

Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №30 с углубленным изучением отдельных предметов
имени Героя Советского Союза Коваленко Петра Михайловича» Энгельсского
муниципального района Саратовской области

Рассмотрено
На педагогическом совете
Протокол №1 от 28.08.2024 г.



Утверждаю
Директор МОУ «СОШ №30
им. П.М. Коваленко»
С. Е. Калашников
Приказ №227 от 31.08.2024 г.

Рабочая программа

курса внеурочной деятельности

в клубе общения «Тропинка к своему Я»

в кружке, студии, творческом объединении, НАИМЕНОВАНИЕ

Наименование программы (курса) «Тропинка к своему Я»

Автор: Хухлаева О.В.

Составитель: Петкер Г.В, педагог-психолог

Реализует программу: учитель,
классный руководитель 5 класса

Возраст детей: 5 класс, 11-12 лет

Срок реализации: 1 год,

Энгельс, 2024-2025 учебный год

I. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Оценка достижений учащихся происходит по уровню активности и заинтересованности учащихся, результатам психологического тестирования. Анализ эффективности программы проводится по результатам диагностики учащихся, которая проводится в начале адаптационного периода в октябре и в конце учебного года в мае.

Личностные:

- Свои личностные особенности и свой стиль общения;
- Особенности новой социальной роли пятиклассника.
- Рассуждать, искать пути активного преодоления препятствий в процессе собственного развития;

Регулятивные:

- Анализировать ситуацию, мотивы, интересы, чувства, поступки других людей;

Коммуникативные:

- Конструктивными способами разрешать конфликтные ситуации;
- Овладение способами работы в команде.

II. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Программа курса «Тропинка к своему «Я» предназначена для работы с учащимися 5 классов. Разработана на основе одноименной программы Хухлаевой О.В., утвержденной методическим объединением психологов ЦПМСС «Позитив».

Обоснование: Переход в среднее звено для учащихся младшей школы – время непростое. У ребят появляется новый классный руководитель, новые сложные учебные предметы, кабинетная система, много новых учителей-предметников и каждый учитель выдвигает свои требования... Изменившиеся условия учения предъявляют более высокие требования и к интеллектуальному, и к личностному развитию учащихся, и к степени сформированности у них определенных учебных знаний и навыков, и к уровню развития произвольности, способности к самоконтролю, саморегуляции, коммуникативным навыкам.

Переживания школьников, связанные с этими изменениями, далеко не всегда осознаются ими, часто ребята даже не могут сформулировать свои трудности, проблемы, вопросы. В результате возникает психологическая незащищенность перед новым этапом развития.

Цель программы: развитие психосоциальной компетентности, т.е. развитие способности учащихся пятых классов демонстрировать гибкое и адекватное поведение, позволяющее адаптироваться к условиям средней школы. А также формирование у ребенка его субъектной позиции, общей положительной оценки себя в целом вне зависимости от конкретных результатов и ситуаций.

Задачи программы:

- Научить учащегося размышлять о себе, познакомить его с «его внутренним миром», помочь ответить на вопросы: кто я? Какой я? Чем я отличаюсь от других, и что у нас общего?
- Помочь ребенку осознать свои мотивы и побуждения, научить положительному отношению к себе, умению сохранять самоуважение даже в ситуациях неуспешности, умению признавать свои ошибки и учиться на них;
- Научиться позитивному общению и умению слушать другого, выстраивать бесконфликтные взаимоотношения со сверстниками;
 - способствовать сплочению класса;
 - помочь ученикам осознать качества, необходимые учащимся среднего звена.

Особенностью программы является методология проведения занятий. В программе используется традиционный метод – беседа, обсуждение ситуации, а также интерактивные методы: групповая дискуссия, ролевая игра, мозговой штурм, сказки, притчи и др. Занятия включают в себя игры и упражнения, сказочные истории, обсуждение происходящего в сказочной истории, прорисовка впечатлений. Вместо скучных нотаций учащиеся услышат волшебные сказки про мир животных и мир предметов. Сказки созданы таким образом, что в поступках героев легко найти свои действия, мысли и ошибки. Очень важно понимать, что такое же случилось и с другими и они изменились, значит есть надежда, что изменишься и ты. Сказки-метафоры в сочетании с специально подобранными играми и упражнениями помогают думать, развиваться и мечтать.

Структура программы. Программа рассчитана на 1 год, т.е. на 34 академических часа. Занятия в 1, 3 и 4 четвертях ведут классные руководители, во 2 четверти в занятия включены элементы диагностики и их проводит психолог.

Для работы по программе «Тропинка к своему «Я»» используются следующие **методические приемы:**

- Устный или письменный опрос для выявления запроса и спектра интересующих учащихся проблем в рамках предлагаемой темы;
- «универсализация» подростковых трудностей через использование проективных форм «один мальчик...», «большинство пятиклассников...»;
- Обращение к личному опыту учащихся в процессе работы над темой;
- Тестирование, ситуативно-ролевые, деловые и развивающие игры, соответствующие изучаемым темам, анонимное обращение учащихся к собственным затруднениям;
- Контроль «уровня достижений» в виде заданий, выполнение которых показывает включенность изучаемого материала в «поле опыта» учащихся (уровень личностной ассимиляции знаний).

III. Тематический план работы по программе «Тропинка к своему «Я».

№	Тема	Кол-во часов
	Тематический блок «Я- это Я» (проводит классный руководитель)	
1	Знакомство. Кто я? Какой Я?	1
2	Я – могу.	1
3	Я нужен.	1
4	Я мечтаю.	1
5	Я – это мои силы.	1
6	Я – это мое прошлое.	1
7	Мои страхи.	1
8	Мое имя.	1
9	Я – это Я	1
	Тематический блок «Вместе мы сила» (проводит педагог-психолог)	
10	Мы разные.	1
11	Конфликты вокруг нас.	1
12	Что такое дружба?	1
13	Находим друзей.	1
14	Я среди одноклассников.	1
15	Мальчики и девочки.	1
16	Вместе мы сила.	1
	Тематический блок «Я и ты» (проводит классный руководитель)	
17	Моя уникальность.	1
18	Мои способности.	1
19	Мой внутренний мир.	1
20	Трудные ситуации и моя сила	1
21	Уроки трудных ситуаций.	1
22	Я и мои «колючки».	1
23	Что такое одиночество?	1
24	Как выглядит агрессивный человек?	1
25	Конфликты и их роль в усилении Я.	1
26	Учимся договариваться.	1
	Тематический блок «Мы начинаем меняться» (проводит классный руководитель)	
27	Зачем человеку уверенность в себе?	1
28	Уверенность и неуверенность.	1
29	Источники уверенности в себе.	1

30	Грани уверенности.	1
31	Самоуважение, милосердие и непокорность.	1
32	Ценности и их роль в жизни человека.	1
33	Мои ценности и ценности нашего класса.	1
34	Я повзрослел.	1
		34

Содержание занятий

Тема блока: «Я -это Я»

Цель: способствовать осознанию своих качеств и повышению самооценки.

Занятие 1. Кто я, КАКОЙ я?

«Угадай, чей голосок». Один из учеников выходит из круга и поворачивается к нему спиной. Остальные по очереди зовут его по имени, изменив свой голос (зажав пальцами нос, прикрыв рот платочком и т.д.).

Водящему необходимо угадать, кто его позвал.

«Те, кто...» Затем ведущий предлагает задания для проверки быстроты реакции: «Дотроньтесь до кончика носа все, кто любит смотреть ужастики по телевизору» или «Топните левой пяткой те, кто сегодня утром чистил зубы» и т.п. Далее роль водящего, то есть дающего группе задания, выполняют все ребята по очереди.

«Кого загадал ведущий?» Учащиеся закрывают глаза, а ведущий называет тот или иной внешний признак одного из ребят (волнистые волосы, выразительный рот, живая улыбка, ясный взгляд и т.п.). Детям необходимо догадаться, кого имеет в виду ведущий.

«Кто я?» Ведущий говорит учащимся, что каждый взрослеющий человек задает себе вопрос «Кто я?». И иногда ответить на него труднее, чем решить самую сложную задачу. Затем в качестве примера сам отвечает на этот вопрос (я — дочь, жена, спортсменка, читатель, садовод и т.п.). Предлагает учащимся ответить на этот вопрос письменно. Затем дети по желанию читают написанное вслух.

«Нарисуй свою роль». Ведущий предлагает учащимся выбрать свою любимую роль из написанных в тетради, нарисовать себя в ней. После этого учащиеся по желанию показывают свои рисунки, остальные угадывают, в какой роли они себя изобразили.

«Какой я». Ведущий предлагает учащимся написать в тетради маленькое сочинение на тему «Какой я и чем отличаюсь от остальных».

«Счастье — это...» Подросткам предлагается в течение трех минут придумать как можно больше вариантов окончаний к началу предложения «Счастье — это...». Затем участники читают свои варианты, доказывают необходимость для счастливой жизни выбранных ими параметров (хорошая работа, дружная семья, быть отличником и т.п.). Ведущий подводит детей к выводу, что счастье каждый понимает по-своему, но есть и общие моменты в понимании счастья: получение радости от того, что ты живешь на Земле; твоя необходимость, полезность окружающим; хорошее здоровье.

Заметки учителя: (положительные или отрицательные моменты занятия)

Занятие 2. «Я – МОГУ»

«**Чьи ладони**». Водящий садится на стул лицом к классу, держа ладони раскрытыми, и закрывает глаза. Один из участников тихонько подходит к нему, на несколько секунд кладет свои руки на руки водящего. Водящий должен догадаться, чьи ладони прикасались к нему.

«**Моя ладошка**». Учащиеся обводят свою ладошку на листе бумаги. Посередине «ладошки» они должны написать «Я», а на каждом «пальчике» — что-либо хорошее о себе (качества или способности). Затем ведущий собирает детские работы, по очереди зачитывает их, а ребята определяют, кому какая «ладошка» принадлежит.

«**Я могу, я умею**». Ребята в быстром темпе перебрасывают мяч друг другу. Тот, кому в руки попадает мяч, быстро называет какое-либо свое умение (я умею петь, я умею бегать, я умею смеяться и т.п.).

Работа со сказкой. Учащиеся слушают, обсуждают сказку, а затем выполняют иллюстрации к ней.

Фламинго (О. Горькова)

В далеких жарких странах живут прекрасные птицы, которые называются Фламинго. Днем они гуляют, гордо вышагивая по берегу реки, а вечером, когда солнце катится к горизонту, они взлетают к небу и парят под облаками. Закат окрашивает их розовые крылья в багровый цвет, и любой, кто видит это зрелище, никогда его не забудет.

Тебе интересно узнать, откуда появились Фламинго? Тогда слушай.

Жило-было маленькое Облачко. Оно, как и каждое облачко, целый день летало по небу с другими облаками туда, куда Дул ветер, и ему это нравилось. Но больше всего на свете Облачко любило смотреть на закат.

Однажды мимо Облачка пролетали маленькие цветные птички. Они были очень красивы, и Облачку захотелось полетать с ними, посмотреть на закат поближе, и оно решило поговорить с птичками.

—Куда вы летите? — спросило Облачко.

—Мы птички, куда хотим — туда и летим, — сказала одна из них.

— Да, да, — сказала другая. — Мы можем летать, куда нам хочется.

— Возьмите меня с собой, — попросило Облачко.

« — Ха-ха-ха, — засмеялись птички, — да ты же не умеешь летать, и у тебя это никогда не получится. Ты просто маленькое глупое облако, которое летит туда, куда дует ветер. — Так сказали птички и улетели прочь.

Облачку стало очень грустно. Потянулись серые дни. Оно больше ничему не радовалось и только медленно и лениво передвигалось по небу. Оно почти ни с кем не разговаривало и все время думало: «Какое я несчастное, неуклюжее, серое облако. Я даже не умею летать». А ночью ему снилось, что маленькие разноцветные птички порхают вокруг него, смеются и дразнят: «Маленькое, глупое, неуклюжее, серое облако!»

Однажды вечером, когда приближался закат, Облачко, как всегда, летало по небу и, задумавшись, не заметило, что давно отделилось от других облаков и его гонит уже совсем другой ветер. Когда оно это заметило, то не стало сопротивляться.

«Какая разница? — подумало Облачко. — Я ведь все равно не умею летать самостоятельно, буду одиноким серым облаком».

Солнце уже окрасило небо в розово-красные тона, как вдруг невероятно сильный ветер подхватил Облачко и очень быстро понес к самой большой горе. Это был очень-очень сердитый ветер.

— Как ты посмел забраться на мою территорию?! Вы, облака, только мешаетесь нам — ветрам. За это я разобью тебя о скалу! — сказал ветер.

Облачко попыталось оправдаться, сказать, что его сюда занес какой-то случайный озорной ветерок, но сердитый ветер не хотел ничего слушать. Облачко подумало: «Ну и пусть я разобьюсь о скалу, я все равно никогда не смогу летать!»

Ветер нес его с огромной скоростью, скала была все ближе и ближе. Облачко решило последний раз посмотреть на закат. Ему показалось, что сегодня закат особенно красив. «Неужели я его больше не увижу? — подумало Облачко и испугалось. Ему очень захотелось жить и видеть закат каждый день. — Что же мне делать? Надо попробовать улететь от ветра!»

В этот момент ветер со всей силы кинул Облачко в скалу. Облачко оттолкнулось и попыталось улететь, но ветер схватил его и опять швырнул в скалу. Облачко подумало: «Мне надо постараться, у меня обязательно получится!» Оно опять оттолкнулось и попробовало улететь. Ветер снова схватил облако, разогнался и кинул его на скалу. «У меня все получится. Я не сдамся!» — решило Облачко и почувствовало себя невероятно сильным. Оно собрало все свои силы, оттолкнулось и взмыло в небо. Оно постаралось вытянуться как птица. Ветер сначала растерялся, но спустя секунду опять погнался за ним. Облачко старалось лететь скорее, оно тянулось за уходящими лучами солнца. Оно подумало: «Вот бы сейчас крылья, я бы улетело прочь от ветра». И вдруг у Облачка появились крылья. Оно превратилось в прекрасную белую птицу и полетело очень быстро. Ветер не успевал за птицей, начал отставать, устал и перестал за ней гнаться. Произошло чудо, потому что Облачко столкнулось с волшебной Скалой Желаний, о которую мечты либо разбиваются, либо становятся реальностью.

Облачко думало: «Это же настоящее чудо: я — птица, я могу летать, я могу летать, я могу полететь к самому солнцу!!!» Ему было легко, хорошо и очень весело. Оно никогда не видело закат так близко. Вечернее солнце окрасило его перья в розовый цвет. Маленькие цветные птички, увидев его, сказали: «Какая красивая птица, и как хорошо она летит!»

Маленькое серое облако превратилось в прекрасную розовую птицу, которую люди называли — Фламинго.

Вопросы для обсуждения

— Почему грустило Облачко в начале сказки?

— Что оно думало о себе?

--- Какие мысли помогли ему победить ветер?

— Что бы вы загадали, если бы встретились со Скалой Желаний?

Заметки учителя: (положительные или отрицательные моменты занятия)

ЗАНЯТИЕ 3. «Я НУЖЕН!»

«Что нужно школьнику?» Учащимся предлагается вспомнить, какие предметы необходимы школьнику (тетрадь, карандаш, ручка и т.п.), затем загадать один из этих предметов и показать группе, не произнося ни слова.

«Кто нужен школьнику?» Ведущий говорит о том, что учебные вещи, конечно, важны, но без многих людей школа просто не могла бы существовать. Он раздает ребятам карточки, на которых указаны профессии людей, работающих в школе (учитель, повар, директор, гардеробщица, уборщица, дворник и т.п.). Они по очереди «одушевляют» свои карточки, изображая деятельность невербально; группа определяет, что за профессия была написана на карточке.

«Закончи предложение». Учащимся предлагается закончить предложения

«Дома я нужен...»

«В классе мне нужны...»

«В классе я нужен...»

Работа со сказкой. Учащиеся слушают, обсуждают, рисуют.

Повесть о настоящем ... цвете (Г. Аркадьев)

Давным-давно в сказочной стране Акварелии жили краски? Природа Акварелии была яркой и красочной: огромные пурпурные дворцы разрезали золотое небо над бескрайними зелеными лугами. Сотканный древним художником-творцом мир Акварелии жил размеренной жизнью, каждый день принося жителям наслаждения.

Тюбики краски целый день занимались лишь тем, что создавали яркие и красивые здания. Это искусство было возведено в ранг главной государственной деятельности. А раз в год в Акварелии устраивался турнир красок, на котором Художник-.. творец определял лучший цвет.

В преддверии праздника часто можно было увидеть жителей страны, горячо спорящих о достоинствах того или иного цвета. Каждый считал себя самым лучшим и самым красивым, а самое главное — нужным. «Я нужен, чтобы изобразить свежие розы и развевающиеся флаги», — говорил Красный. «Меня выбирают, чтобы изобразить молодость природы и плодородие земли», — отвечал Зеленый. «Я создаю на холсте Творца богатство и роскошь, а главное — солнечную теплоту», — вставлял свое меткое слово Золотисто-желтый.

Лишь один тюбик не мог похвастаться своими достоинствами. Бледно-голубой привык думать о себе с презрением. Он был чуть темнее цвета белого холста и потому еще никогда не избирался Творцом. В обычные дни Бледно-голубой мог еще хоть как-то забыть о своей беде, рассматривая работу своих более удачливых собратьев, но перед турниром он старался спрятаться от их жестоких насмешек в самых удаленных уголках Акварелии.

Так было и на этот раз. Заслушавшись спором красок, Бледно-голубой забыл обо всякой осторожности, и поэтому, когда краски вышли из себя от злости, пытаясь переспорить других, он попался им под горячую руку. Град злых насмешек обрушился на маленького и беззащитного Бледно-голубого. Спасаясь бегством, тюбик много раз спотыкался и больно падал. Наконец преследователи отстали, и он, отдышавшись, спрятался в дальнем и темном углу. «Полежу здесь, пока турнир не закончится», — решил Бледно-голубой и принялся разглядывать из своего убежища, как шли приготовления к празднику. Сон застал малыша именно за этим занятием.

Утром, когда Бледно-голубой проснулся, он сразу понял: что-то не так — праздничное настроение исчезло. Все бегали в панике, кричали нечто непонятное и совсем не обращали на него внимания. Бледно-голубой набрался смелости и, остановив пробегавший мимо тюбик, спросил, в чем дело. Оказалось, что ночью Черный цвет решил помешать выиграть остальным и окрасил собой все кисти, поэтому утром Творца ожидал ужасный сюрприз. Когда Художник прикоснется кистью к холсту, турнир будет сорван!

Бледно-голубой бросился на центральную площадь. На площади хранились кисти. Он несся быстрее ветра, не в силах поверить в коварство Черного. На площади царило смятение, никто не знал, что делать! Краски были очень расстроены. И тогда малыш принял очень смелое решение — он сорвал с себя крышку и выплеснул свой почти белый цвет на кисти. Скоро он почувствовал, что силы покидают его, но все равно продолжал окрашивать кисти в свой бледный цвет, пока не потерял сознание.

В этот момент рука Художника коснулась толстой кисти, и он сделал первый мазок. Краски замерли в ожидании. Казалось, вся Акварелия смотрела сейчас на холст Творца. «Хм, — произнес Художник — Замечательный цвет. Он-то мне и был нужен — река выйдет превосходно!»

Очнулся Бледно-голубой героем, настоящим героем. Но сам он об этом еще не знал. Не знал он еще, что победил на турнире, не знал, что был провозглашен королем Акварелии, не знал, что спас всю страну и самого Творца от мрака.... Знал он лишь одно, что в следующий раз он гордо скажет: «Я -нужен! Я необходим, чтобы нарисовать глубокую бурную реку и бесконечное небо!»

Вопросы для обсуждения:

- Как и почему думал о себе Бледно-голубой в **начале** сказки?
- Что помогло ему изменить мнение о себе?
- Почему для человека так важно быть нужным окружающим людям?

Заметки учителя: (положительные или отрицательные моменты занятия)

Занятие 4. «Я мечтаю»

«Я — невидимка». Учащимся предлагается пофантазировать на тему «Что бы я делал, если бы превратился в невидимку на 5 минут (на час, на сутки, на неделю)».

«Закончи предложение». Ребята заканчивают предложения «Пятиклассники обычно мечтают о...», «Учителя обычно мечтают о...», «Директор школы чаще всего мечтает о...»

