**Конспект урока на тему «Обида, прощай!»**

**Цель:** Способствовать:

* формированию у школьников нравственных понятий и представлений;
* развитию самосознания.

**Задачи:**

научить снимать психоэмоциональное напряжение методами арт-терапии

Способствовать:

* развитию умений справляться с обидой;
* развитию воображения ;
* воспитанию личной ответственности, терпимости, добросердечности.

****

**Оборудование:** краски, фломастеры, шаблоны ладошек, мультимедиа.

**Ход занятия**

**1.Ритуал приветствия (Слайд №2)**

****

Снятие тревожности перед работой: упражнение **«Цветные приветики».** На столе у каждого учащегося имеется шаблон ладошки из цветной бумаги. Нужно взять понравившийся цвет. (цвет определяет настроение ребенка). А затем поздороваться - цветным приветиком» с окружающими со словами Давайте поздороваемся не совсем обычным способом. Когда я скажу: «Здравствуйте!» - все мальчишки крикнут: «Салют!» - и помашут мне рукой. Давайте попробуем. Здравствуйте!  
Приветствуют мальчишки.  
**Учитель.** Девочки, вам я предлагаю поздороваться по-французски, вот так: «Бонжур!» - и послать мне воздушный поцелуй. Итак, репетируем. Здравствуйте!  
Приветствуют девочки.  
**Учитель.** Уважаемые взрослые, вас прошу поздороваться по-восточному. Для этого ладони нужно сложить перед грудью, сделать маленький поклон и сказать: «Салам алейкум!» Здравствуйте!  
Приветствуют взрослые.  
**Учитель.** Теперь поздороваемся все вместе, но каждый по-своему. Мальчишки – «Салют!», девочки – «Бонжур!», взрослые – «Салам алейкум!», Итак,… Здравст-вуй-те!  
Приветствуют все вместе..

Участники садятся по группам.

**1. Мотивация.**

**Учитель.** Хочу **с**делать вам комплимент : у вас очень добрые и удивительно красивые лица. На них не отражается ни плохого настроения, не обнаруживаются грубые черты лица. Из этого не трудно сделать вывод, что вы никогда не злитесь, не обижаетесь.

Или все-таки бывает иногда чувство обиды, досады?

Случалось ли, что вас обижали?

- А можете припомнить, что вы чувствовали тогда?

(Ответы детей: хотелось заплакать, закричать, ударить, отомстить).

Давайте рассмотрим такое понятие- как обида. **(Слайд 3)**



- Ребята , что такое обида ?

- Опишите это чувство ?

(Обида -несправедливо причиненное огорчение).

*Дети размышляют , обращаясь к своему эмоциональному опыту.*

*Возможные варианты ответов :*

-Тебе неприятно ,обидно становится, потому что с тобой поступили несправедливо .Ты сердишься., тебе грустно.

**Учитель**. Как вы думаете , обида –это хорошо или плохо? Нужно ли помнить обиду или необходимо забывать о ней?

**2. Работа с текстом, обсуждение. ( Слайд4)**

****

- А сейчас я вам предлагаю послушайте рассказ « Помнить и забывать».

**Инструкция перед чтением :**

-Слушая внимательно рассказ, вы постарайтесь запомнить , какие эмоции переживали его герои и к чему это привело.

*Рассказ* ***«Помнить и забывать****»*

Однажды странник гулял по лесу со знакомым мальчиком. Мальчик расшалился и, пробегая по опушке, наступил на норку барсука и засыпал её. Рассерженный барсук крикнул ему вслед, грозя лапой: «Я тебе это ещё припомню!»

Потом мальчик увидел в траве выпавшего из гнезда птенца сойки. Он бережно взял его в ладони, вернул в гнездо. Мама - сойка сказала ему с благодарностью: «Я тебе этого не забуду !»

Через какое-то время странник и мальчик вышли к реке. Мальчик решил перебраться на другой берег, прыгая по камням. Но он поскользнулся и упал в воду. Странник бросился в реку ему на помощь. Пролетавшая сойка увидела, в какую беду попал мальчик, схватила клювом его за шиворот и помогла удержаться на поверхности. Плывя к ним, странник подумал: «Хорошо, что мы умеем помнить!»

В это время проходил мимо барсук. Видя, что мальчика сносит течением, он бросил ему палку и помог выбраться на берег. Тогда странник, улыбаясь, подумал:

«Хорошо, что мы умеем забывать!»

Вопросы для обсуждения :

1.Что чувствовал барсук , когда мальчик нечаянно засыпал его нору ?

2. Что барсук сказал мальчику ?

3. Что чувствовала сойка , когда помог мальчик ?

4. Что она ему сказала ?

5. Почему сойка помогла мальчику ?

6. Почему всё же барсук помог мальчику ?

7. Почему странник подумал «Хорошо, что мы умеем забывать»?

8. Чему учит нас этот рассказ?

9. Давайте сделаем вывод, почему хорошо забывать плохое?

