

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ ПМР
МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ И СОЦИАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ ПМР
ГОУ «ПРИДНЕСТРОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ
РАЗВИТИЯ ОБРАЗОВАНИЯ»
НИЛ «Духовно-нравственное воспитание детей и молодежи Приднестровья»

С.К. Турчак, О.С. Чебан, О.П. Дениченко

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ПОСОБИЕ
ПО ВОСПИТАНИЮ ЗДОРОВОЙ МОЛОДЕЖИ
ПРИДНЕСТРОВЬЯ**

**для классных руководителей 5–11 классов
общеобразовательной школы
и кураторов системы НПО/СПО ПМР**

Тирасполь
2011

Авторы-составители:

С.К. Турчак, канд. пед. наук, проректор по учебной работе ГОУ «ПГИРО»;

О.С. Чебан, руководитель Центра репродуктивного здоровья Министерства здравоохранения и социальной защиты ПМР;

О.П. Дениченко, зав. кафедрой педагогического менеджмента и психологии ГОУ «ПГИРО»

Научные консультанты:

М.Я. Макарова, кандидат педагогических наук;

А.Я. Данилюк, доктор педагогических наук

Рецензент

Кафедра управления образовательными системами ДПО (повышения квалификации) специалистов ГОУ «Волгоградская государственная академия повышения квалификации и переподготовки работников образования»

Учебно-методическое пособие по воспитанию здоровой молодежи Приднестровья для классных руководителей 5–11 классов общеобразовательной школы и кураторов системы НПО/СПО ПМР / Авт.-сост. С.К. Турчак, О.С. Чебан, О.П. Дениченко. — Тирасполь: ГОУ «ПГИРО», 2011. — 384 с.

Данное пособие разработано в рамках реализации Концепции духовно-нравственного воспитания детей и молодежи Приднестровья, утвержденной Коллегией МП ПМР, и Государственной целевой программы «Профилактика ВИЧ/СПИД-инфекции и инфекций, передающихся половым путем, в ПМР на 2010–2014 гг.». Пособие направлено на создание и обеспечение деятельности единой системы по формированию здоровых жизненных привычек у учащейся молодежи в организациях образования республики на базе единой программы.

Пособие содержит теоретические положения и методические рекомендации по организации целостного пространства духовно-нравственного развития подрастающего поколения в вопросах духовного, физического и социально-психологического здоровья учащихся 5–11 классов организаций образования Приднестровской Молдавской Республики.

Данное пособие предназначено руководителям муниципальных управлений образованием, руководителям, заместителям руководителя по воспитательной работе, психологам, классным руководителям организаций общего образования, а также для организации воспитательной работы в организациях начального и среднего профессионального образования. Пособие также может быть использовано добровольцами молодежных общественных организаций для работы по формированию безопасного поведения молодежи, вовлеченной в среду образования.

ББК 74.200я77(4Мол5)

© С.К. Турчак, О.С. Чебан, О.П. Дениченко,
авт.-сост., 2011

© ПГИРО, 2011

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Анализ современной социальной ситуации в Приднестровье позволяет говорить о том, что несмотря на проводимую государством комплексную и системную работу по поддержке семьи, материнства и детства, здравоохранения, все еще остаются проблемы миграции населения, падения рождаемости, высокой смертности населения.

Согласно статистическому ежегоднику Приднестровской Молдавской Республики за 2009 год в организациях общего образования с 5 по 11 классы обучается 53,2 тысячи человек. По данным Министерства здравоохранения и социальной защиты Приднестровской Молдавской Республики на 100 учащихся приходится 94,6 больных инфекционными заболеваниями, 24,7 случаев болезней нервной системы. Каждый второй ребенок страдает заболеваниями глаз. В Приднестровье зафиксированы очень низкие показатели рождаемости, естественный прирост населения в 2008 году составил минус 2 677 человек. Высока частота заболеваний, сочетающих патологию репродуктивной сферы и экстрагенитальных органов в подростковой и молодежной среде. В 2008 году зарегистрировано 343 случая заражения вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ), то есть в республике ежедневно заражается один человек.

По данным инспекции по делам несовершеннолетних органов внутренних дел Приднестровской Молдавской Республики на 4 декабря 2009 года на учете состоят 860 несовершеннолетних, в отношении которых проводится профилактическая работа. По данным статистического ежегодника Приднестровской Молдавской Республики за 2009 год 13,3 % — удельный вес несовершеннолетней молодежи, совершившей преступления к общему числу преступлений по Приднестровью в 2008 году; в числе преступлений, совершенных молодыми людьми, кража, мошенничество — 30,8 %, грабеж, разбой, вымогательство — 22,3 %, умышленное убийство и покушение на убийство — 16,7 %, изнасилование и покушение на изнасилование — 39,3 %. (Статистический ежегодник Приднестровской Молдавской Республики за 2009 год, с. 76).

Сегодня жизненно необходима системная и комплексная воспитательная работа на межведомственном уровне по формированию базовых основ духовного, физиологического и социально-психологического здоровья подростков и молодежи Приднестровья. В связи с этим существенно возрастает общественная значимость воспитания здоровья подрастающего поколения, которое представляет собой средство развития духовного, социального, интеллектуального потенциала отдельной личности, а значит, и общества в целом. Фактор здоровья населения рассматривается как фактор устойчивого развития ПМР.

ВВЕДЕНИЕ

Нормативно-правовой и документальной основой учебно-методического пособия по воспитанию здоровой молодежи Приднестровья для классных руководителей 5–11 классов общеобразовательной школы и кураторов системы НПО/СПО ПМР являются:

- Закон «Об образовании»;
- Концепция воспитания детей и молодежи в ПМР (Указ Президента ПМР № 201 от 12.05.03 г., САЗ 03-20);
- Концепция духовно-нравственного воспитания детей и молодежи Приднестровья (далее – Концепция), утвержденная Коллегией МП ПМР (приказ № 800 от 21.07.2009 г.);
- Примерная программа формирования ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни у учащихся 5–11 классов в общеобразовательных школах ПМР (далее – Программа), утвержденная Коллегией МП ПМР (приказ № 800 от 21.07.2009 г.);
- Государственная целевая программа «Профилактика ВИЧ/СПИД инфекции и инфекций, передающихся половым путем в ПМР на 2010–2014 гг.» (Закон Президента ПМР № 888-3-IV от 21.10.09 г.)

В соответствии с Программой данное пособие является основой для проведения классных часов с подростками и молодежью по вопросам формирования ценностного отношения к духовному, физическому и психологическому здоровью. Пособие выступает практико-ориентированной основой для разработки и реализации классным руководителем (куратором) внеучебной воспитательной работы в организации образования для более полного достижения результатов Концепции духовно-нравственного воспитания детей и молодежи Приднестровья.

Данное пособие содержит методические рекомендации и примерные разработки классных часов по организации целостного пространства духовно-нравственного развития подрастающего поколения Приднестровья в вопросах духовного, физического и социально-психологического здоровья учащихся 5–11 классов общеобразовательных школ, а также в организациях начального и среднего профессионального образования ПМР.

Для организации и полноценного функционирования такого образовательного процесса требуются согласованные усилия многих социальных субъектов: школы, семьи, Министерства здравоохранения и социальной защиты ПМР, благочиния Тираспольско-Дубоссарской Епархии.

Учебно-методическое пособие содержит пять разделов.

Во введении обоснована актуальность воспитательной работы с учащимися основной и старшей школы и учащимися НПО/СПО по основным факторам здорового образа жизни подростков и молодежи в контексте социально-демографического состояния ПМР.

Первый раздел — «Особенности воспитания ценностного отношения к здоровью у подростков и молодежи» — раскрывает возрастные аспекты воспитания с учетом современных социокультурных реалий и представляет основные формы воспитательной работы по укреплению базовых видов здоровья учащихся.

Второй раздел содержит **«Рекомендации для классного руководителя (куратора) по методике проведения указанных в пособии форм и методов воспитательной работы по формированию здорового образа жизни учащихся 5–11 классов и учащихся НПО/СПО ПМР»**.

Третий раздел — «Духовное здоровье» — обосновывает задачи, ценностные основы духовного здоровья учащихся и практическую реализацию основных форм воспитательной работы по укреплению данного вида здоровья учащихся в виде **примерных планов-конспектов классных часов для классных руководителей 5–11 классов общеобразовательной школы и кураторов системы НПО/СПО ПМР по укреплению духовного здоровья учащихся**.

Четвертый раздел — «Физиологическое здоровье» — обосновывает необходимость комплексного взаимодействия как на уровне класса (группы), так и на уровне школы (НПО/СПО), что отражено в **примерных планах-конспектах классных часов для классных руководителей 5–11 классов общеобразовательной школы и кураторов системы НПО/СПО ПМР по укреплению физиологического здоровья учащихся**. Особая роль в данном аспекте принадлежит совместной профилактической работе педагогов и медицинских работников.

В пятом разделе — «Социально-психологическое здоровье» — представлены **примерные планы-конспекты классных часов для классных руководителей 5–11 классов общеобразовательной школы и кураторов системы НПО/СПО ПМР по укреплению социально-психологического здоровья учащихся**, которые содержат аксиологические основы и формы воспитательной работы по укреплению социально-психологического здоровья учащихся 5–11 классов в общеобразовательной школе и в организациях начального и среднего профессионального образования.

Примечание. Для разработки классных часов, представленных в разделах «Духовное здоровье» и «Социально-психологическое здоровье», темы которых отмечены знаком «*», использованы материалы учебных пособий:

1. Янушкявичюс Р., Янушкявичене О. Основы нравственности. «ПРО–ПРЕСС», 2002;
2. Берсенева Т.А., священник Алексей Мороз. Уроки Добротолубия. «Сатисъ», 2004.



ОСОБЕННОСТИ ВОСПИТАНИЯ ЦЕННОСТНОГО ОТНОШЕНИЯ К ЗДОРОВЬЮ У ПОДРОСТКОВ И МОЛОДЕЖИ

Воспитание учащихся подросткового и юношеского возраста требует особого педагогического внимания. Это связано с рядом психологических особенностей развития личности в данные возрастные периоды.

Во-первых, происходит смена ведущего вида деятельности, учебная деятельность для подростка перестает быть доминирующей, приоритетной деятельностью становится общение со сверстниками. Именно подростковая субкультура диктует положительные или отрицательные ценностные установки молодому человеку.

Во-вторых, референтной группой выступают сверстники, их ценностные ориентиры принимаются подростком как обязательные, что часто приводит к конфликту с педагогами и родителями.

В-третьих, именно в период с 11 до 15 лет происходит процесс полового созревания, когда физиологические новообразования зачастую выступают катализатором получения нового опыта, который не всегда задает положительный вектор для развития всех видов здоровья молодежи.

Именно по этим и многим другим причинам в процессе воспитания данной возрастной категории важно использовать интерактивные формы работы, построенные по принципу «от равного к равному», где подростки, наряду со взрослыми могут вести просветительскую работу со сверстниками и младшими по возрасту.

Необходимо также учитывать принципиально новые условия жизнедеятельности современного ребенка, о которых педагоги еще два-три десятилетия назад даже не догадывались. Учет этих условий требует существенной корректировки подходов к организации воспитания обучающихся:

1) современный молодой человек находится в беспредельном информационном и огромном социальном пространстве, не имеющем четких внешних и внутренних границ. На него влияют потоки информации, получаемой благодаря сети Интернет, телевидению, компьютерным играм, кино. Воспитательное и социализирующее воздействие (не всегда позитивное) этих и других источников информации нередко является доминирующим в процессе воспитания и социализации;

2) сегодня существует и усиливается конфликт между характером присвоения ребенком знаний и ценностей в школе (системность, последовательность, традиционность, культуросообразность и т. д.) и вне школы (клиповость, хаотичность, смешение высокой культуры и бытовой, размывание границ между культурой и антикультурой и т. д.).

Этот конфликт меняет структуру мышления детей, их самосознание и миропонимание, ведет к формированию потребительского отношения к жизни;

3) современный ребенок живет иллюзией свободы. Снятие многих табу в виртуальных, информационных средах сопровождается падением доверия к ребенку со стороны взрослых. Растущий человек не выводится, как это было еще несколько десятилетий назад, за пределы детских дел и забот, не включается в посильное для него решение реальных проблем семьи, местного сообщества, государства. Изоляция детей от проблем, которыми живут взрослые, искажает их социализацию, нарушает процессы взросления;

4) подмена реальных форм социализации виртуальными, ослабление вертикальных связей между детьми и взрослыми, между разновозрастными детьми приводят к самоизоляции детства. Результатом этого является примитивизация сознания детей, рост агрессивности, жестокости, цинизма, грубости, за которыми на самом деле скрываются страх, одиночество, неуверенность, непонимание и неприятие будущего;

5) в силу произошедшей в 1990-е годы переориентации воспитания с коллективистской на индивидуалистическую модель, сегодня фактически отсутствуют формы совместной деятельности со взрослыми, старшими детьми, подростками, молодежью. Девальвация традиционных ценностей привела к существенным изменениям в системе отношения подростка к окружающему миру, другим людям, себе самому. На первый план вышло переживание и позиционирование себя, вследствие чего в обществе распространяется эгоизм, происходит размывание гражданственности, социальной солидарности и трудолюбия.

Уровни организации воспитательной работы в школе по формированию ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни должны предполагать:

— *внеучебную воспитательную работу с учащимися 5–11 классов*, которая согласно данной программе предполагает использование времени на классных часах. Из расчета 34 часа в год классный руководитель может планировать 10 часов на формирование базовых ценностей духовного здоровья, по 8 часов на формирование ценностей физиологического и социально-психологического здоровья, в резерве остается 8 часов, которые классный руководитель использует по своему усмотрению;

— *работу с педагогами в школе*, которая предполагает не только проведение педагогических советов по проблемам формирования ценностного отношения к здоровью у учащихся, но и аналогичную работу с педагогическим коллективом. Повышение культуры здоровья педагога – важная часть его просветительской грамотности как по отношению к себе, так и по отношению к учащимся. Семинары, тренинги по вопросам ценностного отношения к здоровью позволит педагогу не только быть внимательнее к собственному здоровью, но и пополнит арсенал педагогических приемов в интерактивной форме для работы в учебном процессе;

— *работу с родителями учащихся*, которая заключается не только в проведении тематических родительских собраний, но и предполагает активное включение родительской ответственности в разработку социальных проектов по вопросам духовного, физиологического и психологического здоровья их детей. Родители должны стать помощниками классного руководителя по организации социальных практик, связанных с посильной помощью детям с ограниченными возможностями здоровья, пожилым людям, по организации краеведческих экскурсий, исследовательской деятельности.

Формы работы с подростками и молодежью по формированию базовых ценностей здоровья предполагают комплексную работу классных руководителей, психологов, священнослужителей, врачей и родителей в виде тренинговых программ, бесед, подготовки и презентации



проектов, классных часов, просмотра учебных фильмов, наблюдений и обсуждения в педагогически организованной ситуации поступков, поведения разных людей по значению ценностных категорий, обозначенных в каждом из видов здоровья. Следует учитывать деятельностный компонент внеурочной воспитательной работы и по мере возможности привлекать подростков к общественно полезной деятельности. Интересными в этом направлении являются социально-ориентированные проекты, социальные акции, практики, пресс-конференции, диспуты, брифинги. Все планируемые формы работы рекомендуется обсуждать на классных часах и родительских собраниях, а проводить на занятиях (классных часах), которые внесены в основное расписание школы и являются обязательными для всех учащихся. Воспитательная деятельность в области здорового образа жизни не ограничивается занятиями в обычном смысле этого понятия. Специфика этих мероприятий обусловлена следующими факторами:

- спецификой проблематики;
- спецификой ожидаемых целей.

Даже если когнитивное (информационное) измерение очень важно, данные мероприятия направлены на большее, нежели простое информирование. Перенос акцента к формирующему измерению предполагает:

- проблемное обучение;
- обучение через открытие;
- деятельность с групповым участием.

В процессе осуществления формирующего обучения могут быть использованы следующие методы и техники:

- энергджайзеры-разминки;
- метод «Знаю – хочу знать – узнал»;
- поиск творческих идей;
- мини-лекция;
- метод «Подумай и представь»;
- ролевая игра;
- анализ конкретного случая;
- работа в малых группах;
- метод «Мозаика»;
- метод «Гроздь»;
- обучение через открытие;
- метод «Копилка мудрости»;
- дебаты;
- индивидуальная работа;
- дискуссия;
- просмотр фильма по рассматриваемой проблеме и обсуждение просмотренного материала;
- другие методы критического мышления.

В приложении приведены детальные рекомендации по вышеуказанным продуктивным методам работы, стимулирующим познавательную активность учащихся и предполагающим интерактивные формы работы.

РЕКОМЕНДАЦИИ К ФОРМАМ И МЕТОДАМ ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ПО ФОРМИРОВАНИЮ ЦЕННОСТНОГО ОТНОШЕНИЯ К ЗДОРОВЬЮ И ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ УЧАЩИХСЯ 5–11 КЛАССОВ

1. Метод «Знаю – хочу знать – узнал» может быть использован педагогом для применения предыдущих знаний учеников в целях оптимизации обучения:

— после введения в тему ученики будут записывать в таблице то, что они уже знают, то, что они хотят знать, а в конце занятия — что узнали;

Знаю	Хочу знать	Узнал

— участники записывают на карточке, индивидуально или парами, идеи, которые они знают относительно рассматриваемой проблемы, а также то, что они хотят узнать.

Этапы метода:

— в результате обсуждений идеи, касающиеся того, что ученики уже знают, будут обсуждены со всем классом, а идеи, которые приняты всем коллективом, записываются в таблице;

— неясности/ожидания учеников, выявленные на основании обсуждений, будут записаны в колонке «Хочу знать»;

— осуществляется передача знаний / анализируются дополнительные материалы (анализ конкретного случая, фильм и т. п.) с целью выяснения незнакомых или неясных для учеников проблем;

— новые элементы, выявленные в результате обсуждения, будут занесены в третью колонку таблицы.

Данный этап предполагает, с одной стороны, осознание новых знаний, а с другой, — сопоставление этих знаний со старыми знаниями и ожиданиями учеников, выраженные в первых двух колонках.

Могут быть заданы следующие вопросы:

- 1) какие новые знания вы приобрели?
- 2) как они отвечают первоначальным вопросам?
- 3) какие вопросы остались без ответа?
- 4) что вы хотите еще узнать по данному вопросу?

2. Энергизирующие/разогревающие упражнения используются для того, чтобы предоставить участникам возможность легче войти в деятельность, чтобы вернуть себе внутренние ресурсы после некоторых более сложных видов деятельности, а также для переключения внимания. Данные упражнения в специализированной литературе называются еще упражнениями для «растопления льда» и направлены на повышение уровня самооценки, позитивного психологического климата и чувства взаимной поддержки.

Примечание! Не рекомендуется чрезмерное использование упражнений данного типа. Кроме того, они должны соответствовать возрасту участников.

При проведении данных форм работы ведущим может быть педагог, подготовленный им подросток или медицинский работник.

3. Поиск творческих идей («мозговая атака»). Это метод генерирования идей в короткий промежуток времени. Он используется для того, чтобы найти решения определенной проблемы или для определения какого-нибудь понятия. Данный процесс облегчает появление неограниченного количества идей и концептов.

Существует несколько правил:

1) Ведущий ясно и просто определяет тему или проблему.
2) Записываются все идеи, которые приходят на ум участникам. Некоторые идеи могут казаться бесполезными и абсурдными, но регистрация не должна опустить ни одну из выраженных идей.

3) Ведущий должен поощрять участников выразить как можно больше идей.

4) Идеи не судят. Не существует хороших или плохих идей.

5) Никто ничего не комментирует!

Далее следует этап идентификации решений.

Если в определенный момент будут исчерпаны все идеи, ведущий будет стимулировать группу с помощью вопросов или рекомендаций для того, чтобы подсказать новые идеи. Далее следует этап оценки идей. В случае необходимости, идеи членов группы систематизируются и формулируются в виде конкретных утверждений. После этого следует перейти к идентификации решений.

Данный метод может быть использован для облегчения определения понятий по конкретной базовой ценности здоровья.

Примечание! Ведущий должен быть внимательным тогда, когда записывает идеи участников для того, чтобы не пропустить ни одну идею. Иногда человек побеждает собственную робость, высказывает свое мнение и надеется, что оно будет принято во внимание. Если его мнение не будет услышано, этого достаточно для того, чтобы человек не желал больше участвовать.

4. Мини-лекция используется для представления понятий, незнакомых ученикам, но необходимых для понимания тем, которые будут обсуждены в дальнейшем. Ведущий в данном случае представляет информацию в наиболее доступной для слушателей форме и помогает им понять, что данные понятия очень важны и необходимы для выполнения некоторых упражнений и разработки заключений. Во время мини-лекций (10–15 мин) используются дополнительные вопросы или краткий обмен мнениями.

Мини-лекция завершается коллективным обсуждением, во время которого используется на практике предоставленная информация. В конце слушатели получают письменный материал с предоставленной и проанализированной устно информацией.

5. Метод «Подумай — представь» (работа в парах) — это рабочая техника, которая поощряет участие в обсуждениях и формулировку в парах определенного отношения. Она комбинируется с другими техниками обучения и представления решений, с работой в парах. Пара обсуждает мнения/опыт обоих членов и формулирует, в конечном итоге, общее заключение, которое представляют группе участников. Ведущий формирует пары по заранее установленному критерию.

Примечание! Если ведущий замечает, что определенная пара не может прийти к общему заключению, он должен предложить членам данной пары представить свои мнения раздельно для того, чтобы не увеличить конфликт между ними, отмечая, что могут существовать различные идеи и важно выразить все мнения.

6. Ролевая игра предполагает интерпретацию короткой, спонтанной истории, которая описывает определенную ситуацию из реальной жизни. Данная техника предоставляет участникам возможность принять на себя роль другого человека, прочувствовать, вести себя и разговаривать так же, как и он. В рамках принятой роли участники могут:

- «поэкспериментировать» определенное поведение;
- понять, как чувствует себя человек в определенной ситуации;
- выразить определенное чувство;
- принять другую точку зрения.

Когда «интерпретируется» конкретная ситуация, «действующие лица» так же, как и «зрители», имеют возможность увидеть скрытые моменты проблемы и пути ее решения. Это происходит благодаря чувству эмпатии, которое появляется во время игры. Таким образом, участники игры, повторяя поведение персонажа в конкретной ситуации, дают участникам-«зрителям» возможность оценить использованные методы для решения возникшей проблемы. Язык тела имеет иногда гораздо большее значение, нежели использование слов. Важно, чтобы предложенные ситуации были максимально приближенными к действительности.

Цель – помочь учащимся понять роли (свою собственную и окружающих), развивая критическое мышление, красноречие и способность принимать решения; развить способность учащихся к разработке стратегии альтернативных действий; выявить взаимосвязь между позицией, мнением и ценностями учащихся.

Как отмечалось выше, игра не может быть посвящена абстрактным, не имеющим значения для ее участников проблемам. Отметим, что абстрактную проблему также можно обсуждать, но она, не имея личностной значимости, должна быть очень интересной, «игровой». В этом случае игра становится не деловой, а ролевой, речь идет не о выработке управленческого решения, а об обсуждении сложной проблемы путем распределения ролей между специально придуманными действующими лицами.

Ролевая игра организуется с соблюдением нескольких **этапов**:

1) **предварительный отбор темы, текстов** (информация о ролях должна быть релевантной, реальной, чтобы у учеников была возможность сыграть как можно убедительнее);



2) **объявление темы и методов работы;**

3) **подготовка учащихся к исполнению ролей** (дайте ученикам время, чтобы они вошли в роль);

4) **исполнение ролей** (ход ролевой игры можно прерывать, чтобы пояснять детали поведения или оказывать влияние на зрителей; все должны строго придерживаться правил игры);

5) **обобщение** (обсудите, как себя чувствовали ученики в соответствующих ролях; почему именно таким образом они трактовали ситуацию или персонаж; была ли решена проблема, положенная в основу рассматриваемой ситуации; каковы другие решения данной проблемы; чему научил учащихся опыт, который они пережили; зрители могут сказать, что они ощущали в разные моменты сценки и как бы они сами сыграли в той или иной ситуации).

ПРИМЕР. При рассмотрении вопросов о факторах, влияющих на жизнь и выбор поведения, например, речь идет о хозяйстве Робинзона. Здесь ролевая игра может стать своеобразным введением в тему. По теме созидания сюжет можно построить на появлении вокруг острова Робинзона аналогичных «необитаемых» островов с другими Робинзонами:

1) в архипелаге 6 островов, и на каждом живет свой Робинзон;

2) острова отличаются следующими особенностями: на одном абсолютно нет растительности и животного мира, зато в океане изобилие рыбы; на втором есть железо и древесина, но нет условий для рыболовства; на третьем хорошие условия для земледелия, но больше ничего нет; на четвертом — идеальные условия для животноводства, но не хватает питьевой воды; на пятом есть нефть, но нечем обрабатывать землю; на шестом — запасы золота, но больше ничего нет;

3) неожиданно все Робинзоны встречаются, узнают о хозяйстве друг друга и начинают думать о взаимном обмене.

Образуются 6 групп — «Робинзонов», и дети начинают думать о торговле.

Простота этой игры кажущаяся. Шесть «Робинзонов» обладают детским мышлением. Нормальной для них ошибкой будет решение отдать многие привилегии тому, кто обладает золотом. Но дети должны подумать, какую ценность для участников обмена, борющихся за выживание, имеет золото. А для чего может понадобиться нефть? Из нее еще надо сделать бензин, который можно будет заливать в двигатель. А где этот двигатель? Может быть там, где железо? А мастер, который его соорудит, на каком острове?

Ясно одно: эта игра вызывает большой интерес у детей. Вопросов она порождает больше, чем ответов. Не стоит бояться провести ее во всех классах, с 5 по 9, и каждый раз возвращаться к ней. Она полезна не результатами, а участием.

После того, как участники завершили ролевую игру, обсуждаются следующие аспекты:

— как они себя чувствовали в соответствующих ролях;

— почему они трактовали данную ситуацию или персонаж именно таким образом;

— была ли решена задача посредством представления данной ситуации;

— какие другие решения для данной ситуации могут существовать, как может развиваться данная ситуация;

— чему они научились из интерпретированной ролевой игры.

Ролевая игра длится приблизительно 5–10 минут и может быть проведена в небольших группах, в парах или же со всеми участниками одновременно.

Примечание! Рольевая игра может предполагать глубокое эмоциональное вовлечение, поэтому ведущий должен удостовериться, что человек «вышел» из роли, которую интерпретировал.

7. Анализ конкретного случая. Участникам предоставляют реальную или вымышленную историю, которая содержит проблемную ситуацию, и провоцируют их найти решение, проанализировать факты, открыть для себя собственные ценности, отношения и т. п.

Анализ конкретного случая не должен быть слишком сложным или слишком длинным, в противном случае участники могут забыть некоторые детали. Целесообразно, чтобы ведущий спросил участников, понятно ли им, о чем идет речь. При использовании анализа конкретного случая необходимо разделить группу на маленькие команды и предоставить командам время для ознакомления с ситуацией. Каждая команда должна выполнить задачу, указанную в деятельности, и делегировать человека, который представит результаты в большой группе.

Изучение отдельного случая. Планирование урока в форме изучения отдельного случая предоставляет учащимся возможность проанализировать ситуацию или случай, в которых наблюдается конфликт или дилемма. Данный метод позволяет не только обратить внимание учеников на определенный конфликт или на определенную проблему общества, но и глубоко их проанализировать.

Цель: использовать юридические нормы в исследовании и решении случаев, которые отражают реальные ситуации; задавать вопросы относительно изложенных фактов, определять важные элементы дела, анализировать и синтезировать соответствующие элементы и формулировать рассуждения.

Процесс реализации:

1) Изложите тему урока и всю информацию о рассматриваемом случае.
2) Попросите учащихся, чтобы они прочитали об этом случае.
3) Потребуйте от учащихся разобрать составляющие его факты, используйте для этого вопросы:

- Что случилось?
- Какие стороны вовлечены в случай или конфликт?
- Какие факты важны?
- Какие факты необходимы еще для полного понимания случившегося?

Уделите достаточно времени этому этапу, так как понимание всеми учащимися этих элементов составляет основу для реализации интерактивной части урока.

Другой вариант: преподаватель просит двух учеников работать в паре – один излагает резюме случая, другой задает вопросы для выяснения.

4) Выявление аргументов «за» и «против» для каждой точки зрения. При обсуждении этих аргументов они будут опираться на следующие вопросы:

- Какие аргументы «за» и «против» есть для каждой точки зрения?
- Какие аргументы более, а какие менее убедительны? Почему Вы так считаете?
- Как можно решить проблему?
- Какие могут быть последствия применения каждого решения для сторон и для общества?
- Какова ценность и преимущества каждого аргумента и каждого решения?
- Существуют ли альтернативы? Какие они?