«Зачем люди мечтают?» Ведущий рассказывает, что на одном родительском собрании отец одного ученика сказал: «Зачем вы учите моего сына фантазировать. Зачем учите мечтать? Это совершенно бесполезное занятие, денег оно не приносит. Лучше развивайте его память». А мама возражала: «Разве может человек жить без мечты?»

Ведущий спрашивает ребят, с кем бы они согласились и почему.

Работа со сказкой. Участники слушают, обсуждают и рисуют.

Сказка о мечте (В. Чуваков)

Эту историю мне поведал мой старый добрый друг — капитан дальнего плавания, который побывал в разных странах, избороздил все моря и океаны. Плавал он и в самом-самом холодном океане, который называется Северным Ледовитым, был он и в теплых водах Индийского и Тихого. А начиналась эта история так...

На берегу небольшой речушки лежал чуть пожелтевший от сырости кусок пенопласта. Ветер обдувал его задеревеневшие бока, капельки воды стекали по щекам и спине. Но ему было уже все равно. Чувство, что он никому не нужен, что его все бросили, не покидало его. Он давно забыл, кем был раньше, где жил, с кем общался... Грязь, лежащая повсюду, стала уже частью его самого.

Однажды ночью пенопласт почувствовал, что вокруг происходит что-то неладное — по нему забарабанили жесткие и холодные струи дождя, загредел гром и засверкали молнии, поднялся сильный ветер и на берег покатались первые волны. Вдруг он ощутил, что земля уходит у него из-под ног. Огромная волна смыла его в бурлящий поток разбушевавшейся реки. Вода застлала его глаза так, что он ничего не видел, а шум перекрывал любые другие звуки. Но пенопласт не испугался, зная, что утонуть он просто не может (это известно даже самым маленьким пенопластикам еще с детства). Наоборот, он представил себе, что теперь он не просто кусок какого-то там материала, а быстроходная парусная яхта. И он так сильно стал мечтать об этом, что почувствовал, как неожиданно увеличивается в размерах. У него и впрямь появилась длинная, стройная мачта, на которой развернулись яркие белоснежные паруса. И он поплыл вниз по течению, чтобы выйти в открытое море и посмотреть на мир, он хотел стать кому-нибудь полезным, найти друзей.

Тут-то его и повстречал мой друг-капитан (который тогда был еще мальчиком), и они стали неразлучными товарищами, а через несколько лет отправились в свое первое кругосветное плавание... Но это уже другая история.

Вопросы для обсуждения

— Как помогли мечты куску пенопласта?

— Что значит «очень сильно мечтать»?

— Всякая ли мечта приносит человеку пользу?

«Мои мечты». Ведущий просит учащихся нарисовать рисунок или написать маленькое сочинение на тему «Мои мечты».

Занятие 5. «Я – это мои силы».

«Превратись в животное». В соответствии с полученными карточками учащиеся превращаются в различных животных и ищут себе пару (слон — слоницу, муравей — муравьицу, козел — козу и т. п.) с помощью только невербальных средств (в первом туре), используя только звуки (во втором туре).

«Заветное желание». Ведущий предлагает ребятам представить себя волшебником, придумать и изобразить без слов свое заветное желание. Группа определяет, какое желание было задумано.

Работа со сказкой. Учащиеся слушают, обсуждают, рисуют.

Сказка о славном УЧМАГЕ, учителе его МАГУЧЕ и бедном, но вылеченном АЭРОПЛАНЕ (О. Колосова)

Жил-был мальчик, и ходил он в школу не обыкновенную, а волшебную. Учился он чудесным наукам у великого старца Магуча (маг-учитель) и звался за то Учмагом (ученик мага). Учеба проходила так. Приходили больные животные, бедные несчастные люди и растения, всякая летающая, ползающая и плавающая живность и даже иногда предметы: столы, стулья; прилетали даже планеты и летающие корабли из других Галактик. Таким знающим, добрым и справедливым был Магуч. Старец помогал всем.

Учмаг был умным мальчиком. Он запоминал все заклинания, и у него было доброе сердце, полное желанием помочь всему доброму миру. Он часто думал, что очень просто творить чудеса, если знаешь все правила и законы чудесного. Ему так хотелось показать учителю, что он способен помогать не хуже (а может быть, даже лучше!). Наконец наступил для Учмага замечательный день. Старец сказал: «Ты познал много законов и правил волшебства. У тебя добрая душа и хорошая память. Ты хочешь и можешь делать добрые дела. Сейчас ты попробуешь свое мастерство на деле». И он привел посетителя. Это был бедный аэроплан. Он плакал и махал только одним металлическим крылом в знак приветствия. Вместо другого крыла у него было зеленое дерево. Оно плакало тоже, ему хотелось в землю, а аэроплан не мог летать, ему хотелось в небо. «Вот к чему приводит нерадивое учение, — сказал, вздохнув, Магуч. — Это сделал первый мой ученик — Горемаг, а ты второй и последний. Ему не давалось учение. И, поддавшись своему недоброму сердцу и малому уму, он стал поступать лишь назло. Но ты хороший ученик. Я даю тебе три попытки. С каждой неудачной попыткой аэроплан все более будет становиться деревом, которое будет несчастно без любимой земли. Дерзай!»

Но Учмаг уже не слышал слов Магуча. Он был весь в нетерпении, он желал помочь Аэроплану и дереву. Он повторил про себя заклинание и бросился к Аэроплану. Вокруг Аэроплана и Учмага выросла каменная стена, и Учмаг понял, что не сможет делать добро — ведь он забыл там, за стеной волшебный порошок и волос Магуча. Вот уже второе крыло Аэроплана превратилось в дерево... Тут Учмаг увидел на стене слова: «Средства и способы», затем стена исчезла.

«Да, — сказал Магуч, — первая попытка не удалась. У тебя была и есть цель, но ты забыл о средствах и способах ее достижения». Мальчик был расстроен, но старец научил его не сдаваться Неудачам — вестникам поражения и беды. Он схватил волос Магуча, волшебную палочку и волшебный порошок и подбежал к Аэроплану-дереву. И тут вокруг них снова встала стена. Учмаг понял, что и на этот раз ему не удастся помочь бедняге. Ведь он должен был за 5 шагов до Аэроплана сжечь при помощи волшебной палочки волос старца. Он вспомнил об этом, как о способе достижения

цели, но не применил. Слыша рыдания дерева, тянущегося к земле, и плач Аэроплана, рвущегося в небо, Учмаг увидел на стене слово «План». «Вторая попытка не удалась тоже, — сказал Магуч. — Ты не составил план действий, зная способы и имея средства. У тебя осталось последняя попытка. Если ты и на этот раз не достигнешь самостоятельно цели, то сделаешь несчастными и Аэроплан, и Дерево: ведь получится разросшееся дерево с головой горемычного Аэроплана».

Учмаг был очень расстроен, он чуть не плакал, видя страдания бедных существ. Больнее всего было то, что он не может сделать доброе дело, хотя у него есть все необходимое. Поборов страх перед неудачей (ведь он был храбрым и целеустремленным), Учмаг в третий раз постарался сделать все для того, чтобы помочь Аэроплану. Вспомнив и собрав все средства, определив способы и составив план, мальчик с радостью подошел к Аэроплану, не забыв предварительно, за 5 шагов сжечь волос, и начал колдовать. Учмаг был уверен в результате, поскольку он сделал все так, как делал его мудрый учитель (не спеша и толково). И вот наконец счастливый Аэроплан взмыл в небо, а дерево соединилось с землей, радостно улыбаясь. Они были очень благодарны мальчику.

Улыбался и Магуч. Ведь это он вырастил такогомышленого мальчика-мага. Но больше всех был счастлив сам Учмаг. Ведь это было его первое доброе дело, которое он сделал САМ. Этот серьезный урок он запомнил на всю жизнь.

ЦЕЛЬ - СПОСОБ, СРЕДСТВО - ПЛАН,
ДЕЛО - И ЗДОРОВ АЭРОПЛАН! -

Так любил повторять и напевать про себя Учмаг. Зная много заклинаний и помня это Главное Правило, он сделал много добрых дел и сам стал мудрым Магучем. Своим ученикам он повторять то же:

ЦЕЛЬ - СПОСОБ, СРЕДСТВО - ПЛАН:
ДЕЛ ДОБРЕЙШИХ КАРАВАН.

Жил он долго и счастливо, делая со своими учениками добрые дела, и на свете становилось все меньше зла.

Вопросы для обсуждения

- Почему не удалась первая попытка Учмага делать добро?
- Почему не удалась вторая попытка?
- Какой вывод он сделал для себя в конце сказки?

«**Мои** цели». Учащиеся обсуждают свои цели на будущее. Можно предложить детям поставить себе цель на ближайшее время и составить план ее достижения.

Заметки учителя: (положительные или отрицательные моменты занятия)

Занятие № 6 «Я – это мое прошлое».

«Закончи предложение». Ведущий «превращает» учащихся в дошкольников и предлагает им закончить предложение «Я люблю играть в...».

«Превратись в возраст». Ведущий раздает подросткам листочки с указанием возраста человека. Дети должны невербально изобразить человека, доставшегося им (0, 5, 10, 15, 20, 40, 80 лет), остальные определяют возраст. Во втором туре карточки перемешиваются, и подростки из разного, возраста произносят слово «Здравствуйте».

«Беседа». Подростки делятся на пары, каждой из которых нужно организовать диалог на разные темы из роли взрослых, обращая друг к другу по имени и отчеству. Примерные темы: «Как надо воспитывать детей», «Как быть, если ребенок не хочет учить уроки».

Сказка-притча «Горошинка»

Жила-была на свете маленькая зеленая горошинка, поэтому все звали Зеленочка. Родилась она в дружной семье Горохов и все свое детство пропела в уютном стручке. Днем горошинка развлекалась и болтала с соседями, а вечером мирно засыпала, уткнувшись в теплый бок брата или сестры.

Но однажды покой семьи Горохов был нарушен: неизвестные люди врывались в зеленые домики и собирали всех жильцов в одну большую корзину. Когда люди подошли к домику Зеленочки и открыли его, налетел сильный ветер, подхватил горошины и раскидал их по всему полю.

Зеленочка попала на соседний участок и оказалась рядом с незнакомым и очень красивым цветком. Он был весь белый и нарядный, а сердце его горело, как маленькое солнышко.

—Какой вы красивый, — сказала горошинка, — можно узнать, как нас зовут?

—Меня зовут Ромашка, — ответил цветок, — я живу здесь все лето и хорошо знаю вашу семью.

Так они познакомились и подружились. Зеленочка с удовольствием слушала рассказы Ромашки о солнце, лете, дожде и людях.

— Люди, — говорила Ромашка, — бывают разные. Одни тебя любят, ухаживают за тобой, а другие могут и обидеть: сломать или затоптать. Так что, берегись, горошинка, людей, неизвестно, что у них на уме. А лето — оно всегда прекрасное, дождик — он всегда добрый, солнышко — всегда ласковое, — заканчивала свою речь Ромашка и засыпала.

Так, за разговорами, прошло лето. Осенью подул сильный ветер, подхватил горошинку и перекинул ее на соседнее поле, по которому ходили большие важные птицы. Одна из них, увидев Зеленочку, сверкнула глазами и открыла клюв, но ветер снова подхватил горошинку и перенес на другой конец поля.

— Что же ты такая рассеянная? — спросил он. — Ведь так и съест могут. Надо уметь о себе заботиться.

Ветер улыбнулся ей, помахал крылом и полетел дальше.

А горошинка поняла, что началась ее взрослая жизнь, в которой надо уметь выживать. Она узнала, что такое сильные ветра, голо птицы и беззаботные люди, которые со своей высоты не видят, как холодно и одиноко.

Зеленочка научилась сопротивляться ветрам, укрываться от птиц и не думать об одиночестве. С каждым днем она становилась все тверже и тверже, и только глубоко внутри оставалось мягким ее сердце.

Однажды горошинку нашли дети. Маленький мальчик взял ее в руки, покатал по ладошке и захотел унести с собой. Зеленочка испугалась и сильно надавила на ладонь ребенку.

—Ой, какая она твердая! С ней даже поиграть нельзя, — сказал мальчик и бросил горошинку в холодную землю.

Зеленочка закатилась в какую-то ямку и спряталась. Вскоре пошел снег. Он укрыл ее теплым одеялом, и горошинка, уставшая от вечной борьбы, уснула.

Всю зиму Зеленочку никто не беспокоил, но однажды она открыла глаза и не нашла своего одеяла. Над головой было большое синее небо, и откуда-то сбоку доносился странный шум. Горошинка выглянула из ямки и увидела несколько журчащих ручейков. Они так весело болтали друг с другом, что и ей захотелось поговорить с одним из них.

—Извините, — обратилась Зеленочка к самому шумному, — не могли бы вы уделить мне немного внимания и рассказать, что сейчас происходит?

Ручеек повернулся к Горошинке и любезно сказал:

—Конечно, я с удовольствием поболтаю с вами.

И он весело поведал, что уже наступила весна, вся природа просыпается: на деревьях набухают почки, птицы из теплых краев возвращаются домой, чтобы вывести птенцов; а солнышко усиленно прогревает землю, чтобы на ней вырос хороший урожай.

—Ну и я вношу свой скромный вклад в это благородное дело, — добавил ручеек и ласково обнял горошинку.

Зеленочке так понравилось внимательное отношение ручейка, что, неожиданно для себя, она стала мягче. Даже мир показался ей совсем иным.

«Не такой уж он колючий и безжалостный», — подумала горошинка и впервые за долгое время легла спать спокойной и влюбленной.

Проснувшись, Зеленочка с удивлением заметила, что сильно изменилась: крепкими корнями она уверенно держалась за землю, а ее молодой и нежный росток с радостью смотрел в высокое синее небо.

— Как интересно! — воскликнула горошинка и изо всех сил стала тянуться к солнцу.

Она росла и размышляла. - Удивительно, раньше я справлялась со всеми трудностями, но оставалась твердой и одинокой. А сейчас, когда позволила себе стать мягче, я так изменилась! »

Шли дни. Росток становился все выше и выше, и временами радость Зеленочки сменялась беспокойством: все труднее ей становилось удерживать его в равновесии.

— Тяжело, как тяжело, — думала горошинка, — но я выстою, ведь я о мой росток, и я в ответе за него.

Рядом, на поле, росли цветы — добрые и милые, но они были заняты только собой и не догадывались о ее трудностях. Цветы постоянно болтали друг с другом, хвалились нарядами, рассуждали о важных пустяках. И вот наступил момент, когда у горошинки не нашлось больше сил держать свой росток. Она уронила его на землю и расплакалась.

Росший недалеко Куст Смородины повернулся к ней и, увидев сле-1ы, сказал:

— Зеленочка, я давно хотел предложить тебе свою помощь, но ты не всегда была такая недоступная, самостоятельная и занятая, что я даже не решался заговорить об этом. Разреши сейчас помочь тебе. Обопрись на меня, и ты почувствуешь, насколько станет легче.

Куст поднял росток, и Зеленочка с удивлением почувствовала, что > и стало не только легче, но и спокойнее. Наконец-то, впервые за долгие месяцы, она смогла расслабиться и отдохнуть. Стало так хорошо, что, несметно для себя, она расцвела.

— Какая вы красивая! — вдруг заговорили все вокруг. — Какие красивые у вас цветы!

А горошинка в ответ только улыбалась и радостно шевелила листочками. Солнышко дарило ей свое тепло, дождик умывал и питал, птицы пели песни, а соседние цветы забавляли интересными рассказами. Опираясь на Куст, она чувствовала его поддержку и теплоту. И вдруг Зеленочка поняла: чем более открытой она становится миру, тем больше мир открывается ей.

— Оказывается, он не такой уж и жестокий — наш мир, — подумала горошинка, — и совсем не страшно быть слабой и просить о помощи, надо просто не бояться.

Со временем ее красивые цветы стали такими же домиками, как и тот, в котором прошло детство горошинки. И уже ее дети, окруженные любовью, счастливо там росли.

Сказку можно использовать как притчу-наравоучение без обсуждения

«Продолжи фразу» Участникам предлагается продолжить фразу: «В начальной школе мне больше всего запомнилось....»; «В пятом классе мне хотелось бы ...».

Заметки учителя: (положительные или отрицательные моменты занятия)

Занятие № 7 «Мои страхи»

«Закончи предложение». Подростки бросают друг другу мяч и называют те или иные чувства, каждый раз начиная со слов: «Когда я был маленьким, то боялся..)».

«Страшный персонаж». Ведущий просит подростков задумать одного из наиболее страшных персонажей для детей (Годзилла, Кинг-Конг, Зомби и т.п.), записать его имя на листе бумаги. Листочки собираются вместе, тасуются. Затем подростки по очереди вытягивают один из них, изображают доставшегося им персонажа, а остальные определяют, что было написано на листочке.

«Страхи пятиклассников». Подростки обсуждают свое понимание страхов, делается вывод о том, что все люди в той или иной ситуации испытывают страх и это не всегда плохо. Затем подростки делятся на две команды, каждой из которых нужно за три минуты придумать и записать типичные страхи пятиклассников. Побеждает команда, записавшая большее количество страхов. Затем, не акцентируя внимание на то, чей это был страх, все вместе обсуждают как преодолеть страхи или их пользу.

Работа со сказкой.

Сказка про Егора-мухомора, девочку Машу, серого волка, лосей и мимолетную бабушку(А. Никитин)

Что лосю хорошо, то волку — смерть.
Лесная народная мудрость

Где-то под Калугой, а может, под Тверью, а может, под Тулой, аль может, еще где стоял дремучий и темный лес. И был тот лес настолько дремуч, что «лесной школы» в нем не было. А зачем? Ведь жили там только волки, лоси да грибы. Волки, по обыкновению, били баклуши, грибы предпочитали торчать на одном месте и глазеть по сторонам, лоси бродили по лесу...

Так вот, жил-был в том лесу Егор-Мухомор. Появился на свет он недавно, от этого был мал, и в траве его почти не было видно. Но он уже любовался своим отражением в дождевой лужице. «Когда я вырасту, — говорил Егор, — то у>К меня-то грибники с руками оторвут». И верно, вырос он стройным, статным, с ярко-красной шляпой в белых пупырышках, одно слово — красавец.

Егор стоял на самом видном месте, поворачивался то правым, то левым боком, вытягивался по струнке, подпрыгивал и улыбался во весь рот. Но грибники проходили мимо, собирая сыроежки, подосиновики, лисички... и это начинало раздражать. Ну ладно, если в корзину попадали белые (против них Егор ничего не имел), но все остальные замухрышки не стоили его мизинца, так почему же они оказались в корзине, а он — нет?

Настроение и самочувствие ухудшались с каждой минутой бесцельного стояния. И вот взгляд его потускнел, он осунулся, ссутулился и стал похож на сморчка. Теперь заметить его стало почти невозможно. На душе скребли кошки, и от этого становилось еще хуже. И так обидно, и так гнусно! Да еще семейка лисичек хихикает неподалеку. «Ну-ну, смейтесь, рыжие поганки!» — буркнул Егор и повернулся к соседкам спиной. Сердце сжалось в комок, и до того стало досадно, что ни о каких грибниках и думать не хотелось. А в это время по лесу прогуливались замечательные детишки. Они пели песни, шутили и громко смеялись. Девочка Маша немного отставала: шутки ей давно уже наскучили, да и не в голосе она была сегодня. И вдруг ее глаза загорелись, рот приоткрылся от восхищения, поскольку она преисполнилась такого восторга, который с трудом поддается какому-либо описанию. «Мухомор!» — произнесла она, не веря своему счастью. Какая-то неведомая сила придала Егору заряд невероятной бодрости, он выпрямился, и к нему опять вернулось вдохновение. «Да-да, я — мухомор!» — многозначительно произнес он, покачиваясь от важности. От такой радости и осознания всей ответственности происходящего у Егора даже защеколotalo под ложечкой. По выражению Машиной лица было видно, что и она не менее довольна этой встречей. Егор зажмурился и приготовился оторваться от земли. «Мухомор!» — повторила Маша и потянулась за палкой... «ЕЛКИ ЗЕЛЕНЬЕ!!!» — успел выкрикнуть Егор и кубарем покотился по траве.

