**Классный час «Правила честного спора», 6 класс**

**Цели деятельности педагога:** способствовать осознанию детьми важности урегулирования разногласий мирными средствами, развитию коммуникативных навыков; содействовать воспитанию уважения и ценностного отношения к себе и другим людям.

**Воспитательные результаты:**

- результаты первого уровня: приобретение школьниками знаний о ситуации межличностного взаимодействия, пространстве взаимодействия; освоение способов исследования особенностей поведения человека в различных ситуациях;

- результаты второго уровня: формирование у школьников позитивного отношения к таким нормам общества, как уважение и ценностное отношение к себе и другим людям.

**Оборудование**: ромашка из бумаги, плакат «Правила честного спора».

**Подготовительная работа.**За день до тренинга детям напоминают, что они должны придумать и предложить свой способ разрешения спора. Перед занятием учитель рисует на доске большую ромашку. Сверху надпись: «Правила честного спора».

Цитаты:

«Все правила достойного поведения давным-давно известны, остановка за малым - за умением ими пользоваться» (Б. Паскаль.)

«И было человеку дано:

Совесть, дабы он сим изобличал свои недостатки.

Сила, дабы он мог преодолевать их.

Ум и Доброта на благо себе и присным своим, ибо только то благо, что идет на пользу ближним» (Чабуа Амирэджиби.)

«Наслаждение общением - главный признак дружбы» (Аристотель.)

«Дружба основывается на сходстве характеров, интересов в общем совместном деле» (Гегель.)

«Единомыслие создает дружбу» (Демокрит.)

**Советы организаторам:**

1. На тренинге не останавливайте детей, если они будут повторяться в предлагаемых ими способах разрешения спора. Проговаривание вслух - это уже первый шаг к осознанному примирению.

2. Способствуйте закреплению полученных детьми психологических знаний в каждодневной практике.

3. После тренинга разместите ромашку с «Правилами честного спора» на видном месте. Рекомендуйте детям обращаться к этим правилам в случае возникновения споров.

**Сценарий занятия**

**I. Организационный момент. Создание психологического настроя.**

- Что вы должны были сделать дома?

- Зачем нужно знать различные способы примирения?

- Приходилось ли вам разрешать спорные ситуации мирным путем?

- Расскажите, какие способы примирения вы знаете.

*Учитель выслушивает различные способы примирения, помогает их кратко сформулировать и записывает по одному правилу на каждый лепесток ромашки.*

- Каждый из нас время от времени попадает в такие ситуации, когда приходится выяснять отношения. Избежать конфликтных ситуаций невозможно. Их нужно уметь конструктивно и мирно решать: уметь пойти на компромисс и достойно выйти из конфликтной ситуации, сохранив собственное достоинство и не унизив других. Любой конфликт неприятен, независимо от того, между кем он возник: родителями и тобой, учителем или одноклассниками. Ошибочно считать, что в конфликте должен выиграть кто-то один. Когда другой человек проигрывает, у него снижается самооценка, нарушаются взаимоотношения с окружающими. Главный смысл борьбы в конфликтной ситуации - разрешение конфликта: не победить, а убедить. Мы должны уметь разрешить конфликт таким образом, чтобы каждый оказался в выигрыше. Отношения «победитель - побежденный» негуманные, они унижают достоинство человека.

- Выберите тихое место, где вы можете спокойно поговорить о случившемся. Начните разговор без крика с заявления о положительных намерениях, например: «Я хочу, чтобы наши отношения продолжались. Это важно для нас обоих».

*Обсуждение ситуации*. Используя технику активного слушания, дайте каждому возможность высказать свои чувства. Обсуждайте проблему, а не друг друга. Постарайтесь понять, почему произошел конфликт.

*Принятие решения.* Постарайтесь решить проблему так, чтобы результаты были положительными, чтобы вы почувствовали душевное облегчение и улучшение взаимоотношений.

*Помните:*лучшее решение конфликта - отношения «победитель - победитель».

Еще один полезный прием выхода из конфликтной ситуации - «я-заявление». Если мы рассержены или расстроены, испытываем чувство обиды, то обычно в первую очередь, обвиняем окружающих во всем, что произошло, становясь в позицию «ты-заявление». Например, мы говорим: «Ты вечно подводишь! Тебе нельзя доверять! Ты...». Эта позиция собеседника всегда вызывает ответную агрессивную реакцию. Она неэффективна и не помогает в разрешении возникшего конфликта. Можно добиться гораздо большего эффекта, используя позицию «я-заявление», где говорящий описывает свои чувства и поясняет, что именно его задело. Например: «Мне очень обидно, я расстроился, я надеялся». «Я-заявление» сфокусировано на чувствах говорящего, а не на обвинениях в адрес слушающего.

**Правила честного спора:**

1. Уступи.

2. Улыбнись.

3. Попроси прощения.

4. Посочувствуй.

5. Остановись.