5) После того, как будут выслушаны все аргументы, учащиеся должны принять решение. Здесь важно, чтобы были представлены мотивы принятого решения. Если ученики приняли решение, его следует оценить. Все ли согласны; если нет, то почему? Что предлагает это решение для сторон и почему?

6) После принятия решения учащиеся сравнят его с реальным решением по данному случаю. Если они отличаются, или отличаются аргументы, учащиеся не должны думать, что ошиблись. Они должны определить:

- какое из этих решений является лучшим;
- почему в действительности было принято именно это решение, а не то, к которому они пришли.
- каковы последствия применения каждого решения.

8. Работа в малых группах (командах) — это метод, позволяющий участникам обмениваться идеями и найти эффективное решение для обсуждения предложенной проблемы. Участники разделяются на маленькие группы на основе различных критериев разделения (например: расчет по порядку, по природным явлениям, по цветам и т. п.). Рекомендуется, чтобы численность команды не превышала 7 человек. Ведущий представляет тему, которую каждая группа должна проанализировать, и вопросы, на которые группа должна ответить. После этого проверяется, поняли ли группы свои задачи. Предоставляется время для обсуждения, при этом ведущий вмешивается, только если представители какой-либо группы нуждаются в некоторых уточнениях. По истечении установленного времени представитель от каждой группы оглашает заключение своей группы. Ведущий идентифицирует общие идеи, выявленные в представлениях групп, и делает выводы.

Одновременно с решением определенной задачи групповая работа предоставляет следующие преимущества:

- 1) Практика умения работать в команде.
- 2) Практика умения активно слушать.
- 3) Практика ведения переговоров в рамках группы.
- 4) Выражение личных идей без боязни встретить иронию.
- 5) Практика креативности.
- 6) Практика принятия ответственности в группе (писать, представить).
- 7) Использование в качестве ресурсов тех, кто легко делится с другими своим опытом, представляя выгоду для всех остальных.
- 8) Рост уверенности в себе.

Обучение путем сотрудничества (работа в группах)

В нынешних условиях межличностные отношения приобретают все больший вес и значение. Обучение в группах — это формы социализации, сотрудничества и взаимопомощи, выражения и развития демократических умений, лояльного состязания, обеспечивающие подготовку и социальную интеграцию учащихся. Сотрудничество — способ изучить с наибольшей эффективностью определенную сложную теоретическую или практическую тему в составе группы, совмещая индивидуальные усилия с усилиями группы.

Данная форма работы основывается на том, что человек — существо социальное, что его существование и многостороннее развитие реализуется путем кооперирования собственных усилий с усилиями членов группы, к которой он принадлежит.

Цели приема:

- предоставлять ученикам возможность как можно более ответственного участия и кооперирования;
- развивать навыки межличностного общения (ученик учится не только говорить, но и слушать);
- помочь учащимся понять и разрешить некоторые различия между ними (кто обладает более яркими качествами лидера, тот научится быть более терпеливым в общении со своим более пассивным коллегой, но имеющим более хорошую наблюдательность);
- помочь понять необходимость распределения ролей внутри команды и важность выполнения каждой роли для эффективности целей команды;
- создавать условия генерирования за короткий промежуток времени множества идей и облегчать понимание абстрактных идей в ходе бесед, опираясь на личный опыт в данной области.

Формы работы в группе могут быть использованы на разных этапах процесса обучения – изучения, например, во время практических занятий или лабораторных работ. Группы рекомендуется формировать из учеников с разными (неоднородными) уровнями подготовки, по разным критериям, постоянно меняя функции членов группы (лидер, секретарь, таймер и т. д.).

Формирование группы:

- по желанию;
- по списку журнала (чтобы не было обиды);
- по жребию (использовать заранее подготовленные цветные картонные кружочки; каждый берет по кружочку и оказывается в «одноцветной группе»).

Неоднородные по составу группы (с точки зрения социальной, культурной принадлежности, пола) предпочтительнее, так как в них применяется более объективная трактовка, стимулируется творческое мышление и обмен идеями. Но иногда стоит сохранять одинаковый состав группы, поскольку в таком случае обеспечивается необходимый для установления отношений внутри группы промежуток времени и увеличиваются шансы на успех.

Правила работы в группе:

- говорят по очереди, не перебивая говорящего;
- каждый из членов группы должен предлагать новые идеи / примеры;
- необходимо предотвращать конфликты;
- ученики должны быть готовы в любой момент перейти на другое место;
- учащиеся должны быть готовы отказаться от своих мнений, идей, менее полезных для группы по сравнению с другими мнениями / идеями;
- не критикуется личность, а лишь ее мнение;
- лидер группы должен действовать оперативно и адекватно ситуации, не допускается монополизация беседы.

Роли:

Секретарь – записывает мнения членов группы.

Докладчик – представляет целому классу результат деятельности группы.

Координатор – убеждается, что все члены группы могут высказывать свои мнения.

Хронометрист – наблюдает за распределением времени.

Наблюдатель – оценивает активность внутри группы.

Динамика обучения в группе состоит из:

- установления темы, целей и материала, который предстоит изучить, а также упражнений, которые нужно выполнить;
- распределения ролей и задач обучения (объясняются требования к оформлению итогов работы, указывается время, отведенное на работу и представление результатов);
- обсуждения в группе полученных результатов (при необходимости отдельным группам педагог может оказать консультативную поддержку);
- представления решений (итоги подводят сами ребята; важно провести эту часть работы по-деловому, отсекая все лишнее (отступления от темы, повторы) и суммируя самое ценное. Важно, чтобы дети учились хвалить друг друга за интересную мысль, за твердость в отстаивании своей точки зрения).

Пример темы: «Что делать для решения проблемы наркомании?».

Роль преподавателя при организации групповой работы:

- быть рядом с учениками, когда у них возникают вопросы по реализации целей;
- ориентировать внимание учеников на достижение поставленных целей;
- поощрять личную или групповую активность; помогать учащимся осознать навыки и умения, необходимые для работы в группе;
- обобщать вместе с учениками проведенную работу.

9. Метод «Гроздь» используется с целью стимулирования свободного, творческого и расходящегося мышления, установления связей между идеями, новыми ассоциациями, открытием новых смыслов, значений, коннотаций.

Этапы метода:

- 1) Написание одного ключевого слова (базовой ценности) посередине доски или листа бумаги, в зависимости от организационной формы деятельности: фронтальной, групповой или индивидуальной.
- 2) Идентификация и записывание других слов, связанных с ключевым словом в зависимости от обсуждаемой темы, уровня класса, имеющегося в распоряжении времени и т. п.
- 3) Идентификация и осуществление связей между словами, с помощью линий /стрелок.
- 4) Представление и обсуждение «грозди». В ситуации, когда деятельность была выполнена в индивидуальном порядке, ученики имеют возможность наблюдать за образом мышления своих коллег относительно изучаемой проблемы, сравнить собственные результаты с результатами коллег, отстаивать свою точку зрения, усовершенствовать собственную систему работы.

Примечание! Учеников будут наставлять записывать все идеи, которые у них имеются относительно ключевого слова, осуществлять как можно больше связей между идеями.

При необходимости, ведущий укажет предварительно некоторые сведения, которыми будут руководствоваться ученики. В данной ситуации будет реализован метод полунанправленной «грозди».

10. Обучение через открытие. Проблемное обучение стало широко распространенным методом. Участники лучше усваивают знания тогда, когда что-то делают, нежели тогда, когда читают, слушают или смотрят. В рамках проблемного обучения участник открывает,

воображает, строит и переопределяет значения, анализируя их через призму собственной личности и вовлекая процессы мышления и творчества. Оно появляется в результате индивидуальных и коллективных усилий, взаимодействия ведущего с остальными, основываясь на социальные обмены в приобретении нового. Развивая данный тип обучения, ведущий стимулирует учеников на разработку индивидуализированных проектов обучения, на желание взять на себя ответственность за развитие обучения, осознавая, применяя, самооценивая, управляя и прогрессивно приобретая автономию в собственном формировании.

«Обучение через открытие» обеспечивает активное и основательное усвоение знаний; процессы ассимиляции и понимания при этом более привлекательны, оно имеет большую формирующую ценность, благоприятствуя развитию исследовательских и изобретательных способностей и духа, гибкости и продуктивности мышления, организованной любознательности, комплексной мотивации и креативности.

Проблематизация/обобщение, открытие проблем представляет собой сущность творческого процесса.

Цель не обязательно заключается в привлечении участников к формулированию ответов на вопросы и проблемы, она в том, чтобы помочь им открыть пути для постановки вопросов и критики проблем.

11. Метод «Копилка мудрости» является очень хорошей техникой для учеников. Ведущий кладет в коробку советы относительно базовой ценности (например, нравственный выбор), разрезанные на полосках бумаги. Каждый участник извлекает полосы и в течение 2–3 минут должен изложить совет каждому участнику. После того, как каждый участник изложит свои советы, ученики становятся в общий круг, и эти советы еще раз повторяются громким голосом. Данная техника позволяет ученикам в течение очень короткого промежутка времени запомнить информацию, которую они должны знать. Особенно эффективна данная работа по предотвращению манипуляций сектантами сознанием подростков, противодействию насилия и т. п.

12. Индивидуальная работа — прием, используемый ведущим тогда, когда необходимо узнать мнение, отношение каждого участника относительно определенной темы, проблемы. Использование данной формы работы позволяет:

- увеличить степень вовлечения каждого участника;
- участникам высказать собственные идеи;
- выслушать идеи, отличные от собственных;
- увеличить уверенность участников в собственных силах и осознать ценность идей и мнений, которые они отстаивают.

Примечание! Не рекомендуется частое использование данной формы работы, так как она может навести скуку на участников. После индивидуальной работы ведущий должен в обязательном порядке применить интерактивный метод работы.

13. Дискуссия — обмен мнениями — происходит тогда, когда каждый участник выражает свое мнение относительно определенной темы на основании собственных знаний и опыта.

Дискуссия имеет определенную тему, и ею могут руководить участники или ведущий. Это эффективный способ, с помощью которого участники информируют друг друга, учатся



слушать и выражать свое отношение относительно поставленной проблемы. Во время дискуссий они имеют возможность глубже подумать над темой и понять как собственные чувства, отношения, ценности и поведение, так и чувства, отношения, ценности и поведение других.

Примечание! Дискуссия используется почти всегда параллельно с другими методами и хорошо подходит на любом этапе занятия.

Цель: помочь ученикам самовыражаться, думать и отвечать, воспроизводить и использовать имеющиеся знания, что абсолютно необходимо для эффективного общения между гражданами; развивать умение межличностного общения.

Правила работы:

- говорит только один, остальные слушают;
- дискуссия не монополизируется;
- боремся с идеей, а не с человеком.

Роль учителя – стимулировать беседу в случаях недостаточной подготовленности к ней или когда несоблюдения правил.

Дискуссия – панель

Метод состоит из двух частей:

- 1) *представления* какой-то темы лицами, имеющими опыт в данной области (полицейские, судьи и пр.);
- 2) *беседы аудитории с докладчиком.*

В первой части не допускается прерывания докладчика. Слушатели записывают свои наблюдения и вопросы, которые собираются задать во второй части. Следующий за этим диалог между присутствующими и докладчиком будет построен согласно требованиям дискуссии (объявление вопросов, прения и пр.).

Круговая дискуссия

Преимущества:

- развивает у учащихся умения оперативной работы при решении проблем;
- вовлекает учащихся в одинаковой мере в обсуждение темы;
- помогает учащимся объективно анализировать и формулировать высказывания относительно постановки решения проблемы, начиная от одной перспективы до нескольких;
- помогает учащимся уяснить эффект соотношения между личным вкладом в рамках группы и соотношением вклада соответствующей группы в общую деятельность класса, то есть понять соотношение между личным интересом и общим интересом при анализе некоторых проблем.

Процесс реализации задачи с несколькими возможными решениями

Учащиеся решают задачу в малочисленных группах, записывая решения на карточках, которые передают затем преподавателю; он пишет их на доске. Это придает деятельности оперативность, так как у учащихся находятся перед глазами все возможные варианты решения, что является необходимым в процессе обсуждения данных решений. Возможно, чтобы группы представляли по очереди свои решения, что является более продолжительным по времени,

но позволяет активно включаться в обсуждение большому количеству учащихся. В таком случае преподаватель также записывает на доске каждое из решений.

После представления каждая группа излагает мнение, несколько размышлений относительно решений, представленных другими группами; в это время можно задавать вопросы, на которые соответствующие группы отвечают. Здесь происходит обмен мнениями между той группой, которая имела какие-либо возражения, и той, к кому обращены эти возражения. Обсуждаются, если необходимо, появившиеся по ходу альтернативные решения проблемы. Обобщается весь ход обсуждения для того, чтобы определить оптимальный вариант решения данной проблемы.

Процесс реализации нескольких задач с одним/несколькими возможными решениями

Учащимся предлагается для решения несколько задач (каждой группе), они должны быть очень простыми и иметь, по крайней мере, два решения.

Преподаватель готовит заранее каждую задачу, записанную примерно на одной четверти листа таким образом, чтобы осталось свободное место для записи решений; каждый лист с задачей должен оказаться перед каждой из групп. Группа запишет в нижней части листа свой вариант решения, после чего загнет лист так, чтобы не было видно написанное, и передаст его по кругу следующей группе, которая будет действовать таким же образом. Так лист пройдет по всем группам.

Обсуждение на основе представлений: задачи будут представлены по очереди. Каждая группа представит имеющуюся у нее задачу: изложит свое и другие решения. После этого обсуждаются все решения. В конце обсуждения устанавливается:

- какое из решений отмечено всеми группами;
- какие решения неадекватны;
- в чем состоит преимущество «круглого стола» при решении данных проблем.

В конце учащихся просят провести самооценку личного вклада в рамках малочисленной группы; сравнить свое предложенное решение с подходами других групп.

Дискуссия по технике «аквариум»

Процесс реализации: ученики, которые будут отмечены, создают центральный круг, а учитель вместе с остальными – внешний круг. Ученики из внешнего круга внимательно прислушиваются к дискуссии, а учитель записывает ее. Беседа может продолжаться до 20 минут, в зависимости от возраста/опыта учеников. Никто из внешнего круга не вмешивается в обсуждение, а разговаривающие ориентируются по определенному плану. Слушатели будут позже заполнять тест на основе полученных таким образом данных.

Для начала выбираются 2 простые темы, к каждой составляется несложный план. Формируются 4 одинаковые группы, и темы распределяются между ними. После того, как ученики ознакомятся с этими темами, составляются 2 «аквариума», состоящие из групп с различными темами. Каждый ученик из внутреннего круга будет отвечать на вопросы ученика из внешнего круга. Для оценки и наблюдений ученики могут использовать приложенную карточку. После 5–7 минут преподаватель останавливает дискуссию, предлагает ученикам из внешнего круга сообщить своим одноклассникам их счета и поменяться местами.



КАРТОЧКА ДЛЯ ОЦЕНКИ ДИСКУССИИ

Положительные баллы		Отрицательные баллы	
Принятие решения	2	Невнимательность или отвлечение соседа	2
Полноценный комментарий	1	Перебивание	2
Использование доказательств для защиты позиции или фактической информации	2	Неполноценный комментарий	1
Вовлечение другого ученика в дискуссию	1	Монополизация дискуссии	3
Постановка уточняющих вопросов или продолжение/развитие дискуссии	1	Нападки на личность	3
Реализация аналогии	2		
Идентификация противоречий	2		
Идентификация неполноценных комментариев	2		

Примечание! В конце каждого занятия ведущий должен сделать оценку для того, чтобы удостовериться, насколько правильно поняли проблему ученики. Оценка может быть сделана в письменном виде, в виде вопросников, но более полезной оказывается оценка знаний с помощью применения дебатов, ролевых игр или анализа определенного конкретного случая (использование данных методов позволяет исправить допущенные ошибки).

14. Просмотр фильма может быть использован для введения в новую тему, дополнения деятельности или для резюмирования определенной темы. Внимательный подбор, предварительный просмотр и тщательная подготовка являются первостепенными условиями для использования данного метода. Кроме того, необходимо принять во внимание следующее:

1. Выбор фильма:
 - соответствует ли фильм цели занятия;
 - являются ли ситуации значимыми;
 - реальны ли персонажи;
 - достоверны ли изображенные в фильме факты;
 - адекватны ли для группы содержание и уровень понимания.
2. Оценка эффективности фильма.

15. Аукцион

Аукцион – это публичная продажа, в процессе которой вещи приобретаются теми, кто предложит большую плату. Чаще всего он используется как часть какого-либо мероприятия. Аукцион формирует у учащихся умение обоснованно и точно высказывать свою мысль, развивает способность слушать товарища и вносить существенные дополнения в его ответ, содействует развитию интеллекта. Виды аукциона:

- интеллектуальный;
- литературный;
- книжный;
- аукцион знаний и т. д.

16. Беседа (за «круглым столом», сократовская, этическая, эстетическая) Среди различных видов бесед наиболее эффективными являются:

- 1) Эстетическая – тематика связана с изобразительным искусством.
- 2) Этическая – тематика связана с нормами и принципами морали.
- 3) Сократовская – тематика связана с проблемами мировоззренческого плана.

Основные условия, способствующие повышению воспитательной действенности бесед:

- расчленение сложных нравственно-этических, мировоззренческих проблем на более мелкие, конкретные темы и проведение серии бесед по каждой проблеме;
- тематическая и содержательная четкость беседы с учетом возрастных особенностей развития;
- эмоционально-положительное отношение учащихся к предстоящей беседе;
- использование разнообразных методических приемов, активизирующих внимание и обеспечивающих устойчивый интерес на протяжении всей беседы;
- авторитетность ведущего.

17. Викторина

Это занимательная игра, в ходе которой в определенной последовательности (логической, хронологической и т.д.) перед учащимися ставятся вопросы, обычно объединенные какой-нибудь одной темой, на которые они дают ответы в письменной или устной форме.

Цели викторины:

- развивать познавательный интерес учащихся;
- расширять их кругозор;
- способствовать развитию памяти и мышления, творческого воображения, находчивости и смекалки.

18. Переговоры

Переговоры осуществляются в рамках ролевой игры – в виде дискуссии между двумя сторонами, которым необходимо разрешить какой-либо конфликт.

Цель – развить способность к компромиссам в конфликтных ситуациях; использовать искусство переговоров в обычных повседневных отношениях.

Процесс реализации:

- 1) *индивидуальная подготовка к переговорам* (уяснить причину конфликта, обосновать свой интерес к проблеме, определить свою позицию);
- 2) *распределение по группам* (наиболее эффективны группы из двух человек);

3) *осуществление переговоров* (стороны должны установить источник конфликта, который необходимо разрешить; каждый выслушивает суждения других; выдвигается как можно больше приемлемых решений, из которых выбирается три-четыре подходящих решения; обсуждаются положительные и отрицательные последствия каждого из них; стороны должны прийти к соглашению и решить, что произойдет, если оно будет нарушено);

4) *завершение деятельности* (подведение итогов).

19. Диспут / Дебаты

Цель:

– развивать способность ясно, сознательно, последовательно и убедительно выражать свои мысли;

– развивать у учащихся уверенность в собственных силах;

– помочь учащимся рассматривать проблему более открыто и более гибко;

– способствовать преодолению чрезмерной застенчивости или импульсивности и утверждению целесообразности, здравого смысла и взаимного уважения.

Диспут поощряет участие всех учеников, стимулирует высказывание идей, помогает им учиться один у другого и у учителя, соотнося теоретическую деятельность с опытом реальной жизни, позволяет им оценивать результаты коллег и даже всего коллектива.

Процесс реализации:

1) определяются две противоположные стороны (защитники и противники того или иного утверждения) и секретари (будут руководить дискуссией), устанавливаются правила общения; часть учащихся может составлять публику;

2) представители каждой стороны по очереди излагают свои аргументы, их никто не вправе прерывать;

3) члены групп задают друг другу вопросы с целью прояснения позиции противника;

4) публика задает вопросы представителям двух лагерей; главное – рассмотреть затронутую проблему с различных точек зрения;

5) представители сторон суммируют свои доводы;

6) рассматриваемая проблема выдвигается на голосование.

Результаты сравниваются с ситуацией в начале дебатов (сколько защитников, противников, сколько несогласных из публики).

Роль педагога состоит в том, чтобы деблокировать дискуссию в затруднительных случаях, следить за тем, как протекает обсуждение, чтобы в конце дать конструктивную оценку работе учеников.

Пример темы для дебатов: «Смертная казнь – за и против», «Женщина в армии».

20. Зигзаг

Цель – получить за короткий срок большой объем информации, взаимно помогая друг другу.

Процесс реализации: создаются первоначальные группы, группы получают материал для изучения (в ходе изучения необходимо прийти к соглашению, что необходимо усвоить в первую очередь, какие моменты акцентировать), затем «эксперты» расходятся по другим группам, каждый член новой группы объясняет свой материал.



21. Ресурсы сообщества (социальные практики)

Цель – приглашение на уроки специалистов различного профиля, посещение государственных учреждений и общественных организаций, что будет способствовать лучшему усвоению информации по соответствующим темам.

Процесс реализации:

- 1) необходимо лично пригласить то или иное лицо на занятие;
- 2) следует подготовить гостя к занятию – ознакомить с целью урока, рассказать об учащемся классе. А их необходимо, в свою очередь, ознакомить в общих чертах с той областью, в рамках которой будет происходить беседа со специалистом, и совместно с учителем сформулировать вопросы для гостя;
- 3) специалист представляет информацию о сфере своей работы, после чего отвечает на вопросы учеников;
- 4) в конце занятия обобщаются результаты деятельности, задаются вопросы:
 - Чему вы научились у данного специалиста?
 - Что бы вы хотели узнать в этой области?
 - Повлияло ли на вас присутствие гостя и то, что он сказал?
 - Как соотносится сказанное им с вашими прежними знаниями в соответствующей сфере?

Гостя можно попросить описать свои впечатления об уроке. Если он не может остаться до конца урока, впоследствии преподаватель должен сообщить ему о впечатлении, которое сложилось о госте у класса, письменно выразив ему благодарность.

Выездные посещения:

- 1) установите пункт назначения;
- 2) обговорите детали посещения совместно с представителем данного учреждения (время прибытия, продолжительность визита, события, свидетелями которого могли бы стать учащиеся). Учащимся заблаговременно раздайте карточки наблюдения;
- 3) во время посещения учащиеся делают записи (комментарии или вопросы);
- 4) подведение итогов визита с помощью карточек наблюдения: *Что вы видели? Что вы чувствовали? Чему вас научило данное посещение? Как соотносятся ваши прежние знания с теми, которые получены вами в результате визита? Что бы вы еще хотели знать в соответствующей области?*

22. Взаимное обучение

Цель – развить навыки передавать информацию и активно слушать (школьник учится задавать уточняющие вопросы к изложенному одноклассником); развить навыки как можно более оперативного и эффективного информирования учащихся согласно тому или иному новому содержанию; развить способность к синтезу изученного в рамках одной главы за очень сжатое время (35–40 минут урока).

Процесс реализации: каждый ученик располагает карточкой с написанным на ней сообщением (одной и той же информацией располагают 2–3 ученика). В течение 2–3 минут каждый учащийся читает информацию в своей карточке, анализирует ее, прежде чем передать ее своими словами; за 10 минут каждый ученик должен передать эти знания как можно большему числу одноклассников и в то же время выучить / запомнить информацию, изложенную ими; резюмирование (несколькими учащимися).

23. Интервью

Интервью – метод работы, который можно применить как на уроках Гражданского воспитания, так во внешкольных занятиях. В классе этот метод можно использовать во время фокусации или же на интерактивном этапе, а также в качестве основы урока особого типа. Так, на занятии с изложением нового материала целесообразно их применение на этапе фокусации: с помощью интервью можно установить связь между новой темой и ранее изученными. На интерактивном этапе интервью / анкета могут быть использованы на уроках оценивания (учащиеся участвуют в формулировании вопросов или же сами их задают) либо же в рамках других методов, например, инсценировка, «круглый стол» и др.

Во внеклассной деятельности интервью / анкета используются в процессе сбора материала при разработке того или иного проекта или при подготовке какой-либо темы для деятельности в классе.

Цель:

- 1) научить учащихся формулировать краткие вопросы в соответствии с темой, которые могут быть заданы в рамках анкеты или интервью;
- 2) помочь им найти критерии отбора и, соответственно, способы подхода к той или иной личности из сообщества с целью интервьюирования или составления анкеты;
- 3) привить ученикам навыки общения на важные, актуальные темы с одноклассниками и другими людьми, вследствие чего они почувствовали бы себя частью окружающего сообщества, стали бы более ответственными и более устойчивыми перед жизненными проблемами.

Процесс реализации:

- 1) отбор интервьюирующих/интервьюируемых;
- 2) составление вопросника.

При составлении вопросника необходимо учитывать:

- цели интервью/опроса;
- рассматриваемую тему;
- деятельность, в рамках которой осуществляется интервью / опрос: лекция, диалог с членами сообщества и т.д.;
- круг лиц, участвующих в составлении вопросника;
- уровень подготовки интервьюируемых или анкетизируемых.

Формулирование вопросов:

- вопросы должны быть краткими и ясными, логически последовательными, количество их должно быть направлено на достижение поставленной цели; не задаются вопросы, по которым информанту становится ясен ожидаемый ответ, или же контролирующие вопросы (те, которые повышают риск неискренних либо несамостоятельных ответов);
- следует задавать разнообразные вопросы (ответы на которые будут творческими, с самостоятельным подходом к обсуждаемой теме), многоаспектные (с множественными ответами) и биполярные (требующие ответа «да» / «нет»);

При проведении *интервью / опроса* необходимо соблюдать анонимность анкеты, а в случае интервью нельзя настаивать на обязательности ответов, если интервьюируемый явно избегает обсуждения той или иной проблемы.

Преимущества метода: общение с различными лицами из сообщества: учащиеся получают информацию непосредственно от ее источника, сообщество становится внимательнее к проблемам, затрагиваемым учениками; интервью между самими учащимися создает в классе

раскрепощенную атмосферу, ученики, которые участвовали в формулировании вопросов, ощущают особое удовлетворение, если посредством этих вопросов им удастся осуществить интересную дискуссию, получая адекватные и творческие ответы.

Трехступенчатое интервью. Это метод обучения путем сотрудничества, при котором партнеры интервьюируют друг друга о чем-либо. Так, в группе из трех учеников первый интервьюирует второго, а третий письменно регистрирует основные аспекты обсуждения. После каждого интервью роли меняются, что позволяет каждому быть интервьюируемым. Трехступенчатое интервью может быть использовано при любом типе урока, для того чтобы предварять содержание, подлежащее обсуждению, делиться личным опытом или высказывать мнения (резюмировать то, что было изучено на уроке), проверять тему, обсуждать разные понятия.

24. PRES (ТСПИ)

Интерактивный метод организации сообщений по спорным темам, который помогает ученику выразить свое мнение, свою позицию в отношении затронутого вопроса. Данный метод предполагает следующий алгоритм ответа:

- **T** – *точка зрения* (я думаю, что терпимость есть благо);
- **C** – *суждение в соответствии с точкой зрения* (терпимость – необходимость эффективного общения в условиях существующих различий);
- **P** – *примеры* (в Конституции ПМР подчеркивается, что все граждане равны перед законом независимо от расы, национальности, языка, религии...);
- **I** – *подведение итогов позиции* (если люди будут более терпимыми, мир станет лучше)

Оценка PRES

- **P** – *защита собственной точки зрения* (позиция ясно сформулирована, изложена понятно);
- **R** – *формулирование мотива / аргумента* (обращение к социальным ценностям, законам, Конституции, к документам по правам человека; мотив поддерживает точку зрения; мотив убедителен);
- **E** – *подтверждение примером* (пример убедителен, пример показывает социальное противоречие, приводится источник (газета, специалист, личный опыт));
- **S** – *резюме точки зрения* (резюме кратко, предлагается действие для решения проблемы).

25. Мозаика

Мозаика может заменять лекцию или дискуссию между учителем и учениками, побуждая последних лучше усваивать содержание, помогать друг другу, и делает обучение более эффективным.

Порядок выполнения: учитель подбирает материал для изучения и готовит карточки для учеников. В этих целях могут быть использованы тексты из учебников, журналов, хрестоматий, документы, схемы и т. д.

Группы (от 1 до 4) составляют обычно из 4 учеников. Каждый ученик к концу работы будет знать всю тему. Разделяются роли в группе экспертов, в которой представляет информацию секретарь.



После индивидуального изучения и совместного обсуждения эксперты изучают и анализируют предложенную тему. Также они договариваются о структуре ответа, последовательности элементов, которые ученики должны знать, и о том, как они в качестве экспертов будут преподавать соответствующий материал своим одноклассникам в группах.

