



# Етика

STEM



5 клас

Людмила Давидюк, Анжела Мельник

# Етика

Підручник для 5 класу  
закладів загальної середньої освіти

*Рекомендовано Міністерством освіти і науки України*



Київ  
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 матері, турботливими руками батька, мудрими порадами бабусі й дідуся. Ви осягали етику, 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 стикаєтеся з багатьма питаннями: *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 ж самі питання.

Рушаймо!!!

*З повагою до вас,*

*Людмила Давидюк і Анжела Мельник*



## ЕТИКА І ТИ

І ЯК ХОЧЕТЕ, ЩОБ ІЗ ВАМИ ЧИНИЛИ ЛЮДИ,  
ТАК І ВИ ЧИНІТЬ І 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 «Сашко» Грицька Бойка. 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. **Мора́ль** — 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 давньогрецький філософ Арістотель. Основною метою етики він вважав щастя людини.



Арістотель  
(4 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?



## Грамматика 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](http://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 в мережу чергове «кумедне» відео. А тут камінь! Звалився з ніг 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 завантажувач 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 «ГраMATика 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,  
не чекай від них добра.  
Не плюй в колодязь —  
самому доведеться  
водиці  
напитися.

Яке частування,  
таке й дякування.

Як у ліс гукнеш,  
так і з лісу  
Чого відгукнеться.  
в іншому  
не любиш,  
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  
(5 ст. до н. е.)



### Чому важливо пізнавати та оцінювати себе?



### ГраMATика етики

**Самопізнання** — це вивчення людиною своїх властивостей. Воно починається в дитинстві й триває все життя. Людина пізнає себе з різних боків: як живий організм; як істоту, яка живе в суспільстві: оволодіває знаннями, вміннями, правилами поведінки; як неповторну особистість.

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



### Хвилинка самопізнання

#### Вправа «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...



#### Вправа «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 чи свою природу, взятися за своє споріднене діло<sup>1</sup> і бути у злагоді з ним...»



Григорій Сковорода  
(1722–1794)

<sup>1</sup> Споріднене діло — діло, до якого людина має хист.

**11** Розглянь інформаційний плакат. Якій темі він присвячений?

# ЕТИКА І ТИ

Як хочете, щоб із вами чинили люди, так і ви чиніть із ними.

ЕТИКА ↔ МОРАЛЬ

ДОБРО  
ЗЛО

Не роби іншим того, чого не бажаєш собі.

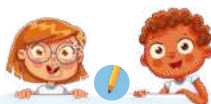
Мета етики – щастя людини.

Бути щасливим – значить пізнати себе.

- ▶ Пригадай ситуації, зображені на сюжетних малюнках, і дай відповідь на запитання: *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.



## Домашня сторінка



## Виконуємо проєкт. Створюємо «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

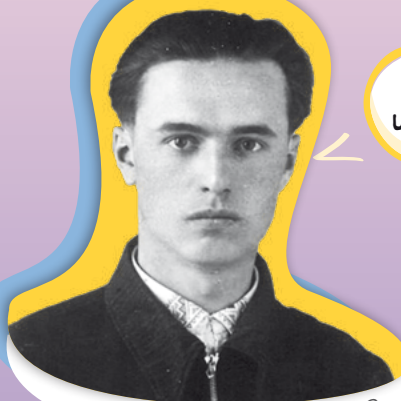


**12** Намалюй свій портрет (символічний чи кумедний). Спробуй відобразити в ньому свої найхарактерніші риси. Принеси його на наступний урок.

**13** Подивися та послухай музичний кліп корейського гурту BTS. Про що він? <http://inform1.yakistosviti.com.ua/etyka/5-klas>

# РОЗДІЛ 1

## УНІКАЛЬНІСТЬ І НЕПОВТОРНІСТЬ ЛЮДИНИ



ВАСИЛЬ СИМОНЕНКО

Ти знаєш,  
що ти — людина?..

ОСОБИСТІТЬ



ІНДИВІДУАЛЬНІСТЬ

НЕПОВТОРНІСТЬ



ЛЮБОВ ЗАБАШТА

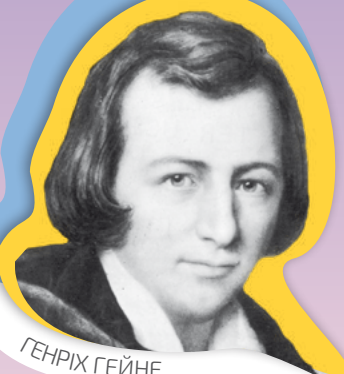
Людина  
починається  
з добра.

ЧЕСНОТА



СВІТОГЛЯД

БАГА



ГЕНРІХ ГЕЙНЕ

Кожна людина —  
це неповторний світ.

ІНТЕРЕСИ



БАЖАННЯ

ПОТРЕБИ

## 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, але 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 ці особливі характеристики доводять це.



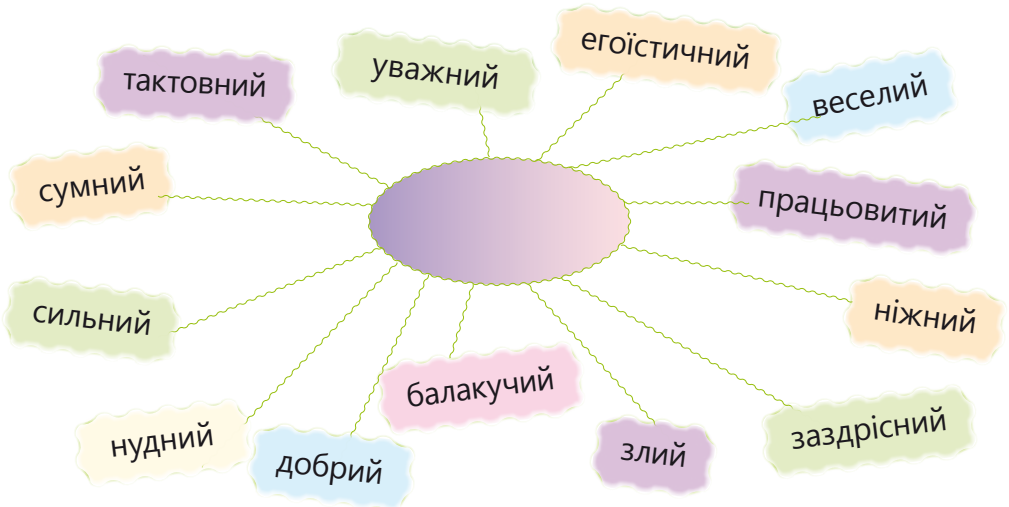
*За матеріалами сайту Ukr.Media*

- ▶ 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 в 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.

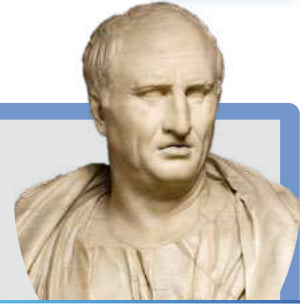
**НЕПОВТОРНІСТЬ ЛЮДИНИ** = **ЗОВНІШНІСТЬ** + **ЗДІБНОСТІ** + **РИСИ ХАРАКТЕРУ**



## Скарбничка етики



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



Марк Туллій Цицерон  
(1 ст. до н.е.)



## Чому важливо прислуховуватися до себе?

**7** Поділися своїми враженнями від музичного кліпу корейського гурту BTS, який ти слухав/слухала 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 + UNICEF<sup>1</sup>, кампанія «LOVE MYSELF»

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



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

У одній із наших ранніх пісень є такий рядок: «Мое серце зупинилося, 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 зупинилося... Ми всі втратили свої імена. Стали схожими на привидів.

Але я мав один захисток, і це була музика. Всередині мене був тихий голос, і він 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 б хотів запитати вас усіх, **як вас звати? Що захоплює вас і змушує ваше серце битися?** Розкажіть мені свою історію. Я хочу почути ваш голос і ваші переконання. Неважливо, хто ви, звідки, який колір вашої шкіри... Просто говоріть від себе. Знайдіть своє ім'я і голос. Я — Кім Намджун. Я айдол<sup>1</sup> та артист із маленького містечка в Кореї.



НЕДОЛІКИ  
ПОМИЛКИ

<sup>1</sup> Айдол (ідол) — у корейській та японській попкультурі — відома особа, зазвичай юна, яка для багатьох є кумиром та прикладом для наслідування.

Як і більшість людей, я припустився багатьох помилок. Я маю 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

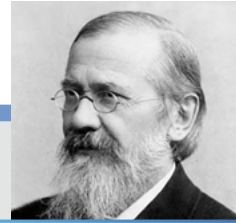
**Особистість** — це конкретна людина з погляду її культури, особливостей характеру, поведінки; індивідуальність.

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



### Скарбничка етики

Відомий історик Василь Ключевський зазначав: «Гідна людина не та, в якій немає недоліків, а та, в якій є чесноти».



Василь Ключевський  
(1841–1911)

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

### Народ скаже, як зав'яже

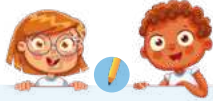
Від своєї тІНІ своєї НОГАХ СПОТИКАЄТЬСЯ. *не втечеш* Людям дай, та й КІНЬ про себе на чотирьох і то Кожна спотикається. *голова* УСЯКИЙ свого щастя КОВАЛЬ. Усякий МОЛОДЕЦЬ на свій ОБРАЗЕЦЬ. *має свій розум.*

- 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 запитання, яке стало заголовком плаката. Обґрунтуй її.

## Домашня сторінка



## Виконуємо проєкт. Створюємо книгу «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 свій портрет (фото або малюнок) або фото, де ти з родиною чи друзями. Розказати про себе, про захоплення, інтереси, про те, що ти любиш, а що не любиш, або розкрити таємницю свого імені. Розказати 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. У своєму есе поясни, чому ти неповторний/неповторна, чому ти особистість.



## Перевернутий клас



- 12** Подумай, які вади і чесноти ти знаєш. Обери 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. Кречучи, він обійшов камінь і, взявши дитину за руку, пішов далі.

Наступного дня батько з сином ішли тією ж дорогою назад. Знову батько не помітив каменя, знову спіткнувся й 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 й 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 й забили ногу?

— Ні, я не спіткнувся й не забив ногу.

— Чому ж ви прибрави камінь?

— Бо я — людина.

Хлопчик зупинився в задумі.

— Тату, — запитав 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 свobodним, інакше кажучи — мати можливість вибору. Тож бути вільним означає робити вибір на користь добра. А грішимо ми через нашу неміч і слабкість».*



Обкладинка книги  
Любомира Гузара  
«Про гріхи і чесноти»



### Граматика етики

**Чеснота** — позитивна моральна риса в характері людини; доброчесність.

**Ва́да** — негативна риса, недолік, дефект.

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

Доброта. Недружність. Пліткарство. Вдячність. Байдужість. Лінь. Нахабство. Культура. Гідність. Неохайність. Сором. Цинізм. Гординя. Пихатість. Гідність. Надія. Щедрість. Марнославство. Куріння. Смирення. 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). А як ти уявляєш доброту? Розкажи, як діти зобразили доброту.



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



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



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

- 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. В 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 батоном 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 дідусь 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 й поїхав, а відро так і стоїть на цямрині<sup>1</sup>.

— 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 «Хіба чекати плати за добро?» Івана Драча. 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...

<sup>1</sup> Цямрі́на — дошка з верхньої частини колодязя.



## Скарбничка етики



Будда Гаутама, один із засновників релігії буддизму, вчив:

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



Будда Гаутама  
(1 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

Добро створиш — **не лихо** — **Добрій людині**  
себе **ходить** **весь світ** —  
**звеселиш.** **тихо.** **свій будинок,**  
**чужий гріх** — **Добрій** **злomu** і своя  
**ВИПРАВ** **учися** **людині** — **хата**  
**СВІЙ.** **доброму** — **що день,**  
**погане на ум не піде.** **ТО СВЯТО.** **чужа**

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

- ▶ Який символ використала дівчинка, щоб показати перемогу добра над злом? Поясни чому.
- ▶ 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 Любомира Гузара та Будди Гаутами в нижній частині плаката.