**3. Выводы:**

**Учитель.** Лучше помнить хорошее, ведь приятно помнить хорошие воспоминания, чем плохие , негативные .От хороших воспоминаний радостное настроение, а от плохих –мрачное. Поэтому плохое, негативное лучше забывать ,а для этого нужно уметь прощать , не хранить в своём сердце обиду ,боль, досаду . А хорошее нужно уметь ценить и помнить.

**Мы часто не замечаем , когда обижаем других , и болезненно реагируем , когда обижают нас.**

Когда кто –то нас обижает , то обычно мы отвечаем ещё более сильной обидой . Если кто- нибудь нам угрожает , мы тоже реагируем угрозой на угрозу. Но мы с вами таким образом только усиливаем наши конфликты. Во многих ситуациях гораздо полезнее просто постараться избавиться от обид. Ведь обида порождает зло, агрессию.

Как вы думаете, как можно избавиться от обиды?

**4. Арт терапия. (Слайд5)**

****

**Учитель.** Я вам предлагаю попробовать избавиться от обид и агрессии несколько необычным способом, с помощью арт терапии.

Когда вам плохо, когда гнев пытается вырваться наружу, как необузданное чудовище, не надо держать его внутри надо уметь разумно его выплескивать:

* **Лист Гнева.** На белом листе бумаги нарисовать свой гнев, подбирая нужные цвета. Это необязательно что-то конкретное. Возможно, это будут пятна, круги и линии необычной формы.
* Затем внимательно посмотреть на полученное изображение, улыбнуться ему и с силой его скомкайте, разорвите и выбросите в коробку гнева.

Встаньте и бросьте свой мусор в коробку. Теперь я её запечатываю скотчем. После занятий я выкину эту коробку.

* -Почему для выражения обиды выбрали эти цвета?
* -Что чувствовали во время работы?
* - Что чувствуете сейчас?
* - Какая обида на ощупь?
* - Какая обида на вкус?

- Ребята, как вы думаете, а где все наши обиды хранятся, в какой части тела?

Все это хранится в нашем сердце. И от этого негатива наше сердце страдает. Нам очень плохо. Мы перестаем верить в хорошее, мы разочаровываемся в людях. И от этого нужно срочно избавляться.

* **Лист обиды**. **(Слайд 7)**



Положите левую руку на сердце, послушайте как оно бьется. Теперь вспомните все свои обиды, представьте, что вы их просто забираете рукой. Перенесите свои обиды на белый лист бумаги: положите руку и обведите ее карандашом. А теперь избавляйтесь от обид: нарисуйте веселое существо, с добрым лицом и большим сердцем, неспособным никого обидеть.

Давайте посмотрим что у вас получилось. Получились очень забавные существа, а главное – очень добрые. Вот так мы с вами победили наши обиды!

**Послушайте, пожалуйста, стихотворение:**

**Как дом, так сердце каждодневно   
Необходимо выметать.   
Оберегать от всякой скверны,   
Не помнить зла, не оскорблять.   
Любить без выгод и расчетов,   
Соблазна ближним не давать,   
Быть терпеливым к недочетам,   
Великодушно все прощать.   
Дружить с добром,   
Душой болеть – ведь это значит   
Себя для ближних не жалеть.**

**Учитель.** (Слайд 8)



А теперь, чтобы мы с вами будем создавать **отличное настроение с помощь** ! И в этом нам поможет коллаж.

- Ребята, что такое коллаж?

***Коллаж* (французское collage, буквально - наклеивание), технический приём в изобразительном искусстве, наклеивание на какую-либо основу материалов, отличающихся от неё по цвету и фактуре.**

И мы его будем варить по необычному, очень проверенному рецепту:

- Перед вами картинка кастрюли. Когда я буду читать вам рецепт приготовления «Хорошего настроения» вы будете создавать коллаж.

Итак, слушаем меня внимательно и создаём колаж из того, что, по вашему мнению, необходимо для отличного настроения.

*(Разные картинки лежат у детей на столе).*



Сегодня мы будем варить настроенье.   
Положим чуть-чуть **озорного веселья,**  
100 грамм **баловства,**200 грамм **доброй шутки.**

И станем все это варить 3 минутки.  
Затем мы добавим **небес синевы.**

**И солнечных зайчиков** пару.  
Положим еще свои **лучшие сны**.

И **ласковый голос мамы.**  
Теперь мы это перемешаем!  
Заглянем под крышку.…

А там у нас  не варенье!  
Там наше отличное настроение!

- Давайте ребята посмотрим, какое отличное настроение у нас получилось!

Сюрпризный момент. Заглядываем в кастрюлю, а там конфеты «Радуга настроения»

- Ребята, скажите, когда хорошее настроение, что хочется делать?

Ответы детей

- Сейчас мы споём с вами песню «Хорошее настроение».

**5. Рефлексия.**

- Что вам понравилось на этом занятии?

- что нового узнали?

- Как вы считаете, можно ли с помощью красок и листа бумаги избавляться от негатива?

Всего Вам доброго! До новых встреч!

