ГУ «Средняя общеобразовательная школа №18 г.Павлодара»

Классный час во 2 «В» классе

на тему:

«Как здорово жить!»



(Профилактика суицидального поведения в начальной школе)

Подготовила и провела:

Исимова А.Б.

**Классный час "Жить здорово!"**

**Цель:**формирование у школьников позитивной адаптации к жизни, как процесса сознательного построения и достижения человеком относительно устойчивых равновесий отношений между собой, другими людьми и миром в целом.

**Задачи:**

* учить оказывать помощь и защиту другому, принимать помощь от окружающих;
* формировать умения владеть собой в стрессовых ситуациях, принимать эффективное решение выхода из проблем, конфликтов;
* воспитывать внимательное отношение к людям; сострадание и щедрость по отношению к близким, милосердие;
* развитие ценностных отношений в социуме, привитие существующих в обществе социальных норм поведения;
* способствовать формированию позитивного образа Я, уникальности и неповторимости не только собственной личности, но и других людей.

**Оборудование:** презентации, видеоролики.

**Ход классного часа**

**1. Организационный момент. Приветствие.**

**2. Этап мотивации**

Сегодня мы проводим ещё один классный час на тему «Жить здорово». Ребят, а что можно назвать бесценным для человека, что нельзя оценить в деньгах? **(Ответы)**

**3. Этап организации познавательной деятельности**

**3.1. Видеоряд** ***(видеоролик притчи "Урок бабочки ")***

Эвристическая беседа с использованием проблемных вопросов.

- Как вы думаете, о чем эта притча? Что пытался сделать человек? Как помочь? А помог ли? Так ли легко достаётся жизнь любому живому существу на земле? Всегда ли нужна помощь и во всём ли? Почему бабочка умерла? ***(ответы детей).***

- Точно так же на свет появляется человек. Он тоже испытывает большие преграды, прикладывает много усилий, и не только он, но ещё и мама, которая ждала своего малыша, мечтая о том, каким он будет счастливым и здоровым. Нет для матери большего богатства, как жизнь ее ребенка, и нет для малыша большего богатства, как его жизнь, которую ему подарила мама. Так что же называют «бесценным»? ***(ответы детей)***

- Верно, жизнь.

**3.2 Рассмотрите предложенные фото.** Что вы видите? Какое настроение у этих детей? Как думаете, почему они такие удрученные? Кто им может помочь?

* ***Все вы любимые и желанные.***
* ***Если тебе становится грустно, то не забывай, что все душевные раны со временем заживут.***
* ***Безвыходных ситуаций не бывает!***

***- Обратись за помощью к родителям или классному руководителю, поделись со своими тревогами, не молчи.***

Самое дорогое и ценное, есть у человеке – это жизнь. Но в жизни часто встречаются трудности. Нам надо учиться с ними справляться.

**3.3. Притча** Шел осел по степи, очень захотел пить. Увидел колодец, решил из него попить, да и упал в колодец. Упал и стал призывно кричать, привлекая внимание хозяина. Тот действительно прибежал, но доставать питомца не смог. Осел кричал-кричал и охрип. В   голову хозяина пришла «гениальная» идея: «Колодец высох, его давно пора было закопать и создать новый, а осел, наверное, уже умер. Засыплю - ка я колодец прямо сейчас!».  Сказано - сделано, пригласил мужчина соседей, и начали они дружно закидывать колодец и находящегося внутри ослика землёй, а ослик уже перестал кричать,  так как сил у него не было. Заглянул хозяин в колодец посмотреть на своего ослика в последний раз   и увидел  такую картину: каждый ком земли, что опускался сверху на спину, ослик сбрасывал с себя, а потом приминал копытами. В итоге, когда мужчины продолжили, животное окончательно добралось до верха и выбралось.  
Жизнь посылает людям много неприятностей, сравнимых с комьями земли. Можно ныть и кричать о том, как плоха и несправедлива жизнь, а можно попытаться стряхнуть землю и примять её, чтобы подняться. Главное – не сидеть, сложа руки, а что-то делать.

3.4. **Просмотр видеоролика про преодоление трудностей** «Боритесь со своими страхами»

о маленьком детеныше песочника, которого мама пытается научить быть самостоятельным. Все попытки птенца самостоятельно добыть пищу заканчиваются неудачей, но в один прекрасный день он встречает семью рака-отшельника и узнает маленькую хитрость в добыче еды. Птенчик увидел, что неизвестность всегда страшит, надо не бояться преодолевать страх и учиться новому, тогда ты познаешь радость и удовлетворение, и можешь принести пользу другим. Также и вам поначалу трудно познавать на уроках новые темы, но если трудиться, то ты научишься с ними справляться, а если будешь жаловаться маме, что ничего не получается, ничего не хочешь, постоянно говоришь, что устал, только для того, чтобы ничего не делать, то потом тебе труднее будет их изучить. Потому что каждый день тебе надо узнавать что-то новое. За тебя могут сделать уроки, но знания у тебя в голове от этого не появятся. Надо самому преодолевать трудности, как той бабочке из притчи.

У Каждого человека есть свои жизненные ценности. А что же такое жизненные ценности?

***3.5. Формула" Главные жизненные ценности"***

Сложно назвать важные жизненные ценности. То, что может быть важно для одного, для другого не имеет принципиального значения. Но все же можно найти основные жизненные ценности человека, без которых ни один человек не может жить. Итак, что же к ним относится: ***любовь*** - к родным, близким, друзьям, к противоположному полу, потому что любовь заставляет нас сострадать, беречь чувства и жизнь других; ***понимание –***ведькаждый хочет быть понятым и услышанным, потому что понимание других ведет к разрешению и предотвращению конфликтов; ***уважение -***позволяет увидеть положительные качества других, находить недостатки в себе и исправлять их, поэтому уважая других мы уважаемы людьми, снами тоже считаются и принимают такими какие мы есть; ***дисциплина*-**это выполнение своих обязанностей и не под руководством кого-то, а самостоятельное; ***вера в людей***, в том числе и в себя - помогает заряжать уверенностью окружающих и себя самого; ***благодарность*** – может поднять в другом волну энтузиазма и дружелюбия; ***прощение*** - помогает нам повернуться лицом к будущему и не мучиться обидами и болями; ***дружба*** – ценность человека, на которую он опирается в трудную минуту; ***надежда*** - не дает нам опустить руки, когда кажется, что впереди уже ничего не светит; ***оптимизм*** - помогает противостоять плохому – попросту его не замечать; ***терпение*** - позволяет принимать верные решения; ***толерантность -*** помогает уметь ладить со всеми людьми, независимо от личных предпочтений; ***честность -***она помогает признавать свои ошибки, изменить себя к лучшему, выстроить доверительные отношения.

Вывод: человеку, который обладает такими жизненными ценностями, легче справляться с жизненными трудностями, он пытается сам справляться с ними. А если совсем не получается, он может обратиться за помощью к другим в трудную минуту.

**4. Подведение итогов**

**Совет: «Любите свою жизнь, всегда находится какое-то решение любой проблемы, нужно только терпеливо отнестись к возникшей ситуации, подумать и ни в коем случае не паниковать!»**

**Запомните, что жить - это здорово!**