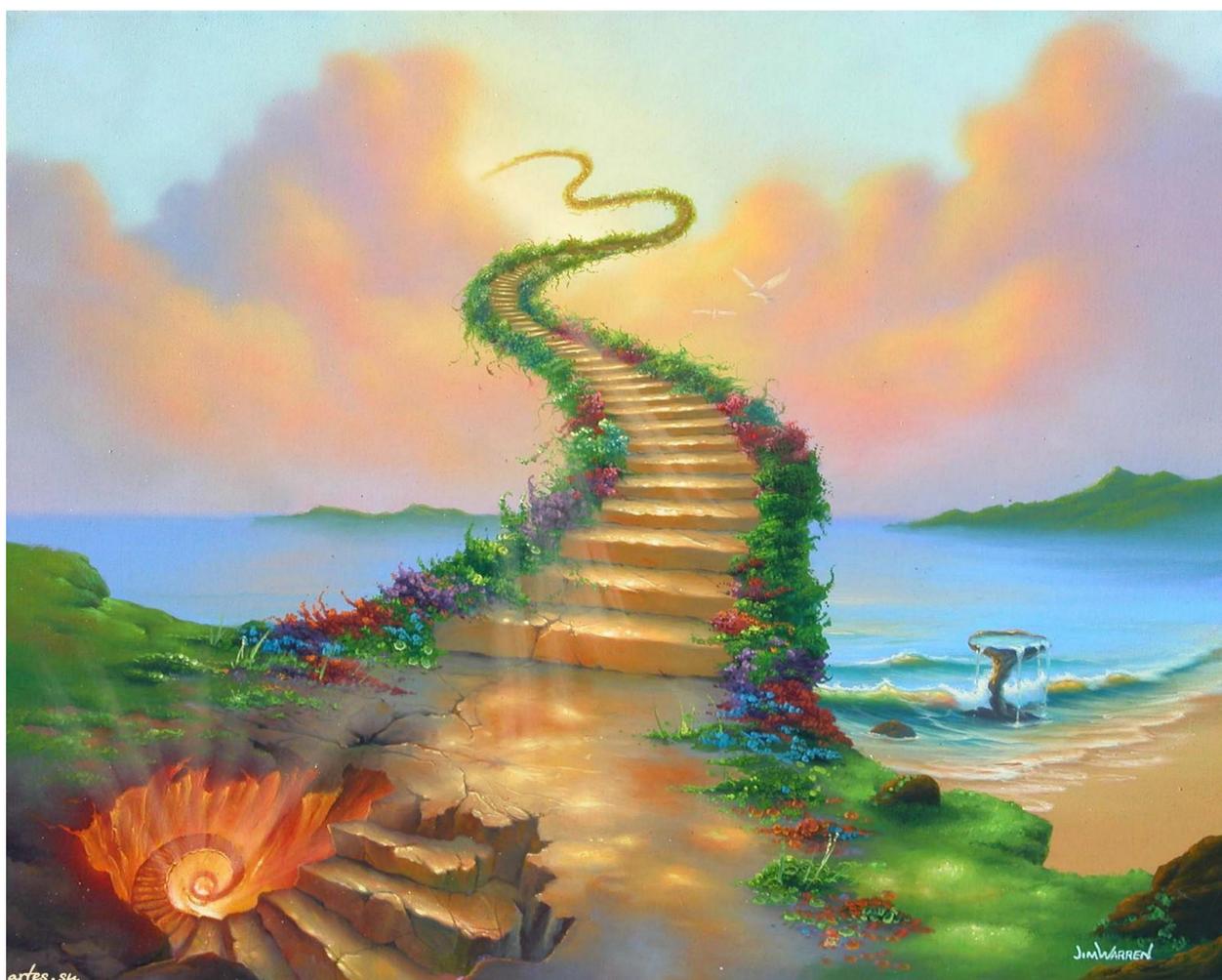


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 6  
имени 302 Тернопольской Краснознаменной  
ордена Кутузова стрелковой дивизии  
станции Ленинградской  
муниципального образования Ленинградский район

**Бережная С.А., Ивлева С.В., Кузьмина И.В.,  
Мороз В.В., Шевченко Л.А.**

**«Ступеньки к своему Я»  
Методическое пособие**



**Ленинградская, 2021**

**ББК 88**

**УДК 159.9**

Бережная С.А., Ивлева С.В., Кузьмина И.В., Мороз В.В., Шевченко Л.А.,  
«Ступеньки к своему Я»: методическое пособие/ Бережная С.А., Ивлева С.В.,  
Кузьмина И.В., Мороз В.В., Шевченко Л.А. – Ленинградская, 2021. - 98 с.

Печатается по решению методического совета МБОУ СОШ № 6 МО  
Ленинградский район, протокол № 3 от 23.11.2021

**Рецензент:**

Бауэр Г.В., директор ГАПОУ КК «Ленинградского социально-педагогического колледжа»

Данное пособие представляет собой профилактический курс коррекционно – развивающих занятий, способствует созданию условий для развития уважительно – бережного отношения у учащихся, требующих особого педагогического внимания к себе и окружающим, через формирование ценностно – смысловой сферы подростков в социуме, повышение их самооценки, развитие эмоционального интеллекта. Курс предлагаемых занятий поможет и начинающему, и опытному педагогу, психологу, всем, кто не равнодушен к детям.

© МБОУ СОШ № 6 МО Ленинградский район

© Бережная С.А., Ивлева С.В., Кузьмина И.В.,

Мороз В.В., Шевченко Л.А

## СОДЕРЖАНИЕ

Тема: «Какую дорогу мы выбираем? Жизнь по собственному выбору!».....	4
Тема: «Кто Я, Какой Я! Моя индивидуальность. Первичная диагностика».....	7
Тема: « Каков я на самом деле?».....	10
Тема: « Я могу».....	11
Тема: « Я – нужен!».....	13
Тема: « Я мечтаю».....	15
Тема: «Я – это мое детство».....	17
Тема: «Я – это мое настоящее. Я – это мое будущее».....	21
Тема: «Я – это мои цели».....	27
Тема: Сочинение на тему «Чему я хочу научиться».....	33
Тема: «Умеем ли мы общаться?».....	37
Тема: «Диагностика».....	41
Тема: «Как съесть слона, или учимся решать проблему».....	46
Тема: Интерактивная беседа «Мы - разные – мир наших эмоций».....	50
Практикум (тренинг) «Я умею преодолевать трудности и управлять собой».....	55
Практикум (тренинг) «Я умею справляться с плохим настроением».....	59
Практикум (тренинг) «Я умею решать конфликты».....	65
Тема: «Стыдно ли бояться?».....	68
Тема: «Имею ли я право сердиться и обижаться?».....	72
Тема: «Моя сила внутри меня».....	79
Тема: «Мой дневник».....	85
Тема: «Я и мои друзья».....	88
Тема: «Я не одинок в этом мире».....	94

**Тема: «Какую дорогу мы выбираем? Жизнь по собственному выбору!»**

**Цель:** помощь в раскрытии сильных сторон личности; формирование более адекватной самооценки на основе обратной связи; актуализация личностных ресурсов.

**Задачи:**

1. Развитие интереса к себе, стремления разобраться в своих способностях, поступках.
2. Формирование первичных навыков самоанализа.
3. Развитие и укрепление чувства взрослости, формирование адекватных форм утверждения самостоятельности, личностной автономии.
4. Ознакомление с основными принципами работы социально-психологического тренинга.

**Оборудование:** рабочая тетрадь школьника «Ступеньки к своему Я», карандаши, ручки, дневник достижений.

**Ход занятия:**

№	Этапы занятия	Задачи этапа	Содержание и деятельность учителя	Деятельность учащихся	Формируемые УУД
1.	Организационный (создать условия для возникновения у обучающихся потребности включения в деятельность)	Формирование первичных навыков анализа.	Организует обсуждение предстоящей деятельности	Высказывают предположение о том, что такое способности.	Личностные – мотивация к обучению и познанию; Регулятивные – волевая саморегуляция; коммуникативный – речевое высказывание.
2.	Постановка цели и задач занятия, мотивация деятельности учащихся.	Развитие интереса к проблеме.	Занятие посвящено, особенностям выбора. Активизирует знания, создает проблемную ситуацию.	Ставят задачу.	Познавательные – постановка и формулировка проблемы, умение осознанно и произвольно строить речевое высказывание.
3.	Актуализация знаний – упражнения на	Дать определение понятиям,	Предлагает выполнить задания из тетради школьника.	Тренируются, выполняя упражнения.	Коммуникативные – речевое высказывание,

	(воображение, мотивация, право выбора, оценка, степень удовлетворенности жизнью)	научить практическим навыкам.		1.Какую дорогу мы выбираем? Жизнь по собственному выбору! (рисование) 2. Я должен/Я хочу (выбор ответа) 3.Я реальный, идеальный, глазами других (рисование) 4. Я должен или выбираю (мн.выбор) 5.Колесо жизненного баланса (выбор на диаграмме) стр.4-7	обсуждение.
4.	Рефлексия деятельности на занятии	Подведение итогов, что узнали, как усвоили материал.	Стимулирует обучающихся на озвучивание знаний, полученных на занятии. Продемонстрировать свое отношение к ним. Предлагает оценить степень усвоения знаний	Озвучивают новые знания, полученные в процессе занятия. Демонстрируют свое отношение к сделанным выводам. Оцениваю степень удовлетворенности полученными знаниями.	Регулятивный – оценка, как умение выделить и осознать то, что усвоено; познавательные – умение структурировать знания, оценка результатов деятельности;  коммуникативные – умение выражать свои мысли

**Тема: «Какую дорогу мы выбираем? Жизнь по собственному выбору!»**

**Цель:** обучение тому, как находить в себе скрытые особенности личности и использовать приемы для изменения в лучшую сторону.

**Задачи:**

1. Развитие способностей к самоосознанию и самопониманию, расстановка приоритетов в сфере развития личности.
2. Способствовать стремлению к пониманию себя и окружающих, формирование устойчивой позитивной Я-концепции.
3. Предоставить возможность выражать своё мнение, доказывать, делать выводы.

4. Первичное освоение приемов самодиагностики.

**Оборудование:** рабочая тетрадь школьника «Ступеньки к своему Я», карандаши, ручки, дневник достижений.

**Ход занятия:**

№	Этапы занятия	Задачи этапа	Содержание и деятельность учителя	Деятельность учащихся	Формируемые УУД
1.	Организационный	Положительные качественные изменения норм и ценностей в зависимости от взаимодействия с референтной личностью -уровень внутренней мотивации; -уровень внешней мотивации.	Организует обсуждение предстоящей деятельности.	Высказывают предположение о том, что такое скрытые способности личности.	Личностные – мотивация к обучению и познанию; регулятивные – волевая саморегуляция; коммуникативный – речевое высказывание.
2.	Постановка цели и задач занятия, мотивация деятельности учащихся.	Развитие интереса к проблеме.	Занятие посвящено, особенностям выбора. Активизирует знания, создает проблемную ситуацию.	Ставят задачу.	Познавательные – постановка и формулировка проблемы, умение осознанно и произвольно строить речевое высказывание.
3.	Актуализация знаний – упражнения на (воображение, мотивация, право выбора, внешняя оценка, степень	Дать определение понятиям, научить практическим навыкам.	Предлагает выполнить задания из тетради школьника.	Тренируются, выполняя упражнения. 1. Машина времени (рисование) 2. Моя вселенная (рисование)	Коммуникативные – речевое высказывание, обсуждение.

	удовлетворенности жизнью)			3. Все что вы любите и есть вы (мн. выбор) 4. Гимн себе (дополнение) 5. Записки (письмо) стр.8-10	
4.	Рефлексия деятельности на занятии.	Подведение итогов, что узнали, как усвоили материал.	Стимулирует обучающихся на озвучивание знаний, полученных на занятии. Продемонстрировать свое отношение к ним. Предлагает оценить степень усвоения знаний.	Озвучивают новые знания, полученные в процессе занятия. Демонстрируют свое отношение к новой информации. Оцениваю степень усвоения знаний.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Регулятивный – осознавать свои эмоциональные состояния и учиться саморегуляции;</li> <li>• овладевать навыками саморегуляции в общении со сверстниками и учителями;</li> </ul> коммуникативные – умение выражать свои мысли.

**Тема: «Кто Я, Какой Я! Моя индивидуальность. Первичная диагностика»**

**Цель:** закрепить активный тренинговый стиль общения, способствовать самоанализу участников. Развивать дальнейшее самораскрытие, самопознание, прояснение Я-концепции, умение анализировать и определять психологические характеристики, свои и окружающих людей.

**Задачи:**

1. Учить находить в себе главные индивидуальные особенности, определять свои личностные особенности.
2. Выявление степени адаптированности личности к системе наиболее важных для ее развития отношений: к одноклассникам, к самому себе, к родителям, к учителям, к друзьям вне школы, к учебе, к труду.

3. Создать условия для формирования представлений учащихся о личности, качествах личности,; способствовать расширению знания учащихся о влиянии социальной среды на человека.

**Оборудование:** рабочая тетрадь школьника «Ступеньки к своему Я», карандаши, ручки, дневник достижений.

**Ход занятия:**

№	Этапы занятия	Задачи этапа	Содержание и деятельность учителя	Деятельность учащихся	Формируемые УУД
1.	Организационный.	Познакомить с научными представлениями об уникальности человеческой личности, показать о влиянии социальных и природных условий на её формирование, роль и значение личности в обществе.	Организует обсуждение предстоящей Деятельности.	Высказывают предположение о том, что такое индивид и личность.	Личностны Рассуждение учеников Регулятивные – Демонстрируют знания. Формулируют название темы урока. Обмениваются полученной информацией.
2.	Постановка цели и задач занятия, мотивация деятельности учащихся .	Понятия «индивид», «индивидуальность», «личность» в научной и популярной литературе употребляются как близкие по значению, но они не являются синонимами. 3.Работа с терминами	Занятие посвящено, особенностям личности.	Переработка и структурирование информации (работа с текстом упражнений); Исследовательские действия (поиск информации).	Познавательные – постановка и формулировка проблемы, умение осознанно и произвольно строить речевое высказывание.

		Индивид (от лат. <i>individuum</i> — неделимый, неразделенный).			
3.	Актуализация знаний.	Дать определение понятиям, научить практическим навыкам.	Предлагает выполнить задания из тетради школьника.	Тренируются, выполняя упражнения. 1. Мой портрет в лучах солнца. (рисование). 2. Кто я? (ответы на вопросы). 3. Я (мн.выбор). 4. Индивидуальность (описание). 5.Опросник (вопросы) стр.11-15.	Коммуникативные — речевое высказывание, обсуждение..
4.	Рефлексия деятельности на занятии.	Подведение итогов, что узнали, как усвоили материал.	Стимулирует обучающихся на озвучивание знаний, полученных на занятии.	Озвучивают новые знания, полученные в процессе занятия. Демонстрируют свое отношение к новой информации. Оцениваю степень усвоения знаний.	Регулятивный — Актуализировать представления о собственной индивидуальности, ее проявлениях, ее неповторимости; отрабатывать личную стратегию взаимодействия с другим человеком, его индивидуальность.

**Тема: « Каков я на самом деле?»**

**Цель:** способствовать дальнейшему сплочению группы, углублению процессов самораскрытия.

**Задачи:**

1. Создание благоприятных условий для работы в группе.
2. Освоение способов самораскрытия, а также активного стиля общения и способов передачи и приема обратной связи.
3. Установить контакт с подростками и создать положительную мотивацию к предстоящим занятиям.

**Оборудование:** рабочая тетрадь школьника «Ступеньки к своему Я», карандаши, ручки, дневник достижений.

**Ход занятия:**

№	Этапы занятия	Задачи этапа	Содержание и деятельность учителя	Деятельность учащихся	Формируемые УУД
1.	Организационный.	Создание благоприятных условий для работы в группе.	Создание условий для самостоятельной и продуктивной работы каждого участника над собой и в группе.	Ознакомление с принципами работы. Первичное освоение способов самораскрытия. Активное стимулирование общения и способов приема и передачи обратной связи.	Личностные – мотивация к обучению и познанию; Регулятивные – волевая саморегуляция; коммуникативный – речевое высказывание.
2.	Постановка цели и задач занятия, мотивация деятельности учащихся.	Развитие интереса к проблеме.	Организует обсуждение и принятие правил работы группы, а затем четко следите за их выполнением на каждом занятии. В случае необходимости каждый раз разъясняете то или иное положение из правил.	Ставят задачу.	Познавательные – постановка и формулировка проблемы, умение осознанно и произвольно строить речевое высказывание.
3.	Актуализация знаний –упражнения на (воображение, мотивация, право выбора, внешняя	Дать определение понятиям, научить практическим навыкам.	Объясняете цель проводимого упражнения, подробно излагаете инструкцию к очередному заданию или к процедуре; отвечаете на все	Тренируются, выполняя упражнения. 1. Самоопределение (тестирование) 2. Принятие себя	Коммуникативные – речевое высказывание, обсуждение.

	оценка, степень удовлетворенности жизнью).		возникающие вопросы участников, а затем контролируете ход и правильное их выполнение.	(тестирование) 3. Какой я человек? (опросник) 4. Какие мы (мн.выбор) 5. С каким настроением вы участвовали в занятии? (тест) стр.11-14.	
4.	Рефлексия деятельности на занятии.	Подведение итогов каждого занятия.	Проводит анализ ситуации во время очередного упражнения, давая возможность высказаться всем желающим, исходя из целей и задач занятия. Контролирует эмоциональное состояние всех участников и группы.	Озвучивают новые знания, полученные в процессе занятия. Демонстрируют свое отношение к новой информации. Оцениваю степень усвоения знаний.	Регулятивный – осознавать свои эмоциональные состояния и учиться саморегуляции; овладевать навыками саморегуляции в общении со сверстниками и учителями; коммуникативные – умение выражать свои мысли.

#### Тема: « Я могу»

**Цель:** раскрыть личностный потенциал участников группы. Развивать самостоятельность, творческий подход к заданиям. Формировать представления о своих положительных качествах, осознание и проявление своих сильных сторон.

#### Задачи:

1. Расположить обучающихся на работу на занятии.
2. Раскрепостить участников через упражнения «Мои умения и желания» и «Наши ладошки».
3. Рассказать о своем самом заветном желании через рисунок «Скала желаний», определить свои ресурсы для его достижения.

**Оборудование:** рабочая тетрадь школьника «Ступеньки к своему Я», карандаши, ручки, дневник достижений.

#### Ход занятия:

№	Этапы занятия	Задачи этапа	Содержание и деятельность	Деятельность учащихся	Формируемые УУД
---	---------------	--------------	---------------------------	-----------------------	-----------------

			<b>учителя</b>		
1.	Организационный.	Способствовать формированию представлений о духовном мире человека, потребностях как источнике активности человека, способностях, интересах.	Организует обсуждение предстоящей Деятельности.	Оценивают собственную учебную деятельность, свои достижения; анализировать и характеризовать эмоциональное состояние и чувства окружающих.	Личностные – мотивация к обучению и познанию; Регулятивные – волевая саморегуляция; коммуникативный – речевое высказывание.
2.	Постановка цели и задач занятия, мотивация деятельности учащихся.	Потребности, способности, интересы. Формирование характера.	Знакомит обучающихся с понятиями «способности, интересы, желания»	Ставят задачу.	Подготовка обучающихся к работе на основном этапе. Создание проблемной ситуации. Включить обучающихся в обсуждение проблемных вопросов и определения цели и темы занятия.
3.	Актуализация знаний	Дать определение понятиям, научить практическим навыкам.	Предлагает выполнить задания из тетради школьника.	Тренируются, выполняя упражнения. 1. Счастье – это...». (выбор) 2. Как вы можете оценить свою интеллектуальную деятельность на уроках? (тест) 3. Мои умения и желания» (рисование)	Коммуникативные – речевое высказывание, обсуждение.

				4. Ладшки (рисование, выбор) 5. «Скала желаний». (рисование) стр.14-17	
4.	Рефлексия деятельности на занятии.	Подведение итогов, что узнали, как усвоили материал.	Стимулирует обучающихся на озвучивание знаний, полученных на занятии. Продемонстрировать свое отношение к ним. Предлагает оценить степень усвоения знаний.	Оценивают эффективность своей деятельности на занятии, анализируют возникшие трудности и способы их преодоления.	Регулятивный – осознавать свои эмоциональные состояния и учиться саморегуляции; овладевать навыками саморегуляции в общении со сверстниками и учителями; коммуникативные – умение выражать свои мысли.