## Людина починається з добра

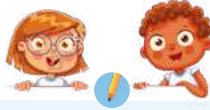


Перемагай зло  
за допомогою  
добра.



...бути вільним  
означає робити  
вибір на користь  
добра.

## Домашня сторінка



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



- 10** Подивися мультфільм «Той, що бажає» (реж.: Еко У, Дж. Макдональд, К. Атанасов, 2016, США). <http://inform1.yakistosviti.com.ua/etyka/5-klas>

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



## 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 майбвий...  
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?

#### Грамматика етикет



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

- 2** Проаналізуй кластер «Світогляд людини». Прокоментуй, як кожен зі складників світогляду впливає на розвиток людини, на її світосприйняття.



### Як світогляд впливає на становлення особистості?

- 3** Прочитай оповідання із 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 щоденники.



#### 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 — нарешті 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. Жаль, 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! Всі 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!!! ААаааААааа».

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, аде 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

#### Вправа «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: ...

**7** Презентуй підготовлену вдома розповідь про свої бажання.

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

### Народ скаже, як зав'яже



Хто не бажає,  
той і не має.

Який порядок  
у тебе  
заведеш,  
таке  
й ЖИТТЯ  
поведеш.

Хто більше  
має, той

більше  
свої

Які люди,  
бажає. *таке й життя*  
**СТРИМУЙ** *буде.*  
потреби — і станеш  
володарем світу.

- 9 Розглянь інформаційний плакат. Дай відповідь на запитання: Чому людина — найвища цінність?

**Людина — найвища цінність.**

Кожна людина — це неповторний світ.

самодостатня

має необмежені можливості самовдосконалення, розкриття свого творчого потенціалу



Вітрувіанська людина<sup>1</sup>

здатна подолати свої негативні якості, розвиваючи позитивні

здатна не тільки розвиватися, а й здійснювати позитивний вплив на інших

Головна мета людини — знайти себе, свою ідентичність, орієнтуючись на власні особистісні властивості і здібності.

**Людина рівноправна по відношенню до інших людей.**

- ▶ Прокоментуй слова Генріха Гейне про людину.
- ▶ Поясни і обґрунтуй кожне з тверджень про людину.
- ▶ У чому полягає головна мета людини?
- ▶ Як ти розумієш твердження, що людина рівноправна по відношенню до інших людей?

<sup>1</sup> Стилзоване зображення на основі малюнка «Вітрувіанська людина» італійського художника Леонардо да Вінчі. Малюнок да Вінчі вважається прикладом класичних пропорцій тіла людини.

## Домашня сторінка



## 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.



## Перевернутий клас



**10** Подивися відео «Притча про ложки». <http://inform1.yakistosviti.com.ua/etyka/5-klas>

► Підготуй переказ притчі.





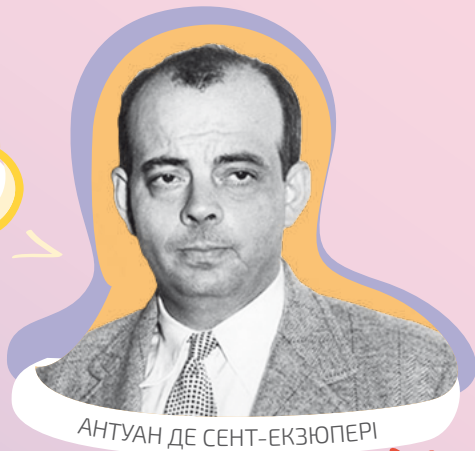
## РОЗДІЛ 2

# СПІЛКУВАННЯ У ЖИТТІ ЛЮДИНИ

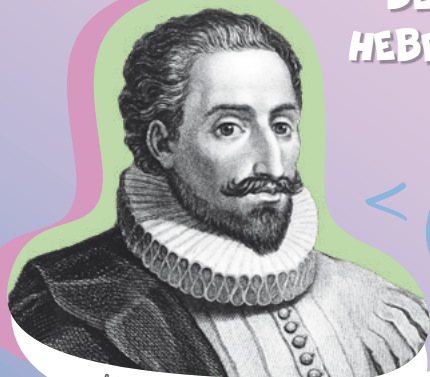


Найбільша  
розкіш — це розкіш  
людського  
спілкування.

**СПІЛКУВАННЯ  
ВЕРБАЛЬНЕ  
НЕВЕРБАЛЬНЕ**



АНТУАН ДЕ СЕНТ-ЕКЗЮПЕРІ



МІГЕЛЬ ДЕ СЕРВАНТЕС

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



**ЕТИКЕТ**

**КОМУНІКАЦІЯ**

**ШИРІСТЬ**

Я знаю  
силу слова...

**ДОБРОЗИЧЛИВІСТЬ**



ВОЛОДИМИР СОСЮРА

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

**НЕТИКЕТ,  
АБО МЕРЕЖЕВИЙ  
ЕТИКЕТ**



ЗОРЯНА МУРАШКА





### 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, — попрохав 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 цілім світі. І я буду для тебе єдиний на цілім 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 кожную 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, чесною в спілкуванні виступає дружелюбність, а потреба в спілкуванні є основою розвитку культури та мови.



Платон (ліворуч)  
і Арістотель (праворуч)<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Центральний фрагмент фрески Рафаеля Санти «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 відкриваються ворота в пекло, а як відкриваються ворота в рай.

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 відкриваються ворота в пекло!

Чоловік зрозумів, що зробив дурість, і став вибачатися:

— Пробачте мені, я погарячкував, не зрозумів я відразу твоєї мудрості.

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

- ▶ Як ти думаєш, що відкриває ворота в пекло? Поясни чому.
- ▶ Як відкриваються 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  
розмерзає.

слова і лід

І від солодких слів  
буває гірко.

Бджола жалить  
жалом, а чоловік —

Вола в'яжуть мотуззям,  
а людину — СЛОВОМ.

слово.

Рана загоїться,  
зле слово —

НІКОЛИ.



## Скарбничка етики

Англійський філософ і педагог Джон Лок вважав, що спілкування формує особистість молодого людини, сприяє формуванню почуття впевненості в собі, допомагає позбавитися 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 з 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, повний стакан 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.

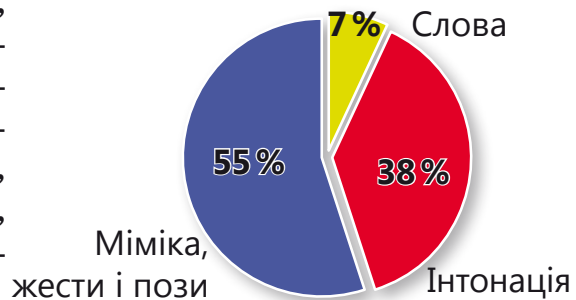
**Невербальне спілкування** — спілкування без використання мови, за допомогою інтонації, міміки, жестів, дій, рухів тіла та ін.

### 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: **Доц 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: **Доц 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?



The infographic is divided into several horizontal sections. At the top, two clouds labeled 'СПІЛКУВАННЯ' (Communication) and 'РОЗКІШ' (Luxury) are connected by a double-headed arrow. Below them are various social media icons: WhatsApp, TikTok, Facebook, Messenger, Instagram, Telegram, and Twitter. The middle section features two cartoon children, a girl and a boy, with three purple ovals above them: 'обмін інформацією' (Information exchange), 'організація взаємодії' (Interaction organization), and 'взаємо-розуміння' (Mutual understanding). Below the children, a yellow bar separates 'ВЕРБАЛЬНЕ' (Verbal) and 'НЕВЕРБАЛЬНЕ' (Non-verbal). The verbal section includes speech bubbles with phrases: 'Добрий день!' (Good day!), 'Бувай!' (Bye!), 'Як справи?' (How are you?), and 'Кажу тобі...' (I tell you...). The non-verbal section shows five hand gestures: 'OK', 'handshake', 'thumbs up', 'open palm', and 'pointing up'. At the bottom, a portrait of a man is shown with a speech bubble that says 'Спілкування – «школа життя».' (Communication is 'the school of life'). To the left of the portrait is a large white cloud with the text '«НУ ЩО Б, ЗДАВАЛОСЯ, СЛОВА...»' (Well, it seems like words...).

**СПІЛКУВАННЯ** ↔ **РОЗКІШ**

обмін інформацією      організація взаємодії      взаємо-розуміння

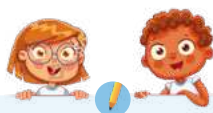
**ВЕРБАЛЬНЕ**      **НЕВЕРБАЛЬНЕ**

Добрий день!      Бувай!  
Як справи?      Кажу тобі...

«НУ ЩО Б, ЗДАВАЛОСЯ, СЛОВА...»

Спілкування – «школа життя».

## Домашня сторінка



- ▶ Напиши есе про роль невербальних засобів спілкування в житті людини.

## Перевернутий клас



## Тест «Чи гарний ти співрозмовник? / Чи гарна ти співрозмовниця?»

На всі запитання відповідай «так» або «ні». Можеш на аркуші паперу поставити номери запитань і біля кожного записати 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 незнайома?
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 розв'язував/розв'язувала 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?».

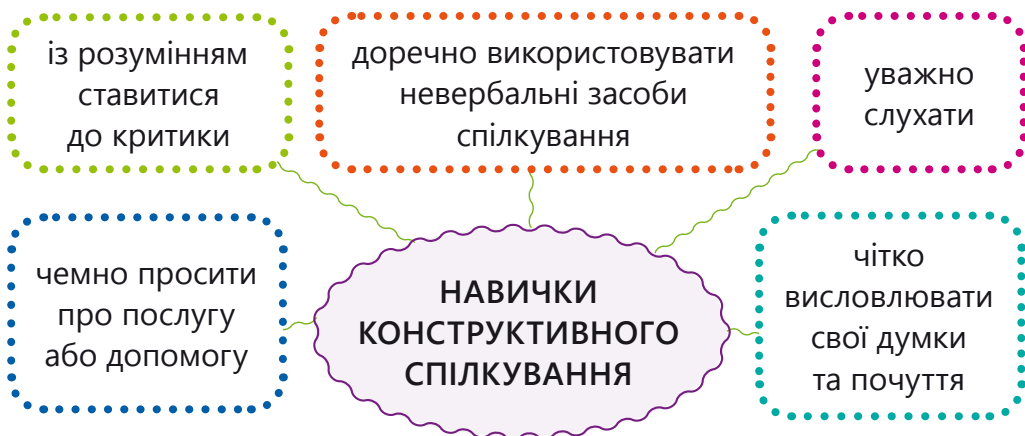


### Граматика етики

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

**Конструктивна комунікація** — комунікація, спрямована на порозуміння співрозмовників.

- 3** 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. А які б додав/додала?

### Цікава наука

- 4** Подивися на текст «Правила конструктивного спілкування» на с. 47. Скільки частин у ньому? Як називається кожна з них? Прочитай спочатку правила конструктивного спілкування для тих, хто слухає, а потім — для тих, хто говорить.

- 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.)?

## 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.



## Як виявляти доброзичливість та щирість у спілкуванні?

- 5 Прочитай вірш Оксани Сенатович «Ми розбили склянку з чаєм» на с. 48.

- 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** Прочитай прислів'я. Розкажи, як художниця об'єднала слово і малярку. Поясни, як зображення допомагає зрозуміти сенс прислів'я.



