

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
«Усть-Удинская общеобразовательная школа № 2»

Занятие: «Я и мои друзья»

**по программе формирования психологического
здоровья у младших школьников**

« Тропинка к своему Я»

4 класс

Автор: Благодерова Светлана Анатольевна
Педагог-психолог МБОУСОШ№ 2
р.п. Усть-Уда

Усть-Уда

2016

Занятие « Я и мои друзья»

Цель: способствовать углубленному осмыслению понятия «дружба», «друг», осознанию своих обязанностей перед друзьями.

Задачи: - помочь успешному протеканию процессов самопознания и самосовершенствования личностей учащихся;
- формировать умения вести рассуждение и аргументировать свою точку зрения;
- формировать нравственные качества учащихся; умение дружить, беречь дружбу.

Возрастная категория: 10-11 лет

Оборудование: альбомы, книга «Тропинка к своему Я» О.В. Хухлаева, ноутбук, карточки

Ресурсы: <https://yandex.ru/video/search?>

<http://zdesvsyo.ru/photo/246-0-11941>

<http://ppt4web.ru/nachalnaja-shkola/v-druzhbe-nasha-sila.html>

<https://www.youtube.com/watch?v=AIQTT5DRf20>

<https://infourok.ru/prezentaciya-po-programme-formirovaniya-psihologicheskogo-zdorovya-shkolnika-ya-i-moi-druzya-1360676.html>

Содержания занятия

Психогимнастика <https://infourok.ru/prezentaciya-po-programme-formirovaniya-psihologicheskogo-zdorovya-shkolnika-ya-i-moi-druzya-1360676.html> слайд№1

- Улыбнуться соседу слева, соседу справа, пожать друг другу руки, взяться за руки со своим соседом
- Ребята, давайте сейчас посмотрим, друг другу в глаза, улыбнемся и скажем:
«Я желаю тебе...»

Введение в тему занятия. Проблемная ситуация.

Послушайте песню и скажите, о чем мы будем говорить на уроке.

<https://yandex.ru/video/search?>

«Неоконченные предложения» <https://infourok.ru/prezentaciya-po-programme-formirovaniya-psihologicheskogo-zdorovya-shkolnika-ya-i-moi-druzya-1360676.html>
слайд№2

Давайте закончим следующие предложения.

- Друзья всегда.....

- Настоящий друг- это тот, кто.....
- Я могу дружить с такими людьми, которые.....
- Со мной можно дружить, потому что.....

<http://zdesvsyo.ru/photo/246-0-11941>

Групповая работа. Деловая игра « Мой друг».

Задание для групп.:каждая группа подбирает слова, каким бы они хотели видеть своего друга. (Затем каждая группа озвучивает качества настоящего друга, а психолог записывает на доске.)

Путем коллективного обсуждения определяем, какими «светлыми» и «темными» качествами может обладать Настоящий Друг . Делается вывод, что друг — такой же человек, как и все, и у него тоже могут быть свои недостатки, это вполне нормально.

«Что я готов простить другу». Ведущий просит детей подумать, какие «темные» качества они готовы простить своему другу, а какие — нет. Каждый заполняет следующую таблицу в альбоме:

«Темные» качества моего друга

Готов простить другу	Не готов простить другу
----------------------	-------------------------

По желанию дети могут прочесть свои таблицы классу. Делается вывод, что у друга, как и у любого человека, есть «светлые* и «темные» качества, и надо уметь прощать его и принимать таким, какой он есть.

Психолог: Каждый человек стремится к общению с другими людьми. Это нормальное и естественное чувство. Но, к сожалению, в жизни мы встречаем как общительных, так и малообщительных людей. С детства мы усваиваем набор житейских правил, соблюдение которых обеспечит в будущем “роскошь общения”. А существуют ли секреты общительности? Можно ли этому научиться? Прежде всего необходимо осознать свои особенности и возможности. Это по силам каждому. Понаблюдайте за собой.

Игра “ Знакомство – представление”, “Ищу друга!” (Раздаются цветные листочки.) Друг должен подходить вам по характеру, по темпераменту, по увлечениям. Ваш друг должен подходить вам как “ пазлы”. Например:

“Веселый жизнерадостный человек любитель бокса ищет друга”.

“Скромная застенчивая девушка, любит стихи ищет подругу”.

“Ищу друга, с которым можно ходить в походы!”.