6. Обратись за помощью.

**II. Решение конфликтных ситуаций.**

- Мы выделили несколько правил, а теперь давайте попробуем решить следующие конфликтные ситуации, используя при этом «Правила честного спора»:

1. В магазине подошла твоя очередь, но вдруг какой-то мальчик становится без разрешения перед тобой...

2. На уроке физкультуры ты нечаянно толкнул одноклассницу. Она очень рассердилась и хочет тебе отомстить...

3. Твой брат мешает делать уроки, отвлекает тебя. Ты кричишь на него. Между вами начинается ссора...

4. Друг просит прощения за то, что долго не отдавал твою игрушку. Но ты так рассержен, что даже не хочешь с ним разговаривать...

**III. Релаксирующие упражнения на снятие гнева и раздражения.**

- Эти упражнения ты можешь выполнять в любое время, когда чувствуешь себя обиженным на кого-то. Они дают выход скопившейся негативной энергии.

**Задание-упражнение «Долина счастья».**

- Представь, что ты проходишь через тоннель. Темно. Вдруг стены тоннеля охватило пламя пожара. Ты доходишь до конца тоннеля, видишь маленькую дверь, наклоняешься, открываешь ее и выходишь. Ты в безопасности. Пожар и темнота позади. Ты направляешься к долине. Долина счастья - это чудесное место, где может исполниться любое твое желание. Справа от тебя - река. На реке остров, а на острове люди, на которых ты зол. Помаши им. Они не могут приблизиться к тебе. Они больше не смогут причинить тебе боль, разозлить тебя. Они не могут попасть в Долину счастья. Повернись к ним спиной и еще раз насладись пребыванием в этой чудной долине. Сейчас ты покинешь Долину счастья спокойным и обновленным, без злости и гнева на тех, кто остался на острове.

**Задание «Расслабление».**

- Напряги все мышцы и сделай глубокий вдох. Задержи дыхание и мышцы в состоянии напряжения на несколько секунд. Выдохни! Почувствуй, как напряжение покидает тебя с головы до ног. Повтори свои действия несколько раз. Выполняя это упражнение, все время думай о том человеке, который вызвал у тебя гнев и раздражение. Ты чувствуешь, как отрицательные эмоции, обида, плохое настроение, агрессивность оставляют тебя: достигают кончиков пальцев твоих ног и через подошву обуви выходят наружу. Сделай шаг вперед, оставив «лужу гнева» позади.

*Рефлексия:*

1. Почувствовал ли ты освобождение от того, что тебя мучило?

2. Какие эмоции ты испытал, выполняя это упражнение: ты верил в то, что делаешь, или это казалось смешным?

**Задание «Надуй шар».**

- Чтобы остудить гнев, снять стресс, представь, что ты воздушный шарик, который сейчас надувается.

Твои легкие наполняются чистым, свежим воздухом. Шарик надувается. Ты поднимаешь руки вверх - шарик готов взлететь.

Медленно выпускай воздух, изображая сдувающийся шарик. Опусти руки, расслабь тело, ноги согни в коленях - шарик сдулся. Повтори упражнение несколько раз.

**Задание «Освобождение».**

- Посмотри веселый мультфильм, вспомни смешной анекдот или случай, в крайнем случае, попроси кого-нибудь пощекотать тебя. Смех - сильное средство для избавления от неприятных, досаждающих мыслей и отрицательных эмоций.

**Задание «Ритмы свободы».**

Хлопни в ладоши три раза.

Сядь на пол.

Топни правой ногой.

Топни левой ногой.

Поднимись.

Помаши руками.

Глубоко вдохни, задержи дыхание.

Сделай полный выдох.

Медленно, как сдувающийся шарик, опустись на пол.

Медленно поднимись.

Повернись три раза вокруг себя.

Громко скажи: «Я свободен!»

**Задание «Диета хороших новостей».**

- Возьми за правило слушать и передавать другим только хорошие новости. Не делись отрицательной энергией и не принимай ее на себя. Попробуй выдержать «диету хороших новостей» в течение дня, недели, месяца...

**Задание-упражнение «Учимся делать и принимать комплименты».**

- Обменяйся комплиментами со своими одноклассниками.

- Как говорил М. Горький: «Никогда не подходите к человеку, думая, что в нем больше плохого, чем хорошего».

- В технике общения важно научиться распознавать язык жестов, индивидуальные особенности мимики, то есть как бы «читать» людей, настраиваясь на волну общения. Как это делать?

*Вот несколько нехитрых правил:*

• излучайте положительные эмоции (ведь веселый, бодрый, жизнерадостный, позитивный, спокойный человек всегда привлекает);

• улыбайтесь человеку и старайтесь это делать от души;

• демонстрируйте внимание и интерес к человеку как к личности;

• называйте его по имени и так, как хочет он сам;

• умейте слушать и распределять инициативу в разговоре;

• говорите комплименты;

• поддерживайте темы разговора, которые предложил собеседник.

