

Занятие для обучающихся 3 класса по программе «Хочу быть успешным» на тему «Я изменяюсь».

Цель: осознание детьми происходящих в них по мере взросления изменений

Разминка «Ролевая гимнастика». Ведущий заранее готовит карточки с изображениями различных животных. Дети по очереди их изображают.

Основная часть.

Упражнение «Вспомни и сделай». Ведущий предлагает ребятам вспомнить основную мысль прошлого занятия и выполнить несколько заданий (подобных заданию «Умею остановиться» из прошлого занятия).

Упражнение «Я умею справляться с трудностями». Ведущий рассказывает учащимся о подвиге адмирала Ушакова.

Флоту под командованием адмирала Ушакова нужно было выполнить очень трудную задачу: победить турецкий флот. Шла русско-турецкая война. По русским кораблям стреляли турецкие береговые пушки и пушки с турецких кораблей. Русских кораблей было меньше, чем турецких. Матросам было трудно и страшно, что они проиграют битву. Но они все равно продолжали сражаться и победили. Ушаков стал героем России, и его именем назвали орден.

Затем дети отвечают на вопросы:

- Что сделали Ушаков и его верные матросы?
- Как же им удалось совершить подвиг? Ведь было очень трудно.
- Можно ли сказать, что преодоление трудностей – это путь к подвигу?
- Можно ли сказать, что если тебе трудно что-то делать, но ты все равно делаешь, то это хорошо, так как трудности помогают нам быть храбрыми и сильными?
- А какие трудности есть у учеников?
- Кто хочет научиться преодолевать трудности, то есть совершать подвиги уже сейчас, в школе?

Игра «Умение сдерживаться». Ведущий дает детям инструкцию: «Вам нужно выслушать вопрос, дождаться своей очереди и ответить одним предложением, нельзя выкрикивать с места, отвечать не по теме». Вопросы:

- Как зовут вашу маму?
- Что ты вчера делал?
- Какая твоя любимая игрушка?

Обсуждение игры.

Ответы на вопросы:

- Должен ли человек, взрослея, изменяться? Почему?
- Стараетесь ли вы изменять свое отношение к родителям, педагогам, друзьям по мере того, как взрослеете?

Рефлексия. Обмен мнениями.

Литература: О.В. Хухлаева «Тропинка к своему Я», М., изд-во «Генезис»,
Электронные ресурсы www.booksnake.net

«Я умею справляться с трудностями». Ведущий просит детей рассказать, как они

справлялись с трудностями на прошлой неделе и какие трудности у них были.

Занятие 3. Я умею слушать других

Разминка

«Ролевая гимнастика». Дети по очереди изображают различных домашних животных: коров, кошек, собак и т. п. (без карточек).

Основное содержание занятия

Задание на повторение «Я умею справляться с трудностями». Ведущий просит детей рассказать, как они справлялись с трудностями на прошлой неделе и какие трудности у них были.

«Слушать и слышать». Ведущий рассказывает детям историю про альпинистов.

Однажды группа друзей собралась в свой отпуск пойти на Эверест. Эверест – это высокая гора, залезть на которую, как известно, очень тяжело. И вот шли они по горным хребтам и ущельям, долго шли. Но, проходя рядом с глубоким обрывом, один молодой человек вдруг оступись, вскрикнул и упал бы в обрыв, если бы не удержался за край пропасти. Друзья уловили еле слышный крик о помощи и помогли своему товарищу. Молодой человек поблагодарил ребят и спросил: «Как же вы услышали меня, ведь это почти невозможно было сделать?» – «Да, действительно, тебя было почти не слышно, но ведь мы твои друзья. Тем более в горах надо всегда держать ухо востро».

После этого ребята отвечают на вопросы:

- Как вы думаете, почему туристы все-таки услышали зов о помощи своего товарища?
- Значит, действительно нужно уметь слышать других?
- Зачем нам нужно *слушать* и *слышать* других?
- Когда нужно слышать и слушать других? Приведите пример.
- Скажите, вам интересно слушать, когда говорят другие?
- Хочется ли нам это делать?

«Запомни ответ». Ведущий говорит: «А вот мы и проверим, умеете ли вы слушать других». Далее задает какой-нибудь вопрос, предупреждая, что спросит только трех человек. Задача детей – выслушать вопрос, не кричать с места, поднять руку и запомнить ответ другого ребенка. Примеры вопросов: «Что такое счастье? Как доставить маме радость?»

~ 12 ~

Разминка «Дети и взрослые»

«Мне опять пять лет»

предложите детям представить, что волшебник заколдовал их, превратив в пяти-шестилетних детей, и закончить от их лица предложения: «Я люблю...», «Я умею...» и т.п. «Если бы у меня был ребенок...».

