МБОУ «Ключевская средняя общеобразовательная школа № 1»
 Ключевского района, Алтайского края.

Доброжелательность и грубость.

 (классный час)

Видершпан Ирина Петровна, учитель химии,

 классное руководство в 7-а классе,

МБОУ «Ключевская СОШ № 1»,

с. Ключи 2012 год

Тема. Доброжелательность и грубость

*Цели:* 1) - повышение эмоциональной устойчивости детей;

 - формирование навыков принятия собственных негативных

 эмоций;

 - формирование умения адекватно воспринимать обидные

 замечания.

 2) - показать роль интонации в беседе;

 - способствовать развитию навыков общения;

 - обучать умению отстаивать свою точку зрения доброжелательным

 тоном.

*Материалы:* - плакат с изображениями эмоций;

 - повязки для глаз (для упражнения «Знакомство с закрытыми

 глазами» и «Рисуем обиду»);

 - тетради для классных часов.

I. Разминка (слайд № 3).

 *Упражнение «Передай ритм по кругу»*

 Ведущий хлопает в ладоши, задавая определенный ритм по кругу, дети последовательно передают ритм по кругу.

II. Обсуждение домашнего задания (слайд № 4)

 Дети рассказывают о «магическом превращении слова»:

 - превращали СЛОВО, с которым работали в классе (или другое) в магическое;

 - изменились ли чувства в результате «колдовства», связанные с этим словом, в лучшую сторону.

III. Работа по теме занятия (слайд № 5).

*Ребята каждому из вас, наверное, когда-нибудь в своей жизни хоть один раз обидно.*

 Обсуждение вопросов:

 - Что такое обида.

 - Что такое обидное замечание.

 2

 - Приведите примеры замечаний, которые вы сами пережили или наблюдали со стороны.

 «Мне было обидно, когда….»

 - Что вы можете сказать или сделать в ответ на обидное замечание.

 ( Записать варианты ответов)

 *Упражнение «Как реагировать на обидное замечание?»* (слайд № 6).

 *Обидеть могут и поступок, и речь, причем, не только содержание речи, но и интонация – грубая, высокомерная, презрительная….*

 *По мнению психологов, люди до 80% информацию получают через интонацию и жесты и только 20% - словесно. Вот почему важно следить за тем, как вы говорите.*

 Разыграть с детьми обидные ситуации, которые они вспомнили.

 *Послушайте разговор мамы и Андрея и подумайте, почему мама обиделась*

 Обсудить возможные пути выхода из конфликта

 Инсценировка ситуации.

 *Мама зовет сына.*

 *- Иду,- отвечает Андрей, а сам никак не может оторваться от телевизора.*

 *Приходиться маме звать Андрея еще раз. Мальчик не спешит, ему хочется узнать, чем же закончиться поединок.*

 *- Иду! Иду!*

 *- Как ты со мной разговариваешь? Не груби!*

 *- А что я такого сказал? Я же сказал «иду».*

 (Проводится обсуждение ситуации)

 *Упражнение 1.* (слайд № 7).

 *-* Произнесите разной интонацией ответ на вопрос (разговор по телефону): «Ты на меня сердишься?» - «Нисколько».

 *Упражнение 2.* (слайд № 8).

 - Произнесите фразы, написанные на слайде, с разной интонациями:

 *«друг мой» - холодно, ласково;*

 *«мучитель мой» - с раздражением, ласково;*

 *«я в восторге» - иронично, с восхищением.*

 3

Как видим, интонация может обидеть, оскорбить, утешить, обласкать…

 Если вы хотите иметь друзей, быть людьми воспитанными, приятными собеседниками, вы должны уметь достигать этого и с помощью правильной интонации.

 - прочитайте узбекскую пословицу, написанную на слайде. (слайд № 9)

 («Достаточно услышать, как человек спорит, чтобы определить все его достоинства и недостатки»)

 - Как вы понимаете эту пословицу?

 - О чем обычно спорят дети?

 - Часто ли спорят ребята в нашем классе?

 - Можно ли об этих спорах сказать русской пословицей: « О пустяках спорить – дело упустить»?

 *Упражнение 4 «Шутливое письмо»* (слайд № 10).

 Выберите себе кого-нибудь, на кого вы недавно рассердились, с кем у вас сложные и непростые отношения. Напишите этому человеку шутливое письмо, в котором вы не безмерно преувеличиваете свои чувства по отношению к нему. Также вы можете преувеличить и «провинности» этого человека. Старайтесь писать так смешно, чтобы вам самому захотелось посмеяться над этой проблемой или этим конфликтом. Желающие могут прочитать это письмо вслух.