- ▶ 😊😊 Об'єднайтеся в пари. Пригадайте та розкажіть одне одному ситуації із життя, до яких підходить це прислів'я.
  - ▶ Вивчіть прислів'я напам'ять.
- 7** Подивись анімаційний фільм «Ціна гніву». (канал «Живе телебачення», 2019). <http://inform1.yakistosviti.com.ua/etyka/5-klas>
- ▶ 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 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...*

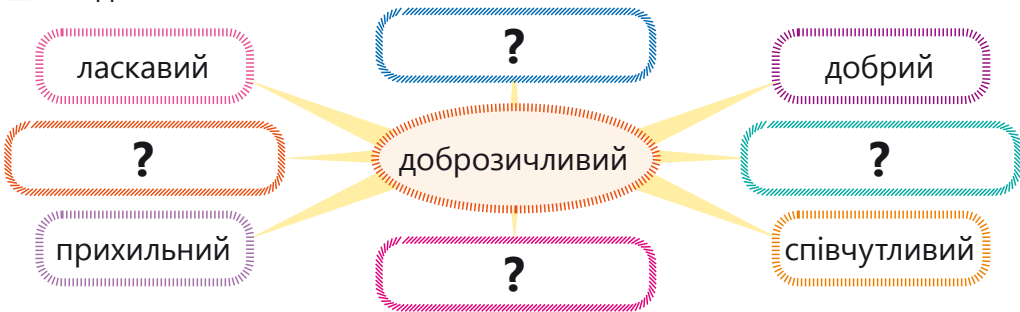


### Грамматика етики

**Доброзичливість** — бажання людям добра, вияв співчуття до них та піклування про них.

**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.

Воно над зорі лине,  
а в нім живуть, як спів,  
любов до Батьківщини  
і лють до ворогів.

О зброе щастя, слово,  
я жить з тобою звик!  
Ти — квітка у любові,  
в ненависті ти — штик.

- ▶ 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 ситуації, зображені на них.



- ▶ 😊😊 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 у «Повчаннях дітям...» великим київським князем Володимиром Мономахом. Він писав: *«У домі своїм не лінуйтеся, а за всім дивіться... Ні питтю, ні їді не потурайте, ні спанню... Брехні бережіться... Недужого одвідайте... І чоловіка не миніть, не привітавши».*




Володимир Мономах  
(1053–1125)

**12** Розглянь малюнок школяра. Яка ситуація на ньому зображена?

- 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.

### Скарбничка етики



Ірландський письменник Джонатан Свіфт — автор усевітньовідомих «Мандрів Гуллівера» — писав: *«Добрими манерами володіє той, хто найменшу кількість людей ставить у незручне становище».*



Джонатан Свіфт  
(1667–1745)

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

### Народ скаже, як зав'яже



**СПІВАТИ** 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**

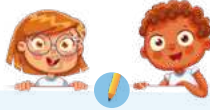
**ДОЩ.**

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

- ▶ Розглянь малюнок у середній 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?



## Домашня сторінка



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

Основою людського щастя є доброта, відвертість і чуйність.

*Еміль Золя*



## Перевернений клас



- 16** 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 спілкувалися колись 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 електромобілів — 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: здатність розмовляти з людьми на великій відстані, передавати зображення, отримувати значні обсяги інформації. Тільки письменники-фантасти писали про такі чудеса у своїх творах.

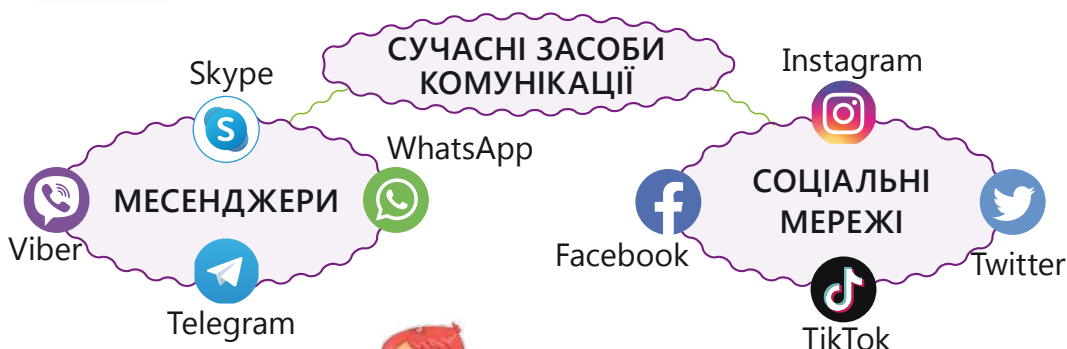


- ▶ За допомогою яких засобів комунікації сучасна людина здійснює те, що раніше вважали магією?
- ▶ Пофантазуй, як буде спілкуватися людина в майбутньому.

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» на с. 56. 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 мережéвий етикет,** — це правила поведінки, спілкування, традиції 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 про те, що цифрове середовище — це частина звичайного життя багатьох людей? 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. Соціальні мережі є результатом людського спілкування, але вони також змінюють і динаміку спілкування».*



Папа Римський  
Бенедикт XVI



## У чому особливості та ризики віртуального спілкування?

- 7** Прочитай загадку Анатолія Качана «Світов@ п@вутин@». Відгадай її.

Цю загадку-недомовку  
Загадав мій друг Микола:  
«Хто сьогодні без віршовки  
Прив'язав мене до столу?  
В павутину невідому  
Я попав, як риба в сіті,  
І забув, чи я на цьому,  
Чи уже на тому світі?»



- ▶ Як ти розумієш слова героя вірша: «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 питання: «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?
- ▶ 😊😊 Об'єднайтеся в пари та 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 відрізнятись 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 sms-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. Оберіть 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 відразу, 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** Сформулуй 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 Інтернет-тестування.  
<http://inform1.yakistosviti.com.ua/etyka/5-klas>

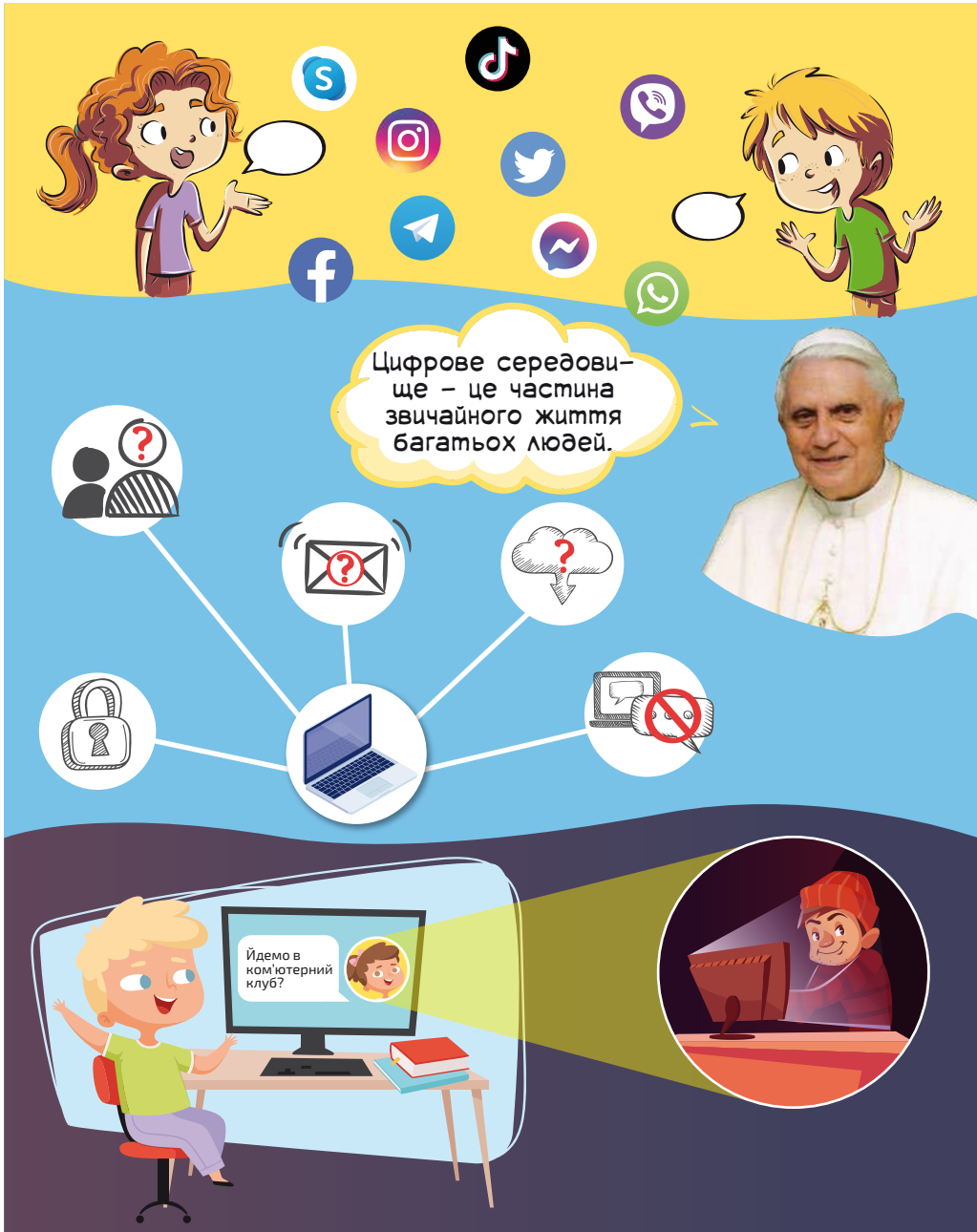
**17**  Обговоріть у класі питання: «Як краще спілкуватися — наживо чи онлайн?».

**18** Розглянь інформаційний плакат до теми «Віртуальне спілкування» на с. 61.

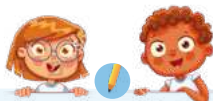
- ▶ Що означають іконки у верхній частині плаката? Розкажи про роль засобів спілкування в житті сучасної людини.
- ▶ Наведи приклади, які б підтверджували або спростовували твердження Папи Римського Бенедикта XVI.



- ▶ Спираючись на кластер, сформулюй правила безпечної поведінки в Інтернеті.
- ▶ Спираючись на малюнок у нижній частині плаката, розкажи про ризики віртуального спілкування. Придумай назву для інформаційного плаката.



Домашня сторінка



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

Перевернутий клас



- 19** Послухай аудіоказку «Попелюшка». <http://inform1.yakistosviti.com.ua/etyka/5-klas>

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



Ілюстрації художниці Кануко Крафт

## 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?

- 2** Пригадай, що таке особистий простір людини. Розглянь малюнки на с. 64. Поясни, як ти їх розумієш. Якої помилки у спілкуванні припустилася дівчинка на малюнку ліворуч?



- 3** Подивися мультфільм «Крадій печива» (режисер Е. Каделаго, 2012, США, Канада). <http://inform1.yakistosviti.com.ua/etyka/5-klas>
- 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?



### Граматика етики

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

- 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.  
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). <http://inform1.yakistosviti.com.ua/etyka/5-klas>

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

- 7** Прочитай фрагмент казки Астрід Ліндгрєн «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, — пробурчав він. — Я не граюся, коли наді мною так збиткуються<sup>1</sup>.

Малий зовсім занепав духом. Він стояв і 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, коли матиму якийсь подарунок...

<sup>1</sup> Збиткуватися — знущатися.



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

Там лежала і його найбільша гордість — маленький кишеньковий ліхтарик.