### Тема: « Я – нужен!»

**Цель:** тренировать навыки самооценки. Определить положительные стороны участников. Повысить самоуважение, самооценку обучающихся через анализ качеств личности.

**Задачи:**

1. Повысить самооценку через раскрытие своих навыков.
2. Формировать взаимопонимание и чувство ответственности по отношению друг к другу.
3. Осмыслить полезность умения анализировать свои поступки.
4. Задуматься о своей жизни, и о жизни людей рядом.

**Оборудование:** рабочая тетрадь школьника «Ступеньки к своему Я», карандаши, ручки, дневник достижений.

**Ход занятия:**

№	Этапы занятия	Задачи этапа	Содержание и деятельность учителя	Деятельность учащихся	Формируемые УУД
1.	Организационный.	Способствовать формированию	Подбирает текстовый материал.	Оценивают собственную учебную деятельность, свои	Регулятивные: Волевая саморегуляция.

		представлений о духовном мире человека, потребностях как источнике активности человека, способностях, интересах.		достижения; анализировать и характеризовать эмоциональное состояние и чувства окружающих.	Коммуникативные: Планирование учебного сотрудничества с учителем и со сверстниками.
2.	Постановка цели и задач занятия, мотивация деятельности учащихся.	Психологический настрой на занятие, активизация внимания.	Закрепляет знания обучающихся о понятиях «способности, интересы, желания»	Ставят задачу.	Подготовка обучающихся к работе на основном этапе.
3.	Актуализация знаний.	Дать определение понятиям, научить практическим навыкам.	Предлагает выполнить задания из тетради школьника.	Тренируются, выполняя упражнения. 1. Закончи предложение «Дома я нужен... (выбор). 2. Кто я?» (тест). 3. «Нарисуй свою роль » (рисование). 4. Круг нашей жизни (игра). 5. «Глядя на круг своей жизни» (опросник). стр.18-21.	Коммуникативные – речевое высказывание, обсуждение.
4.	Рефлексия деятельности на занятии.	Оценка результата своей деятельности. Планирование своих действий для совершенствования результата.	Диалог педагога-психолога и учащихся, выявление возникших трудностей.	Обсуждение дальнейшего планирования действий для совершенствования результата.	Личностные: Способность к самоанализу. Коммуникативные Умение слушать. Регулятивные: совершенствование

					результата.
--	--	--	--	--	-------------

**Тема: « Я мечтаю»**

**Цель:** погрузить учащихся в мир фантазий, способствовать установлению атмосферы дружелюбия, формировать коммуникативные навыки, учить умению распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей. Развивать положительный образ будущего, умение планировать, подчинять сиюминутные интересы стратегическим целям. Формировать интерес ребенка к познанию собственных возможностей. Снижение тревожности.

**Задачи:**

1. Формировать представление о мечте, как побудителя воли к действию.
2. Обучать учащихся позитивному мышлению посредством акцентирования внимания на том, что исполнение мечты зависит от собственных возможностей и способностей.
3. Создать доброжелательную и комфортную атмосферу, позитивное эмоциональное единство группы.
4. Содействовать развитию воображения, творческого и жизненного потенциала учащихся, раскрытию индивидуальности каждого ребенка.

**Оборудование:** рабочая тетрадь школьника «Ступеньки к своему Я», карандаши, ручки, дневник достижений.

**Ход занятия:**

№	Этапы занятия	Задачи этапа	Содержание и деятельность учителя	Деятельность учащихся	Формируемые УУД
1.	Организационный.	Создать положительный эмоциональный настрой, установить зрительный, слуховой и тактильный контакт.	Подбирает текстовый материал.	Дети выполняют действия с педагогом.	Регулятивные: волевая саморегуляция. Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества с педагогом и со сверстниками.
2.	Постановка цели и задач занятия, мотивация деятельности	Психологический настрой на занятие, активизация внимания.	Объединяет детей в группу, раскрепощает и стимулирует к активности каждого ребенка.	Ставят задачу.	Подготовка обучающихся к работе на основном этапе.

	учащихся.				
3.	Актуализация знаний.	Дать определение понятиям, научить практическим навыкам.	Предлагает выполнить задания из тетради школьника. Учит детей представлять хорошие и плохие мечты посредством метафоры, развивает умение управлять своим настроением и мыслями.	Тренируются, выполняя упражнения. 1. «Я – невидимка». (выбор) 2. Я обычно мечтаю (описание). 3. «Я хотел (а) стать более» (продолжи фразу). 4.«Мои мечты (сочинение). 5. «Мои мечты» (рисование) стр.22-25.	Коммуникативные – речевое высказывание, обсуждение.
4.	Рефлексия деятельности на занятии.	Получение обратной связи; закрепление положительных эмоций.	Диалог педагога-психолога и учащихся, выявление возникших трудностей.	Обсуждение дальнейшего планирования действий для совершенствования результата.	Личностные: развивать целеустремленность и настойчивость в достижении поставленной цели.

**Тема: «Я - это мое детство»**

**Цель:** создание условий для развития коммуникативной деятельности; развивать эмоциональную сферу ребенка; учить чувствовать и понимать себя; формировать общечеловеческие ценности.

**Тема: «Я – это мое детство»**

**Задачи:** развивать умения говорить о себе; о значении детства в жизни человека и его влиянии на последующую жизнь; вспомнить яркие моменты из детства; ориентировать детей на развитие творческих способностей и воображения; развитие психологической культуры; формирование общественно активного коллектива; развитие способности к рефлексии; осознание многообразия мира и проявлений личности в этом мире.

**Оборудование:** мультимедийное оборудование, карточки с высказываниями известных людей, рабочая тетрадь, солнышко лучиками.

**Ход занятия:**

№	Этапы занятия	Задачи этапа	Содержание и деятельность учителя	Деятельность учащихся	Формируемые УУД
1.	<b>Организационный момент</b> Упражнение «Приветствие»	Настроить учащийся на работу, создать положительную эмоциональную атмосферу.	Добрый день, ребята! Сегодня мы отправимся в удивительное путешествие, мы будем выполнять интересные задания, вы будете выражать свое мнение. Но сначала давайте поприветствуем друг друга. Для этого мы разделимся: 1 ряд- "европейцы", 2 ряд- "японцы", 3 ряд- "африканцы". Каждый из вас должен со всеми поздороваться. Для этого вы идете и здороваетесь со всеми "своим способом": "европейцы" пожимают руку, "японцы" кланяются, "африканцы" трутся носами.	Учащиеся по очереди обходят каждого участника и здороваются "своим способом".	Регулятивные УУД: •извлекать необходимую информацию из текста • определять и формулировать цель в совместной работе • учиться делать осознанный выбор в сложных ситуациях • осознавать свою долю ответственности за всё, что с ним происходит • соотносить результат с целью и оценивать его.
2.	<b>Мотивационный этап</b>	Создать условия для создания внутренне потребности включения в деятельность	Я хотела бы начать наше занятие со стихотворения Сергея Михалкова «Мой секрет», в котором он делится с нами своим секретом. Интересно узнать, что это за секрет? Тогда внимательно слушаем.	Учащиеся слушают стихотворение и отвечают на вопросы учителя по прочитанному.  Ребята формулируют	Познавательные УУД: • планировать свои действия в

<p>3. 3.1</p>	<p><b>Практический этап.</b> Работа по карточкам.</p>	<p>Подача новой информации на основе имеющихся данных; задания на развитие познавательных процессов (восприятия, памяти, мышления,</p>	<p>В этой удивительной Стране, Где я увидел свет, Как многим, исполнялось мне И пять, и десять лет. В Стране Фантазий и Проказ И озорных Затей Когда-то каждый был из нас Одним из тех детей. Все те, кто рос тогда со мной И набирал года, Однажды с этою Страною Простился навсегда. Держава Детства далеко Осталась позади. «Хочу назад!» - сказать легко. Попробуй попади! А я могу! Но свой секрет Я не открою вам, Как я уже десятки лет Живу и тут, и там. Мне стоит лишь собрать багаж! А долго ли собрать Бумагу, ручку, карандаш И общую тетрадь? И вот уже я в той Стране, Где я увидел свет, И, как ни странно, снова мне И пять, и десять лет. -О какой стране рассказал нам Сергей Михалков? (Страна Детство) - Какой секрет у детского писателя? (ответы детей)</p>	<p>тему занятия.</p> <p>Учащиеся читают высказывания известных людей, рассуждают и комментирую их.</p>	<p>соответствии с поставленной задачей</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• наблюдать, сравнивать по признакам, сопоставлять</li> <li>• обогатить представление о собственных возможностях и способностях</li> <li>• учиться наблюдать и осознавать происходящие в самом себе изменения</li> <li>• оценивать правильность выполнения действий и корректировать при необходимости</li> </ul>
-------------------	---	--	--	--	---

3.2	Индивидуальная и групповая работа по осмыслению выдвинутой проблемы.  Выполнение заданий из рабочей тетради.	воображения) и творческих способностей	<p>-Какие слова подобрал автор про эту страну, как ее называет? (В Стране Фантазий и Проказ и озорных Затей)</p> <p>-Кто живет в этой стране?</p> <p>-Как вы думаете, о чем мы сегодня будем говорить на занятии?</p> <p>-Сегодня мы поговорим с вами о детстве, тема занятия: «Я-это мое детство».</p> <p>Работы по карточкам.</p> <p>Через страну Детства проходят все люди. Давайте послушаем высказывания известных людей о Детстве.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• «Есть сказочный хрустальный дворец, имя которому Детство».</li> <li>• «Детство – это яркая, самобытная, неповторимая жизнь».</li> <li>• «Что такое детство? Это состояние души».</li> </ul> <p>«Детство – это чистый лист...» Слова бывают разные И очень-очень главные И сложные. И ясные Веселые, забавные Антенна – слово рогатое. А дедушка – бородатое Кошка – слово усатое А мышка – слово хвостатое. Полотенце – слово пушистое А мыло – слово душистое,</p>	<p>Дети передают слово «детство» и характеризуют его: игривое, сладкое, разноцветное, счастливое, озорное, бесшабашное</p> <p>Ребята выполняют задания в тетради. Проводится проверка выполненного задания.</p>	<p>КоммуникативныеУУД:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии</li> <li>• учиться контролировать свою речь и поступки</li> <li>• учиться толерантному отношению к другому мнению</li> </ul>
-----	--	--	---	---	---

		<p>Ромашка – слово милое,  А мама – слово любимое.  - А какое слово «детство»?  Ребята как вы думаете, что такое детство? Возьмём ключик от Вообразилии, «откроем» эту страну и отыщем «детство». Потрогаем это слово, передадим друг другу и подберем прилагательные, которые охарактеризуют это слово.  Детство – это самая прекрасная пора, которая по максимуму наполнена веселыми моментами, яркими красками и беззаботным времяпрепровождением. Оно начинается от рождения и заканчивается в 5 классе. Вы еще дети, у вас есть любимые занятия, любимая еда, любимый фильм, любимый друг. Расскажите о себе и закончите предложения недостающими словами.</p> <p>1. Впишите недостающие слова и закончите предложения:</p> <p>Моя любимая еда _____  Мой любимый цвет _____  Мое любимое животное _____  Моя любимая книга _____  Моя любимая игра _____  Самый прекрасный фильм, который я видел _____  Я люблю в себе _____  Моего лучшего друга зовут _____</p>		
--	--	--	--	--

			<p>Страна, в которую я хотел бы съездить _____          Лучше всего я _____          Самая главная моя цель _____</p> <p>2. Вспомните и нарисуйте одно из своих детских воспоминаний.          3. Запишите и перечислите свои любимые детские игрушки.          Наше путешествие в мир детства подходит к концу, и на память я вам предлагаю побыть фотографами и найти в семейном альбоме свою детскую фотографию, приклеить ее в тетрадь и на следующем занятии рассказать о ней.</p> <p>Детство должно быть мирным.          Пусть всегда дети будут счастливы.          Пусть никогда не знают, что такое война.</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• учиться самостоятельно решать проблемы в общении</li> <li>• осознавать необходимость признания и уважения прав других людей</li> <li>• формулировать своё собственное мнение и позицию</li> <li>• учиться грамотно задавать вопросы и участвовать в диалоге.</li> </ul>
4.	<b>Рефлексия</b>	Обобщение нового материала; подведение итогов занятия	<p>На занятии нам светило солнце. Возьмите свои лучики и напишите главное слово о детстве. Прикрепите лучики на доске. Солнце засветило яркими разноцветными красками.</p>	Учащиеся берут лучики и пишут слова, связанные детством. Прикрепляют к солнышку.	

**Тема: «Я – это мое настоящее. Я – это мое будущее»**

**Цель:** активизация представлений о себе в настоящем и в будущем, осознание своих интересов и желаний; анализ возможных препятствий на пути к их исполнению; осознание своей социальной роли в будущем; формирование представлений о своих сильных сторонах; развитие эмпатии и способности к конструктивному взаимодействию в группе.

**Задачи:** воспитывать ответственное отношение у учащихся к своему будущему; раскрыть значение выбора цели и жизненного плана для каждого человека; формировать навыки уверенного поведения, бережного отношения друг к другу; развивать эмоционально-образную сферу, воображение.

**Оборудование:** мультимедийное сопровождение, карточка-помощница, рабочая тетрадь, лепестки цветика-семицветика.

**Ход занятия:**

№	Этапы занятия	Задачи этапа	Содержание и деятельность учителя	Деятельность учащихся	Формируемые УУД
1.	<b>Организационный момент.</b> Упражнение «Пожмите друг другу руки»	Снятие эмоционального напряжения, формирование у учащихся бережного отношения друг к другу.	Добрый день, ребята. Начнем мы занятие с упражнения «Пожмите друг другу руки те, кто...». Я говорю фразу, а вам предлагаю выйти в центр круга и пожать друг другу руки тем, кто: -пришел в отличном настроении, -кто любит рисовать, -кто рад встрече с друзьями, -кому нравится ходить в школу, -кто любит лето, -кто ждет от занятия радостных минут.	Ребята, внимательно слушают фразы учителя и выходят в центр круга, жмут руки друг другу.	Предметные УУД: — условия и механизмы формирования первого впечатления о другом человеке; — какую информацию несут те или иные стороны человеческой внешности; — основные понятия: внешний вид.
2.	Мотивационный этап	Погружение в тему занятия; составление целостной картины образа будущего, т.е. целей учащихся; осознание необходимости постановки цели и определение плана реализации на пути к выстраиванию собственного	Ребята, я думаю, что вы, как, наверное, и всякий человек, задумываетесь над тем, какое будущее вас ожидает, кем вы станете, будете ли вы счастливы. Поднимите руки те, для которых этот вопрос является интересным. – Спасибо, я вижу, что равнодушных среди нас нет. Всем интересно, как повернется его жизнь... Помните знаменитую русскую поговорку: «Человек сам кузнец своего счастья». И ещё: «Что посеешь – то пожнешь». От того, как мы живём сейчас, как думаем, как поступаем, зависит многое. И сегодня мне хотелось бы	Дети высказывают свое мнение.	— способы определения формирования впечатления о другом человеке. — уметь заполнять таблицы, делать по результатам элементарные выводы; — пользоваться на практике методами, позволяющими понимать выражение лица человека. Метапредметные

3.	Практический этап	<p>будущего; проявление уверенного поведения</p> <p>Создание ситуации, при которой возникает необходимость получения новых знаний и воспроизведение опорных понятий, достаточных для восприятия нового материала.</p>	<p>поговорить с вами об этом. Я надеюсь, что мы будем работать дружно.</p> <p><u>Два мира есть у человека:</u> Один, который нас творил, Другой, который мы от века Творим по мере наших сил. Вряд ли кто - то из вас станет утверждать, что наверняка знает, как сложится его дальнейшая жизнь или хотя бы ближайшее будущее. <b>Будущее неизвестно никому.</b> Мы можем лишь предполагать, как и что будет с нами в скором времени. Каждый из вас хозяин своей судьбы. И то, как будет складываться ваша жизнь, <b>зависит только от вас самих.</b></p> <p><u>Скажите, что на ваш взгляд является более правильным:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Влево пойдешь, своё счастье найдешь. Трудно тебе придётся. Друга потеряешь, себя изломаешь. Назад не вернешься.</li> <li>• Вправо пойдешь, удачливым станешь, много повидаешь, чужие тайны узнаешь, душой очерствеешь, к людям охладеешь, смеяться разучишься.</li> <li>• Прямо пойдешь, в пути изломаешься, настрадаешься, но себя найдешь...</li> </ul> <p>В жизни, как в сказке, вы выбираете по какому пути идти, как поступить и ваш выбор характеризует вас самих. Большинство из вас выбрали путь прямо – нелегкий, прямой путь, но будем</p>	<p>Дети читают и прикрепляют на доске лепестки – получился букет цветов.</p>	<p>УУД:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— проводить простейшие наблюдения, измерения;</li> <li>— ставить учебную задачу под руководством учителя;</li> <li>— систематизировать и обобщать разумные виды информации;</li> <li>— составлять план выполнения учебной задачи</li> </ul> <p>Регулятивные: волевая саморегуляция.</p> <p>Коммуникативные:</p>
----	-------------------	---	---	--	--

3.1	Упражнение «цветик-семицветик»		<p>надеяться, что каждый из вас сегодня найдет для себя полезное, нужное, что пригодится в жизни.</p> <p>“Жить надо настоящим, а работать – на будущее.” Я хотела бы вам предложить стихотворение с. Баруздина.</p> <p>Есть на свете дети, Есть мечты на свете. Дети подрастают – Мечтают о большом. Если я мечтаю Если ты мечтаешь, Если мы мечтаем Это хорошо. Ребята, а что же такое мечта?</p> <p>А в словаре говорится так: Мечта – это то к чему стремится человек. Нужно всегда быть уверенным в себе, иметь цель в жизни, к чему-то стремиться. Если всего этого нет, то нет и жизни. Глупо жить впустую, тратить время на ненужные ни тебе, ни окружающим вещи, дела, поступки. Давайте пофантазируем. Это – цветик-семицветик. Вы, конечно, все помните, он способен выполнить несколько ваших желаний. Я предлагаю вам записать на лепестках цветка свои желания.</p> <p>Кто же может поделиться своими желаниями?</p>		<p>планирование учебного сотрудничества с педагогом и со сверстниками.</p> <p>Подготовка обучающихся к работе на основном этапе.</p> <p>Коммуникативные – речевое высказывание, обсуждение. Личностные: развивать целеустремленность и настойчивость в достижении поставленной цели.</p>
3.2	Упражнение «Письмо другу»		<p>Ребята, представьте, что прошло много лет и самые смелые ваши мечты сбылись. И</p>	Ребята на	
3.3	Выполнение заданий			карточках-помощницах	

	в рабочей тетради		<p>вы захотели написать письмо своему другу детства, с которым не виделись много лет. Я вам предлагаю карточку-помощницу, в которой необходимо заполнить пропуски.</p> <p><b>Здравствуй,</b> .....(укажи имя друга детства)!</p> <p><b>Сколько же лет мы не виделись? Помоему, целых</b>.....(укажи, сколько лет прошло)! <b>Сегодня мне уже</b>.....(укажи, сколько тебе будет лет, когда ты будешь писать это письмо). <b>Я живу</b>.....(где) <b>и работаю</b>.....(где и кем). <b>Моя семья состоит из</b>.....(перечисли членов своей будущей семьи). <b>В свободное время я обычно</b> .....(опиши свои увлечения). <b>И вот еще что</b>.....(допиши все, что считаешь нужным).</p> <p><b>Кажется, я вполне счастлив, сбылись мои самые сокровенные мечты</b>.....(укажи какие). <b>Думаю, это произошло, потому что в детстве, когда я еще учился в школе, я</b>.....(напиши, что ты делаешь сейчас для того, чтобы в будущем сбылись твои мечты).</p> <p><b>Вот, пожалуй, и все.</b> .....(подпишись) .....(напиши дату окончания письма, не забудь, что произойдет через много лет).</p> <p>Ребята, кто желает прочитать свое</p>	<p>пишут письмо, при желании зачитывают его.</p>	
--	-------------------	--	--	--	--

		<p>“письмо”.</p> <p>Опиши себя в возрасте:</p> <p>5 лет _____</p> <p>10 лет _____</p> <p>Каким ты представляешь себя в возрасте:</p> <p>18 лет _____</p> <p>25 лет _____</p> <p>40 лет _____</p> <p>60 лет _____</p> <p>80 лет _____</p> <p>«Встреча»</p> <p>Тебя встретили твои одноклассники через 10 лет, что ты им расскажешь:</p> <p>Чем ты сейчас занимаешься? _____</p> <p>Где _____ бываешь _____ по выходным? _____</p> <p>Живешь один или с родителями? _____</p> <p>Чем увлекаешься? _____</p> <p>Ребята, что же нужно делать для того, чтобы мечты осуществились? Ведь каждый из нас способен поставить жизненную цель и добиться её осуществления. Будущее строится не сразу, не как в сказке, оно строится как огромный дом – по кирпичику. Кирпичики тоже на дороге не валяются, их нужно собирать всю жизнь: учиться в школе, общаться с друзьями, помогать взрослым. Только тогда мы сможем понять, что такое жизнь. Если не ценишь свою жизнь, никогда не узнаешь, зачем ты пришёл в этот мир, что хорошего можешь сделать.</p>		
--	--	---	--	--

4.	Рефлексия	Вспомнить, выявить и осознать основные компоненты деятельности на занятии	<p>Ребята давайте подведем итог нашего занятия.</p> <p>Я предлагаю вам написать синквейн на основе изученного материала. Синквейн – это пятистрочная строфа. Итак, будущее</p> <p>1-я строка – одно ключевое слово, определяющее содержание синквейна;</p> <p>2-я строка – два прилагательных, характеризующих данное понятие;</p> <p>3-я строка – три глагола, обозначающих действие в рамках заданной темы;</p> <p>4-я строка – короткое предложение, раскрывающее суть темы или отношение к ней,</p> <p>5-я строчка – всего одно слово, которое представляет собой некий итог, резюме. Чаще всего это просто синоним.</p>	Ребята зачитывают свои работы. Делают вывод.	
----	-----------	---	--	--	--

**Тема: «Я – это мои цели»**

**Цель:** создание доверительной обстановки; снятие психоэмоционального напряжения; развитие коммуникативных навыков; формирование умения ставить четкие цели, планировать будущее.