После обсуждения между собой эксперты вновь возвращаются в первоначальные группы и каждый преподает материал в своей группе. Эксперты должны знать все и делиться опытом с остальными учениками. Если возникают вопросы, их можно адресовать другим экспертам или учителю. Таким образом, реализуется мониторинг процесса обучения и организации учеников для корректировки ошибок и осуществления намеченных целей. После изучения темы и заслушивания ответов осуждается то, что было достигнуто методом мозаики, что осталось неясным, и делаются предложения по улучшению результатов.

26. Проекты

Цель реализации проектов – обратить внимание учеников на некоторые проблемы сообщества, в решении которых они также могут принимать участие.

Академические проекты реализуются в форме доклада по определенной теме.

Практические проекты – это конкретные виды деятельности, реализуемые, как правило, во внешкольной среде: организация экскурсии, организация культурных мероприятий, приведение в порядок школьного парка, разработка общественных ходатайств и пр.

Процесс реализации:

- 1) определение темы;
- 2) разработка плана проекта;
- 3) подготовка (сбор интересующей информации из различных источников; изучение альтернативного решения, а также предложений других учреждений/лиц; разработка собственной позиции и плана действий);
- 4) презентация;
- 5) оценка проекта.

Оценка ПРОЕКТА осуществляется по следующим критериям:

- 1) степень представительства информации для данной проблемы;
- 2) понимание учениками альтернативных путей решения проблемы;
- 3) способ аргументирования;
- 4) адекватность представления;
- 5) работа в группе;
- 6) навыки и умения рассуждения;
- 7) навыки и умения убеждения;
- 8) практический характер предложения;
- 9) степень скоординированности.

27. Ситуативный метод

Ситуативный метод – способ анализа особой, частной ситуации, реальной или гипотетической, смоделированной или разыгранной, которая существует или может возникнуть в рамках какого-либо действия, явления, системы. Такой метод называется ситуативным, поскольку он направлен на разрешение определенной ситуации, устранение некоторых недостатков или модернизацию определенных процессов. Он обеспечивает принятие оптимального решения в соответствующей области.

Примеры ситуаций: пути преодоления конфликтов, способы обеспечения безопасности жизни. характеристики формальной и неформальной групп, взаимовлияние человек – среда и т. д.

Ситуативный метод имеет четко выраженный формирующий и эвристический характер, способствует тренировке и развитию интеллектуальных способностей, предоставляет ученикам возможность найти пути решения некоторых теоретических или практических ситуаций-проблем.

Порядок выполнения: учитель или ученики подбирают ситуацию, наиболее подходящую для решения идентифицированной проблемы. Когда ситуации являются составной частью какого-то явления, их следует изучать и решать в тесной связи с тем целым, к которому они принадлежат.

28. Метод ИСЗЭЧМ (SINELG)

Метод ИСЗЭЧМ (интерактивная система записи для эффективного чтения и мышления) предполагает аналитическое чтение текста и индивидуальное определение некоторых аспектов во время чтения: *что есть новое, что уже знакомо, с чем согласен, с чем не согласен.*

Используя этот метод, учитель преследует цель сформировать у учеников умение чтения и критического анализа текста, выражения суждения на основе прочитанного, используя предыдущий опыт и т.д.

Порядок выполнения: ученикам дается текст, который они должны прочитать. Время, предусмотренное для индивидуального чтения, не должно превышать половину времени, предназначенного для выполнения всего задания. Во время индивидуального чтения ученики делают некоторые пометки на полях текста, например: (+) – *новая формулировка*, (-) – *формулировка, с которой ученик не согласен*, (?) – *неясности, комментарии, вопросы*; (#) – *формулировка, с которой ученик согласен.*

Заканчивая чтение, ученики переходят к обсуждению записей на основе прочитанного текста, сделанных в записных книжках или на отдельных страницах. На заключительном этапе обсуждаются некоторые общие и частные аспекты, вытекающие из анализа текста и из дискуссий относительно типов формулировок.

29. «Круглый стол»

Это метод обучения путем сотрудничества, предполагающий развитие какой-либо идеи в небольшой группе.

Один из членов группы записывает на бумагу идею и передает ее соседу слева. Тот в свою очередь также записывает идею и передает лист бумаги и ручку следующему. Можно использовать ручки разных цветов, а передавать только лист бумаги.

Данный вариант имеет то преимущество, что заставляет всех участников вносить свой вклад и дает учителю возможность наблюдать и анализировать вклад каждого.

30. Демонстрация

Демонстрация – форма логического мышления, когда из нескольких отдельных суждений устанавливается справедливость некоторого предположения посредством ряда последовательных операций. Сущность каждой демонстрации состоит в некоем принятии или предварительном доказывании суждений, которые структурируются таким образом, чтобы отношения



между ними подвели к идеям, способствующим рождению новых истин. Характеризуя сущность демонстрации, подходим к ее содержанию, которое обнаруживается через логический процесс мышления посредством трех взаимозависимых компонентов:

1) Любая демонстрация включает предположение, которое доказывается и называется гипотезой. Цель демонстрации – аргументировать справедливость сформулированной гипотезы, после чего следует убеждение в справедливости высказанной гипотезы путем логического мышления. После того как высказанное предположение подтверждается вследствие демонстрации, гипотеза становится истинным суждением.

2) Основой любой демонстрации считаются истинные суждения, называемые аргументами. Непременной характеристикой аргументов является их завершенность: это принятые или доказанные формы; помимо этого, они не должны быть следствием доказываемой гипотезы. При демонстрации гипотез аргументы имеют обслуживающую роль. Любая демонстрация имеет не менее двух аргументов, так как их действие проявляется только тогда, когда они поставлены в определенном соотношении друг к другу. Комбинируя таким образом суждения, получим новые знания.

3) Третья составляющая демонстрации – это метод доказательства: логический процесс взаимозависимости суждений, который подводит от аргументов к интерференциям, а затем к истине.

31. Детско-взрослая академия (ДВА)

Данная инновационная форма работы с подростками может играть огромную роль в формировании детского школьного коллектива, традиций школы, благоприятного социально-психологического климата в ней. На ее основе создается большое количество детских объединений, не связанных напрямую с учебной деятельностью и перемешивающих всех учеников. Это создает благоприятные возможности для расширения поля межличностного взаимодействия учеников разного возраста и сплочения детей, знающих друг друга, в единый школьный коллектив.

Основой ДВА является работа с материалами, позволяющими ставить мировоззренческие задачи (что в школьной жизни, как правило, не делается или делается формально). Это тексты и фильмы, которые можно действительно с полным правом назвать «культурными образцами». Исследование художественных произведений происходит с использованием принципов мыследеятельностной педагогики. Работа на сессиях ДВА ведется в игровой стилистике, в основе которой лежат принципы, предложенные Г.П. Щедровицким. Учительский состав имеет специальную подготовку игротехников. Многие педагоги и игротехники имеют психологическое образование. И, пожалуй, основным здесь является то, что эти же учителя работают с детьми в качестве преподавателей основных предметов в рамках традиционного учебного процесса. Деятельность ДВА осуществляется через сессии.

Ключевой особенностью академии выступают традиции совершенно особых отношений между педагогами и детьми, а также между детьми разных возрастов. Каждая ДВА обязательно предполагает специально организованное, разработанное с учетом тематики игрового действия жизненное пространство. Жизненное пространство формируется во внеучебное время. Самая распространенная форма организации – лагерь. Очень важно, что это пространство придумывается не только педагогами. Для старших «двашников» это не только традиция, но и привилегия – участвовать в его разработке. Жизненное пространство предполагает организацию всей внеигровой деятельности от утреннего подъема до (а зачастую и после) отбоя.

Сюда входят творческие мастерские по итогам образовательной игры, организация знакомства с другими материалами, относящимися к тематике игры, в виде клубного простран-

ства (киноклуб, поэтические вечера) и самые разно-образные формы и виды досуговой деятельности (КВН, дискотеки, спортивные мероприятия, фольклорные игры, песни у костра и многое другое).

Таким образом, в ДВА присутствуют как минимум три аспекта:

- постановка детьми для себя мировоззренческих задач;
- освоение способов работы, позволяющих осуществить понимание и присвоение культурных образцов;
- организация детско-взрослого сообщества, продолжающего существовать и после окончания сессий ДВА.

Последнее крайне важно не столько для самой ДВА, сколько для всей последующей школьной жизни, где учащиеся и педагоги объединяются на основе общих коллективных дел и традиций, постепенно формируя общую атмосферу в школе, ее восприятие как особого, «нашего» мира, со своими ценностями и порядками, имиджем. Мало что другое может так же сильно влиять на личностно-ответственное отношение ребят к учебе и коллективу сверстников.

32. «Живая газета»

Это своеобразная форма воспитательной работы, в которой злободневное, острое и подчас критическое содержание преподносится учащимся в виде сценок, миниатюр с использованием частушек, стихов, высмеивающих недостатки учащихся и неполадки в жизни всего коллектива. Она может быть посвящена и радостным событиям в коллективе. Главное правило — энергичный, мобилизирующий характер выступлений и сжатая форма преподнесения материала (не более 20 мин).

33. Заочное путешествие

Проводится с целью более глубокого ознакомления молодежи с экономикой, культурой, наукой как своей, так и других стран. Включает следующие моменты:

- вступительное слово ведущего, который сообщает цель путешествия и его маршрут;
- небольшие сообщения учащихся по заранее определенным темам, сопровождаемые просмотром фотоальбома, открыток, слайдов, видео;
- обсуждение совершенного путешествия;
- подведение итогов.

34. КВН

В основу КВН можно положить литературное произведение, где решаются вопросы нравственного выбора и т. д. Структура — традиционная.

35. Конкурсы сочинений-рассуждений на заданную и свободную темы

Важно совместное участие родителей, прародителей в рассуждениях по вопросам базовых нравственных ценностей и приоритетов.

36. Конференция

Эта сложная форма воспитательной работы требует тщательной организационно-методической подготовки. Правильно организованные конференции учат учащихся глубоко разбираться в идейно-нравственном содержании произведений, оценивать их художественные достоинства, развивать мышление и кругозор. Главное требование — отражение в ее содержании наиболее актуальных проблем современности. Работа по подготовке предусматривает несколько этапов:



- 1) создание оргкомитета из числа преподавателей и наиболее подготовленных учащихся;
- 2) определение темы конференции;
- 3) составление программы конференции и определение тематики докладов учащихся.

К конференции организуется выставка книг, фотографий, рисунков, рефератов, может выпускаться специальный номер газеты. Зал, где будет проводиться конференция, празднично украшают; на видном месте помещают плакат с вопросами по теме конференции.

Формы проведения конференций бывают разными. Наиболее распространенным вариантом является назначение докладчиков по основным вопросам. После их сообщений заслушиваются выступления учащихся с мест. Конференция может проводиться и в форме последовательного обсуждения предложенных учащимся вопросов.

В программу конференций может быть включено выразительное чтение каких-либо отрывков из произведений, слайд-шоу, просмотр видеороликов и т. д.

37. «Открытый микрофон»

Это форма публицистической деятельности молодежи, которая дает ощутимые результаты, если проводится регулярно один раз в год в период подведения итогов работы коллектива. Особенностью проведения является строгая регламентация времени выступающих, обязательные выступления и педагогов, и учащихся, полемика, хорошо подготовленные ведущие, проведение фото- и видеосъемки.

38. Поход

Во время походов учащиеся изучают свой край, знакомятся с ментальностью жителей разных регионов и т. д.

39. Праздник

Процесс подготовки к празднику активизирует учащихся, повышает общий тонус жизни коллектива и тем самым оказывает благотворное влияние на качество всей учебно-воспитательной работы. Праздники бывают различными по своему масштабу: международные, государственные, профессиональные, школьные традиционные и школьные нетрадиционные. Массовое участие воспитанников всех возрастных групп в подготовке к празднику, занятость общим делом создают в коллективе особое настроение, атмосферу близости, делового сотрудничества преподавателей и учащихся, объединяя их как равных партнеров в решении общих задач.

Праздник, как правило, включает в себя три части:

- 1) традиционные торжественные моменты (поздравление, подведение итогов, поощрение победителей и т. д.;
- 2) художественная часть (концерт;
- 3) массовые танцы, игры, аттракционы, соревнования.

Важную роль играет оформление помещения, подготовка и рассылка приглашений, очередность выступлений, дежурство во время проведения праздника и по его окончанию.

Все праздники готовятся с учетом общей методики, но вместе с тем каждый праздник имеет свои специфические особенности в подготовке и проведении.

40. Сетевой журнал

Совместными усилиями педагогов, Попечительского совета организации образования, учащихся во многих школах ПМР могут быть созданы детские, молодежные сетевые журналы.

Их роль особенно велика сейчас, когда подключение к сети Интернет стало доступно всем. Любому подростку важно видеть в глобальной сети информацию о родной школе, одноклассниках, учителях. Также важна возможность «инкогнито» отвечать на многие вопросы, участвовать в форумах по насущным проблемам и т. д.

41. Театрализованный спор

Эта форма воспитательной работы близка по своей сути к дискуссии. Она формирует у воспитанников умение отстаивать свою точку зрения по тем или другим вопросам искусства, находить для этого убедительную аргументацию, быстро ориентироваться в предмете спора.

Споры могут быть связаны с текстом и музыкой песни, литературными героями или вопросами о роли искусства в общественной жизни, о гражданской позиции деятелей искусства в нем.

На театрализованные споры могут быть приглашены гости: деятели театрального искусства, актеры, режиссеры, поэты-песенники, композиторы и т. д.

Все участники спора делятся на две группы: сторонников и противников. Каждая группа доказывает свою точку зрения. Группа арбитров решает, кто более убедительно отстаивал свою точку зрения.

Во время подведения итогов необходимо обобщить состоявшийся разговор, выделить наиболее интересные мысли, аргументы, точки зрения, предложить подумать над противоречивыми суждениями, которые остались неразрешенными в ходе спора.

42. Театр-экспромт

Театр-экспромт потому так и называется, что в нем на глазах у зрителей может разыграть-ся спектакль неожиданного содержания, с элементами импровизированной игры. Никто из участников до самого представления не знает, кто будет исполнять его роли.

Театр-экспромт снимает страх и психологическую скованность воспитанников, способствует улучшению психологического климата в коллективе. Талантливые учащиеся, проявившие себя в экспромте, завоевывают лидерство в коллективе.

Во время подготовки мероприятия инициативная группа составляет сюжет театрального представления и карточки с обозначением на них ролей предстоящего спектакля.

При проведении мероприятия карточки раздаются (или распределяются по жребию) присутствующим. Актеры, получившие роль, поочередно приглашаются за кулисы.

Сюжет, предложенный для театрального экспромта, должен содержать в себе множество действий и взаимодействий персонажей. Могут разыгрываться сказки, детективные истории, легенды, отрывки фантастических историй, бытовые веселые анекдоты.

Составленный заранее текст произносится «за кадром». Слыша текст, актеры выходят на сцену и играют роль.

Эта форма может использоваться как элемент праздника, вечера или иметь самостоятельное значение.

43. Ток-шоу

По своей сути ток-шоу — это дискуссия с возможно большим числом участников.

Смысл проведения ток-шоу не сводится к выработке единой точки зрения на обсуждаемую проблему. Его назначение — включить молодых людей в ситуацию нравственного выбора на основе внутреннего диалога с самим собой, когда необходимо соотнести свои ценностные установки с суждениями одноклассников, с общепринятыми нравственными требованиями.

Процесс подготовки к ток-шоу включает решение следующих организационных задач:



1) Выявление актуальной нравственной проблемы. Краткая, лаконичная формулировка темы для обсуждения, например: «Мы и культура», «Отцы и дети», «Любовь и брак», «Мода, вкус и нравственность», «Бизнес и мораль», «Культура речи и культура человека», «Мы и родители», «Дети и деньги», «Дети и вещи» и т. д.

2) Выбор ведущего ток-шоу из числа учащихся, который будет направлять ход обсуждения.

3) Определение способа ведения дискуссии:

- рассказ человека в маске, «история маски»;
- демонстрация фрагмента кино- или видеофильма;
- прочтение содержания ситуации из книги, журнальной, газетной статьи;
- инсценировка ситуации и т. д.

4) Выработка правил ведения дискуссии, например:

— порядок и последовательность выступлений определяет ведущий;
 — любое мнение должно быть аргументировано фактами, примерами (из жизни, литературы, кинофильмов);

— каждый имеет право на свое особое мнение;

— обсуждаются точки зрения, а не личности и т. д.

5) Оформление помещения, где будет проводиться мероприятие.

6) Разработка сценария дискуссии. Для этого коллектив делится на микрогруппы по 5–7 человек для разработки своего проекта проведения ток-шоу. Затем проходит коллективное обсуждение представленных проектов, одобрение наиболее удачного варианта или отдельных предложений.

7) Формулировка вопроса для анкетирования, позволяющего предварительно выявить позиции учащихся по обсуждаемой проблеме. Например, при подготовке к проведению ток-шоу по проблеме «Мода, вкус и нравственность» можно предложить учащимся вопрос: «Считаете ли вы правомерной взаимосвязь между этими понятиями? Если — да, то в чем она проявляется. Если — нет, то почему». К теме «Отцы и дети» учащимся может быть предложен вопрос: «По каким вопросам с мнением родителей ты не можешь согласиться?».

8) Разделение участников предстоящего обсуждения на две группы на основе результатов проведенного анкетирования, определение в каждой из них основного оппонента. Если опрос проводился анонимно, то осуществляется подбор серии острых ситуаций (из жизни, литературы и т. д.), которые будут представлены в ходе проведения ток-шоу в виде инсценировок.

9) Составление 3–4 проблемных вопросов для обсуждения непосредственно на самом ток-шоу, с которыми участники предстоящего мероприятия могут быть ознакомлены заранее (выпуск спецплаката, объявления, устная информация и т. д.).

Так, к обсуждению проблемы «Мы и культура» инициативная группа формулирует такие вопросы:

— Какие стороны поведения современных молодых людей противоречат требованиям культуры?

— Трудно ли стать и быть культурным человеком?

— Культура и «массовая культура». Каково их соотношение?

— Можно ли говорить о молодежной культуре?

К обсуждению проблемы «Мы и родители» можно предложить следующие вопросы:

— Кто отвечает за нас: мы сами, школа, родители?

— Имеем ли мы право поступать самостоятельно, не считаясь с родителями?

— Что значит любить своих родителей?

— Как быть, если родители возражают против избранного тобой жизненного пути? Запрещают дружбу с девушкой (юношей)?

— Как избежать отчуждения, конфликта, возникающего в этих случаях?

10) Подбор литературы для самостоятельного прочтения участниками ток-шоу.

При любом варианте проведения ток-шоу следует включать в него следующие структурные компоненты:

— вступительное слово ведущего (ведущих), раскрывающего актуальность рассматриваемой проблемы, значимость ее решения;

— ознакомление присутствующих с выработанными правилами участия в обсуждении;

— предложение аудитории основных дискуссионных вопросов;

— представление разных точек зрения;

— обращение к аудитории с уточняющими, конкретизирующими вопросами с целью внесения ясности в позиции оппонентов;

— анализ целей, мотивов поведения «героев» ситуации, выдвижение различных вариантов выхода из конфликта, способов решения проблемы, поиск оптимального нравственно обоснованного решения.

Условия результативности ток-шоу:

— наличие у воспитанников реальной потребности в решении конкретной нравственной проблемы. Задача педагога в том, чтобы ее актуализировать, сформулировать и предложить учащимся для обсуждения;

— создание доверительной, благожелательной атмосферы в процессе обсуждения;

— сотрудничество педагогов и учащихся при планировании, подготовке, проведении ток-шоу и анализе его результатов;

— соответствие рассматриваемой нравственной проблемы уровню актуального развития учащихся, их жизненному опыту.

44. Устный журнал

Устный журнал — своеобразная форма работы по моральному воспитанию, которая позволяет ярко, эмоционально донести до воспитанников важную информацию из области политики, науки, техники, литературы, искусства, спорта и т. д.

Особенность этой формы работы в том, что проводится она непосредственно самими учащимися.

Часть журнала, который освещает какой-то один вопрос, условно принято называть «страничкой» журнала. Общий же объем его — 3–5 «страниц».

Каждая «страничка» представляет собой краткое устное сообщение учащихся, которое, в зависимости от содержания, может быть проиллюстрировано экспонатами, диафильмами, короткометражными фильмами, магнитофонными записями и т. п.

«Странички» размещают по степени их значимости: первая освещает наиболее важный вопрос, остальные конкретизируют его или освещают какие-то другие самостоятельные вопросы.

Чтобы вызвать интерес к журналу, можно сделать его своеобразный макет из плотной бумаги, соответственно оформив его обложку и каждую страницу.

Устный журнал может иметь тематический или обзорный характер. Тематические устные журналы могут посвящаться жизни и деятельности общественных деятелей, творчеству писателей, композиторов, ученых, каким-то определенным событиям.

На отдельных страничках устного журнала может быть представлено творчество самих учащихся: чтение собственных стихов, исполнение песен, зарисовки, карикатуры и прочее.



Удачи и недостатки каждого номера устного журнала следует обсуждать с учащимися, поддерживая в них стремление к творчеству, проявлению инициативы и активности.

45. «Философский стол»

Потребность осмыслить современные социально-политические и экономические условия вызвала к жизни такую интересную форму воспитательной работы, как «Философский стол».

«Философский стол» — одна из самых сложных форм работы, ибо она требует серьезной философской подготовки педагога и достаточного уровня интеллектуального развития учащихся. Поэтому данная форма может быть использована лишь в работе с учащимися старшего возраста: старшеклассниками и учащимися техникумов, училищ, студентами.

Назначение ««философского стола»» состоит в том, чтобы стимулировать естественное стремление молодежи разобраться в противоречиях реальности, способствовать пробуждению самостоятельной мысли.

С учетом специфики данной формы работы на обсуждение ««философского стола»» должны выноситься вопросы мировоззренческого характера, например: «Совесть и счастье человека», «Жизнь и смерть», «Цена и ценность», «Хорошо жить — значит жить общественной жизнью» (Плутарх), «Свобода воли и необходимость», «Смысл жизни», «Счастье и долг», «Труд и деньги», «Добро и зло», «Порядочность и богатство», «Любовь и одиночество», «Человек и его призвание», «Человек и общество», «Природа и человек», «Духовная культура и богатство» и т. д.

«Философский стол» можно посвятить и выдающимся философам: Сократу, Платону, Гегелю, Сенеке, Спинозе, Фейербаху, Канту и др.

Успех проведения ««философского стола»» зависит от того, насколько тщательной была его подготовка, в ходе которой важно предусмотреть следующие моменты:

1) Четко определить основную проблему для обсуждения, придав ей дискуссионную формулировку. Например, если решено обсудить проблему совести, то, вероятно, привлекательной для молодежи будет такая формулировка: «Нужна ли человеку совесть?», для разговора о счастье — «От чего зависит счастье человека?», при обращении к проблеме свободы и ответственности — «Как совместить «хочу» и «надо»?».

2) Задолго до проведения дискуссии предложить учащимся ряд вопросов, конкретизирующих проблему дискуссии. Последний вопрос должен быть таким, чтобы ответы на него подвели итог всему разговору.

Вот примерный перечень вопросов к дискуссии на тему «Достоинство человека. В чем оно проявляется?»:

1. Каким может быть отношение человека к самому себе? Назовите варианты.
2. Какой смысл вы вкладываете в понятие «достоинство»?
3. Установите связь между понятиями «достоинство», «скромность», «гордость», «честь».
4. Можете ли вы привести пример (из жизни или книг) влияния на судьбу человека его личного отношения к себе?
5. Считаете ли вы, что человек должен осознавать свое отношение к себе и целенаправленно его воспитывать?

Предварительные вопросы необходимы и в том случае, если предметом обсуждения является одно какое-то понятие, например, «добро», «совесть», «духовность», «безответственность».

Так, обсуждая категорию «совесть», можно сориентировать заранее внимание участников на такие вопросы:

1. Что такое совесть? Приведите пример, подтверждающий важность наличия этого качества у человека.

2. Как узнать о наличии или отсутствии совести?
3. Что делать, когда у кого-то нет совести?
4. Трудно или легко жить человеку с совестью?
5. Что такое «муки совести»?

3) Помочь участникам ««философского стола»» подобрать философскую и другую литературу по теме. Следует порекомендовать, во-первых, философский словарь, книги по философии и соответствующие статьи в «Философском журнале», во-вторых, подобрать художественно-литературный материал для иллюстрации своих суждений-выводов. Кроме того, готовясь к дискуссии, учащиеся должны найти в качестве опоры своих суждений конкретные житейско-обыденные факты.

Проведение ««философского стола»» требует серьезной философской подготовленности ведущего, поэтому лучше, если им будет педагог. Нельзя допустить, чтобы обсуждение проблемы свелось к прочтению заранее заготовленных докладов, выступлений. Следует порекомендовать учащимся пользоваться интересными фактами и примерами из жизни, в выступлениях применять слова «мне кажется», «вероятно», «может быть», «по-видимому», чтобы никого не обидеть категоричностью суждений.

Первоначально время проведения ««философского стола»» должно быть непродолжительным: от 30 до 40 минут. Постепенно, по мере накопления опыта участия в данной форме работы, оно может быть увеличено до 1,5 часов. Однако важно не допустить переутомления участников разговора, чтобы они не потеряли интерес к нему.

Поведение педагога, помогающего организовать «Философский стол», имеет чрезвычайно важное значение для его успешного проведения. С одной стороны, педагог не должен подавлять мысль выступающих, как бы ошибочна она ни была, с другой, — он обязан направлять движение рассуждений присутствующих, чтобы дискуссия была продуктивной. Искусство педагога проявляется в данном случае и в том, чтобы своевременно связать суждения воспитанников, поддержать их смелую мысль, заметить тех, кто не обрел еще решимости сказать свое слово.

Целесообразно, чтобы результаты дискуссии подвел кто-то из педагогов. Вопрос, по которому участники не смогли прийти к единому мнению, можно предложить в качестве темы для следующей встречи.

Атмосфере активного обсуждения проблемы способствует и оформление помещения, где проводится «Философский стол», размещение участников дискуссии. Наиболее благоприятные условия для непринужденного разговора создаются, если участники расположились за круглым столом или составленными кругом столами. Стены помещения, где проходит дискуссия, могут быть оформлены портретами философов, плакатами с афоризмами по теме разговора. Если удалось найти изречение одного из философов по обсуждаемой проблеме, оно может стать эпиграфом к предстоящему разговору. Например, к дискуссии о счастье можно взять высказывания Д. Дидро: «Самый счастливый человек тот, кто дарит счастье наибольшему числу людей» или Л.Н. Толстого: «Счастье не в том, чтобы делать всегда, что хочешь, а в том, чтобы всегда хотеть того, что делаешь».

На «Философский стол» могут быть приглашены гости: учащиеся параллельных классов, младших классов (групп), учителя, мнение которых для участников стола особенно важно, специалисты (философы, журналисты, психологи, писатели и проч.). Гости должны быть деликатны и тактичны, вступать в дискуссии лишь по просьбе участников или же с их разрешения при острой необходимости, когда учащиеся встретились с непреодолимыми трудностями в своих рассуждениях. Нет ничего страшного в том, если в итоге длительных размышлений «Философский стол» не придет к окончательному и единому решению



поставленной проблемы. Важнее, чтобы он способствовал пробуждению мысли учащихся, стимулировал их стремление к анализу, обобщению жизненных явлений, к самостоятельному размышлению.

46. Этический театр

Этический театр — это постановка проблемных спектаклей, раскрывающих перед зрителями различные явления окружающей жизни. Назначение этического театра — развитие нравственных чувств учащихся, их этического мышления, накопление нравственных представлений.

Отбор материала для театра производится прежде всего с этических позиций. Это могут быть басни Крылова, произведения Шекспира, песни Окуджавы, романсы Алябьева. Театр такого характера не скован при выборе содержания и формы его подачи: создатели театра могут обращаться к классическому и современному репертуару, ставить целые драматические произведения и составлять композиции, использовать готовые тексты или писать их самостоятельно, черпая материал из ученической жизни. Представления этического театра организуются как настоящие театральные спектакли. Готовится зрительный зал, назначаются дежурные по залу, печатается театральная программа с именами всех участников спектакля, от режиссера до суфлера, вывешивается красочная афиша, пишутся пригласительные билеты, организуется гардероб для зрителей и гостей.