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

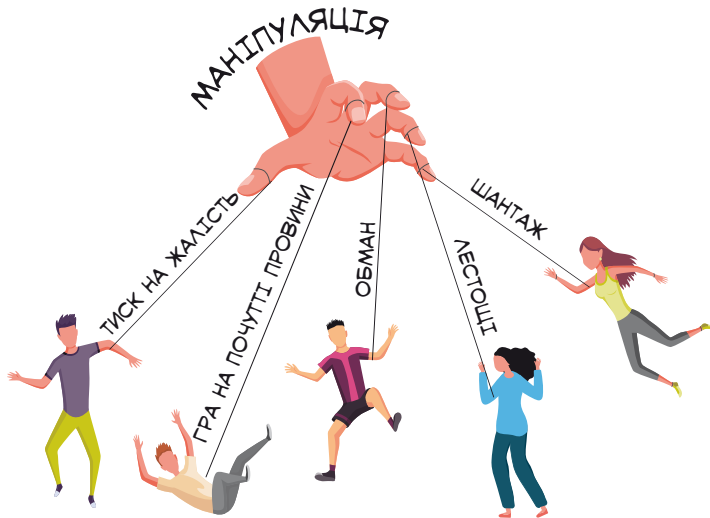
Карлсон миттю схопив ліхтарика.

— 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

**Булінг** (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 кожен 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 або 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). <http://inform1.yakistosviti.com.ua/etyka/5-klas>

- 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». <http://inform1.yakistosviti.com.ua/etyka/5-klas>

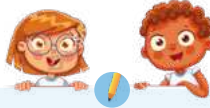
**14** Розглянь інформаційний плакат до теми «Агресивність у спілкуванні. Булінг та кібербулінг».

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





## Домашня сторінка



## 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 в 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 в спеціально відведеному для цього місці в класі.

## Перевернутий клас



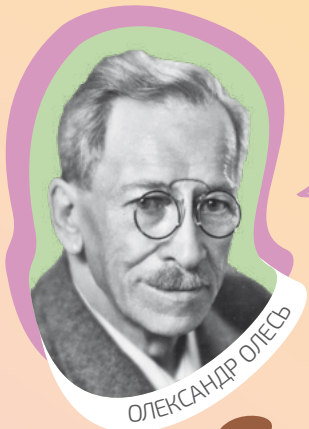
- 15** Подивися з родиною або друзями мультфільм «Думками навиворіт» (реж. П. Доктор, Р. Дель Кармен, 2015, США). Обговоріть емоції та почуття, які викликав у вас цей мультфільм.

<http://inform1.yakistosviti.com.ua/etyka/5-klas>



# РОЗДІЛ 3

## СВІТ ЛЮДСЬКИХ ЕМОЦІЙ ТА ПОЧУТТІВ



Затремтіли  
струни у душі  
моїй...



ЕМОЦІЇ

ПОЧУТТЯ

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



РОЗУМННЯ  
СПІВЧУТТЯ  
ЕМПАТІЯ



ЕМОЦІЇ  
ПОЗИТИВНІ  
ТА НЕГАТИВНІ



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



САМОПІЗНАННЯ  
САМОКОНТРОЛЬ  
САМОМОТИВАЦІЯ

Хто вміє  
володіти собою,  
той може керувати  
людьми.





## ЕМОЦІЇ ТА ПОЧУТТЯ, ЇХ 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 почуття та емоції викликала в тебе ця пісня?  
<http://inform1.yakistosviti.com.ua/etyka/5-klas>
- 2 Прочитай вірш Петра Осадчука «З тобою».

Послухай, як струмок дзвенить,  
Як гомонить ліщина.  
З тобою всюди, кожна мить  
Говорить Україна.

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, кожна 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.
- ▶ Як ти думаєш, які емоції та почуття відчуває дівчинка на фотографії?



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



### Граматика етики



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

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

Почуття та емоції людини взаємопов'язані.

### 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 образ, 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 у парох описані ситуації. Назвіть почуття та емоції кожного учасника / кожної учасниці.

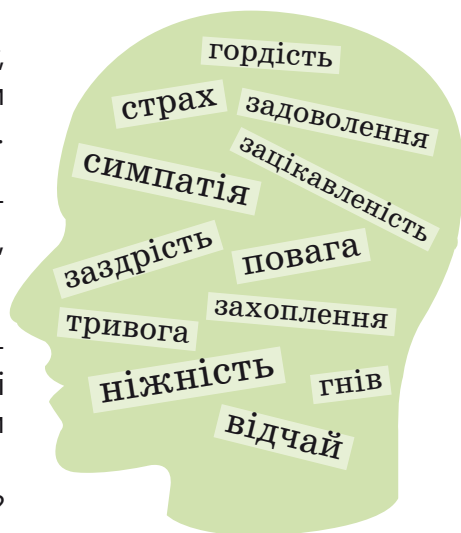
- ✓ У тебе є друг, ви товаришуєте з початкової школи. Вам цікаво разом. Він обіцяв дати почитати книжку і не приніс її. Ти образився/образилася.
- ✓ Ти любиш свою молодшу сестричку, добру і кмітливу дівчинку. Вона розбила твою улюблену чашку. Ти розсердився/розсердилася.

- ▶ За кожною ситуацією складіть діалог, спираючись на інформацію з рубрики «Цікава наука». Розіграйте ці діалоги.

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

- ▶ Які з 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 радощами, 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 пеньок, 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 відразу 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 етикет



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 вона в тебе викликала?

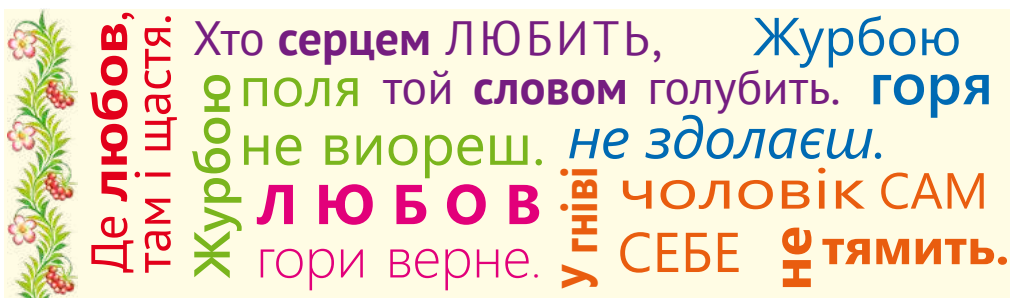
- Опиши емоційний стан героїв картини.



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?

У 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».*





**15** Прочитай текст. Про що розповідає авторка?

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

Люблю чорний шоколад. Вишуканий. Гіркувато-солодкий.

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 бедриків<sup>1</sup>. І світанок. Коли над луками парує туман, а повітря тремтить від ранкової свіжості.

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** 😊😊 Напишіть одне одному смс-повідомлення про те, що завтра буде снігопад. Висловіть свої емоції з цього приводу. Як ви це зробите? Сформулюйте висновок про те, як можна висловлювати почуття та емоції усно та письмово.

**17** Розглянь інформаційний плакат до теми «Емоції та почуття, їх значення в житті людини» на с. 80. Поясни, як ти розумієш його назву.

- ▶ Поділися думками, які викликають у 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.

<sup>1</sup> Бедрик – жук, якого ще називають сонечко.

# ЗАТРЕМТИЛИ СТРУНИ У ДУШІ МОЇЙ...

Не вибачайся за  
сльози. Без емоцій —  
ми просто роботи.



ЕМОЦІЇ

ПОЧУТТЯ

Способи  
вираження  
емоцій

вербальний

невербальний

вчинки



Любов виникає з  
любові, коли хочу, щоб  
мене любили, я сам  
першим люблю.



## Домашня сторінка



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

## Перевернутий клас



- 18** Подивися мультфільм «Жив собі чорний кіт» (реж. Ю. Марченко, 2006, Україна).  
<http://inform1.yakistosviti.com.ua/etyka/5-klas>

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



## ЕМПАТІЯ. ЯК ЗВАЖАТИ НА ПОЧУТТЯ ТА ЕМОЦІЇ ІНШИХ ЛЮДЕЙ

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

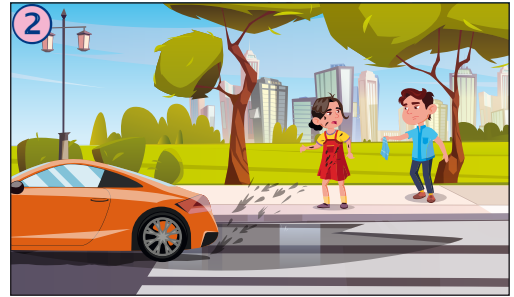
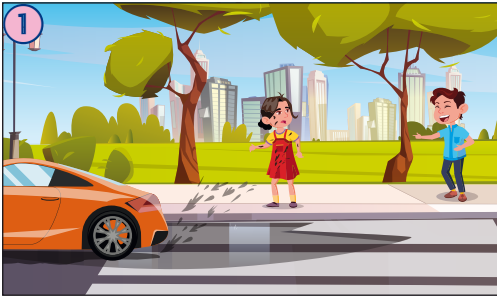
*Василь Сухомлинський*

- ✓ 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. Поведінка персонажів на яких малюнках тобі імпонує? 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.)

## Грамматика 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 <http://www.osvita.ua.com>*

**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. 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** Подивися мультфільм «Що за Різдво без любові?» (2018, Австрія, ErsteGroup). <http://inform1.yakistosviti.com.ua/etyka/5-klas>

► 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 у групах 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 відчують. Що б ти відчував/відчувала на їхньому місці?
  - ✓ У ваш клас із іншої школи перевівся учень. Сьогодні в нього перший день навчання. Уяви, що він відчуває. Що б ти відчував/відчувала на його місці?
- Згадай золоте правило моралі. Чим схожі прояви емпатії та золоте правило моралі?

**6** Розглянь дитячі малюнки. опиши ситуації, які на них зображені. 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** 😊😊 Об'єднайтеся в пари. Розгляньте і прочитайте плакат «Рівні емпатії». Визначте рівень емпатії свій та свого 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 у спілкуванні, не вмю 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).  
<http://inform1.yakistosviti.com.ua/etyka/5-klas>

- ▶ 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 пройшли дві повні в її мокасинах».*



- 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. Як зважати на 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 їжачок та дівчинка з бородою?
- ▶ Прочитай і поясни індіанську приказку.



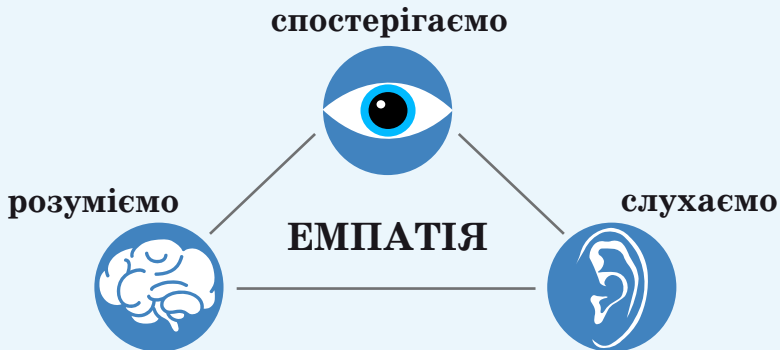


## Домашня сторінка



► Виконай одне із завдань за вибором.

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



**12** 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?



### Грамматика етики

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

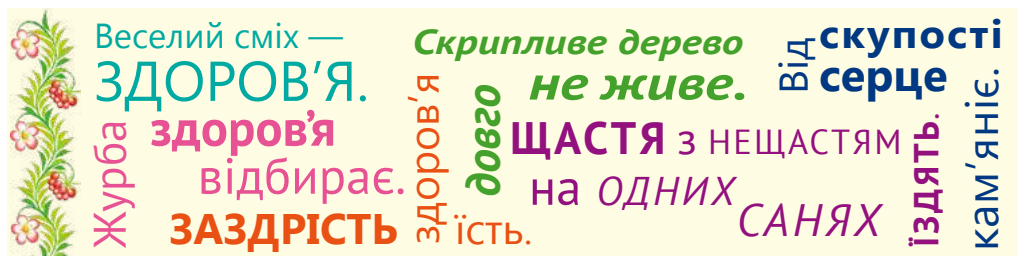
**Негативні емоції** — протилежні позитивним (*страх, тривога, гнів* тощо).

