

Наши добродуш



ЩО ТАКЕ ДОБРОБУТ

Слово «добробут» утворилося з двох слів: «добро» і «бути». Тому, коли людина почувається щасливою і задоволеною своїм життям, кажуть що вона має високий рівень добробуту.

Добробут іноді пов'язують лише із матеріальними цінностями: великим будинком, дорогим автомобілем, новим телефоном. Однак це не так. Відчуття добробуту найбільше залежить від того, що за гроші не купиш. Наприклад, можна купити будинок, але не затишок; ліжко, але не сон; годинник, але не час; книгу, але не знання; ліки, але не здоров'я.



ЩО ТАКЕ ДОБРОБУТ

Науковці кажуть, що добробут — це рівень задоволення всіх людських потреб — матеріальних і духовних.



Відчуття добробуту у вашому класі залежить від того, чи комфортно вам спілкуватися і працювати разом. Для цього важливо прийняти правила ефективної взаємодії.



ПОТРЕБИ ТА БАЖАННЯ

Подумайте про те, чого ви дуже хочете.
Можливо, це саме те, чого дійсно потребуєте
для життя — їжа, вода, теплий светр. А
можливо, ви хочете те, без чого можна обійтися,
— новий телефон, дизайнерський одяг тощо.

Нерідко наші потреби й бажання збігаються.
Однак буває й так, що наші бажання не
відповідають нашим потребам, а іноді навіть
є шкідливими для життя і здоров'я



ПОТРЕБИ ТА БАЖАННЯ

Найважливіші потреби — повітря, їжа, вода, сон, безпека — розташовані в основі піраміди. Доки ці потреби не задоволені, людина не може дбати про потреби на вершині піраміди. Проте відчуття добробуту найбільше залежить від задоволення саме цих потреб — у повазі, творчості, пізнанні, самореалізації.

Американський психолог
Абрагам Маслоу склав
піраміду потреб



ПОТРЕБИ ТА БАЖАННЯ

Подивіться
мультфільм
«Потреби, бажання,
товари та послуги»

<https://www.youtube.com/watch?v=rhhnnOG0VIs>



або

https://drive.google.com/drive/folders/1yZGL_8LmxeI01mry0Imt5_w_qGSbruC?usp=sharing



Завантажте бланк і виконайте
запропоновані завдання.

ЖИТТЄВІ НАВИЧКИ ДЛЯ ДОБРОБУТУ

Ми живемо у складному й мінливому світі, де чи не щодня з'являються нові виклики. Щоб успішно долати їх та досягати високого рівня добробуту, необхідно набути особливих навичок. Їх ще називають життєвими навичками.

Життєвими їх називають тому, що вони необхідні кожній людині, незалежно від того, що вона робить, яку професію обере. Більшість людей набуває цих навичок методом проб і помилок. Але ті, кого навчили життєвих навичок, мають набагато більше шансів досягти добробуту в усіх сферах свого життя.

Це уміння, які допомагають людям краще спілкуватися та розуміти одне одного, співпрацювати, аналізувати проблеми, ухвалювати виважені рішення тощо



Життєві навички, сприятливі для здоров'я і добробуту

- Уміння шанувати себе та інших людей.
- Уміння критично і творчо мислити.
- Уміння аналізувати проблеми й ухвалювати зважені рішення.
- Уміння розуміти та правильно висловлювати свої почуття.
- Здатність зважати на почуття і потреби інших людей.
- Уміння слухати та говорити.
- Уміння надавати підтримку тим, хто її потребує.
- Уміння мирно розв'язувати конфлікти.

Щоб сформувати навичку, потрібно приблизно 30 днів



За допомогою QR-коду завантажте і роздрукуйте бланк.

Запишіть корисну навичку, якої хочете набути, й відмічайте свій прогрес на бланку, як це зображено на малюнку.



<https://drive.google.com/drive/folders/1-OfWFNsYg5l2d6sv2407sB9MAOy6-kR-?usp=sharing>

ПІДПРИЄМЛИВІСТЬ

Для задоволення базових потреб людині потрібні ресурси. Отримати їх допомагає підприємливість. Ця здатність потребує від людини ініціативності, кмітливості, фінансової грамотності, соціальної активності тощо.