**Задачи:** развитие способности к определению жизненных целей и необходимых условий для их достижения; повышение уверенности и собственной ответственности учащихся в достижении целей; актуализация представлений о своих сильных сторонах, развитие эмпатии и способности к конструктивному взаимодействию в группе.

**Оборудование:** листы бумаги, фломастеры, рабочая тетрадь, карта островов, кораблики.

Ход занятия:

№	Этапы занятия	Задачи этапа	Содержание и деятельность учителя	Деятельность учащихся	Формируемые УУД
1.	Организационный момент	Установление контакта и создание положительного настроения на дальнейшую работу.	<p>Каждое занятие мы начинаем с приветствия. Поэтому сегодня давай получше познакомимся с этим великолепным словом. Почему мы все так любим приветствовать друг друга этим прекрасным словом.</p> <p>«ПРИВЕТ. Случайность или нет? Знакомый блеск в глазах сияет. ПРИВЕТ. Таков и твой ответ. Он каждый день наш начинается. ПРИВЕТ. Вот, слово, без конца, ему неведома разлука. ПРИВЕТ. Стучат наши сердца, влекущей страстью перестуков. ПРИВЕТ. Не надо лишних слов, забытых помыслов и мнений. ПРИВЕТ. Основа всех основ и всех дальнейших отношений. ПРИВЕТ. Сквозь много-много лет, как знать, пошлём его ли снова. Без поражений - нет побед! ПРИВЕТ. Беспроигрышное слово!».</p>	Ученик читает стихотворение о приветствии.	Личностные: сформированность потребности в самовыражении и самореализации, позитивной моральной самооценки и моральных чувств.
	Упражнение «Настроение людей»	Определение настроения и общего эмоционального состояния ребенка.	<p>-Зачем люди приветствуют друг друга? Что дает вам приветствие?</p> <p>Привётствие — жест, слово, словосочетание, письменное послание или иной ритуал для вступления в контакт человека с другим человеком. А</p>	Высказывают свое мнение по вопросу.	Коммуникативные: - умение задавать вопросы, - формулирование собственного мнения.

			фактическое значение слова – пожелание здоровья.		
2.	Мотивационный этап	Выработка на личностно значимом уровне внутренней готовности выполнения нормативных требований деятельности.	<p>Каждое утро, идя в школу, мы встречаем разных людей и обращаем внимание на их выражение лица, их настроение.</p> <p>Перед тобой маркерная доска, нарисуй настроение людей, которых ты встретил по дороге в школу, не забудь и про свое настроение.</p> <p>Повлияло ли настроение людей на твоё?</p> <p>Послушай притчу и определи тему нашего занятия.</p> <p>Притча о цели</p> <p>Однажды учитель привел своего ученика на луг, посреди которого возвышался огромный дуб. Учитель прикрепил в кроне дерева розу. Из заплечного мешка мудрец достал три вещи: лук, стрелу и платок. Платком он завязал себе глаза, а лук и стрелу взял в руки.</p> <p>Учитель спросил: «Далеко ли до розы?» «Примерно 30 метров» - ответил ученик.</p> <p>Учитель выстрелил, но в розу не попал. «Что это значит?» - спросил ученик, - «Чему ты хотел меня научить?» «Я хотел открыть тебе истину» - отвечал учитель, - «Если ты не видишь цель, то ты ее никогда не достигнешь!»</p> <p>-Какова тема занятия?</p> <p>Тема занятия «Я-это мои цели».</p>	Учащиеся слушают притчу, беседуют по прочитанному и обсуждают тему занятия.	<p>Познавательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- поиск и выделение информации,</li> <li>- умение строить речевое высказывание,</li> <li>- анализ объектов с целью выделения признаков,</li> <li>- синтез,</li> <li>- выбор оснований и критериев для сравнения,</li> <li>- классификация объектов,</li> <li>- подведение под понятие,</li> <li>- выдвижение гипотез; их обоснование,</li> <li>- сравнение, сериация, классификация, синтез.</li> </ul>

			«Мои цели».		
3.	Практический этап Выполнение заданий в рабочей тетради.	Организовать самостоятельное выполнение учащимися типовых заданий на новый способ действия, организовать самопроверку учащимися своих решений, создать (по возможности) ситуацию успеха для каждого ребенка.	<p>– У каждого человека есть самые сокровенные цели и желания. Мы о них стараемся не говорить в силу разных причин. Боимся, что нас неправильно поймут окружающие, начнут высмеивать или будут завидовать и т. д. Сегодня вы сформулируете основные цели, которых вы хотели бы достичь в ближайшее время. Подумайте, какие конкретные шаги необходимо предпринять.</p> <p><b>Упражнение «Радуга»</b> Медитативное рисование – это прекрасный способ осознания существующих проблем и важных жизненных целей. Как часто мы задумываемся о своем будущем? Как часто осмысливаем свои долгосрочные цели? Психологическое упражнение «Радуга» поможет разобраться в своих потребностях и желаниях.</p> <p>Говорят, что на конце радуги стоит горшок с золотом, который каждому, кто его найдет, дарит богатство и счастье</p> <p><b>Инструкция</b></p> <p>1. Представь себе свою личную радугу, созданную солнцем и дождем для того, чтобы радовать тебя.</p> <p>2. Пусть левый край радуги символизирует настоящее, а правый – будущее. Представь, что на правом конце радуги тебя ждет нечто ценное и очень желаемое, то, что идеально тебе подходит.</p>	Слушают учителя.	<p>Познавательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- поиск и выделение информации,</li> <li>- умение строить речевое высказывание,</li> <li>- анализ объектов с целью выделения признаков,</li> <li>- синтез,</li> <li>- выбор оснований и критериев для сравнения,</li> <li>- классификация объектов,</li> <li>- подведение под понятие,</li> <li>- выдвижение гипотез; их обоснование,</li> <li>- сравнение, сериация, классификация, синтез.</li> </ul> <p>Личностные – мотивация к обучению и познанию;</p> <p>Регулятивные –</p>
				Выполняют упражнение «Радуга».	

			<p>3. Приступи к рисованию радуги. Сосредоточься на ее цветах, ее изгибе. Пока будешь рисовать, в голову придут интересные идеи, вспомнятся различные цели.</p> <p>4. Дорисуй радугу и тезисно пропиши и нарисуй свое настоящее и желаемое будущее – самую привлекательную и амбициозную цель, которая придет тебе в голову во время рисования. Нарисуй будущую цель на первом плане, осознавая, что она может быть не единственной. Можно обозначить цель символически или реалистично, или совместить оба эти способа.</p> <p>5. Теперь взгляни на результат и мысленно ответь на вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— Как мне достичь своей цели?</li> <li>— Какие трудности могут встретиться на пути?</li> <li>— Чему предстоит научиться?</li> <li>— Какие вопросы необходимо решить?</li> <li>— От чего придется отказаться?</li> <li>— Что я получу?</li> <li>— Кто, кроме меня, может получить пользу от достижения этой цели?</li> <li>— Как я отношусь к этой цели?</li> </ul> <p>Ответив на все вопросы, составь для себя план действий, который поможет достичь желаемого. А получившийся рисунок можно хранить на видном месте, чтобы всегда помнить о цели.</p>		<p>волевая саморегуляция; коммуникативный – речевое высказывание.</p>
--	--	--	---	--	---

			<p>4.Я – подарок для человечества – Каждый человек – это уникальное существо. И верить в свою исключительность необходимо любому из нас. Подумайте, в чем состоит ваша исключительность, уникальность. Итак, подумайте над тем, что вы, действительно, являетесь подарком для человечества. Аргументируйте свое утверждение, например: «Я подарок для человечества, так как я...»</p>	<p>Письменно аргументируют утверждение: «Я подарок для человечества, так как я...»</p>	
4.	Рефлексия	<p>Самооценка учащимися результатов своей деятельности через отражение душевного, эмоционально-чувственного состояния после занятия.</p>	<p>Ребята, подошло к концу наше занятие. Посмотрите, перед вами карта с изображением эмоциональных "островов": о. Радости, о. Грусти, о. Недоумения, о. Тревоги, о. Ожидания, о. Просветления, о. Воодушевления, о. Удовольствия, о. Наслаждения. Определите в соответствии с вашим состоянием, на каком острове вы находитесь.</p>	<p>Карта островов вывешивается на доске и ученики выходят к карте и маркером рисуют или крепят свой кораблик в соответствующем районе карты, который отражает душевное, эмоционально-чувственное состояние после занятия</p>	<p>Регулятивные: - планирование своих действий, - различение способа и результата действий, - внесение необходимых корректив в действие.</p>

**Тема: Сочинение на тему «Чему я хочу научиться».**

**Цель:** формирование у школьников умения и желания учиться.

**Задачи:** помочь детям осознать, какие качества необходимы хорошему ученику; способствовать прояснению личной мотивации обучения в школе, осознанию своих целей; учить конструктивно относиться к школьным проблемам; снизить школьную тревожность; учить ставить цели.

**Оборудование:** мультимедийное оборудование, рабочая тетрадь.

**Ход занятия:**

№	Этапы занятия	Задачи этапа	Содержание и деятельность учителя	Деятельность учащихся	Формируемые УУД
1.	Организационный момент  Игра «Эстафета хороших известий»	Настроить учащийся на работу, создать положительную эмоциональную атмосферу.	-Добрый день, ребята. Мне приятно видеть вас сегодня на нашем занятии. Мы будем говорить о том, зачем надо людям учиться. Перед тем, как начать занятие, я приглашаю вас на игру «Эстафета хороших известий». Я хочу, чтобы каждый из вас рассказал нам сейчас о чем-нибудь приятном, хорошем, что случилось с ним вчера (на прошлой неделе). Пока вы говорите, теннисный мячик находится у вас в руках. Когда вы закончите рассказывать, передайте эстафету хороших известий, т.е. бросьте мячик кому-то другому, кто стоит не далеко от вас.	Дети рассказывают о событиях, которые происходили с ними на прошлой неделе.	Личностные: сформированность потребности в самовыражении и самореализации, позитивной моральной самооценки и моральных чувств. Коммуникативные: - умение задавать вопросы, - формулирование собственного мнения.
2.	Мотивационный этап	Выработка на личностно значимом уровне внутренней готовности	А для меня самое хорошее и приятное известие – это то, что я сейчас от вас услышала. Я очень рада за вас, за ваши успехи. Пусть в вашей жизни будет еще много, много приятных известий.	Учащиеся слушают притчу, беседуют по прочитанному и обсуждают тему занятия.	Познавательные: - поиск и выделение информации, - умение строить речевое

		<p>выполнения нормативных требований деятельности.</p>	<p>Спасибо, присаживайтесь на свои места, продолжим наше занятие. Сейчас я вам прочитаю притчу, а вы послушайте внимательно и постарайтесь понять, о чем она.</p> <p style="text-align: center;">Притча о башмачнике</p> <p>Однажды старый башмачник обнаружил, что если вечером перед сном он вырежет из кожи заготовки для обуви и разложит их на столе, то утром на столе будут стоять башмаки. Пока он спал, кто-то выполнял за него часть работы. И это случалось только тогда, когда мастер вечером подготавливал выкройки из кожи для завтрашнего дня. Ему стало очень любопытно, как же происходит, что к утру у него уже есть несколько пар готовой обуви. И однажды ночью он, как обычно, разложил заготовки на столе и спрятался. Когда часы пробили полночь, откуда ни возьмись на столе появились маленькие человечки — гномы, которые быстро сшили из подготовленных кусочков новые башмачки. На следующее утро пришел подмастерье и удивился, что мастер успел уже сделать столько отличных башмаков. И тогда мастер сказал ему: «Все дело в заготовках. Сделай их сегодня, и завтра дела твои пойдут успешнее». Говорят, что многие творческие люди пользуются рецептом старого башмачника.</p> <p>В чем смысл этой притчи? Что вы поняли</p>		<p>высказывание,</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- анализ объектов с целью выделения признаков,</li> <li>- синтез,</li> <li>- выбор оснований и критериев для сравнения,</li> <li>- классификация объектов,</li> <li>- подведение под понятие,</li> <li>- выдвижение гипотез; их обоснование,</li> <li>- сравнение, сериация, классификация, синтез.</li> </ul>
--	--	--	---	--	--

			из нее?		
3.	Практический этап Выполнение заданий в рабочей тетради.	Организовать самостоятельное выполнение учащимися типовых заданий на новый способ действия, организовать самопроверку учащимися своих решений, создать (по возможности) ситуацию успеха для каждого ребенка.	А какие заготовки можете сделать вы, чтобы помочь себе учиться? Давайте заполним доску объявлений. Послушайте ситуацию и ответьте на вопрос «Для чего вы учитесь?» «Однажды на перемене в школе между ребятами завязался разговор о том, для чего они учатся. «Я считаю своей обязанностью ходить в школу учиться» - сказала Галя. «А мне нравится в школе писать, считать, получать хорошие отметки», - сказал Яша. «А я люблю думать, рассуждать на уроках», заявил серьезно Коля. «Каждый из нас должен стать культурным и развитым человеком, а для этого необходимо учиться», - сказала Даша. Ваня вдруг заявляет, что обязательно поступит в авиационный институт и будет строить новые самолеты. Неожиданно раздается тихий голос Вали: «А меня мама заставляет ходить в школу. Она говорит, что я иду на работу, и ты иди в школу- это твоя работа». А что вы можете сказать? Для чего вы учитесь?	Слушают учителя, отвечают на вопросы.	Познавательные: - поиск и выделение информации, - умение строить речевое высказывание, - анализ объектов с целью выделения признаков, - синтез, - выбор оснований и критериев для сравнения, - классификация объектов, - подведение под понятие, - выдвижение гипотез; их обоснование, - сравнение, сериация, классификация, синтез.
	Выполнение заданий в рабочей тетради. Написание мини-сочинения.	Подача новой информации на основе имеющихся данных; задания на развитие	Высказались не все и мнение остальных мы послушаем, когда каждый из вас напишет мини- сочинение на тему «Чему я хочу научиться». Примерные вопросы помогут вам в его написании. Примерные вопросы для сочинения.	Дети зачитывают свои сочинения. Это упражнение способствует осознанию результатов своей	Личностные – мотивация к обучению и познанию; Регулятивные – волевая

		познавательных процессов (восприятия, памяти, мышления, воображения) и творческих способностей	Почему ты считаешь, что учиться – это важно? Что тебе больше всего доставляет радость, когда ты учишься? С чем связаны твои огорчения в учебе? Что для тебя самое интересное? Чему ты хочешь обязательно научиться?	учебной деятельности, постановке новых целей.	саморегуляция; коммуникативный – речевое высказывание.
4.	Рефлексия	Самооценка учащимися результатов своей деятельности через отражение душевного, эмоционально-чувственного состояния после занятия.	В заключении нашего занятия я хочу предложить вам закончить предложения. -Когда мне что-нибудь интересно на уроке, я... -Если нам не задано домашнее задание, я... -Если я не знаю, как решить задачу, я... -В школе я хочу... -В школе я могу... -Если мне нужно что-нибудь запомнить, я... -Я думаю, что хороший ученик – это тот, кто... -Если хорошо учиться, то мое будущее... Спасибо вам за работу, за ваши ответы. Хочется закончить сегодняшнее занятие словами замечательного педагога и философа Симона Соловейчика «Человек должен учиться потому, что он человек». Наше занятие подошло к концу. Кому оно понравилось и вы выполнили все задания, возьмите красные кружочки, кому не очень и задания не были выполнены до конца – желтые, кому совсем не	Ребята показывают помощью кружочков вою работу на занятии.	Регулятивные: - планирование своих действий, - различение способа и результата действий, - внесение необходимых корректив в действие.

			понравилось – зеленые. Спасибо всем!		
--	--	--	---	--	--

**Тема: «Умеем ли мы общаться?»**

**Цель:** дать учащимся представление о том, что такое общение, в чём его значение для человека; развивать коммуникативные способности школьников, умение общаться в парах, коллективе; воспитывать нравственные ценности, уважение детей друг другу;

**Задачи:** учить детей правилам ведения диалога, умению кратко говорить, выслушивать мнение других, доказывать свою точку зрения; дать возможность детям продемонстрировать себя с хорошей стороны как коллектив (сплочённость, организованность, доброту, умение сработаться), создать положительный настрой на дальнейшую совместную деятельность

**Оборудование:** рабочая тетрадь, листок бумаги, свеча, карандаши или фломастеры.

**Ход занятия:**

<b>№</b>	<b>Этапы занятия</b>	<b>Задачи этапа</b>	<b>Содержание и деятельность учителя</b>	<b>Деятельность учащихся</b>	<b>Формируемые УУД</b>
1.	Организационный момент	Настроить учащийся на работу, создать положительную эмоциональную атмосферу.	Здравствуйте, очень рада видеть вас. Тема нашего занятия «Общение. Умеем ли мы общаться друг с другом?»	Дети рассказывают о событиях, которые происходили с ними на прошлой неделе.	Коммуникативные: - умение задавать вопросы, - формулирование собственного мнения.
2.	Актуализация знаний	Сформировать представления детей о том, что нового они узнают уроке, чему научатся	В словаре Ожегова об общении говорится следующее: «общение — обмен сообщениями, информацией и чувствами между людьми». Посмотрите, как об общении говорили великие люди: «Умение вести разговор - это талант». Стендаль Разговор - это, прежде всего, умение	Учащиеся высказывают своё мнение.	Личностные: сформированность потребности в самовыражении и самореализации, позитивной моральной самооценки и моральных чувств.