- 3** 😊😊 Складіть два кластери: один/одна з пари складає кластер «Позитивні емоції», другий/друга — «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, незадоволення, симпатія, упевненість, горе, туга, інтерес.

- 4** Подивися мультфільм «Подарунок» (реж. Я. Фрей, 2014, Німеччина). Намагайся запам'ятати свої емоції і події мультфільму, які їх викликають.  
<http://inform1.yakistosviti.com.ua/etyka/5-klas>
- 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. 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 півметра вгору. — У тебе Золотий квиток! Ти знайшов останній Золотий квиток! Ти ба! Ідьте усі сюди! Йдьте 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

**7** Прочитай текст. Виділи нову для тебе інформацію.

Позитивні емоції (щастя, радість, впевненість, 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.

### Скарбничка етикет



Письменник Лев Толстой писав: *«Справа життя — радість. Радій небу, сонцю, зіркам, траві, деревам, тваринам, людям. І слідкуй за тим, щоб радість ніщо не порушувало. Порушується ця радість, значить, ти помилився десь — шукай цю помилку і виправляй».*



Лев Толстой  
(1828–1910)



- 8** 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.
- 9** Зобрази за допомогою кольорів (використовуючи олівці чи фарби) позитивні емоції.
- 10** Прочитай уривок із давньогрецького міфу «Дедал та Ікар».

Нарешті крила з пір'я та воску були готові. Дедал прикріпив свої крила до спини й до рук, змахнув ними і легко знявся в повітря. Покружлявши, він опустився на землю і став повчати Ікара:

— Не можна підійматися дуже високо, синку, бо сонце там палюче, воно розтопить віск — і пір'я розсиплеться.

Наступного дня вони знялись у безхмарну блакить.

Ікар спершу слухняно летів за батьком. Почуття лету, дивовижне, незнане, сповнило його душу неймовірною радістю. Яке щастя змахнути, наче могутній птах, великими крильми і відчутти, що вони підносять тебе ще вище, туди, у блакитну безодню, де вже і птахів немає. У захваті Ікар забув про батькову засторогу й полинув вище, ще вище, аж до золотого сонця. Зненацька хлопець відчув, що крила вже не так міцно тримають його, як спершу. Пекуче сонячне проміння розтопило віск, пір'я посипалося додолу, і марно тепер юнак махав уже безкрилими руками.

— Батьку, батьку, я гину! — відчайдушно крикнув Ікар і зник серед зелених морських хвиль.

*За переказом Катерини Гловацької*

- ▶ 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?

**11** Прочитай вірш «Страх» Володимира Верховинця.

Страх Страшкович Страховенко  
На горищі здавна жив.  
І щоночі страхагентом  
Добросовісно служив.  
Він спускався по драбині,  
Аж вгиналися щаблі,  
З рюкзаком страхів на спині,  
Мов картини у Далі.

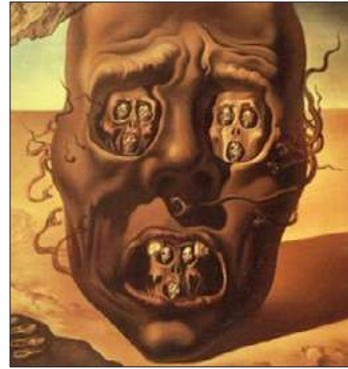
Надсилав страшні видіння  
У дитячі тихі сні:  
Павучища в павутинні,  
Чорнокрилі кажани...  
А проте, хто не боявся,  
Відкоша давав йому,  
Страх мерщій від тих ховався  
На горище у пільму.

- ▶ 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, в яких ти її відчував/відчувала. Розкажи про них у класі.

**12** 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

**13** 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.

**14** Прочитай фрагмент казки Володимира Читая про Жабу Душку.

— Несправедливо це.

— Що несправедливо? — здивувався Там.

— Усе несправедливо. Начебто ділите все порівну, а в сусіда твого чомусь нора більша... — жаба подивилася крізь вікно на небо. — О, вже місяць зійшов! Час іти. Концерт у мене.

Поклонилася жаба і почалапала геть.

Вмостився Там у ліжечку. Ніби й година вже пізня, а не спить-ся йому. Жабині слова з голови не йдуть. «Нора в Тута й справді більша. Хай не набагато, але більша. А ми ж домовлялися все ділити порівну. То чому в нього нора більша?.. Несправедливо, ой несправедливо». Образився Там. Вовтузився цілу ніч, не спав, душило щось у грудях...

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

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

### Скарбничка етикет



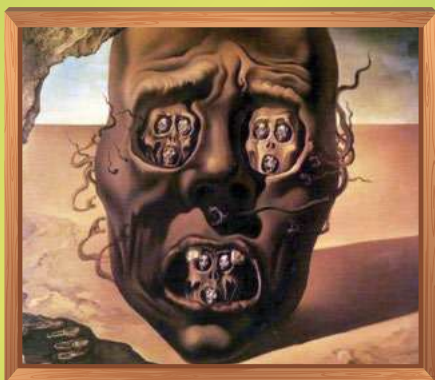
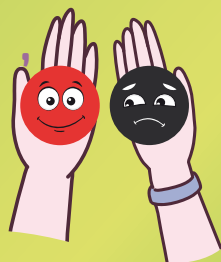
Український філософ і поет Григорій Сковорода наголошував: *«Коли в тебе людське серце — співчуйвай, а якщо хочеш — ревнуй і гнівайся, та уникай ворогування».*





# ДВА КОЛЬОРИ МОЇ, ДВА КОЛЬОРИ...

СПРАВА ЖИТТЯ – РАДИСТЬ.



Уникай  
ворогування.



## Домашня сторінка



- 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.

Одного разу 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



- 18** 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, відразу 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 її викликало: 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 етикет



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». 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 на рівні? Що ти відчуваєш тепер?
  - ✓ У своєму дворі ти знайшов/знайшла маленьке цуценятко, яке загубилося. Батьки погодилися залишити звірятко вдома. Що ти відчуваєш? Наступного дня ти побачив/побачила оголошення про загублене цуценятко, на якому було 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 стільки від подій, що відбуваються в нашому житті, скільки від реакції на них. Саме тому кожному/кожній із нас необхідно

навчитися керувати власним емоційним станом. Лише позитивний підхід до вирішення життєвих проблем, уміння виявити свої відчуття, дбайливе відношення 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? Якби ти вчинив/вчинила у цій ситуації зараз?

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

Том вийшов на вулицю з відром вапна і з довгою щіткою. Він поглянув на паркан, і відразу глибокий смуток оповив його душу. Життя здалося йому безглуздя. 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 неосвяжним простором нефарбованого паркану.

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 окрилило натхнення — геніальна, блискуча думка.

Він узяв щітку і спокійно заходився працювати. Ось у далині з'явився Бен Роджерс. Його кепкувань 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 Твенем*

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



## Як керувати власними емоціями?

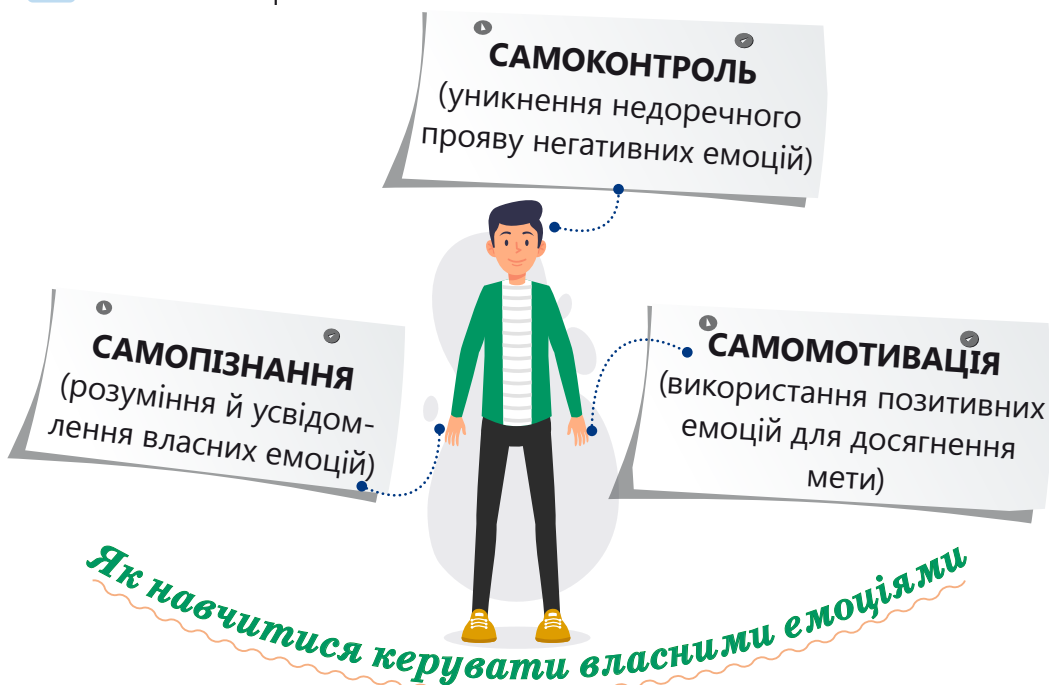
- 9** Прочитай уривок із вірша Лесі Українки «Як дитиною, бувало...».

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

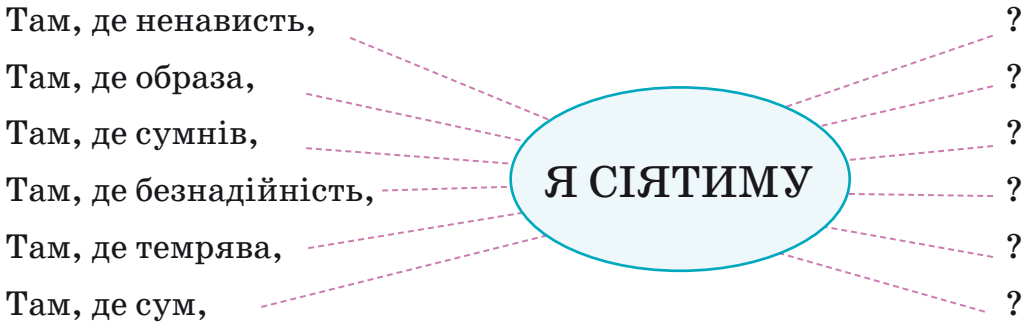
«Що, болить?» — мене питали,  
Але я не признавалась —  
Я була малою горда —  
Щоб не плакати, я сміялась.

- ▶ Які емоції переживала дівчинка, коли падала? Вона їх виказувала чи стримувала?

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



**11** Прочитай, вставляючи необхідні за змістом слова. Поясни свій вибір.



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

Люди дуже часто потрапляють у конфліктні ситуації. І кожна людина сама обирає, як їй упоратися зі своїм емоційним станом. 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 піти в кіно, а вона вже домовилася з друзями.
2. Діти не беруть хлопчика в гру.
3. Друг не запросив однокласника на вечірку.
4. Дівчинка їла морозиво, її шттовхнули, 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.

