Шығыс Қазақстан облыстық білім басқармасы «№7 арнайы мектеп-интернат» коммуналдық мемлекеттік мекемесі

КГУ «Специальная школа-интернат №7» УО ВКО

***Урок нравственности по теме:***

***«Прощение растворяет обиды»***

******

**Подготовила и провела воспитатель: Смешная О.А.**

**Риддер қаласы**

**город Риддер**

|  |
| --- |
| **Те****Урок нравственности по теме: «Прощение растворяет обиды».****Цель:** **1**. Объяснить влияние обиды на отношения. 2. Выявить причины непрощения. 3. Побудить учеников прощать обиды и налаживать отношения друг с другом.**Задачи:** 1)развитие умения детей справляться с жизненными трудностями, управлять своими эмоциями; знакомить детей со способами того, как справиться с обидой; 2) коррекция и развитие речи, внимания, словесно-логического мышления, памяти на основе упражнений на воспроизводство и запоминание; развивать умение на основе наблюдения делать выводы; 3) гармонизация личности ребёнка, повышение его уверенности в себе, своих возможностях; воспитание нравственной культуры общения.**Оборудование:** карточки, презентация, маркеры, памятки, “Уходи, обида, прочь!”, музыкальное сопровождение.**Методические приемы:*** Беседа.
* Закрепление знаний в играх, упражнениях.
* Игры, направленные на развитие эмоционально-волевой сферы ребенка.
* Релаксационная техника.
* Рисование.

Ход занятия:**Организационный момент.** - Доброе утро, ребята! Доброе утро, наши уважаемые гости!- Я рада вас приветствовать на нашем занятии.- Ребята, улыбнитесь друг другу, порадуйтесь сегодняшнему дню. Садитесь.- Дети, я рассчитываю на вашу поддержку и помощь. - Уверена, что наше сотрудничество будет успешным.- Скажите, а с каким настроением вы пришли на занятие?(Высказывания детей).- Я надеюсь, что до самого конца нашего занятия ваше настроение поменяется в лучшую сторону… (Останется таким же хорошим)**Вводная часть.**Начать наш урок я хочу с мини-викторины.**Мини-викторина “Угадай эмоции”.** (Каждое стихотворение сопровождается показом детских фотографий с этими эмоциями)Ребята, я буду показывать фотографии детей и читать стихотворение.Ваша задача- **Отгадайте, о какой эмоции идёт речь?**Как грустно мне что-то сегодня,На улице дождик идёт.Мелодия песни далёкоО чём-то печальном поёт…Грущу в наслажденье привольно.Меня вам никак не понять.Нет настроенья сегодня,И капает дождик опять. **- Это грусть.**От злости не вижу я неба,Злость застилает глаза,Не надо воды и хлеба,Найти б побольней слова…И сон убежал мой напрочь,Злость не даёт уснутьИ думаю думу на ночь,Ну как бы больней кольнуть. - **Это злость.**Я ушёл в свою обидуИ сказал, что я не выйду.Вот не выйду никогда!Буду жить в ней все года!И в обиде я не виделНи цветочка, ни куста...И в обиде я обиделИ своего друга, и кота... - **Это обида.****Основная часть****Вводная беседа.**- Хороши ли такие эмоции как грусть, злость? (Ответы детей).- А ведь именно они часто являются спутниками обиды. Значит, мы должны научиться справляться с такими негативными эмоциями. И сегодняшнее занятие поможет нам в этом. **(Слайд 1)** ***Тема нашего занятия: «Прощение растворяет обиды».*** Сегодня вы узнаете:1. Как выглядят люди, когда обижаются?
2. К чему приводят обиды?
3. Будем учиться прощать друг друга.

