***План урока самопознания***

Школа: КГУ «Таманский комплекс школа-ясли-сад»

Тема: «Я в этот мир пришел…»

Ценность: истина

Качества: единство мыслей, слова и дела, быть честным с самим собой, отличать хорошие поступки от плохих.

Педагог: Аманжолова Ш.Б

Класс: 8

Кол-во уч-ся: 10

**Цель**: показать значимость ценности истина в отношении к самому себе.

**Задачи**: раскрыть значение понятия - единство мыслей, слова и дела;

\*развивать умения отличать хорошие поступки от плохих;

\*воспитывать чувство честности к самому себе.

**Ресурсы:** (материалы, источники)

Слайд с цитатой, музыка для позитивного настроя,

тексты песни,

листы ватмана, карандаши

**Ход урока:**

**1. Орг.момент. Позитивный настрой на Свет.**

- Пожалуйста, сядьте удобно, спинку держите прямо. Руки и ноги не скрещивайте. Руки можно положить на колени или на стол. Расслабьтесь.

Представьте, что солнечный свет проникает в вашу голову и опускается в середину груди. В середине груди находится бутон цветка. И под лучами света бутон медленно раскрывается, лепесток за лепестком. В вашем сердце расцветает прекрасный цветок, свежий и чистый.

Представьте, что свет начинает распространяться по всему телу. Он становится сильнее и ярче. Мысленно опустите свет вниз по рукам. Ваши руки наполняются светом и освещаются. Руки будут совершать только добрые, хорошие действия и будут помогать всем. Свет опускается вниз по ногам. Ноги наполняются светом и освещаются. Ноги будут вести вас только к хорошим местам для совершения добрых дел. Они станут инструментами света и любви.

Свет поднимается к вашему рту, языку. Язык будет говорить только правду и только хорошие, добрые слова. Направьте свет к ушам, уши будут слушать только хорошие слова, прекрасные звуки. Свет достигает глаз, глаза будут смотреть только на хорошее и видеть во всем хорошее. Вся ваша голова наполнилась светом, и вашей голове только добрые, светлые мысли. Свет становится все интенсивнее и ярче и выходит за пределы вашего тела, распространяясь расширяющимися кругами. Направьте свет всем вашим родным, учителям, друзьям, знакомым. Пошлите свет и тем, с кем у вас временное непонимание, конфликты. Пусть свет наполнит их сердца. Пусть этот свет распространится на весь мир: на всех людей, животных, растения, на все живое повсюду... Посылайте свет во все уголки Вселенной. Мысленно скажите: «Я в Свете... Свет внутри меня... Я есть Свет». Побудьте еще немного в этом состоянии Света, Любви, Покоя... Теперь поместите этот Свет снова в ваше сердце. Вся Вселенная, наполненная Светом, находится в вашем сердце. Сохраните ее такой прекрасной.

- Потихонечку можно открывать глаза. Спасибо.

**2. Проверка домашнего задания.**

Благодарственное письмо «Спасибо за…»

**Стихотворение  Константина Бальмонта**

Я в этот мир пришел, чтоб видеть Солнце

            И синий кругозор.

 Я в этот мир пришел, чтоб видеть Солнце

            И выси гор.

 Я в этот мир пришел, чтоб видеть море

            И пышный цвет долин.

 Я заключил миры в едином взоре.

            Я властелин.

 Я победил холодное забвенье,

             Создав мечту мою.

 Я каждый миг исполнен откровенья,

             Всегда пою.

 Мою мечту страданья пробудили,

              Но я любим за то.

 Кто равен мне в моей певучей силе?

              Никто, никто.

 Я в этот мир пришел, чтоб видеть Солнце,

              А если день погас,

 Я буду петь... Я буду петь о Солнце

              В предсмертный час!

**Примечание**

**3. Позитивное высказывание (цитата).**

« Когда человек полон жизни, он не спрашивает себя, зачем он живет; он живет для того, чтобы жить…». Ромен Роллан

**(Проговорить хором по рядам, индивидуально)**

**-**О чем это высказывание?

-Что означает, «полон жизни»?

**4. Рассказывание истории (беседа).** Подарок

- Ребята, я сейчас расскажу вам одну притчу. Послушайте её внимательно, а затем побеседуем по содержанию.

*Однажды к мудрецу пришел человек, чтобы спросить у него совета. Пришедший сказал: «Я, наверное, самый несчастный из людей, которые когда-либо жили на земле. У меня не друзей», близкие и родные избегают меня, рассматривая мое присутствие только как помеху, от которой нельзя избавиться, и приходится ее терпеть. Я не знаю, что мне делать, жизнь представляется мне пустой и бессмысленной»*

*Мудрец внимательно выслушал человека, а затем сказал: «Хорошо, я подумаю, как тебе помочь, а пока, будь добр, поговори со мной. Мне сегодня стало немного грустно, я вспомнил свою молодость, вспомнил, что когда-то любил, надеялся, мечтал, и мне захотелось с кем-то поделиться такими воспоминаниями». Человек прервал мудреца, сказав ему: «Мне недосуг слушать рассказы о твоей жизни, у меня на душе свои проблемы, которые я хотел бы решить. Расскажи это кому-нибудь другому».*

*Тогда мудрец улыбнулся и сказал: «Вот в чем причина твоих бед, ты не интересуешься другими людьми, ты превыше всех ставишь самого себя. Но люди не могут тебе простить этого. И пока ты не изменишь свое отношение к другим, они по-прежнему будут продолжать относиться к тебе точно так же, не считая тебя достойным внимания, уважения и любви».*

- О чем эта притча?

- За каким советом пришел человек к мудрецу?

- Почему пришедший считает себя несчастным человеком?

- Как отреагировал человек на воспоминания мудреца?Что ответил мудрец человеку?

- Почему возникает недопонимание между людьми?

- Бывали ли у вас случаи, когда вы не могли выслушать человека до конца?

- Какими качествами должен обладать человек при общении с другим человеком?

- Как наладить хорошие взаимоотношения между людьми?

**5. Творческая деятельность, групповая работа**

Сделать коллаж на тему «В чём смысл жизни?»

**6. Групповое пение**

**«Песня совершите чудо»**сл.М.Пляцковского, муз. Е.Птичкиной

Землю обмотали тоненькие нити:

Нити параллелей и зеленых рек…

Совершите чудо: руку протяните-

Надо, чтобы в дружбу верил каждый человек!

Совершите чудо: руку протяните-

Надо, чтобы в дружбу верил каждый человек!

Обогрейте словом, обласкайте взглядом,

От веселой шутки тает даже снег,

Это так чудесно, если с вами рядом

Улыбнется незнакомый хмурый человек!

Это так чудесно, если с вами рядом

Улыбнется незнакомый хмурый человек!

Мы не зря мечтали о волшебном чуде,

Пусть планету кружит всемогущий век,

Совершите чудо: пусть выходит в люди,

Пусть выходит, пусть выходит в люди человек!

Совершите чудо: пусть выходит в люди,

Пусть выходит, пусть выходит в люди человек!

**7. Домашнее задание.**Написать  эссе «Для чего человек приходит в мир?»

**8. Заключительная минута урока**. (Звучит тихая, спокойная музыка)

- Вот и подошел к концу наш с вами разговор. Давайте на минутку закроем глаза и вспомним, о чем мы сегодня с вами говорили? Что вы взяли из нашего разговора, что вы поняли для себя?...

Побудьте в таком состоянии еще несколько секунд. Когда будете готовы, можете открыть глаза…

- Спасибо за урок! До свидания!