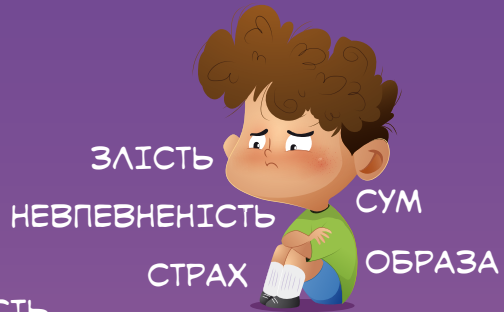
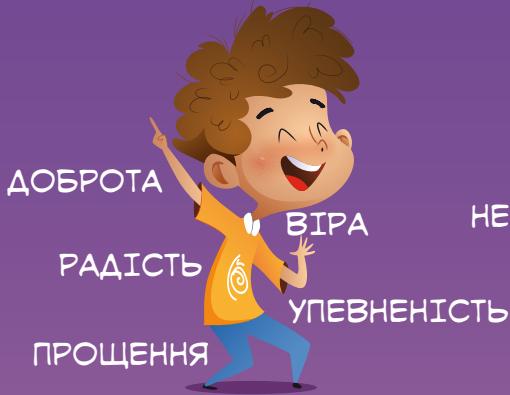
### Народ скаже, як зав'яже

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

**16** Розглянь інформаційний плакат до теми «Керування власними емоціями» на с. 107. Поясни його заголовок.

- ▶ Як ти думаєш, що символізують зображення хлопчиків?
- ▶ Прокоментуй формулу успіху. Поясни, як досягнення успіху залежить від уміння керувати емоціями.
- ▶ Що виражають три обличчя в нижній лівій частині плаката?
- ▶ Як ти розумієш слова Костянтина Ушинського?

# ХТО ВМІЄ ВОЛОДІТИ СОБОЮ, ТОЙ МОЖЕ КЕРУВАТИ ЛЮДЬМИ



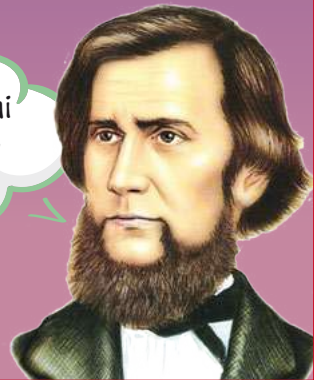
САМОПІЗНАННЯ  
САМОКОНТРОЛЬ  
САМОМОТИВАЦІЯ



УСПІХ



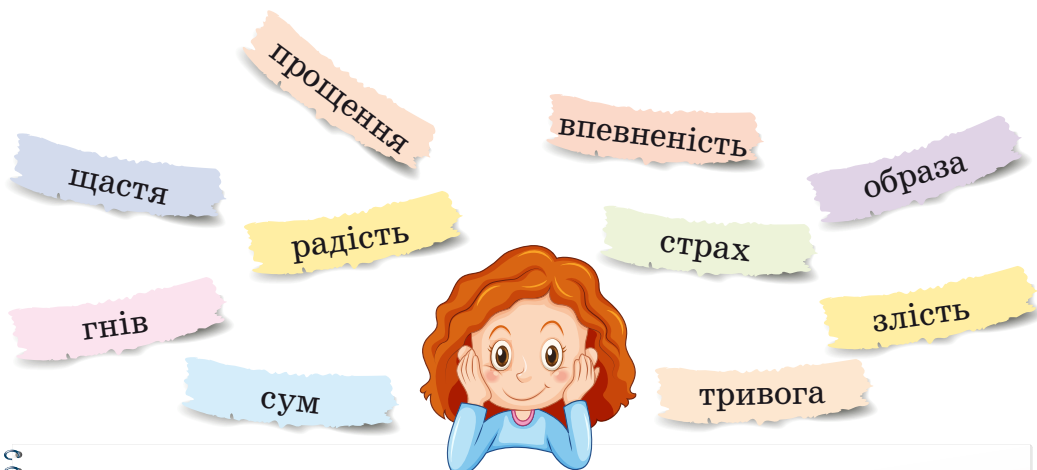
Почування наші  
скажуть нам,  
що ми таке.



## Домашня сторінка



- Виконуємо проєкт «Уявна подорож у країну емоцій», створюємо «Атлас емоцій».



Колективно оберіть 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



- 17 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.

(Шмуцтитул)

**РОЗДІЛ 4. ЖИТТЄВИЙ ПОСТУП ЛЮДИНИ**

- Людина – твориться, самонароджується.

*Василь Стус*

**інтереси**

**хобі**

- Два найважливіших дні у твоєму житті:

день, коли ти з'явився на світ,

і день, коли ти зрозумів навіщо.

*Марк Твен*

**самостійність**

- Ціль без плану – це просто мрія.

*Антуан де Сент Екзюпері*

**ціль**

**план**

**рішення**

- Поразка – це наука, ніяка перемога так не вчить.

*Ліна Костенко*

**перемога**

**поразка**

**досвід**

## Тема 12. 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*.

До кого ти звертаєшся із запитаннями, 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: «Для чого потрібно вчитися?». Я задумався. А і правда, навіщо вчитися? Щоранку рано вставати і йти до школи, сидіти на уроках, а ввечері робити домашнє завдання? Адже весь цей час можна

провести з друзями, грати в ігри на комп'ютері, бігати по двору, сміятися і 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 донести нашу думку співрозмовнику правильно.

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

4. Учитися важко і складно, але необхідно. Розумній людині, яка вміє читати, писати і рахувати, буде легко здобути професію, влаштуватися на хорошу роботу і заробляти гроші. На зароблені гроші можна побудувати будинок, купити машину і поїхати відпочивати.

**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.**

### **Скарбничка етики**

**5. Прочитай уривок із листа Василя Стуса до сина. Із чим порівнює хлопця письменник? Які поради батько дає синові?**





(1938 – 1985)

Відомий український письменник Василь Стус у листі до сина писав: *«Ти повинен бути освіченою людиною. Бо теперішня людина – тільки освічена. Людина – це обов'язок, а не титул (народився – і вже людина). Людина – твориться, самонароджується. Власне, хто Ти є поки що? Кавалок глини сирової, пластичної. Бери*

*цей кавалок у 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. Ти є Бог. Отож, як Бог самого себе, мни свою глину в руках, поки не відчуєш під мозолями кремінь. Для цього в Тебе найкращий час – творися ж!».*

6. Прочитай прислів'я. Яка тема їх об'єднує? Поясни, як ти розумієш кожне з них.

### Народ скаже, як зав'яже

1. Знання людині що крила пташині.
2. Науки ні вода не затопить, ні вогонь не спалить.
3. Не соромно не знати, соромно не вчити.
4. Учи іншого, і сам помудрішаєш.
5. Вчення в щасті прикрашає, а в нещасті утішає.
6. Вік живи – вік учись.

✓ 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?

**Кластер** із картинками: у центрі великими літерами: **ХОБІ**, по колу картинки із зображенням хобі та підписи до них: 1) хлопчик читає книжку (читання); 2) дівчинка щось або когось фотографує (фотографування); 3) хлопчик зі сковородою в руках підкидає млинці (кулінарія); 4) дівчинка малює щось в альбомі (малювання); 5) хлопчик із рюкзаком піднімається в гору (туризм); 6)

дівчинка в навушниках слухає музику (слухання музики); 7) хлопчик грає на саксофоні (гра на музичних інструментах); 8) хлопчик і дівчинка танцюють (танці); 9) дівчинка вишиває (рукоділья); 10) хлопчик розглядає у лупу марку (колекціонування); 11) хлопчик з м'ячем (спорт); 12) дівчинка і хлопчик збирають пазли (збирання пазлів).

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

### Грамматика етики

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

**Хобі** – це захоплення, улюблене заняття на дозвіллі, уподоба.

**9. Підготуй самостійно повідомлення про походження слова «хобі».**

**10. Прочитай фрагмент із казки Роальда Дала «Матильда». Яке хобі було в дівчинки?**

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 з 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 в 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.



**Чому Матильді подобалося читати?**

**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, свої улюблені книжки.

11. Розглянь кластер «Навіщо потрібне хобі?».

Опис малюнка: **кластер: у середині Хобі допомагає, по колу: підняти настрій, розслабитися, покращити фізичну форму, розвинути гнучкі навички, розширити кругозір, покращити знання мов.**

✓ *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	В тобі, мистецтво, — у малій картині,
Є захист: у красі незнаних слів,	Що більша за усей безмежний світ!
У музиці, що вроду, всім знайому,	Тобі, мистецтво, у твоїй країні
Втіляє у небесний перелив;	Я шлю поклін і дружній свій привіт.

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

Які види мистецтва згадує поет?

Як Максим Рильський 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 ще більш яскравим та прекрасним. Невід’ємною частиною творчості є дарування усмішок, позитивних

емоцій та несподіваних сюрпризів. Адже створюючи щось своїми руками, малюючи, ліплячи, граючи на музичному інструменті, танцюючи, ви вкладаєте душу та шматочок себе самого, своє тепло та любов.

*За матеріалами сайту «Культура і мистецтво»*

### Скарбничка етики

**14. Прочитай висловлювання Йоганна Вольфганга Гете про мистецтво. Поясни, як ти розумієш ці слова.**

**Зн. робота в групах.** Обговоріть у класі думку: «Мистецтво – посередник того, що неможливо висловити».



(1749 – 1832)

Німецький письменник Йоганн Вольфганг Гете 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».*

**15. Розглянь плакат «5 причин займатися спортом». Прокоментуй кожну причину, спираючись на власний досвід або досвід своїх друзів, подруг, рідних чи знайомих.**

Художнику: на плакаті написати заголовок: **«5 причин займатися спортом»**. Написати такі причини: **1) Здоров'я. 2) Гарний настрій. 3) Сила та бадьорість. 4) Віра в себе і свої сили. 5) Зовнішній вигляд.** Нумерацію причин дати у кружечках, без крапки. Поруч з кожною причиною намалювати малюнок, який би ілюстрував причину.

## 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».

( 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: «Людина – твориться, самонароджується».**

**Назви 7 причин, чому потрібно навчатися.**

**Прочитай слова в центральній частині плаката. Кому вони належать? Поясни, чому навчання – невід'ємна частина життя сучасної людини.**

**Спираючись на малюнки у середній частині плаката, розкажи про роль хобі у житті людини.**

**Що символізує колаж у нижній частині плаката? Чи може сучасна людина існувати без мистецтва і спорту?**

**Плакат.**

**У верхній частині плаката:** портрет В. Стуса, поруч у хмаринці слова По центру написати *Навіщо потрібно вчитися?*, по колу дати 7 знаків питання, зверху і знизу рівномірно. Нижче по центру написати слова *Теперішня людина – тільки освічена.*

**У середній частині плаката:** розмістити такі картинки із зображенням хобі із кластера, але не підписувати їх: 1) хлопчик читає книжку; 2) дівчинка щось або когось фотографує; 3) хлопчик зі сковородою у руках підкидає млинці; 4) хлопчик із рюкзаком піднімається у гору; 5) хлопчик розглядає у лупу марку; 12) дівчинка і хлопчик збирають пазли.

**У нижній частині плаката:** намалювати колаж, у якому малюнок із зображенням мистецтва плавно переходить у малюнок із зображенням спорту. На колажі, що символізує мистецтво, намалювати дівчинку, на малюнку, що символізує спорт, - хлопчика. Малюнки дати подібні до таких:



### Домашня сторінка

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

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



## Тема 13. 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 самостійною людиною?
- ✓ Як наполегливість і цілеспрямованість сприяє успіху?

✓ *Як дорослішає людина?*

### 1. Прочитай уривок із вірша Анатолія Костецького «Про дорослих».

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

Не можна їм на дерево,  
хоч це і дуже просто,  
аж на вершечок здертися.

Адже вони — дорослі...

Та й серед парку, по траві,  
босоніж, без сорочки  
не можна погасати їм.

Адже вони — дорослі!..

Знайди відповідь на запитання: *Чому герой вірша не заздрить дорослим?*

**Чи заздриш ти дорослим?**

## Цікава наука

**2. Прочитай текст. Знайди відповідь на запитання: *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 самоаналіз 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](http://starylev.com.ua)*

## Скарбничка етики



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

(1859 – 1941)

✓ *Що значить бути самостійною людиною?*

**3. Прочитай відповіді твоїх однолітків на запитання: *Що таке самостійність?***

- ✓ Самостійність – це, коли ти сам дбаєш про себе: сам виконуєш уроки, сам готуєш їжу, сам доглядаєш за своїми речами.