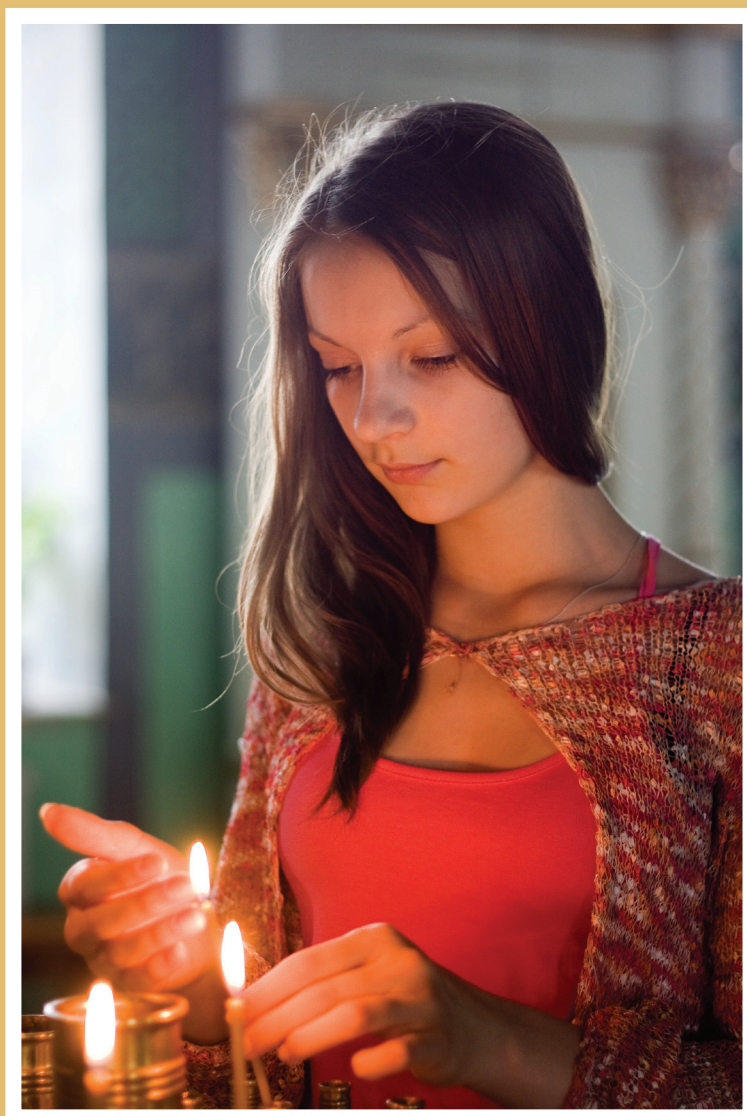
Очень важными для успеха спектаклей являются театральные костюмы. Лучше всего их брать напрокат в профессиональном театре. Костюмы помогают актерам преодолеть застенчивость, полнее раскрыться.

Активная творческая деятельность театра возможна лишь в том случае, если руководители учебного заведения проявляют интерес к его работе, оказывают всяческую помощь и поддержку членам театральной труппы.

Немаловажными являются принципы работы этического театра. Дисциплина, взаимопонимание, самоотверженность, товарищеская помощь, добросовестное отношение к порученной работе — элементарные нормы деятельности театрального коллектива.

Каждый год в театр приходят младшие учащиеся. Только что пришедших нельзя сразу вводить в спектакль, поэтому некоторое время младшая труппа работает над театрализованными литературными композициями, позволяя всем желающим испробовать свои силы в коротких сценических диалогах.

Театр незаметно делает свое дело, пронизывая коллектив нравственными идеями, становясь незаменимым элементом его воспитательной системы.



ДУХОВНОЕ
ЗДОРОВЬЕ

ПРАВСТВЕННЫЙ ВЫБОР	41
СМЫСЛ ЖИЗНИ	59
ЛЮБОВЬ	68
ВЕРА	84
ЗДОРОВЬЕ	92
РОДИНА	101
ПОЗНАНИЕ	110
ДОБРОТА	119
СПРАВЕДЛИВОСТЬ	127
МИЛОСЕРДИЕ	133
ЧЕСТЬ	144
ДОСТОИНСТВО	148
ПОЧИТАНИЕ РОДИТЕЛЕЙ	159
ЗАБОТА О СТАРШИХ И МЛАДШИХ	169
СВОБОДА СОВЕСТИ И ВЕРОИСПОВЕДАНИЯ	181
ДУХОВНОСТЬ	191

СОДЕРЖАНИЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЫ ПО УКРЕПЛЕНИЮ ДУХОВНОГО ЗДОРОВЬЯ УЧАЩИХСЯ

1. Задачи воспитания духовного здоровья учащихся в общеобразовательной школе:

- формирование представлений о вере, духовности человека, о духовной православной традиции Приднестровья;
- воспитание понимания здоровья как базовой нравственной ценности;
- формирование представления о влиянии нравственности человека на состояние его здоровья и здоровья окружающих его людей;
- воспитание ценностных основ нравственного выбора.

Ценности: нравственный выбор; смысл жизни; любовь, вера, познание, доброта, справедливость; милосердие; честь; достоинство; любовь; почитание родителей; забота о старших и младших; свобода совести и вероисповедания.

Представления: о вере, духовности, о здоровье как базовой нравственной ценности; о влиянии нравственности человека на состояние его здоровья и здоровья окружающих его людей.

Для создания целостного воспитательного пространства в школе, помимо работы с учащимися, необходимо проводить работу с педагогическим коллективом и родительской общественностью.

2. Ценностные основы духовного здоровья учащихся

Русский философ С.Л. Франк в своей работе «Крушение кумиров» (1923), подвергая социально-философскому анализу современную ему эпоху, как бы предвосхищает трагизм нашего времени: «Исключительно трагический характер современной эпохи, неслыханное обилие в ней зла и слепоты, расшатанности всех обычных норм и жизненных устоев предъявляют к человеческой душе такие непомерно тяжкие требования, с которыми она часто не в силах справиться». Душа подвергается сильнейшему соблазну либо отречься от всякой святости и предаться пустоте и призрачной свободе неверия, либо с угрюмым упорством вцепиться в обломки гибнущего старого здания жизни и с холодной ненавистью отвернуться от всего мира и замкнуться в себе. Еще философы древности предостерегали людей от власти пороков, порождающих расстройство и болезни. Среди грехов — болезней, разрушающих как личность, так род и народ, — Православная Церковь называет семь смертных грехов: чревоугодие, пьянство, распутство, жадность, гнев, гордыня, уныние. Существенно снижают

сопротивляемость организма болезням грубость, себялюбие, повышенная тревожность, суетность, тщеславие. Напротив, полезны для здоровья переживания таких благородных чувств, как приветливость, бескорыстие, беспристрастие, терпение, благожелательность, стойкость, правдивость, совестливость, сострадание, ясность ума, детская способность взрослого человека удивляться (эмоция, свойственная только человеку).

Духовное воспитание способствует развитию интеллектуальных, нравственных и физических сил подростка и образованию его сильного характера; оно имеет в виду создать самостоятельную, творческую, здоровую нравственно и физически, волевою личность, наилучше приспособленную к социальной борьбе за существование и достойную жизнь, а также к активному положительному воздействию на окружающую среду.

Духовное воспитание в сочетании с активным занятием физической культурой и спортом способствует развитию нравственного отношения к жизни, труду, защите Отечества; укрепляет семью; развивает чувство воинской, офицерской чести, личного достоинства, чувства ответственности, непримиримости к бездуховным и безнравственным проявлениям, проступкам, несправедливости, туеядству, нечестности, карьеризму, стяжательству и т. д. Венцом духовного воспитания творческой, социально-ориентированной личности является образование характера, основанного на координации интеллектуальных и нравственных сил.

3. Примерные формы и методы воспитательной работы с учащимися 5–11 классов в школе и студентами НПО/СПО в контексте формирования базовых ценностей духовного здоровья

В целях удобства и эффективности проведения классных часов по воспитанию базовых ценностей духовного здоровья учащихся по каждой базовой ценности приведены примерные планы-конспекты. Необходимо помнить, что для качественного формирования духовного здоровья следует привлекать к данным мероприятиям священнослужителей, которые могут предложить трактовку базовых ценностей духовного здоровья с точки зрения социальной доктрины Русской Православной Церкви. Кроме того, предполагается активное участие в мероприятиях родителей и общественных деятелей. Важным моментом является привлечение личного опыта учащихся по тем или иным базовым ценностям. Для эффективной воспитательной работы с учащимися целесообразно использовать межпредметное взаимодействие с программными произведениями литературы, истории, обществознания, изучаемыми с 5 по 11 классы. Это необходимо для усиления гуманистического потенциала классической литературы, истории, обществознания как форм по воспитанию базовых общечеловеческих ценностей. Кроме того, уже изученные произведения позволяют учащимся аргументировать свое мнение, опираясь на литературные источники. Конкретные рекомендации по проведению той или иной формы работы, указанные в примерных планах-конспектах, даны в разделе «Общие рекомендации» (см. с. 9).

НРАВСТВЕННЫЙ ВЫБОР

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ТРЕНИНГ (5–11 классы)

Цели тренинга:

- обучающая: дать представление о базовой ценности «Нравственный выбор»;
- практическая: развитие способностей принимать решение при проблеме нравственного выбора.

Задачи тренинга:

- активизация процесса самопознания;
- обучение различным техникам при нравственном выборе;
- повышение самооценки и позитивного отношения к себе и своим возможностям;
- формирование навыков произвольного контроля.

Гетерогенная группа: муж. и жен.

Способ набора группы: добровольная.

Кол-во участников: до 15–20 человек.

Каждое занятие включает:

- разминочную часть, направленную на подготовку группы к работе;
- основную часть, направленную на реализацию поставленных задач;
- завершающую часть, направленную на рефлекссию.

Условия проведения тренинга: просторное помещение.

Необходимые материалы: стулья, карандаши, ручки, фломастеры, бумага, мел и доска (можно флип-чарт, ватман и маркер).

Информация по теме для педагогов

Для большей эффективности данные занятия целесообразно проводить со священнослужителями Тираспольско-Дубоссарской Епархии.

При проведении занятий необходимо подвести учащихся к следующим выводам.

Если мы пересмотрим свое отношение к действиям, которые не доставляют нам удовольствия, и которые мы заставляем себя выполнять, а также переделаем слова «я вынужден» в «я сам решаю», то впустим в свою жизнь много радости и чувство удовлетворения.

Важно определить эмоции, связанные с различным жизненным опытом.

Осознание детьми связи между поступками и самоуважением. Выделение самого понятия «самоуважение» и обнаружение его связи с взаимоуважением как необходимого условия полноценного общения, без которого невозможно развитие сплоченности.

Каждый человек обладает собственной системой ценностей. Выстраивая ее, мы понимаем, какие мы и какими хотели бы стать.

Каждый человек должен ежедневно прилагать усилия к саморазвитию.

Бывают решения, соответствующие общепринятой морали, и решения или модели поведения, которые общество одобряет в меньшей мере.

При принятии решения, помимо последствий, касающихся нас самих, надо учитывать и то, каким образом оно затронет жизнь других задействованных лиц.

На наши решения влияют наши ценности, интересы, чувства, убеждения. Принимаются во внимание не только моральные нормы, но и ценности общества. Но все мы разные, у каждого свой склад личности и собственный жизненный опыт. Поэтому различные люди в одних и тех же условиях реагируют неодинаково и осуществляют разный выбор.

Иногда трудно принимать решения в случаях, когда задействованы дорогие нам люди.

Первым шагом к принятию нелегкого решения может стать искреннее общение с людьми, которых это непосредственно касается, равно как и поиски совета, мнения других людей, которым мы доверяем.

В принятии решения задействованы различные факторы. Среди них – наш характер и ценности, моральные принципы, этика поведения в семье и в обществе – все, что может повлиять на формирование личного стиля принятия решений.

Каждое из наших решений влечет за собой те или иные последствия на личном уровне, и ответственность за них следует принимать на себя. Это означает, что каждое решение является личным, прежде чем на него повлияет чужое мнение или суждение. Сама наша жизнь может зависеть от того, что в определенный момент каждый решает для себя.

В любую минуту мы можем изменить ход событий, выбирая тот или иной путь. Если мы ошиблись однажды, остается шанс выбрать в другой раз подходящий для нас вариант. Необходимо уяснить, что важно для нас и для нашего будущего, и выбирать в зависимости от этого.

Каждое принятое нами решение не только имеет важные последствия для нас, но и в равной степени затрагивает тех, кто рядом с нами.

Выбор и решения каждого могут иметь различные последствия: эмоциональные (мы можем страдать, радоваться, даже быть счастливыми вследствие принятия правильного решения), социальные (мы способны наладить отношения или разорвать их), юридические (иногда наши действия могут попасть в поле зрения закона), последствия для здоровья и т. д.

Каждый раз у нас есть возможность выбора. Это следует делать после тщательного анализа имеющихся альтернатив, в зависимости от наших ценностей, интересов и желаний, а также правил общества, в котором мы живем.

Ключевые понятия по теме

Ценности – это источники мотивации человека, имеющие важное значение в определенной области. Они отражают его личность и конкретизируются в стиле жизни и стандартах среды деятельности. Они придают стабильность человеческим действиям, являясь стержнем для обеспечения карьерного успеха. Для достижения успеха нужно, чтобы личные ценности сочетались с профессиональными амбициями и задачами.

Ориентир – избранная цель в жизни, поведение.

Мотивация – совокупность психологических причин поведения.

Нравственный выбор – выбор ценностей, расстановка приоритета ценностей.

Занятие 1. «Я ВЫБИРАЮ...»

Цели: знакомство и включение участников в тренинговую работу:

- определить действия, которые они выполняют без удовольствия;
- определить действия, которые удовлетворяют определенные потребности;
- придать ценность обязательным занятиям и действиям;
- описать положительный и отрицательный опыт из своей жизни;
- определить эмоции, связанные с различными жизненными случаями, опытом.

Ключевые понятия: необходимость, мотивация, обязанность, долг, линия жизни, важные события.

Материалы: бумага для заметок, ручки, листы бумаги А4, карандаши.

Ход занятия

Знакомство. Установление контакта с детьми.

Участники подписывают бейджики. Ведущий представляется и говорит несколько слов о том, что будет происходить.

— Ребята, сегодня мы задумаемся с вами о том, каким должен быть человек, каково его предназначение в жизни.

Ведущий кладет в небольшой сосуд несколько больших камней и спрашивает:

— Много камней поместилось в сосуд?

— НЕТ.

Ведущий насыпает гальку.

— А сейчас много камней поместилось в сосуд?

— ДА.

Ведущий насыпает в сосуд песок.

— А сейчас, много камней поместилось в сосуд?

— ДА.

— Этот сосуд — мы с вами: я, ты, он, она... И вот в зависимости от того, чем наполним мы наш сосуд (нашу личность), зависит то, какими мы будем, какие камни мы будем собирать в конце нашего жизненного пути. Эти камни и есть те ценности, которые мы воспитываем в себе. Этих ценностей не так много. Наши занятия мы посвятим наполнению своих сосудов, своих личностей. Перед любым человеком стоит вопрос — каким быть? Решая его, мы стоим перед нравственным выбором, выбором ценностей, расстановкой приоритетов ценностей. Сегодня мы начнем с ценности **нравственный выбор**. Наша работа будет осуществляться в форме тренинга, по определенным правилам.

Правила работы в группе

Ведущим устанавливаются определенные правила работы в группе, которые необходимы для того, чтобы все участники чувствовали себя комфортно и безопасно. Правила заранее выписываются на листе ватмана и после принятия группой закрепляются на видном месте. В течение всех последующих занятий правила группы находятся там же и напоминаются ведущим в начале занятия.

Список правил:

- 1) внимательно слушать друг друга;
- 2) не перебивать говорящего;
- 3) уважать мнение друг друга;
- 4) я-высказывание;



- 5) безоценочность суждений;
- 6) активность;
- 7) правило «стоп»;
- 8) конфиденциальность.

Каждый из пунктов правил поясняется ведущим.

Разминка

Упражнение «Поменяйтесь местами»

Ход упражнения: участники сидят на стульях в кругу. Водящий выходит на середину круга и говорит фразу: «Поменяйтесь местами те, кто... (умеет жарить яичницу)». В конце называется какой-либо признак или умение. Задача тех, кто обладает данным умением или признаком, поменяться местами. Задача ведущего — успеть сесть на любое освободившееся место. Тот, кто не успел сесть, становится новым водящим.

Психологический смысл упражнения: разминка создает условия для того, чтобы понять, как много общего у участников, повысить их интерес друг к другу.

Основная часть

Упражнение «Я выбираю...»

Ход упражнения: участникам предлагается составить на листке список всех неприятных занятий (дел), которые они все же выполняют, потому что у них нет выбора (например, делать зарядку и т. п.). Далее ведущий предлагает добавить перед каждым пунктом списка слова: «Я сам решаю...». Он советует участникам найти по подходящей причине для каждого занятия и сформулировать ее, начиная со слов «потому что я хочу...».

В итоге должна получиться схема: «Я сам решаю [сделать что-либо], потому что я хочу [это сделать].»

Ведущий уточняет, что все мы должны сознавать конкретные потребности, которые удовлетворяет нелюбимое занятие.

Участникам предоставляется возможность прочесть вслух о нескольких нелюбимых занятиях.

Вопросы для анализа:

1. Трудно или легко вам было составлять список нелюбимых занятий?
2. Трудно или легко было вводить слова «я сам решаю»?
3. Трудно или легко было создавать мотивацию для занятий?
4. Что нового вы открыли для себя, выполняя эти задания?
5. Как вы думаете, изменилось ли ваше личное отношение к этим занятиям?

Вывод: если мы пересмотрим свое отношение к действиям, которые не доставляют нам удовольствия и которые мы заставляем себя выполнять, а также переделаем слова «я вынужден» в «я сам решаю», то впустим в свою жизнь много радости и чувство удовлетворения.

Примечание. Мотивы для выполнения дел, которые мы не выносим, могут быть следующими:

- чтобы меня оценили;
- чтобы избежать чувства вины;
- чтобы избежать наказания;
- чтобы поступить в университет;
- чтобы избежать позора;
- ради денег и т. д.

Упражнение «Линия жизни»

Ход упражнения: участники делятся на команды по 4–5 человек.

Ведущий предлагает им провести по листу А4 прямую черту, начало которой будет означать день появления на свет участника, а конец — текущее число (день проведения данного занятия).

Каждый участник отмечает на своем листе точки, которые обозначают важные события его жизни: над чертой — положительные события, под чертой — отрицательные. Чем важнее событие, тем дальше от черты оно будет отмечено. Затем точки соединяются одна за другой.

После изображения линии жизни каждый участник рассказывает о ней в своей команде. Один представитель от каждой команды повествует всей группе о важных событиях в жизни всех членов его команды.

Вопросы для анализа:

1. Насколько просто (или сложно) вам было рисовать линию жизни?
2. Какие события из своей жизни вы хотели бы повторить?
3. Какой будет в вашем представлении безупречная, идеальная жизнь?
4. Узнали ли вы что-нибудь новое о других участниках?
5. Вспомнили ли вы те или иные приятные события своей жизни?

Вывод: важно определить эмоции, связанные с различным жизненным опытом.

Завершающее упражнение «Спасибо!»

Ход упражнения: участники становятся в кружок, и ведущий предлагает каждому мысленно положить на левую руку все то, с чем он пришел сегодня: свой багаж настроения, мыслей, знаний, опыта, — а на правую руку — то, что получил на этом занятии нового. Затем все одновременно хлопают в ладоши и кричат «да!» или «спасибо!».

Психологический смысл упражнения: завершающий ритуал. Позволяет задуматься над содержанием и результатом прошедшего занятия, а также завершить его на положительной эмоциональной ноте.

Занятие 2. «ПРИНЯТИЕ ПРАВИЛЬНОГО РЕШЕНИЯ»

Цели:

- оценить свою систему ценностей, свое реальное «Я»;
- отличить реальное «Я» от идеального;
- проанализировать возможные варианты выхода из затруднительного положения;
- оценить принятое решение.

Ключевые понятия: собственная система ценностей, самооценка, идеальное «я», решение, альтернативы, возможные действия.

Материалы: заблаговременно приготовленные карточки «Качества личности» и «Принятие правильного решения», ручки, бумага для записей.

Разминка

Упражнение «Поздороваемся»

Ход упражнения: ведущий предлагает всем поздороваться за руку, но особенным образом. Здраваться нужно двумя руками с двумя участниками одновременно, при этом отпустить одну руку можно тогда, когда найдешь того, кто тоже готов поздороваться, то есть руки

не должны оставаться без дела больше секунды. Задача — поздороваться таким образом со всеми участниками группы. Во время игры не должно быть разговоров.

Психологический смысл упражнения: разминка. Установление контакта между участниками. Рукопожатие — это символический жест открытости и доброй воли. Немаловажно, что при этом происходит контакт глазами — это способствует возникновению близости и позитивной внутренней установки. То, что действие происходит без слов, повышает концентрацию внимания членов группы и придает действию прелесть новизны.

Упражнение «Хорошие и плохие поступки»

Ход упражнения: участников делят на две команды. Каждой команде выдается лист ватмана, фломастеры или маркеры и бумага А4. Задача одной команды — написать как можно больше поступков, которые позволяют человеку уважать себя больше. Соответственно задача другой — написать как можно больше поступков, из-за которых уважение человека к себе теряется. По желанию каждая команда может подкрепить слова рисунками соответствующих поступков.

Обсуждение: каждая команда представляет свою тему. Далее идет общее обсуждение, в конце ведущий суммирует все сказанное.

Вывод: очень важно обратить внимание на то, что у каждого есть выбор между теми и другими поступками, но каждый раз, выбирая то или другое поведение, мы приобретаем или теряем уважение к себе.

Психологический смысл упражнения: осознание детьми связи между поступками и самоуважением. Выделение самого понятия «самоуважение» и обнаружение его связи с самоуважением. А это необходимое условие полноценного общения, без которого невозможно развитие сплоченности.

Основная часть

Упражнение «Порядок ценностей»

Ход упражнения:

1. Ведущий предлагает участникам распределить прилагательные в таблице 1.

Таблица 1

Прилагательные	Какое из данных качеств ты считаешь наиболее важным, а какое – наименее важным (личная система ценностей)?	Как ты оцениваешь сам себя относительно перечисленных черт (самооценка)?	Чего бы ты желал себе больше всего и чего – меньше всего из перечисленных качеств (идеальное «я»)?
Честный			
Искренний			
Умный			
Сильный			
Отзывчивый			
Трудолюбивый			

2. Ведущий предоставляет участникам возможность прочитать всей группе свои заметки.

Вопросы для анализа:

1. Какая из рубрик показалась вам наиболее сложной?
2. Что вы чувствовали, заполняя таблицу?
3. Что нового вы узнали о других участниках?

Выводы:

1. Каждый человек обладает собственной системой ценностей. Выстраивая ее, мы понимаем, какие мы и какими хотели бы стать.
2. Каждый человек должен ежедневно прилагать усилия к саморазвитию.

Упражнение «**Принятие правильного решения**»

Ход упражнения: ведущий читает вслух текст с карточки «Принятие правильного решения».

КАРТОЧКА «ПРИНЯТИЕ ПРАВИЛЬНОГО РЕШЕНИЯ»

Степа с мамой пошли в магазин купить продуктов для школьного праздника. Когда они переключивали покупки в пакет, он упал на пол. Сок, бутылки и конфеты оказались разбросаны по всему магазину. Тогда...

Участники, разделенные на команды по 4–5 человек, должны придумать два возможных исхода описанной ситуации, соответствующих наилучшему, этичному решению и наихудшему, наименее подходящему решению, которые могли бы принять действующие лица.

Из каждой команды выбирают по одному участнику для представления всей группе разработанных сообща сценариев.

После того как будут выслушаны версии, выбранные командами, ведущий при помощи всех участников разрабатывает «наилучшее решение» и обсуждает представленные альтернативные решения.

Вопросы для анализа:

1. Каковы последствия принятых решений?
2. Что значит «подходящее решение»?
3. А «плохое решение»?
4. Для кого может быть хорошим или плохим решение?
5. Отталкиваясь от решения, принятого в каждом случае, можете ли вы разработать портрет задействованных персонажей? Почему?
6. Существует ли «наилучшее решение»?

Выводы:

1. Бывают решения, соответствующие общепринятой морали, и решения или модели поведения, которые общество одобряет в меньшей мере.
2. При принятии решения, помимо последствий, касающихся нас самих, надо учитывать и то, каким образом оно затронет жизнь других задействованных лиц.

Завершающее упражнение «Спасибо!»

Ход упражнения: участники становятся в кружок, и ведущий предлагает каждому мысленно положить на левую руку все то, с чем он пришел сегодня, свой багаж настроения, мыслей, знаний, опыта, а на правую руку — то, что получил на этом занятии нового. Затем все одновременно хлопают в ладоши и кричат «да!» или «спасибо!».

Психологический смысл упражнения: завершающий ритуал. Позволяет задуматься над содержанием и результатом прошедшего занятия, а также завершить его красиво на положительной эмоциональной ноте.

Занятие 3. «ТРУДНОЕ РЕШЕНИЕ»

Цели:

- осуществить анализ различных вариантов выхода из сложного положения;
- определить последствия решения в отдельно взятом случае;
- проанализировать факторы, задействованные при принятии индивидуального решения;
- обосновать принятое решение.

Ключевые понятия: решение, дилемма, ценности, последствия решения, потребность в информации для принятия решения, факторы-элементы решения.

Материалы: карточки «Трудное решение», таблицы «Как мне быть?», нарисованные на листах А4 (по одной на команду), маркеры, карточка «Я бы...», ручки.

Разминка

Упражнение «Ручки»

Ход упражнения: необходимо взять ручки. Объединиться по парам. Удерживая ручки только указательными пальцами, надо одновременно сесть и одновременно встать, не уронив ручки. Затем это же упражнение выполняется по три человека, на следующем этапе оно выполняется всем классом.

Психологический смысл упражнения: разминка. Установление контакта между участниками. Усиление динамики группы; выработка стратегий командного взаимодействия; возникновение позитивной внутренней установки. То, что действие происходит без слов, повышает концентрацию внимания членов группы и придает действию прелесть новизны.

Основная часть

Упражнение «Дилемма Андрея»

Ход упражнения: ведущий делит участников на команды по 5–7 человек и раздает команде по карточке «Трудное решение» и по таблице «Как мне быть?».

Каждая команда анализирует представленный случай (моральную дилемму), разрабатывает возможные решения для выхода из ситуации, заполняя таблицу «Как мне быть?».

Каждая команда выбирает участника, который представляет всей группе выбранные ею решения.

После того, как были заслушаны все версии решения проблемы, равно как их последствия, ведущий разрабатывает вместе со всеми участниками наиболее подходящий вариант выхода из данного положения.

КАРТОЧКА «ТРУДНОЕ РЕШЕНИЕ»

Пример сложной ситуации

Андрею 13 лет. Родители уехали на работу в Испанию, и он уже почти год живет со старшим братом, которому 17 лет, и с бабушкой. Однажды вечером, играя в футбол на школьном дворе, он услышал звон разбитого стекла. Затем увидел троих молодых людей, приятелей своего брата, которые, разбив окно, пробрались в школу, перевернули парты в одном классе, взломали шкафы, взяли магнитофон и компьютер и скрылись. Андрей испугался и побежал к дому. В тот вечер брат вернулся поздно и в сопровождении одного из «преступников». На другой день директор школы вошел в каждый из классов и спросил, есть ли у кого-нибудь сведения об инциденте.

«Как мне быть?»

Таблица

Возможное решение	Последствия для себя	Возможные последствия для вовлеченных лиц
-------------------	----------------------	---

Вопросы для анализа:

1. Какие факторы влияют на решение Андрея?
2. Что случится, если Андрей расскажет директору о том, что он видел? А если не расскажет?
3. А что, если старший брат Андрея попросил его молчать? Вдруг он пригрозил побить его, если тот вымолвит хоть слово?
4. Что делать, если директор пообещал детям сохранить анонимность того, кто предоставит какую-нибудь информацию о краже?
5. Если директор предложит вознаграждение тому, кто поможет распутать дело, может ли это как-то изменить решение Андрея?
6. Возможно ли, что брат Андрея совершенно не связан с кражей? Как может узнать об этом Андрей? Располагает ли Андрей всей информацией, необходимой для принятия решения?
7. Что должен сделать Андрей в первую очередь, прежде чем принимать решение?
8. Что для вас важнее: быть хорошим гражданином или оберегать свою семью?
9. Как следует поступить Андрею?

Выводы:

1. На наши решения влияют наши ценности, интересы, чувства, убеждения. Принимаются во внимание не только моральные нормы, но и ценности общества. Но все мы разные, у каждого свой склад личности и собственный жизненный опыт. Поэтому различные люди в одних и тех же условиях реагируют неодинаково и осуществляют разный выбор.
2. Иногда трудно принимать решения в случаях, когда задействованы дорогие нам люди. Первым шагом к принятию нелегкого решения может стать искреннее общение с людьми,

которых это непосредственно касается, равно как и поиски совета, мнения других людей, которым мы доверяем.