			слушать своего собеседника.		
3.	Практический этап Выполнение заданий в рабочей тетради.	Организовать самостоятельное выполнение учащимися типовых заданий на новый способ действия, организовать самопроверку учащимися своих решений, создать (по возможности) ситуацию успеха для каждого ребенка.	<p>Как ты понимаешь слова А.П. Чехова: «Даже болеть приятно, когда знаешь, что есть люди, которые ждут твоего выздоровления как праздника».</p> <p>На протяжении жизни нам приходится общаться с разными людьми, но большую радость нам дарит общение с друзьями. Понятие дружбы неразрывно связано с общением. Нет на земле человека, который бы не задумывался, что такое дружба, в чем её особая сила, непреходящая ценность.</p> <p>Я хотела бы предложить вам небольшое задание, возьмите цветные фломастеры и нарисуйте столько смайликов-мордашек, сколько вы хотели бы иметь друзей.</p> <p>Посмотрите на результаты нашей игры, каждый из вас хотел бы дружить с одним, двумя, а большинство хотело бы иметь много друзей. Мы можем сделать вывод, что потребность в общении испытывает каждый человек.</p> <p>С давних времен люди придавали огромное значение слову и тому, как оно сказано. Давайте посмотрим, что об этом говорит народная мудрость.</p> <p>Как ты понимаешь пословицу «Слово пуще стрелы разит».</p> <p>Как ты понимаешь пословицу «От слова спасенье и от слова гибель».</p> <p>Молодцы. Итак, можно сделать вывод, что</p>	Слушают учителя, отвечают на вопросы.	<p>Познавательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- поиск и выделение информации,</li> <li>- умение строить речевое высказывание,</li> <li>- анализ объектов с целью выделения признаков,</li> <li>- синтез,</li> <li>- выбор оснований и критериев для сравнения,</li> <li>- классификация объектов,</li> <li>- подведение под понятие,</li> <li>- выдвижение гипотез; их обоснование,</li> <li>- сравнение, сериация, классификация, синтез.</li> </ul>

			<p>от того, как мы общаемся - зависят наши взаимоотношения друг с другом, насколько хорошо мы понимаем себя и окружающих.</p> <p>У каждого из нас за день происходит много контактов с самыми разными людьми. Минутный разговор в коридоре. Взгляд, которым обменялись в столовой и т.д. И всякий раз настроение и самочувствие людей во многом зависят от того, приветливы ли были они сами и окружающие их люди.</p> <p>2. Успех в общении</p> <p>– Чем же определяется успех в общении?</p> <p>Обычный ответ: знаниями, эмоциональностью, техникой разговора, умением найти «общий язык», правильно слушать собеседника и многим другим. Все это правильно. И вместе с тем этого недостаточно. Нужно помнить: главное в общении – это сам человек.</p> <p>Общаясь, мы прежде всего используем самого себя.</p> <p>Общение всегда ценилось не столько за обмен информацией (пусть даже самой нужной), сколько за возможность соприкоснуться с уникальными мирами – человеческими личностями. Для этого надо совсем немного... суметь открыть себя другому. (Под открытостью, естественно, понимается вовсе не обрушивание на другого интимных</p>	<p>Дети анализируют, делают выводы и фиксируют их в тетрадь.</p> <p>Дети воспроизводят ситуации общения.</p> <p>По итогам обсуждения, дети делают записи в тетрадь.</p>	
--	--	--	---	---	--

			<p>подробностей своей жизни.) Сюда входят прежде всего умение открыто выражать свои чувства и переживания, способность быть самим собой, отказ от всякого искажения своей личности в глазах другого – желание выглядеть лучше или хуже, чем есть на самом деле, способность подпустить другого как можно ближе к себе. Для общения у нас все уже есть – наша неповторимая личность. Поэтому выражение «научиться общаться» в принципе не совсем верно. Как раз общаться-то мы на самом деле всегда умеем.</p> <p>Наша же проблема совсем в другом. В жизни мы только тем и занимаемся, что мешаем друг другу открываться. «Закрываемся» сами и «закрываем» этим других. Значит, надо «научиться» убирать всевозможные барьеры, которые мы (часто неосознанно) ставим на пути доверительного общения.</p>		
	Упражнение «Ты меня слышишь?»	Осознание результатов своей учебной деятельности, постановке новых целей.	У писателя А. Алексина есть повесть, которая называется «Ты меня слышишь?». Действие происходит на телефонном пункте одного очень отдаленного от всех центров района. Люди пришли туда с надеждой дозвониться до своих близких. А. Алексин пишет: «И каждый почему-то кричал в трубку: «Ты меня слышишь? Ты меня слышишь? Ты меня слышишь?..» Это вовсе не означало, что телефонная линия	Ребята внимательно слушают рассказ и отвечают на вопрос.	Личностные – мотивация к обучению и познанию; Регулятивные – волевая саморегуляция; коммуникативный – речевое высказывание.

			<p>плохо работает. Нет, вовсе не означало...И не значило, что люди хотят проверить, как слышен их голос. В эти слова они вкладывали какой-то другой смысл...» Как ты думаешь, какой? Объясни.</p>		
4.	Рефлексия	<p>Самооценка учащимися результатов своей деятельности через отражение душевного, эмоционально-чувственного состояния после занятия.</p>	<p>Прежде чем закончить занятие, попрошу вас повернуться друг к другу. Известно, что на свете нет двух одинаковых людей. Поэтому каждый человек, т.е. каждый из вас, по своей сути уникален. Вы – единственны и неповторимы. Я передаю вам Свечу Откровения. Давайте сформулируем правила хорошего общения. Улыбайтесь, т.к. чувство юмора укрепляет общение. Будьте доброжелательными. Доброжелательность делает мир добрее. Проявляйте искренний интерес к другим. Чаше обращайтесь к собеседнику. Поощряйте собеседника рассказать о себе. «Поступай по отношению к другим так же, как ты желал бы, чтобы поступали по отношению к тебе» (Д. Карнеги).</p>	<p>Зажигается свеча, обучающиеся высказываются, передают свечу по кругу.</p>	<p>Регулятивные: - планирование своих действий, - различение способа и результата действий, - внесение необходимых корректив в действие.</p>

#### Тема: «Диагностика»

**Цель:** способствовать формированию представлений о том, что помогает человеку общаться с другими людьми, провести диагностику и показать какие они в общении, какие способности есть в каждом из них, какие ребята в эмоциональном плане.

**Задачи:** способствовать углублению знаний о видах и формах общения и его роли в жизни человека.

умение слушать и слышать своих одноклассников, умение участвовать в коллективном обсуждении, умение точно и полно выражать свои мысли в соответствии с задачами.

Развитие навыков смыслового чтения: определять главную мысль текста, преобразовывать текст в таблицу, устанавливать простые связи между информацией в тексте и общими повседневными знаниями.

**Оборудование:** рабочая тетрадь, дерево итогов, листочки в виде яблочек.

#### Ход занятия:

№	Этапы занятия	Задачи этапа	Содержание и деятельность учителя	Деятельность учащихся	Формируемые УУД
1.	Организационный момент Упражнение «Приветствие»	Настроить учащихся на работу, создать положительную эмоциональную атмосферу.	<p>Добрый день, ребята. Я очень рада нашей встрече. Для того, чтобы лучше сплотиться для работы, и чтобы больше и лучше познакомиться, проведем упражнение «Приветствие». Для этого рассчитайтесь на «первый-второй» - так вы образуете пары и у каждой из пар есть задача: в течение следующих 3 мин предлагаю вам взять друг у друга «интервью». Чтобы выполнить задание партнерам необходимо назвать свое имя и ответить на два вопроса:</p> <p>1) что ты любишь больше всего делать? 2) какая твоя заветная мечта?</p> <p>Обсуждение: 1) какие мысли возникли у вас во время «интервью»? 2) о чем вы узнали, слушая других?</p> <p>Можно сказать, что вы пообщались друг с другом и узнали мысли и мечты своего напарника.</p>	Учащиеся разбиваются по парам, отвечают на вопросы. Далее пара по очереди представляет своих партнеров. Например: «Рядом со мной - Антон. Больше всего он любит играть в футбол. Его заветная мечта - путешествие вокруг света».	Коммуникативные: - умение задавать вопросы, - формулирование собственного мнения.
2.	Актуализация знаний	Сформировать представления детей о том, что нового они узнают уроке, чему научатся	Мы продолжаем тему «Общение» и сегодня на занятии мы с вами узнаем про себя: какие мы в общении, какие развиты у вас способности, как эмоции влияют на наше общение, т.е сделаем диагностику своего общения.	Учащиеся высказывают своё мнение.	Личностные: сформированность потребности в самовыражении и самореализации,

					позитивной моральной самооценки и моральных чувств.
3.	Практический этап (диагностика)	<p>Организовать самостоятельное выполнение учащимися типовых заданий на новый способ действия, организовать самопроверку учащимися своих решений, создать (по возможности) ситуацию успеха для каждого ребенка.</p>	<p>– Слово «диагноз» скорее медицинское, чем психологическое, но для нас оно будет означать возможность узнать о себе что-то новое. Для более продуктивной работы во время занятий вам необходимо в самом начале получить исходную информацию об уровне вашей коммуникабельности, общительности, организаторских способностях, эмоциональных проблемах в общении.</p> <p>Мы это сделаем с помощью 3 небольших тестов.</p> <p>1. «Какой я в общении?»</p> <p>Поэтому внимательно прочтите предложенные вам вопросы теста и ответьте на них с предельной искренностью и откровенностью. При этом вам следует отвечать «да», «да и нет», «нет». Выбирайте один из вариантов ответа, особенно не думайте над каждым вопросом. Еще раз обращаю ваше внимание на необходимость отвечать откровенно, так как это нужно прежде всего вам.</p> <p>А теперь сами вопросы.</p> <p>1. Много ли у тебя друзей?</p> <p>2. Всегда ли ты можешь поддержать беседу в обществе друзей?</p> <p>3. Можешь ли ты преодолеть замкнутость, стеснительность в общении с людьми?</p> <p>4. Бывает ли тебе скучно наедине с самим собой?</p> <p>5. Всегда ли ты можешь найти тему для разговора при встрече со знакомым?</p>	<p>Слушают учителя, отвечают на вопросы.</p>	<p>Познавательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- поиск и выделение информации,</li> <li>- умение строить речевое высказывание,</li> <li>- анализ объектов с целью выделения признаков,</li> <li>- синтез,</li> <li>- выбор оснований и критериев для сравнения,</li> <li>- классификация объектов,</li> <li>- подведение под понятие,</li> <li>- выдвижение гипотез; их обоснование,</li> <li>- сравнение, сериация, классификация,</li> </ul>

		<p>6. Можешь ли скрыть свое раздражение при встрече с неприятным тебе человеком?</p> <p>7. Всегда ли умеешь скрыть плохое настроение, не срывая злость на близких?</p> <p>8. Умеешь ли сделать первый шаг к примирению после ссоры с другом?</p> <p>9. Можешь ли удержаться от резких замечаний при общении с близкими людьми?</p> <p>10. Способен ли пойти в общении на компромисс?</p> <p>11. Умеешь ли в общении ненавязчиво отстаивать свою точку зрения?</p> <p>12. Воздерживаешься ли ты в разговоре от осуждения знакомых в их отсутствие?</p> <p>13. Если узнал о чем-то интересном, возникает ли желание рассказать об этом друзьям?</p> <p>Спасибо за искренность и откровенность!</p> <p>Посчитайте сумму набранных баллов и определите:</p> <p>-ты человек общительный, испытывающий большое удовлетворение от контактов с близкими, знакомыми и незнакомыми людьми;</p> <p>-ты в меру общительный человек, но в общении испытываешь некоторые затруднения;</p> <p>-ты человек стеснительный, замкнутый, в кругу знакомых в основном отмалчиваешься, общению с людьми предпочитаешь одиночество.</p> <p>2.Выявление и оценка коммуникативных и организаторских склонностей (качеств) (методика КОС—1)</p> <p>Вам нужно ответить на все предложенные 40 вопросов. Свободно выражайте своё мнение по каждому вопросу и отвечайте на них так: если ваш ответ на вопрос положителен («да»), то ставьте на листе ответов рядом с</p>	<p>Дети анализируют, делают выводы и фиксируют их в тетрадь.</p> <p>Дети воспроизводят ситуации общения.</p> <p>По итогам обсуждения, дети делают записи в тетрадь.</p>	<p>синтез.</p> <p>Регулятивные УУД:</p> <p>Принимать и сохранять учебную задачу</p> <p>Выдвигать версии</p> <p>Планировать деятельность</p> <p>Работать по плану</p> <p>Оценивать степень и способы достижения цели</p> <p>Осуществлять контроль и самооценку своих действий</p> <p>Коммуникативные УУД:</p> <p>Умение вести диалог</p> <p>Умение формулировать, высказывать и обосновывать свою точку зрения</p> <p>Навыки</p>
--	--	---	---	---

			<p>номером вопроса знак «+», если же отвечаете отрицательно («нет»), ставьте знак «—». Никаких дополнительных надписей и знаков давать не следует.</p> <p>Вам нужно ответить на все предложенные 40 вопросов. Свободно выражайте своё мнение по каждому вопросу и отвечайте на них так: если ваш ответ на вопрос положителен («да»), то ставьте на листе ответов рядом с номером вопроса знак «+», если же отвечаете отрицательно («нет»), ставьте знак «—». Никаких дополнительных надписей и знаков давать не следует.</p> <p>Методика констатирует лишь наличный уровень развития коммуникативных и организаторских склонностей в данный период развития личности. Они не останутся неизменными в процессе дальнейшего развития человека. При наличии мотивации, целеустремленности и надлежащих условий деятельности данные склонности могут развиваться.</p> <p>3.Методика диагностики «помех» в установлении эмоциональных контактов В. В. Бойко.</p> <p>Инструкция.</p> <p>Читайте суждения и отвечайте «да» или «нет»:</p> <p>Результат этого теста вы можете прочитать в рабочей тетради.</p>		<p>культурного общения, сотрудничества, взаимоуважения, умения договариваться</p>
4.	Рефлексия	<p>Самооценка учащимися результатов своей деятельности через отражение душевного, эмоционально-</p>	<p>Завершить нашу встречу я хочу легендой «Все в твоих руках». Когда-то давно на юге Африки жил умный, но очень гордый вождь. Весь день его состоял из облачения в изысканный наряд и разговоров с подданными о своем уме. Так шли дни за днями, годы за годами ... И вот прокатился странный слух, что в пустыне появился мудрец. Очень разозлился вождь: как можно называть какого-то старца самым умным человеком в мире? Но никому своего возмущения не</p>	<p>Ребята слушают легенду, которую читает учитель.</p>	<p>Регулятивные: - планирование своих действий, - различение способа и результата действий, - внесение необходимых</p>

	чувственного состояния после занятия.	показал, а пригласил мудреца к себе ... И вот настал день встречи. Собралось все племя, чтобы послушать самых умных людей в мире. Вождь сидел на высоком троне и держал в руках за спиной бабочку. К нему подошел небольшой худощавый мужчина, поздоровался и сказал, что готов ответить на любой вопрос. И тогда, нехорошо улыбаясь, вождь сказал: «Скажи мне, то, что я держу в руках, живое или мертвое?». Мудрец подумал, улыбнулся и ответил: «Все в твоих руках».		корректив в действие.
--	---------------------------------------	---	--	-----------------------

**Тема: «Как съесть слона, или учимся решать проблему»**

**Цель:** обучение осознанию своих проблем и поиску конструктивного способа их решения; развитие рефлексивного мышления; развитие умения адекватно оценивать и разрешать проблемы; рассмотрение зависимого поведения как деструктивного способа ухода от проблем; актуализация собственного опыта решения проблем.

**Задачи:** познакомить детей с понятием «проблема», научить детей осознавать и называть свои собственные переживания; развивать навыки общения и умения конструктивно разрешать конфликтные ситуации; ориентировать детей на развитие творческих способностей и воображения; развитие психологической культуры; формирование общественно активного коллектива; обучения культуре толерантного поведения к разным категориям людей; развитие способности к рефлексии; осознание многообразия мира и проявлений личности в этом мире.

**Оборудование:** тетрадь, карандаши, листы бумаги.

**Ход занятия:**

№	Этапы занятия	Задачи этапа	Содержание и деятельность учителя	Деятельность учащихся	Формируемые УУД
1.	<b>Организационный момент</b>	Настроить учащихся на работу, создать положительную эмоциональную атмосферу.	Здравствуйтесь, ребята! Давайте сегодня начнем наше занятие с добрых пожеланий друг другу.	Учащиеся по очереди дотрагиваются до своего соседа и говорят пожелания: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Желаю сегодня больше улыбаться</li> </ul>	Воспитание чувства ответственности за свои эмоции. Формирование познавательного

				<ul style="list-style-type: none"> <li>• желаю удачи</li> <li>• желаю верных друзей ( и т.д.)</li> </ul>	интереса к новому материалу. Личностные – мотивация к обучению и познанию;
2.	<b>Мотивационный этап</b>	Познакомить ребят с положительными моментами при решении проблемы, познакомить с несколькими способами решения проблемы.	Ребята! Но к сожалению у нас не всегда все получается как мы задумали иногда на нашем пути встречаются трудности. Сегодня мы с вами поговорим как с ними справиться. Они могут быть нам полезны. Решая проблему, мы получаем новую информацию.	Учащиеся слушают учителя.	Познавательные – умение структурировать знания, постановка и формулировка проблемы, умение осознанно и произвольно строить речевое высказывание
3. 3.1	<b>Практический этап</b> <b>Сказка «День рождения слона».</b>	Подача новой информации на основе имеющихся данных; задания на развитие познавательных процессов (восприятия, памяти, мышления, воображения) и творческих способностей	Прочитайте внимательно сказку и предложите свой логический выход внимательно сказку и предложите свой логический выход. Сказка «День рождения у слона». Вам нужно нарисовать разноцветный торт в виде слоненка и показать, как можно разделить этот торт на кусочки. Демонстрация рисунков учащихся. Все торт разделили разными способами, но у всех получилось равное количество кусочков. В жизни бывают задачи и труднее, чем	Учащиеся читают сказку.  Ребята делают вывод: проблему можно решить несколькими способами.	Коммуникативные – речевое высказывание, обсуждение. Познавательные – умение структурировать знания, логическая, установка причинно-следственных связей. Познавательные УУД: систематизировать материал, работать

3.2	Решение логической	Задания на развитие познавательных процессов (восприятия, памяти,	<p>съесть большой торт; но способ их решения может быть похожим на тот, который применяли друзья, чтобы съесть слона: надо разделить проблему на такие части, которые по отдельности можно решить, и это может помочь в решении главной проблемы.</p> <p>Решите проблемную задачу:</p> <p>Повадился Змей Горыныч деревни разорять и людей к себе в рабство уводить. Однажды схватил он детей и посадил в свою темницу: мол, подрастут к весне, тогда и будут работать на меня. Но дети были очень смекалистые: подняли такой шум и гам, что у Горыныча все 3 головы разболелись. Тогда решил он обхитрить детей и сказал: «Ладно, выпущу вас на волю, если принесете мне чистой ключевой воды, но с одним условием: воду чтобы принесли без посуды!» Согласились ребята, но как им решить эту проблему?</p> <p>Построение алгоритма решения.</p> <p>Это и есть тот «слон», которого надо</p>	Учащиеся совместно с учителем разрабатывают алгоритм решения задачи.	взаимодействовать в разных ситуациях, уметь составлять алгоритмы деятельности при решении проблемы, строить стратегии поведения, усвоить понятия коммуникативного барьера, понятия «коммуникабельность как черта личности»
-----	--------------------	---	--	--	--

	проблемной задачи	мышления, воображения) и творческих способностей. Развитие умения делить проблему на части и решать ее поэтапно.	съесть, та проблема, которую надо решить. Начнем делить проблему на части.  Это и есть тот «слон», которого надо съесть, та проблема, которую надо решить. Начнем делить проблему на части.		
3.3	<b>Я тебя понимаю</b>		Выберете человека, чье состояние и мысли вы сможете отгадать по глазам, по выражению лица, по позе и т. п.  Вам дается 3 минуты на то, чтобы письменно изложить, о чем думал выбранный человек во время занятия, какие чувства испытывал и т. д.	Ребята выбирают человека и описывают его мысли, чувства по глазам. Ребята зачитывают свои рассказы. Тот, чье состояние описывали, может прокомментировать этот рассказ. Если рассказанное соответствует его действительным мыслям и ощущениям, он может подтвердить правильность наблюдений. В противном случае он может опровергнуть догадки, указав на допущенные ошибки.	Коммуникативные – речевое высказывание, обсуждение, определять цель общения, слушать собеседника, рефлексировать, формулировать собственное мнение и позицию, с точностью и достаточной полнотой выражать свои мысли, приобрести навык эффективного поведения, преодолеть коммуникативный

					барьер.
4.	<b>Рефлексивный этап</b>	Обобщение нового материала; подведение итогов занятия.	Ребята давайте подведем итог нашего занятия. Я предлагаю вам написать синквейн на основе изученного материала. Синквейн – это пятистрочная строфа. И так проблема..... 1-я строка – одно ключевое слово, определяющее содержание синквейна; 2-я строка – два прилагательных характеризующих данное понятие; 3-я строка – три глагола обозначающих действие в рамках заданной темы; 4-я строка – короткое предложение, раскрывающее суть темы или отношение к ней;	Ребята зачитывают свои работы. Делаем вывод: что проблемы в жизни - это обычное и неизбежное явление. Поэтому нужно верить в себя, чтобы решать проблемы, прежде всего необходимо поверить в то, что выход всегда есть, все можно преодолеть. Жизненные проблемы не всегда связаны с угрозой жизни человека. Чаще всего они являются нормальной ситуацией, несущей в себе изменения.	Регулятивный – оценка, как умение выделить и осознать то, что усвоено; познавательные – умение структурировать знания, оценка результатов деятельности; коммуникативные – умение выражать свои мысли

**Тема: Интерактивная беседа «Мы - разные – мир наших эмоций»**

**Цель:** снятие эмоционального напряжения, формирование умений и навыков по сохранению и укреплению психического здоровья учащихся через овладение ими способами психической саморегуляции и активизацию личностных ресурсов, Создать условия для эффективного усвоения обучающимися учебного процесса и раскрытия своего эмоционального состояния.