Участники получают карточки с указанием различных действий, которые взрослые производят с маленькими детьми (кормят, одевают, качают, ведут гулять, умывают и т.п.). Указанные действия каждый невербально изображает классу, остальные отгадывают, что это за действие.

«Если ребенок плачет...»

ведущий говорит с участниками занятия о том, что нередко, встретив на улице плачущего малыша, взрослые не умеют его утешить. Ведущий сам определяет, у кого и почему это лучше получилось.

Основное содержание занятия

«Случай из детства»

Предложите детям вспомнить и рассказать какой-нибудь интересный случай из их детства. Ведущий также может стать рассказчиком, но только после того, как выскажется

большинство детей.

Для того чтобы настроить группу на рассказы, можно прочесть Один-два чужих «случая из детства», например, этот:

- Мама, я не пойду! Мамочка, ну, возьми меня к себе! Ну, ма-ам...

- Лена, я повторять не собираюсь: сегодня ты будешь спать у себя в комнате. Все, она ушла. Ну как они не понимают, что мне страшно, что я боюсь? И так целый день - сижу дома, болею, все одна да одна. Да еще мама не хочет меня слушать. Она говорит, что я трусишка и фантазерка. А я ничего не придумываю: ко мне вправду ночью приходит крыса. Я проснулась однажды: вокруг темно, а она, такая огромная и страшная, сидела на моем одеяле.

И вот я опять одна. Ладно, пока мамы нет, посмотрю -ка, что за книжки у нее на полочке стоят. Вот одна какая что за книжки у нее на полочке стоят. Вот одна какая красивая, с радугой... и как же взрослые разбираются в этих закорючках? Ну-ка, попробую

Раздайте детям таблички, которые они заполняются сами, а потом на доске заполняется общая табличка - «Мы».

РАНЬШЕ

СЕЙЧАС

Не умел ...

Умею...

Не любил...

Люблю...

Не хотел...

Хочу...

Не знал...

Знаю...

В ходе заполнения индивидуальных и общей таблиц обсудите с детьми сущность происходящих с возрастом изменений: человек меняется постоянно, но кто-то- в худшую

сторону, а кто-то становится лучше, умнее, сильнее. Поэтому важно решить для себя, каким ты хочешь стать. Важно знать, что именно хочешь изменить в себе.

«Каким я буду когда вырасту?»

Дайте детям следующую инструкцию: «Закройте глаза. Постарайтесь увидеть себя взрослым. Рассмотрите, как вы одеты, что вы делаете, какие люди окружают вас/Предположим, что эти люди к вам хорошо относятся. Почему? Может быть, вы отзывчивы, искренни, честны? За какие ваши качества вас можно будет уважать, ценить в будущем? Откройте глаза и расскажите друг другу, какими вы станете, когда вырастите, какие ваши качества будут нравиться окружающим».

Дети по очереди рассказывают о себе «взрослом», остальные стараются добавлять привлекательные качества, которым, по их мнению, будет обладать рассказчик в будущем. При выполнении последнего задания не забывайте напоминать детям, что речь идет о том, КАКИМИ они станут, а не КЕМ они станут.

«Я психологом родился.. -»

Это модификация известной детской игры «Я садовником родился...», только вместо цветков каждому из детей присваивается определенное привлекательное качество, и водящий из числа детей произносит зачин: «Я психологом родился, не на шутку рассердился, все черты мне надоели, кроме...» Далее все идет по известному сценарию: «...кроме Доброты!» «Доброта» отзывается: «Ой!» -«Что с тобой?» -«Влюблена!» - «В кого?» - «В Щедрость!» - «Ой!»- и т.д.

«Скажи так, чтобы тебе поверили»

Водящий садится на стул в центре круга, дети по очереди подходят к нему и произносят одну и ту же фразу: «У тебя красивые глаза», стараясь сказать это так, чтобы

водящий поверил ему. Затем обсуждается, кому поверил водящий и почему. После этого выбирается новый водящий и придумывается новый комплимент.
Основное содержание занятия

Занятие для обучающихся 2 класса по программе «Хочу быть успешным» на тему «Хочу вырасти интеллигентным человеком».

Цель:

-помочь детям осознать понятие «интеллигентный человек», обсудить проблему идеалов.

Разминка «Качества человека и поведение»
«Антонимы»

Предложите детям подобрать названия качеств, противоположные приведенным: упрямый/замкнутый, добрый, зависимый, деятельный, черствый (уступчивый, открытый, злой, независимый, пассивный, чуткий).