Когда он очнулся, то было уже совсем темно, ИЛИ же это ему показалось. Некоторое время он ползал на четвереньках, разыскивая свою шляпу, затем, волоча ее за собой, Егор побрел домой и лег спать. Но сон к нему не шел, и он заплакал в подушку, издавая жалостливые и приглушенные всхлипы.

Утром настроение было испорчено своим собственным отражением: левый глаз заплыл, его как бы и не было, голова распухла так, что шляпу на нее надеть не представлялось возможным. Короче, решено было остаться дома. Дня два, а может, и три, пока его облик не принял божеский вид, Егор не выходил из дому. И вот наступил наконец тот день, когда он смог предстать перед немногочисленной аудиторией обитателей леса и грибниками. Ну, «предстать» — громко сказано: весь день он прятался в траве, высматривал грибника «поприличнее», чтобы не нарваться, как в прошлый раз. Наконец заметил старушку; та не спеша шла по тропинке и высматривала грибы, шаря длинным прутом то там, то здесь. Не долго думая, Егор выскочил перед ней на тропинку и закричал что было сил: «Эй, старушка, не зевай, мухоморы собирай!» Старушка оторопела, бросила прут, затем, наспех перекрестившись, повернула обратно и ускорила шаг. «Какая-то странная!» — удивился Егор, глядя ей вслед. Некоторое время спустя по лесу разнеслась задорная песня «замечательных детишек»... Ужас охватил Егора, не давая ему пошевелиться. Преодолев столбняковое состояние, он незамедлительно поспешил спрятаться за деревом, чтобы переждать нашествие маленьких вредителей. Ребята шумной гурьбой прошли мимо, но Маши среди них не было. Егор подождал еще немного и вышел на тропинку. Так как грибников на горизонте не виднелось, он принялся играть с божьей коровкой. Прошло еще немного времени, прежде чем Егор услышал первое «ПОМОГИТЕ!!!», затем снова и снова повторилось это «ПО-МО-ГИ-ТЕ!!! ОЙ-ОЙ-ОЙН!» — и через минуту на тропинку выбежала девочка

Маша, вся заплаканная, с красным носом и растрепанными космами. Еще через минуту вслед за ней появился большой серый волк. Поначалу Егор шмыгнул в траву, но так ему стало жалко Машу, что он решил: «Ну, была не была! Кто старое помянет, тому глаз — вон!»

Через секунду он оказался перед волком: «Стоять! Не видишь, девочка домой спешит». Тот встал как вкопанный — такой наглости волк ни от кого не ожидал. Он насторожился и стал оглядываться по сторонам.

— Я здесь. — Егор подбоченился. Голос доносился откуда-то снизу, и волк опустил глаза. Увидев Егора, он перевел дух, как-то хитро заулыбался и спросил:

- И кто же этот персонаж, такой маленький, но такой смелый?

— Мухомор, — ответил Егор, в свою очередь.

— Мухомор?... — Волк задумался. — Не, таких не знаю.

Ты новенький, что ли?

— Ага!

Егор обернулся, Маша уже скрылась из виду. Волк тоже обратил внимание на то, что от его обеда и след простыл.

— Убежал, — произнес волк.

— Убежала, — усмехнувшись, поправил Егор.

— Теперь это не важно... А ты-то что радуешься? Придется мне тебя съесть, мухо... муха...

— Мухомор, — снова поправил волка Егор.

— Я знаю.

— Ну что ж, попробуй! — И Егорка сам подивился своей смелости.

Волк раскрыл огромную пасть.

— У-у, приятель, да у тебя карие!

— Я тебе не приятель, — процедил волк и бросился на гриб.

Егор метнулся в траву, волк — за ним, Егор — в кусты, волк не отстает, Егор — на дерево, волк — на дерево...

— Но волки не лазают по деревьям, — заметил Егор.

— Точно, — согласился волк и слез. — И ты тоже, слышь, как тебя там, слезай.

— Не-а.

Егор держался за тоненькую веточку.

— Слезай, хуже будет.

Тут, как и полагалось, веточка обломилась, волк раскрыл пасть, и Егор угодил прямо по месту назначения.

— Тьфу, ну и гадость! — завыл волк, сплюнув Егора.

— Ну не очень-то и гадость! — Егор немного обиделся.

Вдруг волку свело челюсти, скулы, морду и голову, и он как ужаленный бросился наутек (с тех пор его никто не видел).

— Я предупреждал, со мной шутки плохи! — добавил напоследок маленький победитель и побрел домой залечивать раны.

Слухи о героическом Егоре-Мухоморе разнеслись по лесу с космической быстротой и дошли до лосей, которые разом повеселели. Оказалось, что они лечатся мухоморами, и все это время лоси искали такого вот доктора, как наш Егор. И было совсем не важно то, что Маша рассказывала ребятам, как ловко она перехитрила волка (все равно ей никто не верил). Важно было как раз то, что теперь Егор пользовался всеобщим уважением и почитанием у лесной братии. И теперь он не выставлялся напоказ, не хвастался, а с удовольствием помогал лосям, которые стадами сбегались к своему лесному доктору — кто полечиться, а кто так, для профилактики.

А волки в том лесу больше не обижают маленьких девочек и еще долго будут обходить это место за версту.

Вопросы для обсуждения

— Трудно ли было Егору помочь Маше — человеку, который его обидел?

— Бывало ли с вами подобное?

— Что помогло Егору преодолеть свой страх?

— Почему он стал пользоваться всеобщим уважением?

Заметки учителя: (положительные или отрицательные моменты занятия)

ЗАНЯТИЕ № 8 «МОЕ ИМЯ»

«Веселая Вера» Попросите каждого по очереди представиться, произнося свое имя и какое-нибудь слово, характеризующееся на ту же букву. Например: «Вера – веселая, Надежда – нежная».

Сказка «Пропало имя» В одной сказочной стране жили-были девчонки и мальчишки, а также их родители. Естественно у каждого из них были имена. Хорошие имена, просто можно сказать замечательные, не в каждой стране такие встречаются: Света, Коля, Наташа, Игорь и много других замечательных имен. В этой сказочной стране, да впрочем, как и в любой другой, дети иногда капризничали и вредничали. Вот и девочке Наташе захотелось как-то повредничать.

. Они решили, что это здорово и захотели, чтобы их всех тоже звали Никак.

- Девочка, как тебя зовут? – спросила ее новая соседка.

-Никак.

- Так не бывает, наверняка, у тебя есть красивое имя.

Нет у меня никакого имени, меня никак не зовут.

Ну что ж, - улыбнулась женщина,- буду звать тебя Никак.

И с тех пор пошло, поехало.

-Никак, иди играть!

-Никак, иди кушать!

-Никак, иди к доске!

Ребятишек это развеселило Что тут началось! Такая неразбериха, такая путаница! Никто не поймет, кого зовут. Учительница скажет: «Никак, к доске!», и весь класс у доски топчется. Почтальон кричит: «Никак, тебе письмо!». Ребятишки к нему со всей улицы сбегаются. Можете представить, что творилось! Ну, просто жить стало невозможно. Загрустили ребята, притихли. Стали вспоминать, как их раньше мамы ласково называли, а вспомнить не могут. А Никак разве можно ласково назвать?... Что ли Никакуля, Никакушка? Смех, да и только.

Захотелось ребятишкам по-прежнему называться, да не тут то было. Оказывается имена: Наташа, Настя, Света, Коля и все остальные обиделись на ребятишек и сбежали в лес. А там они приклеились к деревьям, птицам, животным. А те и не возражали. Ну были просто березы, клены, белки. А теперь появились береза Наташа, клен Коля, белка Света и другие. Вроде как береза, клен, белка фамилии, а есть еще имена. Очень чудненько получилось. И имена довольны, и жители леса. Одни ребятишки горюют, думают, как им имена вернуть. Берегут теперь девчонки и мальчишки свои имена пуще глаза, дорожат именами своими и другим того же советуют.

Вопросы для обсуждения

1. Почему имена обиделись на ребят?
2. Зачем человеку дается имя?
3. Что может произойти, если человеку дать прозвище и не называть его по имени?
4. Как ласково называет вас мама?
5. Как звучит ваше имя, когда оно вам особенно нравится?

«Мое имя». Ведущий предлагает участникам:

- Чтобы наше имя на нас не обижалось и никуда не сбежало, как в сказке, сделаем одно интересное и полезное дело. Напишите в воздухе свое имя мелким каллиграфическим почерком по очереди правой и левой рукой, а затем двумя руками одновременно.

- Напишите в воздухе свое имя слева направо и справа налево, печатными и прописными буквами разного размера. Посмотрите, как изменился образ имени, какие чувства это вызывает?

- Возьмите в руку воображаемую широкую кисть, представьте ведро с краской (какого она цвета?). Напишите свое имя, занимая как можно больше пространства, от пола до потолка.

- Закройте глаза и представьте наиболее приятный из возникавших образов вашего имени, сделайте еще один воображаемый рисунок в пространстве. Пожалуйста, запомните этот образ, цвет, размеры букв, звучание и другие признаки. Это будет тайным смыслом вашего имени.

«ЛАСКОВОЕ ИМЯ»

Вспомните и запишите, какими ласковыми именами вас называют ваши родные, близкие вам люди, ваши знакомые. Задумайтесь, кто и в каких случаях это делает чаще? Когда от вас что-то требуется? Когда к вам обращаются с очередной просьбой? Когда у вашего собеседника просто хорошее настроение?

Какие чувства вы испытываете, когда к вам обращаются именно так? Что вам хочется сказать или сделать в ответ на хорошие слова? Делаете ли вы это? Если нет, то почему? Что мешает вам проявить тёплые чувства благодарности? А теперь вспомните и запишите, кого и когда вы называете ласково. Что вы при этом испытываете сами? А люди, к которым вы обращаетесь, как они реагируют на ваше ласковое обращение?»

«История моего имени» Участникам предлагается рассказать, что обозначает его имя и выяснить у родителей историю присвоения имени (кто предложил, какие были еще варианты, все ли были согласны и т.д.)

Заметки учителя: (положительные или отрицательные моменты занятия)

ТЕМА 3. Я имею ПРАВО ЧУВСТВОВАТЬ И ВЫРАЖАТЬ СВОИ ЧУВСТВА

Цели:

- способствовать рефлексии эмоциональных состояний;
- способствовать адекватному самовыражению.

Занятие 9. Чувства бывают разные.

«**Закончи предложение**». Подростки бросают друг другу мяч и называют те или иные чувства, каждый раз начиная со слов: «Я имею право на... (страх, радость, гнев... и т.д.)».

«**Изобрази чувство**». Ведущий раздает участникам карточки с названием того или иного чувства. Они по очереди показывают чувство группе, остальные пытаются определить, какое чувство изображалось.

«**Испорченный телефон**». Подростки сидят с закрытыми глазами. Водящий «загадывает» то или иное чувство и без слов передает его соседу, который на это время открывает глаза. Такая передача продолжается по кругу до тех пор, пока «чувство» не вернется к водящему.

Работа со сказкой. Дети слушают и обсуждают

Сказ о том, как Штирлицев свой страх победил (А. Вергазов)

Сейчас, мой маленький друг, ты услышишь необычную историю про одного маленького мальчика, который сумел справиться со своим большим СТРАХОМ.

В некотором царстве, в некотором государстве, в далекой тундре, за семью морями-океанами, реками и озерами жила-была дружная семья потомственных оленеводов Штирлицев-Віх: папа, мама и сын их Аполлон, ученик 3-го класса. Был у них дом и машина марки «Запорожец» Шли последние дни первой четверти учебного года. Неласковое солнце тундры, которое и летом-то не баловало жителей этого далекого сурового края по-настоящему теплыми деньками, осенью будто совсем исчезло, спрятавшись за грозными серыми тучами. Однако в эту последнюю перед долгожданными осенними каникулами неделю оно, наверное, решило все же подарить им свои прощальные лучи.

Но Аполлона не радовали игривые солнечные зайчики, забавно прыгавшие по потолку комнаты. Ему не было дела даже до предстоявшей ему сегодня четвертной контрольной работе по математике. Сколько сил положил он на подготовку к ней, сколько бумаги, чернил и времени истратил!

Встал Аполлон, быстро оделся и умылся. Мама позвала его завтракать жареной морковкой, а затем, взяв рюкзак, довер ху набитый учебниками и тетрадками, он уныло поплелся в сторону школы.

А огорчен он был вот чем: уже второй день около большого серого дома, который стоял как раз на полпути от дома Штирлицева к школе, лежала невесть откуда взявшаяся огромная рыжая собака. Как только кто-нибудь приближался к ней ближе чем на 50 шагов, она мгновенно вскакивала с места и начинала бешено лаять, брызгая слюной. При этом глаза у нее становились огромными, словно у глубоководной рыбыны, и наливались кровью цвета томатного сока, так что, наверное, даже Шварценеггер сбежал бы без оглядки. Но Штирлицев не был даже Шварценеггером, поэтому вчера, когда он впервые столкнулся с псом, сначала попытался просто пройти краешком, оставшись незамеченным. Обойти злополучную псину было ни как нельзя: со всех сторон был забор. Почувяв, что ее бояться и пытаются перехитрить, собака быстро сорвалась с места и иа всех парах помчалась к Штирлицеву. Увидев это, Аполлон по вернулся и ускорил шаг, затем пошел быстрее, еще быстрее и еще быстрее. Наконец понял, что просто уйти не удастся, и пустился наутек. Он несся без передышки, не оглядываясь, остановился лишь за калиткой своего дома. Перед самой калиткой собака все же успела отхватить огромный кусок от его новых синих джинсов и даже надкусить ногу в области голени. Продолжая лаять, взбешенная собака еще долго торчала у забора беглеца. Тот мгновенно запер калитку и все двери в доме и трусливо выглядывал из окна, скрываясь за жалюзи.

Весь вечер Штирлицев ловил на себе укоризненные взгляды потомственной оленеводки мамы. Он соврал ей, что порвал джинсы, когда перелезал через забор во время игры в казаки-разбойники на перемене. Рассказать про псину, от которой убегал, было стыдно. Мама и так называла его трусишкой и тушканчиком, а еще отругала за испорченные джинсы. Штирлицев не мог понять, почему она называет его тушканчиком: ведь тушканчики бегают быстро, а он медленно, раз собаке удалось порвать штаны и оставить следы своих зубов на нем. Больше так продолжаться не могло!

Опечаленный, он вышел из дома и с замиранием сердца направился в школу, не зная, правда, как он до нее доберется. Школа была совсем рядом, всего и надо-то было перейти улицу и пройти мимо злополучного серого дома, у которого уже два дня лежала эта собака. Может быть, она ушла? Но нет, ее лай Штирлицев слышал еще от своего дома.

Обычно путь от дома до школы занимал несколько минут. Так было бы и сейчас, если бы не пес.

Вдруг Штирлицев увидел своего давнего знакомого кота Базилио, который жил неподалеку. Базилио был черным как уголь, и только два зеленых глаза выделялись из этой беспросветной черноты. Базилио считал Штирлицева своим другом, а Штирлицев считал своим другом Базилио. Аполлон нагнулся, погладил кота и сказал: «Привет, Вася!» Кот утробно замурлыкал и потерялся о ботинки мальчика. Аполлон улыбнулся и

пощекотал кота за правым ухом. Базилио забрался на колени к присевшему на корточки Штирлицеву, удобно лег там и закрыл глаза. Солнышко пригревало, и Аполлона тоже потянуло ко сну. Но надо было идти в школу. Как только мальчик подумал о школе, в его голове тут же возникла мысль о злосчастной собаке. Попросить кого-нибудь, чтобы помогли пройти мимо собаки? Но улица была пуста. Мама и папа уже ушли на работу, да и стыдно бояться. Но ведь не пройдешь же так! Она и съест может!

В отчаянии Штирлицев схватил Базилио и, надев рюкзак, крепко прижал кота к себе, словно надеясь, что он поможет. Как вдруг...

~ Что ты меня хватаешь?!

Голос был тонкий и выражал крайнее недовольство. Штирлицев удивленно огляделся. Улица была по-прежнему пустаникого вокруг. Зеленые глаза Базилио смотрели на него возмущенно.

— Отпусти меня! Поспать не дал, так хоть сейчас не хватай, — с тем же недовольством повторил голос.

Теперь Штирлицев ясно понял, что это сказал Базилио, сидевший у него на руках. Штирлицев недоуменно отпустил кота.

— Заговоришь тут от вас, — уже смягчаясь, но все еще обиженно проворчал кот, умывая лапками мордочку.

Озадаченный всем этим, Штирлицев опустился на землю. Васька сел рядом. Так прошло 2, 3, 5, может быть, больше минут. Аполлон посмотрел на часы. Через 3 минуты он должен был сидеть за партой и писать четвертную контрольную. Он успел бы дойти до школы, если бы не эта собака, чей лай опять стал слышен. Штирлицев чуть не заплакал от безысходности. Он не знал, что делать.

— Так и будешь сидеть здесь из-за этой псины до ночи? У тебя же контрольная, — продолжая умываться, сказал кот.

Штирлицев поднял на него глаза.

— А что мне делать? Вон она как зло лает за этим серым домом, слышишь?

— Слышу. Но ты же не собираешься пропустить из-за нее контрольную, к которой так долго готовился?

Штирлицев в отчаянии вскочил на ноги и снова сел на землю, обхватив голову руками.

— Ну что же теперь делать?!

— Вначале успокойся. Просто пройди мимо, как ходишь всегда. Она тебя не тронет. А страх — он хуже смерти, — не оставляя своего занятия, посоветовал Базилио.

— Ну да, она знаешь какая злющая! Я боюсь, — сказал Аполлон.

— Раз боишься — сиди здесь и пропускай контрольную или иди домой и вообще не ходи в школу, — равнодушно сказал кот.

— Нет, что ты, нельзя. Как я могу пропустить четвертную контрольную?!

— Тогда иди и не бойся. — Базилио начал мыть лапки.

— Но я боюсь, — сказал Штирлицев.

— Тогда сиди здесь или иди домой.

Школа была совсем рядом. Штирлицев и Базилио слышали, как прозвенел звонок на урок. Весь класс, наверное, уже сел за парты, приготовил тетради и ручки, а учитель написал на доске задание.

Отчаянию Штирлицева не было предела. Не было на Земле в тот момент человека более несчастного, чем он. На глаза мальчика навернулись слезы.

— Слезами делу не поможешь, — сказал Васька.

— Слушай, Вася, а может быть, вместе пройдем мимо собаки, а? — умоляюще попросил Штирлицев.

— Нет. Я тебе, конечно, друг, но об этом даже не проси. Я этих псов на дух не переношу. Мне в апреле ротвейлер с улицы Карла Маркса клок шерсти прямо с затылка выдрал. И вообще... Так что иди один. Главное — не бойся. Все будет в порядке. Страх — он хуже смерти. А я к тебе вечером зайду, кефирчика выпьем.

Бедняге Штирлицеву ничего больше не оставалось делать. Он встал, взял рюкзак и мелкими шажками направился к школе. Вскоре он заметил собаку. Она лежала на привычном месте и грызла кость. «Загрызла, наверное, прохожего какого-то», — подумал в ужасе Аполлон. Он остановился как вкопанный. Завидя его, собака, как обычно, вскочила и угрожающе зарычала. Штирлицев отошел было на несколько шажков назад, но затем сделал несколько больших шагов навстречу собаке. Он шел все быстрее и быстрее, а в голове стучали слова Базилио: «Главное — не бойся, главное — не бойся, главное — не бойся!»

Так незаметно для самого себя он прошел мимо собаки!

Уже почти подойдя к школе, он словно очнулся от сна — так велико было его напряжение. Штирлицев оглянулся — собака спокойно лежала и грызла кость. Она не тронула его. Она даже не обратила на него внимания.

«Страх хуже смерти», — вспомнил Штирлицев слова кота Васьки через 40 минут, сдавая выполненную контрольную работу.

Вопросы для обсуждения

— Что чувствовал Штирлицев в начале сказки?

— Почему он никак не мог побороть свой страх?

--- Кто и как помог ему?

--- Как понять слова «страх хуже смерти»?

Занятие 1 «Мы разные»

Упражнение «Снежный ком» Первый ребенок представляется, Второй, прежде чем представиться самому, называет имя первого, Третий – имена первого и второго, и далее по кругу.