Соціальне підприємництво — це використання різних засобів для розробки, фінансування та розв'язання соціальних, культурних або екологічних проблем. Подивіться мультфільм «Кешвілл». Обговоріть, чи можна назвати діяльність дітей соціальним підприємництвом. Чому?



https://drive.google.com/drive/folders/18ATJ7X4tQyfwWs51AXI8XUG3QbAk_bhK?usp=sharing

На шляху до своєї мети

1. Ставте перед собою досяжні цілі. Наприклад, не варто прагнути стати відмінником/відмінницею за один місяць, якщо в попередні роки ваші успіхи в навчанні були посередніми.
2. Налаштуйтеся на успіх. Повірте, що вам це під силу. Уявіть, як буде добре, коли ви досягнете мети.
3. Ціль (мета) може бути короткостроковою або довгостроковою. Короткострокової цілі досягають за декілька тижнів чи місяців. Шлях до довгострокової мети набагато триваліший. Добре мати одну-дві довгострокові цілі та декілька короткострокових, які наближають вас до здійснення ваших мрій.
4. Щодня оцінюйте свої результати.
5. Вітайте себе за будь-який успіх. Розкажіть про нього рідним і друзям.
6. Не бійтеся помилок і невдач. Якщо у вас щось не виходить, сприймайте це як можливість змінити свої плани та спробувати ще раз.



НА ШЛЯХУ ДО СВОЄЇ МЕТИ

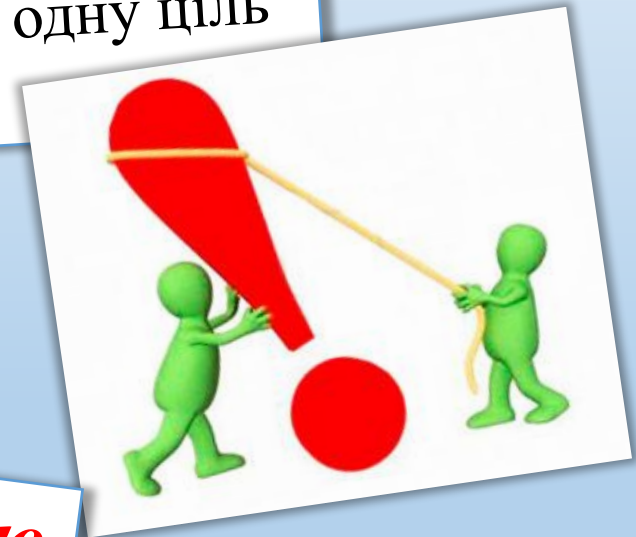
Подивіться відео про чотирнадцятирічну кондитерку.

Обговоріть:

- Як дівчина йшла до своєї мети?
- З якими труднощами вона стикається?

Намалюйте мапу своїх мрій і цілей. Завантажте бланки «Мої цілі на рік» і «Аналізуємо цілі». Оберіть одну ціль і сплануйте її виконання.

Мрія, яка має план, стає метою



<https://drive.google.com/drive/folders/1vEnp4NyMjPkEglbVRebj0LhMdWAebWEE?usp=sharing>

МОЗАЇКА ЗАВДАНЬ ДО ТЕМИ

1. Визначте, що є потребами, а що — бажаннями.
2. Для приготування лимонаду Ігор та Ірина придбали цукру на 60 грн, води на 58 грн, лимонів на 116 грн, пластянок із соломинками на 149 грн. Діти продали 48 пластянок лимонаду по 20 грн. Який прибуток вони отримали?
3. Подумайте, яку професію ви хочете здобути у майбутньому. Напишіть, чого вам потрібно навчитися та які навички вам знадобляться у цій роботі.



Корисна їжа



Прикраси



Друзі



Гіроборд



Планшет



Сім'я



Повітря



Цукерки

МОЗАІКА ЗАВДАНЬ ДО ТЕМУ

4. Оцініть свої досягнення.

Я можу розповісти, від чого залежить добробут людини.



Я вмію розпізнавати короткострокові та довгострокові цілі.



Я можу ставити цілі й досягати їх.