**Задачи:**

- Развивать коммуникативные способности школьников, умение общаться в парах, коллективе;
- Дать учащимся представление о том, что такое эмоции. Положительные и отрицательные эмоции.
- Воспитывать нравственные ценности, уважение детей друг другу;

- Создать положительный настрой на дальнейшую совместную деятельность.

**Оборудование:** тетрадь, карандаши, листы бумаги.

**Ход занятия:**

№	Этапы занятия	Задачи этапа	Содержание и деятельность учителя	Деятельность учащихся	Формируемые УУД
1.	<b>Организационный момент</b>	Приветствие детей и проверка готовности к занятиям. Психологический настрой детей на проведение урока.	Здравствуйте ребята! Тему сегодняшнего занятия вы определите сами, но немного позже. С чего же мы начнем? А вот с чего...!Каждому из вас нужно нарисовать смайлик со своим настроением ,с настроением с которым вы пришли сегодня на урок.Ребята, посмотрите на смайлики. Что вы заметили?	Ребята рисуют смайлики. Затем вывешивают на доску. <u>Смайлики получились разные</u> – у кого то на «мордочке» грусть, а вот радость, кто –то изобразил растерянность, а вот печаль... <b>Вывод.</b> Каждый изобразил состояние своей души...и у всех оно разное	Воспитание чувства ответственности за свои эмоции. Формирование познавательного интереса к новому материалу. Личностные – мотивация к обучению и познанию; Регулятивные – волевая саморегуляция; коммуникативный – речевое высказывание
2.	<b>Мотивационный этап</b>	Познакомить ребят с положительными моментами при решении проблемы, познакомить с несколькими способами решения проблемы.	– Итак, ребята вы уже, наверное, поняли, о чём мы сегодня будем говорить на уроке. Кто догадался? А что такое эмоции? Кто может ответить? Тема нашего занятия: <b>«Мы - разные – мир наших эмоций»</b>	Дети отвечают на вопрос.  Мы будем говорить об эмоциях. Дети отвечают на вопрос. Эмоции – это наше отношение к происходящему. Наши переживания: радость, веселье,	Познавательные – умение структурировать знания, постановка и формулировка проблемы, умение осознанно и произвольно строить речевое высказывание

				печаль, горе, обида.	
3. 3.1	<b>Практический этап</b>  <b>Творческая работа.</b> <b>Мастерская сказки.</b>	<p>Подача новой информации на основе имеющихся данных; задания на развитие познавательных процессов (восприятия, памяти, мышления, воображения) и творческих способностей.</p> <p>Объяснить детям, что такое эмоции, как они выражаются, и какое значение они имеют для человека. Дать представления о положительных и отрицательных эмоциях.</p>	<p>– Вы, конечно, любите слушать всякие истории и умеете придумывать их сами. Придумаем сказку.</p> <p>В одном маленьком городе жила была Улыбка. Она была такая добрая, весёлая, жизнерадостная, красивая и т.д. что все люди были рады видеть её у себя в доме. Они приглашали Улыбку к себе в гости, старались её угостить, развеселить и подружиться с нею. А Улыбка рада была прийти в гости, пообщаться с людьми, развеселить их, помогала людям поднять настроение. И старалась никого не обидеть. Но вот однажды в городе появился очень странный человек. Он был угрюм, невесел, не хотел ни с кем общаться. Сахар ему казался несладким, молоко небелым, солнце – неярким, хлеб – сырым, а все дети – непослушными. Он сердился на всех и на всё. Закончите сказку позитивно!– Как вел себя невеселый человек, который никого не хотел видеть, ни с кем не хотел общаться. Опишите его. Как помочь этому человеку развеселиться,</p>	<p>Дети слушают сказку.</p> <p>Придумывают окончание сказки. Каждый читает свой вариант.</p>	<p>Коммуникативные – речевое высказывание, обсуждение.</p> <p>Познавательные – умение структурировать знания, логическая, установка причинно-следственных связей.</p> <p>Познавательные УУД: систематизировать материал, работать взаимодействовать в разных ситуациях, уметь составлять алгоритмы деятельности при решении проблемы, строить стратегии поведения, усвоить понятия коммуникативного барьера, понятия «коммуникабельность как черта личности»</p>

	<p><b>3. Какие бывают эмоции и чувства?</b> <b>Работа в тетради.</b></p>	<p>Задания на развитие познавательных процессов (восприятия, памяти, мышления, воображения) и творческих способностей. Развитие умения делить эмоции на положительные и отрицательные.</p>	<p>поменяться? Выслушиваются ответы учащихся. Правильно ребята! Нужно подарить этому человеку положительные эмоции. Вывод: эмоции бывают положительные и отрицательные.</p> <p>Выполним задание в тетради. В левый столбик запишите «отрицательные эмоции», а в правый столбик «положительные эмоции».</p> <p>Обсудите в группе и приведите примеры ситуаций, когда вы испытывали положительные и отрицательные эмоции.</p> <p>Какие эмоции можно назвать нашими друзьями?</p> <p>Правильно ребята, а от отрицательных эмоций надо избавляться.</p>	<p>Дети описывают.</p> <p>Невеселый, угрюмый, злой, с костылем в руках, топал ногами, кричал, ругался, пыхтел, хмурил брови, рычал, надувал щёки. Улыбнуться ему, пригласить в гости, устроить праздник, подружиться с ним</p> <p>Ребята работают в тетради, выполняют задание.</p> <p>Дети приводят примеры, когда они испытывают положительные эмоции, а когда отрицательные</p>	
3.3	<p>Упражнение «Эмоциональный термометр».</p> <p>Работа в тетради.</p>	<p>Определение чувств и эмоций по телесным проявлениям – через мимику и пантомимику.</p>	<p>Попробуйте составить и записать эмоциональный портрет своего вчерашнего дня. Оценивай, события дня с момента твоего пробуждения.</p> <p>Давайте рассуждать, почему ваше настроение менялось, что или кто влиял на ваше настроение.</p>	<p>Ребята участвуют в диалоге. Выделяют положительные и отрицательные факторы влияющие на настроение.</p>	<p>Коммуникативные – речевое высказывание, обсуждение, определять цель общения, слушать собеседника, рефлексировать, формулировать собственное мнение и</p>

					позицию, с точностью и достаточной полнотой выражать свои мысли, приобрести навык эффективного поведения, преодолеть коммуникативный барьер
4.	<b>Рефлексивный этап</b>	Обобщение нового материала; подведение итогов занятия.	<p>Эмоции помогают нам понять наших друзей, близких, их настроение, чувства. Через эмоции мы показываем другим людям и свое собственное настроение. Но нужно уметь управлять своими эмоциями. От вашего плохого настроения не должны страдать другие люди.</p> <p>«Учитесь властвовать собой» - советовал Пушкин.</p> <p>Нарисуйте два солнышка. На лучиках первого напишите положительные эмоции, а на втором солнышке напишите отрицательные эмоции. Какое солнышко закроем тучками.</p> <p>Спасибо за урок! Пусть в нашей жизни будет больше положительных эмоций!</p>	Рисуют солнышки с эмоциями.	<p>Регулятивный – оценка, как умение выделить и осознать то, что усвоено;</p> <p>познавательные – умение структурировать знания, оценка результатов деятельности;</p> <p>коммуникативные – умение выражать свои мысли</p>

### Практикум (тренинг) «Я умею преодолевать трудности и управлять собой»

**Цель:** формирование умения преодолевать жизненные трудности. Обучение приемам саморегуляции в моменты жизненных трудностей.

**Задачи:**

Научить понимать своё эмоциональное состояние;

Обучить навыкам поведения, способствующим эффективному преодолению нервно-психического напряжения.

Создать благоприятные условия для развития, обучения детей и сохранения их психологического здоровья.

**Оборудование:** шарик, цветок ромашки, тетрадь, карандаши, листы бумаги, у каждого ученика ручка.

**Ход занятия:**

№	Этапы занятия	Задачи этапа	Содержание и деятельность учителя	Деятельность учащихся	Формируемые УУД
1.	<b>Организационный момент</b>	Создать благоприятный психологический настрой на работу, установить эмоциональный контакт между всеми участниками занятия	Добрый день ребята! Сейчас я вам раздам шарики. Надуйте их, держите крепко. Вот также происходит и с людьми, когда их переполняют эмоции. А сейчас попробуем коснуться шарик иголкой. Что произошло? Что почувствовали вы? Тоже самое может произойти и с человеком в состоянии психологического напряжения. Человек ощущая стресс может «взорваться» (например совершить необдуманый поступок, обидеть своих близких	Дети надувают шарики. Каждый крепко держит свой шарик, не давая воздуху выходить.  Дети отвечают на вопросы.	Воспитание чувства ответственности за свои эмоции. Формирование познавательного интереса к новому материалу. Личностные – мотивация к обучению и познанию; Регулятивные – волевая саморегуляция; коммуникативный – речевое высказывание.

			людей). Правильный ли такой способ справляться со своими отрицательными эмоциями?		
<b>2.</b>	<b>Мотивационный этап</b>	Активизировать участников тренинга, настроить на предстоящую работу, поднять эмоциональный фон группы.	Эмоции и чувства в жизни человека играют гораздо более значительную роль, чем просто реакции на изменение внешнего или внутреннего состояния. Они могут захлестывать вас по какой-то причине, а иногда и без нее. Они могут побуждать к действиям, и тогда, оценивая их, можно прогнозировать свое поведение и поведение окружающих. Особенно это касается боли, чрезмерного эмоционального подъема, тревоги и страха. Эмоции могут выступать в роли аварийного сигнала, который может предупредить и дать определенное преимущество в разрешении трудной ситуации. Но они же могут блокировать психологические защиты и трезвую оценку	Учащиеся слушают учителя.	Познавательные – умение структурировать знания, постановка и формулировка проблемы, умение осознанно и произвольно строить речевое высказывание.

			<p>окружающей действительности. Таким образом – эмоции это хороший сигнализатор дискомфорта, но плохой советчик в решении проблем преодоления сложных ситуаций. Если хочешь принять верное решение – лучше не поддаваться эмоциям! Эмоции и чувства хороши, когда ты умеешь ими управлять!</p> <p>Тема нашего занятия: «Я умею преодолевать трудности и управлять собой».</p>		
3. 3.1	<p><b>Практический этап</b></p> <p><b>Работа в тетради.</b></p> <p><b>Выполняем задание в тетради.</b></p>	<p>Подача новой информации: учить ребят распознавать эмоциональные состояния по мимике, жестам, голосу, понимать чувства другого человека.</p>	<p><b>Продолжите фразу:</b></p> <p>Научившись контролировать и регулировать свое настроение, я получу такие преимущества, как....</p> <p>2. У каждого человека в течение жизни формируются собственные способы контроля своего настроения. Предлагаю принять участие в аукционе идей: "Как я справляюсь со своим плохим</p>	<p>Ребята работают в тетради. Продолжают фразу. Зачитывают свои предложения. Ребята записывают свои идеи. Затем делятся своими идеями, как каким способом контролировать свое настроение. В процессе общения</p>	<p>Коммуникативные – речевое высказывание, обсуждение. Познавательные – умение структурировать знания, логическая, установка причинно-следственных связей. Коммуникативные – речевое высказывание, обсуждение, определять цель общения,</p>

		<p>Формирование положительной эмоционально-волевой стабильности; создание доверительных отношений для самораскрытия, формирование положительной мотивации на сотрудничество, развитие коммуникативных навыков.</p>	<p>настроением?" Идея №1.... Идея №2.... Идея №3.... А сейчас выполним задание «Ассоциации». Тот, кто умеет управлять эмоциями и чувствами, считается волевым человеком!  «Если бы ваша воля была бы деревом, то каким?»... «Если бы ваша воля была бы погодой, то какой?»... Подумайте, как умение управлять собой, проявляется у школьника, а для этого необходимо закончить следующее предложение: «Если ученик умеет управлять собой, то он умеет..... «Трудно ли всегда управлять собой и что может помешать в этом, а то помочь?»</p>	<p>знакомятся с новыми способами контроля своих эмоций, каждый для себя открывает новые идеи. Ребята выполняют рисунки. 1. Изображают свою волю в виде дерева... 2. Рисуют погоду, которая соответствует их воле....  Делаем выставку рисунков с пояснением...  Ребята работают в тетради. Заканчивают предложения  Делятся своими мыслями: почему важно управлять своими эмоциями, что может мешать в этом.</p>	<p>слушать собеседника, рефлексировать, формулировать собственное мнение и позицию, с точностью и достаточной полнотой выражать свои мысли, приобрести навык эффективного поведения, преодолеть коммуникативный барьер Познавательные УУД: систематизировать материал, работать взаимодействовать в разных ситуациях, уметь составлять алгоритмы деятельности при решении проблемы, строить стратегии поведения, усвоить понятия коммуникативного барьера, понятия «коммуникабельность как черта личности».</p>
4.	Рефлексивный этап Упражнение– « Ромашка»	Подведение итогов занятия.	На доске висит ромашка. Учитель предлагает ученикам написать на лепестках , что понравилось на уроке, какие	Ребята выходят к доске и на лепестке ромашки записывают, что полезного узнали на занятии, какие	Регулятивный – оценка, как умение выделить и осознать то, что усвоено; познавательные – умение

			<p>эмоции получили ребята в процессе занятия. Дорогие ребята! Мне тоже было очень приятно с вами работать, общаться. Я получила только положительные эмоции. Спасибо за работу!</p>	<p>эмоции получили... (работа может выполняться индивидуально, в парах, по группам). Ученики зачитывают написанное.</p>	<p>структурировать знания, оценка результатов деятельности; коммуникативные – умение выразить свои мысли.</p>
--	--	--	---	---	---

### Практикум (тренинг) «Я умею справляться с плохим настроением»

**Цель:** Формирование у учащихся способности анализировать, адекватно оценивать свое состояние и управлять своими эмоциями.

**Задачи:**

- познакомить детей с понятием «настроение»;
- развивать умение определять эмоциональное состояние человека по мимике и жестам, по словесному описанию;
- познакомить со способами управления и регуляции настроения;
- создать благоприятные условия для эффективного межличностного общения;
- проведение упражнений, игр, способствующих сосредоточению внимания, активизации мыслительной деятельности учащихся

**Оборудование:** тетрадь, фломастеры, листы, ручки.

#### Ход занятия:

№	Этапы занятия	Задачи этапа	Содержание и деятельность учителя	Деятельность учащихся	Формируемые УУД
1.	<b>Организационный момент</b>	Настроить учащихся на работу, создать положительную эмоциональную атмосферу.	Здравствуйте ребята! Давайте поприветствуем друг друга. Сейчас я повернусь к тому, кто стоит слева от меня, назову имя ученика, улыбнусь и скажу ему добрые пожелания или	Ребята поворачиваются друг к другу, говорят теплые пожелания, комплименты своим друзьям. Ответы детей.	Воспитание чувства ответственности за свои эмоции. Формирование познавательного интереса к новому материалу. Личностные

			комплименты . Он повернется к своему товарищу слева и сделает то же самое, и так до тех пор, пока все участники не поприветствуют друг друга. Скажите какие эмоции вы испытывали когда слышали пожелания, комплименты в свой адрес?		– мотивация к обучению и познанию; Регулятивные – волевая саморегуляция; коммуникативный – речевое высказывание
2.	<b>Мотивационный этап</b>	Создание позитивного эмоционального фона. Обозначение формулы хорошего настроения, повышение мотивации к самоанализу, рефлексии	Каждый человек уникален, нужно уметь видеть в себе хорошее, надо любить себя и уважать свои положительные стороны. Тогда и другие люди будут относиться к тебе с уважением. От этого зависит наше настроение Тема нашего занятия «Я умею справляться с плохим настроением».	Учащиеся слушают учителя.	Познавательные – умение структурировать знания, постановка и формулировка проблемы, умение осознанно и произвольно строить речевое высказывание
3. 3.1	<b>Практический этап</b> <b>Работа в тетради.</b>	Создать благоприятные условия для эффективного межличностного общения в группе	Ребята, почему у нас может быть плохое настроение? Откройте тетради. Прочитаем интересную информацию. Что можно предпринять самому, если нужно успокоиться: • пить маленькими глоточками воду;	Дети отвечают на вопрос. Получил плохую отметку, обидел друг, грубо ответил сосед... Дети читают. Делаем паузы. Разбираем	Коммуникативные – речевое высказывание, обсуждение. Познавательные – умение структурировать знания, логическая, установка причинно-

		<p>Проведение упражнений, способствующих сосредоточению внимания, активизации мыслительной деятельности учащихся.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• принять горячий или контрастный душ;</li> <li>• сесть в удобное кресло или на диван;</li> <li>• закрыть глаза и медленно досчитать до ста;</li> <li>• поочередно напрягать и расслаблять группы мышц тела;</li> <li>• съесть несколько кусочков темного шоколада;</li> <li>• обустроить себе спальное место и спать не менее 8 часов;</li> <li>• совершать длительные пешие прогулки и т.д.</li> </ul> <p>Что можно предпринять самому если нужно принять решение:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• проговорить все возможные варианты вслух, сидя перед зеркалом;</li> <li>• взять лист бумаги и написать все возможные варианты, а потом проранжировать их, начиная с самого оптимального;</li> <li>• попробовать представить, как изменится ситуация, в случае принятия каждого из возможных решений и т.д.</li> </ul>	<p>конкретные рекомендации.</p> <p>Учащиеся участвуют в диалоге. Что предпринимают они, из предложенного, чтобы успокоиться, чтобы принять правильное решение.</p> <p>Учащиеся работают в тетради, находят и записывают способы как быстро успокоиться.</p>	<p>следственных связей.</p> <p>Познавательные УУД: систематизировать материал, работать</p>
--	--	---	--	---	---

		<p>Применение приемов и способов, помогающих справиться с плохим настроением,</p>	<p>Что можно предпринять самому если переполняет злость:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• сильно стучать по мягкому креслу или дивану;</li> <li>• сложить вместе 25 листов бумаги или взять старый журнал и поэтапно рвать его на маленькие кусочки;</li> <li>• громко покричать, уткнувшись лицом в подушку;</li> <li>• кидать в стену мягкие игрушки или мячик и т.д.</li> </ul> <p>Ребята, подумайте и постарайтесь ответить на следующие вопросы:</p> <p>Вас кто-то сильно разозлил и Вам нужно быстро успокоиться. Придумайте как можно больше способов, как можно это сделать</p> <p>Вам нужно быстро принять важное решение, придумайте как можно больше способов, как это сделать</p> <p>Вы поругались с кем-то, и вас переполняет злость. Придумайте как можно больше способов,</p>	<p>Придумывают и записывают способы принятия важного решения. Каждый записывает, способы погашения злости в себе. Затем делятся своими мыслями, рассуждают. Узнают новые способы поднятия настроения, как справиться с отрицательными эмоциями.</p>	<p>взаимодействовать в разных ситуациях, уметь составлять алгоритмы деятельности при решении проблемы, строить стратегии поведения, усвоить понятия коммуникативного барьера, понятия «коммуникабельность как черта личности»</p> <p>Коммуникативные —</p>
--	--	---	--	---	--

			<p>чтобы погасить эту злость</p> <p>Вспомните трудную (стрессовую) ситуацию, произошедшую с вами за последние две недели?</p> <p>Возьмите лист, цветные карандаши и расслабленной рукой начните рисовать любой рисунок: линии, пятна, фигуры и т.п. Постарайтесь полностью погрузиться в свои переживания, т.е. выбрать и провести линии в соответствии со своим настроением, как бы материализуя на бумаге свои переживания. Зарисовав весь лист бумаги, переверните его и на обратной стороне напишите 8-10 слов, отражающих ваше настроение, переживание. Пишите те слова, которые первыми приходят в голову, долго не думая. Затем еще раз посмотрите на рисунок, как бы заново переживая свое состояние, перечитайте слова и энергично с удовольствием разорвите его.</p>	<p>Ребята работают в листах бумаги, рисуют, пишут. Комкают бумагу и выбрасывают тем самым расстаются со своими переживаниями.</p> <p>Остается только хорошее настроение</p>	<p>речевое высказывание, обсуждение, определять цель общения, слушать собеседника, рефлексировать, формулировать собственное мнение и позицию, с точностью и достаточной полнотой выразить свои мысли, приобрести навык эффективного поведения, преодолеть коммуникативный барьер</p>
--	--	--	--	---	---

			Скомкайте изорванные куски листа и выбросьте их в мусорное ведро. Вместе с выброшенным рисунком вы избавляетесь от плохого настроения и вам становится легче. Настроение у нас снова хорошее.		
<b>4.</b>	<b>Рефлексивный этап</b> Творческое задание Картина «Хорошего настроения».	Развитие позитивной коммуникации, сплочение коллектива. Закрепление навыков самоанализа, содействие самораскрытию, активизация процесса рефлексии.	Ребята, закройте глаза, придумайте картину хорошего настроения, проявите фантазию. Нам нужно нарисовать общую картину, где каждый участник занятия будет рисовать 30 – 40 секунд. Потом он передает рисунок другому ученику. Вы все постарались! Молодцы! Каждый внес частичку хорошего настроения в нашу общую картину На этой позитивной ноте мы заканчиваем наш урок! Жду вас на следующее занятие с хорошим настроением!	Дети стараются, рисуют. Презентация эскиза. Картина получилась яркая, солнечная, целостная, красивая. Содержание картины и краски соответствуют нашему хорошему настроению!	Регулятивный – оценка, как умение выделить и осознать то, что усвоено; познавательные – умение структурировать знания, оценка результатов деятельности; коммуникативные – умение выражать свои мысли.

