



Етика



5 клас

УДК 17*кл5(075.3)
Д13

*Рекомендовано Міністерством освіти і науки України
(наказ Міністерства освіти і науки України від 08.02.2022 р. № 140)*

Умовні позначення



— робота в парах



— робота в групах / усім класом



— домашнє завдання



Цифровий додаток до підручника можна
знайти за посиланням:
<http://inform1.yakistosviti.com.ua/etyka/5-klas>

Давидюк Л. В.

Д13 Етика : підруч. для 5 класу закладів загальної середньої освіти /
Л. В. Давидюк, А. О. Мельник. — К. : Видавничий дім «Освіта», 2022. —
144 с. : іл.

ISBN 978-966-983-341-9.

УДК 17*кл5(075.3)

ISBN 978-966-983-341-9

© Давидюк Л. В., Мельник А. О., 2022
© Видавничий дім «Освіта», 2022

Дорогі школярі та школярки!

Вітаємо вас із початком нового навчального року й пропонуємо познайомитися з новим предметом — «Етика»!

Насправді етика для вас не така вже й нова. Вона входить у життя людини з лагідною усмішкою матусі, турботливими руками батька, мудрими порадами бабусі й дідуся. Ви осягали її, коли спілкувалися з друзями, піклувалися про тих, хто потребував допомоги, вчилися вчитися, займалися мистецтвом і спортом.

Отож етика вам уже добре знайома. Але ви дорослішаєте, і у вас виникає багато питань: *У чому неповторність кожної людини? Як зрозуміти свої бажання і потреби? Як організувати свій день? Як досягти успіху в житті? Як зробити цей світ кращим?*

На ці та інші питання ми будемо шукати відповіді разом. А допоможуть нам у цьому люди, які свого часу намагалися знайти відповіді на ті самі питання.

Рушаймо!

З повагою до вас,

Людмила Давидюк і Анжела Мельник



ЕТИКА І Ти

**І ЯК ХОЧЕТЕ, ЩОБ З ВАМИ ЧИНИЛИ ЛЮДИ,
ТАК І ВИ ЧИНІТЬ З НИМИ.**
З Біблії

- ✓ Яку роль відіграє етика в житті людини?
- ✓ Чи потрібне нам сьогодні золоте правило моралі?
- ✓ Чому важливо пізнавати та оцінювати себе?



Яку роль відіграє етика в житті людини?

- 1** Прочитай вірш Грицька Бойка «Сашко». Які почуття викликала в тебе ситуація, описана у вірші? Поясни чому.

Сашко в трамваї повному —
Розсівся він «як слід» ...
А біля нього згорблений
Стоїть старенький дід.
Хтось до Сашка звертається:
— Чи вас у школі вчать,
Як місце дати старшому,
Як старших поважають?
— Та вчать, — Сашко відказує, —
Але оце якраз
Розпочались канікули —
Ніхто не учить нас!..

- ▶ Як ти вважаєш, відповідь Сашка на зауваження — це дотепний жарт чи зухвала витівка? Чому?
- ▶ Уяви себе на місці Сашка. Як би ти вчинив / вчинила в цій ситуації? Поясни чому.
- ▶ 😊😊 Розіграйте в класі ситуацію з вірша.
- ▶ Які норми і правила порушив Сашко?

Граматика етики



Е́тика — наука про правила поведінки в суспільстві та в особистому житті. **Морáль** — норми і правила поведінки у ставленні людей одне до одного та до суспільства.

- 2** Чи погоджуєшся ти з визначенням: «Етика — наука про мораль»? Обґрунтуй свою думку. Як ти думаєш, навіщо потрібно вивчати етику? Наведи приклади з життя, які підтверджують твою думку.

Скарбничка етики



Термін *етика* вперше вжив давньо-грецький філософ Арістотель. Основною метою етики він вважав щастя людини.



Арістотель
(IV ст. до н. е.)

- 3 Розглянь і прочитай хмарку слів «Мої життєві орієнтири», яку створив твій одноліток. Поясни значення кожного слова. Яка тема об'єднує ці слова? Як ти думаєш, чому слово *добро* хлопчик написав великими літерами? Чому хмарка має форму серця?



Граматика етики



Моральні цінності — етичні поняття, що дають можливість людині оцінювати життя та орієнтуватися в ньому. Серед етичних понять розрізняють *позитивні* (уособлюють **добро**) і *негативні* (уособлюють **зло**).

- 4 Вибери серед етичних понять ті, які є моральними цінностями твоєї родини, вашого учнівського колективу, нашого суспільства. Обґрунтуй свій вибір.

Гідність, зухвалість, справедливість, нахабність, злість, жорстокість, чесність, жадібність, повага, гордість, брехливість, щирість, егоїзм, лінощі, відповідальність, співчуття, пихатість, байдужість, мужність, щедрість, агресивність.

- 5 Створи хмарку слів «Мої моральні цінності». Обґрунтуй включення до неї кожного поняття. Вибери форму хмарки та обґрунтуй її використання. Хмарку слів ти можеш створити за допомогою електронного сервісу wordart.com або намалювати самостійно.



Чи потрібне нам сьогодні золоте правило моралі?

- 6 Прочитай оповідання «Мобільник». Як ти ставишся до того, що робив Миколка? Чи хотів би / хотіла б ти мати такого товариша? Чому?

Миколка все знімав мобільником. І одразу — в соціальну мережу. Ось Оксанка в калюжу впала. Ось Вовчик на фізкультурі через козла стрибав та п'яткою зачепився.

На Миколку ображалися, просили не викладати відео в мережу. Та хлопчик не дослухався, адже йому було весело.

Якось Миколка повертався додому і на ходу завантажувач у мережу чергове «кумедне» відео. А тут камінь! Грюкнувся Миколка. Мобільник заскакав по асфальту.

— Ой, дивись, яке шикарне відео!

Дівчата з його класу одна в одної телефон відбирають, запис дивляться. Миколка від образи аж розплакався.

— Зараз у мережу викладу! — сказала Оленка.

— Не треба... — хлюпнув носом Миколка.

Оленка відео не виклала. А Миколка з того часу завантажує в мережу лише свята і свої досягнення.

За Оленою Усачовою

- Сформулюй основну думку оповідання.
- Прочитай прислів'я. Яке з них відображає основну думку оповідання?
 1. У лиху годину пізнаєш вірну людину.
 2. Не рий іншому яму — сам туди впадеш.
- Вчинок кого з героїв оповідання гідний наслідування? Поясни чому.

Граматика етики



Золоте правило моралі **«Не роби іншим того, чого собі не хочеш»** — основний закон людського співжиття.

- 7 Як ти думаєш, чому золоте правило моралі вважають головним принципом людського співжиття? Обґрунтуй свою думку.

- 8 Золоте правило моралі має й інше формулювання: «Стався до людей так, як хочеш, щоб вони ставилися до тебе». Чим відрізняється це формулювання від визначення з рубрики «Граматики етики»? Яке з них стверджує добро, а яке — заперечує зло?
- 9 Знайди на плакаті прислів'я та прочитай їх. Яка тема їх об'єднує? Наведи приклади життєвих ситуацій, які ілюструють ці прислів'я.

Народ скаже, як зав'яже

Роблячи людям зло,
Що посієш, не чекай від них добра.

Що й пожнеш.
Не плюй у криницю,
бо прийдеш по водицю.

Яке частування,
таке й дякування.

Як у ліс гукнеш, так і з лісу
Чого відгукнеться.
в іншому любиш, не того й
сам не роби.

Скарбничка етики



Одного разу учень запитав у китайського мудреця Конфуція: «Чи можна все життя керуватися одним правилом?» Учитель відповів: «Так, можна. Не роби іншим того, чого не бажаєш собі».



Конфуцій
(V ст. до н. е.)



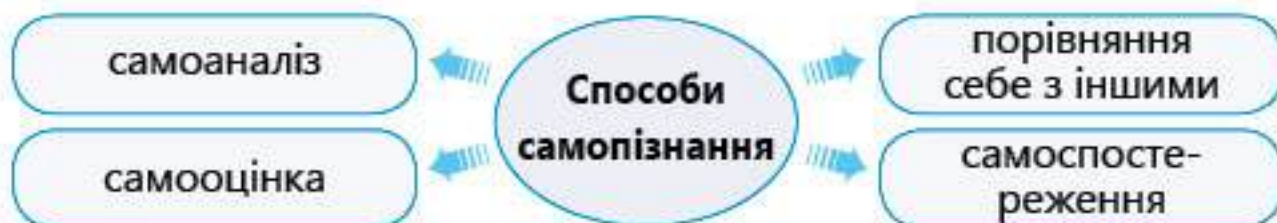
Чому важливо пізнавати та оцінювати себе?



Граматики етики

Самопізнання — це вивчення людиною своїх властивостей. Воно починається з дитинства й триває все життя. Людина пізнає себе і як живий організм, і як істоту, яка живе в суспільстві, і як неповторну особистість.

- 10** Розглянь кластер. Якими способами людина може пізнати себе? Які з наведених способів самопізнання ти використовуєш? Наведи приклади.



Хвилинка самопізнання

- 11** Виконай вправу «Відверто про себе».

- ◆ Мені подобається, коли мене називають...
- ◆ Я радію, коли мене...
- ◆ Мені соромно, коли я...
- ◆ Найкраща риса мого характеру...
- ◆ Мені не подобається в собі...
- ◆ Я люблю...
- ◆ Я не люблю...
- ◆ Я мрію про...
- ◆ Я живу для того, щоб...



- Виконай вправу «Перевтілення».

- ◆ Якби ти був / була явищем природи, то яким саме?
- ◆ Якби ти був / була твариною, то якою саме?
- ◆ Якби ти був / була рослиною, то якою саме?

Скарбничка етики



Український філософ Григорій Сковорода вважав, що бути щасливим — значить «пізнати себе, взятися за своє споріднене діло¹ і бути у злагоді з ним...»



Григорій Сковорода
(1722–1794)

¹ Споріднене діло — діло, до якого людина має хист.

12 Розглянь інформаційний плакат. Якій темі він присвячений?



- Пригадай ситуації, зображені на сюжетних малюнках, і дай відповідь на питання: Яку роль відіграє етика в житті людини?
- Поясни, чому між словами *етика* і *мораль* стоїть двостороння стрілка.
- Як ти думаєш, чому на плакаті зображено два серця? Поясни їхній колір і написи.
- Знайди на плакаті золоте правило моралі. Прочитай і поясни його.
- Які вислови на плакаті перегукуються із золотим правилом моралі? Прочитай і поясни їх.



13

Виконуємо проєкт «Дерево життя»

Намалюй дерево: коріння, стовбур, гілки, листочки. На корінні напиши основні принципи своєї родини, на які ти будеш спиратися все життя. На стовбурі напиши свій життєвий девіз. На світлих гілках — ті вчинки, якими ти питаєшся, на темних — ті, яких соромишся. На листочках — свої якості: на зелених — позитивні, на жовтих — негативні; на тих, що падають на землю, — вади, з якими збираєшся боротися. На опалому листі — ті, які вже подолані тобою. Підготуйся до презентації свого «Дерева життя» у класі.

**Перевернутий клас**

14

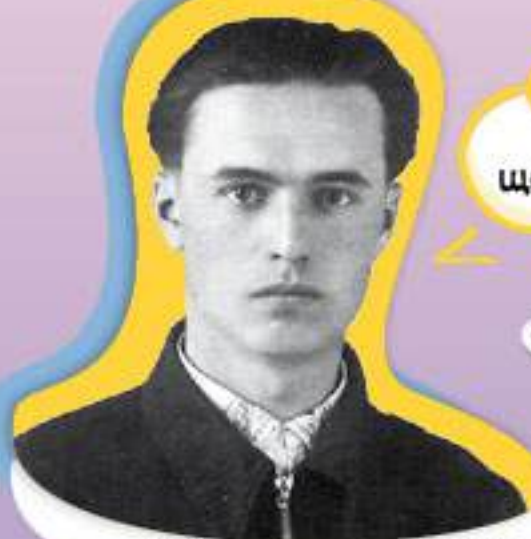
Намалюй свій портрет (символічний чи кумедний). Спробуй відобразити в ньому свої найхарактерніші риси. Принеси його на наступний урок.

- Подивися та послухай музичний кліп корейського гурту BTS. Про що він?



РОЗДІЛ 1

УНІКАЛЬНІСТЬ І НЕПОВТОРНІСТЬ ЛЮДИНИ



ВАСИЛЬ СИМОНЕНКО

Ти знаєш,
що ти — людина?..

ОСОБИСТІСТЬ
ГІДНІСТЬ



ІНДИВІДУАЛЬНІСТЬ

Людина
починається
з добра.

ЧЕСНОТА
БАГА



ЛЮБОВ ЗАБАШТА

СВІТОГЛЯД

ПОТРЕБИ

Кожна людина —
це неповторний світ.

ІНТЕРЕСИ

БАЖАННЯ



ГЕНРІХ ГЕЙНЕ



ІНДИВІДУАЛЬНІСТЬ ЛЮДИНИ

Ти знаєш, що ти — людина?..

Василь Симоненко

- ✓ Що таке людська індивідуальність?
- ✓ Чому кожна людина унікальна?
- ✓ Чому важливо прислуховуватися до себе?



Що таке людська індивідуальність?

- 1 Прочитай фрагмент вірша Василя Симоненка. Як ти думаєш, до кого звертається поет?

Ти знаєш, що ти — людина?
Ти знаєш про це чи ні?
Усмішка твоя — єдина,
Мука твоя — єдина,
Очі твої — одні.

- Поясни, як ти розумієш слова: «Усмішка твоя — єдина, / Мука твоя — єдина, / Очі твої — одні».
- У чому, на твою думку, проявляється людська індивідуальність?

- 2  Розмістіть намальовані вдома портрети на дошці. Уважно їх розгляньте. Розкажіть, як вам вдалося передати на портретах свою індивідуальність.

Граматика етики



Людська індивідуальність — неповторна своєрідність людини.



Чому кожна людина унікальна?

Цікава наука

3 Прочитай текст. Визнач його тему.

Чи відомо тобі, що 7 частин тіла людини є унікальними? Неповторними є не тільки лінії на подушечках пальців рук і ніг, а й очі, вуха, губи, язик, зуби.

Унікальність ліній на подушечках пальців рук і ніг підтверджують їхні відбитки. Кожен із пальців містить певні візерунки — завитки, петлі, дуги.



Очі — це вікно твоєї душі і твоя ідентичність. Райдужна оболонка й сітківка ока кожної людини неповторні.

За формою вуха також можна ідентифікувати людину, тому що складки і борозни вух у всіх різні.

У кожного з нас різний візерунок на губах і язичку, за яким також можна впізнати людину. Зуби людини відображають її спосіб життя, харчові звички, хвороби, тому теж є унікальною частиною тіла.



Неповторними є і голос та хода людини.

Ти один / одна на 7 мільярдів людей, і перелічені особливі характеристики доводять це.



За матеріалами сайту Ukr.Media

- Яка інформація з тексту була тобі відома, а про що ти дізнався / дізналася вперше?
- Який із фактів про унікальність частин тіла людини вразив тебе найбільше? Чому?

- 4 Розглянь кластер. Які здібності, на твою думку, необхідно розвивати для успішного навчання? Поясни чому. Які здібності притаманні тобі? Які здібності ти хочеш у собі розвинути? Поясни чому.



- 5 Розглянь схему, яку склали на уроці етики твої однолітки. Вони забули написати назву. Прочитай слова і запропонуй назву схеми.



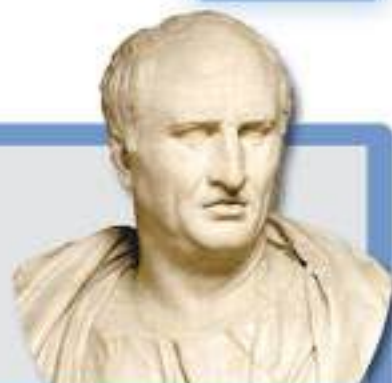
- 6 Прочитай і прокоментуй формулу неповторності людини.

НЕПОВТОРНІСТЬ ЛЮДИНИ = **ЗОВНІШНІСТЬ** + **ЗДІБНОСТІ** + **РИСИ ХАРАКТЕРУ**

Скарбничка етики



Давньоримський філософ Марк Туллій Цицерон вважав, що кожна людина — відображення свого внутрішнього світу. Він стверджував: «Як мислить людина, такою вона і є».



Марк Туллій Цицерон
(I ст. до н. е.)



Чому важливо прислуховуватися до себе?

- 7 Поділися своїми враженнями від музичного кліпу корейського гурту BTS, який ти дивився / дивилася вдома.
- 8 Прочитай уривок із промови лідера корейського попгурту BTS Кім Намджуна на 73-й Генеральній Асамблеї ООН 24 вересня 2018 року.

Я народився в Ілсані, місті біля Сеула, у Південній Кореї. Це гарне місто з озером, пагорбами та щорічним фестивалем квітів. Я провів там щасливе дитинство. Я був звичайним хлопчиком: любив дивитися на нічне небо та мріяти. Уявляв, що я супергерой, який може врятувати світ.

BTS + UNICEF¹, кампанія «LOVE MYSELF»

Цілі: захищати
права дітей і молоді;
мотивувати молоде
покоління любити
і поважати себе
та інших.



¹ UNICEF (ЮНІСЕФ) — Дитячий фонд ООН — організація, яка захищає права та свободи дітей в усьому світі.

В одній із наших ранніх пісень є такий рядок: «Мое серце спинилося, коли мені було років 9 чи 10». У цьому віці я почав непокоїтися, що про мене думають інші, почав бачити себе їхніми очима. Я перестав спостерігати за зоряним небом, перестав мріяти. Я намагався втиснути себе в рамки, створені іншими. Я почав ігнорувати свій голос та слухати голоси інших. Ніхто не називав мене на ім'я, і я теж цього не робив. Мое серце спинилося... Ми всі втратили свої імена. Стали схожими на привидів.

Та я мав одну відраду, і це була музика. Я почув себе, мій внутрішній голос сказав: «Прокидайся, хлопче, і прислухайся до себе».

- Який сенс вкладає Кім Намджун у поняття «щасливе дитинство»? Що для тебе «щасливе дитинство»?
- Чому хлопець перестав спостерігати за зоряним небом і мріяти?
- Поясни, що означає «ігнорувати свій голос та слухати голоси інших».
- Як ти розумієш слова: «Прокидайся, хлопче, і прислухайся до себе»?

9 Прочитай завершення промови Кім Намджуна. За що людина, на думку корейського співака, має любити себе? Чи погоджуєшся ти з його словами? Аргументуй свою позицію.

Можливо, вчора я припустився помилки, але вчорашній я — це все ще я. Сьогодні я є собою, з усіма своїми недоліками та помилками. Можливо, завтра я стану трохи розумнішим, і це також буду я. Мої недоліки та помилки — це те, чим я є, найяскравіші зорі в сузір'ї мого життя. Я почав любити себе за те, хто я є, ким був і ким сподіваюся стати.

Я хотів би запитати вас усіх: *як вас звати? Що захоплює вас і змушує ваше серце битися?* Розкажіть мені свою історію. Я хочу



почути ваш голос. Неважливо, хто ви, звідки, який колір вашої шкіри... Просто говоріть від себе. Знайдіть своє ім'я і голос. Я — Кім Намджун. Я айдол¹ та артист із маленького містечка в Кореї.

Як і більшість людей, я припустився багатьох помилок. У мене багато недоліків та ще більше страхів, але я маю намір якомога міцніше обійняти та почати любити себе, поступово, потроху.

Як вас звати? Говоріть від себе.

- Розглянь малюнок на с. 16. Спираючись на текст промови і малюнок, розкажи, що сприяє моральному зростанню людини.
- Дай відповіді на запитання, виділені в тексті.

Граматика етики

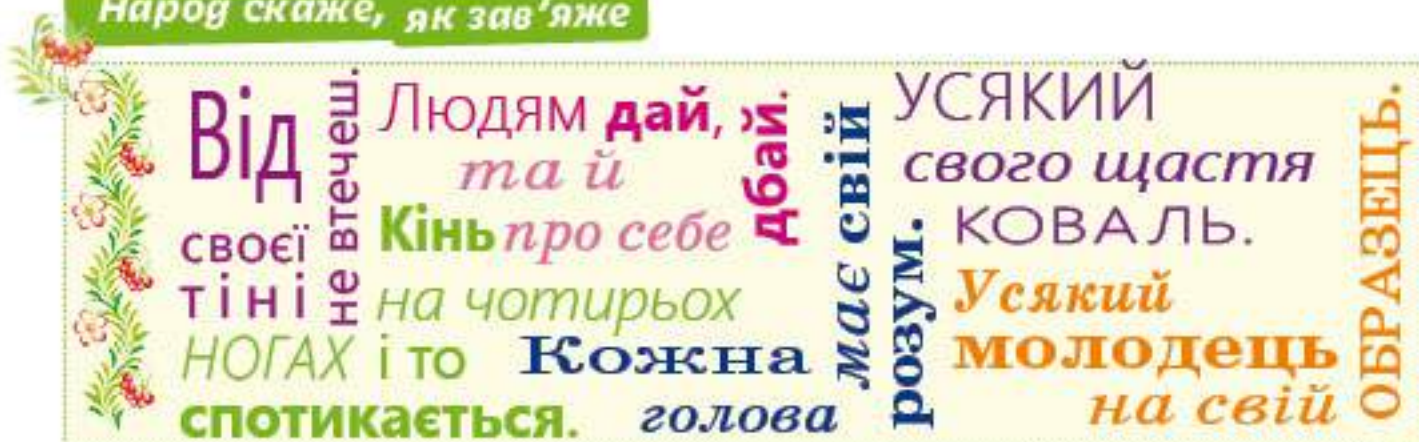


Особистість — це конкретна людина з погляду її культури, особливостей характеру, поведінки; індивідуальність.

Гідність — це самоусвідомлення, самоповага особистості та ставлення її до інших людей, у якому визнається їхня безумовна цінність.

- 10** Знайди і прочитай прислів'я. Запиши ті, у яких увиразнюється людська неповторність. Обґрунтуй свій вибір.

Народ скаже, як зав'яже



- ¹ **Айдол (ідол)** — у корейській та японській попкультурі — відома особа, за звичай юна, яка для багатьох є кумиром та прикладом для наслідування.

- 11 Розглянь інформаційний плакат до теми «Індивідуальність людини». Як ти думаєш, чому плакат має назву «Ти знаєш, що ти — людина?». Визнач його тему.



- ▶ Пригадай формулу неповторності людини і дай відповідь на запитання: *Чому кожна людина неповторна?*
- ▶ Як ти думаєш, що символізує малюнок у правому верхньому куті плаката?
- ▶ Знайди на плакаті вислів Цицерона, прочитай і поясни його.
- ▶ Поділися роздумами, які викликали в тебе слова Кім Намджуна: «Прокидайся, хлопче, і прислухайся до себе».
- ▶ Дай відповідь на питання, яке стало заголовком плаката. Обґрунтуй її.

Домашня сторінка



12 Виконуємо проєкт «Сузір'я особистостей»

У книзі «Сузір'я особистостей» тобі потрібно створити сторінку. Подумай, як ти хочеш презентувати свою особистість, що ти хочеш розповісти про себе. Ти можеш розмістити на сторінці фото чи малюнок, де ти сам / сама або в колі рідних чи друзів. Розказати про себе, про свої захоплення, інтереси, про те, що ти любиш, а що не любиш, або розкрити таємницю свого імені. Розповісти про традиції родини або поділитися якимось досвідом. Розпитай батьків чи близьких, як ти з'явився / з'явилася на світ, як зробив / зробила перші кроки, якими були твої перші слова. Поясни, чому ти неповторний / неповторна, чому ти особистість.



Перевернутий клас



- 13 Подумай, які вади і чесноти ти знаєш. Вибери будь-яку чесноту або ваду і намалюй її.

Людські чесноти

Людина починається з добра.

Любов Забашта

- ✓ Чому людина починається з добра?
- ✓ Які чесноти прикрашають особистість?
- ✓ Як можна перемогти зло?



Чому людина починається з добра?

- 1** Прочитай вірш Любові Забашти.

Сказав мудрець: — Живи, добро звершай!
Та нагород за це не вимагай.
Лише в добро і вищу правду віра
Людину відрізня від мавпи і від звіра.
Хай оживає істина стара:
Людина починається з добра!

