«Мейірімділік – ізгіліктің жолы» тренинг «Жүректен жылу таратқан» тренинг
Мақсаты: «Қайырымдылық», «мейрімділік» адамгершілік құндылықтары туралы түсініктерін кеңейту.
Барысы:
1. Сәлемдесу
2. ТАМАША ӨМІР СҮРУДІҢ 10 КІЛТІ (кеңес)
3. «Қайырымды бала» мәтінмен жұмыс
4. «Кемпірқосақ»

Рухтың мекені – адамның жүрегі. Жүрек жылуы, махаббат, ар - ұят, қайрат, мейірімділік, жақсылық адамшылық осы жүректен туындайды. Рухтың табиғаты материалдық зат емес, оның табиғаты – асыл нұр.
Күн адамның рухы болса, күн сәулесі – ақыл дейік. Себебі ақыл – рухтың құрамдас бөлігі.
Рухани бай адам – ең алдымен әділ, шыншыл, мейірімді, кешірімді, қанағатшыл, ақылды болады. Осындай қасиеттері бар адамда адамшылық мол болады. Адамгершілік ұғымында да осы аталған қасиеттермен бірге аяушылық, сүйіспеншілік, жан аямай еңбек етушілік, т. б. көптеген сапалар кездеседі.
Шәкәрім.
1. «Танысу» жаттығуы
Жүргізуші: Ең алдымен таныспас бұрын жартылай екіге бөлініп шеңбер жасалған орындыққа отырайық. Қолымдағы допты оқушыға беріп есімдерін ататқыза отырып өз бойындағы үш қасиетін кезекпен айтады.
Ризагүл – рақымды, гүлдей әдемі

2. ТАМАША ӨМІР СҮРУДІҢ 10 КІЛТІ
Әрбір халықтың даналарының артындағы ұрпақтарына қалдырған ұлағатты сөздері бар. Бұл сөздердің барлығы сол халықтың асыл қазынасы болып табылады. Мұны сол елдің азаматтары сөздерінің арасына қосып, әңгіменің көркін келтіріп жатады. Филип Е. Хумберт деген атақты психиатр, профессор «Адамдарға бақытты ғұмыр кешудің кілтін 10 тармаққа қарастыратын болсақ, қандай сөздерді таңдар едім» деген тақырыпта біраз зерттеу жұмыстарын жүргізіп мынадай қорытындыға барған екен:
1. Өзіңді таны – Сократ.
Өз ішіңе саяхат жаса. Күнделік жаз. Жүрегің, көңілің, ар - ұжданың не дейді? Не нәрсені алдыңғы қатарда ұстайды? Мына әлемге терең үңіліп, сыры мен қырын меңгерудің жолы ең алдымен ішкі жан-дүниеңе сапар шегумен басталады.
2. Қалай болсаң сол қалпында көріп немесе сырттай қалай болсаң сол қалыбыңды сақта – Мәулана.
Шыншыл, әділ бол да дұрыс ойла. Жүрегіңнің даусына құлақ сал да соны қорға. Өмірде бір нәрселерді қорғау үшін ат салыспасаң, барлық нәрсе сенің мәртебеңді түсіреді.
3. Ең жоғарыда ғашықтық бар – Азиз Паул.
Үнді ырғаққа айналдырған ғашық - дүр. Ғашықтық, сүйіспеншілік болмаса, тартымдылық кем болса өмірің құрғап қалған бұтақтан ешқандай айырмашылығы қалмайды.
Дүниені қиял - ойдың күші шыр көбелек айналдырады – Альберт Энштейн. Істеген амалдарыңның барлығы ең алдымен қиял - ойдан бастау алады. Өмір деген барлық адамдар үшін, ойлағандарын жүзеге асыру, істеген ісінің әрі істейтін ісінің ең дұрысына жету. Боббю Кенедидің айтқанындай: Адамдар дүниеге қарап «Не үшін?» деп сұрайды. Мен басқа бір дүние жайлы ойлап «Неге ондай болмасын?» деп сұраймын.
5. Асқан әдемілік көзді шығармаса керек – Мае Вест.
Тамаша өмірді неге рахаттанып өткізбеске. Бақытты бөлісу керек. Өмірді сүйіспеншілік сезімі одан сайын қызыққа айналдырады. Жанның ырғағында «қанекей алға, өзіңді көрсет» деген леп бар. Тәкаппарлық емес, ұмтылыс!
6. Мүмкіндіктерді қалт жібермеген сайын көбейе түседі – Сун Цзу.
Жеңіс қайсарлықты қажет етеді. Бастапқы кездегі қайсарлық кейіннен сенімге айналады. Сенім адам бойындағы қызметке деген ынтаны ояндырғанда, мүмкіндіктер одан сайын жоғарлай береді.
7. Не істе не істеме. Сынауға болмайды! – Иода.
Өмір жылдам қозғалыс, шешім мен шешімді болуды талап етеді. Күдіктенгендер артта қалады. Өмірдің үстімен жүрмесең, өмір сенің үстіңнен жүретін болады.
8. Кемелдік, қосатын нәрсе қалмаған кезде емес, алынатын бір нәрсе қалмаған кезде пайда болады – Антоние де С. Ехуперю
Өміріңді жеңілдет. Жеңілдете түс, тағы да тағы да... Сол кездегі жағдайға бір қара. Арман - тілектеріңнің тізімін азайт. Егер азайтатын болсаң, жетістікке жетесің. Ол күннің сәулесіне лупа ұстаған сияқты болады, егер сәулені жинақтай алмасаң өмірді жаға алмайсың.
9. Қабілет болмаса өнерші болмайды, алайда еңбек етіп, тер төкпесең қабілетің түкке де жарамайды – Эмиль Зола.
Тек қана ақылды, саналы әрі ұқыпты әрекеттердің нәтижесінде үлкен жетістіктерге жетуге болады. Алмасты жонбасаң қолыңда тек тастың түйірі қалады.
10. Өмір сүрудің екі жолы бар. Ешқандай нәрсе мұғжиза емес сияқты өмір сүру... Екіншісі, барлық нәрсе мұғжиза сияқты өмір сүру – Алберт Энштейн.
Шүкір етуді ұмытпау керек!