### Тема: Практикум (тренинг) «Я умею решать конфликты»

**Цель:** сформировать понятие «конфликт», разъяснить причины возникновения, конфликтов, рассмотреть виды конфликтов в обществе и способы их разрешения

**Задачи:**

- побуждать детей к осознанию негативных последствий неконструктивного разрешения конфликтов;
- развивать навыки саморегуляции;
- формировать умение договариваться в ситуации конфликта.

**Оборудование:** тетрадь, фломастеры, листы бумаги, ручки.

#### Ход занятия:

№	Этапы занятия	Задачи этапа	Содержание и деятельность учителя	Деятельность учащихся	Формируемые УУД
1.	Организационный момент	Настроить учащийся на работу, создать положительную эмоциональную атмосферу.	Здравствуйтесь ребята! Сегодня наше занятие мы посвятим общению. Общение с другими людьми играет большую роль в жизни каждого человека. Также важно уметь общаться, знать правила взаимоотношений.	Учащиеся слушают учителя.	Коммуникативные: - умение задавать вопросы, формулирование собственного мнения.
2.	Мотивационный этап	Эмоциональное объединение участников группы, создание ситуации комфортного общения.	Для того чтобы определить, о чём мы будем сегодня говорить на уроке, давайте представим себе, что две наши ладони - это два человека, которые выясняют между собой отношения. Хлопните в ладоши так, чтобы ваш хлопок показывал легкие разногласия между людьми. Теперь пусть ваш хлопок проиллюстрирует более сложные разногласия. Теперь хлопните, показав враждебные отношения между партнерами.	Учащиеся выполняют задание учителя.	Личностные: сформированность потребности в самовыражении и самореализации, позитивной моральной самооценки и

			Кто может определить, как называется подобное столкновение людей?		моральных чувств.
3.	Практический этап  Упражнение «Снежинка»	Организовать самостоятельное выполнение учащимися типовых заданий на новый способ действия, организовать самопроверку учащимися своих решений.  Развитие наблюдательности и концентрации внимания.	А сейчас выполним работу в тетради. Рубрика «Толковый словарь». Составьте определения следующих понятий: Дружба .... Ссора... Конфликт Слово «конфликт» латинского происхождения, в переводе означает столкновение. Причины конфликтов бывают самые разные: различия между людьми, неспособность понять другого человека, расхождение взглядов на ту или иную ситуацию  Ребята, сейчас мы выполним упражнение «Снежинка». Перед вами лежат белые листы бумаги. Положите их перед собой и выполняйте мое задание. Сверните лист пополам и оторвите левый нижний угол, сверните еще раз пополам и оторвите левый верхний угол, и еще раз сверните пополам и оторвите правый верхний угол. Теперь разверните и посмотрите листы друг друга. Что вы видите? Что это значит? Какие еще способы решения конфликтов есть? Запишите свои варианты. Все конфликты происходят от того, что люди не знают как выйти из них, как их предотвратить. Рассмотрим варианты поведения при которых можно избежать конфликтов.	Ребята работают в тетрадях. Дают определение понятиям. Например. Дружба – мир, согласие. Ссора - разногласия, обида. Конфликт – злость, вражда. Дети зачитывают свои ответы. Учащиеся выполняют задания. У всех листы выглядят по-разному. Дети делают вывод.  Дети записывают свои варианты. Делятся с друзьями.	Познавательные: - поиск и выделение информации, - умение строить речевое высказывание, - анализ объектов с целью выделения признаков, - синтез, - выбор оснований и критериев для сравнения, - классификация объектов, - подведение под понятие, - выдвижение гипотез; их обоснование, - сравнение, сериация, классификация, синтез.

			<p>1. Имейте свою четкую позицию, но не пытайтесь навязать ее окружающим..</p> <p>2. Будьте добрее и терпимее.</p> <p>3. Расставляйте приоритеты – не всегда ситуация, из-за которой конфликт вот-вот разгорится, стоит того.</p> <p>4. Помните о своем эмоциональном состоянии: если эмоции зашкаливают, лучше повременить с разрешением ситуации, ведь эмоции – не самый хороший советчик.</p> <p>5. Относитесь к ситуациям с юмором.</p> <p>6. Давайте людям право на ошибку.</p> <p>7. Не переходите на личности: оценивайте ситуацию в целом, а не человека.</p> <p>Можно избежать конфликта, если вовремя заметить его признаки.</p> <p>Например. Человек стал громко говорить, у него покраснело лицо.</p> <p>Запишите свои способы решения конфликтов.</p> <p>Всегда ли можно избежать конфликтных ситуаций?</p> <p>Допишите свои варианты.</p>		<p>Регулятивные УУД:</p> <p>Принимать и сохранять учебную задачу.</p> <p>Выдвигать версии.</p> <p>Планировать деятельность.</p> <p>Работать по плану.</p>
4.	Рефлексия	<p>Самооценка учащимися результатов своей деятельности через отражение душевного, эмоционально-чувственного состояния после занятия.</p>	<p>Ребята подведем итог нашему занятию! Выведем несколько законов (правил), которыми необходимо пользоваться, если вы попали в неприятную ситуацию.</p> <p>Обведите свою ладонь и на каждом пальчике напишите такой закон, который поможет избежать конфликта.</p> <p>Как вы думаете, помогут вам новые знания избегать стрессовых ситуаций?</p> <p>Я желаю вам пользоваться этими законами в жизни и избегать конфликтных ситуаций.</p>	<p>Ребята обводят свои ладошки, записывают законы.</p>	<p>Регулятивные:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- планирование своих действий,</li> <li>- различение способа и результата действий,</li> <li>- внесение необходимых корректив в действие.</li> </ul>

**Тема: «Стыдно ли бояться?»**

**Цель:** осознание подростками своих особенностей, научиться решать проблемы, обрести уверенность в собственных силах, преодолеть подростковый кризис.

**Задачи:** формирование интереса к психологии; развитие навыков эффективного общения; развитие умений адекватно выражать свои чувства, эмоции; развитие навыков конструктивного поведения в конфликтных ситуациях; развитие познавательных процессов, креативности; создание мотивации для дальнейшего саморазвития личности.

**Оборудование:** тетрадь, карандаши, листы бумаги.

**Ход занятия:**

№	Этапы занятия	Задачи этапа	Содержание и деятельность учителя	Деятельность учащихся	Формируемые УУД
1.	<b>Организационный момент</b>	<p>Формирование положительной установки учащихся на занятие.</p> <p>Обобщение опыта и знаний подростков об эмоциональных проявлениях в общении; анализ психологической природы страха.</p>	<p>Добрый день ребята! Я рада вас всех видеть на нашем занятии.</p> <p>Давайте мы с вами поприветствуем друг друга, подарим своим друзьям улыбку. А сейчас встанем в круг и поочередно будем передавать мячик друг другу, называя свое имя и одно положительное качество которое вы цените в себе.</p> <p>Замечательно! Надеюсь, эти положительные качества, которые вы отметили в себе помогут вам справиться с упражнениями нашего урока.</p> <p>Зачастую, люди не видят в себе сильные качества личности, не верят в свои силы.</p>	<p>Учащиеся делают круг, берутся за руки, дарят друг другу положительные эмоции.</p> <p>Передают мяч, называют одно свое положительное качество.</p>	<p>Познавательные УУД: учиться осознавать и анализировать изменения в самом себе; уметь формулировать собственные проблемы</p> <p>Регулятивные УУД: осознавать свои личные качества, способности и возможности; осознавать свои эмоциональные состояния и учиться саморегуляции;</p> <p>Коммуникативные УУД: учиться строить взаимоотношения с окружающими; учиться толерантному отношению к другому</p>

					человеку.
2.	<b>Мотивационный этап</b>	Создание мотивации для дальнейшего саморазвития личности. Развитие умения взаимодействовать в группе, сплочение группы.	Примером к этому обсуждению может стать известная притча. «Куда ты идешь?», – спросил странник, повстречавшись с Чумой. «Иду в Багдад. Мне нужно уморить там пять тысяч человек». Через несколько дней тот же человек снова встретил Чуму. «Ты сказала, что уморишь пять тысяч человек, а умерло пятьдесят!», - упрекнул он ее. «Нет, - возразила она, - я погубила только пять тысяч. Остальные умерли от страха». Так же можно вспомнить выражение «у страха глаза велики», « Волков бояться в лес не ходить»	Учащиеся внимательно слушают притчу. <b>Делают вывод.</b> Страх начинает регулировать наше поведение, может сыграть роль « пророчества»	Познавательные УУД обогатить представления о собственных ценностях и их роли в жизни; уметь формулировать собственные проблемы Регулятивные УУД: осознавать свои личные качества, способности и возможности; Коммуникативные УУД: учиться строить взаимоотношения с окружающими; учиться конструктивно разрешать конфликтные ситуации; формулировать свое собственное мнение и позицию;
3. 3.1	<b>Практический этап</b> <b>Работа в тетради.</b> <b>Выполняем упражнение «Закончи предложение».</b>	Формирование навыков преодоления тревожности и адекватного поведения в ситуациях вызывающих тревогу, страх.	Можно ли полностью победить страх? Нужно ли это? Что будет с человеком, если он полностью освободится от страха? Страх многолик. Страх за себя, за близкого человека, страх перед будущим, страхи, связанные с конкретными ситуациями и событиями, страх как предостережение, страх как «наказание». Ребята, откроем тетради. Выполним	Учащиеся слушают учителя.  Ребята работают в тетради. Заканчивают предложения.	Развивать умения высказывать своё отношение к окружающему, выражать свои эмоции. Формировать мотивацию к обучению и целенаправленной познавательной

			<p>задание № 1  <b>«Закончи предложение»</b>          Дети обычно боятся...          Взрослые обычно боятся...          Мама обычно боятся...          Учителя обычно боятся...  <b>Вычеркни</b> те высказывания, с которыми ты не согласен.          - Бояться стыдно.          - Все люди иногда боятся.          - Мальчик не должен бояться.          Каждый человек может иногда чего – то бояться, и страх – это не то, чего следует стыдиться, хотя и полезно учиться его преодолевать.</p>	<p>Зачитывают свои предположения: чего могут бояться дети, родители, учителя.           Учащиеся продолжают работать, приходят к выводу.          Каждый человек может иногда чего – то бояться, и страх – это не то, чего следует стыдиться, хотя и полезно учиться его преодолевать.</p>	<p>деятельности.          Коммуникативные УУД: Развивать умения слушать и понимать других.          Развивать умения договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.</p>
3.2	<b>Работа в тетради. Задание № 2</b>	Осознание подростками своей индивидуальности учиться выходить из трудных жизненных ситуаций, обрести уверенность в собственных силах.	<b>Вспомни ситуацию</b> , когда ты победил свой страх, помог кому – то и совершил свой маленький подвиг. Опиши, как это было и нарисуй.	<p>Дети вспоминают неприятную ситуацию, описывают ее =, делают рисунок.          Делятся своими переживаниями. А главное рассказывают, как она победили свой страх.</p>	<p>Познавательные УУД обогатить представления о собственных ценностях и их роли в жизни; уметь формулировать собственные проблемы          Регулятивные УУД: осознавать свою долю ответственности за чувства, мысли и поступки; учиться прогнозировать последствия собственных поступков.</p>
3.3	<b>Выполнение задания в тетради.</b>	Развитие эмоционального	Страх приносит с собой образы, звуки, запахи, вкус и даже прикосновения. Но это	Учащиеся читают текст в тетради.	Регулятивные УУД. Развивать умения

		интеллекта. Развитие проявлений разных чувств, умения отслеживать у себя различные негативные эмоции.	означает лишь одно – его можно изучить, за ним можно наблюдать. Только тот, кто сразу не закрывает глаза, а изучает страх, способен его победить. Тот, кто был во власти страха, имеет против него иммунитет. У одних пропадает дар речи, другие начинают кричать, третьи закрывают глаза, у четвертых подкашиваются ноги, пятые дрожат, как осиновый лист... Расскажи, что с тобой происходит, когда ты испытываешь страх. Что ты видишь, что ты слышишь, какие запахи тебя окружают, какой страх на вкус и каково его прикосновение. Что тебе хочется сделать, когда ты боишься	Отвечают на вопросы. Когда я испытываю страх я слышу..... Я вижу..... Я испытываю страх на вкус....и т.д.	высказывать своё предположение на основе выполненных упражнений. Коммуникативные УУД: Развивать умения слушать и понимать других. Познавательные УУД Развивать умения извлекать информацию из текстов. Развивать умения делать выводы на основе анализа речевого материала.
4.	<b>Рефлексивный этап</b> Упражнение «Дерево моего настроения»	Подведение итогов проведенного занятия. Получение обратной связи. Развитие осознания своих изменений, мотивации подростков к позитивному самоизменению.	Ребята, для меня очень важно ваше мнение о том насколько интересно и хорошо вам было на нашем уроке. Для того чтобы это определить, я предлагаю вам выполнить задание «Дерево моего настроения» Если вы чувствовали себя на уроке комфортно, то на дереве будут появляться яблоки красного цвета, если испытали отрицательные эмоции вешайте яблоки зелёного цвета. Закончить наш урок я хочу словами Сократа Счастье обеспечивается материальными благами; но основная опора его – моральные ценности.	Ребята выходят к доске, вешают на дерево яблоки.	Личностные результаты: Уметь в ходе личностной саморефлексии определять свою систему ценностей в общих ценностях . Признавать общепринятые моральные нормы. Регулятивные УУД: уметь планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её

			Спасибо, ребята за сотрудничество! Мне было сегодня комфортно работать с вами. До встречи!		реализации.
--	--	--	--	--	-------------

**Тема: «Имею ли я право сердиться и обижаться?»**

**Цель:** Развитие эмоциональной сферы подростков, рефлексии эмоциональных состояний, способности к адекватному самовыражению чувств и эмоций.

**Задачи:**

- Развивать коммуникативные способности школьников, умение общаться в парах, коллективе.
- Дать учащимся представление о том, что такое обида.
- Воспитывать нравственные ценности, уважение детей друг другу;
- Создать положительный настрой на дальнейшую совместную деятельность.

**Оборудование:** тетрадь, карандаши, листы бумаги, карточки.

**Ход занятия:**

№	Этапы занятия	Задачи этапа	Содержание и деятельность учителя	Деятельность учащихся	Формируемые УУД
1.	<b>Организационный момент</b>	Формирование положительной установки учащихся на занятие. Создание эмоционального настроения, развитие групповой сплоченности детей.	Здравствуйте, ребята! Давайте поприветствуем друг друга. Улыбнемся друг другу. На слог «здравст» вы должны хлопнуть в ладоши, на слог «вуй» хлопнуть по ладошкам соседей, стоящих справа и слева, на слог «те» хлопнуть по ладошкам стоящим слева...	Ребята приветствуют друг друга. Выполняют упражнения.	<p>Познавательные УУД: учиться осознавать и анализировать изменения в самом себе; уметь формулировать собственные проблемы</p> <p>Регулятивные УУД: осознавать свои личные качества, способности и возможности; осознавать свои эмоциональные состояния и учиться саморегуляции;</p> <p>Коммуникативные УУД:</p>

					учиться строить взаимоотношения с окружающими; учиться толерантному отношению к другому человек.
2.	<b>Мотивационный этап</b>	Создать положительный настрой на дальнейшую совместную деятельность.	Мы урок начинаем в хорошем настроении. А сейчас послушайте меня и постарайтесь ответить на мои вопросы. О каком чувстве идет речь, если человек выглядит следующим образом: у него сдвинуты брови, на лице злость, затрудненное дыхание? Ему хочется плакать, уйти, все бросить, ощущение, что с ним поступили несправедливо. - Бывает так, что люди, часто испытывающие чувство обиды, считают, что во всем виноваты они. Испытывают переживания по этому поводу, им стыдно, думают, что у них нет права выражать эти эмоции в обществе. Как бы вы сформулировали данную проблему? Тема нашего занятия сегодня. «Имею ли я право сердиться и обижаться?»	Учащиеся слушают учителя. Отвечают на его вопросы.  Человек испытывает чувство обиды.  Дети отвечают на вопрос. Можем ли мы сердиться и обижаться.	Коммуникативные УУД: Умение участвовать в коллективном общении и взаимодействии. Познавательные УУД: анализ понятия с выделением существенных и несущественных признаков.