- Поясни, як ти розумієш слова: «Лише в добро і вищу правду віра / Людину відрізня від мавпи і від звіра».
- Чи погоджуєшся ти з думкою, що людина починається з добра? Обґрунтуй свою відповідь.
- Як ти розумієш слова: «Живи, добро звершай!»?
- Чи погоджуєшся ти з настановою поетеси, що за добро не потрібно вимагати нагороди? Поясни чому.

- 2** Прочитай оповідання Василя Сухомлинського. Визнач його тему та основну думку. Добери до оповідання заголовки так, щоб він відображав основну думку.

Вечоріло. Битим шляхом ішли двоє подорожніх — батько й семирічний син. Посеред шляху лежав камінь. Батько не помітив каменя, спіткнувся, забив ногу. Крекчучи, він обійшов камінь і, взявши дитину за руку, пішов далі.

Наступного дня батько із сином ішли тією ж дорогою назад. Знову батько не помітив каменя, знову спіткнувся і забив ногу.

Третього дня батько й син пішли тією ж дорогою. До каменя було ще далеко. Батько каже синові:

— Дивись уважно, синку, треба обійти камінь.

Ось і те місце, де батько спіткнувся і забив ногу.

Подорожні сповільнюють кроки, але каменя немає. Бачать, біля дороги сидить сивий старий дід.

— Дідусю, — запитав хлопчик, — ви не бачили тут каменя?

— Я прибрав його з дороги.

— Ви також спіткнулися і забили ногу?

— Ні, я не спіткнувся і не забив ногу.

— Чому ж ви прибрави камінь?

— Бо я — людина.

Хлопчик зупинився в задумі.

— Тату, — спитав він, — а ви хіба не людина?

- Як би ти відповів / відповіла на останнє запитання в тексті? Аргументуй свої слова.
- Як ти думаєш, якщо в майбутньому хлопчикові чи його батькові трапиться на дорозі камінь, вони приберуть його чи ні? Аргументуй свою думку.

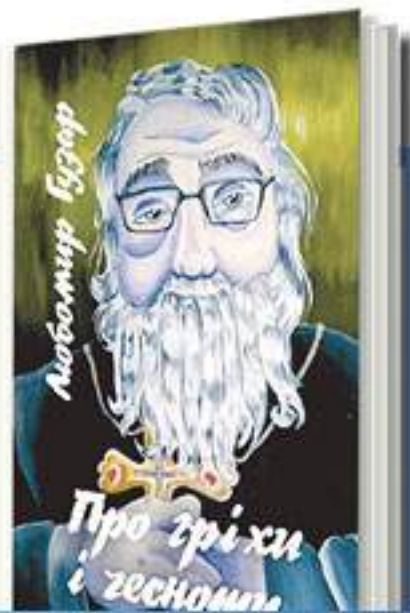


Які чесноти прикрашають особистість?

Скарбничка етики



Український релігійний діяч Любомир Гузар пояснював: «Господь Бог створив людину вільною, дав їй розум і волю, наділив її правом робити добро. І до самої природи людини належить — бути свободним, інакше кажучи — мати можливість вибору. Тож бути вільним означає робити вибір на користь добра».



Обкладинка книги
Любомира Гузара
«Про гріхи і чесноти»

Граматика етики



Чеснота — позитивна моральна риса в характері людини; добродіє.

Вада — негативна риса, недолік.

- 3 Прочитай назви есе з книги Любомира Гузара «Про гріхи і чесноти». Випиши ті, які є уособленням чеснот. Аргументуй свій вибір.

Доброта. Недружність. Пліткарство. Вдячність. Байдужість. Лінь. Нахабство. Культура. Гідність. Неохайність. Сором. Цинізм. Гордіня. Пихатість. Гідність. Надія. Щедрість. Марносластво. Куріння. Смиріння. Сварливість. Сум. Чесність. Обжерливість. Культура їсти. Зрадливість. Оптимізм. Ненависть. Доброзичливість. Злопам'ятність. Самоіронія. Жадібність. Самокритика. Сміливість. Грошолобство. Брехливість. Простота. Продажність. Мудрість. Поблажливість. Скромність.

- 4 Розглянь дитячі малюнки з книги Любомира Гузара (с. 22, 23). Розкажи, як діти зобразили доброту. А як ти уявляєш доброту?



Доброта. Ілона Шустер,
14 років, м. Галич
Івано-Франківської обл.



Доброта. Олеся Баб'ячок,
12 років, м. Львів



Доброта. Олена Зуб, 9 років, м. Івано-Франківськ

- 5** Презентуй свій малюнок чесноти або вади в класі. Прокоментуй його.



Як можна перемогти зло?

- 6** Прочитай оповідання Василя Сухомлинського «Звичайна людина». Визнач його основну думку.

Є в сухому степу колодязь. Біля колодязя — хатка. У ній живуть дідусь із онуком.

Біля колодязя на довгій вірьовці відро. Ідуть подорожні, заїжджають до колодязя, п'ють воду, дякують дідусеві.

Стерлася вірьовка, перервалася, упало відро в глибокий колодязь.

Немає в дідуся другого відра. Нічим води витягти, щоб попити.

День не п'ють води дідусь із онуком, два дні не п'ють. Мучаться від спраги.

На третій день уранці проїжджає повз дідусеву хатину подорожній із настороженими очима. На возі в нього побачив дідусь відро під соломою.

Глянув подорожній із настороженими очима на колодязь, глянув на дідуся з онуком, ударив коней бато́гом і поїхав.

— Що це за людина? — питає онук дідуся.

— Це не людина, — відповідає дідусь.

Опівдні проїжджає повз дідусеву хатину подорожній із байдужими очима. Дістав з воза відро, прив'язав до вірьовки, витяг води, напився, дав попити дідусеві й онукові, решту води вилив у сухий пісок, відро забрав та й поїхав.

— Що це за людина? — питає діда онук.

— Це не людина, — відповідає дідусь.

Увечері проїжджає повз дідусеву хатину подорожній із добрими очима. Дістав з воза відро, прив'язав до вірьовки, витяг води, напився і поїхав, а відро так і стоїть на цямрині¹.

— Що це за людина? — питає онук.

— Звичайна людина, — відповідає дідусь.



- ▶ Яку деталь зовнішності подорожніх увиразнює автор? Як ти думаєш чому?
- ▶ Уяви себе на місці подорожнього. Як би ти вчинив / вчинила? Поясни чому.

7 Прочитай уривок із вірша Івана Драча «Хіба чекати плати за добро?». Як, на думку автора, можна перемогти океани зла? Чи погоджуєшся ти з поетом? Поясни чому.

Добро твориться просто — ні за так.
 Так, як цвіте і опадає мак,
 Як хмарка в'ється і сміється пташка,
 Як трудиться мурашка-горопашка.
 Хай сіє зерна скрізь метка рука,
 І в океан добра тече ріка,
 І не зросте із нього ковила...
 Лиш так змагаймо океани зла...

¹ Цямрі́на — дошка з верхньої частини колодязя.

Скарбничка етики



Будда Гаутама, один із засновників релігії буддизму, учив:

«Перемагай гнів за допомогою спокою, перемагай зло за допомогою добра, перемагай бідність за допомогою щедрості, перемагай брехню за допомогою істини».



Будда Гаутама
(I ст. до н. е.)

- 8 Знайди і прочитай прислів'я. Визнач тему, яка їх об'єднує. Наведи приклади життєвих ситуацій, які ілюструють ці прислів'я.

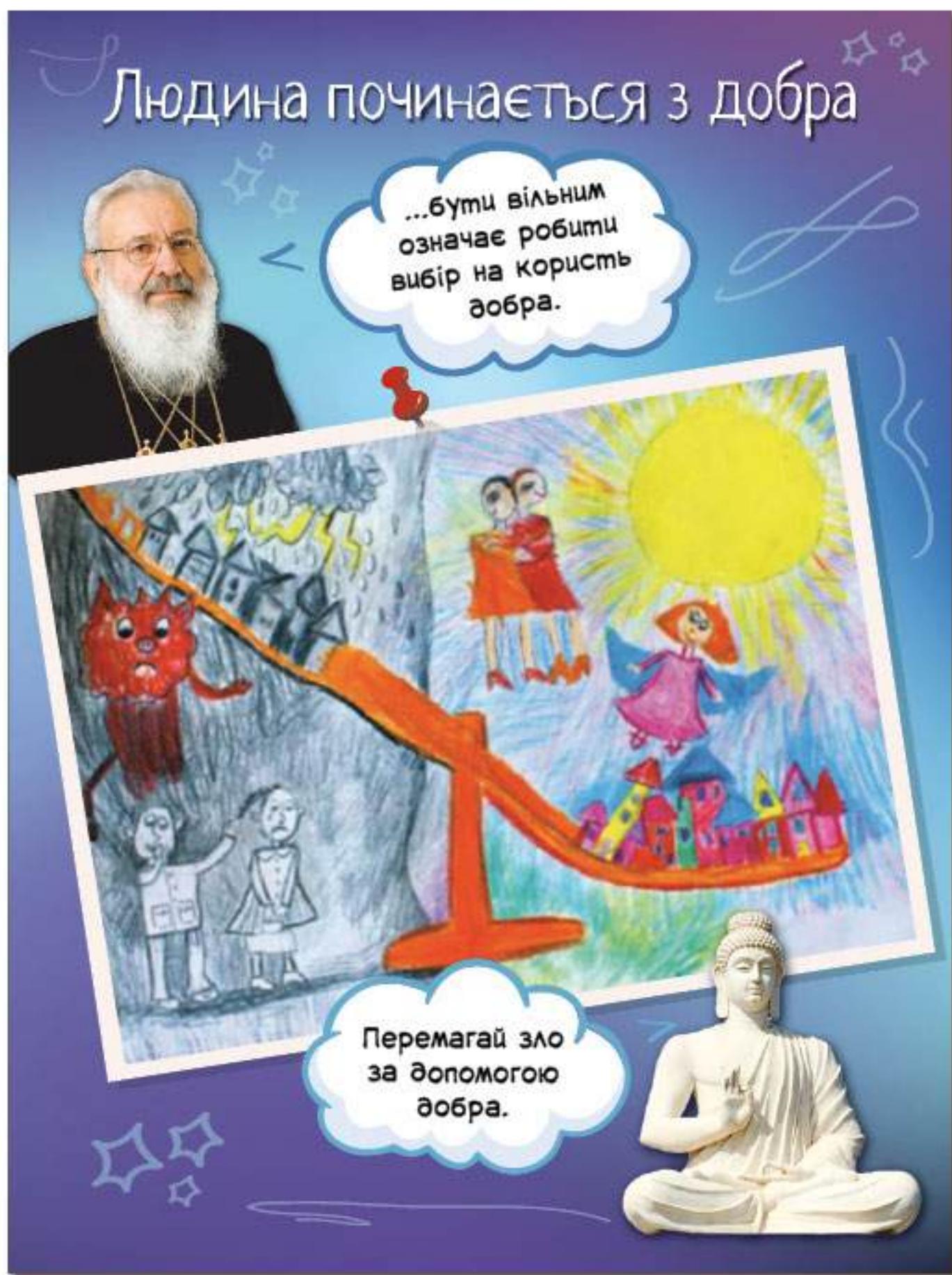
Народ скаже, як зав'яже



- 9 Розглянь інформаційний плакат на с. 26. Його основою став малюнок «Добро і зло» Дарини Парахоняк (6 років) із міста Галич Івано-Франківської області.

- Як ти розумієш назву плаката?
- Чи погоджуєшся ти з думкою Любомира Гузара?
- Що на малюнку дівчинки уособлює зло, а що символізує добро?
- Який символ використала дівчинка, щоб показати перемогу добра над злом? Поясни чому.

- ▶ Подумай, як ще символічно можна зобразити перемогу добра.
- ▶ Прокоментуй слова Будди Гаутами.



Домашня сторінка



- 10 Прочитай роздуми Любомира Гузара про доброту.

Доброта

Людина вважається доброю тоді, коли робить добро, сіє його довкруги себе щодо рідних, близьких, приятелів, знайомих. Бути добрим — це передусім намагатися бути собою, бути людиною.

- Чи погоджуєшся ти з Любомиром Гузаром? Поділися своїми роздумами на тему: «Як людина може виявляти свою доброту щодня?».

Перевернутий клас



11

Подивися мультфільм «Той, що бажає» (реж.: Еко У, Дж. Макдональд, К. Атанасов; 2016, США).



- Про що цей мультфільм? Чи є в тебе бажання? Підготуй розповідь про свої бажання «5 хочу».



Кадр із мультфільму «Той, що бажає»

Роль світогляду в становленні особистості. ПОТРЕБИ, БАЖАННЯ, ІНТЕРЕСИ ЛЮДИНИ

Кожна людина — це неповторний світ.
Генріх Гейне

- ✓ Що таке світогляд людини?
- ✓ Як світогляд впливає на становлення особистості?
- ✓ Яку роль відіграють потреби, інтереси та бажання в житті людини?



Що таке світогляд людини?

- 1 Прочитай вірш Олександра Олеся. Про що розповідає автор?
Яким він бачить навколишній світ?

В дитинстві ще... давно, давно колись
Я вибіг з хати в день майбівий...
Шумів травою степ шовковий,
Сміявся день, пісні лились...
Весь Божий світ сміявся, радів...

Раділо сонце, ниви, луки...
І я не виніс щастя-муки,
І задзвеніли в серці звуки,
І розітнувся мій перший спів...



- Пригадай, чи відчував / відчувала ти колись стан, який описує автор. Що викликало в тебе радість та захоплення?



Граматика етики

Світо́гляд — це сукупність поглядів людини на світ і сенс життя. Основне питання світогляду — відношення «**світ — людина**».

- 2 Проаналізуй кластер «Світогляд людини». Прокоментуй кожен зі складників світогляду.



Як світогляд впливає на становлення особистості?

- 3 Прочитай оповідання з дитячого журналу «Барвінок». Чим відрізняються щоденники дівчат?

Алла і Валя — сестрички. Двоюрідні. Обидві перейшли до п'ятого класу. Дівчатка живуть у різних містах, а на канікулах приїхали до бабусі й дідуся. Коли дівчатка розговорилися, з'ясувалося, що мають на літо однакові завдання: вести щоденник.



Щоденник Алли



5 липня. Сьогодні їли дуже смачний борщ. Я подумала, що завтра треба допомогти бабусі поратися біля плити, щоб до кінця канікул навчитися варити такий борщ.

11 липня. Їздили з дідусем згрібати сіно. Сонечко добре припікало. Дідусь навіть води не пив, доки не вправся. Хоча втомився дуже. Тепер я розумію, чому він завжди каже: наше молоко смачніше, ніж куповане.

17 липня. Увесь день іде дощ. Оце спасибі йому — на решті зможу почитати книжку. А то стільки цікавого довкола — ніколи й читати. За вікном шумить дощ. І мені здається, що будинок — корабель, який пливе океаном. Я сиджу в затишній каюті й читаю книжку.



25 липня. Бабуся попросила вибрати огірки. Ніколи не думала, що на городі може бути так цікаво! Кріп тримає свою голівку, мов принц якийсь заморський. Капустинки, як тітоньки, про щось шепечуться. Цибуля грізно наставила свої стріли, а огірки-хитряки поховалися між листям. Та нехай, я теж люблю грати в піжмурки.

28 липня. Ходили в ліс по суниці. Ягід набрала дуже мало — всього баночку. Перетру їх із цукром — буде мамі на гостинець. А бабусі принесла букет квітів. Я їй — букет, а вона мені — розповідь про кожну квітку.

30 липня. Завтра їду додому. Шкода, що так швидко проминув місяць.



Щоденник Валі



5 липня. Сьогодні їли дуже смачний борщ. І я подумала: треба сказати бабусі, щоб і завтра зварила такий самий. Тільки щоб із м'ясом.

11 липня. Їздили з дідусем згрібати сіно. Так спекотно було. Я подумала, що могла б з'їсти за раз десять порцій морозива й випити десять склянок лимонаду. Іншим разом від такої поїздки відмовлюся.

17 липня. Увесь день іде дощ. Така нудьга. Вимкнули електрику: телевізор не працює, інтернету немає, телефон не підзарядиш. Швидше б додому. Там у таку погоду електрику не вимикають.

25 липня. Бабуся попросила вибрати огірки. А вони такі колючі! Усі руки поколола. Наступного разу треба буде вдягнути рукавиці.

28 липня. Ходили в ліс по суниці. Якби знала, що їх так мало, то не пішла б. Краще поспала б довше.

30 липня. Завтра їду додому. Нарешті я дочекалася цього дня!



- ▶ Як дивиться на світ Алла? А як Валя? Чий погляд на життя тобі ближчий? Поясни чому.
- ▶ Як ти вважаєш, у кого були цікавіші канікули: у Валі чи Алли? Обґрунтуй свою думку.

Скарбничка етики



Мати Тереза, католицька черниця, благодійниця, лауреатка Нобелівської премії миру, наголошувала: *«Чим більше любові, мудрості, краси, доброти ви відкриєте в собі, тим більше ви помітите їх у навколишньому світі».*



Мати Тереза
(1910–1997)



Яку роль відіграють потреби, інтереси та бажання в житті людини?

- 4** Прочитай уривок із книги Лариси Денисенко «Усміхаки».

«Хочу цуцика, хочу собачку, хочу маленького собачку, ну купіть, будь ласка, я добре вчитимусь, я буду чемна, я все для вас робитиму, хочу, хочу, хочу цуцика!!! ААааааААааа».

Упізнаєш у цій репліці себе? Можна кричати, плакати, благати, вимагати, нити або ж тихо мріяти і бачити псячі сни — так сильно хочеться собаку.

Але чому тобі захотілося саме цуценя?

Ти в когось побачила песика й собі такого захотілося?

Тобі хочеться з кимось гратися?

Ти побачила класний мультик або кіно, прочитала книжку, і там був собака твоєї мрії і поведився саме так, як ти уявляла?

Ти хочеш, щоб тобі заздрили? «О, в неї є такий модний, класний, крутезний, дорогезний собака!»

Хочеш завести собі справжнього друга, який тебе розумітиме?

Тобі нудно, і ти хочеш, щоб хтось тебе розважав?

Тобі недостатньо уваги батьків, у тебе мало друзів, тобі важко розпочати дружні стосунки і ти відчуваєшся самотньо?

Ти хочеш когось весь час носити на руках, перевдягати, зачісувати, цілувати?

Ти хочеш про когось піклуватися?

Ти просто сильно любиш собак і хочеш гуляти, гладити, бавитися з усіма зустрічними песиками?

Тобі мариться, що в тебе є пес, справжній друг, і ви одне одного любите?

Ти весь час хочеш забрати додому якогось собачку-безхатченка і постійно таких годуєш?

Поміркуй щодо цього переліку запитань. Зауважу, що він довжелезний, але важливий. Бо зрозуміти свої мрії та вчинки — важливо.

- Виконай завдання авторки, поставлене в останньому абзаці.
- Чи погоджуєшся ти з висловом: «зрозуміти свої мрії та вчинки — важливо»? Обґрунтуй свою думку.
- Чи є в тебе домашня тварина? Якщо так, то розкажи, як вона з'явилась у твоїй родині. Хто про неї піклується (годує, вигулює), прибирає за нею?



Граматика етики

Потреби — необхідність у чомусь, відчуття людиною нестачі чогось важливого для її життєдіяльності.

Інтереси — усвідомлені потреби, зацікавленість.

Бажання — прагнення, потяг до здійснення чого-небудь, хотіння.

- 5** Розглянь схему «Потреби людини». Яку інформацію вона містить?



- ▶ Без задоволення яких потреб неможливе фізичне існування людини?
- ▶ Які потреби забезпечують розвиток людини?
- ▶ Яку роль відіграють соціальні потреби в становленні особистості?
- ▶ Додай до кожної групи потреб ще кілька, значущих для тебе.

6 Розглянь малюнки і поміркуй, чи потрібні всі ці речі й тварини твоїй родині. Чи завжди родина може придбати все, що їй потрібно? Чому?



Хвилинка самопізнання

7 Виконай вправу «Відверто про себе».

- ◆ *Мої особисті потреби та потреби як члена родини: ...*
- ◆ *Мої потреби як учня / учениці 5 класу: ...*
- ◆ *Мої потреби як жителя / жительки села / міста: ...*
- ◆ *Мої потреби як громадянина / громадянки України: ...*
- ◆ *Мої потреби як жителя / жительки планети Земля: ...*

8 Презентуй підготовлену вдома розповідь про свої бажання.

9 Знайди і прочитай прислів'я. Поясни, як ти розумієш кожне з них. Вибери те, що тобі припало до душі, і напиши невеличке есе, у якому поділися своїми роздумами за змістом прислів'я.

Народ скаже, як зав'яже

	Хто не бажає, той і не має.	Який порядок у себе заведеш, таке й життя поведеш.	Хто більше має, той свої	більше бажає. потреби — і станеш	Які люди, таке й життя буде. володарем світу.

- 10 Розглянь інформаційний плакат¹. Дай відповідь на запитання: Чому людина — найвища цінність?



- Поясни і обґрунтуй кожну властивість людини.
- У чому полягає головна мета людини?
- Як ти розумієш твердження, що людина рівноправна по відношенню до інших людей?

¹ У центрі плаката — стилізоване зображення на основі малюнка «Вітрувіанська людина» італійського художника Леонардо да Вінчі. Малюнок да Вінчі вважається прикладом класичних пропорцій тіла людини.

Домашня сторінка



11 Виконуємо проєкт «Енциклопедія інтересів»

Колективно створіть «Енциклопедію інтересів». Кожен учасник / кожна учасниця проєкту має створити одну сторінку, на якій напише своє прізвище та ім'я, розмістить свою фотографію (можливо, ту, на якій він / вона займається улюбленою справою). На сторінці можна виконати малюнок, аплікацію, зробити кластер, хмарку слів, написати синквейн або невеличке есе, скласти ребус або кросворд про свої інтереси.



Перевернутий клас



12 Подивися відео «Притча про ложки».

► Підготуй переказ притчі.



Ілюстрація до притчі про ложки

РОЗДІЛ 2

СПІЛКУВАННЯ У ЖИТТІ ЛЮДИНИ



Найбільша
розкіш — це розкіш
людського
спілкування.

СПІЛКУВАННЯ
ВЕРБАЛЬНЕ
НЕВЕРБАЛЬНЕ



АНТУАН ДЕ СЕНТ-ЕКЗЮПЕРІ



ВОЛОДИМИР СОСЮРА

Я знаю
силу слова...



КОМУНІКАЦІЯ
ЕТИКЕТ



...віртуальний світ
ніколи не замінить
справжнього живого
спілкування.

НЕТИКЕТ, АБО
МЕРЕЖЕВИЙ ЕТИКЕТ



ЗОРЯНА МУРАШКА



МІГЕЛЬ ДЕ СЕРВАНТЕС

Слово — що камінь:
коли метне його рука,
то вже потім назад
не повернеш...



БУЛІНГ **КІБЕРБУЛІНГ**

СПІЛКУВАННЯ ТА ЙОГО РОЛЬ У ЖИТТІ ЛЮДИНИ

НАЙБІЛЬША РОЗКІШ —
ЦЕ РОЗКІШ ЛЮДСЬКОГО СПІЛКУВАННЯ.
Антуан де Сент-Екзюпері

- ✓ Чому спілкування важливе для людини?
- ✓ Як спілкування впливає на здоров'я, безпеку і добробут людини?
- ✓ Коли жести бувають красномовніші за слова?



Чому спілкування важливе для людини?

1 Прочитай фрагмент казки французького письменника Антуана де Сент-Екзюпері «Маленький принц».

— Добридень, — мовив лис.

— Добридень, — звичайненько відказав маленький принц і озирнувся, та нікого не побачив.

— Осьдечки я, — озвався голос, — під яблунею.

— Хто ти? — спитав маленький принц. — Ти такий гарний!

— Я лис, — відповів той.

— Пограйся зі мною, — попросив маленький принц. — Мені так журно...

— Я не можу з тобою гратися, — мовив лис. — Я не приручений.

— О, даруй, — сказав маленький принц. Але подумав і додав: — А що означає — приручити?

— Це поняття давно забуте, — мовив лис. — Воно означає: прихилити до себе...