 (После того как все дети напишут письма, можно поиграть в игру «Снежинки». Пусть все скомкают свои письма и покидаются ими пару минут, прежде чем они окажутся выброшенными.)

 *Упражнение 5 «Учись спорить»* (слайд № 11).

 (Работа в парах. Тему спора выбирают сами. Класс слушает 2-3 спора и анализирует их)

 - что является достоинством в соре?

(не перебивать говорящего;

прежде чем возразить, надо выслушать внимательно собеседника;

стараться понять его позиции;

говорить в доброжелательном тоне;

говорить по существу вопроса, не переходя на личность собеседника, и т.д.)

 - Что будет недостатком в соре?

 - Какие недостатки в своем поведении должны искоренить вы?

 4

 *Дискуссия на тему занятия* (слайд № 12).

 Обсуждение с детьми следующих вопросов:

 - Какой из предложенных вариантов ответов характеризует человека как уверенного, неуверенного, агрессивного?

 - Что можно сказать о людях, которые обижают других, они сами чувствуют в этот момент?

 - Как относиться к обидчику?

 - Как долго сохраняются обиды?

 - Бывают ли «справедливые» и «несправедливые» обиды?

 - Как выразить обиду?

 *Упражнение «Рисуем обиду»* (слайд № 13).

 - Вспомните случай, когда почувствовали сильную обиду.

 - Когда это было?

 - Где это было?

 - Кто там (во время чувства обиды) рядом был?

 *- Нарисуйте свою обиду.*

 - По желанию в парах обсудите свою обиду.

 - По желанию в классе обсудите свою обиду.

 - Есть ли в них что-то общее?

 *Упражнение на релаксацию*  (слайд № 14).

 Закройте глаза, сосредоточьтесь на своем дыхании, представьте себе, что в руках у вас сильно зажата в кулак обида, почувствуйте напряжение в кистях, напрягите руки. Почувствуйте напряжение и в кисти, и во всей руке. Разожмите кулак, расслабьте мышцы, отпустите обиды, чтобы они упали и рассыпались на мелкие части. Расслабьте руку. Ваша обида исчезла.

 *Упражнение «Знакомство с закрытыми глазами»*  (слайд № 15).

 *Сейчас вам предоставляется возможность узнать что-нибудь новое друг о друге необычным способом. Для этого нужно распределиться по парам, сесть на стулья, повернувшись лицом друг к другу, и закрыть глаза. Нельзя открывать глаза до тех пор, пока не последует разрешение. Если вам трудно держать глаза закрытыми возьмите повязку на глаза.*

 Когда группа распределиться по парам и каждый ребенок закроет глаза, перемешайте пары, осторожно перемещая участников к новому месту. Закончив перемещение, предложите детям вытянуть руки вперед и найти руки своего партнера, затем

 - познакомиться руками (1 мин),

 - поссориться (1 мин), 5

 - помириться (1 мин),

 - подружиться (1 мин),

 - поддержать друг друга (1 мин).

 После окончания упражнения дети рисуют чувства, которые они испытали (слайд № 16).

 Дети отвечают на вопросы:

 - Что вы испытывали в момент знакомства?

 - Что было наиболее приятно?

 - Что вас удивило?

 - Что было легче делать?

 - Чего не хотелось делать?

 - Какие чувства вызывали у вас прикосновения к рукам партнера? Что вы можете сказать о партере?

IV. Обсуждение итогов занятия (слайд № 17).

Какие чувства вы испытывали на занятии.

Что вам понравилось.

Что удивило.

Что обрадовало на занятии.

Что получилось.

Чем довольны.

 Какие вопросы остались неразрешенными.

V.Домашнее задание (слайд № 18).

 Когда почувствуете сильную обиду, выполните следующее упражнение: *сосредоточьтесь на своем дыхании, представьте себе, что в руках у вас сильно зажата в кулак обида, почувствуйте напряжение в кистях, напрягите руки. Почувствуйте напряжение и в кисти, и во всей руке. Разожмите кулак, расслабьте мышцы, отпустите обиды, чтобы они упали и рассыпались на мелкие части. Расслабьте руку. Ваша обида исчезла.*

Литература

1. Е.Г. Коблик, Первый раз в пятый класс! М., Генезис, 2003

 6