<p><b>3.1</b></p>	<p><b>Практический этап.</b> <b>Работа в тетради.</b> <b>Выполнение упражнения «Детские обиды»</b></p>	<p>Формирование представления о том, что гнев и обида не всегда имеют отрицательное влияние на самочувствие человека, у данных эмоций есть свои защитные функции.</p>	<p>Я думаю, вы со мной согласитесь, что чувство обиды испытывали все. Вспомните случай из детства, когда вы почувствовали сильную обиду. Вспомните свои переживания и нарисуйте либо опишите их – в любой (конкретной или абстрактной) манере. Как вы сейчас относитесь к этой обиде (нарисуйте или опишите)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Что такое обида?</li> <li>• Как долго сохраняются обиды?</li> <li>• Справедливые и несправедливые обиды.</li> </ul>	<p>Учащиеся слушают учителя.</p> <p>Работают в тетрадях. Пытаются описать, изобразить чувство обиды.</p> <p>Ребята, принимают участие в диалоге.</p>	<p>Познавательные УУД: учиться осознавать и анализировать изменения в самом себе; обогащать представления о собственных ценностях и их роли в жизни; уметь формулировать собственные проблемы</p> <p>Регулятивные УУД: осознавать свои личные качества, способности и возможности; осознавать свои эмоциональные состояния и учиться саморегуляции;</p>
<p><b>3.2</b></p>	<p><b>Работа в тетради.</b> <b>Придумать рассказ «Подросток рассердился»</b></p>	<p>Способствовать осознанию своей эмоциональной сферы, осознание важности эмоций в жизни человека, формирование у них способностей распознавать и анализировать разные виды поведения.</p>	<p>Вспомните ситуацию, когда чувствовали обиду или злость. Выполните следующие упражнения. Придумайте рассказ о подростке, который очень сильно на кого – то рассердился или обиделся. Рассказ называется «Подросток рассердился». Каждый человек имеет право чувствовать себя в каждой конкретной ситуации так, как он себя чувствует. Другое дело, что человек дальше</p>	<p>Дети зачитывают свои рассказы.</p> <p>Учащиеся слушают учителя.</p> <p><b>Учащиеся делают вывод.</b> Человек может грустить, переживать, обижаться. Но он не должен</p>	<p>Познавательные УУД: обогащать представление о собственных ценностях и их роли в жизни; уметь формулировать собственные проблемы</p> <p>Регулятивные УУД: осознавать свои личные качества, способности и возможности; осознавать свои эмоциональные состояния и учиться саморегуляции; учиться прогнозировать последствия собственных</p>

			<p>делает со своими переживаниями. Есть люди, которые полностью погружаются в отрицательные переживания и не могут длительное время освободиться от них. С психологической точки зрения человеку полезно быть «в контакте с собой», т.е. понимать, что с ним происходит: грустить, когда грустно, злиться, обижаться. И в тоже время уметь вернуться к хорошему настроению.</p>	<p>зацикливаться на своих проблемах, обязательно нужно возвращаться к хорошему настроению.</p>	<p>поступков. Коммуникативные УУД: учиться конструктивно разрешать конфликтные ситуации; учиться правильно вести себя в ситуации проявления агрессии со стороны других;</p>
3.3	<p><b>Работа в тетради.</b> <b>«Копилка обид»</b></p>	<p>Развитие навыков управления эмоциональным состоянием, адекватного поведения в тревожных ситуациях</p>	<p>Ребята, давайте представим, что у каждого из вас есть копилка и не просто копилка, а копилка обид. Опишите «копилку» и поместить в нее все обиды, которые вы пережили до сегодняшнего дня. Придумайте, что можно сделать с этой копилкой</p>	<p>Ребята описывают копилку. По желанию описывают свои обиды, тревоги. Дети отвечаю на вопросы. Копилку нужно разбить. Нельзя жить прошлыми обидами, нужно от жизни получать больше позитивных моментов, хорошего настроения.</p>	<p>Личностные УУД: Развивать умения высказывать своё отношение к окружающему, выражать свои эмоции. Регулятивные УУД: Развивать умения высказывать своё предположение на основе выполненных упражнений.</p>

3.4	<p><b>Работа в тетради.</b> « Рисуем обиду»</p>	<p>Формирование навыков преодоления тревожности адекватного поведения в ситуациях вызывающих тревогу. Познакомить учащихся с упражнениями на снижение тревожности; помочь практически преодолевать скованность, неуверенность в себе.</p>	<p>Возможно, не все всем нравится в обстановке, в людях, в самом себе... Подумайте о том, что вас тревожит больше всего в данный момент (может быть, это недовольство, грусть, неприятный свет в классе и т. п.). Представьте себе, что мы пришли сюда поругаться и выразить друг другу свои претензии. Выскажите. Постарайтесь по возможности выразить все, что накопилось. А сейчас вообразим себе такую картину: «Закройте глаза и представьте, все, что мы написали здесь, вдруг превращается в легкие клубы пара, медленно поднимается кверху и исчезает в форточке или открытой двери». Скажите вам стало легче?</p>	<p>Учащиеся выполняют задание в тетради.</p> <p>Ребята, слушают учителя.</p> <p><b>Вывод.</b> Конфликтные ситуации, плохое настроение нужно отпустить.</p>	<p>Познавательные УУД: учиться осознавать и анализировать изменения в самом себе; уметь распознавать чувства других людей; Регулятивные УУД: осознавать свои личные качества, способности и возможности; осознавать свои эмоциональные состояния и учиться саморегуляции; овладеть навыками саморегуляции в общении со сверстниками и учителями; Коммуникативные УУД: учиться строить взаимоотношения с окружающими; учиться конструктивно разрешать конфликтные ситуации; отношению к другому человеку.</p>
-----	---	---	--	--	--

3.5	<p><b>Притча «Сердце и язык»</b></p>	<p>Создать положительную мотивацию и заинтересовать детей в занятиях.</p>	<p>В заключении хочу прочитать вам притчу «Сердце и язык» (Н.Пезешкиан, 1996) Один повелитель из древних времен размышлял над вопросами жизни. Поскольку его интересовала сущность добра и зла, он приказал своему слуге принести те органы, которые были бы лучше, ценнее и прекраснее всех. Слуга принес сердце и язык зверя. Господин посмотрел на органы, подумал об их смысле и на этот раз послал слугу принести отвратительнейшие и худшие органы. Тот пошел и снова принес сердце и язык. Повелитель удивленно взглянул на своего слугу: «Ты приносишь сердце и язык как лучшие органы, но в то же время и как худшие, почему?» слуга уверенно ответил: «Если то, что чувствует и думает человек, идет от чистого сердца, и язык говорит только честно, в таком случае сердце и язык – ценнейшие органы. Человек, которому они принадлежат, чувствует себя здоровым и счастливым. Если</p>	<p>Учащиеся внимательно слушают притчу.</p>	<p>Познавательные УУД:  обогащать представления о собственных ценностях и их роли в жизни;  уметь формулировать собственные проблемы  Регулятивные УУД:  овладевать навыками саморегуляции в общении со сверстниками и учителями;  научиться контролировать собственное агрессивное поведение;  осознавать свою долю ответственности за чувства, мысли и поступки;  учиться прогнозировать последствия собственных поступков.  Коммуникативные УУД:  учиться конструктивно разрешать конфликтные ситуации;  учиться правильно вести себя в ситуации проявления агрессии со стороны других;  учиться самостоятельно решать проблемы в общении с друзьями;  формулировать свое собственное мнение и позицию;  учиться толерантному</p>
-----	--------------------------------------	---	--	---	--

			<p>же сердце закрыто и скрывает свои чувства, а язык говорит лживое и несправедливое, то оба органа становятся истинным наказанием для человека, которому они принадлежат. Раздор, который они исторгают вокруг, заполняют его изнутри, и счастье и здоровье отворачиваются от него».</p> <p>Вопросы учащимся: можно ли теперь ответить на вопрос, поставленный в начале урока «Будет ли счастлив человек, скрывающий свои истинные эмоции»?</p>	<p>Отвечают на вопросы учителя. Делают выводы. Человек имеет право на разные эмоции. Я имею право сердиться и обижаться?</p>	отношению к другому человеку.
4.	<b>Рефлексия</b>	Подведение итогов учебного занятия.	<p>Что нового и полезного вы узнали сегодня на уроке?</p> <p>- Какое значение лично для вас имеет сегодняшний урок?</p> <p>- Какой вывод вы сделали сегодня для себя?</p> <p>А сейчас я прошу вас оценить себя на уроке. Перед вами лежат карточки, в которых нужно подчеркнуть фразы, характеризующие вашу работу на уроке по трем направлениям Урок - интересно, скучно, безразлично. Я на уроке – работал, отдыхал,</p>	<p>Ребята работают в карточках.</p> <p>Озвучивают работу по карточкам.</p>	<p>Регулятивные УУД: 1. Оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей. Осуществлять познавательную и личностную рефлексию. Коммуникативные УУД: Развивать умения слушать и понимать других. Учитывать разные мнения и интересы, обосновывать собственную позицию. Строить речевое высказывание в соответствии с поставленными задачами.</p>

			помогал другим. Ребята, наше занятие подошло к концу.		Познавательные УУД: Развивать умения делать выводы на основе анализа речевого материала.
--	--	--	--	--	---

### Тема: «Моя сила внутри меня»

**Цель:** подчеркнуть ответственность человека за свои чувства и мысли.

**Задачи:** обучать приемам саморегуляции; развивать положительные эмоции; тренировать доброжелательное отношение к людям; формировать представления о том, что такое дружба и каким должен быть друг; познакомить учащихся с правилами дружбы.

**Оборудование:** карточки для индивидуальной работы, карандаши, листы бумаги, мягкая игрушка.

#### Ход занятия:

№	Этапы занятия	Задачи этапа	Содержание и деятельность учителя	Деятельность учащихся	Формируемые УУД
1.	<b>Организационный момент</b>	Формирование положительной установки учащихся на занятие.	Педагог предлагает детям закончить предложение «Сегодня замечательный день, потому что ...», при этом бросает каждого по очереди мягкую игрушку «Солнышко».	Учащиеся делают круг, берутся за руки, дарят друг другу положительные эмоции. Передают мяч, называют одно положительное впечатление.	Познавательные УУД: учиться осознать и анализировать изменения в самом себе; уметь формулировать собственные проблемы Коммуникативные УУД: учиться строить взаимоотношения с окружающими; учиться толерантному отношению к другому человеку.
2.	<b>Мотивационный этап</b>	Создание мотивации для дальнейшего саморазвития личности.	«Самое длинное». Подросткам предлагается составить самое длинное предложение со словом «воля», затем со словом «терпение» и, наконец, со словом	Учащиеся выполняют задания, которые дает им педагог с помощью листов с упражнениями.	Познавательные УУД обогащать представления о собственных ценностях и их роли в жизни; уметь формулировать

		<p>Развитие умения взаимодействовать в группе, сплочение группы.</p>	<p>«сочувствие».  «Объясни значение». Подростки записывают в тетрадь качества человека, например: сердечный, интеллигентный. После чего по очереди пробуют как можно точнее объяснить значение каждого и наиболее точное объяснение записывают в тетради. Затем обсуждают, кому из ребят больше всего присуще данное качество.  «Прикоснись к своим соседям». По команде ведущего нужно быстро успеть обеими руками прикоснуться к тем или иным деталям одежды у соседей слева и справа (пуговица, подошва кроссовок, часы и т.п.).  «Внутренняя сила». Ведущий говорит о том, что у каждого есть какие-то качества, которые составляют его внутреннюю силу, помогают справиться со сложной ситуацией. Правда, не все знают о своей внутренней силе. И поэтому в трудные моменты не используют ее. Ждут внешней помощи, которая может и не прийти. У кого-то внутренняя сила заключается в силе воли и терпении, у кого-то – в</p>		<p>собственные проблемы  Регулятивные УУД:  осознавать свои личные качества, способности и возможности;  Коммуникативные УУД:  учиться строить взаимоотношения с окружающими;  учиться конструктивно разрешать конфликтные ситуации;  формулировать свое собственное мнение и позицию;</p>
--	--	--	--	--	--

			решительности. Далее подростки пишут в тетради заголовок «Моя внутренняя сила» и записывают под ним те качества, которые ее составляют. Если кому-то трудно это сделать, то помогает класс. Можно вывесить на доску плакат с возможными составляющими Внутренней силы.		
<b>3.1</b>	<b>Практический этап</b> <b>Выполняем упражнение</b> <b>Запиши свои ассоциации понятием: «Жизненный успех».</b>	Формирование навыков преодоления препятствий на пути к жизненному успеху.	Вы, наверное, все в будущем видите себя хорошими специалистами, удачными, перспективными, счастливыми... Одним словом – успешными. - Поднимите руки, кто хочет быть успешным? Все! Хотя, мы понимаем, что у каждого свой жизненный путь, и сложиться все может по-разному. Ребята, а как вы думаете, как это произойдет? Вы ляжете спать, а утром проснулись – бах!!! И вы успешный!? Запишите свои ассоциации понятия Жизненный успех.	Учащиеся слушают учителя. Ребята работают в листах с заданиями. Записывают свои представления о жизненном успехе. Зачитывают свои представления : жизненный успех выглядит как ... звучит как... Учащиеся продолжают работать, приходят к выводу о том, что жизненный успех достигается разными способами и что необходимо для этого сделать.	Развивать умения выказывать своё отношение к окружающему, выражать свои эмоции. Формировать мотивацию к обучению и целенаправленной познавательной деятельности. Коммуникативные УУД: Развивать умения слушать и понимать других. Развивать умения договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.
<b>3.2</b>	<b>Выполнение упражнения «Недописанный тезис».</b>	Осознание подростками своей индивидуальности	Ребята, сейчас я вам предлагаю поработать с листами с заданиями. Вам необходимо подумать и закончить тезис,	Учащимся предлагается закончить каждый тезис. При желании каждый тезис можно развить,	Познавательные УУД обогатить представления о собственных ценностях и их роли в жизни;

		учиться выходить из любых жизненных ситуаций, обрести уверенность в собственных силах.	который написан на листе.	привести в подтверждение тезиса различные доказательства. Делятся своими предложениями.	уметь формулировать собственные проблемы Регулятивные УУД: осознавать свою долю ответственности за чувства, мысли и поступки; учиться прогнозировать последствия собственных поступков.
<b>3.3</b>	<b>Работа со сказкой</b>	Развитие эмоционального интеллекта. Развитие проявлений разных чувств, умения отслеживать у себя различные негативные эмоции. Дифференциация эмоций, развитие понимания настроения другого, развитие эмпатии; повышение самооценки, значимости в коллективе.	Сказка о волчишке Джоне Жил в одном лесу волчишка Джон. Он был самым обыкновенным волчишкой – таким, как все: ходил в звериную школу, получал когда двойку, а когда четверку, любил каникулы и роликовые коньки. Но был он не очень счастливым. В школе учителя часто ругали его за грубость, а дома родители – за двойки, да еще иногда и лупили его. А однажды с ним случилось такое... Он сам не знает, как это пережил. Поделится с лучшим другом, но и тот его предал. Разве так можно жить? «Всем на меня наплевать. Почему я не такой, как они, - думал волчишка. – Зачем я родился? Мне лучше совсем не жить, чем жить так. Отравлюсь таблетками!» - решил он. Но от	Ребята слушают сказку, рисуют к ней иллюстрации.  Отвечают на вопросы. Когда я испытываю страх я слышу..... Я вижу..... Я испытываю страх на вкус....и т.д.	Регулятивные УУД. Развивать умения высказывать своё предположение на основе выполненных упражнений. Коммуникативные УУД: Развивать умения слушать и понимать других. Познавательные УУД Развивать умения извлекать информацию из текстов. Развивать умения делать выводы на основе анализа речевого материала.

			<p>таблеток волчишку только стошнило. А жизнь лучше не стала. Тогда посмотрел он на взрослых вокруг себя и решил подождать своей взрослости. «Вот вырасту я, вырастут мои зубы, вырастут когти, и я им всем отомщу!» Но потом посмотрел на взрослых получше и увидел, что эти страшные взрослые совсем не счастливые, не радостные. А кричат на детей, унижают их от бессилия, от горя в душе. «Нет, не буду я мстить, не буду ненавидеть, не буду за ними повторять, - решил волчишка, - жалко мне их». И вдруг обратил внимание на свое отражение в зеркале. Увидел глаза усталые, но добрые, плечи крепкие, ноги сильные.</p> <p>- А ведь я смогу, - сказал волчишка своему отражению. – Смогу быть счастливым. Надо только очень постараться, напрячь все свои силы и перестать бояться, что с тобой что-то случится, напрячь всю волю, пожалеть обидчиков, а еще обязательно поверить в свое счастье, в людей вокруг тебя!</p> <p>Сказал это сам себе волчишка, и</p>	
--	--	--	--	--

			<p>радостно забилося его сердце. И твердо раскрыл он дневник и учебники. Вспомнил про школу и сам себе проговорил:</p> <p>- Да, до победы еще далеко, и мне предстоит трудный путь, но я его одолею, потому что я так решил, потому что я чувствую в себе силы.</p> <p>авт. О.В.Хухлаева</p>		
4.	<b>Рефлексивный этап</b>	<p>Подведение итогов проведенного занятия.</p> <p>Получение обратной связи.</p> <p>Развитие осознания своих изменений, мотивации подростков к позитивному самоизменению.</p>	<p>Вопросы для обсуждения</p> <p>- Почему волчишка в начале сказки не чувствовал себя счастливым?</p> <p>- Что такое страшное могло с ним случиться?</p> <p>- Почему он решил отомстить взрослым?</p> <p>- Появляется ли у вас желание отомстить кому-то?</p> <p>-Что увидел волчишка во взрослых, когда посмотрел на них получше?</p> <p>- Почему это придало ему радость?</p>	<p>Ребята обсуждают прочитанное и делают выводы вместе с педагогом</p> <p>Ребята выходят к доске, вешают на доску свои иллюстрации.</p>	<p>Личностные результаты:</p> <p>Уметь в ходе личностной саморефлексии определять свою систему ценностей в общих ценностях . Признавать общепринятые моральные нормы.</p> <p>Регулятивные УУД:</p> <p>уметь планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.</p> <p>Коммуникативные УУД:</p> <p>Вести диалог, признавать возможности существования различных точек зрения и права каждого иметь свою.</p>

**Тема: «Мой дневник»**

**Цель:** создание в группе атмосферы доверия и открытости. Обучение способности высказывать свою точку зрения. Активизация процесса самопознания.

**Задачи:** обучать приемам саморегуляции; развивать положительные эмоции; тренировать доброжелательное отношение к людям; формировать представления о том, что такое дружба и каким должен быть друг; познакомить учащихся с правилами дружбы.