— Прихилити до себе?

— Авжеж, — мовив лис. — Ти для мене поки що лише маленький хлопчик, достоту такий, як сто тисяч інших. І ти мені не потрібний. І я тобі теж не потрібний. Я для тебе всього



Малюнок
Антуана де Сент-Екзюпері

тільки лис, достоту, як сто тисяч інших лисів. Та як ти мене приручиш, ми станемо потрібні одне одному. Ти будеш для мене єдиний на цілیم світі. І я буду для тебе єдиний на цілیم світі...

- Про що розмовляли маленький принц і лис?
- Як ти думаєш, чи можна розмову маленького принца й лиса назвати спілкуванням? Поясни чому.



Граматика етики

Спілкування — передача інформації в будь-якій формі від однієї людини до іншої.

- 2** Проаналізуй кластер «Функції спілкування». Поясни, як ти розумієш кожну функцію. Наведи приклади реалізації кожної функції із власного досвіду спілкування.



Скарбничка етики



Давньогрецький філософ Платон уважав спілкування за благо, яке сприяє пізнанню людей та істини. Для Арістотеля, учня Платона, чеснотою в спілкуванні виступає дружелюбність, а потреба в спілкуванні є основою розвитку культури та мови.



Платон (ліворуч)
і Арістотель (праворуч)¹

¹ Центральний фрагмент фрески Рафаеля Сántі «Афінська школа».

3 Прочитай фрагмент вірша Тараса Шевченка.

Ну що б, здавалося, слова... А серце б'ється — ожива,
Слова та голос — більш нічого. Як їх почує!..

- Поясни, як ти розумієш слова: «А серце б'ється — ожива, / Як їх почує...»
- Пригадай досвід власного спілкування. Розкажи про випадки, коли твої слова «оживили» чиєсь серце або чиїсь слова «оживили» твоє.
- Вивчи фрагмент вірша напам'ять.

4 Прочитай загадку. Про що в ній ідеться? Поясни свою думку.

З добром скажу — солодке, зі злом скажу — гірке.



Як спілкування впливає на здоров'я, безпеку і добробут людини?

5 Прочитай притчу про чоловіка і мудреця.

До мудреця прийшов один чоловік і сказав:

— Підкажи мені, як відчиняються ворота в пекло, а як відчиняються ворота до раю.

Старий подивився на чоловіка, а потім розсміявся:

— Хіба ти чоловік? Ти — хвіст собачий!

Злобою блиснули очі чоловіка. Він замахнувся на старого...

Але мудрець не злякався і спокійно сказав:

— Ось так відчиняються ворота в пекло!

Чоловік зрозумів, що зробив дурість, і став вибачатися:

— Пробач мені, я погарячкував, не зрозумів я одразу твоєї мудрості.

— А так відчиняються ворота до раю, — сказав мудрець.

- Як ти думаєш, що відчиняє ворота в пекло? Поясни чому.
- Як відчиняються ворота до раю? Обґрунтуй свою думку.

6 Знайди і прочитай прислів'я на с. 40. Визнач тему, яка їх об'єднує. Які з них відображають основну думку притчі про чоловіка і мудреця?

Народ скаже, як зав'яже

Від **теплого** слова і лід
розмерзає.
І від солодких слів
буває гірко.
Бджола жалить
жалом, а чоловік —
словом.
В'яжуть мотуззям,
а людину — **словом**.
Рана загоїться,
але слово —
ніколи.

Скарбничка етики



Англійський філософ і педагог Джон Лок вважав, що спілкування формує особистість молодого людини, сприяє формуванню почуття впевненості в собі, допомагає позбутися власних недоліків. «Спілкування з однолітками, — наголошував учений, — це своєрідна "школа життя"».



Джон Лок
(1632–1704)

- 7** Розкажи притчу про ложки, яку ти прослухав / прослухала вдома.
- ▶ Чому люди з першої кімнати були голодними і нещасними?
 - ▶ Як ти думаєш, що допомогло людям із другої кімнати стати щасливими? Що змогли зробити щасливі люди і не змогли нещасні?
 - ▶ Чим відрізняються щасливі й нещасні люди?



Коли жести бувають красномовніші за слова?

- 8** Прочитай історичну байку.

Планувалося прийняття великого композитора Людвіга ван Бетховена в дійсні члени Академії мистецтв у Парижі. Голова зборів оголосив:

— Ми зібралися сьогодні для того, щоб прийняти у члени нашої академії великого Бетховена. На жаль, жодної вільної посади в академії немає.

У залі запанувала тиша.

— Але... — сказав голова і замовк. Він налив із графина, що стояв на столі, повну склянку води так, що жодної краплі не можна було додати. Потім відірвав із троянди одну пелюстку й обережно опустив її на воду. Вода не пролилася.

Голова не промовив більше ні слова і подивився на зібрання.

У відповідь пролунали оплески.

На цьому засіданні Бетховена одностайно обрали дійсним членом Академії мистецтв.

- Яку інформацію передає голова зборів за допомогою слів? Чи вплинула ця інформація на результати голосування? Як ти думаєш, чому?
- Як ти думаєш, чому голова вдався до несловесного способу передачі своєї думки?



Граматика етики

Вербальне (від лат. *verbum* — слово) **спілкування** — спілкування з використанням мови.

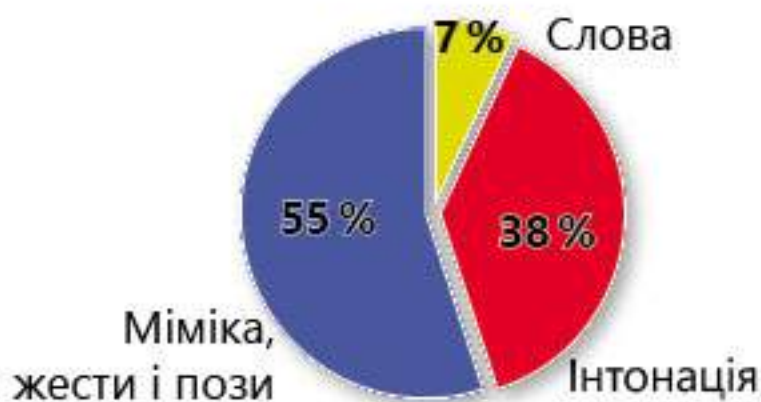
Невербальне спілкування — спілкування без використання мови, за допомогою інтонації, міміки, жестів, дій, рухів тіла та ін.

Цікава наука

- 9** Як ти думаєш, при неформальному спілкуванні більше інформації передається вербальними чи невербальними засобами? Поясни чому. Прочитай текст. Перевір, чи справдилися твої передбачення.

Сучасні науковці, фахівці з питань спілкування, стверджують, що за допомогою слів при неформальному спілкуванні передається всього 7% інформації, тоді як інтонацією — 38%, а за допомогою міміки, жестів і поз — 55%.

Неформальне спілкування



- 10** Прочитай мовчки речення: **Дощ іде**. Яку інформацію ти отримав / отримала? Прочитай це речення вголос із різною інтонацією, передаючи радість, сум, захоплення, роздратування, обурення, здивування тощо. Для увиразнення почуттів можеш використувати відповідні жести та міміку.

Яку додаткову інформацію передає речення при різному інтонуванні? Яка інформація при читанні вголос передається вербальними засобами, а яка — невербальними?

- 😊😊 Напишіть одне одному смс-повідомлення: **Дощ іде**. Використайте смайлик для передачі одного з почуттів на свій вибір. Прочитайте вголос отримані повідомлення з інтонацією, відповідною смайлику. Чи правильно ви зрозуміли одне одного? Зробіть висновок про роль смайликів при письмовому спілкуванні.

- 11** Розглянь малюнки. Чи відомі тобі ці жести? Поясни значення кожного з них. Які з цих жестів ти використовуєш у повсякденному спілкуванні? З якою метою?



- 12** Розглянь інформаційний плакат до теми «Спілкування та його роль у житті людини» на с. 43.

- Поясни, чому між словами *спілкування* і *розкіш* стоїть двостороння стрілка.
- Як ти думаєш, чому на плакаті розміщені іконки, які символізують сучасні засоби спілкування?
- Знайди на плакаті функції спілкування. Назви їх. Змодельуй ситуацію, у якій реалізуються всі три функції.

- Знайди на плакаті назви різновидів спілкування. Поясни, яке спілкування називають вербальним, а яке — невербальним. Як ти думаєш, чому людина не може обмежитися тільки вербальним спілкуванням?
- Доведи або спростуй думку Джона Лока про спілкування.
- Кому належить вислів «Ну що б, здавалося, слова...»? Як ти думаєш, чи може цей вислів слугувати висновком до плаката?



Домашня сторінка



13

Напиши есе про роль невербальних засобів спілкування в житті людини.

Перевернутий клас



14

Пройди тест «Чи гарний ти співрозмовник? / Чи гарна ти співрозмовниця?».

На всі запитання відповідай «так» або «ні». На аркуші паперу постав номери запитань і біля кожного запиши відповідь. Став по 1 балу за відповідь «так» на запитання 1, 2, 3, 7, 8, 9, 10, 11 і за відповідь «ні» на запитання 4, 5, 6.

1. Тобі подобається більше слухати, ніж розмовляти?
2. Чи завжди ти можеш знайти тему для розмови?
3. Чи завжди ти уважно слухаєш співрозмовників?
4. Чи подобається тобі давати поради друзям?
5. Чи покажеш ти співрозмовнику / співрозмовниці, що тобі не цікава тема розмови?
6. Чи дратуєшся ти, коли тебе не слухають?
7. Чи можеш ти сказати, що завжди маєш власну думку з будь-якого питання?
8. Чи будеш ти брати участь у бесіді, якщо тема розмови тобі не знайома?
9. Чи подобається тобі бути в центрі уваги?
10. Чи є хоча б три галузі знань, у яких ти добре обізнаний / обізнана?
11. Чи вмієш ти переконливо і виразно говорити?

Полічи бали.

1–3 бали — спілкуватися з тобою не завжди приємно. Можливо, ти мовчазний/мовчазна і через це з тобою мало спілкуються. Замислися над цим.

4–8 балів — ти майже завжди приємна в спілкуванні людина, яка виявляє увагу до співрозмовників і дотримується правил спілкування. Намагайся бути більш товариським/товариською.

9–11 балів — ти, напевно, щаслива людина, бо вмієш спілкуватися. Друзі цінують тебе як талановитого співрозмовника / талановиту співрозмовницю. Це чудово!

КОНСТРУКТИВНА КОМУНІКАЦІЯ. ЕТИКЕТ

Я ЗНАЮ СИЛУ СЛОВА...

Володимир Сосюра

- ✓ Як спілкуватися з людьми?
- ✓ Як виявляти доброзичливість та щирість у спілкуванні?
- ✓ Чи має сучасна людина дотримуватись етикету?



Як спілкуватися з людьми?

- 1 Прочитай вірш Грицька Бойка «Ділові розмови».



— Здоров!
— Здоров!
— Як справи? Що робиш? — я питаю.
— Та ось по телефону
З тобою розмовляю...
А як у тебе справи?
— Та справи — те що треба!
— А що ти зараз робиш?
— Та от дзвоню до тебе...
Ну що ж, бувай здоровий,
Бо вже пора кінчати:
Ще ж треба подзвонити
До Роми і до Гната.



- Чи можна цю телефонну розмову вважати «діловою»? Поясни чому.
- Пригадай свої телефонні розмови. Про що ти розмовляєш зі своїми друзями та подругами? Чи завжди твої розмови змістовні?
- 😊😊 Об'єднайтеся в пари і складіть діалог, який може відбуватися по телефону. Розіграйте його.

- 2 Проаналізуй свої відповіді на запитання тесту, який ти проходив / проходила вдома. Продовж висловлювання: «Я гарний співрозмовник / гарна співрозмовниця, тому що...» або склади програму дій для себе «Чого мені слід навчитися, аби стати гарним співрозмовником / гарною співрозмовницею?».

Граматика етики



Комунікація (від. лат. *communication* — повідомлення, передача) — це спілкування за допомогою вербальних і невербальних засобів.

Конструктивна комунікація — комунікація, спрямована на порозуміння співрозмовників.

Цікава наука

- 3** Подивися на текст «Правила конструктивного спілкування». Скільки частин у ньому? Як називається кожна з них? Прочитай спочатку правила конструктивного спілкування для тих, хто слухає, а потім — для тих, хто говорить.

Правила конструктивного спілкування

Коли слухаєш

- ▶ Вияви зацікавленість та готовність до розмови.
- ▶ Слухай уважно: не перебивай, не відволікайся, не критикуй, не змінюй теми розмови.
- ▶ Слухай активно: уточнюй, чи правильно ти розумієш інформацію, подавай сигнали, що ти слухаєш уважно (вживай слова «розумію», «цікаво», «чудово» або кивай головою на знак згоди тощо).
- ▶ Уважно стеж за емоціями та настроєм співрозмовника / співрозмовниці.

Коли говориш

- ▶ Намагайся, щоб тебе почули і зрозуміли.
- ▶ Дотримуйся послідовності у викладі інформації.
- ▶ Не переходь до нових повідомлень, коли ти не впевнений / не впевнена, що тебе зрозуміли.
- ▶ Спілкуйся в атмосфері довіри, взаємної поваги, виявляй співпереживання.
- ▶ Застосовуй невербальні засоби комунікації, намагайся дивитися співрозмовникові / співрозмовниці у вічі.

- ▶ Які з цих правил були тобі вже відомі, а про які ти дізнався / дізналася вперше?
- ▶ Яких правил ти дотримуєшся завжди, яких — інколи, а яких — не дотримуєшся зовсім? Поясни чому.
- ▶ Чи дотримуєшся ти правил конструктивного спілкування з різними співрозмовниками та співрозмовницями (тато, мама, бабуся, дідусь, братик, сестричка, сусіди, однолітки, друзі, старші товариші, молодші товариші, вчителі, сторонні люди та ін.)?

4 Розглянь кластер «Навички конструктивного спілкування». Якими навичками необхідно володіти для конструктивного спілкування?



- ▶ Перевір, які з цих навичок конструктивного спілкування ти назвав / назвала під час виконання завдання 2 (с. 45). А які б додав / додала?



Як виявляти доброзичливість та щирість у спілкуванні?

5 Прочитай вірш Оксани Сенатович «Ми розбили склянку з чаєм».

- Ти розбив!
- Ні, ти розбила!
- Ти штовхнув?
- А ти впустила!
- Ти тюхтій.
- А ти незграба!
- Баобаб!
- Ти баобаба!



Вже школярка, наче хмарка, —
очі повні сліз.

Школярка

дмухає на пальчик свій.

— Обпекла?

— А ти радій!

Та школярик посмутнів:
— Я... ти вибач, не хотів,
я штовхнув.

— А я впустила.

— Я розбив.

— Це я розбила.

- Розкажи, як змінювався твій настрій під час читання вірша.
- Чому виник конфлікт між дітьми? Що засмутило школярика? Як діти вирішили конфлікт?

- 6** Розглянь ілюстрації української художниці Анастасії Стефурак. Прочитай прислів'я на них. Як художниця об'єднала слово і малюнок? Поясни, як зображення допомагає зрозуміти сенс прислів'їв.



- 😊😊 Об'єднайтеся в пари. Пригадайте та усно опишіть одне одному ситуації з життя, до яких підходять ці прислів'я.

- 7** Подивись анімаційний фільм «Ціна гніву» (канал «Живе телебачення», 2019).



- Чи сподобався тобі фільм? Поясни чому. Що тебе найбільше вразило?
 - У чому, на твій погляд, полягає основна думка фільму? Чи погоджуєшся ти з нею?
 - Чи були у твоєму житті випадки, коли ти когось ранив / ранила словом або ж ображали тебе? Розкажи, що ти відчував / відчувала при цьому. Як можна запобігти образам?
- 8** Запиши слово *доброзичливий* і розбери його за будовою. Від яких слів утворилося це слово?
- Продовж речення: *Доброзичливий — це той, хто... Недоброзичливий — це той, хто...*



Граматика етики

Доброзичливість — бажання людям добра; вияв співчуття до людей; піклування про людей.

Щирість — позитивна риса особистості, яка виявляється у чесності, правдивості.

- 9 Розглянь кластер. Доповни його іншими якостями доброзичливої людини.



- 10 Прочитай фрагменти вірша Володимира Сосюри «Я знаю силу слова...».

Я знаю силу слова —
Воно гостріш штика
І швидше навіть кулі,
Не тільки літака.

Воно проміння швидше,
В нім — думка й почуття.
Воно іде в народи
Для вічного життя.

- Із чим порівнює слово поет Володимир Сосюра? У чому, на твою думку, може ще полягати сила слова? Наведи приклади.



Чи має сучасна людина дотримуватись етикету?

- 11 Розглянь малюнки. Опиши зображені ситуації.



- 😊😊 Придумайте і розіграйте діалоги за ситуаціями, які зображені на малюнках. Які слова ввічливості ви будете використовувати?

Граматика етики



Етикёт — це правила поведінки людей у суспільстві.

Скарбничка етики



В Україні перші писемні правила поведінки було викладено великим київським князем Володимиром Мономахом у «Повчаннях дітям...». Він писав: «У домі своїм не лінується, а за всім дивиться... Ні пиття, ні їди не потурайте, ні спанню... Брехні беріться... Недужого одвідайте... І чоловіка не миніть, не привітавши».



Володимир Мономах
(1053–1125)

- 12 Розглянь малюнок школяра. Яку ситуацію на ньому зображено?

- Які правила поведінки в гостях порушили діти? Сформулюй правила поведінки в гостях.



- 13  Продовж речення: Добрими манерами володіє той, хто... Обговори свою відповідь з однокласниками та однокласницями. Прочитай матеріал рубрики «Скарбничка етики» і дізнайся, як це речення продовжив Джонатан Свіфт.



- 14 Знайди і прочитай прислів'я. Поясни, як ти розумієш кожне з них.

Народ скаже, як зав'яже

СПИВАТИ добре
а говорити
окремо.

Гостре
СЛОВЕЧКО
коле СЕРДЕЧКО.

КРАСНО

говорить,
а слухати
НІЧОГО.

Лихо

говірливому,
та не добре
й мовчазливому.

Красне

СЛОВО —
золотий ключ.

ЛАСКАВІ

СЛОВА —
весняний
дощ.

- 15 Розглянь інформаційний плакат до теми «Конструктивна комунікація. Етикет». Поясни, як ти розумієш його назву. Кому належать ці слова? Як ти вважаєш, у чому виявляється сила слова?



- Розглянь зображення хлопчика і дівчинки в правій частині плаката. Пригадай правила конструктивного спілкування. Як ти гадаєш, чому між словами *доброзичливий* і *недоброзичливий* стоїть двостороння стрілка? Що треба робити, аби спілкування було доброзичливим?
- Розглянь малюнок у нижній частині плаката. Яке прислів'я з рубрики «Народ скаже, як зав'яже» він ілюструє?
- Прочитай вислів Володимира Мономаха. Які ще його мудрі поради ти знаєш?



- 16** Прочитай вислів французького письменника Еміля Золя. Чи погоджуєшся ти з ним? Що, на твою думку, є основою людського щастя? Свої роздуми запиши.

Основою людського щастя є доброта, відвертість і чуйність.



Перевернутий клас



- 17** Візьми інтерв'ю в батьків або в інших рідних людей та з'ясуй:

- які засоби комунікації вони використовували, коли були твого віку;
- як спілкувалися з рідними, знайомими, друзями та подругами;
- як вітали одне одного зі святами.

Сформулюй не менше п'яти запитань для інтерв'ю. Відповіді запиши. Підготуй на основі відповідей повідомлення про те, як колись спілкувалися твої рідні.

ВІРТУАЛЬНЕ СПІЛКУВАННЯ

...ВІРТУАЛЬНИЙ СВІТ НІКОЛИ НЕ ЗАМІНИТЬ
СПРАВЖНЬОГО ЖИВОГО СПІЛКУВАННЯ.

Зоряна Мурашка

- ✓ Яке спілкування називають віртуальним?
- ✓ У чому особливості та ризики віртуального спілкування?
- ✓ Як зробити віртуальне спілкування безпечним?



Яке спілкування називають віртуальним?

- 1 Розглянь малюнки. Розкажи, як спілкувалися люди на відстані в різні часи.



Цікава наука

- 2 Прочитай текст.

Ілон Маск — відомий сучасний винахідник і підприємець, розробник космічних кораблів та екологічних електромобі-

лів — зазначав: якщо людина повернеться на декілька століть у минуле, то побачить, що речі та явища, які сьогодні для нас є буденними, у ті часи вважали магією. Наприклад, здатність розмовляти з людьми на великій відстані, передавати зображення, отримувати значні обсяги інформації. Тільки письменники-фантасти писали про такі чудеса у своїх творах.

► За допомогою яких засобів комунікації сучасна людина здійснює те, що раніше вважали магією?

► Пофантазуй, як буде спілкуватися людина в майбутньому.

3 Розглянь малюнок. Поясни, що означає кожна іконка. Які із засобів, зображених за допомогою іконок, ти використовуєш для спілкування?



4 Розглянь кластер «Сучасні засоби комунікації». Спираючись на нього, розкажи, які іконки символізують месенджери (програмні додатки для обміну повідомленнями), а які — соціальні мережі?



Граматика етики



Віртуальне спілкування — це спілкування у віртуальному просторі за допомогою сучасних електронних засобів.

Нетикет, або мережівий етикет, — це правила поведінки, спілкування в мережі «Інтернет».

- 5 Чи спілкуєшся ти віртуально? Які месенджери використовуєш? Із ким спілкуєшся за допомогою цих месенджерів? Якими соціальними мережами користуєшся? Що тобі в них подобається? А що не подобається? Як ти думаєш, для чого створені соціальні мережі?
- 6 Прочитай матеріал рубрики «Скарбничка етики». Чи поділяєш ти думку Папи Римського Бенедикта XVI? Аргументуй свою відповідь.

Скарбничка етики



Папа Римський Бенедикт XVI наголошував: *«Цифрове середовище — не паралельний або виключно віртуальний світ, це частина звичайного життя багатьох людей, особливо молодих».*



Папа Римський
Бенедикт XVI



У чому особливості та ризики віртуального спілкування?

- 7 Прочитай загадку Анатолія Качана «Світов@ п@вутин@». Відгадай її.
- | | |
|-----------------------------------|---------------------------------------|
| Цю загадку-недомовку | В павутину невідому |
| Загадав мій друг Микола: | Я попав, як риба в сіті, |
| «Хто сьогодні без вірьовки | І забув, чи я на цьому, |
| Прив'язав мене до сто лу?» | Чи уже на то му світі?» |

- Як ти розумієш слова: «В павутину невідому / Я попав, як риба в сіті»?
- Чи потрапляєш ти в тенета інтернету? Поясни чому.

- 8 Прочитай характеристики мережі «Інтернет». Які з них позитивні, а які негативні? Поясни свою думку. Які ще характеристики ти можеш додати?

Швидкий доступ до інформації, інтернет-залежність, спілкування з друзями, користування електронною поштою, нові знайомства, доступ сторонніх до особистої інформації, необмежений доступ до розваг, спам і віруси, можливість щось купити онлайн.

- 9 😊😊 У парах створіть кластери: один / одна з вас — кластер «Позитивні характеристики інтернету», інший / інша — кластер «Негативні характеристики інтернету». Обговоріть кластери, які ви склали.

10 Обговоріть у класі запитання: *Яке значення має інтернет у житті сучасної людини?*

11 Розглянь і прочитай комікс «Новий друг з інтернету».



- ▶ Уяви себе на місці Петрика. Що ти порадиш Сашкові? Як переконаєш його дослухатися твоїх порад?
- ▶ Розробіть поради для своїх однолітків, за яких умов можна зустрітися з людиною, з якою познайомився / познайомилася в інтернеті.

Цікава наука

- 12** Прочитай текст. Визнач, яка інформація була тобі вже відома, а що було новим.

Віртуальна самопрезентація людини може відрізнятися від того, якою людина є в реальності. Співрозмовник чи співрозмовниця у віртуальному середовищі може змінювати своє ім'я, стать, вік, професію, фото. В інтернеті можна вдягти «маску», яка надасть свободи у спілкуванні.