- Вспомните случаи, когда вы обижались. - На кого?- Так, что же такое обида?- Обида – состояние души, негативная эмоция, которая причиняют больше боли тому, кто обижается и носит в себе эту обиду.(Прикрепляю на доску и вывожу на слайд)**(Слайд 2)****Обида - несправедливо причиненное огорчение,** **оскорбление, а также чувство, вызванное** **таким огорчением. / Словарь русского языка. С. И. Ожегов /**- Что же чувствует человек, которого обидели и который обиделся? (высказывания детей)**- Наукой доказано, что когда человек обижается, то у него:** **1. Учащается сердцебиение;** **2. Затуманивается разум (то есть, человек в этот момент не может рассуждать здраво, не контролирует свои эмоции).****3. В кровь начинают поступать вещества, которые настраивают человека против другого. Эти вещества оказываются отравляющими. Они не уходят из организма, а остаются в нём и отравляют человека. И чем чаще человек обижается, тем всё больше их накапливается. И тогда человек начинает обижаться из-за всякой мелочи, пустяка.** - Легко ли живётся такому человеку? (Ответы детей)- Почему? (Он чувствует себя больным. Такой человек плохо ест, беспокойно спит, у него плохое настроение, может заболеть и даже умереть.)**Вывод: И чтобы такое не случилось с вами, да и окружающими вас, мы должны найти *лекарство от обиды.*** * + *Ребята, послушайте одну историю. И подумайте, так что же является этим лекарством?*
	+ *К одному старцу пришел ученик и спросил, как ему быть с обидами, которые появляются из-за несправедливого к нему отношения со стороны других людей. Старец предложил ему такой совет: «Каждый раз, как обидишься, клади за пазуху картошку». Ученик принял совет, и понемногу накопилось столько картофеля, что стало его тяготить, а потом эти овощи еще и начали гнить. Тогда ученик снова пришел к старцу: «Я больше не могу носить с собой эту зловонную тяжесть». «Тебе неприятно? – спросил его старец. – Но как же ты позволяешь носить в своей душе обиды на других людей?» Действительно, обида – это то, что гниет внутри нас, мучает душу нестерпимой тяжестью и не дает нам покоя.*