Упражнение «Я бы...»

Ход упражнения: ведущий раздает участникам по одному экземпляру карточки.

КАРТОЧКА «Я БЫ...»

Случай 1

Ты на рынке покупаешь фрукты для своей семьи. Продавщица кладет фрукты на весы, чтобы подсчитать их цену. Ты замечаешь, что она слегка нажимает пальцем на весы, отчего цена становится выше реальной. Ты не уверен, что она пытается тебя обмануть. Как ты поступаешь? *Я бы...*

КАРТОЧКА «Я БЫ...»

Случай 2

Твой одноклассник получил на свой день рождения новый пенал. Во время урока ты замечаешь, как другой одноклассник берет его пенал и кладет к себе в сумку. Ты не знаешь, крадет ли он пенал или просто шутит. Как ты поступаешь? *Я бы...*

КАРТОЧКА «Я БЫ...»

Случай 3

Ты играешь с друзьями в футбол во дворе дома. Один из друзей бьет по мячу слишком сильно. Мяч летит к твоему дому и разбивает окно. сосед выбегает на улицу и спрашивает, кто разбил окно. Как ты поступаешь? *Я бы....*

Участникам предлагается прочесть описание каждого случая и записать в точности, как бы они поступили в подобных обстоятельствах.

Ведущий начинает обсуждение на основе принятых решений, затем записывает на доске, какие факторы, по мнению участников, влияют на принятие решений.

Вопросы для анализа:

1. О чем вы думали, когда решали, как действовать в определенной ситуации?
2. Какие альтернативы вы нашли? Каковы их последствия?
3. Что вы думаете о том, что некоторые из вас решили действовать одним образом, а другие – иначе? Что это означает? Хорош или плох этот выбор?
4. Что было наиболее значимым в принятом решении? Какие элементы задействованы при его принятии? Какие факторы вы взвесили?

Вывод: в принятии решения задействованы различные факторы. Среди них – наш характер и ценности, моральные принципы, этика поведения в семье и в обществе – все, что может повлиять на формирование личного стиля принятия решений.

Заключительная часть

Упражнение «Свечка»

Ход занятия: обсуждение проводится в свободном режиме. Участники передают друг другу зажженную свечу со словами:

- «Мне понравилось»;
- «Мне удалось (или не удалось)...»;
- «Я думаю, что у меня получится...».

Психологический смысл упражнения: завершающий ритуал. Позволяет задуматься над содержанием и результатом прошедшего занятия, вспомнить основные темы и важные моменты, поговорить о перспективах на будущее, обсудить, как применить полученный на тренинге материал в реальных условиях, подумать о значимости полученного материала, а также завершить его красиво на положительной эмоциональной ноте.

Занятие 4. «ВЫБОР И ПОСЛЕДСТВИЯ»

Цели:

- проанализировать последствия решения в отдельно взятой ситуации;
- обосновать важность принятия ответственности за свои решения;
- выявить факторы, определяющие принятие решения;
- изучить потери и выгоду в результате принятых решений.

Ключевые понятия: ответственность, решение, факторы решения, выбор решения, преимущество, недостаток, потери, выгода, последствия решения.

Материалы: карточка «История Пиноккио»; карточка «Выбор и последствия»; стулья, карандаши, ручки, фломастеры, бумага, мел и доска (можно флип-чарт, ватман и маркер).

Разминка

Упражнение «Молекулы»

Ход упражнения: члены группы – «атомы» – свободно двигаются по комнате под музыку. По сигналу ведущего (хлопок) атомы объединяются в молекулы по 2 человека, затем по 3 и т. д. В конце упражнения объединяется вся группа.

Психологический смысл упражнения: разминка. Установление контакта между участниками. Усиление динамики группы после перерыва, снятие напряжения, создание дружеской обстановки. Немаловажно, что при этом происходит телесно-косвенное ощущение друг друга – это способствует возникновению близости и позитивной внутренней установки.

Основная часть

Упражнение «История Пиноккио»

Ход упражнения: ведущий читает первый фрагмент из текста с карточки.

КАРТОЧКА «ИСТОРИЯ ПИНОККИО»

1 отрывок

В один прекрасный летний день Пиноккио встретил по дороге в школу своих друзей, которые спросили у него:

– Ты слышал новость?

– Нет.

– Недалеко отсюда в озере появилась огромная двухметровая рыба. Мы идем на нее поглядеть. Пойдешь с нами?

– Нет, я иду в школу.

– Да оставь ты школу! Каждый день одно и то же. В школу пойдем завтра! – закричали мальчишки в один голос.

– А что скажет учитель?

– Пусть говорит, что хочет, нам-то какое дело!

– А папа? – с опаской спросил Пиноккио.

– Да он и не узнает! – заверили его приятели.

– Знаете что, – сказал Пиноккио, – я тоже погляжу на эту рыбу. Но после школы.

– Ну и дурак же ты! – закричала хором вся компания. – Ты что, думаешь, что рыба станет тебя дожидаться? Она может вообще уплыть насовсем, и ты ее никогда не увидишь. И если ты не пойдешь с нами теперь, мы и разговаривать с тобой не станем.

Пиноккио подумал немного и сказал:

– Ну хорошо, а сколько времени занимает дорога до озера?

– Час туда и обратно. Внимание! Побежали! Кто первый?

Вся компания, как по команде, побежала по полям с ранцами на спине. И Пиноккио побежал вместе со всеми. Когда они пришли на берег озера, он поглядел вокруг, но нигде не увидел рыбы.

Участникам предлагается подумать и рассказать (по отдельности), как, по их мнению, будут развиваться дальнейшие события в рассказе.

Выслушав учащихся, ведущий читает с того места, где остановился, второй отрывок, чтобы они могли сравнить, совпало ли их мнение с настоящим текстом.

КАРТОЧКА «ИСТОРИЯ ПИНОККИО»

II отрывок

Озеро было спокойным и гладким как зеркало.

– А где рыба? – спросил он у друзей.

– Наверное, завтракает, – с издевкой ответил один.

– Или легла в кроватку и храпит, – засмеялся другой.

По этим ответам и по ироническому смеху Пиноккио понял, что приятели над ним подшутили. Он обиделся и воскликнул:

– Зачем вы рассказали мне эту сказку про огромную рыбу?

– Да была у нас одна причина, – ответили мальчишки в один голос.

– Какая это?

– Теперь ты пропустил уроки, потому что пошел с нами. Почему ты один должен ходить в школу каждый день, выполнять домашние задания, отвечать на уроках?

– А вам-то, какое дело до того, как я учусь?

– Еще какое дело! Из-за тебя учитель нас ненавидит.

– Неправда!

– А вот и правда. Из-за хороших учеников те, кто не хотят учиться, оказываются в неудобном положении. А мы не хотим оставаться в дураках, у нас тоже есть своя гордость!

– Ну а мне что теперь делать?

– Ты должен возненавидеть школу, уроки и учителей.

– А если я по-прежнему буду хорошо учиться?

– Тогда мы больше не будем твоими друзьями и при первом случае отплатим тебе за это. Если ты нас не боишься, то уж мы тебя и подавно. Берегись, ты один, а нас семеро!

Ученикам предлагается разделить на команды и придумать, а затем представить в виде ролевой игры то, что, на их взгляд, последует дальше.

Вопросы для анализа:

1. Каков решающий момент повествования?

2. Что имело значение в решении пойти на озеро с друзьями, принятом Пиноккио? Что он положил на чаши весов в тот момент? Какими альтернативами он располагал? Что было для него важнее? Каковы были последствия этого выбора?

3. Способен ли главный персонаж изменить ход событий, представленных в рассказе? Может ли его выбор повлиять на улучшение положения?

4. Способно ли решение, принятое в определенный момент, изменить последствия принятого ранее?

Г

И

Н

Б

Д

Ж

О

Р

Э

О

В

5. Что значит взять на себя ответственность за принятое решение?
6. Случалось ли вам быть в подобном положении?
7. Как часто такое может случаться в повседневной жизни?

Выводы:

1. Каждое из наших решений влечет за собой те или иные последствия на личном уровне, и ответственность за них следует принимать на себя. Это означает, что каждое решение является личным, прежде чем на него повлияет чужое мнение или суждение. Сама наша жизнь может зависеть от того, что в определенный момент каждый решает для себя.

2. В любую минуту мы можем изменить ход событий, выбирая тот или иной путь. Если мы ошиблись однажды, остается шанс выбрать в другой раз подходящий для нас вариант. Необходимо уяснить, что важно для нас и для нашего будущего, и выбирать в зависимости от этого.

Упражнение «Выбор и последствия»

Ход упражнения: ведущий делит участников на 6 команд. Каждая из них получает по одному случаю с карточки.

КАРТОЧКА «ВЫБОР И ПОСЛЕДСТВИЯ»

Случай 1.

Петина мама – инвалид. Она зависит от Пети и надеется на него во всех случаях. Петя решает выйти из дома и оставить мать одну на восемь часов.

КАРТОЧКА «ВЫБОР И ПОСЛЕДСТВИЯ»

Случай 2.

Ларисе 14 лет. Несмотря на то, что в школе у нее хорошие отметки, Лариса решает больше не делать уроки, а вместо этого гулять по вечерам с подругами.

КАРТОЧКА «ВЫБОР И ПОСЛЕДСТВИЯ»

Случай 3.

Тине 14 лет. Вскоре ей предстоит написать несколько тестов, и она хотела бы улучшить свою память. Услышав от кого-то о чудодейственных таблетках, помогающих в этом, она решает их приобрести.

КАРТОЧКА «ВЫБОР И ПОСЛЕДСТВИЯ»

Случай 4.

Коле нужна новая пара кроссовок, чтобы быть как все другие школьники. У него нет денег, но кроссовки стоят на полках в магазине по соседству...

КАРТОЧКА «ВЫБОР И ПОСЛЕДСТВИЯ»

Случай 5.

Аня (15 лет) уверена, что избавить семью от накопившихся долгов – ее обязанность. Поэтому она принимает предложение одной женщины наняться на работу.

КАРТОЧКА «ВЫБОР И ПОСЛЕДСТВИЯ»

Случай 6.

Ваню (13 лет) часто запугивают одноклассники и некоторые учителя: зная, что родители присылают ему деньги, они требуют различных финансовых «вложений». Он не выдерживает и бросает школу.

Участники анализируют проблему, возможности, которыми располагает субъект, их преимущества и недостатки, принятое решение, его последствия для данного субъекта и для других.

Представители каждой команды кратко представляют остальным участникам результаты обсуждения.

Вопросы для анализа:

1. Сколько вариантов действий у каждого главного персонажа?
2. Как вы думаете, какие этапы он прошел, чтобы достичь конечного решения?
3. Как вы оценили каждый вариант действия? По каким критериям?
4. Насколько важно изучить преимущества и недостатки существующих вариантов поведения?
5. Насколько важно изучить последствия решения?
6. Что должен делать каждый из нас, чтобы преимущества, исходящие из наших решений, были велики, а потери – минимальны?

7. Чему новому вы научились?
8. Где и как вы примените свой новый опыт?

Выводы:

1. Каждое принятое нами решение не только имеет важные последствия для нас, но и в равной степени затрагивает тех, кто рядом с нами.
2. Выбор и решения каждого могут иметь различные последствия: эмоциональные (мы можем страдать, радоваться, даже быть счастливыми вследствие принятия правильного решения), социальные (мы способны наладить отношения или разорвать их), юридические (иногда наши действия могут попасть в поле зрения закона), последствия для здоровья и т. д.
3. Каждый раз у нас есть возможность выбора. Это следует делать после тщательного анализа имеющихся альтернатив, в зависимости от наших ценностей, интересов и желаний, а также правил общества, в котором мы живем.

Заключительная часть

Упражнение «Свечка»

Ход занятия: обсуждение проводится в свободном режиме. Участники передают друг другу зажженную свечу со словами:

- «Мне понравилось»;
- «Мне удалось (или не удалось)...»;
- «Я думаю, что у меня получится...».

Психологический смысл упражнения: завершающий ритуал. Позволяет задуматься над содержанием и результатом прошедшего занятия, вспомнить основные темы и важные моменты, поговорить о перспективах на будущее, обсудить, как применить полученный на тренинге материал в реальных условиях, подумать о значимости полученного материала, а также завершить его красиво на положительной эмоциональной ноте.

Занятие 5. «ФИГУРА ЦЕННОСТЕЙ»

Цели:

- определить свои личные ценности;
- проанализировать связь между ценностями и профессиональным успехом;
- взвесить ценности, необходимые для профессионального успеха;
- подведение итогов тренинга.

Ключевые понятия: ценности, личные ресурсы ответственность, решение, факторы решения, выбор решения.

Материалы: стулья, карандаши, ручки, фломастеры, бумага, мел и доска (можно флипчарт, ватман и маркер), клубок с нитками, бумажные карточки, конверты, карточка для работы «Таблица ценностей», стикеры.

Разминка

Упражнение «Паутина»

Ход упражнения: все участники сидят в кругу. У ведущего клубок с нитками. Он оставляет край нитки у себя, и, передавая клубок участнику, говорит ему: «Имя, ты мне нравишься, потому что ...». И так каждый участник. Передавать клубок можно любому участнику группы. Нитки нужно оставлять у себя, а клубок передавать.

После того, как все участники спутаны одной паутиной, нужно обратить внимание на целостность группы. Далее клубок нужно сматывать обратно, отдавая его тому, кто передал тебе со словами: «Спасибо тебе, (имя), за то, что ты считаешь меня».

Психологический смысл упражнения: разминка. Установление контакта между участниками. Усиление динамики группы после перерыва, снятие напряжения, создание дружеской обстановки.

Основная часть

Упражнение «Фигура ценностей»

Ход упражнения: участники делятся на команды по 4 человека. Каждая из них получает конверт с карточками, на которых записаны ценности (в том числе те, которые важны для профессиональной жизни). В конверте содержатся также чистые карточки для записи других ценностей.

КАРТОЧКА «ТАБЛИЦА ЦЕННОСТЕЙ»

Ум	Вежливость	Хорошее настроение	Ухоженный вид
Любовь	Работа с людьми	Ответственность	Вера
Смелость	Компетентность	Воображение	Лояльность
Независимость	Пунктуальность	Самоконтроль	Инициатива
Честность	Командный дух	Креативность	Общение
Стабильность	Деньги	Личное развитие	Оригинальность

Каждому участнику нужно выбрать 4 ценности, которые, по его мнению, обеспечат его профессиональный успех.

Члены каждой команды общаются, выбирают и обсуждают общие ценности, при помощи которых они создают геометрическую фигуру ценностей: квадрат, прямоугольник, ромб, пирамиду и т. д. Фигуры изображаются исходя из числа ценностей, которые команда сочла наиболее важными для профессионального успеха (на листе А4).

Полученные фигуры представляются всей группе, а ведущий проводит анализ занятия, делая теоретические уточнения относительно ценностей и профессионального успеха.

Вопросы для анализа:

1. Как вам удалось определить ценности, общие для команды? Исходя, из каких критериев?
2. Нашли ли вы ценности, отличающиеся от ценностей других?
3. Какая связь между личными ценностями и профессиональным успехом?
4. Каково значение ценностей при выборе профессии?
5. Как формируются наши ценности? Кто помогает нам в этом?
6. Что происходит, если родителей нет рядом?
7. Какие ценности важнее для тебя как на личном, так и на профессиональном уровнях?



Выводы:

1. Ценности – это источники мотивации человека в определенной области.
2. Они отражают его личность и конкретизируются в стиле жизни и стандартах среды деятельности.
3. Они придают стабильность человеческим действиям, являясь стержнем для обеспечения успеха.
4. Для достижения успеха нужно, чтобы личные ценности сочетались с профессиональными амбициями и задачами.

Заключительная часть

Упражнение «Знал – узнал – хочу узнать»

Ход занятия: участники тренинга заполняют таблицу.

Знал	Узнал	Хочу узнать

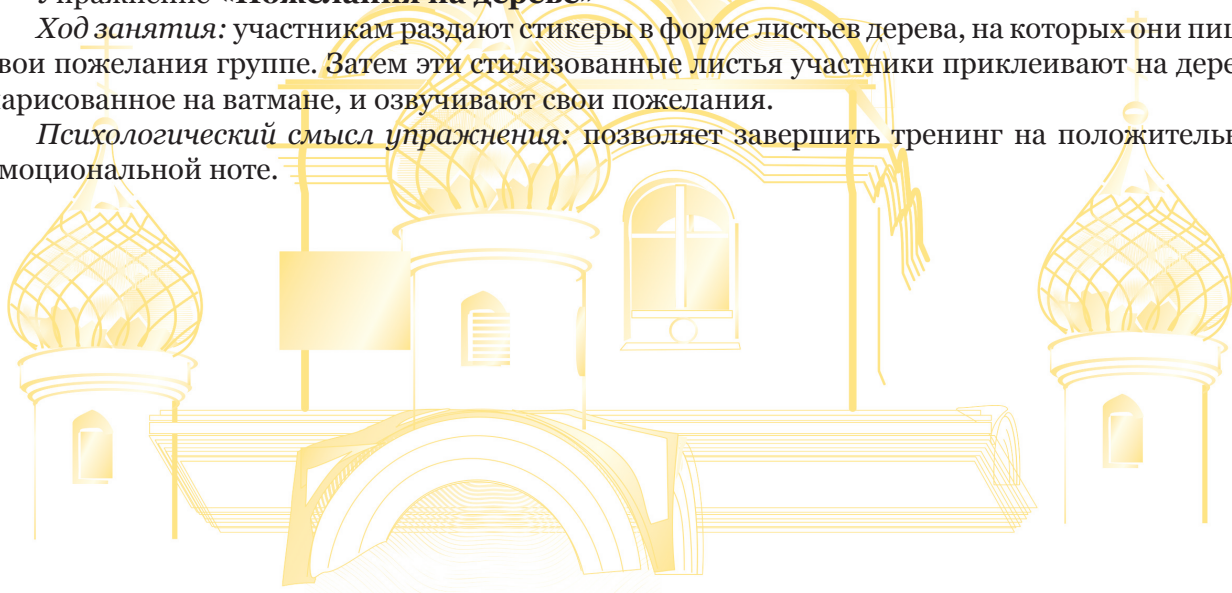
Затем озвучивают свои записи.

Психологический смысл упражнения: подведение итогов тренинга. Позволяет задуматься над содержанием и результатом всего тренинга, вспомнить основные темы и важные моменты, поговорить о перспективах на будущее, обсудить, как применить полученный на тренинге материал в реальных условиях, подумать о значимости полученного материала.

Упражнение «Пожелания на дереве»

Ход занятия: участникам раздают стикеры в форме листьев дерева, на которых они пишут свои пожелания группе. Затем эти стилизованные листья участники приклеивают на дерево, нарисованное на ватмане, и озвучивают свои пожелания.

Психологический смысл упражнения: позволяет завершить тренинг на положительной эмоциональной ноте.



СМЫСЛ ЖИЗНИ

КЛАССНЫЙ ЧАС «ЦЕННОСТИ»

(6–9 классы)

Цели:

- осмысление учащимися собственных жизненных ориентиров;
- формирование умения осмысливать и определять для себя истинные и мнимые жизненные ценности;
- развитие у учеников стремления к осмыслению себя, собственной жизненной позиции;
- воспитание культуры взаимоотношений.

Оформление: плакат «Лестница жизни».

Информация по теме для педагогов

1. Для большей эффективности занятие целесообразно проводить со священнослужителями Тираспольско-Дубоссарской Епархии;

2. При проведении классного часа необходимо использовать следующую информацию.

У каждого человека — и взрослого, и ребенка — есть удивительная возможность — возможность мечтать. Пока человек живет, он всегда о чем-то мечтает. Иногда его мечты становятся явью, превращаются в жизненные цели. Классный руководитель дает возможность понять учащимся, что при реализации своих целей они не должны противоречить жизненным ориентирам, а также помочь осмыслить и определить для себя истинные и мнимые жизненные ценности.

Ключевые понятия по теме

Ценности — это источники мотивации человека, имеющие важное значение в определенной области. Они отражают его личность и конкретизируются в стиле жизни и стандартах среды деятельности. Они придают стабильность человеческим действиям, являясь стержнем для обеспечения карьерного успеха. Для достижения успеха нужно, чтобы личные ценности сочетались с профессиональными амбициями и задачами.

Ориентир — избранная цель в жизни, поведение.

Оборудование, материалы и подготовительная работа: в рамках подготовки за 3–4 дня до классного часа предложить учащимся обсудить и написать совместно с родителями или близкими людьми мини-сочинение «Истинные и мнимые ценности».

Ход классного часа

Вступительное слово классного руководителя

У каждого человека — и взрослого, и ребенка — есть удивительная возможность — возможность мечтать. Пока человек живет, он всегда о чем-то мечтает. Иногда его мечты становятся явью, превращаются в жизненные цели. Давайте представим себе нашу жизнь в виде лестницы, по которой мы идем вверх в будущее, во взрослую жизнь. Наше право — выбирать, какой будет эта лестница, большая или маленькая, из каких ступенек она будет состоять. Об этом мы сегодня и побеседуем.

Основная часть

1. Определение понятий «ценности» и «ориентир».

Поднимаясь по любой лестнице, мы не всегда идем уверенно, можем оступиться и даже упасть. В жизни тоже происходит по-разному. Человек не всегда выбирает сразу верный путь, он ошибается, разочаровывается. То, что казалось ценным, теряет вдруг смысл. Но зато обретаются новые жизненные ориентиры. Я сегодня хочу пожелать, чтобы ваш путь по лестнице жизни был выбран верно.

А что означают слова «ценности», «ориентир» можем узнать из толкового словаря.

Ученик поясняет толкование значений слов (по словарю С.И. Ожегова).

Ценности – важность, значение.

Ориентир – избранная цель в жизни, поведение.

2. Анализ мини-сочинений по теме «Истинные и мнимые ценности».

Кл. руководитель. Мы писали сочинения, создавали мини-проекты по теме: «Истинные и мнимые ценности». Поделитесь своими размышлениями.

Ученики зачитывают отрывки из своих собственных сочинений, защищают мини-проекты.

3. Работа с «лестницей жизни».

Кл. руководитель возвращает одноклассников к «лестнице жизни». Ученики вместе предполагают по ступенькам «жизненные ориентиры».

Ученик спрашивает у классного руководителя, правильно ли расположены «на ступеньках» жизненные ориентиры.

Классный руководитель. Я не отвечу вам «да» или «нет». Я просто прочитаю вам легенду и задам несколько вопросов.

ЛЕГЕНДА

В одной из стран жила старушка. Многие годы она ходила с палочкой по пляжу в разгар летнего сезона. Многие люди недоумевали и не понимали, что она ищет в песке, разгребая его палкой.

Только спустя годы люди узнали, что в течение многих лет она ходила по пляжу с одной лишь целью – она собирала осколки битого стекла, чтобы взрослые и дети не поранились.

Вопросы для обсуждения:

1. Много ли достигла в жизни эта старушка?
2. Как вы думаете, каков был ее путь по лестнице жизни?
3. Каковы были жизненные ценности этой старушки?

Подведение итогов

Кл. руководитель. Как вы думаете, а зачем я сегодня прочитала вам эту легенду?

Учащиеся высказывают мнения, размышляют, спорят, приводят доводы и приходят к общему выводу: на всех ступеньках «лестницы жизни» человека должны сопровождать нравственные качества, чтобы на любой ступеньке оставаться Человеком.

Кл. руководитель на перилах «лестницы жизни» записывает названные учащимися нравственные качества.

Домашнее задание. Нарисовать дома свою «лестницу жизни».

«ФИЛОСОФСКИЙ СТОЛ» НА ТЕМУ «ЦЕЛОМУДРИЕ – ЧТО ЭТО?»* (10–11 классы)

Цели:

- стимулировать естественное стремление старшеклассников разобраться в вопросах, связанных с понятием «целомудрие», с противоречиями реальности;
- способствовать пробуждению самостоятельной мысли в вопросе: «Дано ли целомудрие человеку при рождении, либо оно воспитывается в процессе жизни?».

Оформление: плакат с цитатой «Целомудрие есть всеобъемлющее название всех добродетелей». *Преподобный Иоанн Лествичник*

Информация по теме для педагогов

1. Для большей эффективности занятие целесообразно проводить со священнослужителями Тираспольско-Дубоссарской Епархии.

2. При проведении классного часа можно использовать следующую информацию.

Под целомудрием следует понимать целостность человека как образа Божия, состояние, при котором дух, душа и тело находятся в первозданной гармонии: душа, просвещаемая духом, управляет телом. Целомудрие в этом широком смысле слова не дается человеку от рождения, так как человек, являясь продолжением своих родителей, несет в себе расположенность к тем страстям и порокам, которые были свойственны его предкам. **Целомудрие может воспитываться в человеке в процессе жизни, если он прикладывает к этому усилия.**

Зачатки целомудрия, а именно расположенность к добру, являются неотъемлемой частью образа Божия в человеке, но их развитие во многом зависит от самого человека, от характера его воспитания, воздействия той среды, в которой он живет, и от многого другого. Целомудрие воспитывается в человеке в процессе его духовной жизни и, естественно, имеет разные уровни. Врожденное, естественное для нормального человека – это физическое целомудрие. Оно проявляется в чувстве стыда своей физической наготы, в скромности и сдержанности в общении с противоположным полом, в стыдливости и скромности в словах, жестах и

телодвижениях. Это чувство надо всячески в себе хранить и в других поддерживать и развивать. Естественное целомудрие может перерасти в высшее, духовное и послужить развитию подобия Божия в человеке. Зачатком духовного целомудрия является также единство мыслей, слов и дела. Человек всегда должен говорить то, что думает, и поступать соответственно со своим образом мыслей. Нельзя думать одно, говорить другое, а поступать по-третьему. Это есть лицемерие – грех, который разрушает душу человека. Человек, поступающий так, никогда не станет целомудренным.

Ключевые понятия по теме

Целомудрие – состояние, при котором дух, душа и тело находятся в первозданной гармонии: душа, просвещаемая духом, управляет телом.

Уровни целомудрия – физическое и духовное.

Оборудование, материалы и подготовительная работа:

Четкое определение темы «философского стола» не менее чем за две недели до проведения мероприятия.

Учащимся предлагаются вопросы, конкретизирующие проблему дискуссии:

1. Что такое целомудрие?
2. Находится ли целомудренный человек в полной зависимости от своих плотских потребностей? Если нет, то почему?
3. В чем заключается физическое целомудрие?
4. Что может послужить зачатком духовного целомудрия?
5. Что такое лицемерие?

Ход «философского стола»

Основная часть

1. Беседа по определению целомудрия

– Что такое целомудрие?

Высказывания учеников.

Классный руководитель. Под целомудрием следует понимать состояние, при котором душа и тело находятся в первозданной гармонии. Целомудренный человек не находится в постоянной зависимости от плотских потребностей и не является рабом своих дурных привычек и желаний. Такое определение дает священник Алексей Мороз с точки зрения Православия.

– Согласны ли вы с мнением священника?

Высказывания учеников.

2. Беседа об уровнях целомудрия

Классный руководитель. Целомудрие в этом широком смысле слова не дается человеку от рождения, так как человек, являясь продолжением своих родителей, несет в себе расположенность к тем страстям и порокам, которые были свойственны его предкам. Целомудрие может воспитываться в человеке в процессе жизни, если он прикладывает к этому усилия. Зачатки целомудрия, а именно расположенность к добру, являются неотъемлемой частью образа Божия в человеке, но их развитие во многом зависит от самого человека, от характера его воспитания, воздействия той среды, в которой он живет, и от многого другого. Такова точка зрения священника Алексея Мороза.

– Согласны ли вы с ним?

Высказывания учеников.

Классный руководитель. Итак, целомудрие воспитывается в человеке в процессе его духовной жизни и, естественно, имеет разные уровни. **Врожденное, естественное для нормального человека – это физическое целомудрие.** Оно проявляется в чувстве стыда своей физической наготы, в скромности и сдержанности в общении с противоположным полом, в стыдливости и скромности в словах, жестах и телодвижениях. Это чувство надо всячески в себе хранить и в других поддерживать и развивать. Естественное целомудрие может перерасти в высшее, духовное и послужить развитию подобию Божия в человеке.

3. Беседа о сочетании уровней целомудрия

Классный руководитель. На ваш взгляд, должны ли сочетаться уровни целомудрия в человеке?

Высказывания учеников.

Классный руководитель. Если же человек, зараженный чужим дурным примером и неправильным воспитанием, будет разрушать свое естественное целомудрие и поступать «как все», то постепенно целеустремленность уйдет из его души, и духовное совершенство такого человека будет невозможно.

4. Беседа о разнице в отношении к целомудрию мужчины и женщины

Классный руководитель.