Людина, яка в реальному житті має труднощі у спілкуванні через комплекси, проблеми з вимовою, станом здоров'я, у віртуальному середовищі почуває себе комфортніше. Вона може бути ким хоче, виглядати, як хоче, говорити, що хоче. У неї немає обмежень, характерних для реального спілкування.

- Як ти вважаєш, що позитивне, а що негативне в можливостях, які відкриває інтернет для самопрезентації людини?



Як зробити віртуальне спілкування безпечним?

- 13** Прочитай початок оповідання «Смартфон — це не іграшка».

Одного разу, коли Петрик гуляв на вулиці зі своєю таксою Віолеттою, йому на смартфон прийшло смс-повідомлення: «Якщо хочеш, щоб твоє бажання здійснилося, перейди за цим посиланням...»

— Це як? — з острахом спитала Віолетта.

— Я просто перейду за посиланням в есемесці...

— А ти впевнений? — засумнівалася такса.

За Іриною Ащеуловою



-  Якби ти отримав / отримала таку есемеску, як ти вчинив би / вчинила б? Аргументуй своє рішення. Колективно обговоріть ваші аргументи. Виберіть ті, які вам здаються найбільш переконливими.
- Придумайте продовження історії про Петрика та есемеску. Розкажіть, як будуть розгортатися події, якщо Петрик перейде за посиланням та якщо не перейде.

Цікава наука

- 14 Прочитай правила безпечного спілкування в інтернеті.

Правила безпечного спілкування в інтернеті

- ♦ Пам'ятай, що в інтернеті ти спілкуєшся з реальною людиною.
- ♦ Дотримуйся етики спілкування.
- ♦ Відстоюй свою точку зору, але не ображай своїх співрозмовників та співрозмовниць.
- ♦ Поважай час і можливості інших.
- ♦ Не надавай ніякої особистої інформації (адресу, номер телефону, номер школи, місце роботи батьків / рідних, опис квартири тощо). Не надсилай свої фото незнайомим особам.
- ♦ Припиняй розмову одразу, коли отримуєш інформацію, яка змушує тебе почуватися некомфортно.
- ♦ Повідомляй батьків, рідних, старших друзів про інформацію, яка має характер залякування.
- ♦ Не погоджуйся на зустрічі з незнайомими людьми.

- 15 Сформулюй і запиши правила під заголовком «Мої правила безпечної поведінки в інтернеті», розділи їх на дві частини: «Я буду...»; «Я не буду...»

- 16 Перевір, як ти засвоїв / засвоїла правила безпечного користування інтернетом. Пройди електронне тестування.



- 17  Обговоріть у класі запитання: Як краще спілкуватися — наживо чи онлайн?

18 Розглянь інформаційний плакат до теми «Віртуальне спілкування».



- Що означають іконки у верхній частині плаката? Розкажи про роль засобів спілкування в житті сучасної людини.
- Наведи приклади, які б підтверджували або спростовували твердження Папи Римського Бенедикта XVI.
- Сформулюй правила безпечної поведінки в інтернеті, спираючись на кластер у середині плаката.
- Розкажи про ризики віртуального спілкування, спираючись на малюнок у нижній частині плаката.
- Придумай назву для інформаційного плаката.

Домашня сторінка



- 19** Поділися письмово своїми міркуваннями з питання «Чи могли б ми зараз жити без спілкування онлайн?».

Перевернутий клас



- 20** Послухай аудіоказку «Попелюшка».

- Підготуй відповіді на запитання: «Як сестри ставилися до Попелюшки?», «Що відчувала дівчина?», спираючись на текст казки та ілюстрації.



Ілюстрації художниці Кануко Крафт до казки «Попелюшка»

АГРЕСИВНІСТЬ У СПІЛКУВАННІ. БУЛІНГ ТА КІБЕРБУЛІНГ

Слово — що камінь: коли метне його рука,
то вже потім назад не повернеш...

Мігель де Сервантес

- ✓ Як проявляється агресія у спілкуванні?
- ✓ Що таке маніпуляція?
- ✓ Як запобігати булінгу та кібербулінгу?



Як проявляється агресія у спілкуванні?

- 1 Прочитай вірш Марії Людкевич. Які емоції він у тебе викликав?

Хлопчик цей — великий злюка,
Він мене шарпнув за руку,
Обізвав: «Всезнайка, соня
І бабусина тихоня,
Млямля, чапля із поліна
І зануда, як Мальвіна».

Я сказала: «Ти на вроду —
Мов опудало в городі».
Він сказав...
І я сказала...
Він замовк. І я мовчала.

Ми мовчали, а на гіллі
Яблука гойдалися спілі...
Хлопчик яблуко зірвав
І мені подарував.

- Чи сподобалося тобі, як спілкувалися діти? Поясни чому. Як ти ставишся до такого спілкування?



Граматика етики

Агресивність — це риса характеру, що виражається у ворожому ставленні людини до інших людей, до тварин, до навколишнього світу.

- 2 Пригадай, що таке особистий простір людини. Розглянь малюнки. Поясни, як ти їх розумієш. Якої помилки у спілкуванні припустилася дівчинка на малюнку ліворуч?



- 3 Подивися мультфільм «Крадій печива» (реж. Е. Каделаго, 2012; США, Канада).



- Схарактеризуй поведінку бабусі. Поясни, чому вона так себе поводи́ла. Як поводи́в себе хлопець? Про які якості особистості свідчить така поведінка? Який урок етики отримала бабуся?
- 4 Знайди і прочитай прислів'я. Поясни, як ти розумієш кожне з них. Якими прислів'ями можна схарактеризувати героїв мультфільму «Крадій печива»? Поясни свою відповідь.

Народ скаже, як зав'яже

Не кричи,
а ліпше навчи.

У короткого
розуму

Не по виду суди,
а по справах
ДОВГИЙ
ЯЗИК.

Людей
не суди, на себе
погляди.

гляди.

У чужому
бачить,

оці порошинку
а в своєму —
колоди
не помічає.

Від лихого
не почуєш

доброго
слова.



Що таке маніпуляція?

5 Розглянь і прочитай комікс.



- Чи знайома тобі ситуація з коміксу?
- Як ти думаєш, чому хлопчик дав дівчинці списати?
- До яких дій та слів вдалася дівчинка, щоб досягти своєї мети?

Граматика етики



Маніпуляція — це вплив на людину нечесними, прихованими засобами задля отримання бажаного.

- 6 Послухай байку Леоніда Глібова «Гава і Лисиця» (читає Марія Капінус, 10 років).



- Хто з героїв байки вдається до маніпуляції?
У яких діях і словах проявляється маніпуляція?

- 7 Прочитай фрагмент казки «Малий та Карлсон, що живе на даху».

— А де моя вежа? Хто знищив мою чудову вежу?

Малий збентежився.

— Я не сподівався, що ти повернешся, — боязко сказав він.

— Все зрозуміло, — мовив Карлсон. — Найкращий у світі будівельник споруджує вежу, і що ж виходить? Може, хтось ставить біля неї огорожу? Може, хтось слідкує, щоб вона стояла вічно? Зовсім ні! Навпаки! Ламає, нищить її!

Карлсон відійшов, сів на ослінчик і насупився.

— Я не граюся, коли з мене знущаються, — пробурчав він.

Малий зовсім занепав духом. Він не знав, що йому робити.

Хвилинку панувала мовчанка. Нарешті Карлсон сказав:

— Якщо я дістану якийсь невеличкий подарунок, то, може, знову повеселішаю. Це ще не напевне, але, може, я повеселішаю...

Малий кинувся до столу й квапливо почав порпатися в шухляді, де він тримав найдорожчі свої скарби: поштові марки, морські камінці, кольорові олівці та олов'яних солдатиків.

Там лежала і його найбільша гордість — маленький кишеньковий ліхтарик.

— Може, тобі подарувати оце? — сказав Малий і простяг ліхтарика, щоб Карлсон побачив його.

Карлсон миттю схопив ліхтарика.

— Якраз щось таке мені й треба, щоб я знов повеселішав, — мовив він. — Це, звичайно, не така гарна річ, як моя вежа, але принаймні я спробую трохи повеселішати.

За Астрід Ліндгрен

- Чи можна дії Карлсона назвати маніпуляцією? Поясни свою думку.

- 8 Розглянь кластер «Способи маніпуляції». Назви та прокоментуй кожен із них. Наведи приклади до кожного способу або з власного життя, або з матеріалів теми.



Як запобігати булінгу та кібербулінгу?

- 9 Пригадай казку «Попелюшка», яку ти слухав / слухала вдома. Розкажи, як сестри ставилися до Попелюшки, що відчувала дівчина.



Граматика етики

Б'улінг (цькування) — це прояв насилля, який має систематичний характер та спрямований на приниження людини.

Кібербулінг — це приниження, цькування за допомогою мобільних телефонів, інших електронних пристроїв, яке може відбуватися в соціальних мережах, месенджерах тощо.

- 10 Розглянь малюнки. Опиши ситуації булінгу. Визнач, які різновиди булінгу зображені: фізичний, економічний, психологічний, кібербулінг.



Цікава наука

- 11** Подивися на текст. Скільки частин у ньому? Яку інформацію можна отримати з кожної частини? Що тобі допомогло це визначити? Прочитай текст.

Як відрізнити звичайний конфлікт від булінгу?

Не кожний конфлікт є булінгом. Цькування — це тривалі, повторювані дії. Якщо друзі посварилися чи діти разом весело штовхаються — це не булінг. Але якщо однолітки регулярно насміхаються, принижують дитину, ховають та кидають її речі, штовхають, обзиваються, викладають у соцмережі образливі знімки дитини — потрібно негайно діяти!

Що робити, якщо ви стали свідком булінгу?

- ✓ Втрутитися і припинити цькування — булінг не слід ігнорувати.
- ✓ Не підтримувати жодну зі сторін конфлікту — обидві сторони потребують допомоги.
- ✓ Пояснити, які саме дії вважаєте булінгом і чому їх варто припинити.
- ✓ Повідомити вчителів або батьків про ситуацію, що склалася.
- Чи кожний конфлікт може вважатися булінгом? Наведи приклади конфліктів, які можуть виникати між однолітками, та визнач шляхи їх розв'язання.
- Чи доводилося тобі бути свідком булінгу? Що ти робив / робила в такій ситуації?

- 12** Подивися мультфільм «Про пташок» (реж. Р. Егглстон, 2000, США).



- Поділися своїми враженнями про мультфільм. Чи можна назвати ситуацію, що зображена в мультфільмі, булінгом? Поясни свою відповідь. Як ти думаєш, чому пташки почали цькувати іншого птаха? Як можна було цьому запобігти?
- 13** Розглянь інформаційний плакат. Склади пам'ятку для своїх однолітків «Як запобігти кібербулінгу».



- 14 Розглянь інформаційний плакат до теми «Агресивність у спілкуванні. Булінг та кібербулінг».



- Спираючись на сюжетні картинки на плакаті, пригадай ситуації небезпечного спілкування.
- Назви відомі тобі художні твори, у яких є приклади небезпечного спілкування.
- Що символізує парасолька на плакаті? Які прояви небезпечного спілкування уособлюють химерні істоти?

Домашня сторінка



15 Виконуємо проєкт «Альбом пам'яток»

Колективно створіть альбом пам'яток. Об'єднайтеся у п'ять груп і розподіліть між собою теми для пам'яток: «Як протистояти агресії у спілкуванні», «Як бути чемними у спілкуванні», «Як зробити віртуальне спілкування безпечним», «Як дотримуватися правил спілкування у віртуальному просторі», «Як протистояти булінгу». До кожної пам'ятки виконайте по 4–5 малюнків. Розташуйте пам'ятки та малюнки у спеціально відведеному для цього місці в класі.

Перевернутий клас



16 Подивися з родиною або друзями мультфільм «Думками навиворіт» (реж. П. Доктер, Р. Дель Кармен; 2015, США). Обговоріть емоції та почуття, які викликав у вас цей мультфільм.



Кадр із мультфільму «Думками навиворіт»

РОЗДІЛ 3

СВІТ ЛЮДСЬКИХ ЕМОЦІЙ ТА ПОЧУТТІВ



ОЛЕКСАНДР ОЛЕСЬ

Затремтіли
струни у душі
моїй...



ЕМОЦІЇ
ПОЧУТТЯ

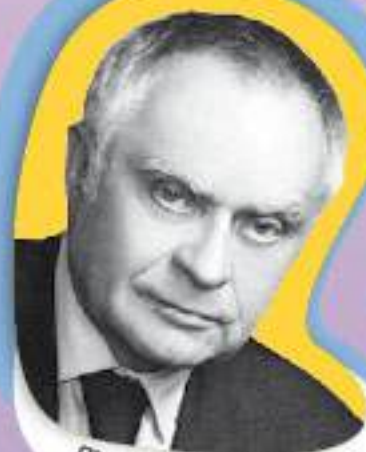
Добрі почуття,
емоційна культура —
це осердя
людяності...



РОЗУМІННЯ
СПІВЧУТТЯ
ЕМПАТІЯ



ВАСИЛЬ СУХОМЛИНСЬКИЙ



ДМИТРО ПАВЛИЧКО

Два кольори
мої, два кольори:
червоне — то любов,
а чорне — то
журба.



ЕМОЦІЇ
ПОЗИТИВНІ
НЕГАТИВНІ

Хто вміє
володіти собою,
той може керувати
людьми.



САМОПІЗНАННЯ
САМОКОНТРОЛЬ
САМОМОТИВАЦІЯ



ВОЛЬТЕР

ЕМОЦІЇ ТА ПОЧУТТЯ, ЇХНЄ ЗНАЧЕННЯ В ЖИТТІ ЛЮДИНИ

ЗАТРЕМТИЛИ СТРУНИ У ДУШІ МОЇЙ...

Олександр Олесь

- ✓ Чому емоції та почуття важливі для людини?
- ✓ У чому сила почуттів?
- ✓ Як люди виражають свої емоції та почуття?



Чому емоції та почуття важливі для людини?

- 1 Прослухай пісню Тараса Петриненка «Україна». Які емоції та почуття викликала в тебе ця пісня?



- 2 Прочитай фрагмент вірша Петра Осадчука «З тобою».

Послухай, як трава росте,
Напоєна дощами,
І як веде розмову степ
З тобою колосками.

Послухай, як вода шумить —
Дніпро до моря лине, —
З тобою всюди, кожен мить
Говорить Україна.

- Які емоції та почуття викликав у тебе цей вірш?
- Назви образи і картини, створені поетом, завдяки яким у тебе виникли ці емоції та почуття.

Граматика етики



Емоції — це стани і переживання людини, які визначаються обставинами, настроями або стосунками з іншими людьми. Наприклад, *радість, гнів, сум*.

Почуття — це стійке емоційне ставлення людини до того, що відбувається в її житті, що вона пізнає, як діє. Наприклад, *любов, ненависть, гордість*.

- 3** Розглянь фотографії. Які емоції та почуття викликає в тебе кожна з них?



Цікава наука

- 4** Прочитай текст. Як виявляється ставлення людини до навколишнього світу?

Життя людини без емоцій та почуттів неможливе. Так, у тебе до всіх предметів і явищ є певне ставлення, яке виявляється в емоціях і почуттях. Читаючи книгу, слухаючи музику, відповідаючи на уроці або спілкуючись із друзями, ти переживаєш радість, сум, піднесення, засмученість.

Людині дуже важливо виражати свої емоції та почуття. Коли ти тривалий час переживаєш образу, роздратування, злість або інші неприємні почуття, це шкодить твоєму здоров'ю. Потрібно сказати про свої почуття тому, хто їх викликає, але так, щоб не образити його. Не варто звинувачувати співрозмовника, потрібно говорити про свої переживання. Наприклад: «Мені неприємно, коли до мене так звертаються».

- Пригадай ситуації, в яких ти переживав / переживала радість, сум, піднесення, засмученість, та розкажи про них.
- Коли тобі доводилося переживати неприємні почуття, як ти їх виражав / виражала?

5 😊😊 Обговоріть описані ситуації. Назвіть емоції та почуття кожного учасника / кожної учасниці.

- ✓ У тебе є друг, ви товаришуєте з початкової школи. Вам цікаво разом. Він обіцяв дати почитати книжку і не приніс її. Ти образився / образилася.
- ✓ Ти любиш свою молодшу сестричку, добру і кмітливую дівчинку. Вона розбила твою улюблену чашку. Ти розсердився / розсердилася.
- ▶ За кожною ситуацією складіть діалог, спираючись на інформацію з рубрики «Цікава наука» (с. 71). Розіграйте ці діалоги.

6 Прочитай хмарку слів. Що називають слова хмарки? Як ти думаєш, чому хмарка слів має таку форму?

- ▶ Які із цих емоцій та почуттів ти переживав / переживала? Які з них пов'язані з приємними, а які — з неприємними ситуаціями твого життя?
- ▶ Чи може людина існувати без емоцій?



7 Поділися думками та почуттями, які виникли в тебе після перегляду вдома мультфільму «Думками навиворіт».



У чому сила почуттів?

8 Прочитай фрагмент повісті-казки «Вітер у верболозі». Зверни увагу, як автор описує емоційний стан героя.

Рідна домівка! Відтоді, як одного сонячного ранку Кріт утік звідси, він не згадував про неї. Його захопило нове життя, з радіщами, несподіванками, незвичайними пригодами. А тепер, огорнутий любими серцю спогадами, він раптом ясно побачив свій дім! Непоказний і тіснуватий, та все ж свій, власний. Кріт сам його зробив і завжди з радістю повертався до нього.

Бідолашний Кріт залишився на дорозі сам-один. Серце йому

краялося, він відчував, як десь глибоко в ньому визріває плач, щоб за хвилю вихопитися назовні нестримним риданням. Кріт знесилено сів на пенюк, намагаючись узяти себе в руки. Ридання, з яким він досі боровся, рвалося з грудей. Воно підступало до горла й таки вихопилось. Бідолашний Кріт зрештою перестав опиратися й заплакав — нестримно, безпорадно й щиро...

Кротові несила було вимовити хоч слово, його тіпало від ридань, що рвали груди, перехоплювали подих, душили мову.

— Я знаю, що то вбога, темна халупа... — простогнав він нарешті. — Їй далеко до твоєї затишної хати... до прекрасного Жабиного палацу... Але це моя люба хатка... і я не можу без неї... а я втік і зовсім забув її... і раптом почув її запах... і все одразу наплинуло на мене... Вона ж мені потрібна! Ой лишенько!..

За Кеннетом Грехемом

- Чи можна почуття Крота назвати сильними? Обґрунтуй свою думку.
- Чи доводилося тобі переживати сильні почуття? Опиши свої почуття та ситуації, які їх викликали.

Скарбничка етики



Сучасна американська письменниця Елізабет Гілберт радить: *«Не вибачайся за сльози. Без емоцій — ми просто роботи».*

*Елізабет Гілберт
(1969 р. н.)*



- 9** Розглянь репродукцію фрагмента картини Алли Горської «Автопортрет з сином».

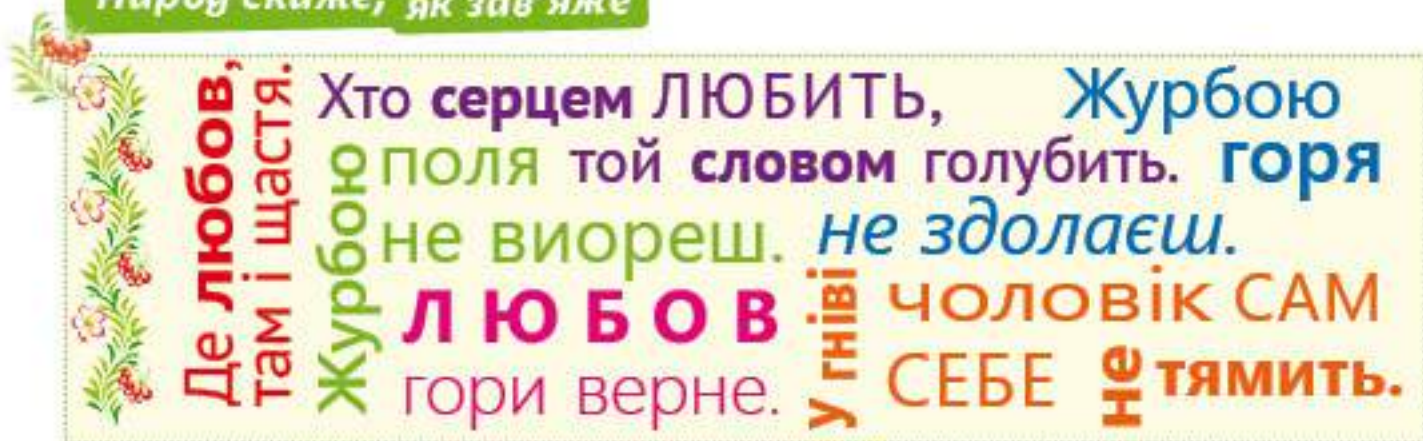
- Які емоції та почуття викликало в тебе художнє полотно?
- Опиши емоційний стан героїв картини.

*Алла Горська.
Автопортрет з сином*



- 10 Знайди і прочитай прислів'я. Поясни, як ти розумієш кожне з них. Пригадай і назви народні казки або літературні твори, які можна проілюструвати цими прислів'ями.

Народ скаже, як зав'яже



- 11 Розглянь малюнки. По виразу обличчя визнач емоційний стан дівчинки.



- 12 Поясни, як ти розумієш вислів: «У тебе все написано на обличчі».



Як люди виражають свої емоції та почуття?

- 13  Пограйте в гру «Відгадай емоцію». Учень / учениця показує емоцію за допомогою міміки, інші — відгадують, потім гравці міняються місцями.

Цікава наука

- 14 Прочитай текст. Яка інформація була для тебе новою?

В арсеналі людини є три способи вираження емоцій: вербальний (мова), невербальний (міміка, жести, тембр голосу), вчинки (дії, які допомагають оточуючим зрозуміти, що відчуває людина).

Найкращий спосіб передати свої емоції — вербальний. Людина, яка розуміє і приймає свої почуття, може без зусиль виразити їх словами.

Невербальний спосіб також дуже важливий, він допомагає передати до 70 % інформації. Жестами і мімікою людина може показати радість і смуток, захоплення і презирство.

Іноколи емоції підштовхують людину до вчинків. Наприклад, коли хтось із твоїх друзів захворів, ти засмучуєшся, в тебе виникає бажання допомогти. Ти телефонуєш хворому, щоб дізнатися, як він себе почуває, відвідуєш його.

Усі три способи вираження емоцій важливі для людини. Ми зазвичай комбінуємо ці способи: слова супроводжуємо жестами, мімікою, а іноді і вчинками.

- Склади і намалюй кластер «Способи вираження емоцій».

Скарбничка етики



Відомий український філософ і поет Григорій Сковорода писав: *«Любов виникає з любові, коли хочу, щоб мене любили, я сам першим люблю».*



Григорій Сковорода
(1722–1794)

15 Прочитай текст. Про що розповідає авторка?

Люблю, коли після дощу влітку повітря пахне свіжістю трави й гарячим асфальтом.

Люблю книжки: гортати їх, сторінка за сторінкою, вдихати ні з чим незрівнянний аромат паперу, літер, мудрості...

Люблю, коли за вікном негода, а вдома затишно й тепло. Люблю м'які кошлаті шкарпетки. Вони трепетно зігрівають кожен пальчик узимку.

Люблю яскраві жовті тюльпани. У них ховається сонце.

Люблю мармелад, синє небо в білих хмаринках, пухнасті зворушливі кульбабки, барвисту веселку.

Люблю життя!

За Славою Світовою

- Як авторка виражає свої емоції та почуття?
- Розкажи, що любиш ти.

- 16 Розглянь інформаційний плакат до теми «Емоції та почуття, їхнє значення в житті людини». Поясни, як ти розумієш його назву.



- Поділися думками, які викликали в тебе слова Елізабет Гілберт.
- Які емоції та почуття викликає в тебе колаж у центрі плаката? Які, на твій погляд, емоції та почуття відчувають діти, зображені на плакаті?
- Назви та схарактеризуй способи вираження емоцій. Розглянь на плакаті смайлики із зображенням емоцій. Назви емоції, які вони виражають. Чи використовуєш ти смайлики в листуванні? Як саме?
- Прочитай і поясни слова Григорія Сковороди. Чи погоджуєшся ти з цими словами? Поясни чому.