Упражнение «Улыбнись как...»

Ведущий просит ребят по очереди улыбнуться по-разному: как обаятельный человек, как замкнутый, эгоистичный. Затем обсуждается, чем различаются эти улыбки.

Упражнение «В ресторане».

Дети представляют себя посетителями ресторана, в котором они хотят заказать себе какое-то блюдо. По очереди они невербально пытаются показать, какое блюдо они выбрали. Водящему - официанту - необходимо понять их заказы.

Основное содержание занятия

«Кто такой интеллигентный человек?»

Ведущий беседует с детьми о том, что существует одно человеческое качество, которое ценилось и ценится во все времена. Это интеллигентность, т.е. обладание внутренней культурой. Предлагается составить коллективный портрет интеллигентного человека. Для этого детям поочередно предъявляются написанные на карточках качества человека, они обсуждаются, и те, которые будут сочтены подходящими к образу интеллигентного человека, прикрепляются к доске под надписью: «Интеллигентность».

Работа со сказкой(детям читают сказку).

«Я иду к своей звезде» (автор - Г.Кононенко)

Жил на свете Ветерок. Он гулял по свету, летал над полями, лесами и морями. Трава и цветы и склонились от его прикосновения. Иногда он свистел в кронах деревьев и раскачивал их в разные стороны.

Однажды Ветерок гулял над полем. Вдали показался человек, он шел по дороге.

«Дай-ка я над ним подшучу, - подумал Ветерок. - Посмотрим, как быстро он мне повинуется».

Ветерок подлетел ближе и стал легонько дуть. Казалось, человек не замечает этого.

Ветерок подул сильнее - человек все шел и шел. «Это уж слишком», - подумал Ветерок. Он собрал сил и стал дуть как никогда. Все вокруг пришло в движение. Пшеница тревожно пригнулась к земле - давно Ветер не появлялся в этих местах. А Ветерок все дул и дул, начиналась настоящая буря. Ветерок превратился в ураган, никто бы не смог устоять... а человек все шел и шел по дороге. Наконец Ветерок устал.

«Да что же это такое? - воскликнул Ветерок. - Как такое может быть?». Он подлетел к человеку, приземлился, и пошел рядом с ним.

- ош, человек, почему ты меня не слушаешься?

- Я иду по дороге, - тихо ответил человек.
- Ну и что! Я тоже иду по дороге. Многие ходили по дорогам, но меня всегда слушались: кто сворачивал, кто останавливался, а кто и обратно возвращался.
- Я иду к своей звезде, - сказал человек.
- Интересно... - Ветерок некоторое время помолчал - Пстой-ка, ведь сейчас день, никаких звезд не видно, только солнце светит.
- Я знаю. И все-таки я иду к своей звезде.
- Что же это за звезда такая? - подумал Ветерок - он идет к ней, и я ничего не могу с ним сделать.
- Спасибо тебе, - неожиданно сказал человек.
- За что?-удивился Ветерок.
За то, что ты устроил такую бурю. Теперь моя звезда горит ярче и освещает мой путь.
- Ничего себе, - подумал Ветерок - за бурю еще и спасибо говорит!
- Послушай, Человек, а где эта звезда находится? Покажи мне ее!
Человек ничего не ответил, повернулся к ветерку и посмотрел ему прямо в глаза. Глаза человека были такими яркими, что, казалось, они светятся изнутри.
- Я понял!!! - закричал радостно Ветерок, - я понял, где твоя звезда! Я все понял!
И от радости он подпрыгнул и полетел к самому небу. А человек все шел по дороге. Он шел к своей звезде.
Вопросы для обсуждения
- К какой звезде шел человек? Какие звезды могут быть днем?
- Что, по-вашему, увидел Ветерка в глазах человека?
- Почему человек поблагодарил Ветерок за бурю?
Обсуждение сказки.

Сказка же привела к удивительным выводам. Дети поняли ее так: человек в сказке шел за своим сердцем, за своими чувствами, за мечтой. Без бури звезда человека, его мечта может померкнуть. Чтобы хорошо видеть ее, обязательно нужны бури, нужны испытания.

Вопросы детям :

- Какие качества характеризуют интеллигентного человека?
- Хотели бы вы стать интеллигентным человеком? Что для этого нужно делать?

В ходе занятий на эту тему дети включили в портрет интеллигентного человека такие качества, как вежливость, доброту, неагрессивность ,порядочность, честность, открытость в общении.

Рефлексия. Обмен мнениями.