- Что же является лекарством от обиды? - Как же нужно поступить, чтобы не дать обиде отравить вас и вашу душу? (на доске появляется "лекарство" от обиды: разобраться - пожалеть - простить – возвыситься над обидой).  - А если сказать одним словом, надо уметь: ПРОЩАТЬ**(Слайд 3)** - Давайте разберемся: что же такое «прощение»**Прощение –** это, когда мы прощаем наших обидчиков, избавляемся от обид, сидевших глубоко в нас.**(Слайд 4)**Ребята, как вы думаете, что означает это слово? (простить – это “перестать упрекать”, “не держать зла”, “относиться терпимо к тому, что не принимаешь в других”; “не ждать, пока обидевший первый придет мириться”.) **- В прощении заключается великая сила.** **- Всё ли можно простить?** Сразу, пожалуй, нет (слишком велика может быть обида). **- Всегда ли нужно прощать?** Всегда! Время лечит. Вспоминай   только хорошее - прощение придёт, само собой. Носить в себе, а тем более "холить и лелеять" обиду нельзя: душа ожесточится, а обида как червячок, будет «разъедать», «точить» вас изнутри. - Ребята, скажите, вам нравится, когда вас прощают и не наказывают? (Ответы детей). Значит и вы тоже должны прощать других. Есть одно замечательное высказывание:**«Поступай с другими так, как хочешь, чтобы поступали с тобой».***А как вы понимаете это высказывание?***- Давайте с вами немного поиграем. Игра называется «Шаг вперёд»**Выходим из-за парт и становимся все в одну линию.Сейчас я буду задавать вам вопросы, а вы должны сделать шаг вперёд, если вы поступаете также и оставаться на месте, если не делаете этого.■ ВЫ любите шутки?■ ВЫ когда-нибудь подшучивали над своим другом или подругой?■ ВЫ не любите, когда над вами подшучивают?■ Вы давали прозвища другим? ■ ВЫ хоть раз просили прощения, когда кого-то обидели?■ Кто хотя бы раз оказывались не правы в споре?■ Кто прощал, когда его обижали? **- Вот такие разные случаи, ситуации часто происходят в нашей жизни**- Сейчас мы с вами попытаемся разобраться в этих ситуациях и найти пути их решения.**Упражнение “Ситуация”.****Мама:** Доброе утро, доченька! С Днём рождения, моя родная! Будь здоровой и счастливой! А вот тебе мой подарок. Носи, доченька, на здоровье! (мама дарит вязаную шапочку). **Дочка:** Мама, а что, шапочка вязаная? Ты её сама, что ли вязала? Что, не могла в магазине купить? Она же не модная! **Мама:** Дочка, связанные своими руками вещи никогда не выходили из моды. Я так старалась! Она так идеально подходит к твоей новой куртке! **Дочка:** Если тебе нравится, то носи её сама! - обиженно сказала Марина и бросила шапочку. - А как вы думаете, ребята, правильно ли поступила Марина?- Какие эмоции испытала мама после поступка дочери?- Как должна была поступить Марина? Как бы вы поступили на ее месте?- Итак, ребята, какой же мы можем сделать **вывод:** **ВЫВОД: Чаще всего, даже не задумываясь об том, какую боль мы причиняем, мы обижаем близких и родных нам людей.**  - Проблема прощения, всегда волновала людей об этом написано много историй и сказок, давайте послушаем одну из них.***Сказка называется: «Болезнь непрощения».*****(Слайды с 5 по 21)** **- Ребята, а теперь ответьте на вопросы.**1. Из-за чего обитатели озера стали ссорится, сердиться и гоняться друг за другом? (разучились прощать)2. Злость и непрощение похожи на заразную болезнь, когда она с одного переходит на другого?3. Кому навредили обитатели озера тем, что не хотели друг друга прощать?4. Почему вечером опять на озере воцарилось спокойствие, и тишина?**- Ребята, а как вы думаете, где же прячется обида?**Обида - прячется в «крепости», а крепость-это закрытое сооружение.**- А где же находится эта «крепость»?**А «крепость» находится внутри нас, пока она там живет человек чувствует себя плохо, а тот, кто нас когда-то обидел, наверное, уже забыл об этом.- **Так, давайте же откроем свою «крепость» и выпустим все обиды, ведь твоя обида вредит только тебе.****3. Упражнение на расслабление.**  *(Звучит релаксационная музыка.)**-*Сядьте удобнее... Закройте глаза… Устроитесь так, чтобы каждая часть тела была расслаблена. Руки и ноги отдыхают... Лицо спокойно…Сделайте несколько глубоких вдохов через нос — и сильных выдохов через рот... Дышите в такт с музыкой...- Представьте перед собой человека, который вас обидел. Он сидит один в большой комнате… Он совсем один…Вы обижены на него… Мысленно подойдите к нему. Простите его… Избавьте себя от груза обиды… И спустя какое-то время вам стало легче…Вы чувствуете это?…(ВЫКЛЮЧАЮ МУЗЫКУ) Ребята, открываем глаза, садимся на стулья.- Вам стало легче? (Ответы детей)Есть ещё много разных упражнений которые учат нас избавляться от своих обид. (Раздаю детям листы и фломастеры, карандаши)- А сейчас мы проведём одно из них.**Упражнение называется “Копилка обид”.** – Умение выразить обиду очень важно для самого себя. - Нарисуйте или напишите свои обиды. - Что же теперь мы можем сделать с нашими обидами? (Ответы детей)- Правильно, порвите ваши «обиды» на кусочки *и* сложите их в эту копилку.- Что мы сделаем с «копилкой обид»? *(копилку с обрывками сминаем и выбрасываем в мусорную корзину.)**. А еще обиды можно мысленно отпускать на ветер или по воде и представлять, как они исчезают.*- Как нам быть с нашими обидами в жизни? Прощать.- Как относиться к обидчику? Прощать.**Итак, ребята, давайте сделаем вывод: жить с тяжестью на сердце из-за обиды, злости тяжело. Чтобы не было тяжело, надо научится просить прощение и самим прощать других.**- Ребята, а вам легко просить прощение?(нет, да, трудно, тяжело)- А вы знаете как нужно просить прощение?- Чтобы легче вам было составить правила, вспомните как в детстве вы мирились?- Что нужно сделать?Приглашаю двоих детей выйти к доске и показать нам всем как нужно мириться.**(Слайд 22)** **ПАМЯТКА**1. Подойдите к человеку, с которым вы хотите помириться.
2. Назовите его по имени, посмотрите ему в глаза и скажите чётко, чтобы были понятны ваши слова.
3. А главное их надо говорить искренне, т.е. от чистого сердца, чтобы человек почувствовал ваше раскаяние.