Домашня сторінка



- 17** Склади і намалюй хмарку слів для доброго настрою. Подумай, якої форми вона буде, які слова ти добереш до неї. Поясни розмір і колір кожного слова.

Перевернутий клас



- 18** Подивися мультфільм «Що за Різдво без любові?» (ErsteGroup, 2018, Австрія).

- Які почуття викликав у тебе цей мультфільм? Запиши свої думки про нього.



Кадр із мультфільму «Що за Різдво без любові?»

ЕМПАТІЯ. ПОЧУТТЯ ТА ЕМОЦІЇ ІНШИХ ЛЮДЕЙ

ДОБРІ ПОЧУТТЯ, ЕМОЦІЙНА КУЛЬТУРА —
ЦЕ ОСЕРДЯ ЛЮДЯНОСТІ...
Василь Сухомлинський

- ✓ Що таке емпатія і в чому її цінність?
- ✓ Чому потрібно навчатись емпатії?
- ✓ Як зважати на почуття та емоції інших людей?



Що таке емпатія і в чому її цінність?

- 1** Розглянь малюнки. Опиши поведінку персонажів у кожній ситуації.
На яких малюнках тобі імпонує поведінка персонажів? Поясни чому.



Скарбничка етики



Меріл Стріп, одна з найталановитіших акторок сучасності, зазначала: *«Великим даром людини є те, що вона має силу співпереживання, вона може відчувати таємничий зв'язок з іншими».*



Меріл Стріп
(1949 р. н.)

Граматика етики



Емпатія — це здатність розуміти емоційний стан іншої людини та співпереживати їй.

Цікава наука

- 2** Прочитай текст. Знайди відповіді на запитання: Як ми навчаємось емпатії? Чи існують люди, які не володіють емпатією? Більшості людей притаманна наявність емпатії чи її відсутність? Яку роль відіграє емпатія в людських стосунках?

Звідки береться емпатія? Мозок людини активізується, коли вона спостерігає за чиймись діями з наміром їх повторити. Ми навчаємось ставити себе на місце інших, стежачи за чужими виразами облич і копіюючи їх. Так ми навчаємось емпатії, навчаємось співчувати.

На жаль, існують люди, які не володіють емпатією. Наприклад, дитина може бути розумною не по роках: добре читати, писати, розв'язувати математичні задачі, але не бути здатною до співпереживання і співчуття. Вона може штовхнути кошеня, відібрати іграшку в малюка, голосно кричати, незважаючи на прохання поводитися тихіше, сміятися, коли хтось поранився.

Ми помічаємо не стільки наявність емпатії, оскільки вона притаманна більшості людей і сприймається як норма, скільки її відсутність.

Емпатія — це своєрідний міст, який допомагає нам розуміти емоції іншої людини. Завдяки емпатії ми відчуваємо підтримку і можемо надавати її іншим. Емпатія створює зв'язки між людьми і допомагає здобути дружбу і любов.

За матеріалами сайту www.osvita.ua

3 Прочитай притчу «Поле». Чому брати переносили збіжжя один одному?

Один батько залишив синам у спадок поле. Брати його поділили навпіл. Один брат був багатий і нежонатий, а другий — бідний і мав купу дітей.

Настали жнива. Не йде сон на очі багатому братові, думки в голову лізуть: «Я багатий, навіщо мені стільки збіжжя? А мій брат бідний, йому треба годувати сім'ю». Устав із ліжка старший брат, пішов на своє поле, взяв кілька снопів і переніс на братове.

Тієї ж ночі бідний брат міркував так: «Мій брат не має ні жінки, ні дітей. Єдине, що може його трохи втішити, — це багатство. Допоможу йому примножити багатство». Він пішов на своє поле, взяв кілька снопів і переніс на братове.

Уранці обидва брати потайки дуже дивувалися, що снопів на їхніх полях не поменшало. Те саме діялося наступними ночами. Кожен переносив своє збіжжя на братове поле, і обидва щоранку дивувалися, що його не меншає. Але однієї ночі, переносячи снопи, брати зустрілися на межі. Вони все зрозуміли, засміялися і радісно обійняли один одного.

► Як проявлялося почуття емпатії у кожного з братів?

4 Пригадай мультфільм «Що за Різдво без любові?», який ти дивився / дивилася вдома.

► У чому виявилась емпатія героїв мультфільму? Чи доводилося тобі спостерігати схожі ситуації в житті? Як при цьому поводитися діти?



Чому потрібно навчатись емпатії?

5  Обговоріть ситуації і дайте відповіді на запитання.

- ✓ Ти завжди повертаєшся з тренування о сьомій вечора. Цього разу ти затримався / затрималася з друзями і не попередив / не попередила батьків. Уже дев'ята вечора. Уяви, що вони відчувають. Що ти відчував би / відчувала б на їхньому місці?
- ✓ У ваш клас із іншої школи перевівся учень. Сьогодні в нього перший день навчання. Уяви, що він відчуває. Що ти відчував би / відчувала б на його місці?
- Пригадай золоте правило моралі. Чи схожі прояви емпатії та золоте правило моралі? Поясни чому.?

6 Розглянь дитячі малюнки. Опиши зображені на них ситуації. Розкажи про емоції та почуття людей на малюнках.



- Чи володіють герої малюнків емпатією? Обґрунтуй свою думку.

7 Розглянь кластер «Навіщо навчатись емпатії?».



Хвилинка самопізнання

- 8 😊😊 Ознайомтеся з плакатом «Рівні емпатії». Визначте рівень емпатії свій та напарника / напарниці. Обговоріть, чи співпало ваше розуміння свого рівня емпатії із баченням напарника / напарниці.

Рівні емпатії

.....

Високий рівень — відчуваю яскравий емоційний відгук на переживання інших, не відокремлюю свій емоційний стан від проблем інших людей, співпереживаю близьким та стороннім людям.

Середній рівень — тримаю під контролем свої почуття, думки, емоції; не завжди можу поділитися своїми проблемами; розумію емоції інших, але вважаю, що не варто виставляти свої почуття на показ.

Низький рівень — відчуваю труднощі в спілкуванні, не вмію співпереживати, емоційно відгукуватися на почуття та події; не розумію вчинків, скоєних під впливом емоцій.



Як зважати на почуття та емоції інших людей?

- 9**  Подивіться короткометражний фільм «Новенька дівчинка-кролик» (реж. Н. ван ден Дунген, 2015, Австралія).

- Поділіться емоціями, які викликав у вас цей фільм.
- Чому дівчинка прийшла до школи в масці?
- Чому Айден зірвав маску з Анабель?
- Які емоції та почуття охопили Анабель, коли вона опинилася без маски? Як на почуття та емоції Анабель відреагували інші діти? Як ви думаєте, чому?



Скарбничка етики



У індіанців Північної Америки є така приказка: *«Не судіть людину, поки не проходиш дві повні в її мокасінах».*



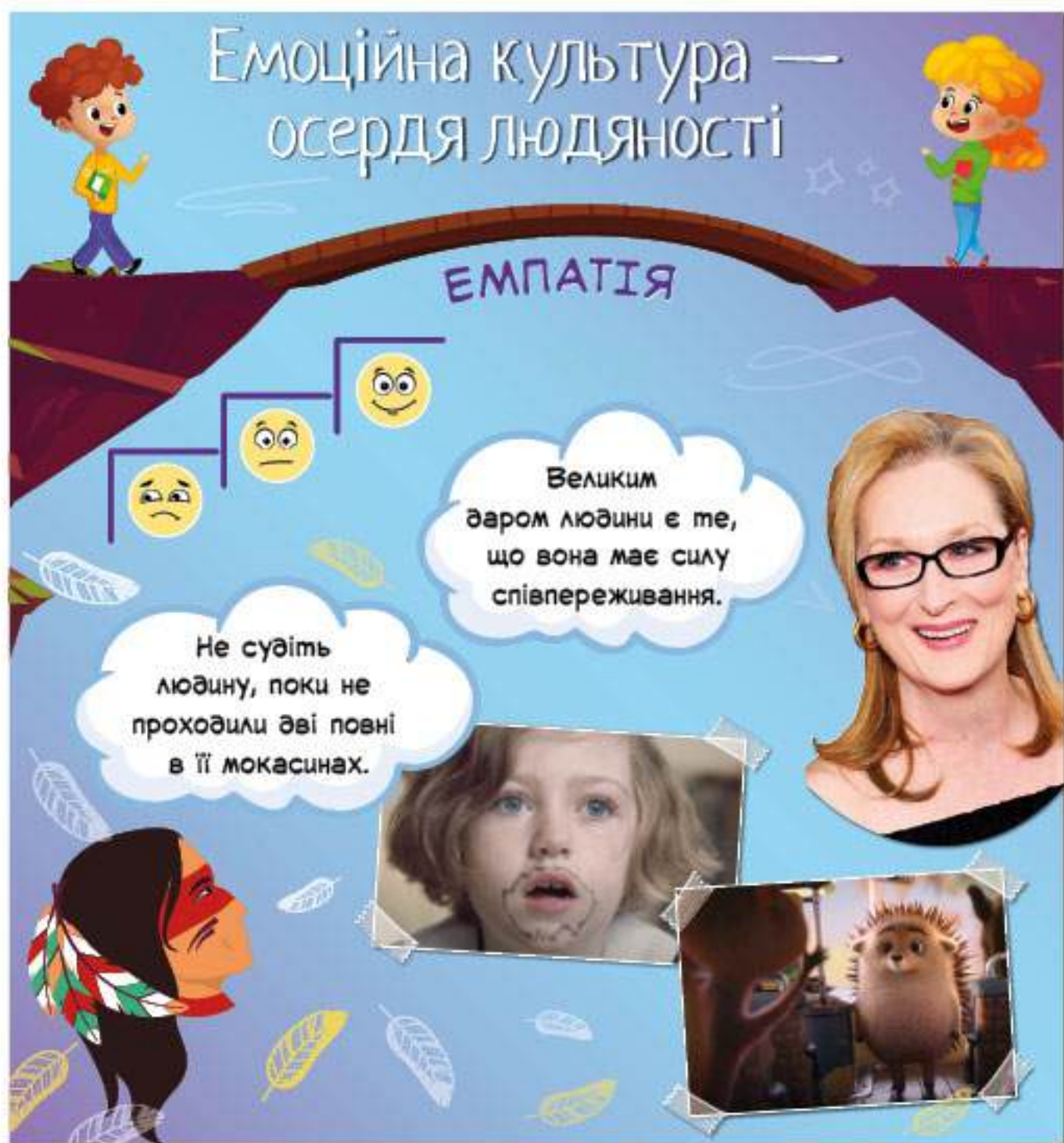
- 10** Прочитай пам'ятку «Як навчитися сприймати й розуміти почуття друга / подруги», яку склав твій одноліток.

Як навчитися сприймати й розуміти почуття друга/подруги

- 1** Намагайся уважно слухати друга / подругу, коли він / вона говорить про свої почуття.
- 2** Якщо ти не розумієш, про які саме почуття говорить друг / подруга, запитай його / її ще раз.
- 3** Слухай друга/подругу зі співчуттям, розумінням, відкритим серцем.

- Які поради ти додав би / додала б до пам'ятки? Обґрунтуй свої поради.

- 11 Розглянь інформаційний плакат до теми «Емпатія. Почуття та емоції інших людей». Як ти розумієш назву плаката?



- ▶ Поділися роздумами, які викликали в тебе слова Меріл Стріп.
- ▶ Поясни, чому емпатія символічно зображена у вигляді мосту. Назви рівні емпатії. Чи потрібно людині підніматися на вищі рівні емпатії? Обґрунтуй свої думку.
- ▶ Про що тобі нагадують зображені на плакаті дівчинка з бородою та їжачок?
- ▶ Прочитай і поясни індіанську приказку.

Домашня сторінка



12 Виконай одне із завдань на вибір.

1. Розглянь та усно прокоментуй схему. Спираючись на схему, розкажи рідним та близьким про емпатію.



2. Розглянь та усно прокоментуй малюнок. Спираючись на малюнок, розкажи рідним та близьким про емпатію.



- Напиши синквейн до слова ЕМПАТІЯ.

Перевернутий клас



- 13** Пригадай найщасливіші миті свого життя та підготуй розповідь про одну з них.

ПОЗИТИВНІ І НЕГАТИВНІ ЕМОЦІЇ В ЖИТТІ ЛЮДИНИ

ДВА КОЛЬОРИ МОЇ, ДВА КОЛЬОРИ:
ЧЕРВОНЕ — ТО ЛЮБОВ, А ЧОРНЕ — ТО ЖУРБА.
Дмитро Павличко

- ✓ Які бувають емоції?
- ✓ Яке значення мають позитивні емоції в житті людини?
- ✓ Яке значення мають негативні емоції в житті людини?



Які бувають емоції?

- 1 Прочитай фрагмент вірша Павла Тичини «Гаї шумлять». Уяви картини, змальовані поетом.

Гаї шумлять —
Я слухаю.

Хмарки біжать —
Милуюся.

Милуюся-дивуюся,
Чого душі моїй
так весело.

Я йду, іду —
Зворушений.

Когось все жду —
Співаючи.

Співаючи-кохаючи
Під тихий шепіт трав
голублячий.

- Які емоції переживає поет, спостерігаючи картини природи?
- Якими словами поет передає свої емоції?
- Чи доводилося тобі відчувати подібні емоції, викликані красою природи? Розкажи про це.

- 2 Прочитай історію, яка, за переказами, сталася з письменником Францом Кафкою.

Одного разу Франц Кафка гуляв у Берлінському парку і побачив маленьку дівчинку. Вона невтішно плакала, бо загубила улюблену ляльку. Письменник і дівчинка довго, але марно шукали ляльку. Наступного дня вони зустрілися і продовжили пошуки, але так і не знайшли іграшку. Третього дня Кафка передав дівчинці лист, «написаний лялькою»: «Будь ласка,

не плач. Я вирушила в подорож, щоб побачити світ. Обіцяю тобі писати про всі свої пригоди».

Письменник і дівчинка зустрічалися в парку, і він читав їй листи «від улюбленої ляльки».

Одного разу Кафка прочитав дівчинці лист, у якому лялька повідомляла, що повертається. А наступного дня він приніс їй ляльку, яку купив напередодні.

— Вона зовсім не схожа на мою ляльку, — сказала дівчинка.

Тоді Кафка дав їй ще один лист, у якому було написано: «Мої подорожі змінили мене».

Дівчинка міцно обійняла ляльку і понесла її додому.

За матеріалами з мережі «Інтернет»

- Які емоції переживала дівчинка, коли загубила улюблену ляльку?
- Чому, на твою думку, Кафка вирішив допомогти дівчинці шукати ляльку?
- Як ти думаєш, які емоції переживала дівчинка, коли її чарівна лялька «повернулася»?
- Які з емоцій, що переживала дівчинка, були позитивними, а які — негативними?
- Що ти відчував / відчувала, читаючи цю історію?



Граматика етики

Позитивні емоції — це позитивна оцінка об'єкта, явища (*радість, надія, захоплення* тощо).

Негативні емоції — протилежні позитивним (*страх, тривога, гнів* тощо).

- 3** 😊😊 Створіть два кластери: один / одна з пари — кластер «Позитивні емоції», інший / інша — кластер «Негативні емоції». Використайте слова для довідок, додайте два-три своїх слова. Прокоментуйте одне одному емоції, які ви включили до кластера.

Для довідок: радість, захоплення, страх, любов, гнів, смуток, надія, сором, рішучість, злість, розпач, веселість, спокій, невдоволення, симпатія, впевненість, горе, туга, інтерес.

- 4 Подивися мультфільм «Подарунок» (реж. Я. Фрей, 2014, Німеччина). Намагайся запам'ятати свої емоції і події мультфільму, які їх викликають.



- Прослідкуй, як змінюються емоції хлопчика з розвитком подій. Назви негативні та позитивні емоції, які переживав хлопчик.
- 5 Знайди і прочитай прислів'я. Яка тема їх об'єднує? Як народ оцінює емоції, про які йдеться у прислів'ях?

Народ скаже, як зав'яже



Яке значення мають позитивні емоції в житті людини?

- 6 Розкажи про найщасливішу мить свого життя. Пригадай свої емоції в ту мить.
- 7 Прочитай уривок із казки Роальда Дала «Чарлі і шоколадна фабрика».

Чарлі взяв, здер обгортку... і раптом... з-під обгортки... блиснуло золотим сяйвом. Серце в нього завмерло.

— Це ж Золотий квиток! — закричав продавець і підстрибнув на пів метра вгору. — У тебе Золотий квиток! Ти знайшов останній Золотий квиток! Ти ба! Ідіть усі сюди! Йдіть дивіться! Цей малий знайшов останній Золотий квиток від Вонки! Ось він! У нього в руках!



Кадр із фільму «Чарлі і шоколадна фабрика»
(режисер Тім Бертон, 2005)

Чарлі не поворухнувся. Він навіть не зняв з батончика Золотий квиток. Стояв непорушно, міцно тримаючи цукерку двома руками, а довкола штовхався й галасував натовп. Чарлі паморочилася голова. Здавалося, ніби зараз він злетить угору, як повітряна кулька. Ще трохи і його ноги відірвалися б від землі. Чув, як серце гупає десь аж у горлі.

- Які емоції переживали продавець і Чарлі? Яка подія викликала такі емоції?
- Як виражали свої емоції продавець і Чарлі?

Цікава наука

- 8** Прочитай текст. Виділи нову для тебе інформацію.

Позитивні емоції (щастя, радість, упевненість, захоплення, задоволення тощо) виникають у людини тоді, коли предмети чи явища задовольняють її потреби.

Американські вчені стверджують, що позитивні емоції — це ключ до успіху. Щасливі люди частіше пробують щось нове і кидають виклик долі, краще справляються зі стресом, у них міцніше здоров'я, вони довше живуть. Відчуття щастя дозволяє людям бути більш товариськими і щедрими, досягати успіхів у навчанні та професійному зростанні. Позитивні емоції спонукають людину до діяльності й досягнення гарного результату.

- Яке значення мають позитивні емоції в житті людини?
- Наведи приклади впливу позитивних емоцій на твоє життя.

- 9** Опиши словами емоції, які відчуває:

- ✓ ялинка, яку прикрасили до Нового року;
- ✓ літак, який уперше піднявся в небо;
- ✓ пролісок, який пробився крізь сніг;
- ✓ морська хвиля, яка змиває сліди на піску;
- ✓ вітерець, який грається з молодими деревами.



- 10** Зобрази за допомогою кольорів (використовуючи олівці чи фарби) позитивні емоції.

11 Прочитай уривок із давньогрецького міфу «Дедал та Ікар».

- ▶ Які емоції відчував Ікар?
- ▶ Як ти думаєш, чому загинув Ікар?
- ▶ Чи може почуття радості призвести до негативних наслідків? Поясни чому.



Яке значення мають негативні емоції в житті людини?

12 Прочитай вірш Володимира Верховинця «Страх».

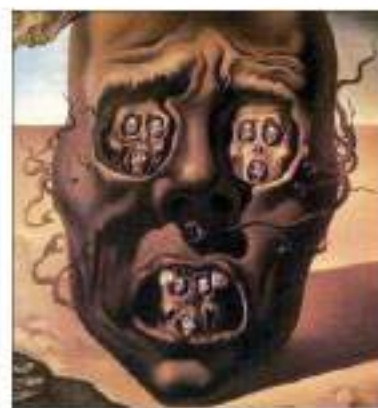
Страх Страшкович Страховенко	Надсилав страшні видіння
На горищі здавна жив.	У дитячі тихі сні:
І щоночі страхагентом	Павучища в павутинні,
Добросовісно служив.	Чорнокрилі кажани...
Він спускався по драбині,	А проте, хто не боявся,
Аж вгиналися щаблі,	Відкоша давав йому,
З рюкзаком страхів на спині,	Страх мерщій від тих ховався
Мов картини у Далі.	На горище у пільму.

- ▶ Про яку емоцію йдеться у вірші? Як ти вважаєш, це позитивна чи негативна емоція? Чи може ця емоція бути корисною? У яких випадках? Наведи приклади.
- ▶ Чи знайома тобі емоція, про яку йдеться у вірші? Пригадай ситуації, у яких ти її відчував / відчувала. Розкажи про них у класі.

13 Розглянь репродукцію картини іспанського художника Сальвадора Далі «Обличчя війни».

- ▶ Які почуття та емоції викликає в тебе картина? До чого спонукають ці почуття?
- ▶ Як ти думаєш, чому картина так називається?

*Сальвадор Далі.
Обличчя війни*



Цікава наука

14 Прочитай текст. Що нового ти дізнався / дізналася з тексту?

Негативні емоції (страх, злість, смуток, жах, незадоволення, недовіра, розпач, зневіра тощо) погано впливають на стосунки

з оточуючими, на настрій і здоров'я людини. Такі емоції виникають через невдачі та брак інформації про проблему. Вони можуть навіть погіршувати фізичний стан людини.

Людині, яка переживає негативні емоції, необхідно уникати самотності, більше спілкуватися з природою та друзями, займатися спортом. Наукою доведено, що фізичні вправи покращують настрій, а спілкування надає людині сил.

- Яке значення мають негативні емоції в житті людини?
- Як подолати вплив негативних емоцій на душевне і фізичне здоров'я?
- Наведи приклади впливу негативних емоцій на твоє життя.

15 Ознайомся з фрагментом казки Володимира Чия «Про жабу Душку та хом'ячків-сусідів».



- Опиши емоційний стан хом'ячка Тама. Чим був викликаний цей стан?
- Чи доводилося тобі відчувати заздрість? Пригадай такі ситуації.

16 Зобрази за допомогою кольорів (використовуючи олівці чи фарби) негативні емоції.

Скарбничка етики



Український філософ і поет Григорій Сковорода наголошував: *«Коли в тебе людське серце — співчувай, а якщо хочеш — ревнуй і гнівайся, та уникай ворогування».*



Григорій Сковорода
(1722–1794)

Хвилинка самопізнання

17 Розглянь схему «Шкала емоцій». Використовуючи матеріал схеми, склади власну шкалу емоцій. Розташуй свої емоції від найнеприємніших до найприємніших. Пам'ятай, що ти маєш орієнтуватися тільки на свої почуття та переживання.



- 18 Розглянь інформаційний плакат до теми «Позитивні та негативні емоції в житті людини». Поясни його назву.



- ▶ Що символізують смайлики на долонях людини?
- ▶ Чи погоджуєшся ти зі словами у центрі плаката? Аргументуй свою думку.
- ▶ Спираючись на фотографії, розкажи, як можна подолати вплив негативних емоцій на людину.
- ▶ Як ти розумієш пораду Григорія Сковороди? Чи завжди можна уникнути ворогування?
- ▶ Який заклик міститься в картині Сальвадора Далі «Обличчя війни»?

Домашня сторінка



19 Прочитай початок казки Олесі Шевчук про п'ять слуг.

У давні-давні часи було славне королівство. Правив ним король на ім'я Розумність. Було в нього п'ять вірних слуг — Радість, Смуток, Страх, Подив і Злість. Слуги допомагали королю правити країною і виконували всі його накази. Королівство процвітало, люди жили в ньому мирно і щасливо.



Якось король побачив портрет прекрасної принцеси і закохався в неї. Він вирушив у дорогу, щоб посвататися до принцеси, а на своє місце посадив молодшого брата на ім'я Дурість. Наказав йому не видавати указів і в усьому покладатися на вірних слуг: Радість, Смуток, Страх, Подив і Злість — вони знають, що робити.

Щойно король покинув палац, до Дурості з'явилися Добрі Порадники і стали твердити йому:

— Навіщо ми терпимо цих трьох негідників: Злість, Страх і Смуток?! Вони нам усе життя зіпсували, змушують нас страждати. Вижени їх геть! Без них буде краще!

- Напиши продовження казки та розкажи, як будуть розгортатися події в королівстві, коли в ньому не буде Злості, Страху і Смутку.

Перевернутий клас



20

Пригадай конфліктні ситуації, які виникали в тебе з рідними або друзями. Як ви реагували на конфлікт і знаходили його рішення, якщо знаходили? Підготуйся розказати про це в класі.