Литература : О.В.Хухлаева «Тропинка к своему Я», М.,изд-во «Генезис»,
Электронные ресурсы www.booksnake.net

Занятия 17 Хочу вырасти интеллигентным человеком

Разминка «Качества и превращения»

«Антонимы»

Для дальнейшего пополнения психологического словаря детей предложите им подобрать антонимы к следующим словам: решительный, вялый, справедливый, расслабленный, спокойный (нерешительный, энергичный, несправедливый, напряженный, суетливый).

«Поприветствуй меня, как...»

Участникам предлагается придумать приветствие партнеру, представив себя в роли тигра, слона, жирафа (вербально по выбору каждого). Затем смените жанр обращения: нужно похвалить, поругать, утешить партнера. Роли каждый участник может менять.

«Если ты корабль...»

Участникам нужно представить себя кораблями и ответить на вопросы ведущего: «Какой ты корабль? Куда ты плывешь, чего боишься? Какую погоду любишь?» и т.п.

Основное содержание занятия

«Кто может стать интеллигентным человеком?»

Ведущий заводит разговор о том, каким должен быть ученик сейчас, чтобы из него получился интеллигентный человек в будущем. Для начала можно предложить по высказываниям другим детей определить наличие у них предпосылок «интеллигентности»

«Один раз меня обозвал Алешка. Когда мы играем на крыше сарая, он сказал: «Трус не может прыгнуть с крыши». Там было очень высоко, но я прыгнул».

«Со мной сидит Сережа. Он мне на уроке мешает. Думают, что из-за него я получаю плохие отметки. Я от него устала и хочу, чтобы его пересадили».

«Если мне что-то не нравится, я говорю: «Отойди от меня» или начинают кричать. Но я всегда справляюсь с тем, кто мне мешает».

«Когда я была маленькой, я любила, чтобы все было по-моему. Но потом я перестроила себя»

«Я спокойная. Но я часто боюсь чего-нибудь. Я очень жалостливая. Мне надо было потверже».

Работа со сказкой

«Жила-была девочка» (автор -О.В.Хухлаева)

Жила-была на свете милая, славная девочка. Она мечтала о любви. Все девочки мечтают о любви, не так ли? Но эта девочка мечтала особенно сильно и J горячо. Ей верилось, что она когда-то встретит принца - голубоглазого и светловолосого. Он возьмет ее за руку и поведет ее по песчаной дорожке к солнцу.

Время от времени ей встречались принцы, но всегда оказывалось, что под их нарядной одеждой прячется совсем другое. Например, некоторые принцы оказались лягушатами с холодным сердцем, не умеющим любить. А некоторые были как мыльные пузыри: ткнешь палочкой-- и лопнут, потому что пустые внутри. Другие же были похожи на мусорные кучки, в которые были свалены кусочки Зависти, Жестокости и тому подобного добра. Но больше других ее разочаровали Крутые парни - те, кто за повадками львов прятали трусость и слабость.

Грустно стало девочке. И решила она пойти куда глаза глядят. Как-то идет и видит: в траве что-то поблескивает. Поднимает, а это удивительное стеклышко. Посмотрела девочка

на свой пальчик через стеклышко - ух, какой большой! Посмотрела на пуговицу- и пуговица громадная! Навела стеклышко на саму себя ахнула. Стеклышко оказалось волшебным: в него было видно сердце. А в сердце увидела и крошечных лягушат, и мыльные пузырьки, и мусорные кучки. И малюсенькие Крутые парни оттуда ручками машут, а сами от страха трясутся.

«Не хочу столько тварей носить в своем сердце», - закричала девочка. И а их из

сердца вытаскивать, выцарапывать, прочь выкидывать. А они хитрые -обратно запезают. Трудно пришлось девочке. Но все-таки осилила она их. Все вычистила.

Подняла глаза, а перед ней стоит принц. Настоящий - голубоглазый и светловолосый.

А совсем рядом бежит песчаная дорожка - начинается их общи] путь. Куда он ведет? Я не знаю. Ведь это же их путь.

Комментарий для ведущего

Эта сказка довольно сложна для третьеклассников, поэтому перед ее чтением следует предупредить ребят об этом и предложить каждому из них постараться найти в ней свой смысл и затем поделиться своими мыслями с классом обычно дети увлеченно пытаются сформировать собственное понимание. Кто-то говорит о том, что в каждом человеке живет принц. Некоторые полагают, что сказка призывает не размениваться на пустяки и ждать своего принца. Третьи утверждают, что каждому необходимо изменять себя, вычищай из себя всякий мусор, только тогда станешь достойным своего принца и обязательно встретишь его. Следует выслушать все точки зрения.

Занятие 18 Что такое идеальное «Я»?