3. «Қайырымды бала» мәтінімен талдау, пікірталас өткізу.
Айдос мектептен үйіне келіп әкесіне сабағын тыңдатты. Баласының сабағын білгеніне әкесі риза болып балмұздақ сатып алуға ақша берді. Баласы әкесінің берген ақшасына бірдеңе сатып алу үшін дүкенге жүгіре жөнелді. Жолдан автобусқа төлейтін ақшасын жоғалтып алып жолда жылап тұрған баланы көрді. Оның жылағаннан екі беті албырап, беті – қолы тоңып кеткенін байқады. Қолындағы ақшасын балаға беріп, үйіне тез қайтып кетуін айтты. Бала қуанып автобусқа мініп кетті. Айдос бұрылып үйіне қайтты..
Мәтін мазмұнына байланысты оқушылардың пікірін тыңдау.
Баланың қайырымдылығы неде?
Өзің Айдостың орнында болсаң не істер едің? деген сұраққа жауап

4. «Кемпірқосақ» түстерді таңдау

Осы жарқыраған күндей, мейірімді, жан шуақты, көңілдерің ақ, адамға тек жақсылық жасай білетін, адамгершілігі мол азамат болыңдар. Бүгінгі сағатта аз болса да, жақсылықтың нұрын, адамгершіліктің дәнін алдыңдар деп ойлай отырып, ашылған күннің соңындағы әсем кемпірқосаққа көңіл аударайық.

1 - түсі. Әр күнді жақсы ойлар ойлаумен бастаңдар.
2 - түсі. Күні бойы өзіңді қоршаған адамдардың бәрі туралы тек сүйіспеншілікпен және ізгілікпен ойлап жүр.
3 - түсі. Ұйықтар алдында бүгін қанша адамды қуантқаныңды, жұбатқаныңды, Бауыржаніңді еске түсіру үшін бірнеше минут арнап көр.
4 – түсі. Әнді жиірек тыңдағаның дұрыс, бәрінен жақсысы жаныңды жадыратып, рахатқа бөленесің.
5 – түсі. Басқалардың қажетіне жарай білуге талпын.
6 - түсі. Тыныштық сақтай білуге үйрен. Нәзік үнмен биязы сөйлеуге дағдылан.
7 – түсі. Жақсылыққа жақсылық – әр кісінің ісі, жамандыққа жақсылық – ер кісінің ісі деген нақыл сөз жаныңда жүрсін.

Рефлексия
Әдеп сақтап әманда
Әрбір адал адамға.
Жасасаң бір жақсылық
Қайтарады саған да.
Ынтымаққа қосыл да,
Ықылас қой досыңа,
Ар - мақсатың нақ болсын,
Ақылыңнан тосылма.

- Қазір оқушылар, бәріміз көзімізді жұмып, әдемі әуенмен ішімізден жақындарымызға, достарымызға, жанымызға жақын адамдарға жақсы тілек тілейік.
- Көзімізді ашамыз. Енді бұл тілекті жасырын ұстаймыз. Бұл тілектің орындалуын тілейміз.
- Қазір мына жүректі бір - бірімізге ұсына отырып, жақсы тілек жолдаймыз.
Мысалы мен: «Сіз бүгін сондай сүйкімді болып тұрсыз. Жүзіңнен күлкі кетпесін. Достарың көп болсын....»