КЕРУВАННЯ ВЛАСНИМИ ЕМОЦІЯМИ

**ХТО ВМІЄ ВОЛОДИТИ СОБОЮ,
ТОЙ МОЖЕ КЕРУВАТИ ЛЮДЬМИ.**

Вольтер

- ✓ Чому і як потрібно пізнавати власні емоції?
- ✓ Чому необхідно керувати власними емоціями?
- ✓ Як керувати власними емоціями?



Чому і як потрібно пізнавати власні емоції?

- 1** Розглянь фотографії. Які емоції викликала в тебе кожна з них?
Як ти це зрозумів / зрозуміла?



- Як ти думаєш, чи потрібно прислухатися до своїх емоцій, розуміти, що ти відчуваєш і чому? Обґрунтуй свою думку.

Хвилинка самопізнання

- 2** Прочитай текст. Назви чотири кроки для знайомства з емоціями.
Щоб свідомо виражати свої емоції та почуття, необхідно спочатку зрозуміти їх. Для цього потрібно зробити чотири кроки.
 - **Визнавай емоції.** Не соромся їх, не відкидай. Пам'ятай, ти маєш право на будь-яку емоцію.
 - **Позначай емоцію словами.** Щойно ти щось відчув / відчула, одразу скажи собі: «Я радію / співчуваю / соромлюся / серджуся». Намагайся точніше висловлювати свої емоції іншій людині. Наприклад, «мені погано» заміни на «я сумую» або «я ображений / ображена».

- Слідкуй, як ти реагуєш на різні емоції. У тебе можуть бути прискорений пульс, рум'янець, розширені зіниці, спітнілі долоні. Запам'ятовуй, як ти реагуєш на ту чи іншу емоцію.
- Аналізуй причину емоції. Намагайся зрозуміти, як, у який момент і чому вона виникла. Що викликало емоцію: почуття та вчинки інших людей чи твої власні роздуми?
- ▶ Намалюй схему «Знайомство з емоціями» у вигляді сходинок. Кожну сходинку підпиши.

3 😊😊 Виконайте вправу «Тренуємо емоції». Об'єднайтеся в пари і покажіть одне одному емоції.

- ✓ Посміхнись, як: *людина, яка побачила перший весняний квіт; хитра лисиця; задоволена дитина; мудра сова.*
- ✓ Насупся, як: *сердита людина; зла чарівниця / злий чарівник; осіння хмара; незадоволений перехожий.*
- ✓ Злякайся, як: *кошеня, на якого гавкає собака; заєць, який побачив мисливця; малюк, який заблукав у лісі.*
- ✓ Розізлись, як: *дитина, у якої забрали іграшку; дідусь, коли розбили його улюблену чашку; пес, у якого забрали кістку.*

Скарбничка етики



Відомий український педагог Костянтин Ушинський стверджував: «Ніщо — ні слова, ні думки, ні навіть вчинки наші не виражають так ясно і вірно нас самих, як наші почування... Почування наші скажуть нам, що ми таке: не те, чим би ми хотіли бути, але те, що ми таке насправді».



Костянтин Ушинський
(1823–1871)

- 4** Виконай вправу «Познач емоцію словами» (с. 95, 96). Опиши свої емоції та реакції на них для кожної ситуації.
- ✓ Шестикласники / шестикласниці запросили тебе до волейбольної команди, грати в якій ти давно мріяв / мріяла. Що ти відчуваєш?

Згодом у тебе промайнула думка — чи зможеш ти грати з ними на рівних? Що ти відчуваєш тепер?

- ✓ У своєму дворі ти знайшов / знайшла мале цуценя, яке загубилося. Батьки погодилися залишити звірятко вдома. Що ти відчуваєш? Наступного дня ти побачив / побачила оголошення про загублене цуценя, на якому — фото твоєї учорашньої знахідки. Що ти відчуваєш тепер?



Чому необхідно керувати власними емоціями?

- 5 Розглянь малюнок. Про що думає хлопчик? Як ти гадаєш, які емоції він при цьому відчуває? Чи відомий тобі такий стан? Що б ти порадив / порадила людині в такому стані?



Цікава наука

- 6 Прочитай текст. Знайди відповідь на запитання: Чому необхідно навчитися керувати власним емоційним станом?

Психологи вважають, що душевне здоров'я людини залежить не так від подій, що відбуваються в нашому житті, як від реакції на них. Саме тому кожному / кожній із нас необхідно навчитися керувати власним емоційним станом. Лише позитивний підхід до вирішення життєвих проблем, вміння виявити свої відчуття, турботливе ставлення до всіх, хто нас оточує, — рецепт гарного самопочуття.

► Склади «рецепт» гарного самопочуття для своїх однолітків.

- 7 Розкажи про конфліктну ситуацію, яка виникла в тебе з рідними або друзями. Як ви реагували на конфлікт і знайшли його рішення, якщо знайшли? Як би ти вчинив / вчинила у цій ситуації зараз?

- 8** Прочитай фрагмент із повісті «Пригоди Тома Соєра». Зверни увагу на емоції, які переживає головний герой.

Том вийшов на вулицю з відром вапна і з довгою щіткою. Він поглянув на паркан, і одразу глибокий смуток оповив його душу. Життя здалося йому безглуздом. Зітхаючи, він умочив щітку в вапно і провів нею по верхній дошці. Знов умочив, знов помазав і спинивсь: яка мізерна ця біла смужка порівняно з не-осяжним простором нефарбованого паркана.

Він згадав, як весело збирався провести цей день, і смуток його побільшав. Незабаром інші хлопці вийдуть на вулицю гуляти й розважатися. А як вони глузуватимуть із нього, що йому доводиться так важко працювати! Раптом його окрило натхнення — геніальна, блискуча думка.

Він узяв щітку і спокійно заходився працювати. Ось удалині з'явився Бен Роджерс. Його кепкування Том боявся найбільше.

Бен сторопів на хвилинку, а потім сказав:

— Гі-гі! Таки спіймався! Що, голубе, змусили працювати?

Том зневажливо глянув на хлопця і сказав:

— Що ти звеш роботою?

— А хіба це не робота?

— Може, робота, а може, й ні. Одне тільки знаю: Тому Соєру вона до вподоби.

— Ну, ти ж не збираєшся казати, що це діло приємне?

— Приємне! А що ж у ньому неприємного? Хіба хлопцям щодня щастить білити паркани?

Це обернуло всю справу по-новому.

За Марком Твеном

- Опиши емоційний стан Тома Соєра до того, як його окрило натхнення.
- Чи вдалося хлопчикові опанувати свої емоції? Як це вплинуло на його поведінку?
- Передбач, як далі розгортатимуться події.



Як керувати власними емоціями?

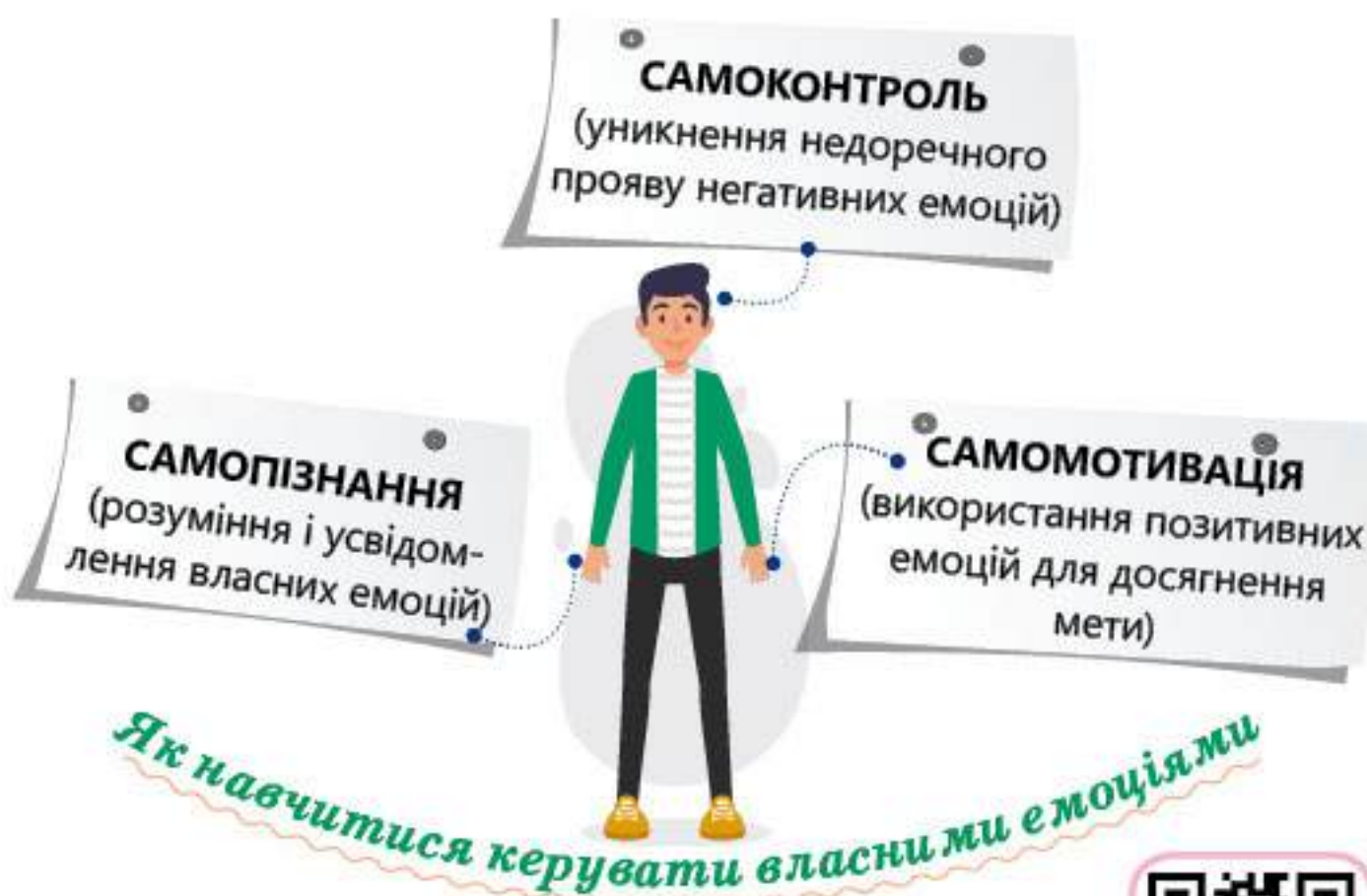
- 9** Прочитай уривок із вірша Лесі Українки «Як дитиною, бувало...» на с. 98.

Як дитиною, бувало,
Упаду, собі на лихо,
То хоч в серце біль доходив,
Я собі вставала тихо.

«Що, болить?» — мене питали,
Але я не признавалась —
Я була малою горда —
Щоб не плакати, я сміялась.

- Які емоції переживала дівчинка, коли падала? Вона їх виказувала чи стримувала? Як ти думаєш, чому?

- 10** Розглянь кластер. Назви три кроки, які потрібно зробити, щоб навчитися керувати своїми емоціями.



- 11** Виконай завдання: продовж речення.



- 12** Прочитай інформацію. Про які варіанти поведінки людини в конфліктній ситуації ти дізнався / дізналася?

Люди часто потрапляють у конфліктні ситуації. І кожна людина сама обирає, як їй упоратися зі своїми емоціями. Вона може:

- ✓ стримати свої почуття, щоб ніхто не дізнався, що саме вона відчуває (якщо почуття не висловлюються, вони накопичуються й людина перебуває у пригніченому стані);

- ✓ висловити свої почуття агресивно, щоб усім стало прикро (якщо людина висловлюється агресивно, то руйнуються стосунки й полегшення після виходу емоцій не настає);
- ✓ висловити свої почуття конструктивно, так, щоб нікому не було прикро (якщо людина висловлюється конструктивно, стосунки зберігаються, проблема вирішується).

Найефективнішим способом вирішення конфліктної ситуації є відкрите спілкування, коли сторони говорять про свої потреби та почуття.

- У якому із цих варіантів поведінки проявляється керування емоціями? Поясни чому.
- Який із варіантів поведінки в конфліктній ситуації є найефективнішим?

13 😊😊 Об'єднайтеся в пари й візьміть одне в одного інтерв'ю «Як ти керуєш власними емоціями?». Поставте такі запитання:

Чи потрапляв / потрапляла ти в ситуації, які потребували керування емоціями? Як ти керував / керувала своїми емоціями?

14 😊😊 Об'єднайтеся в групи й виконайте вправу «Шукаємо вихід із конфліктної ситуації». Уявіть, що в конфліктну ситуацію потрапили дві людини: одна вміє керувати емоціями, інша — ні. Спрогнозуйте поведінку кожної людини в запропонованих ситуаціях.

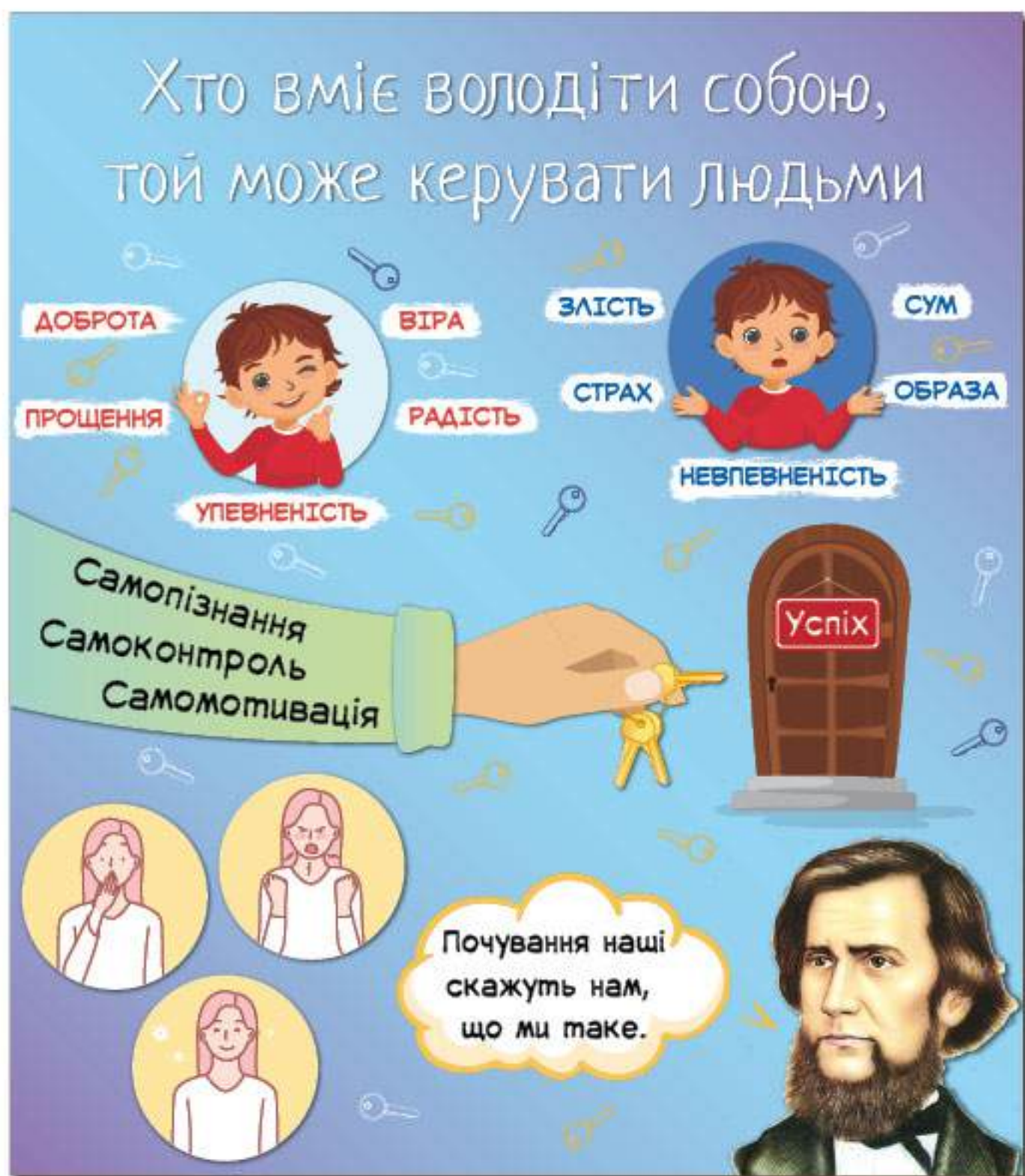
1. Батьки не дозволяють дівчині пізно ввечері піти в кіно. 2. Діти не беруть хлопчика в гру. 3. Друг не запросив однокласника на вечірку. 4. Дівчинка їла морозиво, її штовхнули, морозиво впало. 5. П'ятикласник отримав низький бал на уроці. Мама / тато запитує його, чому так сталося. 6. Учениця запізнилася на урок.

15 Знайди і прочитай прислів'я, поясни, як ти їх розумієш.

Народ скаже, як зав'яже

Можна **МОВЧКИ** Сльозами очі промочиш —
 Хто **й своє серце** **ЧИСТИМИ** **ВСЕ**
 серцем **любить, з'їсти. ОЧИМА** **КРАЩЕ**
НЕ словом **ВЕСЕЛА ДУМКА —**
ГОЛУБИТЬ. **половина здоров'я.** **ПОБАЧИШ.**

- 16 Розглянь інформаційний плакат до теми «Керування власними емоціями». Поясни його заголовок.



- ▶ Як ти думаєш, що символізують зображення хлопчиків?
- ▶ Сформулюй і прокоментуй формулу успіху, спираючись на малюнок у центральній частині плаката.
- ▶ Що виражають три обличчя в нижній лівій частині плаката?
- ▶ Як ти розумієш слова Костянтина Ушинського?

Домашня сторінка



17 Виконуємо проєкт «Атлас емоцій»

Колективно виберіть для «Атласу емоцій» 10 найпоширеніших людських емоцій. Об'єднайтеся в групи по дві-три особи та оберіть одну емоцію на групу. Дайте їй визначення, запропонуйте символ емоції, колір емоції, приклади її проявів у житті, літературі та народній творчості.



Перевернутий клас



18

Підготуй розповідь про своє хобі. Чи пов'язане воно з мистецтвом або спортом? Чому ти зацікавився / зацікавилася цим заняттям? Візьми інтерв'ю у своїх друзів, рідних, знайомих про їхні інтереси та хобі.



РОЗДІЛ 4

ЖИТТЄВИЙ ПОСТУП ЛЮДИНИ

ІНТЕРЕСИ
ХОБІ

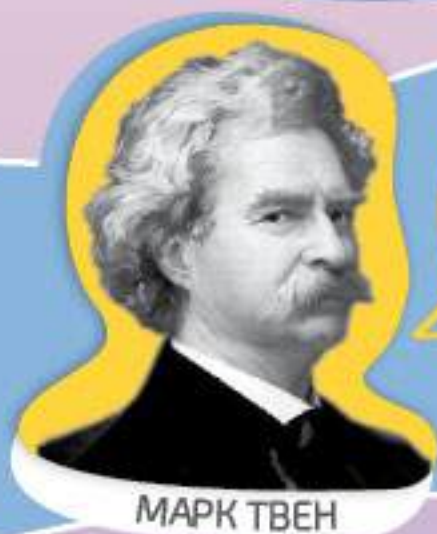


Людина —
творюється,
самонароджується.



ВАСИЛЬ СТУС

Два
найважливіших дні
у твоєму житті: день,
коли ти з'явився на світ,
і день, коли ти зрозумів
навіщо.



МАРК ТВЕН

САМОСТІЙНІСТЬ



ЦІЛЬ
ПЛАН



Ціль без плану —
це просто мрія.

РІШЕННЯ



АНТУАН ДЕ СЕНТ-ЕКЗЮПЕРІ

Поразка —
це наука, ніяка пере-
мога так не вчить.



ЛІНА КОСТЕНКО

УСПІХ
ПОРАЗКА
ДОСВІД



Роль навчання та хобі у житті людини

Людина — твориться, самонароджується.

Василь Стус

- ✓ Яку роль відіграє навчання в розвитку особистості?
- ✓ Чому інтереси та хобі важливі в житті людини?
- ✓ Як заняття мистецтвом та спортом впливають на людину?



Яку роль відіграє навчання в розвитку особистості?

1 Прочитай гумореску Павла Глазового. Що викликало в тебе усмішку?

— Чуєш, тату, — син питає, — що таке хамелеон?

— Відчепися, я не знаю, — каже Филимон.

— Чуєш, тату, ще спитаю. Що таке аукціон?

— Відчепися, я не знаю, — злиться Филимон.

Мати сердиться на хлопця: — Ну чого ти пристаєш?

Батьку навіть у неділю відпочити не даєш.

— Не кричи, — говорить батько. — Я люблю балакати з ним.

Хай пита, чого не знає, а то виросте дурним.

► Поясни значення слів *хамелеон*, *аукціон*.

► Кого ти запитуєш, коли хочеш про щось дізнатися?

► Чи шукаєш ти інформацію самостійно? Якщо так, то які джерела інформації ти використовуєш?

2 Склади асоціативний куш до поняття *навчання*.

3 Прочитай уривки з учнівських творів на тему «Навіщо потрібно вчитися?».

1. Нас учителька на уроці запитала: «Навіщо потрібно вчитися?». Я задумався. А і правда, навіщо вчитися? Рано вставати і йти до школи, сидіти на уроках, а ввечері робити домашнє завдання? Адже весь цей час можна провести з друзями, грати на комп'ютері, веселитися.

2. Кожного дня ми спілкуємося з іншими людьми, і для того, щоб вони нас розуміли, ми повинні виражати свої емоції словами. Ми листуємося та обмінюємося смс-повідомленнями. Для цього потрібно писати правильно і без помилок. Крім того, необхідно правильно розставляти розділові знаки, щоб дохідливо донести нашу думку співрозмовнику.

3. Нас оточує дуже багато сучасної техніки. Пральна машина, пілосос, кухонний комбайн, мікрохвильова піч та інша техніка працюють автоматично. Але для того, щоб приготувати якусь страву, потрібно задати режим. А щоб цього навчитися, треба буде спочатку прочитати і зрозуміти інструкцію.

- ▶ З якими думками, висловленими в поданих уривках, ти погоджуєшся? Аргументуй свою відповідь. Як ти відповіси на запитання: *Навіщо потрібно вчитися?*
- 4 Назви 7 причин, навіщо потрібно вчитися. Запиши їх у вигляді кластера.
- 5 Прочитай уривок із листа Василя Стуса до сина. Із чим порівнює хлопця письменник? Які поради батько дає синові?

Скарбничка етики



Відомий український письменник Василь Стус у листі до сина зазначав: *«Ти повинен бути освіченою людиною. Бо теперішня людина — тільки освічена. Людина — твориться, самонароджується. Власне, хто Ти є поки що? Кавалок глини сирової. Бери цей кавалок в обидві жмені і мни — доти, поки з нього не вийде щось тверде, окреслене, перем'яте. Уяви, що Бог, який творить людей, то Ти є сам. Отож як Бог самого себе, мни свою глину в руках, поки не відчуєш під мозолями кремінь. Для цього в Тебе найкращий час — творися ж!»*



Василь Стус
(1938–1985)

- 6 Знайди і прочитай прислів'я. Яка тема їх об'єднує? Поясни, як ти розумієш кожне з них.

Народ скаже, як зав'яже

ЗНАННЯ людині що крила
пташині НАУКИ
НЕ вода Вчення
не затопить, а в нещасті
НЕ вогонь утішає.
не спалить. в Не соромно
іншого, і сам ВІК не знати, соромно
УЧИ ПОМУДРІШАЄШ. живи — ВІК учись. не вчити.



Чому інтереси та хобі важливі в житті людини?

- 7 Розглянь кластер. Назви хобі, які на ньому зображені. Як ти думаєш, що спонукає дітей займатися цими справами?

ХОБІ



гра
на музичних
інструментах



фотогра-
фування



читання



малювання



кулінарія



танці



колекціо-
нування



збирання
пазлів



спорт



слухання
музики



рукоділья



туризм

- 8 Розкажи про своє хобі. Як воно виникло? У чому його користь?



Граматика етики

Інтереси — те, що найбільше цікавить людину, що становить зміст її думок і турбот; прагнення, потреби.

Хобі — захоплення, улюблене заняття на дозвіллі, уподоба.

- 9 Підготуй самостійно повідомлення про походження слова *хобі*.
- 10 Прочитай фрагмент казки «Матильда». Яке хобі було в дівчинки? Чому Матильді подобалося читати?

