

21 января на базе Дома творчества города Галича прошел мастер-класс «**Мы творим своими руками**» в объединении «Фантазеры» для обучающихся МОУ лицея №3 - изготовление праздничной открытки «Обнимашка».

Мастер-класс «Мы творим своими руками» был приурочен к молодому Международному празднику - День объятий.



Главная особенность празднования Дня объятий заключается в том, что в этот день не нужно никаких материальных затрат.

Все, что Вам необходимо сделать – это щедро наградить теплом всех, кого считаете нужным.

Поздравляя свои близких с этим чудесным молодым праздником, подарите любимым людям свое тепло в знак уважения к ним.

Напомните этим знаком им о самых искренних теплых чувствах.

По своеобразному «поверью», во время дружеского объятия люди обмениваются душевным теплом. Существуют и «научные» обоснования полезности объятий:

- *дружелюбные прикосновения повышают иммунитет,*
- *стимулируют центральную нервную систему,*
- *повышают в крови уровень гемоглобина, а также другого гормона — окситоцина, вызывающего благожелательное расположение к другим людям*

Задумывались ли вы когда-нибудь о том, для чего нужны объятия и какую роль они играют в нашей жизни? Как часто вы заключаете в объятия близкого человека, ребенка и часто ли оказываетесь в них сами?

К сожалению, современный ритм жизни не оставляет времени для проявления «нежностей», мы становимся жесткими, закрываясь от мира в собственной скорлупе. Поэтому и желание обниматься у людей возникает все реже. Между тем объятия играют намного более важную роль, чем мы думаем.

Отсутствие объятий пагубно сказывается не только на отдельном человеке, но и на обществе в целом. Ученые установили, что общество, в котором люди редко обнимают друг друга, становится агрессивным. Соответственно и уровень конфликтных ситуаций будет намного выше. (Материал взят с сети Интернет)



Ребята в течение мастер-класса играли в веселые игры: «Поздоровайся необычным способом», «Найди себе друга», «Помоги другу». (Дети встают в пары. Одному из детей в паре завязывают глаза, а второй пытается провести друга между кеглями, чтобы тот не задел их. Главное в игре – уметь словами и движениями направлять товарища, а второму - внимательно слушать, доверять ведущему).



Просматривали видео «Мир объятий среди животных». Выполнили открытку в технике аппликация.

Домой прошли с открытками «Обнимашка» и отличным настроением.



*Кириллова Татьяна Вениаминовна,
педагог дополнительного образования.*