– На ваш взгляд существует ли разница в отношении к целомудрию мужчины и женщины?

Высказывания учеников.

Классный руководитель.

– Протоиерей Александр Ильяшенко говорит следующее:

«Несомненно, целомудрие связано с верой и верностью, цельностью, мудростью, любовью и мужеством. Апостол Павел говорит: «Нет уже Иудея ни язычника; нет раба, ни свободного; нет мужеского пола, ни женского» (Галатам 3.28). Для Господа все едины: не важен ни социальный, ни интеллектуальный, ни национальный признак, ни пол, ни возраст... Каждый человек – драгоценная личность в очах Божиих, у каждого – свое место.

Место мужчины – быть лидером. Это не значит, что он – лучший, это значит лишь то, что во внешней жизни семьи, в государственной деятельности, мужчина должен занимать при-
сущее ему лидирующее положение.

Воспитание мужчины начинается, как это ни странно, с воспитания девушки. В женскую природу вложена удивительно прекрасная добродетель целомудрия. О внутренней женской красоте, ее духовной природе сказал Некрасов: «Есть женщины в русских селеньях ..., пройдет, словно солнцем осветит, посмотрит – рублем подарит». Об этом же апостол Петр, который был простым неграмотным рыбаком, сумел найти поразительные и высокопоэтические слова: «Да будет украшением вашим не внешнее плетение волос, не золотые уборы или нарядность в одежде, но сокровенный сердца человек в нетленной красоте кроткого и молчаливого духа, что драгоценно пред Богом» (1 Пет. 3; 3, 4). Вот удивительно глубокое определение красоты, которая достойна и девушки, и женщины, и жены, и матери. Эта нетленная красота драгоценна не только пред людьми, но даже пред Самим Господом Богом!»

– О духовной силе этой красоты написал советский поэт Константин Симонов в стихотворении «Жди». Приведем его заключительную строфу:

Не понять не ждавшим им,
Как среди огня
Ожиданием своим
Ты спасла меня.

Нельзя рационально объяснить, как, будучи неверующим человеком, К. Симонов мог признать, что ожиданием можно спасти? Казалось бы, что для коммуниста, воспитанного на диалектическом материализме, это невозможно. Несмотря на это, Симонову, благодаря несомненному поэтическому таланту - дару Божию, удалось проникнуть в факт духовной жизни. Целомудрие, как и каждая добродетель, обладает творческой силой.

Действительно, молитвой, чистотой, стойкостью, мужеством можно спасти не только своего суженого, но и отечество. Хвала той, которая это понимает и хранит целомудрие, как святыню, врученную ей Богом. Горе и беда той, для которой нечистая жизнь становится нормой. Такая, если и пройдет, солнцем не осветит и рублем не подарит... Разве что долларом мутно-зеленого цвета.

Знакомо ли вам впечатление, которое производит росистый луг ранним летним утром? Восходит благодатное ласковое солнышко. На каждой травинке — капелька чистейшей воды, и в каждой капельке искрится и переливается солнечный лучик. Необыкновенная красота! Такова сокровенная красота чистой женской души, которая возвышает и облагораживает тех, кто с ней соприкасается.

Продолжая наше сравнение, представим, что проехал грузовик и разбрызгал грязную воду из лужи. Тот же луг, та же трава, но не те капельки, они уже ничего не отражают. В наше время так мало молодых людей сохраняет чистоту до брака, поэтому так много браков распадается. Современный человек гонится за удовольствиями, не думая о том, что **брак – это труд, ответственность, это воспитание детей, это необходимость обеспечивать семью.**

Теперь у нас воспитание преимущественно женское, поэтому людей по-настоящему мужественных редко встретишь. Мало полноценных семей, но много распавшихся, треть детей рождена вне брака. Детей растят матери-одиночки, которые не могут правильно воспитать полноценного мужчину, а ведь нравственно здорового юношу воспитать труднее, чем девушку. И получилось так, что мужчины отошли дальше от своего призвания, чем женщины.

Природа мужская более подвержена разлагающему влиянию, чем природа женская. Преступность, алкоголизм, наркомания, сквернословие – все это присуще мужской природе в большей мере, нежели женской. Женскую природу из нормы вывести труднее, но труднее и вернуть утраченное равновесие. Когда идеалом становится стремление к комфорту и наслаждению, а деньгами измеряют нравственность, тогда оказывается, что все напоказ и все на продажу. Целомудрие становится не только редким качеством, но даже и подвергается осмеянию. Вот это – одно из самых страшных явлений нашей жизни. Трагично, если девушка, которая по своей природе должна быть хранительницей целомудрия, теряет представление о том, что это удивительно прекрасное качество она должна беречь как зеницу ока, и поддается на дешевый обман.

Утрата христианских идеалов чистоты, целомудрия, верности началась уже давно, несколько веков назад. Еще У. Шекспир писал:

«И добродетель в этот жирный век
Должна просить прощенья у порока».
(«Гамлет»)

И в наше время молодые люди не видят целомудрия ни во взрослых, ни в своем окружении, культуре. Директор одной школы в небольшом рабочем поселке заметила, что одна старшеклассница «заскучала», ходит, как в воду опущенная. Директор пригласила ее к себе в кабинет, разговорила и оказалось, что произошло то, что происходит обычно. За девушкой

стал ухаживать молодой человек, у которого, кстати, она была далеко не первая. Когда он добился желаемого, то воскликнул: «Эх! И ты такая же! Все вы такие!».

Почему же она так страдала? Казалось бы, согласно современным представлениям, тут нет ничего особенного: «все так живут, так все и поступают». Однако это всего лишь самообман, далеко не все так живут и так поступают.

Наш великий соотечественник, А.В.Суворов, которого по праву можно назвать рыцарем без страха и упрека, говорил: «Мне честь дочери дороже жизни и собственной чести». Сейчас же царят взгляды прямо противоположные. Не только из нашего разговорного языка, но и из системы ценностей давно исчезли такие понятия, как «честь», и тем более «женская честь». Бедная девушка так тяжело переживала от того, что не уберегла свою честь. Думая, что встретила любящего человека, она обманулась, и сама себя добровольно отдала на поругание: никакой любви, которую он якобы испытывал, о которой он так красноречиво ей говорил, не было. Просто он ею воспользовался для удовлетворения своей похоти и своего мужского самолюбия. Самым ужасным для нее было то, что в его словах прозвучала горькая правда, ведь она сама — неповторимая личность, единственный в своем роде человек, унизила себя, позволив чтобы кто-то воспользовался ею, как объектом наслаждения или самоутверждения.

В современный разговорный язык прочно вошло слово «пользователь». Говорить о том, что данный человек — пользователь, например, компьютера, значит говорить о его профессиональной принадлежности, а если он пользователь женской красоты и неопытности, то — о безнравственности, более того, — о подлости.

Но и восклицание этого молодого человека — свидетельство его личной трагедии, потому что не встретилась на его пути та, которую не склонить ко греху никакими соблазнами, которая непреклонно берегла бы свою честь и свою чистоту, целомудрие и любовь неповрежденными и неистраченными вручила бы своему мужу. Такой девушке можно верить, такую можно любить, с такой можно связать свою судьбу навсегда.

Нельзя думать, что грешить можно безнаказанно. Нравственные законы столь же реальны и столь же объективны, как и законы материального мира. Они существуют и действуют независимо от того, признаем ли мы их действие и существование или нет. Содеянное зло неизбежно обращается против того, кто его сотворил. Об этом свидетельствует жизненный опыт многих и многих знаменитых и мало кому известных людей.

Подчас приходится сталкиваться с ситуациями, по-видимому совершенно безнадежными. В церковь приходят самые разные люди и нередко совершенно случайно. Девушка попросила подвезти ее и, узнав, что водитель едет в храм, пошла вместе с ним. Ожидая, пока священник освободится, расплакалась, а потом крепко заснула. Оказывается, она потеряла работу, а вместе с ней и жилье, поскольку нет денег, чтобы его оплачивать, и уже неделю нигде не живет, спит где придется. «Где ты работала?», — «В казино», — «Что же и «этим» занималась?», — «Да, с тринадцати лет». Мать умерла, отца не помнит... Она осталась совершенно одна на всем белом свете, образования нет, ничего, кроме своего постыдного ремесла, не умеет. Для других в двадцать лет жизнь только начинается, а для нее уже все позади...

Видимо, это достаточно типичная картина: подросток бросает дом, школу и пускается искать несбыточного счастья, но через несколько лет, потеряв стыд, честь, человеческое достоинство, а заодно красоту и свежесть молодости, остается в безнадежном одиночестве. Как ужасно, что эта неповторимая пора, которая естественным образом характеризуется чистотой сердца, оптимистической наивностью, радостью, поисками добра в мире, становится вопреки природе временем тьмы, пороков и смерти.



Широко известно горестное восклицание Есенина: «О моя утраченная свежесть, буйство глаз и половодье чувств!» Все растрачено и безвозвратно потеряно. Почему? «Похоть же, зачав, рождает грех; а сделанный грех рождает смерть» (Иак. 1, 15). Здесь речь идет о смерти нравственной, которая может наступить раньше физической. Разврат убивает способность любить и всегда связан с цинизмом, который не щадит даже самых близких людей. «У нее нет не только виллы, о которой она врал, но даже маленькой вилочки. Одни ножки, да и те старые», – так Есенин не постыдился написать своему приятелю об Айседоре Дункан, которую, казалось бы, любил. «Кто же прелюбодействует с женщиною, у того нет ума; тот губит душу свою, кто делает это; побои и позор найдет он, и бесчестие его не изгладится», – говорил премудрый Соломон (Притчи 6.32, 33).

Массовая культура насаждает как идеал то, что порицал царь Соломон три тысячи лет назад. В результате снижается как нравственный уровень культуры, так и нравственный уровень самого общества. Это можно подтвердить словами эстрадных песенок. Одна была популярна в 70-х годах, другая написана недавно. «Я свою любовь сберегу, через реки перекину мосты, если только я поверить смогу, что идешь навстречу ты». Лирический герой обещает сохранить свою любовь, если «дама его сердца» идет навстречу, а если нет – то, очевидно, ни любовь беречь не будет, ни мостов перекидывать.

Современная песня еще красноречивее. На смеси французского с нижегородским певец плаксивым голосом капризного ребенка обращается к дорогой: «Шерри, как горько сидеть у закрытой двери. Но я сижу, но я стучу, но я стучу, но я достучусь...». Я своего добьюсь, но не интеллектом, не мужеством, не решимостью, не трудолюбием, а стуком. Не мужчина, не рыцарь, а стукач! Во что же мы выродились, если подобные произведения воспринимаются как имеющие право на жизнь и встречаются аплодисментами, а не тухлыми яйцами?

Нравственная деградация дошла до такого уровня, что любители расточать ласки вместе со стихотворным персонажем Н. Гумилева в свое оправдание могут сказать:

Я нигде не встретил дамы,
Той, чьи взоры непреклонны.

Но в том-то и дело, что если девушка непреклонно хранит свою чистоту, тогда она решительно отличается от окружающих. Вовсе не внешние привлекательность и красота драгоценны в девушке, а ее целомудрие. Девушка должна быть неприступной. Вот тогда в мужчине проявятся его лучшие нравственные качества: мужество, твердость, упорство, доброта и нежность... Он станет доблестным рыцарем, защитником женской чистоты и целомудрия. И он должен завоевать доверие и любовь, проявив качества не сластолюбца, а настоящего мужчины.

Достоинство человека, независимо от пола, возраста, карьеры, семейного положения и т. п., определяется чистотой его души и праведностью жизни. Такими людьми невозможно манипулировать, навязывать то, что противоречит голосу их совести. Такие люди не позволяют себя унижать, напротив, они способны преподать нравственный урок любому, не взирая на его чины и звания.

5. Беседа о разнице в отношении к целомудрию в разных религиях

Классный руководитель.

– Во многих культурах сохранение физического целомудрия до вступления в брак считалось необходимым.

Женское целомудрие в некоторых культурах тесно переплетается с персональной или даже семейной честью. В некоторых культурах (особенно христианство и ислам) присутствует глубокая вера в то, что потеря девственности до свадьбы является постыдной.

– С какими взглядами по отношению к целомудрию встретились вы при подготовке к нашей беседе?

Высказывания учащихся.

В древнегреческой мифологии и ряде религий физическое целомудрие считается признаком особой духовной чистоты. Девственница (греч. παρθένος) – один из эпитетов богини Афины, отсюда и название храма в ее честь – Парфенон.

Девственность часто рассматривалась как добродетельная чистота и физическое самообладание и являлась важным качеством некоторых мифических персонажей, таких, как древнегреческие богини Афина, Артемида и Гестия. Весталки были строго воздерживающимися жрицами богини Весты.

Ислам

Ислам строго предписывает, что секс может иметь место только в браке. Цитаты, подобные «И не приближайтесь к прелюбодеянию» (Коран, сура Аль-Исра, 17:32), завещают это.

По исламскому праву, половые связи до законного брака являются преступлением категории хадд, то есть одними из самых тяжких. Убийство, например, относится к категории кисас, не столь тяжелой и не всегда предполагающей смертную казнь.

Иудаизм

Одним из фундаментальных аспектов иудейской традиции является огромное значение, придаваемое девственности. Упоминание появляется уже в Книге Бытия, строфе о встрече Елизара с Ребеккой – «Девушка была прекрасна видом, дева, которой не познал муж» (Книга Бытия, 24:16) – проходит красной нитью через Библию, особенно в отношении помолвки, свадьбы и развода. Мужчине предписывается жениться на девушке, но не на женщине (Левит 21:7, 21:13-14). Если же мужчина вне законного брака отобрал у необрученной девушки девственность, то он обязан на ней жениться и жить только с ней единственной без права на развод (Исход 22:16-17, Второзаконие 22:28-29). В целом же, отношение к девственности описывается в 22 главе Второзакония.

Подведение итогов

Классный руководитель. Зачатком духовного целомудрия является также единство мыслей, слов и дела. Человек всегда должен говорить то, что думает, и поступать соответственно со своим образом мыслей. Нельзя думать одно, говорить другое, а поступать по-третьему. Это есть лицемерие – грех, который разрушает душу человека. Человек, поступающий так, никогда не станет целомудренным.

Домашнее задание. Обсудить с родными тему: «Целомудрие дается нам при рождении или воспитывается в процессе жизни?»



ЛЮБОВЬ

КЛАССНЫЙ ЧАС «ЛЮБОВЬ И ВЛЮБЛЕННОСТЬ» (8–11 классы)

Цели:

- дифференцировать понятия «любовь» и «влюбленность»;
- развивать у учеников стремление к осмыслению ценности любви и состояния влюбленности;
- показать учащимся уникальность чувства любви каждым человеком;
- актуализировать знания учащихся по психологии межличностных отношений.
- развивать навыки самопознания и самоанализа.

Оформление:

- плакаты с высказываниями о любви; музыкальное оформление.

Информация по теме для педагогов

1. Для большей эффективности занятие целесообразно проводить со священнослужителями Тираспольско-Дубоссарской Епархии.

2. При проведении классного часа необходимо использовать следующую информацию.

В ряду человеческих свойств и проявлений любовь является самой великой и самой притягательной тайной. Думается, что загадка этого волшебного чувства еще много и много лет будет волновать людей разного возраста, национальности, социального положения.

Главным законом человечества, семьи и конкретного человека была и остается любовь. Человек, бережно хранящий, лелеющий и проносящий через всю свою жизнь и дела свои любовь к окружающему миру, людям и к себе, не совершит зла. Семья, основанная на любви, не впустит в свой дом ненависть. Человечество может сохранить себя только тогда, когда каждый человек поймет и внутренне почувствует, что он может жить только в любви.

Древние мудрецы создали, по моему мнению, наиболее четкое и емкое определение любви: «Три источника имеют влечения человека – душу, разум, тело». Влечение души порождает дружбу (друг никогда не подведет, не предаст, всегда придет на помощь). Влечение ума – уважение (это признание прав другого человека мыслить и поступать самостоятельно). Влечение тела – желание...

Соединение этих трех источников влечения порождает настоящую любовь.

Настоящая любовь существует и приносит счастье. Нужно только бережно относиться к этому драгоценному чувству.

Ключевые понятия по теме

Любовь – чувство глубокой привязанности, преданности кому-либо, чему-либо, основанное на общности интересов, идеалов, на готовности отдать свои силы общему делу или спасению, сохранению кого-либо, чего-либо.

Оборудование, материалы и подготовительная работа:

– проектор мультимедиа, компьютер, экран, магнитофон, плакаты: «Составляющие любви», «Ловушки влюбленности»;

– информационные листы:

Приложение 1. «Основные отличия любви и влюбленности»;

Приложение 2. «Ловушки влюбленности»;

Приложение 3. «Советы психолога», «Желательные выражения. Запрещенные фразы».

Вспомнить на уроках литературы следующие произведения о любви: «Повесть о Петре и Февронии Муромских»; А. Грин. «Алые паруса»; А.Н. Островский. «Снегурочка»; В. Шекспир. «Ромео и Джульетта»; А.С. Пушкин. «Капитанская дочка»; «Я помню чудное мгновение», «Евгений Онегин», «Метель»; И.С. Тургенев. «Ася»; М.Ю. Лермонтов. «Герой нашего времени»; Ф. Стендаль. «Красное и черное»; Л. Толстой. «Анна Каренина», «Война и мир» и др.

Ход классного часа

Вступительное слово классного руководителя.

– Какие ценности, по вашему мнению, являются главными для человеческого счастья? (Семья, любовь и т. д.)

Мы слышали множество важных для нас ценностей, но чаще было произнесено слово «любовь». Значит, это важно для вас. Сегодня мы постараемся научиться распознавать настоящую любовь, отличать ее от других чувств. Узнаем, как можно поспособствовать становлению и укреплению чувства любви.

Основная часть

1. Беседа об определении любви

(Демонстрация слайда под музыку «Мистическая Роза»)

Классный руководитель.

– Существует легенда о том, что когда-то на Земле жили прекрасные телом, умные и талантливые люди. Каждое существо соединяло в себе сразу два пола. И возгордились они, возомнили себя выше Бога. И тогда разгневался на них Бог и послал на Землю молнию, которая разрешила каждого человека на две части: мужчину и женщину. Потом все половинки перемешались. И с тех пор каждая из них бродит по Земле и ищет свою вторую половинку. Если половинки находят друг друга, то они обретают истинное счастье – любовь.

Вот так и мы, современные люди, живем с вечной тоской по нашей второй половинке и куда бы мы ни шли: на дискотеку, в школу, в гости к друзьям – в сердце у нас звучит вопрос: «А вдруг сегодня, здесь я встречу Его или Ее?».

Но как узнать, угадать родственную душу, свое второе «Я»? Свою любовь?

В ряду человеческих свойств и проявлений любовь является самой великой и самой притягательной тайной. Думается, что загадка этого волшебного чувства еще много и много лет будет волновать людей разного возраста, национальности, социального положения.

2. Поэты о любви

Моя любовь без дна, а доброта –
 Как ширь морская.
 Чем больше трачу,
 Тем становлюсь безбрежной и богаче.

В. Шекспир

Мы негодуем иль играем,
 Иль лжем – но в сердце тишина.
 Мы никогда не изменяем:
 Душа одна – любовь одна.
 Любви мы платим нашей кровью,
 Но верная душа – верна,
 И любим мы одной любовью...
 Любовь одна как смерть одна.

3. Гиппиус

Классный руководитель.

– Эти строки написала поэтесса, представитель Серебряного века в русской поэзии Зинаида Гиппиус. Ее стихи о любви щемяще-нежные и очень глубокие. «Они как будто направлены вглубь души», — сказал о поэтессе Валерий Брюсов. Эта женщина была очень счастлива в своей любви. Выйдя замуж в 20-летнем возрасте, она прожила счастливо со своим мужем 52 года, не расставаясь при этом с ним ни на один день. Только смерть разлучила два любящих сердца.

– А вот строки из стихотворения *Д. Мережковского*, мужа поэтессы.

Я чувствую, что так любить нельзя,
 Как я люблю, что так любить безумно,
 И страшно мне, как будто смерть, грозя,
 Над нами веет близко и бесшумно...
 Но как порой любовь ни проклинаю –
 И жизнь, и смерть с тобой я разделю,
 Не знаешь ты, как я тебя люблю,
 Быть может, я и сам еще не знаю.

Вопросы учащимся.

1. Понравились ли вам эти стихи?

2. Можете ли вы привести примеры подобной любви?

(«*Повесть о Петре и Февронии Муромских*»; А. Грин. «*Алые паруса*»; А.Н. Островский. «*Снегурочка*»; В. Шекспир. «*Ромео и Джульетта*»; А.С. Пушкин. «*Капитанская дочка*», «*Я помню чудное мгновение*», «*Евгений Онегин*», «*Метель*»; И.С. Тургенев. «*Ася*»; М.Ю. Лермонтов. «*Герой нашего времени*»; Ф. Стендаль. «*Красное и черное*»; Л. Толстой. «*Анна Каренина*», «*Война и мир*» и др.)

Классный руководитель.

– Да, главным законом человечества, семьи и конкретного человека была и остается любовь. Человек, бережно хранящий, лелеющий и пронсящий через всю свою жизнь и дела свои любовь к окружающему миру, людям и к себе, не совершит зла. Семья, основанная на любви, не впустит в свой дом ненависть. Человечество может сохранить себя только

тогда, когда каждый человек поймет и внутренне почувствует, что он может жить только в любви.

– Послушайте еще два стихотворения о любви. (*Стихи читают учащиеся.*)

Взгляд любви

Все, что ни есть, до капельки вместить,
Располагая сердце на доверье.
Любить, любить, на всех путях любить -
Протягивать упавшим милосердьё.
Вернуть зверей на расстоянье глаз,
Вернуть себе обличье человека.
Любить, да так, чтоб полюбили нас
Все твари предстоящего ковчега.

Э. Балашов

Автор следующего стихотворения, к сожалению, мне не известен. Может, вы поможете мне найти его.

Странник

Если мне в моих скитаньях кто-нибудь любовь подарит,
Я ее подальше в сердце, я ее подальше в сердце,
Как в тайник глубокий, спрячу, чтоб она не затерялась.
Ну, а если от страданий разобьется мое сердце,
Все равно любви не выпасть – с сердцем так она срослась.
Не знаком с людьми я с теми, кто дарил свое участие,
Их дыханье ощущаю. Сотни слабых и несчастных
Мне протягивали руку и в беде опорой были.
И глотком воды последним бедняки со мной делились,
Нищие же отдавали золотое свое сердце.
В тайнике моем хранится каждая людская ласка,
Что моей щеки касалась и моих волос касалась.
И приветные улыбки, и участие, и тревоги
Были мне в скитаньях тяжких по житейской по пустыне,
Как глоток воды студеной, за мою любовь и ласку
Мне сторицей отдавали. Даже те не обходили,
Что меня чужим считали. Те, кому помочь не мог я,
Потому что сам бессильный. Ждал, когда осилит злобу
Щедрая любовь людская.
И всего не перечислишь, что хранится в моем сердце,
Только ноша мне не в тягость:
С полным сердцем жить светлее.
И чем больше я скитаюсь, тем любви встречаю больше,
Бескорыстной и нежданной.
Все, что накопил, скитаясь, не возьму с собою, люди!
Вам оставлю вместе с сердцем в час, когда оно умолкнет.
Вы тогда его откройте, извлеките все богатства,
Что срослись с ним воедино. И любовь, и сердце – ваши,
Вам они принадлежат!

(*Возможно использование стихов других авторов.*)

– Какое впечатление оставляет данное стихотворение?
 – Конечно, в любви может быть много сложного, до конца не познанного. Может быть даже любовь, как Вселенная, никогда не будет познана до конца. И тем не менее, накоплен огромный опыт, помогающий распознать настоящую любовь...

– Как вы понимаете это чувство? Существует это чувство на Земле? Всем ли дано испытать чувство любви? *(Ответы учащихся.)*

– Древние мудрецы создали, по моему мнению, наиболее четкое и емкое определение любви: «Три источника имеют влечения человека – душу, разум, тело». Влечение души порождает дружбу (друг никогда не подведет, не предаст, всегда придет на помощь). Влечение ума – уважение (это признание прав другого человека мыслить и поступать самостоятельно). Влечение тела – желание... Соединение этих трех источников влечения порождает настоящую любовь.

3. Беседа об отличиях любви от влюбленности

Классный руководитель.

– А сейчас мы попробуем проанализировать чувство любви, научимся отличать любовь от других состояний, например, влюбленности.

(Работа с мультимедиа.)

– Возьмите, пожалуйста, информационный лист № 1 (см. приложение 1). Прочитайте выводы. Согласны ли вы с данными высказываниями?

4. Релаксационная пауза

(Музыка «Соловецкая соната» или другое произведение, показ слайдов.)

Классный руководитель.

Мы любим планету,
 Мы тянемся к свету,
 Вселенная любит,
 Судьба приголубит.
 Мы верим, надеемся
 В жизни найти
 Любовь, с которой нам по пути.

5. Работа над ситуациями

Классный руководитель.

– Теперь мы попробуем **применить полученные знания**, выступим с вами в роли экспертов и разберем ситуации, происходящие с вашими сверстниками. Очень часто бывает, что влюбленность, неожиданно вспыхнув, также неожиданно и в один момент угасает. По этому поводу можно сказать, что человек попал в «ловушку» и чем человек моложе, тем больше вероятность попадания в них.

– Сейчас ребята расскажут о пяти таких «ловушках» (на доске плакат с названиями Ловушек влюбленности).

– Внимательно прослушайте материал и на информационном листе № 2 (см. приложение 2) соотносите эпизоды с названием ловушки.

– Потом я вам дам несколько минут, чтобы вы обсудили результаты в парах. Затем заслушаем ваши ответы.

(Ребята зачитывают ситуации.)

6. Фронтальная беседа

- О каком чувстве шла речь во всех ситуациях?
- Могла ли влюбленность перерасти в любовь?
- Как вы думаете, можно ли влюбленность считать трагедией?
- Давайте разберем такую ситуацию: юноша служит в армии. Девушка обещала его ждать.

Через некоторое время он узнает, что она встречается с другим. В таких случаях ребята страдают, дезертируют, совершают суицид... Судьба загублена. А стоило ли?

– Благодаря влюбленности мы приобретаем жизненный опыт, мудрость, которые приведут нас к настоящей любви.

Подведение итогов

Классный руководитель.

– В течение занятия мы с вами пытались разобраться, что такое настоящая любовь, как любовь отличить от влюбленности.

– Итак, настоящая любовь существует и приносит счастье. Нужно только бережно относиться к этому драгоценному чувству.

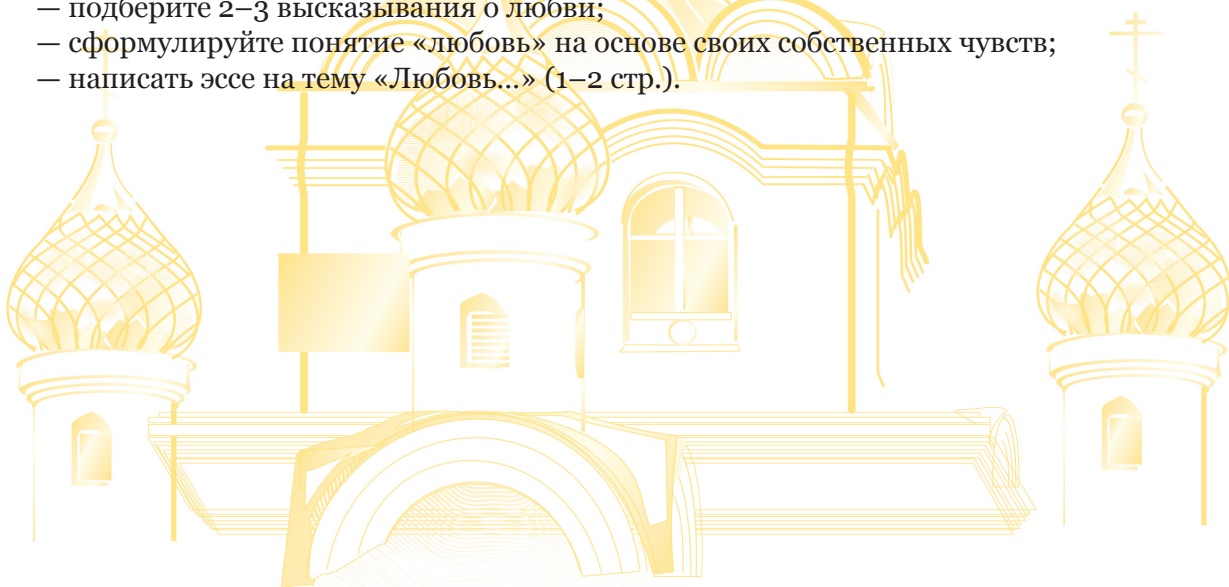
– Обратите внимание на информационный лист № 3 (см. приложение 3). На нем вы увидите советы психолога, которые помогут вам правильно построить взаимоотношения.

