**Внеклассное мероприятие по предмету самопознание**

**для учащихся 6-7 классов.**

**Тема: Почему важно жить в мире или как правильно ссориться?**

**Углубление по теме « Взаимоотношения в классе» (2 раздел. Учимся общению)**

**Цель: Формирование гармоничных взаимоотношений в детском коллективе**

**Задачи**

1. Познакомить учащихся с понятием «конфликт».
2. Выявить особенности поведения в конфликтной ситуации.
3. дать представление о мирных способах взаимоотношений с одноклассниками.

ХОД ЗАНЯТИЯ

**I. Настрой на занятие.** Упражнение в кругу «Тропический ливень».

**II. Работа по теме**

**1. Обсуждение темы**

*Подумайте над вопросом: «Почему люди ссорятся?»*

*Из-за чего у вас возникают ссоры? С чем они были связаны* *?*

***2. Работа в группах.***

 *2 группы. Подготовить сценку « конфликт, пути решения» (тема конфликта дана на карточке)*

***Составление кодекса вежливости***

В группах участники составляют правила вежливости для учеников школы. Можно предложить придумать систему штрафов для тех, кто нарушает эти правила.
Все группы зачитывают свои кодексы поведения и обосновывают целесообразность их выполнения

***3.Игра «Секретик»***

*Мы уже обсуждали на занятиях, как важно уметь владеть собой при общении с другими людьми. Однако очень трудно бывает фиксировать свое состояние.*

*Спрячьте секретик в кулаке. Один сжимает руку в кулак, другой старается разжать его (нельзя причинять боль). Затем партнеры меняются ролями.*
Обсуждаются не силовые методы, которые применялись: уговоры, просьбы, хитрость.

***4.Упражнение «Выставка» минутка тишины.***

Сядьте удобно, расслабьтесь, закройте глаза, глубоко вдохните 3—4 раза.
Представьте, что вы попали на небольшую выставку. На ней фотографии людей, на которых вы злитесь, которые вас обидели или поступили с вами несправедливо. Постарайтесь выбрать один портрет и вспомнить ситуацию, когда этот человек вас обижал. Вспомните свои чувства и мысленно скажите этому человеку все, что хотели, или даже сделайте все, что хотели сделать.
*После упражнения происходит обмен мнениями:
Какая была ситуация?
Трудно ли было представить свои ощущения?
Менялись ли ваши ощущения?*

**5. Видео Добро возвращается (4 мин. не говорить названия).**

*Скажите что вы думаете об этом видео? как вы поняли о чем оно? Бывает ли так в жизни?*

**III. Анализ занятия**

*Можно ли постоянно контролировать свое состояние?
Как вы думаете, сможете вы достойно выходить из конфликтных ситуаций?
Что для вас было самым трудным на занятии?*

***Приложение***

***Тема конфликта***

***Учитель попросил остаться после уроков 2х человек из класса и подежурить (уборка). Ребята должны сами решить: кто останется?***

***Мальчик пробегая по классу нечаянно толкнул другого. Второй мальчик в ответ оскорбил обидчика. Завязалась ссора.***

***Игра «Толкалки без слов»***

*Участники свободно двигаются по комнате, касаются друг друга, толкаются, постукивают, щиплются, дерутся, но никто не разговаривает.*
Затем дети делятся своими впечатлениями от игры.

***Игра «Да и нет»***

*Все участники разбиваются на пары. Каждый выбирает себе позицию «да» или «нет». Вслух произносить можно только это слово. Необходимо убедить партнера поменять позицию на противоположную.*
После всех игр проводится обмен мнениями:
*Какие вы испытывали эмоции?
Было ли ощущение напряжения и раздражения?
Ощущали ли вы предконфликтную ситуацию?
Что помогло избежать конфликта?*

***Обучение выходу из конфликта***

Прежде чем обучать участников способам выхода из конфликтных ситуаций, желательно предоставить им возможность поделиться собственным опытом и рассказать, как они выходят из конфликтов.
Проводится обсуждение возможных способов решения конфликтных ситуаций. Выводы записываются в тетрадь.
*Выслушать спокойно все претензии партнера.
На агрессивность партнера не реагировать: сдерживать свои эмоции и постараться переключить разговор на другую тему. Можно сказать что-то доброе, неожиданное, веселое.
Попытаться заставить партнера говорить конкретно (называть только факты) и без отрицательных эмоций.
Всегда держать уверенную и равную позицию, но не переходить на критику.
Извиниться, если в чем-то действительно не прав.*

**4. Домашнее задание**

##### *Подумайте дома над таким высказыванием «Люди становятся одиноки, если вместо мостов, они строят стены». Постарайтесь его объяснить. Сравнить понятия «слушать» и «слышать».*

##### ***Игра «Пойми меня» история***

Одновременно все участники громко произносят свое слово, а водящий повторяет все слова, которые удалось услышать.

.

***Добрые слова для каждого***

Участникам предлагается сказать каждому что-то доброе. Сначала выходят желающие, но упражнение полезно проделать всем участникам. Можно вспомнить, как учились говорить комплименты.

***Притча о монахе . о мудром слуге***

***Объявление «Ищу друга»***

*Каждому человеку в жизни нужен друг. Когда друзей нет, то человек пытается их обрести. Многие газеты сейчас печатают объявления тех, кто желает найти друзей или единомышленников. Мы попытаемся с вами тоже составить такое объявление. Давайте озаглавим его «Ищу друга».
Вы можете рассказать немного о себе, указать свои увлечения, любимые занятия. Объявление не должно быть большим, но старайтесь писать искренне. Можно не подписывать свой текст или придумать себе псевдоним.
Затем объявления собираются и зачитываются. Участники отгадывают, кто является автором каждого объявления: если отгадывают, то дополнительно называют положительные качества автора.
Желающие могут поместить свои объявления на стенде в кабинете психолога.*

**3. Анализ занятия**

*Трудно ли быть откровенным?
Просто ли было писать о себе?*