Упражнение «Давайте поздороваемся»

Принятие правил

Ведущий предлагает принять свод правил. Правила должны быть такими, чтобы всем было:

1. Интересно! Для этого необходимо быть активным, правдивым и уметь слушать каждого.
2. Комфортно! Запрещаются оскорбления, упреки, обвинения. А вот внимание к положительным сторонам каждого приветствуется и даже поощряется.
3. Безопасно! Все, что происходит на занятиях, — для всех, кроме нас, секрет.
4. Полезно! Выполняем задания добросовестно.

Ведущий говорит о добровольности участия в работа группы. Если кто-нибудь из участников не захочет выполнять какое-либо упражнение, он может отказаться.

Перед тем как принять правила, следует обсудить их с детьми, а также продумать санкции за их нарушение. Санкции должны соответствовать проступку и быть выполнимыми, например, нарушивший правило выходит за круг и пропускает следующее упражнение. Дети могут предложить свои правила, и если группа согласится, они включаются в основной список.

Если дети согласны с предложенными правилами, они вслед за ведущим торжественно принимают правила под аплодисменты группы. После этого все участники заполняют и прикрепляют к одежде свои именные карточки.

Упражнение «Твоя школа такая, какой ты ее видишь»

Выполняя это упражнение, каждый ребенок получает возможность высказать свое мнение о школе и увидеть положительное в новой ситуации, научиться конструктивно относиться к школьным проблемам.

Скажите следующее: «В жизни нам постоянно приходится привыкать к чему-то новому. В этом году вы стали пятиклассниками, взрослыми и самостоятельными учениками средней школы. Вы уже почувствовали, что обучение отличается от того, что было раньше: у вас появилось много новых учителей, новые предметы, новые одноклассники. Наверняка у вас возникли вопросы. Давайте поговорим о том, что вам нравится в школе в этом году, а что — нет».

Запишите ответы детей на доске. Желательно, чтобы высказался каждый ребенок.

- учиться стало сложнее;
- неизвестно куда идти, поэтому страшно опоздать;
- разные учителя;
- некогда отдохнуть;
- короткие перемены — мы не успеваем найти кабинет;

- в классе много незнакомых ребят, а друзья попали в другой класс, и это обидно;
- праздники проходят до-другому, не так, как в начальной школе;
- много домашних заданий;
- завтраком и обедом никто не кормит, каждый сам в столовой должен покупать себе еду;
- появилась возможность прогуливать;
- можно «беситься» на перемене, никто за нами не следит так, как в начальной школе.

Очевидно, что негативных высказываний оказалось больше, чем позитивных.

Какие же пожелания высказывают дети? Им хотелось бы, чтобы:

- их классный руководитель оказался таким же заботливым и внимательным, как первая учительница;
- кабинет был такой же уютный, как в начальной школе;
- было много праздников;
- поменьше примеров задавали;
- не ставили «2» за то, что не принес на урок учебные принадлежности.

Упражнение «Пустой или полный»

Покажите детям, что один и тот же факт, одно и то событие кто-то может посчитать хорошим, позитивным, а кто-то — негативным. Люди разные, поэтому они по-разному относятся к происходящему.

Скажите следующее: «Сейчас я покажу вам стакан, наполненный водой до середины. Одни люди скажут, что он наполовину пустой, а другие — что наполовину полный, то, и другое — правда, однако эти высказывания выражают разное отношение к происходящему. Позитивное отношение к фактам и людям лучше, чем критическое. Каждому из нас приятнее, когда в конкретной ситуации (даже в наших ошибках) люди видят хоть что-то положительное. Пусть возникают сложности, но всегда можно найти что-то хорошее. Давайте попробуем увидеть положительные стороны в новой ситуации обучения».

В ходе упражнения дети стараются увидеть плюсы в негативных проявлениях школьной жизни. Например:

- У нас появились новые учителя, у них новые требования, к ним трудно привыкать. — Зато интересно, узнаешь новых людей,
- Задают много домашних заданий. — Учишься быть более организованным.

Принятие ритуалов приветствия и прощания

Предложите детям выбрать какое-нибудь несложное приветствие, с которого будет начинаться каждое занятие, и прощание, которым оно будет завершаться.

Обсуждение итогов занятия

Обязательно обсудите чувства участников группы. Пусть они скажут о том, что им понравилось, что удивило, обрадовало на занятии, что получилось, чем довольны, какие вопросы остались неразрешенными,

Домашнее задание: мини-сочинение «Может ли человек иметь собственное мнение?»

Прощание

Заметки учителя: (положительные или отрицательные моменты занятия)

Занятие 2

Упражнение «Представление имени»

Группа встает в круг. Поочередно каждый участник выходит в центр круга и называет свое имя, сопровождая его каким-либо жестом или движением. Все остальные участники копируют жест и интонацию. Упражнение заканчивается, когда каждый из участников представится.

Представление имени в группе детей младшего подросткового возраста обычно проходит очень увлеченно и эмоционально, поэтому после его завершения можно предложить детям подвижную, активную игру.

Упражнение «Если весело живется, делай так»

Вся группа сидит на стульях по кругу, ведущий (им может быть по очереди каждый из учащихся) задает какое-либо веселое движение (хлопки, притопы, щелканье языком), остальные все вместе повторяют его, произнося при этом: «Если весело живется, делай так». Упражнение продолжается до тех пор, пока каждый не побудет ведущим. В конце можно повторить все действия по порядку, точно и ритмично.

Не всегда получается согласованно воспроизводить действия каждого участника, поэтому сначала ведущий может подавать группе специальный знак, по которому дети начнут повторять движение. На последующих занятиях эта игра становится одной из любимых, и ребята начинают действовать все более согласованно.

Стр 49 САКОВИЧ

Занятие 3

Тематический блок «Я и ты».

Занятие 17 «Моя уникальность».

«Найди слово». Подростки должны найти лишнее слово: страх, злость, ненависть (*страх*); страх, беспокойство, злость (*злость*); доброта, спокойствие, доверие (*спокойствие*).

«Психологические примеры». Дети говорят о том, как они понимают следующие психологические примеры, и по желанию предлагают свой вариант «решения» какого-либо примера (понятно, что вариантов решения может быть несколько).

Зависть + Высокомерие = **Одиночество**;

Доверие + Хорошее Настроение = **Счастье**;

Неуверенность + Тревога = **Злость**.

«Мысленная картинка». Подростки закрывают глаза и слушают медитативную музыку с заданием «нарисовать мысленную картинку». Затем они рассказывают о своих картинках. Ведущий подчеркивает, что каждый имеет право «нарисовать» то, что захочет, каждый имеет право видеть мир по-своему.

«Если я камушек». Ребятам предлагается рассказать, что они могут увидеть вокруг себя, что почувствовать, если превратятся в камушек, травку, облако, потолок. Делается вывод о том, что из разных позиций один и тот же предмет или явление видятся по-своему. «Маленькая страна». Учащиеся закрывают глаза, представляя дверку в маленькую страну, в которой все устроено по их желанию (если у ведущего есть китайский колокольчик, дайте возможность каждому подростку позвонить — открыть дверку). Затем ребята рисуют то, что они увидели за дверкой. При обсуждении делается акцент на том, кто может открыть дверку в маленькую страну — внутренний мир. Кого хочется пригласить, а перед кем — запереть дверь на все засовы.

Работа со сказкой.

Сказ про Вольняшку (О. Пасхна)

В одном далеком-далеком городе почти неделю шел дождь. Усталые от непогоды горожане безмолвно шлепали по лужам. Прохожие старательно кутались в порядком поднадоевшие воротники теплых курток и пальто, натягивали шапки на уши, тщательно пряча порозовевшие от ветра носы за ненадежную преграду огромных шарфов. И только сочная зелень молодой листвы, казалось, не собиралась мириться с проделками природы, упрямо выдавая истинное время года — весну.

Вольняшка тоскливо посмотрел вниз, уныло вздохнул и молча плюхнулся в пушистое облако. Ему, непоседливому и юному дождю, сегодня было особенно грустно. А грустно было оттого, что не берут его старшие братья участвовать в забавах и что сидит он теперь в полном одиночестве. Все несчастья приключились потому, что не хватило ему, младшему, большой и темной тучки, такой, как другие получили. А дали ему вместо грозной тучки облачко — светлое, махонькое. И получается, что не похож он на остальных.

Вольняшка заплакал... А горожане, продолжая сердито ворчать и кутаться от ненастья, сейчас же попрятались под металлические козырьки намокших домов и бесконечные шляпки цветных зонтиков.

Но теплый ветерок тихонько отнес Вольняшку в сторону. И вдруг просветлело небо. И как-то несмело явилось весеннее солнышко, стыдливо прятавшееся в облаках. А откуда-то снизу донесся внезапный веселый смех. Он отвлек Вольняшку от грустных мыслей. Наш юный дождик посмотрел в ту сторону, откуда доносился смех. Там были дети, резвившиеся в лучах солнышка и ликовавшие по случаю легкого грибного дождика. И понял Вольняшка, что только его легкое, светлое облако способно всем доставить радость. А грозные тучи — недавняя его мечта — лишь тоску на всех нагоняют. И так стало ему весело, что разразился Вольняшка задорным смехом, подарив детворе первый весенний гром. А на небе от его улыбки засияла радуга.

Вопросы обсуждения

- Почему грустил Вольняшка?
- Приходили ли вам иногда в голову такие же мысли?
- Отчего стало весело Вольняшке?
- В каких ситуациях можно сказать про человека, что «от его улыбки засияла радуга»?

Вывод: мы все разные: по-разному грустим, по-разному веселимся. Поэтому можно сказать, что мы все уникальны, потому что второго такого человека просто не существует. Так давайте ценить свою уникальность и бережно относиться к другим.

Завершающая игра «Аплодисменты»

Инструкция: Ведущий говорит: «Мы хорошо поработали сегодня, и мне хочется предложить вам игру, в ходе которой аплодисменты сначала звучат тихонько, а затем становятся все сильнее и сильнее». Ведущий начинает негромко хлопать в ладоши, глядя или называя кого-то из учащихся кому он аплодирует. Затем этот участник выбирает из класса следующего кому они вдвоем

аплодируют. Третий выбирает четвертого и т.д. Последнему (как правило, это менее признанный член класса) аплодирует вся группа.

Заметки учителя: (положительные или отрицательные моменты занятия)

Занятие 18 «Мои способности»

Игра «Похожие и разные» (М) Предварительная подготовка: доска делится на две части.

Материалы: доска, мел, наклейки для победителей (по желанию ведущего). **Время:** 10 минут.

Инструкция Ребята, сейчас мы проведем небольшую игру, которая позволит нам понять наши сходство и различия. Для этого нам нужно поделиться на две команды. От каждой команды вызывается по одному добровольцу. Сейчас двум командам предстоит в течение одной минуты находить сходство и различия в добровольцах. Одна команда находит только сходство, а другая — различия. За каждый правильный ответ я буду ставить на доске плюс. Затем мы увидим, чего же в двух людях больше: сходства или различий. Так как это соревнование, то будьте очень внимательны, вам нужно выиграть. Итак, всем ли понятны правила игры?

Вывод: Мы все чем-то похожи, но у нас и много различий. Несмотря на то, что вы все учитесь в одном классе, присутствуете на одних и тех же уроках, у вас разные способности и умения, разный уровень знаний, разный результат в учебе.

Упражнение «Мои способности»

В тетрадах начертить квадрат. Вертикальной линией разделить квадрат на две части: отделяя «количество возможностей» (В), предоставляемых школой и семьей. Например, школа предоставляет возможности получать хорошие знания: удобное расписание, учителя понятно излагают программный материал, обеспечивает учебниками и т.д. В семье созданы все условия для обучения в школе: наличие канц. товаров, тетрадей, письменного стола, никто не отвлекает и т.д. Нужно найти свое место на вертикальной линии в зависимости от того насколько семья и школа представляют тебе возможностей.

Горизонтальной линией отделить результативность (Р) учебной деятельности. Насколько ты считаешь твой результат устраивает тебя, родителей, школу.

Таким образом, мы получаем четыре различных части. Соединив точки на вертикальной линии и горизонтальной линии, мы получим твое место нахождения относительно понятия «Школьный успех»

Например:

Возможности нет Результата есть	результат	Результат удовлетворяет всех на 100%	Возможности есть Результата есть
Возможности нет Результата нет		Возможности	Результат не устраивает никого на 100%

Первая часть (В+ Р-) свидетельствует о наличии возможностей и отсутствии результатов.

Вторая (В+ Р+) говорит о наличии и возможностей и результатов.

Третья (В- Р+) показывает отсутствие возможностей и наличие результатов.

В четвертой (В- Р-) отсутствие и возможностей и результатов.

Обсуждение. Последовательно с учащимися обсуждаются результаты всех четырех частей, выделяя достоинства и недостатки каждой из них. Обязательно делается акцент на том, что в первой части главным недостатком является отсутствие силы воли и отсутствие интереса к процессу получения знаний.

Общим выводом обсуждения является формула: **УСПЕХ = СИЛА ВОЛИ x ИНТЕРЕС**

«Мои ресурсы». Учащимся раздаются (или озвучиваются) карточки с позитивными утверждениями. Ребята вклеивают (или вписывают) их в тетрадь и отмечают те утверждения, которые им подходят для поддержания желания проявлять своих способностей в полной мере:

«Я могу это сделать».

«Я всегда думаю, что одно маленькое усилие — и будет результат».

«Я достаточно умелый, чтобы сделать работу хорошо».

«Я могу, когда говорю себе, что я могу».

«Я могу измениться так, как считаю нужным».

«Я могу ответить так, как считаю нужным».

«Я имею право вслух говорить о своем мнении».

«Мое мнение может отличаться от остальных».

«Мое мнение интересно и важно для окружающих».

Работа со сказкой.

Белая ворона (Н.Н. Амбросьева) (для тех, кто боится позволить себе быть самим собой)

В одной сказочной стране жила-была стая самых обычных серых ворон. А эту угораздило же родиться белой. Иногда ей так хотелось стать такой же, как все, обычной серой вороной. Она даже пыталась припудрить свои белые перышки придорожной серой пылью, чтобы не выделяться среди других. Но этой ее женской хитрости хватало лишь до первого дождика или до первого порыва ветра.

Да дело, собственно говоря, было не только во внешности. И характером своим белая ворон очень выделялась среди других. То вдруг встанет на защиту того, от кого все отвернулись, то правду матку рубанет начальнику в лицо, перед которым другие заискиваются, то от богатого да знатного жениха откажется, а в нищего влюбится без памяти и на край света за ним лететь готова. Как часто слышала она в свой адрес слова:

- Тебе что, больше всех надо?

- Ты, ненормальная, только сумасшедший может на такое решиться.

- Чудачка в розовых очках.

И много других неприятных слов приходилось слышать белой вороне.

Однажды их сказочную страну посетила сама великая волшебница Мудрость. И решила белая ворона у нее расспросить, почему она не такая, как все, и как с этим быть. Великая волшебница Мудрость, повидавшая немало на своем веку, выслушав ворону, не стала бросать лишних слов на ветер, а молвила лишь следующее:

- Цвета ты от того такого необычного, деточка, что душа у тебя у тебя чистая, светлая, вот перышки твои и побелели. Не бойся и не стесняйся никогда быть «белой вороной», а бойся не быть сама собой.

Вопросы обсуждения

- Что значит быть «белой вороной»?

- Что чувствует человек, когда он «белая ворона»?

- Трудности таких людей?

- Что значат слова: «Бойся не быть сама собой»?

Заметки учителя: (положительные или отрицательные моменты занятия)

Занятие 19. «Мой внутренний мир»

«Самое длинное». Подросткам предлагается составить самое длинное предложение со словом «воля», затем со словом «терпение» и, наконец, со словом «сочувствие».

«Объясни значение». Подростки записывают в тетрадь качества человека, например: сердечный, интеллигентный. После чего по очереди пробуют как можно точнее объяснить значение каждого и наиболее точное объяснение записывают в тетради. Затем обсуждают, кому из ребят больше всего присуще данное качество.

Работа со сказкой. Ребята слушают сказку, рисуют к ней иллюстрации.

Сказка о волчишке Джоне

Жил в одном лесу волчишка Джон. Он был самым обыкновенным волчишкой — таким, как все: ходил в звериную школу, получал когда двойку, а когда четверку, любил каникулы и роликовые коньки. Но был он не очень счастливым. В школе учителя часто ругали его за грубость, а дома родители — за двойки, да еще иногда и лупили его. А однажды с ним случилось такое... Он сам не знает, как это пережил. Поделится с лучшим другом, но и тот его предал. Разве так можно жить?

«Всем на меня наплевать. Почему я не такой, как они, — думал волчишка. — Зачем я родился? Мне лучше ни с кем не общаться, уйти от всех далеко, далеко» — решил он. Но потом подумал, станут с полицией разыскивать, родителей оштрафуют, на учет поставят. А жизнь лучше не станет. Тогда посмотрел он на взрослых вокруг себя и решил подождать своей взрослости. «Вот вырасту я, вырастут мои зубы, вырастут когти, и я им всем отомщу!» Но потом посмотрел на взрослых получше и увидел, что эти страшные взрослые совсем не счастливые, не радостные. А кричат на детей, унижают их от бессилия, от горя в душе, они ведь любят своих детей, только не умеют по-другому воспитывать. «Нет, не буду я мстить, не буду ненавидеть, не буду за ними повторять, — решил волчишка, — жалко мне их». И вдруг обратил внимание на свое отражение в зеркале. Увидел глаза усталые, но добрые, плечи крепкие, ноги сильные.

— А ведь я смогу, — сказал волчишка своему отражению. — Смогу быть счастливым. Надо только очень постараться, напрячь все свои силы и перестать бояться, что с тобой что-то случится, напрячь всю волю, пожалеть обидчиков, а еще обязательно поверить в свое счастье, в людей вокруг тебя!

Сказал это сам себе волчишка, и радостно забилося его сердце. И твердо раскрыл он дневник и учебники. Вспомнил про школу и сам себе проговорил:

— Да, до победы еще далеко, и мне предстоит трудный путь, но я его одолею, потому что я так решил, потому что я чувствую в себе силы.

Вопросы для обсуждения

- Почему волчишка в начале сказки **не** чувствовал **себя** счастливым?
 - Что такое страшное могло с ним случиться?
 - Почему он решил отомстить взрослым?
 - Появляется ли у вас желание отомстить кому-то?
 - Что увидел волчишка во взрослых, когда посмотрел на них получше?
- Почему это придало ему радость?

«**Внутренняя сила**». Ведущий говорит о том, что у каждого есть какие-то качества, которые составляют его внутреннюю силу, помогают справиться со сложной ситуацией. Правда, не все знают о своей внутренней силе. И поэтому в трудные моменты не используют ее. Ждут внешней помощи, которая может и не прийти. У кого-то внутренняя сила заключается в силе воли и терпении, у кого-то — в теплом отношении к другим людям, у кого-то — в решительности. Далее подростки пишут в тетради заголовок «Моя внутренняя сила» и записывают под ним те качества, которые ее составляют. Если кому-то трудно это сделать, то помогает класс. Можно вывесить на доску плакат с возможными составляющими Внутренней силы.

Заметки учителя: (положительные или отрицательные моменты занятия)

Занятие 21. Уроки трудных ситуаций.

.. у.

«Самое длинное». Подростки составляют длинное предложение со словом «доброжелательный», затем «веселый», «приветливый». Затем они слушают друг друга и выбирают самое длинное предложение.

«Объясни значение». Подростки записывают в тетрадь качества человека (например: тактичный, отзывчивый) и по очереди пытаются как можно точнее объяснить их значение. Затем говорят вслух и записывают в тетради, кому из ребят данное качество присуще больше всего.

«Плюсы и минусы». Ведущий рассказывает ребятам о том, что в любом событии всегда можно найти «плюсы» и «минусы», например, полученная пятерка может заставить ученика еще больше стараться, а может привести к тому, что человек решит: можно уже ничего не делать. Все вместе они ищут «плюсы» и «минусы» полученной двойки. Затем каждый получает по карточке, на которой записано то или иное событие, и должен найти в нем «плюсы» и «минусы». Ситуации могут быть, например, такими: «Все ребята из класса считают тебя виноватым в драке, не хотят с тобой играть»; «На уроке ты не успеваешь сделать задание, все над тобой смеются»; «Учитель сказал, что ты лучше всех выполнил задание»; «В играх тебя всегда выбирают ведущим» **и т.п.**

«Копилка трудных ситуаций». Ведущий говорит о том, что в любом возрасте человек может оказаться в трудной ситуации, и вместе с группой собирает «копилку трудных ситуаций пятиклассников» (получена двойка, сердятся родители и т.п.). Затем предлагает представить, что трудная ситуация — это урок, который должен чему-либо научить. Далее учащиеся обсуждают и выводят обучающий эффект типичных трудных ситуаций пятиклассников.