**Оборудование:** карточки для индивидуальных занятий, карандаши, листы бумаги, мяч.

**Ход занятия:**

№	Этапы занятия	Задачи этапа	Содержание и деятельность учителя	Деятельность учащихся	Формируемые УУД
1.	<b>Организационный момент</b>	Формирование положительной установки учащихся на занятие.	– Сейчас мы будем бросать друг другу этот мяч и тот, у кого окажется мяч, завершает фразу «Никто из вас не знает, что я (или у меня)...» Будьте внимательны и сделайте так, чтобы каждый принял участие в выполнении задания. У каждого мяч должен побывать много раз.	Дети сидят в кругу. Педагог бросает мяч в руки ребят.	Познавательные УУД: учиться осознавать и анализировать изменения в самом себе; уметь формулировать собственные проблемы Коммуникативные УУД: учиться строить взаимоотношения с окружающими; учиться толерантному отношению к другому человеку.
2.	<b>Мотивационный этап</b>	Создание мотивации для дальнейшего саморазвития личности. Развитие умения взаимодействовать в группе, сплочение группы.	Нельзя без разрешения читать чужой дневник, чужие письма, потому что можно нарушить «суверенность» внутреннего мира другого человека, то, куда никто не имеет права вторгаться.  – Наша тетрадь – это наш дневник. Все сделанные записи в нашей	Учащиеся отвечают на вопрос педагога, выражая свои мысли.	Познавательные УУД обогащать представления о собственных ценностях и их роли в жизни; уметь формулировать собственные проблемы Регулятивные УУД: осознавать свои личные качества, способности и

			тетради остаются в секрете, и никто не имеет права читать их без разрешения хозяина тетради, даже я (преподаватель). Как вы думаете, почему наш дневник называется «Ступеньки к своему Я»?		возможности; Коммуникативные УУД: учиться строить взаимоотношения с окружающими; учиться конструктивно разрешать конфликтные ситуации; формулировать свое собственное мнение и позицию;
<b>3.1</b>	<b>Практический этап</b> <b>Выполняем упражнение «Никто не знает».</b>	Формирование навыков преодоления тревожности и адекватного поведения в ситуациях вызывающих тревогу, страх.	Ребята, сейчас я вам предлагаю поработать в листах с заданиями. Вам необходимо подумать и записать ответы на вопросы, которые записаны на листе.	Учащиеся слушают учителя и приступают к выполнению задания.  Ребята работают с заданиями. Заканчивают предложения.	Коммуникативные УУД: Развивать умения слушать и понимать других. Развивать умения договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.
<b>3.2</b>	<b>Выполняем упражнение «Чего вы хотите достичь?»</b>	Развитие эмоционального интеллекта. Развитие проявлений разных чувств, умения отслеживать у себя различные негативные эмоции. Дифференциация	Запишите все, чего вы хотели бы достичь. Пусть вас не волнует порядок записи, доступность желаемого или его важность. Записывайте все, что приходит в голову.  Если вы хотите быть счастливым, что вам для этого необходимо? Это список того, что вы хотите иметь, чем заниматься, кем быть (например,	Учащиеся читают текст в тетради.  Ребята работают с заданиями. Заканчивают предложения.	Регулятивные УУД. Развивать умения высказывать своё предположение на основе выполненных упражнений. Коммуникативные УУД: Развивать умения слушать и понимать других. Познавательные УУД Развивать умения извлекать информацию из

		<p>эмоций, развитие понимания настроения другого, развитие эмпатии; повышение самооценки, значимости в коллективе.</p>	<p>врачом). Закончив список, включите в него то, что у вас уже есть и что вы хотели бы сохранить</p> <p>Если вы не хотите потерять что-либо в жизни, то сохранение этого потребует определенного времени.</p> <p>Распределите все желания на три категории:</p> <p>А – очень, очень важные для вас;</p> <p>Б – очень важные;</p> <p>В – просто важные.</p> <p>Если желание недостаточно важно, чтобы войти даже в категорию В, вычеркните его.</p> <p>Представьте, какое удовольствие вы получите от каждого пункта. Ну, как вы себя чувствуете? Что вы об этом думаете? Что вы почувствуете, когда все это станет безраздельно вашим?</p>	<p>Отвечают на вопросы, высказывают своё мнение.</p>	<p>текстов. Развивать умения делать выводы на основе анализа речевого материала.</p>
4.	<p><b>Рефлексивный этап</b> <b>Упражнение « Мнение»</b></p>	<p>Подведение итогов проведенного занятия. Получение обратной связи. Развитие осознания своих изменений, мотивации подростков к позитивному</p>	<p>Одной из последних процедур каждого занятия является анкетирование. Вам нужно ответить на вопросы анкеты, высказав свое мнение о прошедшем занятии.</p> <p>Отвечая на вопросы, будьте предельно откровенны, так как ваше мнение поможет ведущему продумать следующее занятие, сделать его более</p>	<p>Учащимся раздаются анкеты, дети их заполняют и отдают педагогу.</p>	<p>Личностные результаты: Уметь в ходе личностной саморефлексии определять свою систему ценностей в общих ценностях . Признавать общепринятые моральные нормы. Регулятивные УУД: уметь планировать свои</p>

		самоизменению.	полезным для вас и для группы в целом.		действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.
--	--	----------------	--	--	---

### Тема: «Я и мои друзья»

**Цель:** развитие эмоциональной сферы детей, обсуждение проблемы детской дружбы.

**Задачи:** создание положительной атмосферы в течение всего занятия; помочь детям запомнить друг друга и установить контакт; способствовать развитию взаимопонимания между детьми; с помощью проективных методов научить детей отслеживать собственные чувства, а также эмоции и переживания других людей; повысить уверенность ребенка в себе и своих силах; создание атмосферы сплочения, группового доверия и принятия.

**Оборудование:** листы с заданиями, карандаши, листы бумаги.

### Ход занятия:

№	Этапы занятия	Задачи этапа	Содержание и деятельность учителя	Деятельность учащихся	Формируемые УУД
1.	<b>Организационный момент</b> <b>Игра-приветствие</b> <b>«Здравствуйте, это я!»</b>  <b>«Поменяйтесь местами те, кто...»</b>	Формирование положительной установки учащихся на занятие.  Обобщение опыта и знаний подростков об	Для начала давайте познакомимся - На счет «раз-два-три» вы громко хором называете свое имя. Поняли? - А теперь на счет «раз-два-три» скажите шепотом свое имя. Услышали что-нибудь? - А сейчас я буду называть буквы алфавита, и у кого имя начинается на эту букву, поднимите руку (А,Б, В, О,У, Л, К,С, Т,Н,Ю,З, Р) Продолжим знакомство. Я предлагает поменяться местами всем тем, кто обладает каким-то общим признаком. Например, я скажу:	Учащиеся делают круг, дарят друг другу положительные эмоции.  Учащиеся выполняют задания педагога.	Познавательные УУД: учиться осознавать и анализировать изменения в самом себе; уметь формулировать собственные проблемы Регулятивные УУД: осознавать свои личные качества, способности и возможности; осознавать свои эмоциональные состояния и учиться саморегуляции; Коммуникативные УУД: учиться строить

		эмоциональных проявлениях в общении.	-Пересядьте те, у кого есть сестра, - Пересядьте те, у кого есть брат, кто любит мороженное, кто сочиняет стихи, кто лучше всех ездит на велосипеде, кто любит математику, кто учится на одни «4» си «5», у кого в одежде есть красный цвет, кто соблюдает режим дня, кто имеет настоящего друга или подругу, кто сам является хорошим другом, кто желает другим добра.		взаимоотношения с окружающими; учиться толерантному отношению к другому человеку.
2.	<b>Мотивационный этап</b>	Создание мотивации для дальнейшего саморазвития личности. Развитие умения взаимодействовать в группе, сплочение группы.	- Если у вас хорошее настроение, что вы можете подарить другим людям при встрече с ними? Как вы без слов сообщаете им о своем прекрасном настроении? Правильно, улыбкой. Сейчас я вам покажу картинки. Что это? (Облака). Посмотрите на облака. Что с ними? (У них разное настроение). А по каким признакам вы определили, что одни облака веселые, а другие грустные? (По улыбкам). Молодцы! Выберите облачко, у которого такое же настроение, как у вас. - Ребята, как вы думаете, почему мы все такие разные? Да потому, что каждый из нас имеет свои	Отвечают на вопросы учителя.	Познавательные УУД обогатить представления о собственных ценностях и их роли в жизни; уметь формулировать собственные проблемы Регулятивные УУД: осознавать свои личные качества, способности и возможности; Коммуникативные УУД: учиться строить взаимоотношения с окружающими; учиться конструктивно разрешать конфликтные ситуации; формулировать свое

			индивидуальные особенности - у нас разные темпераменты, характеры. Все мы воспитывались в разных семьях, с разными традициями, дружили с разными людьми – все это отложило на нас особый отпечаток. Каждый человек уникален и по-своему неповторим. И хотя мы такие разные, нужно научиться сосуществовать, дружить, общаться и терпимо относиться к особенностям характера и внешности других людей. Это важно помнить и в семье, и в обществе.		собственное мнение и позицию;
<b>3.3.1</b>	<b>Практический этап</b> <b>Выполняем упражнение «Мы разные, но похожие».</b>	Формирование навыков преодоления тревожности и адекватного поведения в ситуациях вызывающих тревогу, страх.	- Нас всех что-то объединяет, и мы чем-то отличаемся. - Сейчас я предлагаю разделить на команды или выйти 6 желающим и выполнить мои задания. -Вы можете легко и быстро построиться по росту. А построиться по цвету волос: от самого светлого, до самого темного. А теперь в алфавитном порядке по первой букве своего имени, но сделать это надо молча. (Варианты – по цвету глаз, по дате рождения, полу, цвету глаз и др.) -Легко ли Вам было выполнить мои задания?	Учащиеся слушают учителя. Учащиеся выполняют задание, приходят к выводу. Самое важное при общении с другими людьми - это владеть собой при общении, принимать чужое мнение, уметь слышать других, очень важно сформировать у себя привычку с уважением относиться к мнению других людей, и тогда многих проблем можно избежать.	Развивать умения высказывать своё отношение к окружающему, выражать свои эмоции. Формировать мотивацию к обучению и целенаправленной познавательной деятельности. Коммуникативные УУД: Развивать умения слушать и понимать других. Развивать умения договариваться и приходить к общему решению в совместной

			<p>-А почему?          (· не понимают друг друга;· не уступают друг другу;· не умеют сдерживаться;          · не принимают чужого мнения;· хотят всегда быть главным;· не умеют слушать других;· делают назло и т.д.)</p>		<p>деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.</p>
3.2	<p><b>Выполняем упражнение «Уступки»</b></p>	<p>Осознание подростками своей индивидуальности учиться выходить из трудных жизненных ситуаций, обрести уверенность в собственных силах.          Развивать умения отслеживать у себя различные негативные эмоции.</p>	<p>– Известно, что, отдавая другим, человек при этом больше получает, хотя с первого взгляда это не так уж очевидно. Любой широкий жест во имя других остается в памяти надолго. Тем не менее в каждом человеке есть собственническое начало, которое сдерживает благотворительные порывы. Давайте попробуем противопоставить эти два начала. Я предлагаю обсудить ваши сокровенные мечты. Ведь у каждого есть своя мечта, далекая, близкая, реальная или неосуществимая. Давайте поделимся своими мечтами друг с другом...</p> <p>А сейчас неплохо бы поразмышлять вслух: чем каждый из вас смог бы помочь в осуществлении заветной мечты. Что бы вы могли друг другу</p>	<p>Дети обсуждают свою мечту и пути ее реализации.</p>	<p>Познавательные УУД обогатить представления о собственных ценностях и их роли в жизни;          уметь формулировать собственные проблемы          Регулятивные УУД:          осознавать свою долю ответственности за чувства, мысли и поступки;          учиться прогнозировать последствия собственных поступков.</p>

			уступить, подарить, отдать?		
3.3	<b>Выполняем упражнение «Комплименты»</b>	Развитие эмоционального интеллекта. Развитие проявлений разных чувств, умения отслеживать у себя различные негативные эмоции. Дифференциация эмоций, развитие понимания настроения другого, развитие эмпатии; повышение самооценки, значимости в коллективе.	<p>- А теперь давайте немного разомнемся и поиграем. Вы же все любите, когда вас хвалят и говорят приятные вещи, не так ли? Предлагаю вам игру «Комплименты»!</p> <p>1. Что вы испытывали, произнося комплименты?</p> <p>2. Что вы чувствовали, когда вам говорили комплименты?</p> <p>3. Испытывали ли вы какие-то сложности в ходе придумывания комплементов? Какие?</p>	Дети бросают друг другу мяч и по очереди говорят что-нибудь приятное одному из участников группы. Имя соседа произносят в ласковой форме и говорят то, что в нем нравится (Например, «У Леночки красивые длинные волосы», «Надюша прекрасно рисует», «Димочка – хороший друг, он очень добрый»).	Регулятивные УУД. Развивать умения высказывать своё предположение на основе выполненных упражнений. Коммуникативные УУД: Развивать умения слушать и понимать других. Познавательные УУД Развивать умения извлекать информацию из текстов. Развивать умения делать выводы на основе анализа речевого материала.
4.	<b>Рефлексивный этап</b>	Подведение итогов проведенного занятия. Получение обратной связи. Развитие осознания своих изменений, мотивации	-Я буду называть качества Если этими качествами должен обладать друг - хлопаем в ладоши, если нет-топаем. <u>Честность</u> , грубость, ложь, <u>доброта</u> , <u>отзывчивость</u> , <u>умение поддерживать в трудную минуту</u> , насмешливость, <u>ответственность</u> , <u>отстаивать в беде</u> , <u>щедрость</u> , <u>капризность</u> , <u>надёжность</u> .	Выполняют упражнение «Хлопни в ладоши».	Личностные результаты: Уметь в ходе личностной саморефлексии определять свою систему ценностей в общих ценностях. Признавать общепринятые моральные нормы. Регулятивные УУД: уметь планировать свои

		<p>подростков к позитивному самоизменению.</p>	<p>Уважаемые ребята, впереди вас ждет много всего интересного. Вы сделаете нашу планету красивой. Но прежде вы должны вырасти настоящими людьми. А это значит: смелыми, отзывчивыми, вежливыми, добрыми, трудолюбивыми. Ведь делать добро, творить добро – это здорово. И по жизни вы должны идти именно этой дорогой.</p> <p>Друзья – это редкое богатство! Они заставляют тебя улыбнуться и подбадривают. Они готовы всегда выслушать тебя. Они поддерживают и открывают тебе свое сердце.</p> <p>Покажи своим друзьям, как они тебе дороги.</p> <p>- Спешите делать добро! Старайтесь каждый день приносить людям пользу!</p> <p>Ребята, а теперь я вам предлагаю сделать ХОРОВОД ДРУЖБЫ.</p>		<p>действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.</p> <p>Коммуникативные УУД: Вести диалог, признавать возможности существования различных точек зрения и права каждого иметь свою.</p>
--	--	--	--	--	--

**Тема: «Я не одинок в этом мире»**

**Цель:** развивать умение анализировать свои возможности, умение преодолевать трудности, противостоять непредвиденным жизненным ситуациям, способствовать желанию работать над собой, постигать себя;

**Задачи:** обсудить проблемы одиночества; помочь изменить отношение к проблеме одиночества; способствовать осознанию своих качеств и повышению самооценки: мотивировать учащихся к позитивному самоизменению; воспитывать интерес самому к себе.

**Оборудование:** листы с заданиями, карандаши, листы бумаги.

**Ход занятия:**

№	Этапы занятия	Задачи этапа	Содержание и деятельность учителя	Деятельность учащихся	Формируемые УУД
1.	<b>Организационный момент</b>	Формирование положительной установки учащихся на занятие.	Тема нашего занятия: «Я не одинок в этом мире». Мы постараемся посмотреть на себя как на индивидуальность, личность и определим роль каждой личности в окружающем нас мире. Выйти в центр круга, назвать своё имя и качество, присущее ему, начинающееся на ту же букву.	Учащиеся делают круг, дарят друг другу положительные эмоции.	Познавательные УУД: учиться осознавать и анализировать изменения в самом себе; уметь формулировать собственные проблемы Коммуникативные УУД: учиться строить взаимоотношения с окружающими; учиться толерантному отношению к другому человеку.
2.	<b>Мотивационный этап</b>	Создание мотивации для дальнейшего саморазвития личности. Развитие умения взаимодействовать в группе, сплочение группы.	- Сейчас мы выполним упражнение, которое ещё раз нам докажет, что все мы разные. Главное условие – не смотреть ни на кого и слушать инструкцию. Слушайте внимательно и выполняйте следующее: 1. Сложите лист пополам. 2. Оторвите правый верхний уголок.	У каждого участника одинаковой формы, размера, качества, цвета лист бумаги. Кругу и наугад выбирают одну из снежинок. Ведущий разрешает открыть глаза, разглядеть доставшуюся снежинку и	Познавательные УУД обогащать представления о собственных ценностях и их роли в жизни; уметь формулировать собственные проблемы Регулятивные УУД: осознавать свои личные качества, способности и

			<p>3. Опять сложите лист пополам.  4. Снова оторвите верхний правый уголок.  5. Сложите лист пополам.  6. Оторвите правый верхний уголок.  Разверните листы и положите их на пол в круг. Попробуйте найти среди остальных получившихся снежинок точно такую же, как у вас. Снежинки должны быть совершенно одинаковыми. Нашли?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Рассмотрите ещё раз все снежинки, представляя, что это люди. Мысленно ответьте на вопросы:</li> <li>- Какие чувства возникают при рассматривании листов?</li> <li>- Какие снежинки не нравятся, и что с ними хотелось бы сделать?</li> <li>- Что хочется сделать с теми снежинками, которые понравились?</li> <li>- Какие чувства они у вас вызывают?</li> <li>- Что испытывали во время упражнения?</li> <li>- Какой вывод вы сделали для себя?</li> </ul>	<p>почувствовать, что им нравится в ней, а что нет. Если досталась собственная снежинка, то решить, хочется ли что-то изменить, и что именно.  Как только участники начали размышлять над своим выбором, ведущий как бы размышляет вслух, говоря, что сейчас участники испытывают чувства, моделирующие ситуацию жизненного выбора с заранее неизвестными последствиями и готовность человека принять этот заранее неизвестный ему выбор.</p>	<p>возможности;  Коммуникативные УУД:  учиться строить взаимоотношения с окружающими;  учиться конструктивно разрешать конфликтные ситуации;  формулировать свое собственное мнение и позицию;</p>
--	--	--	---	---	--

<p><b>3.</b> <b>3.1</b></p>	<p><b>Практический этап</b> <b>Выполняем</b> <b>упражнение</b> <b>«Ласковое слово»</b></p>	<p>Формирование навыков преодоления тревожности и адекватного поведения в ситуациях вызывающих тревогу, страх.</p>	<p>Вспомните и запишите, какими ласковыми словами вы называете своих родных, близких, знакомых. Задумайтесь, в каких случаях вы это делаете чаще? Когда вам что-то требуется и вы обращаетесь с просьбой к этому человеку? Или когда у вас хорошее настроение? Часто ли вы делаете это? Если нет, то почему? Что мешает вам проявлять теплые чувства по отношению к людям? Что вы испытываете, когда называете людей ласковыми именами? А люди, к которым вы так обращаетесь, как они реагируют на ваше ласковое обращение?</p>	<p>Учащиеся слушают учителя.</p> <p>Ребята работают в тетради. Заканчивают предложения. Зачитывают свои предположения: чего могут бояться дети, родители, учителя.</p> <p>Учащиеся продолжают работать, приходят к выводу.</p>	<p>Развивать умения выказывать своё отношение к окружающему, выражать свои эмоции. Формировать мотивацию к обучению и целенаправленной познавательной деятельности. Коммуникативные УУД: Развивать умения слушать и понимать других. Развивать умения договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.</p>
<p><b>3.2</b></p>	<p><b>Выполняем</b> <b>упражнение</b> <b>«Подарок»</b></p>	<p>Осознание подростками своей индивидуальности учиться выходить из трудных жизненных ситуаций, обрести уверенность в собственных силах. Развивать умения отслеживать у себя различные</p>	<p>Сейчас, пожалуйста, встаньте в круг, рассчитайтесь по порядку и запомните свой номер. Здесь, в этой комнате, для каждого из вас есть небольшой подарок. Вспомните свой номер, под таким же номером вы найдёте свой подарок. И помните, ничто не случайно. То, что скажет твой подарок, - предназначается именно вам каждому.</p>	<p>Каждый находит в комнате листок (в виде сердца, звёздочки и др.) со своим номером, на обратной стороне которого написано пожелание.</p>	<p>Познавательные УУД обогащать представления о собственных ценностях и их роли в жизни; уметь формулировать собственные проблемы Регулятивные УУД: осознавать свою долю ответственности за чувства, мысли и поступки;</p>

		негативные эмоции.			учиться прогнозировать последствия собственных поступков.
3.3	<b>Выполняем упражнение «Побудь в роли школьного психолога»</b>	Развитие эмоционального интеллекта. Развитие проявлений разных чувств, умения отслеживать у себя различные негативные эмоции. Дифференциация эмоций, развитие понимания настроения другого, развитие эмпатии; повышение самооценки, значимости в коллективе.	А сейчас, ребята, я хочу предложить побыть вам в роли школьных психологов. Послушайте внимательно. К школьному психологу обратился ученик. «Помогите мне, пожалуйста. В последнее время я чувствую себя очень одиноким. Мне кажется, что я никому не нужен. Все началось с того, что у меня появился младший брат. Все внимание теперь уделяется только моему брату. А я одинок. Я не знаю, как мне быть. Я очень надеюсь на вашу помощь. Предлагая вам проработать в группах и выработать советы для этого ученика.	Ученики работают в группах. После этого представляют свои советы, которые обсуждаются. Отвечают на наводящие вопросы.	Регулятивные УУД. Развивать умения высказывать своё предположение на основе выполненных упражнений. Коммуникативные УУД: Развивать умения слушать и понимать других. Познавательные УУД Развивать умения извлекать информацию из текстов. Развивать умения делать выводы на основе анализа речевого материала.
4.	<b>Рефлексивный этап</b>	Подведение итогов проведенного занятия. Получение обратной связи. Развитие осознания своих изменений, мотивации подростков к позитивному самоизменению.	- Что вам дало сегодняшнее занятие - Что вы будете использовать в дальнейшей жизни - Наше сегодняшнее занятие подошло к завершению. Мы расстаёмся с надеждой на следующую встречу.	Ребята выходят к доске, вешают на дерево яблоки.	Личностные результаты: Уметь в ходе личностной саморефлексии определять свою систему ценностей в общих ценностях. Признавать общепринятые моральные нормы. Регулятивные УУД: уметь планировать свои

					действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.
--	--	--	--	--	---