– От всей души благодарю вас за то, что вы открыли свои души и сердца, поделились опытом, доставили удовольствие своим общением.

– Чувства оценить очень сложно, кто-то может о них говорить вслух, кто-то нет. Но я увидела открытость, заинтересованность. Даже те, кто что-то не высказал вслух, сделал выводы и открытие для себя. Желаю вам настоящей любви и бесконечного счастья. На следующих занятиях по данной ценности мы поговорим о внебрачной половой жизни, о равенстве между мужским и женским полом, главенстве мужа в семье и других темах.

Домашнее задание. Обсудить темы любви и влюбленности со своими близкими:

- подберите 2–3 высказывания о любви;
- сформулируйте понятие «любовь» на основе своих собственных чувств;
- написать эссе на тему «Любовь...» (1–2 стр.).





Информационный лист № 1

ОСНОВНЫЕ ОТЛИЧИЯ ЛЮБВИ ОТ ВЛЮБЛЕННОСТИ

<i>Влюбленность</i>	<i>Любовь</i>
<i>Как начался роман?</i>	
Быстро (минуты, часы, дни)	Медленно (месяцы, годы)
<i>Что больше всего интересует, нравится, привлекает?</i>	
Внешняя экипировка человека	Полная индивидуальность, вся личность целиком
<i>Какое влияние оказывает роман на вашу личность?</i>	
Дезорганизующее, странные поступки, кажется «сами не в себе»	Организующее, творческое, появление новых положительных качеств, одухотворенность
<i>Как влияет расстояние (долгая разлука) на ваши отношения?</i>	
Испарились, не выдержали, исчезли	Выжили, возможно даже окрепли
<i>Что вы чувствуете и как относитесь к своим отношениям?</i>	
Мало чувства целостности. Много: я, мне, он, ему, его	Чувствуем и думаем как одно целое, пара, общность. Говорим: мы, наш, нам
Выводы	
«Бывает, что любовь пройдет сама, ни сердца не затронув, ни ума, то не любовь, а просто лишь забава» <i>Низами</i>	«Любовь – самое сильное из всех страстей, потому что она одновременно завладевает головою, сердцем, телом» <i>Вольтер</i>



Информационный лист № 2
«ЛОВУШКИ ВЛЮБЛЕННОСТИ»

Ситуация 1. «Ловушка неполноценности»

Я девушка общительная, доброжелательная, веселая. В моей жизни произошло несколько случаев, когда я встречалась с парнями и думала, что люблю... Меня привлекали только те парни, у которых что-то не получалось в жизни: плохо учились или были замкнутыми, или выделялись конфликтными взаимоотношениями. Я была уверена, что они без меня пропадут. Но когда у нас получалось справиться с их трудностями, мне они были не интересны. И тогда я поняла, что я их не любила, а просто жалела...

Ситуация 2. «Ловушка жалости»

Я был очень популярным среди девушек, в меня многие влюблялись. Но как-то у нас в классе появилась девушка, которая не обращала на меня никакого внимания. Я стал думать только о ней: не спал, не ел... И тогда я решил, что вот и пришла настоящая любовь... Я пытался завоевать ее внимание любыми способами, и это произошло. Но когда я стал с ней встречаться, она перестала быть интересной...

Ситуация 3. «Ловушка удачи»

Однажды я встречалась с парнем. Мы с ним ходили в кино, театр, слушали классическую музыку. Нам было так хорошо вместе, и я думала, что люблю его. Но со временем у нас стали изменяться интересы: он стал ходить на дискотеку, уделять много времени спорту... Я потеряла желание общаться с ним. Поняла, что это была просто влюбленность.

Г

И

Н

Е

Д

Ж

О

Р

Э

О

В

Ситуация 4. «Ловушка уязвленного самолюбия»

С 14 лет я стал встречаться с девушками. Но каждая из них через некоторое время бросала меня и предпочитала других парней. Как-то я познакомился с девушкой, с которой отношения складывались плавно, и я уверенно чувствовал себя с ней. Тогда я подумал, что это настоящая любовь. Но когда меня выбрали премьер-министром школы, и моя репутация резко пошла вверх (появилось много девушек, желающих со мной дружить), мое отношение к моей девушке сразу же изменилось. Я бросил ее.

Ситуация 5. «Ловушка общности интересов»

С самого раннего детства я была недовольна своей внешностью: то мне казалось, что уши торчат, то нос мне не нравился, то ноги слишком худые... Я думала, что никогда не буду достойна любви, но все равно ждала и надеялась. И когда мне исполнилось 14 лет, со мной произошла такая история: мне предложил дружбу старшеклассник, мы стали встречаться... Я стала такой счастливой и решила, что люблю его. Но со временем оказалось, что это было всего лишь моей благодарностью за то, что он обратил на меня внимание.

Приложение 3

Информационный лист № 3

РЕКОМЕНДАЦИИ ПСИХОЛОГА ДЛЯ ЮНОШЕЙ

1. Девушке в юноше нравятся душевная зрелость, серьезные планы на будущее, чувство ответственности.
2. Не критикуй свою подругу.
3. Чаще делай ей комплименты.
4. Не изводи ее ревностью.
5. Если случится уехать, регулярно звони, пиши.
6. Оказывай ей внимания больше, чем другим.
7. Не устраивай никаких испытаний, чтобы проверить ее чувства.

Запрещенные фразы:

1. Я тысячу раз тебе говорил...
2. Сколько надо повторять...
3. Неужели тебе трудно запомнить, что...
4. Неужели тебе непонятно, что...
5. Ты стала такой грубой...
6. Все люди как люди, а ты...
7. Что ты ко мне пристала...
8. Ты такая же, как твои родители...
9. С тобой бесполезно говорить...

Желательные выражения:

1. Ты у меня самая красивая...
2. С тобой мне так легко и радостно...
3. У меня никого нет ближе тебя...
4. Я никому так не верю, как тебе...
5. Ты у меня молодец...
6. Посоветуй мне, ведь ты так хорошо в этом разбираешься...
7. Как я тебе благодарен...
8. Я бы никогда не сумел это сделать так хорошо, как ты...

РЕКОМЕНДАЦИИ ПСИХОЛОГА ДЛЯ ДЕВУШЕК

1. Не считай любимого своей собственностью.
2. Не требуй от избранника поступков, противоречащих его натуре.
3. Не будь слишком подозрительной.
4. Не повторяй без конца: «Ты меня уже не любишь...».
5. Не делай упреков слезным тоном, не стремись показать, что ты из-за него несчастна.
6. Старайся хвалить, высоко ценить его качества (особенно ум, силу, мужественность).

Запрещенные фразы:

1. Я тысячу раз тебе говорила...
2. Сколько раз надо повторять...
3. Неужели тебе трудно запомнить, что...
4. Неужели тебе непонятно, что...
5. Ты стал такой грубый...

6. Все люди как люди, а ты...
7. Что ты ко мне пристал...
8. Ты такой же, как твои родители...
9. С тобой бесполезно говорить...

Желательные выражения:

1. Ты у меня самый умный...
2. С тобой мне так легко и радостно...
3. У меня никого нет ближе тебя...
4. Я никому так не верю, как тебе...
5. Ты у меня молодец...
6. Посоветуй мне, ведь ты так хорошо в этом разбираешься...
7. Как я тебе благодарна...
8. Я бы никогда не сумела это сделать так хорошо, как ты...

«ФИЛОСОФСКИЙ СТОЛ» НА ТЕМУ «МУЖ – ГЛАВА ЖЕНЫ»*
(8–11 классы)

Цели:

- стимулировать естественное стремление старшеклассников разобраться в семейных ролях мужа, жены;
- способствовать пробуждению самостоятельной мысли в вопросе, кому быть лидером в семье.

Оформление: плакат с цитатой «Будьте на своем месте в семье, пока вы еще с родителями, чтобы, когда создадите свою семью, оказаться вам и тогда на своем месте: юноше – будущему отцу – главой семейства, девушке – будущей матери – помощницей мужу и распорядительницей домашнего хозяйства». *Преподобный Иоанн Лествичник*

Информация по теме для педагогов

1. Для большей эффективности занятие целесообразно проводить со священнослужителем Тираспольско-Дубоссарской Епархии.
2. При проведении классного часа необходимо использовать следующую информацию. Основой семьи является бескорыстная любовь. Каждый должен забыть свое «я», посвятить себя другому. Каждый должен винить себя, а не другого, когда что-нибудь идет не так. Необходимы выдержка и терпение, нетерпение же может все испортить. Резкое слово может на месяцы замедлить слияние душ. С обеих сторон должно быть желание сделать брак счастливым и преодолеть все, что этому мешает.

Другим секретом счастья в семейной жизни является внимание друг к другу. Муж и жена должны постоянно оказывать друг другу знаки самого нежного внимания и любви.

Одним из обязательных условий счастливой семейной жизни является взаимная верность супругов. Грех измены, на церковном языке – прелюбодеяние, настолько велик, что является единственной допустимой причиной для развода. Измена ранит человека в самое сердце; она выбивает, если сказать образно, опору из-под ног. Измена – это предательство любви. Предается все самое святое, а потому для христианина неприемлема даже мысль об измене. Верность – добродетель, необходимая и мужу, и жене. Верность – величайшая добродетель в самом широком смысле.

Абсолютное доверие – это основа верной любви. Тень сомнения разрушает гармонию семейной жизни. Верная жена своим характером и поведением доказывает, что она достойна доверия мужа. Он уверен в ее любви, он знает, что ее сердце неизменно предано ему. Он знает, что она искренне поддерживает его интересы. Очень важно, что муж может доверить своей верной жене ведение всех домашних дел, зная, что все будет в порядке.

Нужно, чтобы все в жизни было общим. Пусть оба сердца разделяют и радость, и страдания. Пусть они делят пополам груз забот... каждый в своих планах и надеждах должен обязательно подумать и о другом. Друг от друга не должно быть никаких секретов. Дружья у них должны быть только общие. Таким образом, две жизни сольются в одну жизнь, и они разделят и мысли, и желания, и чувства, и радость, и горе, и удовольствие, и боль друг друга.

В устройстве дома должен принимать участие каждый член семьи, и самое полное семейное счастье может быть достигнуто, когда все честно выполняют свои обязанности. Не может быть глубокой и искренней любви там, где правит эгоизм. Совершенная любовь – это совершенное самоотречение.

Ключевые понятия по теме

Любовь – чувство глубокой привязанности, преданности кому-либо, чему-либо, основанное на общности интересов, идеалов, на готовности отдать свои силы общему делу или спасению, сохранению кого-либо, чего-либо.

Оборудование, материалы и подготовительная работа:

– четкое определение темы «философского стола» не менее чем за две недели до проведения мероприятия;

– учащимся раздаются вопросы, конкретизирующие проблему дискуссии:

1. Что является основанием для создания семьи?
2. Что такое верность? Почему необходима верность в семейной жизни?
3. Какую роль в семье должны играть: а) муж, б) жена, в) дети?
4. Что делает семью настоящей семьей?
5. Почему нельзя верить материалам современных СМИ, касающихся вопросов семьи и брака?

Ход «философского стола»

Вступительное слово классного руководителя.

– Темой нашего сегодняшнего «философского стола» является «Муж – глава жены». В процессе подготовки данного мероприятия вы должны были поразмыслить над определенными вопросами.

Основная часть

1. Беседа «Основа семьи»



Классный руководитель.

– Долгом в семье является бескорыстная любовь. Каждый должен забыть свое «я», посвятив себя другому. Каждый должен винить себя, а не другого, когда что-нибудь идет не так. Необходимы выдержка и терпение, нетерпение же может все испортить. Резкое слово может на месяцы замедлить слияние душ. С обеих сторон должно быть желание сделать брак счастливым и преодолеть все, что этому мешает.

Еще один секрет счастья в семейной жизни – это внимание друг к другу. Муж и жена должны постоянно оказывать друг другу знаки самого нежного внимания и любви.

Нужно, чтобы все в жизни было общим. Пусть оба сердца разделяют и радость, и страдание. Пусть они делят пополам груз забот..., каждый в своих планах и надеждах должен обязательно подумать и о другом. Друг от друга не должно быть никаких секретов. Друзья у них должны быть только общие. Таким образом, две жизни сольются в одну, и они разделят и мысли, и желания, и чувства, и радость, и горе, и удовольствие, и боль друг друга.

Удерживайтесь от ссоры. Не ложитесь спать, затаив в душе чувство гнева. В семейной жизни не должно быть места гордости. Никогда не нужно тешить свое чувство оскорбленной гордости и скрупулезно высчитывать, кто именно должен просить прощение. Истинно любящие такой казустикой не занимаются, они всегда готовы и уступить, и извиниться.

В устройстве дома должен принимать участие каждый член семьи, и самое полное семейное счастье может быть достигнуто, когда все честно выполняют свои обязанности. Не может быть глубокой и искренней любви там, где правит эгоизм. Совершенная любовь – это совершенное самоотречение.

Такие основания семьи выделяет Святая Царица-мученица Александра Федоровна Романова («О семейной жизни»).

– Согласны ли вы с мнением Александры Федоровны?

Высказывания учеников.

2. Беседа о верности в семейной жизни

Классный руководитель.

– Одним из обязательных условий счастливой семейной жизни является верность. Что вы думаете по этому поводу?

Высказывания учеников.

Классный руководитель.

– Первым требованием к жене является верность, верность в самом широком смысле. Абсолютное доверие – это основа верной любви. Тень сомнения разрушает гармонию семейной жизни. Верная жена своим характером и поведением доказывает, что она достойна доверия мужа. Он уверен в ее любви, он знает, что ее сердце неизменно предано ему. Он знает, что она искренне поддерживает его интересы. Очень важно, что муж может доверить своей верной жене ведение всех домашних дел, зная, что все будет в порядке. Мотовство и безалаберность жен разрушили счастье многих семейных пар.

Каждая верная жена проникается интересами своего мужа. Когда ему тяжело, она старается подбодрить его своим сочувствием, проявлениями своей любви. Она с энтузиазмом поддерживает все его планы. Она – не груз на его ногах. Она – сила в его сердце, которая помогает ему делаться все лучше.

Верная жена делает жизнь своего мужа благороднее, значительнее, обращая его могуществом своей любви к возвышенным целям. Она поощряет в нем мужество и ответственность. Она делает его жизнь прекрасной, смягчает резкие и грубые его привычки, если такие были.

Ее муж во всех сферах своей жизни чувствует, как помогает ему ее любовь. Хорошая жена – хранительница семейного очага.

Не все жены являются благословением для своих мужей... Они не протягивают руку помощи. Они нежатся на диванах, прогуливаются по улицам, грезят над сентиментальными романами и сплетничают в гостиных. Они абсолютно бесполезны и, будучи таковыми, становятся обузой для самой нежной любви. Вместо того чтобы сделать жизнь мужа сильнее, богаче, счастливее, они только мешают его успехам. Результат для них самих тоже оказывается плачевным.

Так определяет верность для жены Святая Царица-мученица Александра Федоровна Романова («О семейной жизни»).

Классный руководитель.

– Должна ли быть верность взаимной?

Высказывания учеников.

Классный руководитель.

– В каких литературных произведениях авторы описывают верность супругов?

Высказывания учеников.

– «Повесть о Петре и Февронии Муромских»; А.Н. Островский. «Снегурочка»; В. Шекспир. «Ромео и Джульетта»; А.С. Пушкин. «Капитанская дочка», «Дубровский»; Ф. Стендаль. «Красное и черное»; Л. Толстой. «Анна Каренина», «Война и мир» и другие.

Классный руководитель.

– Одним из обязательных условий счастливой семейной жизни является взаимная верность супругов. Грех измены, на церковном языке – прелюбодеяние, настолько велик, что являлся единственной допустимой причиной для развода. Измена ранит человека в самое сердце; она выбивает, если сказать образно, опору из-под ног. Измена – это предательство любви, а ведь Бог есть любовь, значит, предается Бог, освятивший брачные узы; нарушается обет верности, данный при венчании. Предается все самое святое, а потому для христианина неприемлема даже мысль об измене. Верность – добродетель, необходимая и мужу, и жене. Верность – величайшая добродетель в самом широком смысле. «*Будь верен до смерти, и дам тебе венец жизни*» (Откр. 2, 10).

3. Беседа о лидерстве в семье

Классный руководитель.

– Кто должен быть главой семьи?

Высказывания учеников.

Классный руководитель.

– В семье у каждого есть свое природное предназначение. Естественный, данный Богом порядок таков, что мужчина в семье – глава, кормилец, и ему решать основные семейные вопросы: где и как жить, трудиться, молиться и т. д. Женщина – помощница мужу, ее роль – воспитание детей и ведение домашних дел. Роль детей в семье – помощь родителям, а по мере взросления – замена их во всех трудах, уход за ними в старости.

Обо всем этом нужно знать заранее и ни в коем случае не слушать всяких лжеучителей, утверждающих, будто муж и жена в семье равноправны или даже жена – глава семьи. Нет. Сам Творец назначил мужчине дела внесемейные, касающиеся всего общества, а женщине повелел рожать и воспитывать детей. А раз назначение и обязанности у мужа и жены разные, то разные у них и права, и никакого „равноправия“, к которому некоторые так стремятся, у них быть не может. Другое дело – уважение к обязанностям супругов. Здесь действительно

уважение должно быть равное: и к внесемейным обязанностям мужа, и к обязанностям жены по дому, по воспитанию детей. И то и другое исполнять в совершенстве одинаково трудно.

Итак, помните и соблюдайте семейную иерархию как данную от Бога. Будьте на своем месте в семье, пока вы еще с родителями, чтобы, когда создадите свою семью, оказаться вам и тогда на своем месте: юноше – будущему отцу – главой семейства, девушке – будущей матери – помощницей мужу и распорядительницей домашнего хозяйства.

Таково христианское отношение к вопросу о лидерстве в семье.

Высказывания учеников.

– Вот на что обращает наше внимание Митрополит Антоний Сурожский при создании семьи:

«Первое, о чем должны думать мужья, когда они вступают в брак: им вручается Богом хрупкое существо, которому они сказали: «Я тебя люблю» – и эта любовь должна быть такова, что муж готов всем пожертвовать, всей своей жизнью, из-за любви к жене и по любви к своим детям. Муж является главой семьи не потому, что он мужчина, а потому, что он является образом Христа, и жена его и дети могут видеть в нем этот образ. Образ любви безграничной, любви преданной, любви самоотверженной, любви, которая готова на все, чтобы спасти, защитить, напитать, утешить, обрадовать, воспитать свою семью. Это каждый мужчина должен помнить.

А жена является образом Церкви. Она – невеста, радующаяся о том, что она возлюблена Богом... Невеста, которая настолько – так глубоко, так совершенно – возлюбила своего Жениха, что по незыблемой верности может все оставить, все забыть, от всего оторваться по любви к нему и последовать за ним, куда бы он ни пошел, если нужно – даже на страдания, если нужно – на крест.

Речь идет о такой взаимной любви, которая является жертвенной героической любовью мужа и на которую жена может ответить такой же жертвенной любовью.»

– Вот на что обращает внимание девушек Святая Царица-мученица Александра Федоровна Романова в семейной жизни:

«Жена всегда должна больше всего заботиться о том, чтобы нравиться мужу, а не кому-нибудь еще. Когда они только вдвоем, она должна выглядеть еще лучше, а не махать рукой на свою внешность, раз больше никто ее не видит. Вместо того, чтобы быть оживленной и привлекательной в компании, а оставшись одна, впадать в меланхолию и молчать, жена должна оставаться веселой и привлекательной и когда она остается вдвоем с мужем в своем тихом доме. И муж, и жена должны отдавать друг другу все лучшее в себе.»

Подведение итогов

Классный руководитель.

– В заключение хочу отметить, что семью часто называют малой Церковью. Потому что отношения в семье должны строиться, как в церкви. Церковь – это богочеловеческий организм во главе с Господом нашим Иисусом Христом. Господь – глава нашей Церкви, мы же, верующие православные христиане, как бы клеточки, составляющие тело Церкви. Иисус Христос из-за любви к людям принял крестную муку и смерть, и этим искупил грех человеческий. Поэтому всякий верующий в Него освобожден от власти первородного греха и с помощью Божией достигает спасения.

Подобно тому, как Иисус Христос из-за любви к людям идет на смерть и страдания, так и муж в семье берет на себя все трудности и удары жизни ради любви к своей семье. В определенном смысле семья есть и его тело. Ибо *муж и жена, согласно слову Божию, одна плоть, а дети – кость от костей родителей и плоть от плоти их.* Жена, как верная помощница,

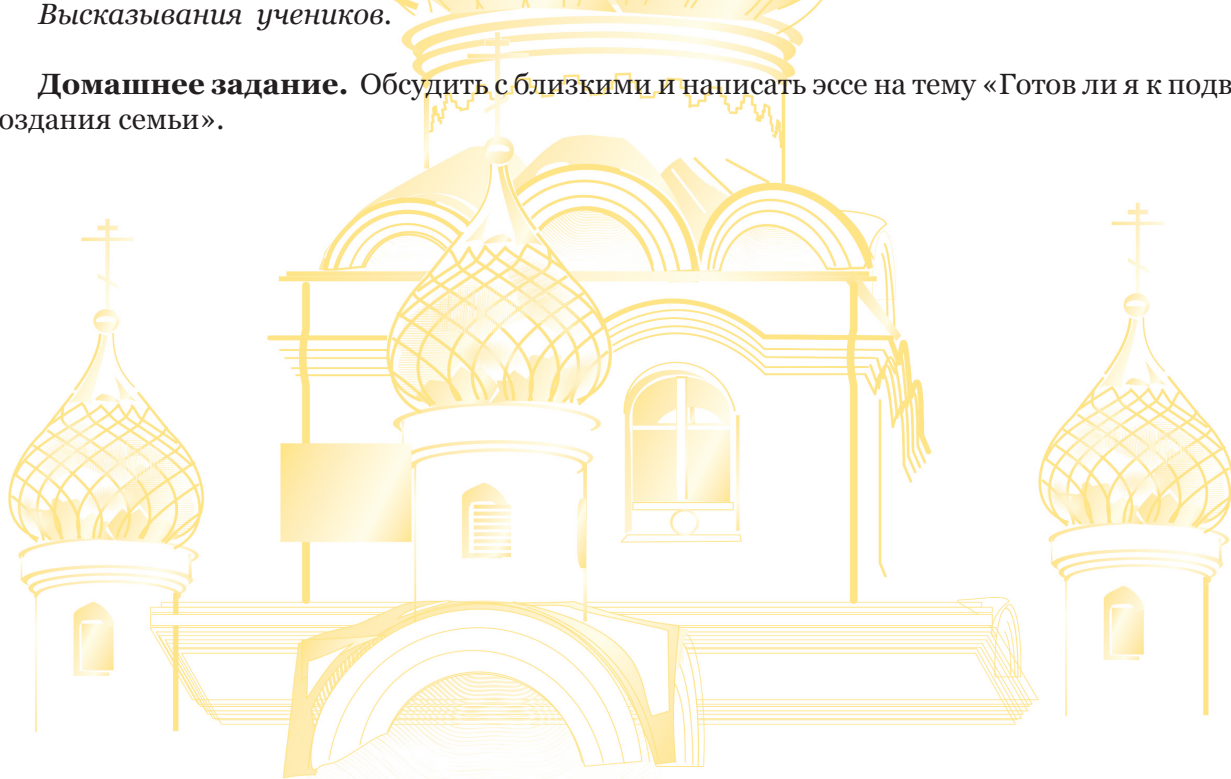
стремится разделить все трудности и заботы мужа, любя его и вместе с ним жертвуя собою (своими интересами, желаниями) ради детей. Дети любят своих родителей и почитают их, как верующие любят и почитают Самого Бога. Все вместе они соединены неразрушимым союзом любви, как Христос и Церковь. Также в каждой церкви есть настоятель (священник), он главный, потому что отвечает перед Богом за все, что в церкви происходит. Так и отец в семье, он главный, он отвечает перед Богом и перед людьми за свою семью. Жена ему помощница, слушает мужа, как дьякон в церкви слушает священника. Дети в семье, как народ в церкви, со вниманием и почитательностью относятся к родителям.

Таких истинно православных семей, живущих во взаимной любви и преданности, к сожалению, мало. Современные средства массовой информации и реклама настойчиво пропагандируют либо разврат, либо идеал семьи, совершенно противоположный православно-христианскому. Обеспеченное всеми благами общество, где каждый делает, что ему нравится, отстаивает свободу жить в свое удовольствие, по страстям, избегая при этом каких-либо ограничений или запретов, это разгул сатанизма, осуществленная мечта дьявола, а не идеал, дающий счастье людям. Это ложь, что можно жить как в кино и быть счастливым. Если в семье не хотят трудиться, а хотят только наслаждаться жизнью, то семейная жизнь не будет прочной. Поэтому, друг мой, думай о семье как о великом благе и как о великом труде. Семья требует самоотверженной жизни, истинная семейная жизнь в современных условиях – это подвиг. И к этому подвигу надо готовить себя. Основой семейного подвига является жертвенная любовь, когда каждый член семьи готов отказаться от того, что ему хочется, ради другого. Именно только такая любовь делает человека счастливым, а семью прочной.

– Как вы думаете, вы готовы к такому подвигу – созданию семьи?

Высказывания учеников.

Домашнее задание. Обсудить с близкими и написать эссе на тему «Готов ли я к подвигу создания семьи».



Г

И

Н

Е

Д

Ж

О

Р

З

О

В

ВЕРА

**ФИЛОСОФСКИЙ СТОЛ НА ТЕМУ
«ВЕРА В БОГА. МИРООЩУЩЕНИЕ ВЕРУЮЩИХ ЛЮДЕЙ»***
(8–11 классы)

Цели:

- раскрытие моральной сущности ценности «вера»;
- воспитание чувства ответственности за свои поступки;
- развитие творческих способностей и умения вести дискуссию;
- пропаганда литературы по теме.

Оформление: плакаты с высказываниями святых Отцов о вере:

«Вера является в человеке заботой об исполнении евангельских заповедей, возрастает по мере исполнения их, увядает и уничтожается по мере пренебрежения ими».

Святитель Игнатий (Брянчанинов)

«Где вера, там и сила, а где неверие, там немощь. Вера – начало благ, вера – источник благ. Прими же это оружие спасения».

Святитель Иоанн Златоуст

«Благодарность Богу за всякое благодеяние – признак живой веры».

Святитель Тихон Задонский

«Верующие должны мало говорить, но много делать».

Информация по теме для педагогов

1. Для большей эффективности занятие целесообразно проводить со священнослужителем Тираспольско-Дубоссарской Епархии.

2. При проведении классного часа необходимо использовать следующую информацию.

Вера является необходимым элементом индивидуального и общественного сознания, важным моментом деятельности людей. Объекты веры – факты, явления, тенденции развития природной и социальной действительности – не даны субъекту чувственно и выступают лишь в виде возможности. При этом объект веры представляется существующим в действительности, образно, эмоционально. В качестве субъекта веры может выступать индивид, социальная группа и общество в целом. Вера отражает не только объект, но главным образом отношение к нему субъекта, а тем самым и общественное бытие субъекта, его потребности и интересы. Вера – важный элемент ценностного сознания наряду с такими категориями, как надежда и любовь. Особым случаем проявления феномена веры является религиозная вера,

порождаемая специфическими условиями существования общества, прежде всего классового, а именно: бессилием людей в процессе их взаимодействия с природной и социальной средой и потребностью в компенсации этого бессилия, в восполнении их отчужденного бытия иллюзорным потусторонним миром, соответствующим их ценностным установкам. Теология признает религиозную веру неотъемлемым свойством человеческой души или же благодатью, даруемой богом. В этом смысле вера противопоставляется разуму, знанию.

В истории философии и психологии различают три вида теорий веры: эмоциональные, рассматривающие веру преимущественно как чувство (Юм, Джемс и др.); интеллектуальные, в которых вера трактуется как феномен интеллекта (Дж. Ст. Милль, Brentano, Гегель и др.); волевые, признающие веру атрибутом воли (Декарт, Фихте и др.).

Ключевые понятия по теме

Вера – это состояние субъекта, тесно связанное с духовным миром личности, возникающее на основе определенной информации об объекте, выраженной в идеях или образах, сопровождающееся эмоцией уверенности и рядом других чувств и служащее мотивом, стимулом, установкой и ориентиром человеческой деятельности;

Суеверие – предрассудок, основанный на вере во что-нибудь сверхъестественное.

Секты – это организация или группа лиц, замкнувшихся в своих интересах (в том числе культовых), не совпадающих с интересами общества, безразличных или противоречащих им.

Сектантство – жесткая ограниченность взглядов (религиозных и др.), обособление ограниченных людей (сектантов) в замкнутые сообщества (секты).