Работа со сказкой. Ведущий читает и обсуждает с подростками сказку.

Сказка о Дрюпе Дрюпкине

В далекой-далекой Солнечной системе, на далекой-далекой планете Земля, в одном далеком и большом городе жил Дрюпа Дрюпкин. Как жил? Да по-разному. Но считал он себя не очень счастливым, слишком уж часто с ним что-то нехорошее само собой случалось. То в столовой его любимый суп с цветной капустой прольется, то на любимом уроке географии любимая учительница «три» поставит, то любимый друг Пустель Пиркин с ним поругается. А то как-то сидел Дрюпа на стуле в своей комнате, просто сидел — и свалился на пол. Да больно так! Аж искры из глаз посыпались! Открыл Дрюпа глаза и вдруг голосок чей-то услышал:

— И не надоело тебе, Дрюпон, так жить?

— Ты кто? — испугался Дрюпа.

— Я — твоя шишка, — пропищал голосок.

Подскочил Дрюпа к зеркалу: синяк под глазом, царапина на шее и такой огромный «шишак» на затылке, что действительно глазками подмигивает.

— Тебе надо измениться, Дрюпыч!

— Да я уж изменился, куда больше! Увидишь в темноте — испугаешься, — вздохнул Дрюпа.

— Нет, Дрюпа, не так. Тебе нужно почаще выполнять уроки жизни.

— Да у меня и так жизни нет от школьных уроков!

Слушай меня, Дрюпкин. Слушай и благодари. Тебе нужно учиться у неприятных, трудных ситуаций. Тогда сразу поумнеешь, а иначе скоро из Дрюпы тебя переименуют в Большого Шишака. Дрюпа от такого нахальства собственной шишки дар речи потерял, а когда нашел — шишки уже не было. И синяка под глазом, и царапины на шее.

Но появился зато резвый младший брат Купер-Персик. И не просто появился, а тут же Дрюпкину ручку сломал. Хотел Дрюпа ему двинуть, но остановился. Может, на Купер-Персике жизни поучиться? Посидел и подумал: «А может, пожалеть Персика для разнообразия?» Тут мама пришла с работы и, как всегда, с претензиями: «Собаку не выгулял. Купера обижал». Хотел Дрюпа, как всегда, обидеться, а потом подумал: «Может быть, жизни поучиться и попробовать понять маму?»

Не хочется длинно рассказывать о Дрюпе — вы ведь и так уже все поняли. Понравилось Дрюпе выполнять уроки жизни, понравилось ему изменять себя. Ну и жизнь его, конечно, изменилась к лучшему. Какой она стала? Это вы тоже лучше меня знаете, какой должна быть жизнь у пятиклассника, чтобы он чувствовал себя счастливым. А каким стал Дрюпа, когда вырос, когда школу кончил — это вы мне сейчас и расскажете.

Окончание придумывают подростки.

Вопросы для обсуждения

— Почему Дрюпа не считал себя счастливым?

— Что значит «уроки жизни»?

— Приходится ли вам иногда выполнять **не** только школьные уроки, но и уроки жизни?

Заметки учителя: (положительные или отрицательные моменты занятия)

ЗАНЯТИЕ 20 Трудные ситуации и друзья - моя сила.

«Самое длинное». Подросткам предлагается составить самое длинное предложение со словом «воспитанный», затем со словом «тактичный», затем — «приветливый». После этого определяется качество, которое нужнее всего для дружбы (ответы могут быть разными).

«Общая рука». Подростки распределяются по парам. Рука одного участника привязывается к руке другого. «Общей рукой» дети выполняют рисунок.

Вывод при обсуждении: Если мы делаем общее дело, то важна помощь и участие каждого. Только когда мы уважительно, на равных друг друга поддерживаем, мы добиваемся поставленной цели. Можно обсудить позиции: когда кто-то остается безучастным и когда кто-то делает все сам за всех.

Работа со сказкой. Учащиеся читают, рисуют, обсуждают сказку.

Светлячок (А. Безотосов)

На краю леса под пыльным листом подорожника жил да был Жучок. Был он такой маленький, что его никто никогда не замечал. Бывало, идет он с утра по тропинке к озеру — умытья и чистить зубы — и видит: навстречу госпожа Гусеница.

— С добрым утром, госпожа Гусеница! — Жучок вежливо приподнимает берет. — Как ваш ревматизм? Не пошаливает ли печень? Но Гусеница, даже ухом не поведя, важно проплывает мимо. «Ну что ж, - вздыхает жучок, — я действительно очень назойлив. До меня ли таким важным дамам!» Жучок поправляет рюкзак с полотенцем и зубной щеткой, идет дальше. Видит — летит Бабочка.

— Доброе утро, сеньорита! — Жучок раскланивается и шаркает по очереди всеми ножками. — Какая сегодня чудесная погода, не правда ли? Так и хочется, знаете ли, взять и полететь! Скажите, пожалуйста, легко ли летать?

Но Бабочка уже далеко — она слишком занята собой и своими любимыми маргаритками и даже не слышала его слов.

«Да, — грустно думает жучок, — опять не заметили!» Что уж говорить о сердитых и вечно занятых пчелах и шмелях, которые так грозно жужжали при приветствии жучка, что у того еще долго после такой встречи дрожали колени и колотилось сердце... После каждой такой прогулки жучок возвращался домой грустный и подавленный. Все чаще приходили к нему мысли о том, как все несправедливо на этом свете устроено — и угораздило же его родиться таким маленьким, серым и неприметным!

Начались дожди. Солнца давно не было видно, под ногами все время хлюпало, лист подорожника начал протекать — в конце концов жучок простудился и заболел. Увы, никто не приходил навестить его, лишь иногда под лист подорожника заглядывали страшные дождевые черви, но уж с кем жучок не хотел водиться, так это с дождевыми червями. По их словам выходило, что чем дольше будет идти дождь — тем лучше, а неприятности, которые дождь доставлял всем местным жителям, их как будто даже радовали. Но все когда-нибудь кончается. Кончился дождь, снова засветило солнце. Так радовался солнцу жучок, что забыл про свои горести и болезни и однажды ранним утром снова отправился на прогулку. Проходя по знакомой тропинке, он неожиданно увидел около старого пня необычайное скопление лесного народа. «Ого!» — подумал Жучок и начал пробираться поближе. То, что он был маленьким и незаметным, наконец-то помогло ему — очень быстро он оказался у самого подножия пня. Около пня стоял сверчок — в одной руке у него было ведро с клеем, в другой — большая кисть. За его спиной красовалась афиша следующего содержания: «ВСЕМ! ВСЕМ! ВСЕМ! Сегодня в 2 часа ночи на Большой Лесной Поляне состоится единственный концерт Великого и Неповторимого скрипача-виртуоза Мистера Цикадо! Такого Вы больше не услышите! Мы Ждем Вас, Друзья!» Столпившиеся изумленно читали объявление и покачивали головами. Чтобы их лес посетила заезжая знаменитость — о таком они слышали впервые!

— Скажите, неужели все это правда? — спросила наконец у Сверчка Гусеница.

— Истинная правда, мадам! — ответил, поклонившись, Сверчок.

«Ой, ой, ой...» — подумал Жучок.

— Скажите, а какой он из себя, этот Мистер Цикадо? — спросила Стрекоза.

— О! Он очень любезный и обходительный человек и талантливый музыкант! — добродушно отвечал Сверчок, поправляя очки.

«Мне очень хочется...» — подумал Жучок.

— А танцы будут? — томно повела ресницами Бабочка. — Я так люблю танцевать! До самого утра!

— «Мне просто необходимо...» — подумал Жучок.

— А всем можно прийти? — прошептала одна пчелка.

— Конечно, всем! — удивился Сверчок. — Тут же написано!

— «...туда попасть!» — решил Жучок.

— Ну и ты приходи! — Сверчок похлопал Жучка по плечу. Тот присел от неожиданности - НА НЕГО В ПЕРВЫЙ РАЗ ОБРАТИЛИ ВНИМАНИЕ!

— И... я? — только и смог пролепетать наш Жучок.

— Ну конечно. Будет весело! — И Сверчок, перекинув кисть за плечо, пошел прочь.

Домой Жучок бежал в радостном волнении — ЕГО ЗАМЕТИЛИ!!! Одно омрачало его радость — никто не захотел принять его в свою компанию, а поход через ночной лес — не самая приятная и спокойная прогулка для маленького Жучка. Так легко заплутать, потерять дорогу. Да мало ли что может случиться в темном лесу! Конечно, Жучок принял самое верное решение — выйти засветло, чтобы успеть пройти через лес до

темноты. Но даже самые верные решения и их осуществление — вещи разные. Устав от всех волнений дня, наш Жучок... просто-напросто проспал. И когда он проснулся, протер глаза, приподнял край листа подорожника — сумерки уже сгустились. От отчаяния он схватился за голову — как же можно было так бессовестно заснуть, когда его лично, лично пригласили на концерт! Спешно собравшись, Жучок выскочил из дома и побежал по тропинке в лес. В первый раз Жучок был в лесу ночью. Сказать по правде, он вообще в первый раз оказался ночью на улице. А если быть совсем честным, то ночью, даже лежа в постели, он старался не открывать глаз. Не то чтобы он был трусом, наш Жучок, — нет, он просто... ну, не любил ночь, что ли. Да и что и порядочному Жучку делать ночью на улице?

Но теперь у него была цель — ему просто необходимо попасть на концерт. Ведь он обещал Сверчку, и тот уже давно ждет его и спрашивает у всех: «А не видали ли вы здесь маленького, но очень смелого Жучка? Жаль, а ведь он обещал мне прийти!» Долго ли, коротко продолжалось его ночное путешествие и много ли опасностей встретилось на его пути, доподлинно нам не известно. Известно лишь, что когда вконец обессиленный, уставший и заблудившийся Жучок забрался на листок ландыша, лег на спину и стал смотреть на звезды — в голову его лезли самые невеселые мысли. «Да, я просто неудачник, — думал он, — все наши веселятся сейчас, а я лежу здесь, замерзаю и не могу найти дорогу туда. Если бы в лесу было чуть-чуть посветлее!.. Хорошо бы одна из этих звездочек спустилась пониже — стало бы светлее, и я нашел бы дорогу... — Глаза его потихоньку слипались. — Хорошо бы... я сам был такой звездочкой... Я умел бы светиться и летать, и миг бы оказался на Большой поляне...» И так понравилась ему мысль о том, что он — звездочка, что Жучок стал улыбаться во сне... И вдруг ему показалось, что где-то недалеко раздались звуки чудесной музыки... Жучок мигом открыл глаза. «Что это? — подумал он. — Стало гораздо светлей!.. Неужели утро?» Нет, звезды по-прежнему светились на своем месте. Снова донеслась музыка. «Ну конечно! Большая поляна совсем недалеко!» Жучок даже подпрыгнул от радости на своем листике, подпрыгнул — и... полетел. Он летел на звук скрипки, и темнота расступалась перед ним, и было совсем не страшно, а наоборот, светло и весело.

— Ну что ж, — сказал Жучок сам себе, — так и должно было быть. Я очень сильно этого захотел, и вот теперь я — звездочка. Я умею летать и... — Он оглядел себя — Да, да!

И светиться я тоже умею! Значит, я — звездочка. Хотя признаться, я даже жалею, что я теперь не Жучок: мне так было хорошо под моим листом подорожника, я так любил гулять по тропинке к прозрачному озеру! Теперь я буду жить на небе — так положено нам, звездам. Нелегко будет к этому привыкнуть...

Занятый такими мыслями, бывший Жучок не заметил, как вылетел прямо на Большую поляну. Сначала у нашего Жучка (будем пока называть его так) просто закружилась голова от всего происходящего: играла музыка, в воздухе носились танцующие пары, на эстраде правил бал сам маэстро Цикадо — он умудрялся одновременно играть на скрипке, дирижировать оркестром кузнечиков и посылать дамам воздушные поцелуи.

— Смотрите, светлячок! — вдруг сказал кто-то за его спиной. — Не думала, что в нашем лесу есть светлячки!

Жучок завертел головой, стараясь разглядеть, о ком говорят. Вдруг откуда-то сверху спустилась Бабочка — та самая Бабочка, которая никогда не обращала на него внимания.

— Здравствуйте, Жучок-светлячок! — ласково пропела она. — Странно, мы раньше вас никогда не видели. Что же вы не танцуете?

«Вот здорово, — думал Жучок-светлячок, кружась в танце с Бабочкой, — что я остался жучком, а не стал звездочкой. И какое у меня теперь красивое имя — Светлячок!» Наступало утро. Бал постепенно затихал. Бабочка уже давно куда-то упорхнула, но Светлячок не стал ее искать. Он опустился на скамейку и оглядел себя. «При свете дня моего света совсем не видно, — подумал он. — Неужели меня опять никто не будет замечать?» И тут кто-то сзади похлопал его по плечу. Светлячок обернулся — это был Сверчок, а с ним большая веселая компания.

— Привет, малыш! — улыбнулся Сверчок. — Я рад, что ты все-таки добрался! Пошли с нами — веселье продолжается.

Остальная компания приветливо замахала лапками. «Хорошо, конечно, уметь летать и светиться, хорошо называться таким красивым именем, но еще приятнее находиться среди друзей, которым ты нравишься даже обыкновенным маленьким жучком, — так думал наш герой, засыпая в своей уютной постели под листом подорожника. — А завтра Сверчок обещал прийти...» — проваливаясь в сон, успел подумать он.

Вопросы для обсуждения

- Что чувствовал Светлячок в начале сказки?
- Почему другие насекомые не обращали на него внимания?
- Какие усилия приложил Светлячок, чтобы ситуация изменилась?
- Как бы вы сформулировали основной смысл сказки?

Заметки учителя: (положительные или отрицательные моменты занятия)

ЗАНЯТИЕ № 22. Я и мои «колючки»

«Из пяти слов». Подросткам нужно составить предложение из пяти слов, одно из которых — «дружелюбный».

«Кто сколько запомнит». Ведущий называет десять качеств: любознательный, доброжелательный, воспитанный, волевой, терпеливый, добродушный, приветливый, дружелюбный, верный, общительный. Подростки стараются их запомнить. Потом то, что удалось запомнить, записывают в тетрадь. Определяется участник, который сумел запомнить больше качеств.

«Мои колючки». Ведущий говорит о том, что у каждого есть какие-то качества, которые мешают ему общаться. Их можно назвать «колючками» по аналогии с кактусом, о колючки которого можно уколоться, если захочешь его потрогать. Так же и люди, общаясь, могут «уколоться» друг о друга. Далее учащиеся совместно составляют и записывают в тетради возможный список «колючек», например: невыдержанность, болтливость, предательство, стремление быть всегда первым и т.п. Затем каждый подчеркивает те «колючки», которые может найти у себя. Список «колючек» ведущий может подготовить заранее и раздать ребятам, чтобы вклеить его в тетради.

«Мои магнитики» Ведущий говорит ребятам, что если качества-колючки отталкивают от нас людей, то качества-магнитики — притягивают. Далее упражнение выполняется аналогично предыдущему.

Работа со сказкой. Ученики слушают и обсуждают сказку, рисуют иллюстрации к ней.

Шиповник (Е. Голованова)

Садитесь поудобней, закройте глаза и представьте себе теплое лето, березовую рощу, а посреди рощи — большую солнечную поляну. На поляне растет множество самых разных цветов. И вот однажды на этой поляне вырос маленький зеленый кустик. Он не был похож на других: его стебель был покрыт жесткой корой, а веточки — маленькими шипами — Какой противный колючий куст вырос на нашей поляне! — говорили друг другу цветы. — Ему бы расти в дремучей чаще, а не здесь, в солнечной березовой роще.

Бедный кустик огорчился, слыша такие слова. Ему хотелось поиграть с цветами, которые росли вокруг, и он протягивал к ним свои веточки, но цветы отворачивались от него.

— Он совсем на нас не похож, этот колючий урод, — пренебрежительно говорили они. — Это же просто сорняк! Не стоит обращать на него внимание.

Кустик было очень обидно, и от огорчения его шипы становились все длиннее. Пролетавшие мимо бабочки перестали садиться на его веточки, так как боялись пораниться об острые колючки. Над кустиком уже не смеялись, но и разговаривать с ним тоже перестали. Ему было грустно и одиноко. Однажды на поляну пришли мальчишки из деревни.

— Смотрите, какой противный колючий сорняк! — закричали они. — Давайте его сорвем, от него все равно нет никакой пользы.

Но мальчишки не смогли ухватиться за колючие ветки и только оборвали зеленые листочки. Никто на поляне не пожалел бедный кустик.

— Лучше бы они тебя вырвали с корнем! — злорадно говорили цветы.

«Почему все меня так не любят? — расстроено думал кустик. — Я же никому не делал зла. Но мальчишки хотели меня погубить. Меня спасли только колючки». От этих мыслей он становился еще угрюмее, а его колючки — еще длиннее.

Пришла зима, цветы увяли, а земля покрылась снегом. Кустик остался совсем один посреди пустой поляны. Ему было страшно, холодно и одиноко. «У меня нет друзей, я никому не нужен, — грустно думал он, — Лучше бы мне замерзнуть этой зимой».

Но он не замерз... Весеннее солнышко растопило снег и согрело землю. На поляне снова стали появляться цветы. Но кустик оставался угрюмым и колючим... Однажды на поляну выбежал испуганный заяц, за которым гнался голодный зубастый волк. У бедного зайца уже не было сил бежать, и он упал рядом с кустом. И тогда куст прикрыл его своими колючими ветками. Волк ткнул носом прямо в шипы и, воя от боли, убежал обратно в лес. Заяц горячо поблагодарил своего спасителя:

— Если бы не ты, если бы не твои острые колючки, волк наверняка поймал бы меня. Как здорово, что ты вырос на этой поляне! Я был бы очень рад, если бы у меня был такой друг, как ты.

Куст просто не верил своим ушам. Значит, и его колючки могут послужить доброму делу! «Оказывается, и я кому-то нужен, и со мной хотят дружить», — радостно думал он. И от этих мыслей на его колючих ветках стали распускаться прекрасные цветы.

«Какой красавец», — прошептала пролетающая мимо ласточка. «Настоящее украшение этой поляны», — прожужжала ей в ответ пчела. Цветы, появившиеся на поляне весной, гордились тем, что они растут рядом с таким отважным и красивым шиповником. А счастливый куст расцветал и становился все прекраснее. «Как хороша жизнь! — с восторгом думал он теперь. — Как приятно знать, что ты нужен другим, и чувствовать, что тебя любят».

Вопросы для обсуждения

— Зачем кустик были нужны его колючки?

— Почему колючки кустика становились все больше с каждым днем?

— Что сделало радостным кустик в конце сказки?

ЗАНЯТИЕ № 23. Что такое одиночество?

«**Запиши наоборот**». Ведущий читает цепочку из нескольких качеств, подросткам нужно запомнить и записать их в обратном порядке: доброжелательность, воспитанность, приветливость, тактичность, вежливость, трудолюбие. Определяются участники, которые сумели выполнить задание без ошибок.

«**Какого человека можно назвать...**» Подростки записывают в тетрадь какое-либо качество, затем рассуждают, что оно обозначает, о каком человеке можно сказать, что он обладает этим качеством. Качества могут быть такими: оптимизм, контактность, целеустремленность.

«**Закончи предложение**». Участники заканчивают предложения:

«Для подростка одиночество — это...»

«Для мамы одиночество — это...»

«Для учителя одиночество — это...»

, «**Одиночество в классе**». Ведущий говорит подросткам о том, что одиноким себя можно чувствовать, даже находясь среди людей, например, в классе. Он просит придумать ситуации, в которых один из учеников чувствует себя одиноким. Далее подростки по очереди «превращаются в одинокого», стараясь как можно ярче описать его мысли и чувства. Некоторые чувства и мысли можно записать на доске. После все вместе определяют, кому удалось наиболее точно сыграть роль одинокого человека.