- ✓ Самостійність – це, коли людина самостійно приймає рішення і несе за них відповідальність.
- ✓ Самостійність – вміння мислити й аналізувати наслідки своїх учинків.
- ✓ Самостійність – уміти слухати й аналізувати думки та ідеї людей, із якими спілкуєшся.
- ✓ Самостійність проявляється в умінні визнавати помилки і мати силу їх виправити.

## Грамматика 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 запитання: Яку людину вважають самостійною? Що значить бути самостійною людиною? Які труднощі долає людина на шляху до самостійності?**

Часто говорять, що діти самостійні, коли вони можуть самі вдягнутися й 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 збігається з очікуваннями інших.

Пам'ятає, що кожен несе відповідальність за те, що робить.

Розмовляє з батьками, намагається їх зрозуміти. Враховує досвід інших — батьків та друзів, прислухається до їхніх думок та порад. Не забуває, що самостійність — це не бунт і не боротьба.

Не боїться помилок. Учитесь робити висновки зі своїх учинків і впевнено йти вперед. Дорослішання людини – це шлях до самостійності.

Бути самостійним/самостійною не так просто, як здається. На шляху до самостійності людина стикається із такими труднощами:

- ✓ невпевненість у собі, страх – якщо ти не віриш у себе, постійно сумніваєшся, вагаєшся, тоді тобі важко самостійно приймати рішення;
- ✓ надмірна опіка та контроль батьків – важко стати самостійним/самостійною, коли батьки сприймають тебе як маленьку дитину;
- ✓ невміння бути відповідальним/відповідальною – самостійна людина – це людина, яка не лише вільна у своїх вчинках, словах і рішеннях, а й відповідальна за них;
- ✓ впадання в крайнощі – самостійність – не вседозволеність, не байдужість до думки оточуючих, не зневага інших.

*За Оксаною Рацькою*

**Зн. колект. робота. 5.** Психологи стверджують, що самостійність - це, коли розумієш значення трьох слів: «хочу», «треба», «можу». Чи погоджуєшся ти з цим? Аргументуй свою думку. Обговоріть це питання колективно 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



(1769 – 1821)

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

### 7. Розкажи про успішну людину зі свого оточення.

## Цікава наука

### 8. Прочитай текст. Які факти тебе вразили?

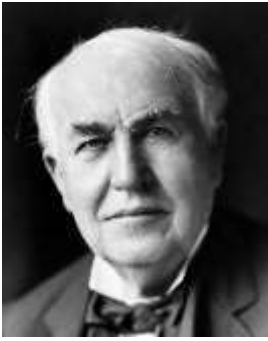
Науковці провели дослідження в Академії музики в Берліні серед студентів-скрипалів. Учасникам дослідження запропонували дати відповідь на таке запитання: *Скільки годин на тиждень ви витрачаєте на заняття музикою з того часу, коли вперше взяли скрипку в руки і до сьогодні?*

Виявилося, що всі учасники почали займатися музикою приблизно в 5 років. Перші декілька років усі займалися майже однаково – біля 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 – 16 годин, у 20 – 30 годин на тиждень. Як з'ясувалося, студенти, які ввійшли у цю групу – це найкращі студенти Академії, майбутні солісти світового рівня.

*За Малькольмом Гладуелом*

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

## Скарбничка етики



(1847 – 1931)

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

### Хвилинка самопізнання

**9. Дай відповіді на запитання тесту «Чи ти самостійна і цілеспрямована людина?».**

1. Які з наступних якостей, на твою думку, відповідають твоєму характеру?

- а) Розумність, товарицькість. (3)
- б) Боязкість, сором'язливість, стриманість. (0)
- в) Завжди душа й центр компанії. (6)

2. Чи часто твої друзі звертаються до тебе за доброю порадою і допомогою?

- а) Постійно! Я всіх вислухаю. (0)
- б) Ні, тому що я й сам/сама рідко прошу інших про допомогу. (6)
- в) Друзі цінують мою думку. (3)

3. Не завжди дружба буває взаємною. Як ти діятимеш, якщо хтось з тобою не хоче дружити?

- а) Я завжди знайду спосіб, як потоваришувати. (6)
- б) Відступлю, буду шукати іншого друга. (0)
- в) Зроблю ще одну спробу. (3)



4. Директор/директорка вашої школи раптом забороняє влаштовувати вже запланований розважальний захід. Що ти будеш робити?

- а) Зітхну й заспокоюся. (0)
- б) Підтримаю тих, хто намагатиметься протестувати. (3)
- в) Очолю протестувальників! (6)

5. Як ти себе поводиш із людьми, яких неможливо переконати у суперечці?

- а) Я спокійно спілкуюся, не намагаюсь їх переконати. (0)
- б) Я відстоюю свою думку і поважаю тих, хто чинить так само. (6)
- в) Я намагаюся їх переконати, але кожен залишається при своїй думці. (3)

6. Ти мрієш купити якусь річ, але вона дорого коштує. Що ти зробиш?

- а) Попрошу цю річ у подарунок. (3)
- б) Буду заощаджувати кишенькові гроші. (6)
- в) У мене немає й не буде таких грошей, відмовлюся від своєї мрії. (0)

7. Що ти робитимеш, якщо у вихідний день ти опинишся сам/сама вдома?

- а) Буду дивитися телевізор. (0)
- б) Запрошу до себе компанію друзів. (6)
- в) Запрошу до себе друга/подругу (3)

8. У кожної людини в житті є свій девіз. Спробуй вибрати фразу, яка стала б твоїм девізом.

- а) Бачу мету, іду вперед, не бачу перешкод. (6)
- б) Тихіше їдеш – далі будеш. (0)
- в) Справив діло – гуляй сміло. (3)

### Ключ до тесту:

**0-18 балів.** Ти дозволяєш іншим використовувати себе, увесь час боїшся чийогось несхвалення, хочеш бути як усі. Але так можна втратити повагу інших і самоповагу. Постав перед собою якусь мету й постарайся обов'язково досягти її без допомоги друзів і батьків. Побачивши результат, ти відчуєш впевненість у собі.

**19-35 балів.** Ти з радістю допомагаєш іншим, коли є можливість, не думаючи, що тебе хтось використовує. Не йдеш слідом за всіма, але й не ведеш за собою. Ти завжди реально оцінюєш те, що можеш зробити, не любиш жити безцільно й, поставивши перед собою якесь завдання, намагаєшся виконати його.

**36-48 балів.** Якщо ти поставив/поставила собі ціль, то досягаєш її всіма доступними способами. Твоє правило: «Усе для себе й для своєї мети!». Ти все робиш по-своєму, навіть якщо доводиться говорити, що чорне – це біле. Але в такий спосіб ти втручаєшся в чуже життя. Будь більш дипломатичним/дипломатичною, і до тебе потягнуться люди.

*За матеріалами сайту Вінницького національного технічного університету*



(1900 – 1961)

### 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 сторицею...»*

**Зн. робота в парах. 10.** Прочитайте прислів'я. Об'єднайтеся в пари та прокоментуйте їх.

### Народ скаже, як зав'яже

1. Очам страшно, а руки зроблять.
2. Не навчишся плавати, поки у вуха води не набереш.
3. Дорогу долає той, хто йде.
4. Того, хто бажає йти, і доля веде.
5. Що роблю, за те й відповідаю.
6. Коли є до чого жагота, то кипить в руках робота.

**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 й дорослого у верхній частині плаката?

Що означають кола в середній частині плаката?

Поясни, як ти розумієш малюнок у нижній частині плаката.

Як ти розумієш слова Катерини Білокур?

Плакат:

**Художнику:** У верхній частині плаката подати портрет Марка Твена, поруч слова у хмаринці: «**Два найважливіших дні у твоєму житті...**». Нижче по центру намалювати дитину і дорослого, від дитини до дорослого намалювати стрілку, над нею поставити знак питання.



**У середній частині плаката:** по центру намалювати кола Вена, у них написати слова «ХОЧУ», «ТРЕБА», «МОЖУ». Місце, де перетинаються усі три кола виділити червоним і поставити знак оклику.



Нижче намалювати хлопчика, який намагається стримати 4 балки, що падають на нього. Кожна балка підписана: **1) невпевненість у собі, страх; 2) надмірна опіка та контроль батьків; 3) невміння бути відповідальним; 4) впадання в крайнощі.**



**У нижній частині плаката:** намалювати дівчинку, які цілить із лука у мішень, на якій написано **УСПІХ**.

Нижче портрет Катерини Білокур, поруч слова у хмаринці: **«Сильних духом не спіймає ніхто...»**

## Домашня сторінка

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

## Перевернутий клас

12. Запиши якомога детальніше розпорядок свого дня.

## Тема 14. 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 навчитися приймати рішення?*

✓ *Що таке життєві цілі?*

### 1. Прочитай вірш Григорія Фальковича «Твоя мета».

Своя мета життя – в kota. 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 її сенсом і допомагають людині знайти свій шлях. Цілі визначають сутність людини, формують її індивідуальність. Вони відрізняються в різних людей. Для когось мета в житті – 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 плакату ти додав би / додала б до своїх?

Опис плаката художнику: хлопчик і дівчинка, які задумалися над вибором. Над головою кожного хмарка думок, у ній знаки питання. Їх оточують хмарки із такими цілями: *створити міцну сім'ю, прочитати 1000 книг, побувати в усіх містах своєї країни, вивчити три іноземні мови, знайти цікаве хобі, знайти справжнього друга, піднятися на Говерлу, виростити сад, побудувати будинок, поплавати з дельфінами, політати на повітряній кулі, навчитися готувати, викупатися в чотирьох океанах, стрибнути з парашутом, навчитися грати на скрипці, дослідити історію свого роду.*

### Скарбничка етики



(1955 - 2011)

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

**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?**

Схема «Мої цілі»:

У центрі людина, від неї наверх ідуть півкола: на яких написано такий текст: на першому (найближчому до людини) *ціль на хвилину*; на другому – *ціль на годину*, на третьому – *ціль на день*, на четвертому – *ціль на тиждень*, на п'ятому – *ціль на місяць*, на шостому – *ціль на рік*; на сьомому – *ціль на час закінчення школи*; на восьмому – *ціль на все життя*.



## Хвилинка самопізнання

**Зн. робота в парах. 5.** Об'єднайтеся в пари і прочитайте свої розпорядки дня, які ви підготували вдома.

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 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 викреслюй.
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](http://pustunchik.ua)*

**Художнику: оформити пам'ятку.**

**8. Користуючись пам'яткою «Як скласти план на день та дотримуватися його» та спираючись на визначені тобою цілі, склади план свого завтрашнього дня. Дотримуйся його. 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 придумав оригінальний спосіб прийняття рішень. Малюємо квадрат і ділимо його на чотири частини (квадрати). У кожну 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 це 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 і на підставі цього приймаємо рішення.

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

Художнику: намалювати Квадрат Декарта, такий як на малюнку, додати у два верхні квадрати по плюсу, у два нижні – по мінусу.



**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 у комп'ютерні ігри?* Використай «Квадрат Декарта», щоб прийняти правильне рішення.

## Скарбничка етики



(1965 р. н.)

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

**11. Прочитай прислів'я. Розподіли їх за трьома питаннями теми. Обґрунтуй свій вибір.**

### Народ скаже, як зав'яже

1. Краще тепер, ніж у четвер.
2. Без початку немає кінця.
3. Що вранці не зробиш, того ввечері не здоженеш.
4. Хто нічого не робить, той ніколи не має часу.
5. Сім разів відміряй, один раз відріж.
6. Кінець діло хвалить.