Матильда відвідувала бібліотеку лише раз на тиждень, щоб узяти нові книжки й повернути старі. Її маленька кімнатка перетворилася тепер на читальню, де вона сиділа вечорами й читала, тримаючи нерідко біля себе чашку гарячого шоколаду.



Було так приємно брати із собою в кімнату гарячий напій, ставити біля себе, а тоді сідати й читати вечорами в тихому й порожньому будинку. Книжки переносили її в нові світи, знайомлячи з дивовижними людьми, життя у яких було надзвичайно цікаве. Вона плавала на старовинних вітрильниках із Джозефом Конрадом. Вирушала в Африку з Ернестом Гемінгвеєм та в Індію з Редьярдом Кіплінгом. Мандрувала довкола світу, не покидаючи своєї маленької кімнатки в звичайнісінькому англійському селі.

За Роальдом Далом

- Чи знаєш ти письменників, твори яких читала дівчинка?
 - Розглянь малюнок. Як ти вважаєш, чи ілюструє він захоплення дівчинки читанням? Поясни чому. Чи доводилося тобі переживати такі емоції при читанні?
 - Чи є читання серед твоїх хобі? Про що ти любиш читати? Назви своїх улюблених письменників / письменниць, улюблені книжки.
- 11 Розглянь і прочитай кластер «Навіщо потрібне хобі?». Як ти продовжиш речення: «Моє хобі допомагає...»? Доповни кластер.





Як заняття мистецтвом та спортом впливають на людину?

- 12** Прочитай фрагмент вірша Максима Рильського «Мистецтво». До кого звертається поет?

В тобі, мистецтво, у тобі одному
Є захист: у красі незнаних слів,
У музиці, що вроду, всім знайому,
Втіляє у небесний перелив;

В тобі, мистецтво, — у малій картині,
Що більша за усеї безмежний світ!
Тобі, мистецтво, у твоїй країні
Я шлю поклін і дружній свій привіт.

Твої діла — вони одні нетлінні,
І ти між квітів — найясніший квіт!



- Які види мистецтва згадує Максим Рильський?
- Як поет увиразнює неповторність кожного виду мистецтва?
- Як ти думаєш, чому поет бачить у мистецтві захист? Від чого можна знайти захист у мистецтві?

Цікава наука

- 13** Прочитай інформацію. Дай відповідь на запитання: Як заняття мистецтвом впливає на людину?

Заняття мистецтвом пробуджує в кожній людині любов, прагнення до досконалості, радість та бажання зробити наш світ іще більш яскравим та красивим. Невід'ємною складовою творчості є дарування усмішок, позитивних емоцій та сюрпризів. Адже, створюючи щось своїми руками, малюючи, ліплячи, граючи на музичному інструменті, танцюючи, ви вкладаєте душу та шматочок себе самого, своє тепло, свою любов.

За матеріалами сайту «Культура і мистецтво»

Скарбничка етики



Німецький письменник Йоганн Вольфганг Ґете зазначав: *«Прекрасне в житті, прекрасне в мистецтві допомагає людині жити, допомагає виконувати складну справу життя, бо це прекрасне випрямляє її душу. Мистецтво — посередник того, що неможливо висловити».*



Йоганн Вольфганг Ґете
(1749–1832)

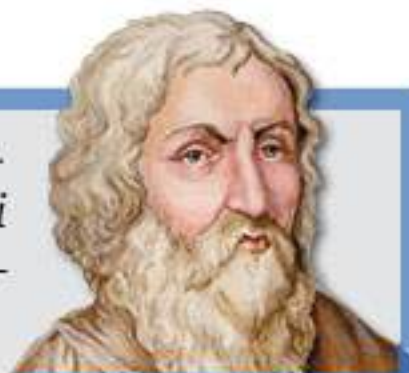
- 14**  Обговоріть у класі думку Ґете: *«Мистецтво — посередник того, що неможливо висловити».*
- 15** Розглянь плакат «5 причин займатися спортом». Прокоментуй кожную причину, спираючись на власний досвід або досвід своїх друзів, подруг, рідних чи знайомих.



Скарбничка етики



Видатний давньогрецький лікар Гіппократ стверджував: *«Гімнастика, фізичні вправи повинні міцно увійти в повсякденність кожного, хто хоче зберегти працездатність, здоров'я, повноцінне і радісне життя».*



Гіппократ
(460–377 рр. до н. е.)

- 16** Чи цікавишся ти мистецтвом? Чи займаєшся спортом? Якщо так, розкажи, як мистецтво та спорт впливають на твоє життя.

- 17 Розглянь інформаційний плакат до теми «Роль навчання та хобі у житті людини». Прокоментуй слова Василя Стуса.



- Назви 7 причин, чому потрібно вчитися.
- Прочитай слова в центральній частині плаката. Кому вони належать? Поясни, чому навчання — невід’ємна складова життя сучасної людини.
- Спираючись на фото в середній частині плаката, розкажи про роль хобі в житті людини.
- Що символізує колаж у нижній частині плаката? Чи може сучасна людина існувати без мистецтва і спорту?

Домашня сторінка



18

Розпитай батьків чи інших близьких тобі людей про їхнє навчання: чи подобалося їм учитися в школі, яка в них освіта, чи продовжують вони вчитися зараз.

Перевернутий клас



19

Підготуй повідомлення про успішну людину зі свого оточення. Розкажи, чому ти вважаєш її успішною, як вона досягла успіху.



Успішні



люди



СТАНОВЛЕННЯ І ДОРОСЛІШАННЯ ЛЮДИНИ

ДВА НАЙВАЖЛИВІШИХ ДНІ У ТВОЄМУ ЖИТТІ:
ДЕНЬ, КОЛИ ТИ З'ЯВИВСЯ НА СВІТ,
І ДЕНЬ, КОЛИ ТИ ЗРОЗУМІВ НАВІЩО.

Марк Твен

- ✓ Як дорослішає людина?
- ✓ Що значить бути самотійною людиною?
- ✓ Як наполегливість і цілеспрямованість сприяють успіху?



Як дорослішає людина?

- 1 Прочитай уривок із вірша Анатолія Костецького «Про дорослих». Знайди відповідь на запитання: Чому герой вірша не заздрить дорослим?

Ніколи і нізащо
дорослим не позаздрю!

На них дивитись — просто сміх.
Скажіть: хіба життя у них,
коли нічого в світі
не можна їм робити?!

Не можна їм на дерево,
хоч це і дуже просто,
аж на вершечок здертися.
Адже вони — дорослі...

Не можна грати у футбол
на вулиці завзято
і у вікно забивши гол,
через паркан тікати.

Та й серед парку, по траві,
босоніж, без сорочки
не можна погасати їм.
Адже вони — дорослі!..

- Чи заздриш ти дорослим? Поясни чому.

Цікава наука

- 2 Прочитай текст на с. 112. Знайди відповідь на питання: Що таке дорослішання? Чи відомі тобі відчуття, про які йдеться в тексті?

Перехід зі світу дитинства у світ дорослих завжди непростий і часто болісний. Несподівані виклики, нові клопоти й проблеми, незручні зміни й самокопання можуть гнітити або ж навпаки — відкривати нові грані світу.

Дорослішання — це пошук відповідей на питання, пошук себе, свого світу і «своїх» у цьому світі. Круто, коли ти можеш розділити переживання змін із кимось, хто для тебе близький.

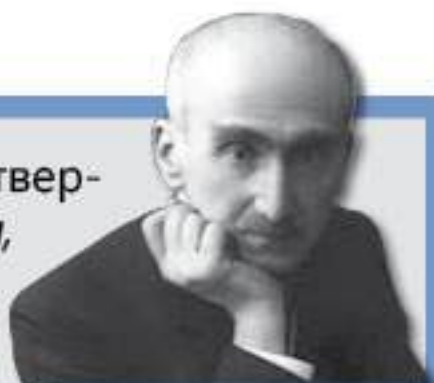
Іноді дорослішання приходить не тоді, коли ти до нього готовий / готова фізично чи психологічно, а тоді, коли на тебе звалюється тягар дорослих проблем. Хочеш ти цього чи ні — мусиш брати на себе відповідальність, давати раду банальним побутовим і нестандартним проблемам, піклуватися про інших.

За матеріалами сайту starylev.com.ua

Скарбничка етики



Французький філософ Анрі Бергсон стверджував: *«Жити — значить змінюватися, змінюватися — значить дорослішати, а дорослішати — значить невпинно творити самого себе».*



Анрі Бергсон
(1859–1941)



Що значить бути самотійною людиною?

- 3** Прочитай відповіді твоїх однолітків на питання: *Що таке самотійність?*
- ◆ Самостійність — це коли ти сам дбаєш про себе: сам виконуєш уроки, сам готуєш їжу, сам доглядаєш за своїми речами.
- ◆ Самостійність — це коли людина самотійно приймає рішення і несе за них відповідальність.
- ◆ Самостійність — уміння мислити й аналізувати наслідки своїх учинків.
- ◆ Самостійність — уміти слухати й аналізувати думки та ідеї людей, з якими спілкуєшся.

- ◆ Самостійність виявляється в умінні визнавати помилки і мати силу їх виправити.

Сформулюй свою відповідь на питання: *Що таке самостійність?* Порівняй її з поданим визначенням.



Граматика етики

Самостійність — це здатність людини самій вирішувати те, хто вона, і те, яка вона. Самостійність — риса характеру дорослої людини.

Цікава наука

- 4 Прочитай текст. Знайди відповіді на питання: *Яку людину вважають самостійною? Що значить бути самостійною людиною? Які труднощі долає людина на шляху до самостійності?*

Часто кажуть, що діти самостійні, коли вони можуть самі вдягнутися і поїсти, але насправді це не так. Людина стає самостійною, коли вона...

- ✓ Пам'ятає, що має і сильні, і слабкі риси, приймає їх. Сприймає свої слабкості як завдання для вирішення, а не як перешкоди.
- ✓ Самостійно приймає рішення та відповідає за них. Висловлює свою думку.
- ✓ Дозволяє собі йти своєю дорогою, навіть якщо вона не така, як очікували інші.
- ✓ Пам'ятає, що кожен несе відповідальність за те, що робить.
- ✓ Розмовляє з батьками, намагається їх зрозуміти. Ураховує досвід інших — батьків та друзів, прислухається до їхніх думок та порад. Не забуває, що самостійність — це не бунт і не боротьба.
- ✓ Не боїться помилок. Учиться робити висновки зі своїх учинків і впевнено йти вперед. Дорослішання людини — це шлях до самостійності.

Бути самотійною особистістю не так просто, як здається. На шляху до самотійності людина стикається з такими труднощами:

- ✓ *невпевненість у собі, страх* — якщо ти не віриш у себе, постійно сумніваєшся, вагаєшся, тоді тобі важко самотійно приймати рішення;
- ✓ *надмірна опіка та контроль батьків* — важко стати самотійним, коли батьки сприймають тебе як малу дитину;
- ✓ *невміння бути відповідальним* — самотійна людина — це людина, яка не лише вільна у своїх вчинках, словах і рішеннях, а й відповідальна за них;
- ✓ *впадання в крайнощі* — самотійність — не вседозволеність, не байдужість до думки оточуючих, не зневага до інших.

За Оксаною Рацькою

- 5**  Психологи стверджують, що самотійність — це коли розумієш значення трьох слів: «хочу», «треба», «можу». Чи погоджуєшся ти із цим? Поясни свою думку. Обговоріть це питання у класі.



Як наполегливість і цілеспрямованість сприяє успіху?

- 6** Розглянь портрети. Назви цих людей. Що, на твій погляд, їх об'єднує? Як ти думаєш, які якості допомогли цим людям стати успішними?



Скарбничка етики



Наполеон I Бонапарт, французький державний діяч і полководець, стверджував: «Перемога належить наполегливішим».



Наполеон I Бонапарт
(1769–1821)

- 7 Розкажи про успішну людину зі свого оточення. Поясни, чому ти вважаєш її успішною, як вона досягла успіху.

Цікава наука

- 8 Прочитай текст. Які факти тебе вразили?

Науковці провели дослідження в Академії музики в Берліні серед студентів-скрипалів. Учасникам дослідження запропонували дати відповідь на таке запитання: *Скільки годин на тиждень ви витрачаєте на заняття музикою відтоді, як уперше взяли скрипку в руки, і до сьогодні?*

Виявилося, що всі учасники почали займатися музикою приблизно в 5 років. Перші кілька років усі займалися майже однаково — близько 2–3 годин на тиждень. Але з 8 років стали виявлятися відмінності. Окрему групу склали студенти, які займалися більше за інших: у 9 років — 6 годин на тиждень, у 12 років — 8 годин, у 14 років — 16 годин, у 20 років — 30 годин на тиждень. Як з'ясувалося, студенти, які ввійшли до цієї групи — це найкращі студенти Академії, майбутні солісти світового рівня.

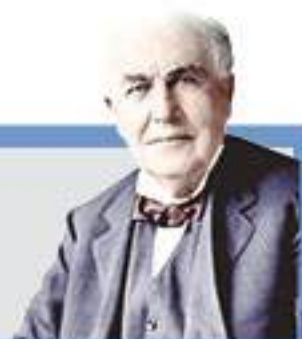
За Малькольмом Гладуелом

- Як ти думаєш, який висновок зробили дослідники, отримавши такі результати?

Скарбничка етики



Відомий американський винахідник та підприємець Томас Едісон зазначав: «Геній — це 1% натхнення та 99% виснажливої праці».



Томас Едісон
(1847–1931)

Хвилинка самопізнання

- 9 Дай відповіді на запитання тесту «Чи ти самостійна і цілеспрямована людина?». Чи збігаються результати тесту з твоєю самооцінкою? Як ти думаєш, чому?



Скарбничка етики



Видатна українська художниця Катерина Білокур писала: «Доля випробовує тих, хто намірився йти до великої мети, але сильних духом не спіймає ніхто. Вони зі стиснутими руками вперто і сміливо йдуть до наміченої мети, і тоді доля винагороджує їх сторіцею...»



Катерина Білокур
(1900–1961)

- 10 😊😊 Знайдіть і прочитайте прислів'я. Об'єднайтеся в пари та прокоментуйте їх.

Народ скаже, як зав'яже

а руки роблять.

ОЧАМ
страшно,

плавати,

поки

ДОРОГУ
долає
у вуха

ВОДИ

той,

хто

йде.

бажає йти,

і доля

ВЕДЕ.

Коли є

Що роблю,

за те й відповідаю.

до чого жагота,

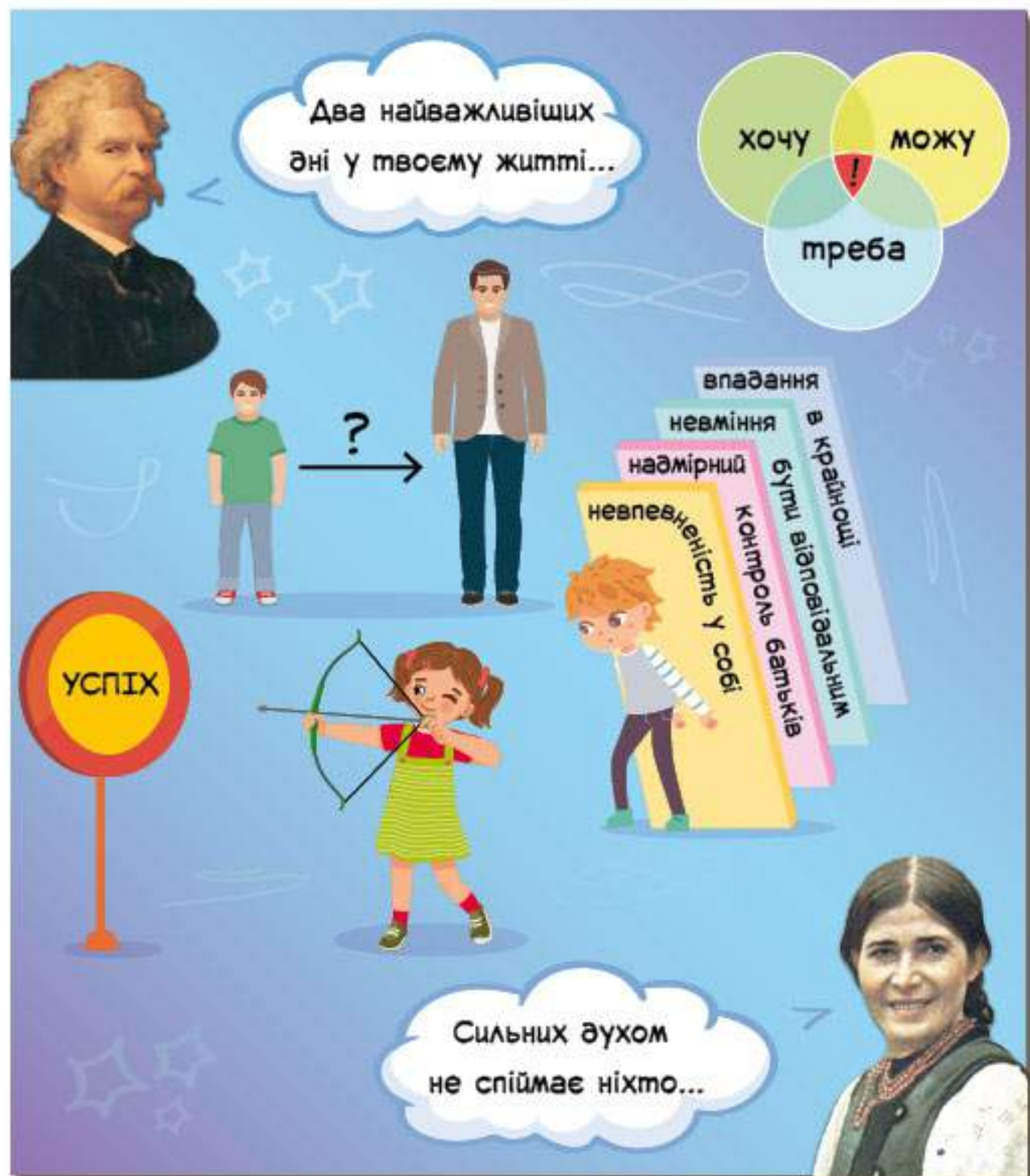
то кипить

в руках

робота.

НЕ НАВЧИШСЯ Того, хто

- 11 Розглянь інформаційний плакат до теми «Становлення і дорослішання людини». Прочитай та продовж слова Марка Твена, поясни, як ти їх розумієш.



- Що символізує малюнок дитини і дорослого на плакаті?
- Що означають кола у правому верхньому куті плаката?
- Поясни, як ти розумієш зображення хлопчика і дівчинки у середній частині плаката.
- Прокоментуй слова Катерини Білокур.

Домашня сторінка



12

Напиши есе: поділися роздумами, чи вважаєш ти себе самостійною людиною, поясни чому.

Перевернутий клас



13

Склади детальний розпорядок свого дня.



ЖИТТЄВІ ЦІЛІ, ПЛАНИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ

ЦІЛЬ БЕЗ ПЛАНУ — ЦЕ ПРОСТО МРІЯ.

Антуан де Сент-Екзюпері

- ✓ Що таке життєві цілі?
- ✓ Яку роль відіграє план у досягненні успіху?
- ✓ Як навчитись приймати рішення?



Що таке життєві цілі?

- 1 Прочитай вірш Григорія Фальковича «Твоя мета».



Своя мета життя — в ката.
Мабуть, не та мета — в кита.
Та й в них, напевне, не така,
Як у гиндика чи бика.

А у бика, вважаю я,
Мета — інакша, ніж моя.
Вже чималі й твої літа.
Скажи, яка твоя мета?..



- Дай відповідь на запитання героя вірша.

Цікава наука

- 2 Прочитай інформацію. Знайди відповідь на запитання: *Що таке життєві цілі?*

Цілі в житті — це ті завдання, які наповнюють життя сенсом і допомагають людині знайти свій шлях. Цілі визначають сутність людини, формують її індивідуальність. Вони відрізняються в різних людей. Для когось мета життя — побудувати будинок. Для іншого — заснувати бізнес. Для третього — написати бестселер.

- Як цілі впливають на життя людини?

- 3 Розглянь плакат. Прочитай цілі, які написані на ньому. Як ти думаєш, чому в людей можуть бути такі різні цілі? Чи є серед них твоя мета? Які цілі з плаката ти додав би / додала б до своїх?



Скарбничка етики



Американський винахідник та підприємець Стів Джобс зазначав: «Наявність цілі надає життю сенс, приносить задоволення, надає оптимізму в тяжкі часи».



Стів Джобс
(1955–2011)

- 4 Розглянь та прокоментуй схему «Мої цілі». Чи ставиш ти перед собою цілі на хвилину, на годину, на день, на тиждень, на місяць, на рік, на час закінчення школи, на все життя?



Хвилинка самопізнання

- 5 😊😊 Прочитайте свої розпорядки дня, які ви підготували вдома. З'ясуйте, чи доцільно ви використовуєте власний час.

► Визнач свої цілі, спираючись на розпорядок дня:

- на сьогодні: з цього моменту і до вечора;
- на завтра: на ранок, на день (школа і після школи), на вечір;
- на тиждень;
- на місяць.

► Презентуй свої цілі у класі.



Яку роль відіграє план у досягненні успіху?

- 6 Прочитай поради. Дай відповідь на запитання: Як скласти план для досягнення успіху?

Для того, щоб досягти успіху в навчанні, потрібно скласти план. План — це дорожня карта успіху.

По-перше, необхідно визначити свою ціль. Наприклад, закінчити цей навчальний рік із високими балами.

По-друге, окреслити конкретні дії, які допоможуть у реалізації цілі:

- ✓ виділю конкретний час для виконання домашнього завдання;
- ✓ попрошу допомоги в опануванні того матеріалу, який дається найскладніше, у старших або вчителя;
- ✓ знайду час для додаткових занять за рахунок вільного часу.

По-третє, планувати дії на щодень та записувати щоденні досягнення.

Цікава наука

7 Прочитай текст. Як називають мистецтво планування свого часу?

Мистецтво планувати свій час називають словом *тайм-менеджмент*. Цю складну науку намагаються опанувати і школярі, і студенти, й дорослі. Для того, щоб все встигати, потрібно навчитися складати плани на день. Прочитай пам'ятку «Як скласти план на день та дотримуватися його».

Як скласти план на день та дотримуватися його

1. Подумай і запиши:

- ♦ які справи найважливіші і їх необхідно зробити в першу чергу;
- ♦ чи можеш ти допомогти своїм рідним і друзям;
- ♦ як ти використаєш свій вільний час.

2. Роби помітки у плані:

- ♦ виділи маркером найважливіші завдання;
- ♦ кожне виконане завдання відмічай галочкою або ви-креслюй.



3. Аналізуй виконання плану:

- ♦ якщо ти виконав / виконала всі пункти плану, а в тебе ще залишився час, подумай, що із запланованого на завтра чи післязавтра можна зробити сьогодні;
- ♦ якщо ти не виконав / не виконала план, не засмучуйся, проаналізуй, чому так сталося;
- ♦ невиконані пункти плану перенеси на наступні дні;
- ♦ зроби висновок, скільки вдалося зробити і як можна покращити свій план.

За матеріалами сайту pustunchik.ua

- 8** Користуючись пам'яткою «Як скласти план на день та дотримуватися його» і спираючись на визначені тобою цілі, склади план свого завтрашнього дня. Дотримуйся плану. Завтра ввечері проаналізуй його виконання. Не забудь скласти план на наступний день і так щодня.

**Як навчитися приймати рішення?****Цікава наука**

- 9** Прочитай текст. Про який спосіб приймати рішення ти дізнався/дізналася? У чому полягає його сутність?

Французький фізик, математик, філософ Рене Декарт вигадав оригінальний спосіб прийняття рішень. Малюємо квадрат і ділимо його на чотири частини (квадрати). У кожен частину записуємо запитання і відповіді на них.

1. *Що буде, якщо це відбудеться?* — Хороші наслідки, якщо прийняти саме це рішення.

2. *Що буде, якщо це не відбудеться?* — Хороші наслідки, якщо рішення не прийняти.

3. *Чого не буде, якщо це відбудеться?* — Погані наслідки, якщо прийняти це рішення.

4. Чого не буде, якщо це не відбудеться? — Погані наслідки, якщо це рішення не прийняти.