«**Если я окажусь одиноким...**» Подростки письменно заканчивают это предложение. Затем вслух зачитывают и обсуждают с классом свое мнение.

«**Кого я сделал одиноким**». Ведущий предлагает подросткам подумать, были ли в их жизни ситуации, когда они кого-то сделали одинокими.

Работа со сказкой. Ученики слушают и обсуждают сказку.

Сказка о маленькой одинокой рыбке и об огромном синем море (Д. Лаврова)

В далекой Синей-Синей стране за синими-синими горами лежало синее-синее море. Это было самое красивое море на свете. Каждый, кто его видел, думал, что попал в сказку, — настолько оно очаровывало своим необыкновенно глубоким синим цветом. При взгляде в его прозрачные голубые воды даже у самого злого и бессердечного человека начинало что-то стучать в груди и на глаза наворачивались слезы. Люди уходили от моря с необыкновенно легким сердцем, с хорошим настроением, а главное, с желанием сделать кому-нибудь что-то доброе и полезное. Поэтому жители Синей-Синей страны очень гордились и любили свое чудесное море.

Море было не только очень красивым, но и очень гостеприимным. В нем жили миллионы существ, самых-самых разных и необыкновенных. Здесь были причудливые морские звезды, лежащие в задумчивости на ветвях кораллов, и забавные морские коньки, и деловые крабы, вечно занятые какими-то своими серьезными мыслями, и веселые морские ежики, и еще много-много других обитателей глубин. Всем им было очень хорошо в этом синем море, потому что это был их дом.

Но больше всего море любили рыбки, которых было здесь великое множество. Никто не знал море так хорошо, как они.

Рыбки целыми днями носились по бескрайним морским просторам, любуясь красотами дна и открывая все новые интересные места. Только ночью они успокаивались и засыпали: кто-то зарывался в мелкий чистый песок, кто-то заплывал в холодные морские пещеры, кто-то прятался в цветных водорослях или кораллах. И морская жизнь как будто замирала.

Однако как только первые солнечные лучи пробивались сквозь толщу воды, всё опять оживало и все снова казались счастливыми и беззаботными...

Но жила в этом море одна маленькая рыбка, которая совсем не чувствовала себя счастливой. Она считала себя самой неприметной и некрасивой среди других рыбок. У нее не было ни переливающегося хвостика, ни ажурных плавничков, даже ее чешуя в отличие от чешуи ее разноцветных подружек была обычного серого цвета.

Эта маленькая рыбка очень страдала от одиночества, потому что никто не дружил с ней, ее никогда не приглашали играть и разговаривали с ней совсем мало. Вообще все вели себя так, как будто ее просто не существует. А ей так хотелось присоединиться к стайке веселых подружек, поиграть с ними в «прятки», поплавать наперегонки или просто попутешествовать по морскому дну! Но ее просто не замечали... А она из-за своей застенчивости боялась подойти и заговорить сама. Ей казалось, что раз она такая некрасивая, то ее обязательно прогонят. Представляете, как же было одиноко и тяжело маленькой, маленькой рыбке в таком огромном, огромном море?

И вот однажды ей стало настолько тоскливо, что она вдруг перестала различать цвета, перестала видеть окружающую ее красоту. Ничто не радовало ее, ничто не интересовало. Даже великолепное синее-синее море стало казаться ей обычной большой серой лужей, в которой живут и плавают такие же серые и бледные стаи рыб. И меньше всего на свете ей хотелось с ними разговаривать...

И решила эта рыбка уплыть туда, где она ничего этого больше не увидит. Она плыла очень долго и увидела пещеру. Нырнув внутрь, рыбка оказалась в полной темноте, но почему-то ей совсем не стало от этого лучше, и от отчаяния она заплакала.

Вдруг она услышала чей-то ласковый голос.

— Почему ты плачешь? — спросил голос.

— Потому что мне одиноко, — ответила рыбка.

— А почему тебе одиноко?

— Потому что никто не хочет играть со мной и еще потому, что я не могу смотреть на такое серое, некрасивое море. Лучше уж не видеть его совсем.

— Серое, некрасивое море? — переспросил голос. — О каком море ты говоришь? Некрасивых морей не бывает, а наше море вообще самое красивое на свете. По крайней мере мне так кажется.

Тут наша рыбка вдруг подумала, что за последнее время это первое существо, которое с ней охотно разговаривает. Она сразу перестала плакать.

— А почему же ты тогда сидишь в этой пещере? — спросила рыбка.

— Потому что иногда просто хочется побыть одному. Но я ни за что не останусь здесь навсегда. Жизнь слишком интересна и прекрасна, чтобы прятаться от нее. Ты говорила, что с тобой никто не играет? Почему? — спросил голос.

— Потому что я серая и некрасивая и никто меня не замечает, — ответила рыбка. Но это неправда. На самом деле ты просто очаровательная и с тобой очень интересно!

— Откуда ты знаешь? — удивилась рыбка.

— Не знаю, но именно такой ты мне кажешься. А давай с тобой дружить? — вдруг спросил голос.

Рыбка растерялась от неожиданности — ей никто никогда не говорил таких слов.

— Давай... А ты кто? — спросила она.

— Я — такая же маленькая рыбка, как и ты.

— И ты счастлива?

— Да, очень, — отвечал новый знакомый. — Давай выплывем из пещеры?

— Давай, — согласилась рыбка.

Когда они выплыли из пещеры, то наконец увидели друг друга.

Новый знакомый нашей рыбки оказался серым сомиком, но он почему-то показался ей очень симпатичным. Ей и в голову не пришло бы назвать его обычным и неинтересным. Она с любопытством разглядывала его.

— Почему ты говорила, что некрасивая? — очень удивился сомик. — Смотри!

Он подплыл к какому-то стеклянному кусочку на дне. Наша рыбка взглянула туда и не поверила своим глазам. Оттуда на нее смотрела чудесная, очень изящная рыбка с необыкновенной серебристой чешуей.

— Неужели... неужели это я? — не могла поверить рыбка.

— Конечно, ты. Просто раньше ты этого не замечала, не хотела замечать. Природа не создает ничего серого и некрасивого. Главное — хотеть видеть эту красоту, и тогда ты обязательно ее увидишь, — отвечал сомик.

Наша рыбка счастливо улыбнулась, оглянулась и... замерла: море вдруг опять вспыхнуло всеми цветами радуги! Оно сияло и переливалось. Таким красивым рыбка его еще никогда не видела.

— Спасибо, спасибо тебе, сомик! — воскликнула она, — Слушай, а давай пойдем гулять?! Я могу показать тебе много интересного, чего ты еще точно не видел!

Конечно, пойдем! — с радостью согласился сомик.

И они поплыли прочь от темной пещеры. И не было во всем огромном синем-синем море более счастливых существ, чем две эти маленькие рыбки.

Вопросы для обсуждения

— Какая мысль в сказке показалась вам самой главной?

— Как вы понимаете фразу «главное — хотеть видеть красоту»?

— В чем эта сказка могла бы быть вам полезной?

Заметки учителя: (положительные или отрицательные моменты занятия)

ЗАНЯТИЕ № 24. Как выглядит агрессивный человек?

Работа в тетради. Учащиеся записывают определение агрессии: «Действие по разрушению чего-либо или кого-либо». Далее, после обсуждения разницы между агрессией и агрессивностью, делают запись: «Агрессивность — склонность к систематическому проявлению агрессии». Делается вывод о том, что проявлять агрессию в отдельных ситуациях — это нормально, но нежелательно, чтобы у человека не сформировалось такое личностное качество, как агрессивность.

«Золотые мысли». Ведущий предлагает ребятам собирать мудрые «золотые мысли» и говорит, что на сегодняшнем занятии это будут мысли на тему агрессии. Далее он приводит примеры «золотых мыслей» и обсуждает их с учащимися. Примеры могут быть такими:

«После агрессивного поступка трудно успокоиться».

«Быть агрессивным тяжело».

«Агрессию трудно сдерживать».

Потом учащиеся придумывают свои «золотые мысли» и записывают их в тетрадь. Желающие могут написать не одно предложение, а несколько, например: *«Агрессивному человеку очень трудно. Вполне возможно, что этот человек сам очень сильно страдает. Может быть, он просто не в состоянии контролировать свою злость или хочет таким образом обратить на себя внимание. Но получается только хуже»*

«Покажи агрессию». Участникам предлагают карточки, на которых указаны определенные действия или слова, с помощью которых они должны будут выразить агрессию. Например, если на карточке написано «нога» или «рука», значит, надо будет сделать агрессивные движения рукой или ногой; если написано «глаза», значит, надо будет так посмотреть, чтобы было понятно по взгляду, что человек настроен агрессивно; если написано слово «здравствуйте» или «мяу», значит, надо будет произнести это слово агрессивно, и т.п.

Пчелы и мухи.

Однажды у мудрого старца спросили:

- Почему одни люди добрые и благочестивые, а другие злые и аморальные?

Мудрец ответил:

- Я познал из опыта, что в жизни существуют две крайние категории людей. Одна категория подобна мухе. Муха имеет обыкновение садиться на что-нибудь грязное. Если даже в саду много благоухающих цветов, но в углу сада есть какие-то нечистоты, то муха спустится именно туда, сядет и начнет копать, наслаждаясь зловонием, возникающим от ворошения, и не может оторваться. Если вы ее поймаете и спросите, где есть розы, то она не сможет вам ответить, потому что не знает, что это такое.

«Я, - скажет она, - знаю, где есть помойки, туалеты и грязь».

Одна часть людей похожа на мух. Эти люди, которые научились думать и искать злое, не зная и не желая никогда видеть и делать добро.

Другая категория людей похожа на пчел. Особенность пчелы — находить и садиться на красивое и сладкое. Скажем, например, что в помещении, полном нечистот, кто-то поставит в углу цветок. Если принесем туда пчелу, она будет летать и нигде не сядет до сих пор, пока не найдет цветок, и только там остановится.

И если бы вы могли спросить пчелу, где есть помойки, то она не сможет вам ответить, потому что они ее не интересуют. Поэтому она их не замечает. Она сможет рассказать, где розы, а где фиалки; где мед, а где сахар.

Люди с добрыми помыслами думают о хорошем и видят хорошее. Люди грязные внутри замечают только грязь и всегда ее находят.

Вам выбирать, к какому типу относиться, по каким принципам жить...

Работа в тетради. Подростки с помощью ведущего выделяют и записывают в тетради способы конструктивного и неконструктивного реагирования на агрессию. Особо подчеркивается, что конструктивно реагирует внутренне сильный человек, а неконструктивно — слабый, неуверенный в себе. Запись может быть примерно такой: *«Конструктивное реагирование: договориться, объяснить человеку, что он поступает неверно, попросить у кого-то помощи. Неконструктивное реагирование: отвечать агрессией, кричать, найти "козла отпущения", подавить волю человека».*

«Как поступить конструктивно?» Ведущий предлагает Учащимся ситуации, часто встречающиеся в классе, и просит подумать, как в этих ситуациях поступить конструктивно. Ситуации могут быть такими:

«На перемене Лева обидно обозвал Ваню. И тогда Ваня...»

«На уроке Лена постоянно залезала локтями на парту Светы. И тогда Света...»

«Петя рассказал Саше свой секрет. Но Саша передал его другим ребятам. И тогда Петя...»

«На перемене Марат нечаянно задел Дениса. Денис тут же развернулся и стукнул его. И тогда Марат...»

После обсуждения еще раз подчеркивается, что только сильный внутренне человек умеет отвечать на агрессию КОНСТРУКТИВНО.

Заметки учителя: (положительные или отрицательные моменты занятия)

ЗАНЯТИЕ № 25. Конфликты и их роль в усилении «Я»

«Кто из них агрессивный?» Ведущий предъявляет учащимся случайную подборку фотографий из журналов и газет и предлагает им по выражению лица догадаться, кто из изображенных на фотографиях людей находится в агрессивном состоянии.

«Агрессивный... продавец». Группа делится на две команды. Один из членов каждой команды показывает без слов агрессивного человека в той или иной социальной или семейной роли: учитель, продавец, шофер, отец, мать, брат. (Перед этим представитель каждой группы вытягивает карточку с названием роли.) Остальные участники должны отгадать, в какой роли он выступает. Выигрывает та команда, представители которой были наиболее выразительны и роли которой верно угаданы. Затем игра повторяется с теми же персонажами, но уже не в агрессивном, а в «добром» состоянии.

«Отбросить старое, чтобы измениться». Ведущий рассказывает учащимся о том, что любое развитие, накопление новых качеств предполагает сначала избавление от каких-либо старых. Предлагает подумать, от каких имеющихся качеств им хотелось бы совсем или частично избавиться. Затем подростки записывают эти качества в тетради, вокруг них рисуют мешок или чемодан с крепким запором. Можно рядом нарисовать волка или какое-либо другое животное, которое не даст качествам, от которых избавились, выбраться из мешка.

Работа со сказкой.

Время (О. Горбушина)

Далеко за лесом, за морем, за небом, за землей, в бездонной пустыне жило дерево. Дерево было уже иссохшим, без листьев, и непомерно старым. Дерево имело одно необычное свойство — оно умело ходить. То есть оно вытаскивало из земли свои корни, тщательно отряхивало их и перемещалось в другое выбранное им место. Но дерево уже давно не пользовалось своим умением и, казалось, забыло, что оно у него есть.

Когда-то, давным-давно, когда еще не было времени, дерево пришло в прекрасную долину, где журчали ручьи, цвели травы, гудели насекомые, щебетали птицы, играли животные.

Сколько воды утекло с тех пор, как родилось время, никто не знает. Я тоже. Но постепенно Земля поменяла свой курс, солнце стало не греть, а припекать, высохли ручьи, перестали цвести травы, птицы съели всех насекомых и улетели в другие страны, убежали животные. А дерево стояло и не замечало изменений, а когда заметило — было уже слишком поздно: вокруг простиралась только нескончаемая безводная пустыня. Понять, сколько лет пролетело, как одно мгновение, было уже невозможно.

А Земля тем временем опять поменяла курс, и над пустыней воцарились звезды. Круглая луна зависла в середине темного неба. Похолодало. С дерева упал последний пожухлый лист, засохли ветки, одряхлел ствол, но вездесущие неутомимые корни все еще продолжали вгрызаться в сыпучую землю в поисках последней капли воды. Естественно, поиски были безуспешными. Но дерево было бессмертным, и ему предстояло вечно тосковать на вечной Земле, погрязая в жалком, безрадостном песке, без малейшего права на счастье.

Проснулось наконец-то дерево под грузом печальных обстоятельств, захотелось ему в цветущий радостный мир, на солнышке погреться, да и просто воды попить. Попыталось оно вытащить корни, чтобы перекочевать, по своему обыкновению, туда, где хорошо. Но не тут-то было. В своем стремлении добраться до последней капли воды слишком глубоко ушли корни в землю.

Расстроилось дерево, упало без сил и устало в темное небо. Вдруг слышит смех. Вначале сдерживаемый, тихий, потом громче и вот уже безудержный, задорный, насмешливый хохот. Обиделось дерево. (Оно поняло, что смеются над ним. А над кем еще смеяться в голой пустыне?) Уткнулось гнилым носом в песок и даже дышать перестало, так ему обидно стало. Почти совсем задохнулось дерево, перевернулось и еле отдышалось. Посмотрело вверх, а там почти над ним висит яркая звездочка и спит глаза.

Возмутилось дерево:

— Сначала надо мной насмеялась, а теперь еще и слепишь?

Смеется в ответ звездочка.

Не выдержало дерево такой обиды и громко крикнуло:

— Объясни хоть, непутевая, что ты смеешься?

— А что же мне не смеяться? — говорит звездочка. — Гляжу я на тебя, горемыку, как ты, бедное, маешься. А вон за той горой долина цветет, деревья такие же, как ты, пляшут, в небе птицы играют, медведи лают. И так все необычно и весело! Как же мне не веселиться, глядя на них, и не удивляться, глядя на тебя!

— Как, там медведи лают? — удивилось дерево. — Птицы играют, и деревья пляшут?

— А ты само посмотри, — позвала звездочка, — а я тебе путь укажу.

— Да как же я пойду, ведь мне корни мешают.

— А ты их отбрось, — предложила звездочка, — именно те, которые мешают.

Так дерево и поступило. Попыталось подняться, а сухие ветки мешают, их тоже пришлось отбросить. Корой обросло дерево — двигаться старая потрескавшаяся кора мешает, тоже пришлось сбросить.

Задыхало дерево, побежало легко и свободно за звездочкой; спешит, торопится, вот уже скоро пустыня закончится, вот уже только на гору осталось подняться, а вот уже и на цветущий луг оно прибежало.

Во весь голос оно закричало: «Здравствуй, Жизнь!» Искупалось оно в солнечном ушате, освежилось в чистом ручье, обросло молодой листвой, закудрявилось, зарумянилось, и танцевать в хоровод встало. Поет, веселится, дружбу заводит, сказки слушает.

Вопросы для обсуждения

- Почему дерево грустило в начале сказки?
- Чем ему помогла звездочка?
- Что мешало дереву изменяться?
- В какой момент сказки сильнее всего осуществлялось развитие дерева?
- Что явилось итогом этого развития?

Заметки учителя: (положительные или отрицательные моменты занятия)

ЗАНЯТИЕ № 26. Учимся договариваться.

«Эпиграф занятия». Вводится понятие эпиграфа к занятию, то есть фразы, которая будет помогать ребятам входить в тему занятия.

«Ребенок точно так же воспитывает и контролирует свою семью, как и она его».*

Эпиграф учащиеся записывают в тетрадь, затем обсуждают его.

«Чем недовольны родители?» Учащимся читаются выдержки из бесед с родителями. Предлагается определить, что общего в позиции этих родителей.

«В последнее время не узнаю своего сына. Кричит, ругается, кривляется, особенно когда его просят что-то сделать (в этом случае начинает плакать)».

«Беспокоит, что все время висит на телефоне. В доме постоянно много его друзей. Слушают музыку, да так громко, что соседи стучат. Со мной ничем не делится, говорит, что все равно не пойму. Я плачу от бессилия, ведь теряю ребенка, он для меня — все, отца-то давно уж с нами нет. Нет, не дождешься от него ни жалости, ни помощи. Что дальше делать, как дальше жить — не знаю».

«У сына часто проявляется неуравновешенное поведение, бывает вспыльчив, импульсивен, а иногда обижается без причины. В такие минуты ни с кем не хочет идти на контакт. Часто чрезмерно упрям, даже когда сам понимает, что не прав»-.

«У дочки снизилась успеваемость, пропало желание учиться, появилась раздражительность, агрессивность, неуправляемость. Что бы я ни сказала, постоянно огрызается, грубит. Я всегда не права бываю. Что бы я ни посоветовала, все делает наоборот. Порой кажется, все у нее нормально, вдруг обидится ни с того ни с сего, уйдет в свою комнату, весь вечер просидит. Порой кажется, что я теряю дочь. Просто не могу понять, что случилось».

«Чем недовольны подростки?» Читаются выдержки из протоколов бесед с подростками. В позициях подростков также определяется общность.

«Все просто. Родители нас не понимают, закрывают глаза на наши желания. Они же знают про нас все наперед. Доказывать им что-то бесполезно. Как им объяснить, что я тоже имею право на свою жизнь, что не нужно контролировать каждый мой шаг? Я, может быть, сам знаю, что для меня лучше».

«Я очень хочу, чтобы родители не ссорились и чтобы у нас было все хорошо, чтобы я ничего не боялась, не прятала книжки, которые не нравятся маме, под подушку. Я живу как под рентгеном — надоело. Идешь куда-нибудь — куда? Мне больше всего хочется, чтобы меня оставили в покое, чтобы мама пыталась понять причину, почему человек так делает...»

«Между мной и отцом стена. А можно еще натянуть колючую проволоку. Он считает, что заботится обо мне. Да, мама и он покупают мне кучу всего и вечно лазают в мой рюкзак, но весь интерес отца ко мне — это посмотреть дневник и спросить: "Ну, как дела?" "Оставьте меня в покое", — ежедневно говорю я им. А они говорят, что я грублю и хамлю. В общем, они держат меня на поводке».

После обсуждения выдержек делается вывод, что часто во взаимоотношениях родителей и детей присутствует агрессия. Основной причиной ее возникновения является непонимание между детьми и родителями.

