иықтарыңыздан ұстаған қалпы барлығыңыз жабық шеңбер құрыңыздар. Шеңбер бойына айналып жүріңіздер. Қолдарыңызды құрбыңыздың иығынан алып, ары-бері жүріп көріңіз. Енді, осы жағдайда жаңа ғана ұстап жүрген өз иығыңызды қайта табыңыз.

Осы өз иықтарын іздеу сәтінде мына сөздер айтылады:

Мұндай қиындықтар өмірде де кездеседі, сол қиындықтарды біз жеңе білуіміз кажет. Сен өз иығыңды тура табуың керек. Өзіңді таба білуің керек. Өйткені ол өзіңдікі, оны өзгерте алмайсың, сол сияқты сен өз ата-анаңды, жақындарыңды, достарыңды өзгерте алмайсың, ауыстыра алмайсың. Қандай болса да, ол сенің ата-анаң, ол сенің досың.



«Бойымдағы жағымды,
жағымсыз қасиеттерім»
жаттығуы.

Жағымды	Жағымсыз
Әдемімін	Еріншекпін
Оқымыстымын	Ұйқыбас
Ақылдымын	Қырсықпын
Сыпайымын	Еркемін
Мейрімдімін	



Сергіту сәті: Қ.Нұртас -
«Жүрегіңнен бір орын бер бос
болса» караоке



Өмірдегі құндылықтар жаттығуы



“Тілек ағашы”



Назарларыңызға рахмет