Аналізуємо відповіді й на підставі цього приймаємо рішення.

Цей спосіб відомий у всьому світі під назвою «Квадрат Декарта».

Квадрат Декарта	
Що буде, якщо це відбудеться? +	Що буде, якщо цього НЕ відбудеться? +
Чого НЕ буде, якщо це відбудеться? —	Чого НЕ буде, якщо це НЕ відбудеться? —

- 10 Уяви, що тобі необхідно прийняти рішення з якогось питання. Наприклад: Чи йти сьогодні з друзями після уроків у кіно? Чи варто заводити домашню тварину? Чи варто щодня по одній годині грати в комп'ютерні ігри? Використай «Квадрат Декарта», щоб прийняти правильне рішення.

Скарбничка етики



Відома англійська письменниця, авторка романів про Гаррі Поттера, Джоан Роулінг наголошувала: «Наші рішення показують, ким ми є насправді, набагато краще, ніж наші здібності».



Джоан Роулінг
(1965 р. н.)

- 11 Знайди і прочитай прислів'я. Розподіли їх за трьома питаннями теми. Обґрунтуй свій вибір.

Народ скаже, як зав'яже

ТЕПЕР, Хто нічого не робить, **того** ввечері **НЕ** **здобенеш.**
Краще ніж у четвер. **той ніколи** **не зробиш,**
СІМ РАЗІВ **не має часу.** **ввечері** **НЕ**
відміряй, **одн раз** **відріж.** **КІНЕЦЬ**
немає кінця. **ЩО ВРАНЦІ** **не зробиш,** **діло** **здобенеш.**
Без **початку** **хвалить.**

- 12 Розглянь інформаційний плакат до теми «Життєві цілі, плани та перспективи». Прокоментуй слова Антуана де Сент-Екзюпері. Поясни, чому вони є епіграфом до теми.



- За схемою розкажи, які цілі потрібно ставити перед собою.
- Що означає слово *тайм-менеджмент*? Що символізує картинка в центрі плаката? Як скласти план на день та дотримуватися його?
- Про що тобі нагадує зображення квадрата? Поясни, як використовувати цей квадрат, коли необхідно прийняти якесь рішення.
- Які роздуми викликають у тебе слова Джоан Роулінг?

Домашня сторінка



- 13** Розкажи рідним про «Квадрат Декарта». Поцікався, чи знали вони раніше про такий спосіб прийняття рішень. Дізнайся в рідних, які інші способи вони використовують для прийняття рішень.

Перевернутий клас



- 14** Заведи щоденник і кожного дня записуй до нього свої успіхи (мінімум 5) і невдачі (також 5).



УСПІХИ



НЕВДАЧІ

ЗНАЧЕННЯ ДОСВІДУ В ЖИТТІ ЛЮДИНИ

**ПОРАЗКА — ЦЕ НАУКА,
НІЯКА ПЕРЕМОГА ТАК НЕ ВЧИТЬ.**

Ліна Костенко

- ✓ Чому в житті важливі як успіхи, так і невдачі?
- ✓ Як люди вчаться на власному досвіді?
- ✓ Яку роль відіграє обмін досвідом і взаємонавчання?



Чому в житті важливі як успіхи, так і невдачі?

- 1 Розглянь мотиваційні плакати. Яке враження вони на тебе справили? Яка тема їх об'єднує?



- До чого спонукають ці плакати?
- Як ти вважаєш, у житті людини важливі тільки успіхи чи успіхи і невдачі? Обґрунтуй свою думку.

- 2 Прочитай інформацію. Які емоції та почуття вона в тебе викликала?

Перемоги українських школярів і школярок у міжнародних олімпіадах 2021 року:

- ✓ з астрономії та астрофізики 9 медалей — 1 золото, 3 срібла та 5 бронз;
- ✓ з хімії 3 медалі — 2 срібла і 1 бронза;

- ✓ з фізики 5 медалей — 1 золото, 1 срібло та 3 бронзи;
- ✓ з математики 6 медалей — 3 золота, 2 срібла та 1 бронза;
- ✓ з інформатики 3 медалі — 1 золото і 2 срібла.

За матеріалами сайту «Шкільне життя»

► Як ти думаєш, яким був шлях до перемоги в цих дітей?

3 Прочитай текст. Яка з причин ведення «Щоденника успіху» тобі здалася найбільш переконливою?

«Щоденник успіху» — це занотовування своїх перемог кожного дня. Це можуть бути кілька рядків про ваші результати наприкінці дня. Назвемо 7 причин, чому варто почати вести щоденник успіху.

1. Щоб помічати силу кожного дня.

Ми прагнемо великих перемог, але забуваємо, що всі великі досягнення складаються з маленьких щоденних кроків.

2. Щоб структурувати мислення.

Формулюючи думки на папері, ми вчимося усвідомлено робити вибір та приймати рішення.

3. Щоб зрозуміти, що для вас успіх.

Кожна людина протягом життя складає свою особисту формулу успіху, і шлях до нього також є для кожного унікальним.

4. Щоб учитися на своїх перемогах.

Пишучи про свої перемоги і про шляхи їх досягнення, ви вимальовуєте свою формулу досягнень.

5. Щоб вірити в себе та мотивувати.

Щоденник успіху допомагає не зневіритися у своїх силах, коли ви зазнали невдач, і продовжувати рухатися назустріч своїм цілям.

6. Щоб розуміти свої цілі.

Ми змінюємося, дорослішаємо, і цілі змінюються разом із нами.

7. Щоб святкувати свої найменші перемоги.

Уміти винагороджувати себе навіть за найменший прогрес — це потужний інструмент мотивації і натхнення.

За Тетяною Пилипчук

- 4 Прочитай у класі нотатки за один день зі свого щоденника про свої успіхи і невдачі. Проаналізуй, про що тобі було легше записувати: про успіхи чи невдачі. Що тебе спонукало до дій більше: успіхи чи невдачі?



Як люди вчаться на власному досвіді?

- 5 Розглянь інформаційний плакат. Що ти з нього дізнався / дізналася? Яка інформація представлена вербально, яка — візуально? Що символізують сходинки і фігурки на них? Чи можна досягти успіху, якщо нічого не робити, не накопичувати власного досвіду, не робити власних помилок та не радіти своїм успіхам?



Успіх приходить до тих, хто його прагне...

- 6** Прочитай кластер «Як учитися на своїх помилках?». Поясни, як ти розумієш кожен зі способів. Чи вчишся ти на своїх помилках? Які з цих способів ти використовуєш? Запам'ятай запитання і фрази, які допоможуть тобі втішитися в разі помилки.



- 7** 😊😊 Об'єднайтеся в пари й обговоріть одну зі своїх помилок. Проаналізуйте ці помилки. Для цього поставте напарнику / напарниці правильні запитання. Підтримайте одне одного за допомогою втішних фраз.

Скарбничка етики



Ірландський письменник Джордж Бернард Шоу якось сказав: *«Життя, сповнене помилок, не лише почесне, але й більш корисне, ніж життя, витрачене на те, щоб нічого не робити».*



Дж. Бернард Шоу
(1856–1950)



Яку роль відіграє обмін досвідом і взаємонавчання?

8 Прочитай оповідання «Списав задачу».

Павлик прийшов до школи дуже стурбований. Удома він довго сидів над задачею і не міг розв'язати її. Тепер він прийшов до школи, щоб у когось списати.

Прийшла Зіна. Вона добре вміла розв'язувати задачі. Павлик запитав у неї:

– Зіно, на скільки питань задача?

– На три, — відповіла Зіна. — А хіба ти не розв'язав?

– Не вийшла... Дай, Зіно, списати...

– Ой Павлику, чому ж ти сам не хочеш працювати? — запитала Зіна.

Вона дала йому свій зошит.

Павлик почав списувати. Списав одну дію, другу, перейшов до третьої. У третій дії помітив у Зіни помилку. Там, де треба було написати 23, Зіна написала 32.

У своєму зошиті Павлик написав правильно, а Зіні не сказав, що в неї помилка.

Учителька зібрала зошити для перевірки.

Наступного дня вона принесла зошити.

– У Павлика — відмінно, — сказала вчителька. — Молодець,

Павлику, добре попрацював над задачею. А в тебе, Зіно, — добре. Помилки припустилася...

Зіна зблідла. Вона глянула на Павлика. Павлик почервонів і схилив голову над партою.

За Василем Сухомлинським

- ▶ Як ти думаєш, чи правильно вчинила Зіна, коли дала списати Павлику задачу? Як би ти вчинив / вчинила на її місці?
- ▶ Вислови свої міркування про вчинок Павлика.
- ▶ Продовж речення: *Замість того, щоб дати однокласнику / однокласниці списати домашнє завдання, я...*

9  Обговоріть у класі такі запитання:

- ▶ Чи подобається вам працювати у парах і групах, виконувати спільні завдання? Чи ви віддаєте перевагу роботі наодинці? Поясніть чому.
- ▶ Чи виникають у вас труднощі в парній та груповій роботі? Як ви їх долаєте?
- ▶ Як ви чините, коли пропустили багато уроків і нові теми вам здаються складними і незрозумілими?

10  Виконайте вправу. Об'єднайтеся в пари. Уявіть ситуацію, що хтось із вас пропустив цей урок етики. Допоможіть своєму напарнику / напарниці швидко засвоїти пропущене. Потім поміняйтеся ролями.

11 Знайди і прочитай прислів'я. Розподіли їх за трьома питаннями теми. Обґрунтуй свій вибір.

Народ скаже, як зав'яже

Навчай інших — Перемагай труднощі
навчишся. розумом, а небезпеку —
 Старого **Хто бува на коні, досвідом.**
 горобця **бува Помиляйся, але**
помилках. й під конем.
 Людина **не обдуриш. признавайся.**

- 12** Розглянь інформаційний плакат до теми «Значення досвіду в житті людини».



- Поясни, як ти розумієш слова Ліни Костенко.
- Що символізують медалі і назви шкільних предметів?
- Назви 7 причин вести «Щоденник успіху». Які ще причини ти можеш назвати?
- Прокоментуй сюжетні малюнки на плакаті. Яка з цих ситуацій є типовою для твого класу?
- Розшифруй і прочитай прислів'я в нижній частині плаката. Поясни, як ти його розумієш. Чи переконався / переконалася ти у правдивості цього прислів'я під час виконання завдання **10**?

Домашня сторінка



- 13** Якщо в тебе ще немає «Щоденника успіху», то заведи його. Не забувай щодня робити в ньому записи (і влітку також!).

Перевернутий клас



- 14** Придумай і намалюй символ етики. Підготуйся до презентації роботи в класі.



Підготуйте рекламу шкільного предмета «Етика» для майбутніх п'ятикласників і п'ятикласниць.



ЕТИКА І Я

Люби других, як сам себе.

Олександр Кониський

- ✓ У чому полягає унікальність і неповторність людини?
- ✓ Яку роль відіграє спілкування в житті людини?
- ✓ Як емоції та почуття впливають на людину?
- ✓ Як відбувається становлення і дорослішання людини?

- 1** Прочитай вірш Олександра Кониського «Свята правда». Пригадай і сформулюй золоте правило етики. Поясни, як ти його розумієш.

«Люби других, як сам себе,
і ворогу не мисли злого;
чого не хочеш для себе,
не побажай того другому».

Уся наука в сих словах,
святої правди тут скрижалі,
другої правди не бува,
одну її я тільки знаю.

- 2** Розглянь другий форзац підручника. Прочитай загальнолюдські принципи етики. Як ти думаєш, чому їх вважають загальнолюдськими?



У чому полягає унікальність і неповторність людини?

- 3**  Виконай вправу «Таємниці мого імені». Запиши своє ім'я та підбери на кожну літеру прикметник, який тебе найбільше характеризує. Представ свою роботу в класі. Дізнайся думку однокласників та однокласниць про свою самохарактеристику.

- 4** Прочитай вірш Оксани Голубєвої-Чипак «Дитяча мрія (устама дитини)» на с. 135, 136. Про що мріє героїня вірша? Розкажи про свою мрію.

Я — всього лиш дитина,
Та мрія доросла моя:
Хочу, щоб кожна людина
Любила життя так, як я!

Хочу, щоб в небі веселка
Місточком до сонця була,
І дружба щира від серця
До іншого серця вела.

Хочу, щоб сонце світило
Усій дітворі на Землі,
І разом під повним вітрилом
Дорослі йшли і малі.

Хочу гасати по полю,
Де квітнуть волошки й жита.
І вірю в щасливу я долю,
Бо дуже люблю я життя!



Яку роль відіграє спілкування в житті людини?

- 5 Прочитай вислови мислителя Платона та письменника Франца Кафки про спілкування. Яка роль спілкування увиразнюється в кожному вислові?

Ти й не помітиш, як і коли спілкування з мудрими людьми принесло тобі користь, але саму користь від цього спілкування помітиш.

Платон

Спілкування з людьми спонукає до самоспостереження.

Франц Кафка

- Пригадай і розкажи історію про Кафку і дівчинку. Чого навчає ця історія?

- 6 Прочитай уривок з оповідання литовського письменника Казіса Марукаса «Чарівне слово» на с. 137.

— Дідусю, подай мені паперу й олівця! — гукає Саулюкас.
Старенький мовчить. Далі читає газету.

— Я хочу малювати! Чуєш?

— Ти щось мені казав? — приставивши долоню до вуха, питає старенький і хитає головою. — Нічого не чую.

— Олівця дай! Паперу! — кричить Саулюкас і аж тупає ногою. — Глухий ти чи що?

— Їй-богу не чую, — трусить сивою головою старенький.

«Що сталося? — задумується Саулюкас. — Уранці старенький добре чув, коли бабуса запрошувала снідати, а тепер — не чує».

- Як ти думаєш, чому дідусь не чув прохання хлопчика?
- Придумай закінчення оповідання.
- Чи потрапляв / потрапляла ти у схожі ситуації? Проаналізуй своє спілкування з рідними та друзями. Чи завжди ти виявляєш доброзичливість та чемність у спілкуванні?

7 На канікулах у тебе з'явиться вільний час. Частина його, можливо, ти будеш проводити в інтернеті. Прочитай вірш Лесі Вознюк «Піратська лічилка». Про що він нагадав тобі?

Ати-ба-ти, йшли пірати, ати-ба-ти — на базар.
Ати-ба-ти, продавати конфіскований товар.
Ати-ба-ти, що й казати, застарілий цей сюжет,
Осучаснені пірати перебрались в інтернет.

Мережевими морями без човнів вони мандрують
І за іншими скарбами уночі і вдень полюють.
Тут — підслухають ідеї, там — мелодію поцуплять,
По-піратському все тее продадуть та гроші злуплять.

І допоки в інтернеті будеш крадене шукати,
То пірати на планеті не облишать скандувати:
— Ати-ба-ти, ми — пірати, ати-ба-ти, ти — наш брат,
По-піратському в піратів може брати лиш пірат.

- Розкажи, як сучасні пірати полюють в інтернеті.
- Пригадай та сформулюй правила безпечної поведінки в інтернеті.



Як емоції та почуття впливають на людину?

- 8** Подивися мультфільм «Жив собі чорний кіт» (реж. Ю. Марченко, 2006, Україна).



- ▶ Які почуття та емоції викликав у тебе цей мультфільм?
- ▶ Опиши емоції та почуття героїв мультфільму.
- ▶ Як почуття та емоції впливають на життя людини?



Як відбувається становлення і дорослішання людини?

- 9** Прочитай висловлювання Стіва Джобса. Які поради дає винахідник? Як ти їх розумієш?

Не дозволяйте шуму чужих думок перебити ваш внутрішній голос. І найважливіше: майте хоробрість слідувати своєму серцю та інтуїції. Вони якимось чином уже знають те, ким ви хочете стати насправді.

- ▶ Пригадай заклик лідера південнокорейського гурту BTS (с. 16). Як ці слова перегукуються з висловлюванням Стіва Джобса?

- 10** Презентуй емблему етики, яку ти створив / створила вдома.

- 11**  Представте рекламний проєкт шкільного курсу «Етика» для майбутніх п'ятикласників і п'ятикласниць, який ви підготували вдома.

- 12** Як ти думаєш, чому вступна тема називається «Етика і Ти», а заключна — «Етика і Я»?

- 13** Розглянь інформаційний плакат до теми «Етика і Я». Поясни, як ти розумієш слова Олександра Кониського, що стали заголовком плаката.



- Кадри з яких мультфільмів розміщені на плакаті? Пригадай, про що ці мультфільми, чого вони вчать.
- Розшифруй і прочитай прислів'я. Визнач тему кожного з них. Як ти думаєш, чи актуальні ці прислів'я в наш час? Поясни чому.
- Прочитай пораду Стіва Джобса. Як ти думаєш, чи варто їй слідувати? Чому?

ПОКАЖЧИК ТЕРМІНІВ

Агресивність – с. 61	Маніпуляція – с. 64
Бажання – с. 32	Мораль – с. 4
Булінг – с. 65	Моральні цінності – с. 5
Віда – с. 22	Невербальне спілкування – с. 41
Вербальне спілкування – с. 41	Негативні емоції – с. 87
Віртуальне спілкування – с. 54	Нетикет, або мережевий етикет – с. 54
Гідність – с. 17	Особистість – с. 17
Доброзичливість – с. 48	Позитивні емоції – с. 87
Емоції – с. 70	Потреби – с. 32
Емпатія – с. 79	Почуття – с. 70
Етика – с. 4	Самопізнання – с. 7
Етикет – с. 49	Самостійність – с. 113
Інтереси – с. 105	Світобгляд – с. 28
Кібербулінг – с. 65	Спілкування – с. 38
Комунікація – с. 46	Хобі – с. 105
Конструктивна комунікація – с. 46	Чеснота – с. 22
Людська індивідуальність – с. 12	Щирість – с. 48



ЗМІСТ

ВСТУП. Етика і Ти	4
Яку роль відіграє етика в житті людини?	4
Чи потрібне нам сьогодні золоте правило моралі?	6
Чому важливо пізнавати та оцінювати себе?	7
РОЗДІЛ 1. Унікальність і неповторність людини	11
Тема 1. Індивідуальність людини	12
Що таке людська індивідуальність?	12
Чому кожна людина унікальна?	13
Чому важливо прислуховуватися до себе?	15
Тема 2. Людські чесноти	20
Чому людина починається з добра?	20
Які чесноти прикрашають особистість?	21
Як можна перемогти зло?	23
Тема 3. Роль світогляду в становленні особистості.	
Потреби, бажання, інтереси людини	28
Що таке світогляд людини?	28
Як світогляд впливає на становлення особистості?	29
Яку роль відіграють потреби, інтереси та бажання в житті людини?	31
РОЗДІЛ 2. Спілкування у житті людини	36
Тема 4. Спілкування та його роль у житті людини	37
Чому спілкування важливе для людини?	37
Як спілкування впливає на здоров'я, безпеку і добробут людини?	39
Коли жести бувають красномовніші за слова?	40
Тема 5. Конструктивна комунікація. Етикет	45
Як спілкуватися з людьми?	45
Як виявляти доброзичливість та щирість у спілкуванні?	47
Чи має сучасна людина дотримуватись етикету?	49

Тема 6. Віртуальне спілкування	53
Яке спілкування називають віртуальним?	53
У чому особливості та ризики віртуального спілкування?	55
Як зробити віртуальне спілкування безпечним?	57
Тема 7. Агресивність у спілкуванні.	
Булінг та кібербулінг	61
Як проявляється агресія у спілкуванні?	61
Що таке маніпуляція?	63
Як запобігати булінгу та кібербулінгу?	65
РОЗДІЛ 3. Світ людських емоцій та почуттів	69
Тема 8. Емоції та почуття, їхнє значення в житті людини	70
Чому емоції та почуття важливі для людини?	70
У чому сила почуттів?	72
Як люди виражають свої емоції та почуття?	74
Тема 9. Емпатія. Почуття та емоції інших людей	78
Що таке емпатія і в чому її цінність?	78
Чому потрібно навчатись емпатії?	81
Як зважати на почуття та емоції інших людей?	83
Тема 10. Позитивні і негативні емоції в житті людини	86
Які бувають емоції?	86
Яке значення мають позитивні емоції в житті людини?	88
Яке значення мають негативні емоції в житті людини?	90
Тема 11. Керування власними емоціями	94
Чому і як потрібно пізнавати власні емоції?	94
Чому необхідно керувати власними емоціями?	96
Як керувати власними емоціями?	97
РОЗДІЛ 4. Життєвий поступ людини	102
Тема 12. Роль навчання та хобі у житті людини.	103
Яку роль відіграє навчання в розвитку особистості?	103
Чому інтереси та хобі важливі в житті людини?	105
Як заняття мистецтвом та спортом впливають на людину?	107

Тема 13. Становлення і дорослішання людини	111
Як дорослішає людина?	111
Що значить бути самостійною людиною?	112
Як наполегливість і цілеспрямованість сприяє успіху? . . .	114
Тема 14. Життєві цілі, плани та перспективи	119
Що таке життєві цілі?	119
Яку роль відіграє план у досягненні успіху?	121
Як навчитися приймати рішення?	123
Тема 15. Значення досвіду в житті людини	127
Чому в житті важливі як успіхи, так і невдачі?	127
Як люди вчаться на власному досвіді?	129
Яку роль відіграє обмін досвідом і взаємонавчання?	131
ПІДСУМКИ. Етика і Я	135
У чому полягає унікальність і неповторність людини? . .	135
Яку роль відіграє спілкування в житті людини?	136
Як емоції та почуття впливають на людину?	138
Як відбувається становлення і дорослішання людини? . .	138
<i>Показчик термінів</i>	140

Навчальне видання

**ДАВИДЮК Людмила Володимирівна
МЕЛЬНИК Анжела Олегівна**

ЕТИКА

Підручник для 5 класу
закладів загальної середньої освіти

Рекомендовано Міністерством освіти і науки України

Редактор *Н. А. Чаплюк*
Технічний редактор *Л. І. Аленіна*
Комп'ютерна верстка *А. С. Жарий*
Коректор *Ю. А. Особливець*
Дизайн обкладинки *П. В. Ширнін*
Художник *В. І. Кобилянський*

Для оформлення підручника використано зображення із сайтів freepik.com, shutterstock.com (авт.: IMissisHope, Lyudmyla Kharlamova, Macrovector, vectorica, ABCDstock, Multigon, Evgeny Atamanenko, Sentavio, Iconic Bestiary, ayelet-keshet, LAVRENTEVA, faitotoro, Zysko Sergii, Sergey Novikov, ttpang, lunamarina, Tenstudio, BearFotos, Rido, Josie Garner, Kuznetsov Dmitriy, Prostock-studio, Sergey Ryzhov, Inez Carter, VALUA VITALY, Roman Samborskyi, Norb_KM, Kiselev Andrey Valerevich, epixproductions, zhukovvvlad, WinGS3, LightField Studios, VidEst, JasminkaM, fizkes, Billion Photos, Gorodenkoff, SeventyFour, Prostock-studio, Tartila, Antonov Maxim, Qvasimodo art, ann131313.s); www.unicef.or.jp (с. 15; джерело: Big Hit Entertainment); et.wikipedia.org (с. 18, авт. Too Much); ucu.edu.ua (с. 26); m.facebook.com/domgazeta.te.ua (с. 36, фото 3. Мурашки); uk.wikipedia.org (с. 73, авт. Erik Charlton); jkrowling.com (с. 125); на с. 114: репродукція портрета В. А. Моцарта роботи Б. Крафт (1819), фото Лесі Українки (1896), І. Маска (uk.wikipedia.org, авт. Debbie Rowe), Р. Лижичко (u-news.com.ua); на с. 115 фрагмент репродукції портрета Наполеона І роботи П. Делароша (1838); Gouraud Studio, YummyBuum, VikaSuh, denisik11, Venomous Vector, MR Gao, 3D character; а також зображення, розміщені у вільному доступі в мережі «Інтернет».

Формат 70 x100/16.

ТОВ «ВИДАВНИЧИЙ ДІМ «ОСВІТА»

Свідоцтво «Про внесення суб'єкта видавничої справи до державного реєстру видавців, виготовлювачів і розповсюджувачів видавничої продукції»

Серія ДК № 6109 від 27.03.2018 р.

Адреса видавництва: 04053, м. Київ, вул. Обсерваторна, 25
www.osvita-dim.com.ua