«Подростки не понимают... Родители не понимают...» Ведущий бросает подросткам поочередно то синий, то красный мячик. Те, кому попадает в руки синий мячик, заканчивают предложение «Подростки не понимают, что родители...». Те, кому попадает красный — «Родители не понимают, что подростки...».

В результате обсуждения игры делается вывод, что необходимо искать точки понимания в семье, учиться договариваться.

«Учимся договариваться». Подростки проигрывают различные конфликтные ситуации с родителями, стараются найти пути их разрешения. Примерные ситуации:

«Мама никуда не отпускает меня одну».

«Я не могу покупать ту одежду, которую хочу».

«Меня заставляют рано ложиться спать».

«Не дают слушать громкую музыку».

Работа со сказкой.

Сказка про Крича (М. Кирсанова)

Ты, наверное, как все люди, любишь солнечные весенние дни. Ты идешь по улице, замечаешь почки на деревьях, которые вот-вот расцветут пышной зеленью, любишь голубым небом и наслаждаешься той свежестью и сладостью воздуха, которая бывает только ранней весной. Пробуждение новой жизни вызывает внутри тебя какие-то новые чувства и... радость. Но без чего не бывает всего этого? Ты ведь не только видишь, но и слышишь, и без звуков жизнь казалась бы тебе не в такой интересной.

Неотъемлемая часть весны — пение птиц. Совершается маленькое чудо, когда птицы поют, — это звучание природы, которая пробуждается после молчаливой зимы.

Ты, должно быть, знаешь, что соловей всегда был символом этой музыки. Но не всегда соловьи пели с наступлением весны. Когда-то давным-давно, когда солнце еще не было таким ярким, трава такой зеленой, а небо таким голубым, на земле жила семья соловьев. Они были яркими. Их оперение пора- жало разнообразием цветов. Они летали в поднебесье, демонстрируя всем существам земным, как они прекрасны, и они действительно были прекрасны. Соловушки любили друг друга и вместе свили замечательное гнездо. Но они не чувствовали потребности петь: у них было прекрасное оперение, и не было необходимости привлекать к себе внимание еще каким-то способом

И вот в один хмурый серый день появился на свет в их гнездышке маленький птенец, вылупившийся из яйца. И случилось что-то невиданное: он закричал, как показалось его родителям; но ты бы понял, что он запел. Все птицы очень удивились, что птенец поет, но еще больше удивились, когда увидели, что оперение его было серое — ни одного яркого перышка, ни одного разноцветного пятнышка. И этот маленький комочек издавал непривычный для птиц звук. С этого момента жизнь среди птиц стала для малыша невозможной. Его прозвали Кричалкой и выгнали из пернатой общины. Страшно было остаться в одиночестве, и он попросился обратно, но его пустили только с условием, что он никогда больше не будет издавать такие звуки. Кричалка согласился.

Шло время. Птицы забыли о том, что он мог петь, имя его сократилось до «Крича», и лишь перышки напоминали окружающим, что он был не таким, как другие. Он и сам забыл, что мог петь; лишь когда восходило солнце, в его груди сердце билось так сильно, что хотелось что-то сделать, что могло бы стать прекрасным ответом великолепному солнцу. Кричу было плохо, очень плохо, потому что ему нельзя было ответить. Все сильнее и сильнее тосковал он по пению, все труднее и труднее становилось Кричу в этой пестрой, но молчаливой птичьей общине. Он не мог больше так жить. Ведь жизнь нужна для счастья, для того чтобы существо могло понять, как прекрасна жизнь, как удивительна. И однажды, когда Крич, по обыкновению, наблюдал за восходом, он понял, что, если он сейчас не запоет, его жизнь останется такой же, как и его оперение. И он запел и разбудил своих сородичей. И они услышали прекрасное пение, именно пение, а не крик птенца. Оно переливалось, тон причудливо менялся как жизнь. Музыка захватила птиц. А Крич пел долго и красиво. Вся природа притихла, слушая его прекрасный голос. А потом он замолчал и улетел. Он летел долго, направляясь на восток, и каждый день он пел, оживляя природу своим голосом. И в один прекрасный день он встретил таких же маленьких птичек, с самым неприметным оперением, и они приняли его в свою стаю. И он был счастлив. Он нашел свой Путь в жизни, сумел понять себя.

Вопросы для обсуждения

- Почему птицы дразнили Крича?
- Почему Крич все-таки запел?
- Что значат слова «он нашел свой Путь в жизни, сумел понять себя»?
- Поможет ли понимание себя понимать других людей?

Заметки учителя: (положительные или отрицательные моменты занятия)

ЗАНЯТИЕ № 27. Зачем человеку уверенность в себе?

«**Эпиграф занятия**». Занятие начинается с обсуждения фразы, которая записывается в тетради: «Человеку нужно, прежде всего, верить в себя».

Учащиеся делают вывод, что вера в себя необходима человеку для его развития, для достижения успехов в различных делах, долгой жизни.

«**Портрет**». Отвечая на вопросы ведущего, учащиеся устно «рисуют портрет» человека, который верит в себя.

- Если человек верит в себя, то какую одежду он предпочитает носить?
- Как общается с друзьями?
- С родителями?

«**В чем проблема?**» Ведущий предлагает ситуации, в которых проявляется неуверенность подростков. Учащиеся определяют, в чем проблема каждого подростка, что можно ему сказать, чем помочь.

«Вадик во всем старается быть похожим на других ребят. Только мама его не понимает, когда он просит купить такой же сотовый телефон, как у Вани и Толи. "Ведь у тебя же есть телефон, — говорит она, — неужели для тебя такое значение имеют какие-то вещи?"»

«Света боится одна выходить из дома. Проехать две остановки в автобусе или в метро для нее мучение. Она боится не чего-то конкретного, а просто ей беспокойно быть вне дома одной».

«Славу очень любят ребята и взрослые. Но у него есть своя тайная мука — ему трудно сказать о том, что он сам хочет. Если его спросить о чем-то важном, а хочет ли он этого, он обязательно скажет: "Не знаю, а как бы вы хотели?"»

«**Ассоциации**». Ведущий говорит о том, что вера в себя или уверенность в себе у каждого свои, и, чтобы ребята осознали это, предлагает игру в ассоциации. Он задает вопросы: «Если бы ваша вера в себя была деревом, то каким?», «Если погодой, то какой?»

«**Символ моей веры в себя**». Учащиеся в тетрадях рисуют символическое изображение «Вера в себя», затем по желанию рассказывают о своих рисунках.

Работа со сказкой. Про мальчика Неудоба

В стране Суворишь, там, где суровый климат и люди весь год ходят в толстых шубах и шапках, жил один народ. И то ли очень суровый климат влиял, то ли по какой другой причине, но жил он скучно и однообразно. Все думали только о том, как бы накопить побольше денег. Когда денег было уже очень много, люди искали способы их потратить: купить что-то подороже или съездить подальше. Потом потихоньку старели и так же тихо уходили из жизни.

Но там же в стране Суворишь жил мальчик, о котором мы сейчас расскажем. Звали его Неудоб, потому что с ним неудобно было родителям и учителям. Вечно он задавал взрослым какие-то странные вопросы, не хотел слушать их мудрых советов, а главное, не хотел он жить скучно и однообразно, а хотел изменяться, хотел развиваться, хотел искать и находить в себе новые возможности, хотел делиться искорками своего внутреннего света с окружающими людьми. Но то ли климат не позволял ему изменяться, то ли мешали люди вокруг него, застывшие в однообразном движении по кругу: заработать, потратить, заработать... И казалось Неудобу, что и сам он здесь не развивается, и пошел он тогда в дальний путь, чтобы найти в других странах людей, которые ему помогут.

В сердце его было много отваги, поэтому он прошел много стран: теплых и совсем холодных, солнечных и звездных. Где-то люди вообще почти не жили, а все делали как во сне: во сне ходили в школу, на работу, женились и так же старились. Где-то, наоборот, жизнь искрилась и бурлила. Каждую секунду люди наполняли чувствами и смыслом. Каждый человек, с которым сталкивалась жизнь, воспринимался как ценность, подарок, а общение с ним — как Встреча. Можно сказать, что люди в этой стране «пели» жизнь, а кто не умел петь, тот «танцевал» ее.

А что же наш Неудоб? Он спал вместе со всеми в Сонной стране, искрился в Искрящейся. Когда он уходил оттуда, то чувствовал, что приобрел много знаний, хотя все равно не нашел, как казалось ему, источник своего развития. «Неужели никто и никогда не поможет мне?» — думал он. А однажды странная мысль посетила его: «Ведь сонных людей никто не заставляет спать. У них всегда есть возможность сделать глубокий вздох и проснуться. А «петь» жизнь тоже не всегда просто, ведь очень трудно петь серое утро или мелкий холодный дождь. Так же трудно рассмотреть искренность за дежурной улыбкой Повстречавшегося тебе». И тогда вдруг понял Неудоб, что он уже получил помощь, потому что знает, кто может ему помочь.

Он с сожалением бросил последний взгляд на Искрящуюся страну, помахал рукой Сонной и медленно пошел по дороге к своей стране. Потому что он нашел свой Источник развития, доступ к своим силам, возможностям, целям и ценностям. И теперь ему очень хочется рассказать об этом другим. Может быть, им тоже захочется найти свой источник. А если очень сильно захочется, значит, они тоже его обязательно найдут.

Вопросы для обсуждения

- Какой источник своего развития нашел Неудоб?
- Почему важно найти именно внутренний источник развития?
- Что будет с человеком, если он не захочет развиваться?

Заметки учителя: (положительные или отрицательные моменты занятия)

ЗАНЯТИЕ № 28. Уверенность и неуверенность.

«**Найди отличие**». В тетради учащиеся записывают как можно больше отличий уверенного и неуверенного человека (речь, движения, активность и тд.).

«**Маски неуверенности**». Ведущий предлагает учащимся догадаться, как можно назвать подростка, который: - *Постоянно боится сделать ошибку.*

— *Боится сделать что-то не так.*

— *С трудом знакомится.*

— *Трудно начинает новое дело.*

Такого человека можно назвать **застенчивым**.

— *Смотрит на других свысока.*

— *Любит поучать других.*

— *Подчеркивает собственную значимость.*

— *Стремится, чтобы его заметили, любой ценой — даже нарушая правила поведения.*

Такого человека можно назвать **самоуверенным**.

??? **Работа в тетради**. В тетради делается запись: «Маски неуверенности: застенчивость и самоуверенность». Затем учащиеся рисуют эти маски. Ведущий обращает особое внимание на маску самоуверенности, поскольку многие подростки склонны путать ее с уверенной позицией.

«**Какое поведение у ребят?**» Ведущий зачитывает учащимся ситуации и варианты реагирования на них. Учащиеся определяют, к какому поведению относятся данные варианты — к застенчивому, уверенному или самоуверенному.

«Дима второй раз подряд просит Петю подежурить за него в классе. Петя отвечает: "Ты что, не можешь заставить кого-то? Или вообще забей на дежурство, вот еще проблему нашел — дежурство"». (*Самоуверенный.*)

«Лена стала последнее время грустной и молчаливой, держится от всех в стороне, даже от лучшей подружки Маши. Маша подходит к ней: "Мне кажется, что ты чем-то подавлена. Может быть, нам попробовать обсудить ситуацию?"» (*Уверенный.*)

«Марина хорошо подготовилась к уроку, но когда учитель спросил ее, она не решилась ответить и, покраснев, сказала, что не выполнила задания». (*Застенчивый.*)

«Мама обещала поговорить с папой о возможности интересной поездки для Миши, но до сих пор этого не сделала. Миша сказал: "Я думал, мы с тобой договорились о том, что ты поговоришь с папой обо мне. Но этого не произошло. Мне кажется, что это можно сделать сегодня"». (*Уверенный.*)

«Сосед Леша ведет себя на самоподготовке очень шумно, вертится и мешает Леше. Он говорит ему: "Да заткнешься ты, наконец? С такими легкими заданиями справиться не можешь!"» (*Самоуверенный.*)

«**Надень маску**». Каждому участнику предлагается выполнить какое-либо действие, «надев» сначала маску застенчивости, потом — самоуверенности, затем — уверенности:

— *Подойти и спросить: «Как тебя зовут?»*

— *Улыбнуться.*

— *Спросить: «Как поживаешь?»*

Работа с рассказом

Жил-был один пятиклассник. Звали его... Придумайте сами. Он очень хотел измениться, потому что учился не так, как ему хотелось. В классе он мечтал быть первым, но тоже не получалось. Родители постоянно ругали его за различные слабости. Он действительно хотел измениться, но не мог. Он чувствовал, что дальше будет еще хуже, на душе было тоскливо. Но однажды к нему подошел один человек. Я даже не знаю, был ли он его другом или незнакомцем. Может быть, даже это была его мама или учительница. Этот человек сказал мальчику: «Не меняйся. Я принимаю тебя таким, какой ты есть. Я люблю тебя просто за то, что ты существуешь». И мальчик вдруг почувствовал себя очень счастливым и начал просто радостно жить, так же принимая и любя окружающих. А через некоторое время заметил, что стал лучше учиться. А когда он заболел, то телефон «обрывали» его друзья. А мама ласково сказала ему: «Ты сильно изменился, сынок». — «Да, я изменился, — удивленно сказал мальчик, — и я буду меняться, потому что...»

Учащимся предлагается продолжить рассказ. Делается вывод, что человеку очень важно, чтобы его принимали таким, какой он есть. Это способствует его развитию.

После обсуждения подростки заключают, что уверенному в себе человеку легче изменяться. А помочь стать уверенным может принятие тебя окружающими.

ЗАНЯТИЕ № 29. Источники уверенности в себе.

«Эпиграф». Занятие начинается с обсуждения ключевой фразы, которая записывается на доске и в тетради: «Каждому нужно знать, что и кто придает ему уверенность в себе».

«Копилка источников уверенности». Ведущий рассказывает о том, что человек чувствует себя уверенным, опираясь на внутренние или внешние источники силы. Совместно с ребятами собирается их «копилка» — называются те качества, способности, достижения, которые могут помочь человеку осознать свою уверенность.

Работа в тетради. На основании предыдущего обсуждения в тетради делается запись: «*Внутренние источники уверенности в себе:* ум, умение защититься, умение напасть, душевные качества, способности. *Внешние источники:* семья, друзья, природа, деньги».

«**Мои источники уверенности**». Учащиеся размышляют над тем, какие источники являются для них наиболее значимыми, отмечают это в тетради.

«**Мои ресурсы**». Учащимся раздаются карточки с позитивными утверждениями. Ребята вклеивают их в тетрадь и отмечают те утверждения, которые им подходят:

«Я могу это сделать».

«Я всегда думаю, что одно маленькое усилие — и будет результат».

«Я достаточно умелый, чтобы сделать работу хорошо».

«Я могу, когда говорю себе, что я могу».

«Я могу измениться так, как считаю нужным».

«Я могу ответить так, как считаю нужным».

«Я имею право вслух говорить о своем мнении».

«Мое мнение может отличаться от остальных».

«Мое мнение интересно и важно для окружающих».

Работа со сказкой. *Маленькая Волна* (К. Ступницкая)

Давным-давно в синем море родилась Маленькая Волна. Была она слегка зеленоватая, с аккуратным белым гребешком, который очень ей шел. Были у нее родители — Большие Голубые Волны. Иногда они плавали далеко в море, у самого горизонта, иногда подплывали к какому-нибудь берегу. У них были друзья-волны — взрослые и дети.

Дети-волны были большие шалуны. Они любили играть в догонялки, сбивая взрослых с ног. У берега они шумели так громко, что их задорный плеск слышался далеко-далеко. Иногда они подхватывали какую-нибудь щепку или ракушку и бросали ее друг в друга.

Не такой была наша Маленькая Волна. Всем она казалась серьезной и сдержанной девочкой. Она никогда не капризничала, как другие, не шумела, все, о чем бы ни попросили ее старшие, она делала даже тогда, когда ей этого не очень хотелось. Некоторым это казалось странным, но большинство было ею довольны, ведь с ней совсем не было хлопот. Сама Маленькая Волна тоже замечала, что отличается от других детей. Она часто плавала в стороне, когда другие дети-волны затевали свои шалости. Маленькая Волна почему-то была убеждена, что нужно быть послушной. Обычно ей это давалось легко. Но были и такие случаи, когда это было непросто. Например, когда однажды она увидела, как двое мальчишек-волн подхватили маленькую рыбежку и стали ею перебрасываться, а та не могла от них убежать. Маленькая Волна тогда сильно разозлилась, ей даже захотелось ударить одного из них, но она тут же себя одернула. Ведь волнам нельзя злиться. Все знают, что, когда волны злятся, могут произойти очень плохие вещи — например, кораблекрушение. Были и другие случаи, когда Маленькая Волна злилась, но всякий раз ей удавалось сдержаться. Но вот беда, Маленькая Волна не знала, что даже когда злость сдерживаешь, она никуда не девается, а остается внутри тебя. Сама того не замечая, Маленькая Волна стала потихоньку расти и темнеть.

Однажды тетушка послала ее отнести к берегу большую доску. Доска эта была слишком тяжелой для Маленькой Волны. К тому же приближалось ее любимое время — закат. Она хотела полежать и посмотреть, как тает солнце в море и появляются первые звезды. Но поскольку Маленькая Волна была послушной и взрослым не перечила, то понесла доску к берегу. Она подумала, что если поспешит, то еще успеет до заката.

У берега в это время плескались другие дети-волны. Заметив Маленькую Волну с ее ношей, они решили ее подразнить. Выхватили у нее доску и стали перебрасываться. Маленькая Волна очень разозлилась: они забавляются, а ей надо выполнить задание, к тому же солнце уже начало садиться. Наконец ей удалось забрать у них доску и выбросить на берег. Усталая, она возвращалась обратно, но солнце уже почти село. И тут ей стало так обидно! Она плыла и чувствовала, что никак не может унять свою злость. Злость становилась все больше и больше, и сама Маленькая Волна тоже увеличивалась. В какой-то момент она с ужасом поняла, что ее гребень поднялся высоко, высоко. Ее было не узнать — Маленькая Волна стала совсем черной. Все внутри напряглось и зашипело. Глянув вниз, она увидела рыбака в лодке и поняла, что

обрушится прямо на него. Шум внутри ее все нарастал, и вдруг она с грохотом упала, разлетевшись на тысячу брызг. Лодка рыбака сломалась, и его увлекло в море. Но Маленькая Волна уже этого не замечала. Она чувствовала удивительную силу. Рассыпавшись на брызги и пошумев, она вновь собралась. Теперь она была гораздо сильнее, чем раньше. Она повернула обратно, подхватила рыбака и вынесла его на берег.

Когда она вернулась, взрослые волны стали хвалить ее за то, что она спасла человека. Она и сама была этому рада. Но еще больше ей нравилось то чувство, которое она теперь испытывала: вся злость, что была в ней раньше, выплеснулась, и теперь внутри освободилось место для чего-то другого, а те силы, которые раньше она тратила на то, чтобы злость сдерживать, теперь вернулись к ней.

На следующий день, когда Маленькая Волна проснулась, ей так захотелось побегать, что, забыв про все запреты, она побежала играть в догонялки вместе с другими детьми-волнами. Вчерашние события научили ее, что иногда стоит сделать то, что хочется.

Вопросы для обсуждения

- Нужно ли было Маленькой Волне всегда быть послушной?
- Почему после случая с рыбаком к ней вернулись силы? На что она их тратила?
- Что постоянно сдерживала Маленькая Волна?
- К чему это привело?
- Как бы вы сформулировали основную мысль сказки?

Заметки учителя: (положительные или отрицательные моменты занятия)

ЗАНЯТИЕ № 30- 31. Грани уверенности: самоуважение, милосердие и непокорность.

Самоуважение. «Эпиграф занятия». Занятие начинается с обсуждения ключевой фразы, которая записывается на доске и в тетради: «Действительно уверенный в себе человек относится к себе с уважением».

«Я горжусь». Участникам предлагается закрыть глаза, представить себе лист бумаги, мысленно написать на нем слова «Я горжусь тем, что я...», а затем закончить это предложение с использованием различных вариантов. Обсуждая результаты упражнения, ведущий вводит понятие самоуважения (самопринятия).