Вы решили найти друга по переписке и для этого вам нужно написать объявление о себе в газету. Расскажите о своих сильных сторонах – о том, что любите, цените, применяете в себе, о том, что дает вам чувство уверенности. Не умоляйте своих достоинств, но сообщите и о своих недостатках. Все участники пишут объявления, а затем прикрепляют его на доску объявлений . (В классе доска с надписью “ Доска объявлений”.)

(Листочки – объявления вывешиваются на импровизированную тумбу для объявлений.)
Думаю, что ваши объявления обязательно привлекут к себе внимание, ведь в основе общительности лежат два чувства – уважение и доверие, а эти чувства связаны с желанием понять, внутренний мир другого человека. Умение жить среди людей, иметь товарищей и друзей зависит исключительно от воспитания и самовоспитания

Чтение и обсуждение притчи о дружбе.

<http://ppt4web.ru/nachalnaja-shkola/v-druzhbe-nasha-sila.html> слайд 17,18,19,20

Как-то два друга много дней шли в пустыне. Однажды они поспорили, и один из них сгоряча дал пощечину другому. Его друг, почувствовал боль, но ничего не сказал. Молча, он написал на песке: “Сегодня мой самый лучший друг дал мне пощечину”. Друзья продолжали идти, и через много дней нашли оазис с озером, в котором они решили искупаться. Тот, который получил пощечину, едва не утонул и его друг его спас. Когда он пришел в себя, то высек на камне: “Сегодня мой самый лучший друг спас мне жизнь”. Первый спросил его: – Когда я тебя обидел, ты написал на песке, а теперь ты пишешь на камне. Почему? И друг ответил: – Когда кто-либо нас обижает, мы должны написать это на песке, чтобы ветры могли стереть это. Но когда кто-либо делает что-либо хорошее, мы должны высечь это на камне, чтобы никакой ветер не смог бы стереть это. Научись писать обиды на песке и высекать радости на камне. Оставь немного времени для жизни! И пусть тебе будет легко и светло...

Психолог: – О чем эта притча, чему она учит нас?

– Да, действительно, ребята, нужно уметь прощать обиды, помня все хорошее, что сделал для вас ваш друг. Народная мудрость гласит: “ Настоящий друг с тобой, когда ты не прав. Когда ты прав, всякий будет с тобой”.

– Есть ли у вас настоящие друзья? А вы можете назвать себя хорошим другом?

Давайте послушаем песню.

<https://www.youtube.com/watch?v=AlOTT5DRf20>

Расположите в порядке значимости следующие высказывания.

<https://infourok.ru/prezentaciya-po-programme-formirovaniya-psihologicheskogo-zdorovya-shkolnika-ya-i-moi-druzya-1360676.html> слайд№ 7

- Быть хорошим товарищем – это значит быть мягким и добродушным.
- Быть хорошим товарищем – это значит быть серьезным и требовательным в отношениях.
- Быть хорошим человеком – это значит уметь помолчать, когда этого требует ситуация.
- Быть хорошим товарищем - это значит уметь сказать правду, не боясь быть отвергнутым после этого.
- Быть хорошим товарищем – это значит хорошо знать недостатки друга и тем не менее любить его.

(Что для вас важнее? Что будет на 1, 2, 3, 4, 5-м месте?)

Если хочешь иметь хорошего друга, старайся сам стать лучше. Будь добрым, справедливым, честным, смелым.

Игра «Доскажи словечко...»

<https://infourok.ru/prezentaciya-po-programme-formirovaniya-psihologicheskogo-zdorovya-shkolnika-ya-i-moi-druzya-1360676.html> слайд № 8

Если есть друзья на све... те

Все прекрасно, все цве..... тет

Даже самый сильный ве....., тер

Даже буря не сло..... мает

Мы и в дождь, и в снег, и в стужу

Будем весело ша... гать

При любой погоде дру.... жим

Дружбы этой не пор..... вать

И любой из нас ответит,

Скажут все, кто юн и смел:

Мы с тобой живем на свете

Для.....

Для хороших славных дел.

Рефлексия.

Все стоя в кругу, берутся за руки и хором произносят «ДО СВИ-ДА-НИЯ! МЫ!». На последнем слоге участники поднимают руки вверх, и не разнимая их, делают шаг в середину круга. Передать по кругу поддерживающее рукопожатие и сказать, что понравилось, или что удивило, или что запомнилось .