**Заключительная часть****Какой вывод мы с вами можем сделать?** Зачем нам нужно прощать или просить прощение? (Чтобы освободиться от негативных переживаний, научиться бесконфликтному общению) **Что дает нам прощение?** (Освобождение от негатива, налаживание отношений с окружающими людьми, душевное равновесие)**(Слайд 23)****Ребята, запомните!** 1. Каждый может совершить ошибку и обидеть другого. 2. Совершив ошибку, умей её признать и искренне попросить прощение. 3. Прости, и будешь прощён сам. 4. Прощенье уничтожает злобу и ненависть, спасает от одиночества. 5. Прости, и на душе будет легче и светлее. 6. Старайся вести себя так, чтобы потом не пришлось извиняться.**(Слайд 24)**У русского народа есть замечательный праздник: в конце Масленичной недели наступает Прощёное Воскресение, когда каждый из нас может попросить прощение за вольные и невольные обиды и так же простить своих близких. **Итог занятия.**Давайте подведем итог. Мы с вами на занятии говорили о таком эмоциональном состоянии как обида. Познакомились со способами избавления от обид. Итак, чтобы изменить положение, вы должны сначала измениться сами. Обращайтесь с людьми так, как вам хотелось бы, чтобы обращались с вами, и вы никогда не ошибетесь. - Сможете ли вы после нашего занятия правильно реагировать на обиды и быть менее обидчивым? - Давайте послушаем одно очень замечательное стихотворение.**Умей прощать. И всё тебе зачтется.Обид в душе своей ты не копи.Всё переменится, пройдёт и рассосётся,Ты настоящим — днём сегодняшним живи!****Не нужно мстить. Вернётся бумерангом.Пускай обидел кто-то, не беда,Со временем затянутся все ранки…И все забудется. И Раз, и навсегда.**- Ребята, а что такое бумеранг? (Ответы детей)**К тому ведется:**Что отдаёте, то и вернётся.То, что посеешь — то и пожнёшь,Ложью пробьется Ваша же ложь.Каждый поступок имеет значенье;Только прощая, получишь прощенье.Вы отдаёте — Вам отдают,Вы предаёте — Вас предают,Вы обижаете — Вас обижают,Вы уважаете — Вас уважают…**Ритуал прощения “Уходи, обида, прочь!”***Все участники встают в круг, держатся за руки и хором говорят*: “*Уходи, обида, прочь! Я себе смогу помочь!”.* *Давайте сейчас каждый из нас мысленно простит другого и передаст рукопожатие прощения своему соседу и так дальше по кругу.**Я же хочу вам пожелать учиться быть бережными друг к другу.* **Домашнее задание**А сейчас я раздам вам буклеты, которые помогут вам научиться прощать обиды, в них записаны наши памятки и правила, поговорите об этом дома с родителями, теперь вы можете их тоже научить этим правилам. Ведь и мы взрослые часто обижаемся друг на друга и не можем простить.– До нашего следующего занятия понаблюдайте за окружающими (и за собой). Что людей больше всего обижает? Подумайте, почему? Как разные люди реагируют на обиду. Постарайтесь записать свои наблюдения в тетради, можете нарисовать свои чувства, если не сможете выразить только словами. **Рефлексия:**- Я предлагаю вам оценить наше занятие. Ребята, посмотрите на доску. У нас появилась красивая цветочная поляна, но она какая-то необычная! Что не так на нашей поляне? У наших цветочков нет «серединок», поэтому они смотрятся все одинаковыми. Давайте поможем им, подарим цветам своё настроение, у вас на столе лежат «серединки» для цветов с разными эмоциями: радость, скука, грусть. Если вам понравилось наше занятие и было интересно, то подарите цветку радость. А если было скучно, выберите соответствующее настроение. И если кому-то было тяжело или не понравилось занятие, выбираете серединку с грустным настроением.Выбрали? Теперь, давайте приклеим серединки цветочкам и посмотрим, какая полянка у нас получилась, какое настроение у наших цветов. На этом наш урок окончен. **(Слайд 25)**Ребята, спасибо вам большое за работу на занятии. Желаю вам дальнейших успехов! |