«Звезда самоуважения». На доске вывешивается плакат с позитивными качествами. Учащимся предлагается, опираясь на эти качества, изобразить звезду своего самоуважения следующим образом. В тетради они рисуют звезду с лучиками (число их определяется желанием каждого), выбирают из списка качества, которые находят у себя, и записывают их на лучиках звезды. Звезду можно каким-либо способом украсить. (Звездочки можно заранее вырезать из бумаги и раздать ребятам, чтобы они их вклеили в тетради, а затем записывали на лучах свои качества.)

На плакате могут быть указаны следующие качества: активность, альтруизм, артистичность, бескорыстие, благородство, великодушие, воля, доброжелательность, дружелюбие, жизнелюбие, заботливость, интеллигентность, искренность, любознательность, мудрость, оптимизм, остроумие, отважность, отзывчивость, правдивость, приветливость, решительность, романтичность, собранность, способность созидать, трудолюбие, терпимость, тактичность, точность, улыбчивость, умение быть благодарным, умение понимать, умение слушать, упорство, уступчивость, честность, щедрость.

Работа со сказкой.

На дне моря (Н. Шилова)

Глубоко-глубоко на дне моря обитают морские звезды. На первый взгляд кажется, что в их жизни нет ничего особенно интересного: ползают себе по дну, ничего не делают, едят да спят. Но это только на первый взгляд -звезды живут семьями. Историю одной такой семьи я и хочу вам рассказать.

Наша звездная семья жила под большим темно-серым кораллом, который окружали бойко разросшиеся водоросли ламинарии. Два раза в неделю звезда-мама рыхлила под ними песок и выгребала отмершие листья, из которых варила абсолютно несъедобный суп.

Каждый день звезда-папа уходил на добычу пропитания. Возвращался он поздно вечером уставший и раздраженный, так как достать еду в последнее время стало просто невозможно. Еще в этой семье жила звездочка-дочка. Ее звали Карина, и ей был уже год с лишним. Для морской звезды это приличный возраст.

Карина ходила в звездную гимназию, где ее учили правилам выживания в море. После гимназии она возвращалась домой и помогала маме-звезде по дому. И вот в жизни Карины наступил ужасный и очень странный период: ее стали считать взрослой, причем эта взрослость была однобокой, кажущейся, на самом деле ее не было.

Все старшие звезды говорили ей, что вести себя надо иначе, думать надо иначе, говорить иначе, потому что она теперь взрослая. Но принимать решения ей не давали. Однако это еще не полбеда, Карина могла это понять и жить дальше.

Была другая причина для расстройства и переживаний — это ее панцирь, ее внешность. Около двух месяцев назад она начала активно меняться: панцирь стал тонким, на нем появились впадины и выпуклости. Звездные лучики стали какими-то кривыми и опухшими.

Конечно, не только с Кариной стали происходить такие изменения, но это было слабым утешением. К тому же ее ровесницы были намного привлекательнее, хотя они тоже росли. И с ними все общались, они всегда были в центре внимания, а ее, кривую и некрасивую звездочку, естественно, никто не замечал.

Да еще звезды-родители, которые постоянно твердили, что Карина и так красивая, что внешность не главное, что с возрастом все изменится. Но это с возрастом, а теперь как жить? Карина хотела, чтобы ее замечали сейчас, сейчас приглашали в гости, а не потом, когда-то в будущем.

И вот когда ее в очередной раз не пригласили на день рождения, Карина поняла, что она никому не нужна. Она сидела в своей коралловой комнате, чувствуя себя забытой, брошенной, никому не нужной, и горько плакала. Жизнь проходила мимо нее, она не видела ничего радостного в будущем. «Если все так плохо, — спросила себя Карина, — зачем же мне тогда жить?» Этот вопрос, а точнее, ответ на него, который она даже вслух боялась произнести, напугал ее.

И в этот момент она увидела себя в зеркале: на нее смотрело съезжившееся, зареванное существо с маленькими красными, опухшими глазенками. «Просто ничтожество какое-то... — подумала Карина и сама возмутилась этому. — Это неправда, я не ничтожество! Да я не суперзвезда, но ведь звезда! У меня есть друзья, которые меня понимают и ценят, пусть их немного, но ведь все-таки есть! И в конце концов, у меня есть мозги, я сообразительная, пусть об этом не все знают, но все в моих руках».

Сказав все это, Карина поняла, что она верит в себя, в свои силы, в свои способности. И с этой мыслью она умиротворенно заснула. Следующую неделю Карину никто не мог узнать: она отвечала на уроках, помогала одноклассникам выполнять задания, она была веселой, жизнерадостной и общительной. К ней стали

обращаться за помощью, прислушиваться к ее мнению. И она как-то незаметно для себя оказалась в центре внимания других морских звезд.

Вот такая вот история приключилась в одной звездной семье глубоко-глубоко на дне моря.

Вопросы для обсуждения

- Почему огорчалась Карина?
- Что ей не нравилось в себе?
- Почему она не верила взрослым?
- Как Карине удалось поверить в себя?

Заметки учителя: (положительные или отрицательные моменты занятия)

Милосердие. «Эпиграф». Занятие начинается с обсуждения ключевой фразы, которая записывается на доске и в тетради: «Уверенный в себе человек умеет быть милосердным». При обсуждении делается вывод, что быть милосердным — это уметь проявлять добрые чувства, помогать любому человеку, оказавшемуся в беде.

«**Кто нуждается в милосердии?**» Подростки обсуждают, какие люди прежде всего нуждаются в милосердии.

«**Качества милосердного человека.**» Подростки в тетради самостоятельно записывают качества милосердного человека. Затем эти качества обсуждаются в группе. Можно предложить ребятам оценить самих себя, то есть поставить плюсики около тех качеств, которые, как им кажется, у них есть.

«**С кем бы я мог согласиться?**» Подросткам читаются выдержки из сочинений о милосердии. После каждой выдержки они говорят, с какими мыслями они могли бы согласиться и почему.

«...Основы милосердия должны воспитываться в человеке с раннего детства. Будучи ребенком, человек должен иметь представление о добре и зле, жестокости и милосердии. Даже самая маленькая бескорыстная помощь облагораживает душу. Но почему же происходит отлив милосердия в нашей жизни? Рассуждая о ней, мы реально ее не проявляем. Ответ очевиден. Наша жизнь диктует такие условия, что в постоянной борьбе за существование человеческая душа черствеет. И с грустью можно сказать, что милосердие перестает быть жизненно необходимым качеством. Но без милосердия человечество превратится в сборище одиноких существ, борющихся за собственное существование...» *Алексей Панин*

«...Я думаю, что чувство милосердия всегда будет нужно в мире. Люди должны помогать друг другу. Но не каждому это под силу». *Даша Трошева*

«Милосердие — это умение почувствовать страдания других. Но почему не все люди способны на сострадание? Я считаю, что многие просто не способны на это. Их душа не может испытывать такие сложные чувства. Быть милосердным трудно, но приятно. Приятно осознавать, что ты кому-то нужен. Но быть милосердным — важно прежде всего для тебя, для твоей души. Без милосердия ты станешь жестоким. И долго твой жестокий мир не просуществует». *Аня Седова*

«**Золотые фразы.**» Подросткам предлагается придумать и записать в тетрадь собственные мысли по поводу милосердия.

«**За что я уважаю...**» Ведущий говорит учащимся, что можно не любить человека, но уважать его за те или иные качества. Предлагает тем учащимся, которые считают, что они уважают своих товарищей, поучаствовать в соревновании. Для этого выбираются два участника. Они по очереди заканчивают предложение: «Я уважаю (называют имя учащегося из класса) за его (называют качество)». Повторять названных учащихся нельзя. Тот, кто будет думать более трех секунд, считается проигравшим.

Заметки учителя: (положительные или отрицательные моменты занятия)

Непокорность. «Эпиграф». Занятие начинается с обсуждения ключевой фразы, которая записывается на доске и в тетради: «Сила и влияние человека подрываются стремлением к обязательному совершенству».

«Портрет». Учащиеся составляют устный коллективный портрет ученика, которым обычно довольны взрослые (учителя и родители), хвалят его и ставят в пример. На доске записываются его действия.

Ученик:

- чистит зубы;
- слушается взрослых;
- учит уроки;
- сидит тихо;
- разговаривает вежливо.

Затем на доске добавляется перед глаголами большое НЕ, которое помогает «увидеть» непокорного и непослушного ученика.

«Закончи предложение». Учащиеся заканчивают предложения: «Непокорность мешает, когда...»; «Непокорность помогает, когда...» Далее они делают вывод о том, что непокорность — это первый шаг проявления самостоятельности. Уверенный в себе человек может проявить непокорность, если это не вредит другим. Но сверх уверенные, непокорные ребята становятся очень конфликтными и одинокими.

Работа со сказкой

Сказка про телефончик

Учился в одной школе сотовый телефончик. Вернее, конечно, не телефончик, а его хозяин. Но это не столь важно. Потому что телефончик каждый день ходил в школу в кармане своего хозяина и оттуда слушал все уроки. Больше всего он любил историю. А меньше всего, как ни странно, перемены, потому что в это время все ребята дружно доставали свои телефоны. И те, промолчавшие весь урок, начинали громко хвастаться друг перед другом: «Посмотрите, какой я крутой, сколько функций я имею!» — «А я круче, обратите внимание, какой у меня корпус!» — «А я...». А наш телефончик во время этих разговоров только грустил, потому что корпус у него был самый обычный и голос тоже. Правда, он умел хорошо делать свое дело — он громко звонил. Но это никого не интересовало. Все только смеялись над ним, дразнили и предлагали не позорить их и отойти в сторону.

Погрустил, погрустил наш телефончик и решил потеряться. Тихо выпал он из кармана хозяина, когда тот проходил по школьному двору, и спрятался в кустах. Там уже лежала чья-то пластмассовая кукла с закрывающимися глазами.

То ли спал он, то ли дремал, когда услышал голос своего хозяина: «Телефон, где мой телефон? Я потерял его!» Наверное, хозяин был с другом, потому что послышался другой голос: «Не грусти, может быть, тебе купят новый, с разными наворотами». Но хозяин не согласился с ним: «Но я хочу найти свой. Посмотри, как легко потерять то, что имеешь. И как трудно найти».

Телефончик задумался: «Правда, как легко потерять то, к чему привык и на что обычно не обращаешь внимание. Я привык к тому, что меня любят и обо мне заботятся. Перестал радоваться теплоте знакомых рук. Видел только короткие перемены, наполненные насмешками. И эти небольшие отрезки времени стали для меня всем»

А в это время солнце осветило кусты и сам телефон. Мальчик радостно вскрикнул: «Ты здесь!» — «Я здесь, — ответил телефон. — Я теперь рядом с тобой. Я всегда теперь буду помнить, что мир прекрасен и разнообразен, и хотя он иногда может быть очень неприветлив, но это дает возможность увидеть его яркость... Потерпи, — уходя, шепнул он кукле. — Придет время, и кто-нибудь обязательно найдет тебя!»

Вопросы для обсуждения

- Как вы ПОНЯЛИ основной смысл сказки?
- Какие слова вам показались самыми важными?
- Какие слова и почему телефончик сказал кукле при расставании?

Заметки учителя: (положительные или отрицательные моменты занятия)

ЗАНЯТИЕ № 32. Ценности и их роль в жизни человека.

«Эпиграф». Занятие начинается с обсуждения ключевой фразы, которая записывается на доске и в тетради: «Каждый человек движется по жизни, опираясь на свои ценности».

Работа в тетради. Ведущий зачитывает подросткам основные ценности взрослых. Они записывают их в тетради и совместно определяют, как они проявляются у подростков.

Ценности взрослых	Подросток
Слава, успех	Старается выделиться хорошим или плохим
Власть	Командует другими
Деньги	Стремится иметь много денег, дорогих вещей
Дружба	Имеет много друзей
Любовь	Дорожит отношениями с родственниками
Творчество	Любит придумывать, создавать новое
Спорт	Занимается спортом
Искусство	Любит слушать музыку, рисовать и т.п.
Природа	Любит бывать среди природы, путешествовать
Польза	Стремится приносить пользу, радость окружающим
Самосовершенствование	Стремится развиваться в различных областях

«Я в будущем». Подросткам предлагается нарисовать себя в будущем, чтобы было видно, какие ценности важны для них.

Работа со сказкой.

Сказка про мячик, который забыл, что он волшебный

Жил однажды на земле волшебный мячик. Одна половинка его была темно-коричневой, а вторая — нежной. Как это нежной? Дело в том, что мячик наш был не простой, а волшебный. И нежная его половина становилась нежно-золотистой, если в душе поселялся солнечный свет; нежно-голубой, если он думал о любимых клумбах с цветами; нежно-розовой, если он мечтал о любви.

Но вот мячик пошел в школу. И стал потихоньку прятать от окружающих свою нежную сторону, потому что очень болезненными казались ему даже самые безобидные насмешки друзей, очень болезненными самые маленькие «уколы» со стороны взрослых. Все чаще он поворачивался к людям своей коричневой стороной, которая со временем становилась все более темной. А те люди, которые познакомились с мячиком совсем недавно, даже и не знали, что он не сплошь темный потому, что видели от него только удары, наблюдали только его странные поступки, не понимали, что он на самом деле хочет не обидеть их, а всего лишь заявить о себе. «Я существую, заметьте меня, обратите на меня внимание!» — даже не говорили, а громко кричали эти странные поступки. А взрослые называли их грубым нарушением поведения, стыдили, вызывали родителей.

И тогда мячик принял решение: «Раз они меня не любят, я вообще никогда не буду показывать им свою нежную сторону, буду все время коричневым. Пусть считают меня плохим, если им так этого хочется».

Шло время. Сверстники и учителя привыкли, что среди них находится темно-коричневый мячик. Даже родители только иногда вспоминали, что когда-то в прошлом он мог быть нежно-золотистым, нежно-голубым, нежно-розовым. А потом... потом сам мячик забыл, каким он был прежде.

Но вот наступила весна. Она заявляла о себе набухшими почками и прорывавшимся сквозь облака солнечным светом. И это было уже не зимнее солнце, потому что оно заставляло восхищаться всем существующим, любить все окружающее, дарило веру в сказку, в волшебство. «Волшебство, волшебство, — задумчиво перебирал эти слова в памяти мячик. — Но разве волшебство меня касается?»

— Вспомнил! — вдруг воскликнул он. — Я же волшебный!

И мячик начал искать себя, свои нежные стороны. Удивляясь, он открывал в себе на той самой, нежной стороне щедрость и добродушие, кротость и безмятежную улыбку. «Надо же, я совсем не знал, какой я, — думал он, — оказывается, я только начинаю узнавать себя. И наверное, это здорово, когда ты можешь узнавать себя. Только ты должен быть готов к этому. И тогда ты почувствуешь свою силу, богатство чувств и с удивительной легкостью поскачешь в гору, которая называется «Жизнь!»

Вопросы для обсуждения

- Как получилось, что мячик забыл о своей светлой (нежной) стороне?
- Как понять слова «мячик начал искать себя»?
- Почему нужно быть готовым к узнаванию самого себя?

ЗАНЯТИЕ № 33. Мои ценности

«Эпиграф». Занятие начинается с обсуждения ключевой фразы, которая записывается на доске и в тетради: «Каждый человек имеет право утверждать свои ценности, если это не вредит окружающим».

«Спор ценностей». Ведущий раздает подросткам листочки с написанными на них ценностями (листочек может даваться на группу или на пару). После небольшой подготовки они по очереди пытаются доказать группе, что их ценность важнее и нужнее.

«Герб моих ценностей». Ведущий вспоминает вместе с подростками, что такое герб, демонстрирует им примеры гербов. Затем предлагает нарисовать герб своих ценностей.

«Общий герб класса». Ведущий предлагает учащимся составить общий герб класса следующим образом. Один из учащихся прикрепляет магнитом герб своих ценностей к доске и рассказывает о нем классу. Ведущий спрашивает подростков, кому данный герб показался близким. Эти дети прикрепляют рядом свои гербы и рассказывают о них. В конце игры все учащиеся прикрепляют свои гербы к доске.

ЗАНЯТИЕ № 34. Я повзрослел.

Форма проведения занятия может быть любой, на усмотрение ведущего.

«**Рюкзак пожеланий**». Ведущий заранее вырезает из цветной бумаги рюкзачки различной формы. Учащиеся выбирают понравившиеся и подписывают их. После этого они последовательно передаются от участника к участнику. Каждый пишет или рисует пожелания хозяину рюкзачка. Когда рюкзачок «пройдет» всех учащихся, он возвращается к хозяину, который выбирает наиболее понравившиеся пожелания и зачитывает их вслух.

«**Пожелания взрослым**». На доску прикрепляется большой рюкзак — он принадлежит всем взрослым сотрудникам школы. Дети по очереди подходят к нему и записывают пожелания тому или иному педагогу или самому ведущему. Обсуждается, в чем похожи и чем различаются пожелания ровесникам и взрослым.

Работа со сказкой.

Лабиринт души (Т. Шмидт)

Я стою у ворот и смотрю в Зеркало, чтобы запомнить себя перед дальней дорогой. Дорога начинается за воротами.

С первых шагов меня наполнила Любовь к Жизни, идти было легко и приятно. Вскоре показалась большая гора, на вершине которой светился огонь, а Дорога уходила в пещеру. Я зашла в эту пещеру, и меня наполнило Тепло Щедрости, в котором я согрелась и поняла, что должна подарить это Тепло и Любовь своим Задушевному Друзьям, в дом которых я иду.

Я побежала дальше по Дороге и вдруг случайно наступила на мягкий Мох, который провалился под ногой. Я попала в Болото Жадности. Чем глубже я проваливалась, тем больше мне хотелось оставить все себе, ничего никому не отдавать. Из последних сил я ухватилась за ветку Пальмы Верности, чтобы и ее забрать себе, но ветка не поддавалась, она стала меня вытаскивать из болота, и чем выше тянула, тем мне становилось легче. Отряхнув остаток Жадности, я побежала к Дому Друзей, который был недалеко. Но в Доме никого не было, а на столе лежала записка, в которой говорилось, что надо терпеливо ждать, чтобы понять, куда идти дальше.

Ждать не хотелось, и я вновь пошла по Дороге, которую увидела из окна. Вскоре меня облепили Репейники Зависимости, от которых хотелось скорее избавиться. Отцепляя колючки, я не сразу заметила Туман, который окружил меня чувством Зла, и я поняла, что лучше скорее вернуться к надежным Друзьям и терпеливо ждать. Я заторопилась назад и прибежала к Дому, где меня уже ждали Задушевные друзья — мои Сны и Мысли. Они отвели меня к Озеру Доверия, в котором велели отмыться от Зла, Жадности и Зависимости.

Отдохнув у Друзей, я перешла по Мосту Доброты к Дороге Любви, но вскоре наткнулась на Стену Сомнений. С большим трудом вскарабкалась я по ней, ища надежные зацепки и опоры, и, только поднявшись на самый верх Стены, я опять увидела свою Дорогу, по которой пошла дальше.

Вдруг по обеим сторонам Дороги стали поблескивать Цветные Камешки. Мне захотелось набрать их как можно больше. Когда карманы наполнились, я почему-то стала убеждать себя, что все эти камни мне подарил волшебник, но вдруг заметила Препротивную Старушку, которая подбрасывала эти камешки к Дороге. Она так мне не понравилась, что я поскорее высыпала все эти Камни и почувствовала большое облегчение, потому что совершенно исчезло Желание обманывать.

Вскоре вдаль замерцало Зеркало Ворот. За воротами стояли мои Друзья. Перед возвращением я посмотрела на себя в Зеркало, чтобы узнать, какая я стала за Время Пути. Я осталась той же девочкой, но у меня повзрослела Душа. Я точно теперь знаю, что есть Зло, Жадность, Ложь, Зависимость; и Дорога Любви оказалась не так легка, как мне казалось сначала, но она продолжается и в Жизни, в которой у меня есть Друзья и с которыми я готова идти вперед.

В ходе обсуждения сказки ведущий подводит учащихся к выводу, что они повзрослели.

Работа в тетради. Ребятам предлагается сделать запись в тетради: «Я повзрослел(а)», и отметить в ней три своих основных изменения.

Заполнение анкеты обратной связи (заполняют дети):

1. Что мне понравилось больше всего....
2. В чем была самая большая трудность
3. Какая сказка была самой интересной
4. Оцени: моя активность 0 1 2 3 4 5

Значимость тем для меня 0 1 2 3 4 5

Мой интерес 0 1 2 3 4 5