**Правила взаимоотношений в классном коллективе.**

1. Помни, что самоуважение - это прежде всего умение уважать других.

2. Тот хорошо себя чувствует в коллективе, кто заботится о самочувствии других.

3. Живи по совести всегда, помогай там, где беда.

4. Всегда поступай так, как бы ты хотел, чтобы поступили по отношению к тебе.

5. Каждый в коллективе - твой одноклассник, и он должен быть уверен в твоем добром отношении к нему.

6. Помни, что чуткость и внимательность проявляются в умении видеть состояние другого человека и вовремя откликнуться на него.

7. Честь свою всю жизнь беречь надо неустанно,

Навсегда в себе пресечь безобразий странность.

8. Слов на ветер не бросать,

Не дерзить напрасно,

Никогда не унывать –

Мыслить только ясно.

9. Достоинством гордясь,

Собою не кичиться.

А с ошибками борясь,

Этике учиться.

10. Помни, что основа отношений в коллективе - доброжелательность. А доброжелательность - это умение расценивать поступок с хорошей стороны.

**Правила разрешения конфликтов:**

- «Ничего не начинай во гневе! Глуп тот, кто во время бури садится на корабль». (И. Гаут.)

- Не будь злопамятен.

- Пожмите друг другу руки и забудьте о том, что было.

- Прощать надо молча - иначе какое же это прощение.

- Будь принципиален, но не борись ради принципа.

- Чаще улыбайся.

- Во всем надо знать меру.

- Сказать правду тоже надо уметь.

- Не превращай настойчивость в назойливость.

- Будь справедлив и терпим к людям.

- Не переоценивай свои способности и возможности и не умаляй способности и возможности других.

- Не проявляй инициативу там, где в ней не нуждаются.

- Проявляй выдержку, овладевай навыком саморегуляции.

- Прежде чем сказать о неприятном, постарайся посмотреть на проблему глазами другого, то есть встать на его место.

- Не скрывай доброго отношения к людям.

- Не скупись на похвалу.

- Будь выше мелочных разборок.

- Не судите, да не судимы будете.

**IV. Чтение и анализ рассказа «Мудрый подарок».**

Петя пригласил друзей на свой день рождения. К назначенному времени ребята шли к Пете и несли ему подарки. Это происходило на глазах у Гриши, который сидел во дворе на лавке недалеко от Петиного дома. Петя не пригласил Гришу, потому что тот обидел его лучшего друга.

Гриша издалека наблюдал за счастливыми ребятами. Ему тоже очень хотелось к Пете на день рождения.

В числе приглашенных был и Гришин друг по классу Толя. Толя нес Пете подарок в красивом пакете. Гриша, не долго думая, подскочил к Толе.

- Вот, ты идешь к Петьке на день рождения, а не знаешь, что он о тебе вчера говорил, как он тебя обзывал, - сказал Гриша с укором.

- Я н-н-не знаю. А какими словами? - растерялся Толя. И Гриша начал плести, что на ум взбредет. Толя от обиды чуть не заплакал.

- Не пойду я к нему, - выдавил Толя. - Никогда не буду с ним дружить!

Гриша попросил друга:

- Толь, а ты не можешь отдать мне этот подарок, раз ты все равно не идешь?

- Ну, бери, - ответил Толя.

Только Гриша взял подарок, как тот упал ему на ногу. А это была тяжелая гиря. Надолго врунишка запомнил этот случай!

**V. Итог занятия.**

- Давайте подведем итог нашей работы.

- Чему мы сегодня учились?

- Поможет ли наш классный час в вашей дальнейшей жизни?

- А теперь давайте вспомним детские стишки-мирилки.

- Ребята, давайте жить в нашем коллективе по этим правилам! Тогда будет крепнуть ваша дружба в классе и никто не будет чувствовать себя одиноким, все будут ладить друг с другом. Вы согласны?

- Вот и закончилась игра, в ходе которой вы создали Правила взаимоотношений в классном коллективе. Хочется, чтобы вы применяли их не только в классе, но и в жизни, оценивая свое поведение и поступки.

**Правила друзей.**

1. Каждый человек имеет право на ошибку и ее исправление.

2. Нельзя унижать, оскорблять и обижать другого человека.

3. Нужно уметь помогать.

4. Надо быть терпеливым и настойчивым в достижении своих целей.

5. Спешите делать добро.

- Эти правила мы повесим в наш уголок и будем их придерживаться.

- Закончить беседу хочется словами Б. Паскаля: «Все правила достойного поведения давным-давно известны, остановка за малым - за умением ими пользоваться». Я думаю, что вы своими делами, поступками, поведением покажете, как умеете пользоваться этими правилами.

<https://ped-kopilka.ru/klasnomu-rukovoditelyu/klasnye-chasy-v-5-8-klasah/klasnyi-chas-pravila-chestnogo-spora-6-klas.html>