**12. Розглянь інформаційний плакат до теми «Життєві цілі, плани та перспективи».**

**Прокоментуй слова Антуана де Сент Екзюпері: «Ціль без плану – це просто мрія».**

**Поясни, чому ці слова є епіграфом до теми.**

**Спираючись на схему, розкажи, які цілі потрібно ставити перед собою.**

**Що означає слово «тайм-менеджмент»? Що символізує картинка в центрі плаката?**

**Розкажи, як скласти план на день та дотримуватися його.**

**Про що тобі нагадує зображення квадрата?**

**Які роздуми викликають у тебе слова Джоан Роулінг: «Наші рішення показують, ким ми є насправді, набагато краще, ніж наші здібності»?**

Художнику намалювати такий плакат:

**У верхній частині плаката:** Портрет А. де Сент Екзюпері, поруч у хмаринці слова: *«Ціль без плану – це просто мрія».*

Нижче намалювати схему «Мої цілі» тільки без підписів.

**У середній частині плаката:** по центру написати слово *тайм-менеджмент*, дати картинку, що символізує план, наприклад, таку:



**У нижній частині плаката:** намалювати квадрат Декарта, такий як у «Цікавій науці».

Нижче дати портрет Джоан Роулінг, поруч у хмаринці слів написати слова: *«Наші рішення показують, ким ми є насправді, набагато краще, ніж наші здібності».*

## Домашня сторінка

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

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

## Тема 15. Значення досвіду в житті людини

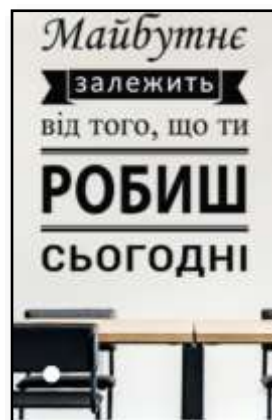
Поразка – це наука, ніяка перемога так не вчить.

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 школярі 3 медалі – 1 золото і 2 срібла.

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, та продовжувати рухатися назустріч своїм цілям.

*6. Щоб розуміти свої цілі.*

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

*7. Щоб святкувати свої найменші перемоги.*

Вміти 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 сходи і фігурки на них? Чи можна досягти успіху, якщо нічого не робити, не накопичувати власний досвід, не робити власних помилок та не радіти своїм успіхам?



6. Розглянь і прочитай кластер «Як учитися на своїх помилках?». Поясни, як ти розумієш кожен із способів. Чи вчишся ти на своїх помилках? Які з цих способів ти використовуєш? Запам'ятай питання і фрази, які допоможуть тобі втішитися, якщо ти помилився/помилилася.

Художнику намалювати кластер: по центру написати **Як учитися на своїх помилках?**, по колу написати: **Будь готовий/готова визнавати свої помилки. Уникай повторення помилок. Став правильні запитання. Не картай себе в разі помилки. Учися на помилках і рухайся вперед.**

Записи **Став правильні запитання. Та Не картай себе в разі помилки.** дати по центру в нижній частині кластера, від них вниз дати рисочки і написати такі додатки.

До **Став правильні запитання** такий додаток:

- ✓ Чи є щось, що допоможе виправити помилку?
- ✓ У чому була причина помилки?
- ✓ Що можна зробити інакше?
- ✓ Що ти зробиш, аби не повторювати цю помилку знову?

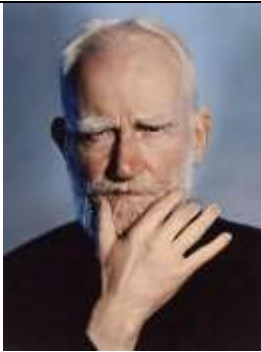
До **Не картай себе в разі помилки** такий додаток:

- ✓ Ніхто ніколи не досягав успіху, не здійснюючи помилок.
- ✓ Я горджуся тим, що спробував/спрабувала.

- ✓ Я завдячую цій помилці тим, що став/стала кращим.
- ✓ Я збираюся зрозуміти, у чому полягає помилка, і спробувати ще раз.

**Зн. робота в парах. 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 тільки почесне, але й більш корисне, ніж життя, витрачене на те, щоб нічого не робити».*

(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 й 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 ... ».**

**Зн. колект. роб. 9.** Обговоріть у класі такі запитання:

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

**Зн. робота в парах. 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. Прочитай прислів'я. Розподіли їх за трьома питаннями теми. Обґрунтуй свій вибір.

### Народ скаже, як зав'яже

1. Людина вчиться на своїх помилках.
2. Навчай інших — і сам навчишся.
3. Перемагай труднощі розумом, а небезпеку — досвідом.
4. Старого горобця на полові не обдуриш.
5. Хто бува на коні, той бува й під конем.
6. Помиляйся, але признавайся.

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

Поясни, як ти розумієш слова Ліни Костенко: «Поразка – це наука, ніяка перемога так не вчить».

Що символізують медалі і назви шкільних предметів?

Назви 7 причин вести «Щоденник успіху». Які ще причини ти можеш назвати?

Прокоментуй сюжетні малюнки в нижній частині плаката. 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 вправи 10?

Художнику намалювати такий плакат.

**У верхній частині плаката:** портрет Ліни Костенко, поруч у хмарці слова: «Поразка – це наука, ніяка перемога так не вчить».

Нижче намалювати золоті, срібні, бронзові медалі із цифрами 1, 2, 3, навколо них написати назви шкільних предметів: фізика, математика, хімія, інформатика, астрономія.

**У середній частині плаката:** намалювати щоденник і підписати його: **Щоденник успіху**, поставити на обкладинці число 7.

**У нижній частині плаката:** намалювати два сюжетних малюнки: 1) дівчинка дає хлопчику списати задачу; 2) дівчинка пояснює хлопчику, як розв'язати задачу. Нижче написати прислів'я без голосних: **Нвчй ншх – см нвчшс.**

## Домашня сторінка

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

## Перевернутий клас

13. Придумай і намалюй символ етики. Підготуйся до презентації роботи в класі.

**Зн. робота в групі.** Підготуйте рекламу шкільного предмета «Етика» для майбутніх п'ятикласників і п'ятикласниць.



## ЕТИКА І Я

- ✓ 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.

- ✓ *У чому полягає унікальність і неповторність людини?*

**Зн. колект. роб.** 2. 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.

3. Прочитай вірш Оксани Голубєвої-Чипак «Дитяча мрія (устама дитини)». 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?

4. Прочитай вислови мислителя Платона та письменника Франца Кафки про спілкування. Яка роль спілкування увиразнюється в кожному виразі?

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 само-спостереження.

*Франц Кафка*

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

**5. Прочитай уривок з оповідання литовського письменника Казіса Марукаса «Чарівне слово».**

— 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 бабуся 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?

**6. На канікулах у тебе з'явиться вільний час. Частину його, можливо, ти будеш проводити в Інтернеті. Прочитай вірш Лесі Вознюк «Піратська лічилка». Про що вона нагадала 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 перебравись в Інтернет.

Мережевими морями без човнів вони мандрують  
І за іншими скарбами уночі і вдень полкують.  
Тут — підслухають ідеї, там — мелодію поцуплять,  
По-піратському все теє 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 полкують в Інтернеті.

**Пригадай та сформулюй правила безпечної поведінки в Інтернеті.**

✓ *Як емоції та почуття впливають на людину?*

7. Пригадай 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?*

8. 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 вже знають те, ким ви хочете стати насправді.

*Стів Джобс*

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

9. Презентуй емблему етики, яку ти створив/створила вдома.

**Зн. колект. робота.** 10. Представте рекламний проєкт шкільного курсу «Етика» для майбутніх п'ятикласників і п'ятикласниць, який ви підготували вдома.

11. Як ти думаєш, чому вступна тема називається «Етика і ти», а заключна – «Етика і я»?

## 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
<b>Розділ 1. Унікальність і неповторність людини . . . . .</b>	<b>11</b>
<b>Тема 1. Індивідуальність людини . . . . .</b>	<b>12</b>
Що таке людська індивідуальність? . . . . .	12
Чому кожна людина унікальна? . . . . .	13
Чому важливо прислуховуватися до себе? . . . . .	15
<b>Тема 2. Людські чесноти . . . . .</b>	<b>20</b>
Чому людина починається з добра? . . . . .	20
Які чесноти прикрашають особистість? . . . . .	21
Як можна перемогти зло? . . . . .	23
<b>Тема 3. Роль світогляду в становленні особистості.</b>	
<b>Потреби, бажання, інтереси людини . . . . .</b>	<b>28</b>
Що таке світогляд людини? . . . . .	28
Як світогляд впливає на становлення особистості? . . . . .	29
Яку роль відіграють потреби, інтереси та бажання в житті людини? . . . . .	31
<b>Розділ 2. Спілкування у житті людини . . . . .</b>	<b>36</b>
<b>Тема 4. Спілкування та його роль у житті людини . . . . .</b>	<b>37</b>
Чому спілкування важливе для людини? . . . . .	37
Як спілкування впливає на здоров'я, безпеку і добробут людини? . . . . .	39
Коли жести бувають красномовніші за слова? . . . . .	40
<b>Тема 5. Конструктивна комунікація. Етикет . . . . .</b>	<b>45</b>
Як спілкуватися з людьми? . . . . .	45
Як виявляти доброзичливість та щирість у спілкуванні? . . . . .	47
Чи має сучасна людина дотримуватись етикету? . . . . .	50



<b>Тема 6. Віртуальне спілкування</b> . . . . .	54
Яке спілкування називають віртуальним? . . . . .	54
У чому особливості та ризики віртуального спілкування? . . . . .	57
Як зробити віртуальне спілкування безпечним? . . . . .	59
<b>Тема 7. Агресивність у спілкуванні.</b>	
<b>Булінг та кібербулінг</b> . . . . .	63
Як проявляється агресія у спілкуванні? . . . . .	63
Що таке маніпуляція? . . . . .	65
Як запобігати булінгу та кібербулінгу? . . . . .	67
<b>Розділ 3. Світ людських емоцій та почуттів</b> . . . . .	72
<b>Тема 8. Емоції та почуття, їх значення в житті людини</b> . . . . .	73
Чому емоції та почуття важливі для людини? . . . . .	73
У чому сила почуттів? . . . . .	76
Як люди виражають свої емоції та почуття? . . . . .	78
<b>Тема 9. Емпатія. Як зважати на почуття та емоції інших людей</b> . . . . .	82
Що таке емпатія і в чому її цінність? . . . . .	82
Чому потрібно навчатись емпатії? . . . . .	85
Як зважати на почуття та емоції інших людей? . . . . .	87
<b>Тема 10. Позитивні і негативні емоції в житті людини</b> . . . . .	90
Які бувають емоції? . . . . .	90
Яке значення мають позитивні емоції в житті людини? . . . . .	92
Яке значення мають негативні емоції в житті людини? . . . . .	95
<b>Тема 11. Керування власними емоціями</b> . . . . .	100
Чому і як потрібно пізнавати власні емоції? . . . . .	100
Чому необхідно керувати власними емоціями? . . . . .	102
Як керувати власними емоціями? . . . . .	104
<b>Розділ 4. Життєвий поступ людини</b>	
<b>Тема 12. Роль навчання та хобі у житті людини</b>	
Яку роль відіграє навчання в розвитку особистості?	
Чому інтереси та хобі важливі в житті людини?	
Як заняття мистецтвом та спортом впливають на людину?	



**Тема 13. Становлення і дорослішання людини**

Як дорослішає людина?

Що значить бути самостійною людиною?

Як наполегливість і цілеспрямованість сприяє успіху?

**Тема 14. Життєві цілі, плани та перспективи**

Що таке життєві цілі?

Яку роль відіграє план у досягненні успіху?

Як навчитись приймати рішення?

**Тема 15. Значення досвіду в житті людини**

Чому в житті важливі як успіхи, так і невдачі?

Як люди вчаться на власному досвіді?

Яку роль відіграє обмін досвідом і взаємонавчання?

**ЕТИКА І Я**