Оборудование, материалы и подготовительная работа:

– четкое определение темы «философского стола» не менее чем за две недели до проведения мероприятия;

– учащимся раздаются вопросы, конкретизирующие проблему дискуссии:

1. Что такое вера? Каким образом вера появляется у человека?
2. Что такое суеверия?
3. В чем ценность добрых дел?
4. Почему вера свидетельствуется добрыми делами?
5. Может ли в человеке развиваться вера?

Вспомнить на уроках литературы следующие произведения: «Сказание о Борисе и Глебе»; «Житие святого Александра Невского»; «Завещание Владимира Мономаха»; «Поучение Владимира Мономаха»; «Размышления о Божественной литургии», «Житие Сергия Радонежского»; «Повесть временных лет», «Слово о полку Игореве»; Н.В. Гоголь. «Тарас Бульба»; И. Брянчанинов. «Поездка на Валаам»; И. Шмелев. «Лето Господне», «Богомолье»; А.Н. Островский. «Гроза»: Катерина и Кабанова (у каждой свой Бог); М. Горький. «Старуха Изергиль»; А.М. Ремизов. «Образы Николая Чудотворца»; Д.С. Мережковский. «Грядущий хам» и другие литературные произведения о вере людей.

Ход классного часа

Вступительное слово классного руководителя

Классный руководитель.

– Какие ценности, по вашему мнению, являются необходимыми в духовной жизни человека?

Высказывания учащихся.

– Мы услышали множество важных для нас ценностей, но чаще было произнесена фраза «вера человека».



1. Беседа по определению понятия «вера»

Классный руководитель.

– Что значит вера человека?

Высказывания учащихся.

Классный руководитель.

– Каждый человек, даже если он считает себя неверующим, в глубине души своей тянется к чему-то возвышенному, прекрасному, чему-то такому, что стоит над всем миром, что достойно поклонения.

– Во всякой душе заложено это стремление. В древности люди преклонялись перед силами природы. Солнце восходило, освещая землю, и люди падали перед ним на колени. «Вот наш Бог!» – говорили они. Другие, страшась грома и молнии, трепетали и также говорили: «Вот наш Бог!»

– Вера есть то, что, хотя мы не видим или умом не постигаем чего-либо, но верим, что это есть.

– *Вера*, – как указывает святой апостол Павел, – это *осуществление ожидаемого и уверенность в невидимом*. Как вы понимаете эти слова?

Высказывания учащихся.

– Не видя своими глазами Бога, люди верят, что Он есть (хотя из рассмотрения окружающего мира они познают Его, как Творца окружающей нас красоты и гармонии, но познание это, как не совершенное, вера довершает). Люди не могут постигнуть умом, как Бог – в одном лице, но троичен в лицах, но верят наставлениям слова Божиего, что это так. Лично не видят Христа, Сына Божия, не видят жизни вечной, Небесного Царствия, но верят в это.

Классный руководитель.

– В каких литературных произведениях раскрываются основы веры?

Высказывания учащихся. «Сказание о Борисе и Глебе», «Житие святого Александра Невского», «Завещание Владимира Мономаха», «Поучение Владимира Мономаха»; Н.В. Гоголь. «Тарас Бульба»; «Размышления о Божественной литургии», «Житие Сергия Радонежского», «Повесть временных лет»; И. Брянчанинов. «Поездка на Валаам»; «Слово о полку Игореве»; И. Шмелев. «Лето Господне», «Богомолье»; А.Н. Островский. «Гроза»: Катерина и Кабанова (у каждой свой Бог); М. Горький. «Старуха Изергиль»; А.М. Ремизов. «Образы Николая Чудотворца»; Д.С. Мережковский. «Грядущий хам» и другие литературные произведения о вере людей.

2. Беседа по определению суеверия

Классный руководитель.

– Наряду с самой искренней и чистой верой существуют многочисленные примеры наивно-го суеверия. Суеверия процветают не только в быту, когда люди стараются не здороваться через порог или пугаются, если черная кошка перебежит дорогу. Они проникают и в религиозную жизнь: положить столько-то земных поклонов, прочитать столько-то раз такую-то молитву, съездить в такое-то святое место – и твое желание исполнится. Молитва, почитание святых, поклонение иконам воспринимаются иногда как некая магия или волшебство.

– Как вы относитесь к суевериям?

Высказывания учащихся.

Классный руководитель. Суеверия существовали всегда в истории русского православия, но в духовной жизни народа постепенно осуществлялся процесс религиозного просвещения и образования, формировалась иерархия ценностей. Было и то, что делали по обычаю, потому что так привыкли, потому что это весело и интересно. Но оставалась основа и суть веры, то,

на чем строилась жизнь: вера, любовь, долг, смирение, терпение. Помню, как еще в детстве, в деревне я усердно собирала и клала себе под подушку двенадцать трав в ночь на Ивана Купалу, чтобы приснился мой будущий жених; помню, как весело было гадать под Новый год. Это была игра, весело было «делать вид», что мы во все это верим, но мы не становились язычниками. Гораздо больше ценилось усердие, с которым мы несли домой свечу в Страстной Четверг после чтения 12-ти Евангелий, зажигали от нее лампадку и берегли огонь до Пасхи. Не был ли это тоже, в каком-то смысле, суеверный обычай? Может быть, но в нем нам приоткрывался смысл того, что страдания Христа освящают и просвещают нашу жизнь, и благодаря обычаю мы воспринимали это реальнее, чем если бы нам объясняли на словах.

– Цель всех суеверных привычек и верований — попытка человека как-то самому повлиять на события жизни: избежать неудачи, узнать, что случится, получить что-нибудь. Суть христианской веры противоположна этому. «Да будет воля Твоя!» — учит нас молитва Господня. Мы свободны в том, как мы относимся ко всем событиям, — принимаем их, стараемся преодолеть или изменить, используем их, как нам кажется правильнее, боремся или убегаем, но мы твердо верим: все, что посылается нам, посылается не без воли Бога!

3. Беседа о проявлении веры

Классный руководитель.

– Как вы думаете, в чем проявляется вера человека?

Высказывания учащихся.

Классный руководитель.

– Да, вера человека проявляется в добрых делах. Вера и добрые дела неразрывно связаны. Вера нужна для добрых дел, но добрые дела совершаются не для веры, а при помощи веры. Без веры никто не может делать истинно добрых дел. Потому что ради веры нисходит благодать Господа на того, кто уверовал в Него. По мере веры, какую кто являет, подается и благодать. Проявлением веры служит сила, исходящая от веры. Проявлением же силы служит ревность к заповедям Божиим и богоугодным делам. Именно вера дает силу творить добрые и богоугодные дела, согласные с волей Божией. Для совершения настоящих добрых дел в человеке должно соединяться и собственное усердие, и помощь, приходящая по вере свыше.

– Нужно помнить, что не всякое на первый взгляд доброе дело является по-настоящему добрым. Ибо мотивом для его совершения может служить не заповедь Божия, не любовь к Богу и людям, а тщеславие, расчет, человекоугодие.

– Например, дети пришли домой, подмели пол, вымыли грязную посуду. Если они это сделали для того, чтобы помочь маме, из любви к ней, это доброе дело. Но если ради того, чтобы она им купила мороженое, похвалила, отпустила погулять и т. п., то совершенное по таким корыстным мотивам, уже цены доброго в глазах Божиих не имеет.

– Вера наша познается по добрым делам, которые мы совершаем. Как писал преподобный Исидор Пелусиот: «Веру... должны проповедовать более дела, чем слова... Ибо делами, а не словами должно быть обнаруживаемо сокровенное». **Вера без дел мертва.**

Подведение итогов

Классный руководитель.

– Обратите внимание на высказывания святых отцов о значении веры в жизни человека. Как вы их понимаете?

Высказывания учащихся.

Классный руководитель.

– Что значит верить?

*Высказывания учащихся.
Классный руководитель.*

– Вера живет – она светла и чиста. «Вера же есть... уверенность в невидимом,» – читаем мы в послании к Евреям (11, 1). Мы верим и можем верить лишь в том случае, когда мы можем не верить. Вера должна быть свободным актом нашей воли. Это единственное, о чем спрашивал Иисус Христос у больных перед исцелением: «Веруете ли, что Я могу это сделать?» (Мф. 9, 28). Вера ничего не навязывает Богу и готова принять все, что посылает Бог. Вера разумна и не противоречит знанию. Чтобы поверить, важно знать, во что веришь. Настоящая вера не слепа, и чем больше мы узнаем, тем больше мы верим, и чем больше мы верим, тем больше мы узнаем. Вера всегда есть личностный акт, исходящий от человека. Суеверные обычаи допустимы лишь как игра, как шутка, как наивная привычка. Но они становятся вредны, когда влияют на качество нашей веры. Вера исключает суеверия. Вера познается по добрым делам, которые мы совершаем.

Домашнее задание. Обсудить с близкими и написать эссе «Может ли в человеке развиваться вера?».

«ФИЛОСОФСКИЙ СТОЛ» НА ТЕМУ «РЕЛИГИЯ И ЕЕ РОЛЬ В ДУХОВНО-ПРАВСТВЕННОЙ ЖИЗНИ ЧЕЛОВЕЧЕСТВА»* (8–11 классы)

Цели:

- раскрытие моральной сущности религии и ее значения в жизни людей;
- воспитание чувства ответственности за свои поступки;
- развитие творческих способностей и умения вести дискуссию.

Информация по теме для педагогов

1. Для большей эффективности занятие целесообразно проводить со священнослужителями Тираспольско-Дубоссарской Епархии.

2. При проведении классного часа необходимо использовать следующую информацию.

Религия – это специфическая форма общественного сознания, отличительным признаком которой является фантастическое отражение в сознании людей, господствующих над ними внешних сил, при котором земные силы принимают вид неземных. Научный анализ религии исходит из того, что она представляет собой сложное общественное явление, систему особых представлений, чувств и культовых действий, религиозных учреждений, объединяющих профессиональных служителей культа. Указанные элементы религиозного комплекса находятся в зависимости от социальных отношений, меняются с их изменением. Это отчетливо проявляется в современных условиях в процессе модернизации религии под влиянием социального и научно-технического прогресса.

Религия – это вера, духовная вера, исповеданье, богопочитание или основные духовные убеждения.

Вера является необходимым элементом индивидуального и общественного сознания, важным моментом деятельности людей. Объекты веры – факты, явления, тенденции развития природной и социальной действительности – не даны субъекту чувственно и выступают лишь

в виде возможности. При этом объект веры представляется существующим в действительности, образно, эмоционально. В качестве субъекта веры может выступать индивид, социальная группа и общество в целом. Вера отражает не только объект, но главным образом отношение к нему субъекта, а тем самым и общественное бытие субъекта, его потребности и интересы. Вера – важный элемент ценностного сознания наряду с такими категориями, как надежда и любовь. Особым случаем проявления феномена веры является религиозная вера, порождаемая специфическими условиями существования общества, прежде всего классового, а именно: бессилием людей в процессе их взаимодействия с природной и социальной средой и потребностью в компенсации этого бессилия, в восполнении их отчужденного бытия иллюзорным потусторонним миром, соответствующим их ценностным установкам. Теология признает религиозную веру неотъемлемым свойством человеческой души или же благодатью, даруемой богом. В этом смысле вера противопоставляется разуму, знанию. В истории философии и психологии различают три вида теорий веры: эмоциональные, рассматривающие веру преимущественно как чувство (Юм, Джемс и др.); интеллектуальные, в которых вера трактуется как феномен интеллекта (Дж. Ст. Милль, Brentano, Гегель и др.); волевые, признающие веру атрибутом воли (Декарт, Фихте и др.).

Ключевые понятия по теме

Вера – это состояние субъекта, тесно связанное с духовным миром личности, возникающее на основе определенной информации об объекте, выраженной в идеях или образах, сопровождающееся эмоцией уверенности и рядом других чувств и служащее мотивом, стимулом, установкой и ориентиром человеческой деятельности.

Религия (лат. religio – благочестие, святость) – одна из форм общественного сознания – совокупность духовных представлений, основывающихся на вере в сверхъестественные силы и существа (богов, духов), которые являются предметом поклонения.

Оборудование, материалы и подготовительная работа:

– четкое определение темы «философского стола» не менее чем за две недели до проведения мероприятия;

– учащимся раздаются вопросы, конкретизирующие проблему дискуссии:

1. Что такое религия?
2. Как связаны понятия «религия» и «вера»?
2. Нужна ли мне религия?

Ход классного часа

Классный руководитель.

– Мы продолжим обсуждать ценность духовного здоровья «Вера». Темой нашего «философского стола» является «Религия и ее роль в духовно-нравственной жизни человечества». В процессе подготовки данного мероприятия вы должны были поразмыслить над определенными вопросами.

1. Беседа по определению понятия «религия»

Классный руководитель.

– Как вы понимаете, что такое «религия»?

Высказывания учащихся.

– Философы и богословы определяли религию различно, подчеркивая ту или другую особенность отношений человека к высшему существу или высшим силам, которому или которым он поклоняется.

– Одни предполагали сущность религии в субъективной вере, другие – в объективном откровении. Одни определяли религию как индивидуальное отношение человеческой души к божественному, другие сводили ее к тому собирательному творчеству и той социальной организации, которыми создаются культ, догмы, религиозная община и иерархия.

– В сфере психологии религия понималась различно. Преимущественное значение придавалось либо интеллектуальному элементу, то есть она определялась как своего рода понимание или представление Сущего (*Георг Гегель*), либо элементу эмоциональному – чувству (например, «чувство зависимости» у *Фридриха Шлейермахера*), либо, наконец, элементу человеческой воли в ее отношении к высшей нравственной воле (*Иммануил Кант*).

Классный руководитель.

– Все эти перечисленные особенности, несомненно, присущи религии, однако не исчерпывают ее, будучи взяты в отдельности. Религия может быть предварительно определена как организованное поклонение Высшей Силе или высшим силам.

Современный энциклопедический словарь справедливо отмечает, что **религия** (от лат. *religio* – набожность, святыня, предмет культа) – это мировоззрение и мироощущение, а также *соответствующее поведение* и специфические действия (культ), основанные на вере в существование Бога или богов, в существование священного, то есть той или иной разновидности сверхъестественного.

– Что значит «соответствующее поведение»?

Высказывания учащихся.

Классный руководитель.

– Мы выделили понятие *соответствующее поведение*, поскольку религия – это не только мировоззрение, но и образ жизни. Вряд ли можно назвать религиозными тех людей, которые лишь изредка приходят в храм и живут так, как будто Бога нет или Он слишком далек и абстрактен. Нередко можно наблюдать и обратное – часто посещающий храм человек не осмысливает, зачем он это делает, и результат бывает плачевный – свой образ жизни изменить не удается, иногда даже появляется озлобленность и раздраженность.

2. Беседа о связи понятий «религия» и «вера».

Классный руководитель.

– Однако вернемся к толкованию религии. Как связаны между собой и связаны ли понятия «религия» и «вера»?

Высказывания учащихся.

Классный руководитель.

– Вера раскрывается человеком в его деятельности, и, следовательно, религия не может замыкаться сферой личности. Как ни велико значение личности в религиозной истории, само величие и могущество лица доказывается здесь прежде всего тем, что его вера становится религией, то есть организующей и организованной верой человеческого общества. В этом заключается значение реформаторов, пророков, вероучителей.

В области духовно-нравственной жизни человечества яснее, чем где-либо, наблюдается сочетание социальной эволюции и личного творчества, которое обуславливается средой, но вместе с тем воздействует на нее и обуславливает ее прогресс.

Классный руководитель.

– *Рене Декарт* (1596-1650) – французский философ и математик – пытался доказать существование Бога как источника объективной значимости человеческого мышления («...мыслью,

следовательно, существую»). Он был сторонником теории дуализма души и тела (дуализм — философское учение, исходящее из признания равноправными двух начал — духа и материи, идеального и материального). Согласны ли вы с Р. Декартом?

Высказывания учащихся.

Классный руководитель.

– Что для вас значит религия?

Высказывания учащихся.

Классный руководитель.

– Религия есть поклонение *высшим* силам. Но откуда человек получает понятие об этих высших силах? Человеческая немощь и нужда, сознание своей конечности, своей зависимости еще не объясняют, почему человек поклоняется тем или другим определенным высшим существам.

С точки зрения любой религии источником определенных верований является *откровение* высших сил. Понятие же о чистом бесплотном духе, точно так же, как и понятие о бездушной материальной вещи, есть лишь результат абстракции.

Каково бы ни было личное отношение к отдельным формам откровения или к откровению вообще, нельзя не признать его несомненную реальность в качестве психического факта, реальность Бога или богов для верующего сознания.

Домашнее задание.

Обсудить с близкими и написать эссе «Нужна ли мне религия?».



ЗДОРОВЬЕ

КЛАССНЫЙ ЧАС «ВИДЫ ЗДОРОВЬЯ» (5–11 классы)

Цели:

- рассмотреть здоровье как основную ценность человеческой жизни и человеческого общества;
- сформулировать понятие «здоровье человека».
- раскрыть позитивные и негативные факторы, влияющие на здоровье человека.

Вопросы классного часа:

1. Что такое здоровье человека?
2. Какие факторы определяют здоровье человека?
3. Кто несет ответственность за сохранение здоровья человека?

Информация по теме для педагогов

1. Для большей эффективности занятие целесообразно проводить со священнослужителями Тираспольско-Дубоссарской Епархии.

2. При проведении классного часа необходимо использовать следующую информацию. Человек бывает здоров или нездоров физически, психически и духовно.

Когда у человека ничего не болит, он активен, бодр, то есть физически чувствует себя хорошо, то это *физическое* здоровье. Когда человек уверен, у него хорошее настроение, он уравновешен, с ним легко общаться, его не мучат страхи, то есть с психикой все нормально, то это *психическое* здоровье. Когда мы видим, что человек добр, отзывчив, отвечает за свои поступки, знает, что такое добро, что такое зло, то есть с нравственной точки зрения у него все хорошо, то это *духовное* здоровье.

Признаки физического здоровья: чистая, гладкая кожа, здоровые зубы, блестящие, чистые ногти, хороший аппетит, подвижные суставы.

Признаки психического здоровья: уверенность в себе, эмоциональная стабильность, уверенность в преодолении трудностей, отсутствие страхов, оптимистичность при неудачах.

Признаки духовного здоровья: умение делать выбор между добром и злом, доброта и отзывчивость, справедливость и честность, умение отвечать за совершенные поступки, стремление помочь людям, животным.

Ключевые понятия по теме

Здоровье – правильная, нормальная деятельность организма, его полное физическое, психическое и духовное благополучие человека.

Оборудование, материалы и подготовительная работа:

- бумажные лепестки цветка с обозначенными на них признаками видов здоровья;
- заготовки антирекламы, написанные на бумаге или выведенные на слайдах;
- материалы учащимся для заучивания.

Ход классного часа

Классный руководитель.

– Начать наш разговор я хотела бы словами известного русского мыслителя, литературного критика, писателя Николая Гавриловича Чернышевского:

«Здоровье никогда не потеряет своей цены в глазах человека, потому что и в довольстве, и в роскоши плохо жить без здоровья...».

– В чем смысл слов Чернышевского? (*Здоровье – главная ценность; счастья от богатства и роскоши без здоровья не будет.*)

– Что вы желаете в праздничный день своим близким?

– Почему? (*Потому что здоровье – это бесценное достояние каждого человека, своим близким мы желаем доброго и крепкого здоровья, так как это основное условие и залог полноценной и счастливой жизни.*)

Классный руководитель.

– Что же входит в понятие «здоровье»? Наша задача – сформулировать определение понятия «здоровье».

Вы, наверное, знаете, что человек бывает здоров или нездоров физически, психически и духовно. Когда у человека ничего не болит, он активен, бодр, то есть физически чувствует себя хорошо, то это какое здоровье? (*Физическое.*)

Когда человек уверен, у него хорошее настроение, он уравновешен, с ним легко общаться, его не мучат страхи, то есть с психикой все нормально, то это какое здоровье? (*Психическое.*)

А когда мы видим, что человек добр, отзывчив, отвечает за свои поступки, знает, что такое добро, что такое зло, то есть с нравственной точки зрения у него все хорошо, то это ... (*духовное здоровье*).

А теперь попробуйте продолжить предложение: «Здоровье – это...» (*Здоровье – это физическое, психическое и духовное благополучие человека.*)

Мы с вами сделали первый важный вывод – что такое здоровье человека. Теперь давайте более подробно поговорим о каждом составляющем. Для этого я предлагаю разделиться на 3 группы. Ваша задача – собрать пословицу о здоровье и с помощью этой пословицы объединиться в группы.

Держи голову в холоде, а ноги в тепле.

В здоровом теле – здоровый дух.

Были бы кости целы, а мясо нарастет.

– А теперь назовем известные признаки физического, психического и духовного здоровья. Я предлагаю представителю каждой группы подойти и взять цветок с признаками и определить, к какому виду здоровья подходят ваши признаки (признаки составляют лепестки цветка).

Признаки **физического** здоровья:

1. Чистая, гладкая кожа.
2. Здоровые зубы.
3. Блестящие, чистые ногти.
4. Хороший аппетит.
5. Подвижные суставы.

Признаки **психического** здоровья:

1. Уверенность в себе.
2. Эмоциональная стабильность.
3. Уверенность в преодолении трудностей.
4. Отсутствие страхов.
5. Оптимистичность при неудачах.

Признаки **духовного** здоровья:

1. Умение делать выбор между добром и злом.
2. Доброта и отзывчивость.
3. Справедливость и честность.
4. Умение отвечать за совершенные поступки.
5. Стремление помочь людям, животным.

– Я желаю, чтобы в этом плане вы были здоровы и дарю вам на память о нашей встрече сувениры, что на лепестках вашего цветка.

– Итак, мы назвали признаки физического, психического и духовного здоровья. Все это факторы, оказывающие позитивное влияние на здоровье человека. Назовите факторы, негативно влияющие на наше здоровье, то есть то, что нас губит.

(Курение, употребление алкоголя, неправильное питание, стрессовые ситуации, гиподинамия, загрязнение воздуха, почвы, предрасположенность к наследственным болезням, слабый иммунитет, отсутствие качественной медицинской помощи.)

– Какие из них самые распространенные? *(Курение и алкоголь.)*

– Почему? Как они вредят человеку?

Курение вызывает инсульт, болезни сердца, хронический бронхит, язву желудка, рак легких, желудка, пищевода, полости рта.

Алкоголь токсически действует на клетки головного мозга, замедляет работу центральной нервной системы, выводит из строя печень, провоцирует цирроз, инсульт.

Сегодня *пиво* у многих — неперенный атрибут повседневной жизни. Но пиво беспощадно вымывает из организма «стройматериалы» — белки, а также жиры, углеводы и микроэлементы, особенно калий, магний и витамин С, что для растущего человека — катастрофа. Это срывы сердечного ритма, сухость кожи, боли в икрах, слабость в ногах, раздражительность, плаксивость, слабый иммунитет, гипоксия мозга, низкий интеллект. У пьющих пиво мужчины разрастаются грудные железы, становится шире таз. У женщин, употребляющих пиво, возрастает вероятность заболеть раком, становится грубее голос и появляются так называемые «пивные усы».

– Сейчас по телевидению и в средствах массовой информации активно рекламируются сигареты, пиво. Я предлагаю сочинить антирекламу с помощью предложенных заготовок:

Если куришь ты табак,
То дела твои- ... (табак.)
Ну а если легкие, —
Тоже горишь ... (легкие.)
Курильщик! Сам себе ты ... (враг),
Себе ты покупаешь ... (рак)
Иль что другое в том же роде.
Ставь ... (крест)... на этой глупой моде.

В каждой пачке сигарет,
Словно в лотерее,
Скрыт, возможно, чей-то ... (вред).
«Бросьте! Я не верю!»
Он не верил ... (20) ...лет;
Жаль, его уж с нами ... (нет).

(Данные материалы заранее предложены учащимся для заучивания):
1 ученик:

О вреде курения

Стихи начну с делового совета:
Прекращайте, кончайте курить!
Для здоровья, друзья, вредно это,
Вот что должен я вам сообщить.
Если раньше курил в день ты пачку,
А теперь уже две —
Прекрати, озадачься, заплачь-ка:
Ты же портишь здоровье вдвойне!
Если дымом табачным противным
Ты окуривал лучших друзей —
То не будь ты простым и наивным:
Дым для них еще хуже, вредней!
Если лег ты в постель с сигаретой,
А наутро проснулся живой —
В этот раз повезло тебе в этом,
Мог сгореть, отойти в мир иной!
Призываю: давайте все дружно
Прекратим, перестанем курить!
Нам, поверьте, самим это нужно —
На планете без дыма прожить.

Махмуд Отар-Мухтаров

2 ученик:

– Установили, что люди, начавшие курить до 15-летнего возраста, умирают от рака легких в 5 раз чаще, чем те, которые начали курить после 25 лет. Если человек курит в день от 1 до 9 сигарет, то сокращает свою жизнь (в среднем) на 4,5 года по сравнению с некурящими; от 10 до 19 сигарет – на 5,5 года; от 20 до 30 сигарет – на блет.

3 ученик:

Твое имя — сигарета.
Ты красива, ты сильна.
Ты знакома с целым светом,
Очень многим ты нужна.
Мозг и сердце ты дурманишь
Молодым и старикам.

Г

И

Н

Е

Д

Ж

О

Р

З

С

В

Запомни: человек не слаб,
 Рожден свободным. Он не раб.
 Сегодня ты должен так себе сказать:
 «Я выбрал сам себе дорогу к свету
 И, презирая сигарету,
 Не стану ни за что курить.
 Я — человек! Я должен жить!»

4 ученик:

Размышления о вреде алкоголя

Для пьянства есть такие поводы:
 Поминки, праздник, встреча, проводы,
 Крестины, свадьбы и развод,
 Мороз, охота, Новый год,
 Выздоровление, новоселье,
 Печаль, раскаянье, веселье,
 Успех, награда, новый чин
 И просто пьянство — без причин!

Роберт Бернс (перевод С.Я. Маршака)

5 ученик:

Я иду по проспекту,
 Впереди идет пара:
 Он идет и она.
 Он как будто не старый,
 и она не стара.
 За версту они дышат
 перегаром вина.
 Птичек трели не слышат
 и вообще ничего.

Цитата на доске:

Пьянство есть упражнение в безумии.

Пифагор

Антиреклама детей (примерный конечный результат):

- 1) Девушки! Пейте больше пива, у вас будет (провисать) кожа, будут (мешки) под глазами!
- 2) Юноши! Пейте больше пива, ведь это полезный напиток: у вас будет (цирроз) печени, гепатит, а еще лучше — (женская) внешность!
- 3) Спиртное (разрывает) твою печень. Почувствуй себя Прометеем!

Подведение итогов

— Давайте восславим здоровье, здоровый образ жизни. Составим синквейн. Это вы делаете все вместе. Что такое синквейн, я объясню (составляющие синквейна) (образец синквейна).

Работа с классом.

– Замечательные слова! Теперь важно, чтобы вы именно так относились к своему здоровью.

Здоровье – это дар от Бога,
И ты об этом знай
И никогда здоровье
Хранить не забывай.
Здоровье ты не купишь
За деньги, так и знай.
Здоровье – дар от Бога.
Смотри, не забывай!

КЛАССНЫЙ ЧАС «ЗДОРОВЬЕ ЛИЧНОЕ И СОЦИАЛЬНОЕ» (5–8 классы)

Цель: воспитание здорового образа жизни через закаливание, правильное питание, отношения с техникой и умение снять стрессы.

Оформление: выставка программ здорового образа жизни, литературы о здоровом образе жизни, фотографии, иллюстрации, картины.

Информация по теме для педагогов

1. Для большей эффективности занятие целесообразно проводить со священнослужителем Тираспольско-Дубоссарской Епархии.

2. При проведении классного часа необходимо использовать следующую информацию.

Человек бывает здоров или нездоров физически, психически и духовно.

Когда у человека ничего не болит, он активен, бодр, то есть физически чувствует себя хорошо, то это *физическое* здоровье. Когда человек уверен, у него хорошее настроение, он уравновешен, с ним легко общаться, его не мучат страхи, то есть с психикой все нормально, то это *психическое* здоровье. Когда мы видим, что человек добр, отзывчив, отвечает за свои поступки, знает, что такое добро, что такое зло, то есть с нравственной точки зрения у него все хорошо, то это *духовное* здоровье.

Признаки физического здоровья: чистая, гладкая кожа, здоровые зубы, блестящие, чистые ногти, хороший аппетит, подвижные суставы.

Признаки психического здоровья: уверенность в себе, эмоциональная стабильность, уверенность в преодолении трудностей, отсутствие страхов, оптимистичность при неудачах.

Признаки духовного здоровья: умение делать выбор между добром и злом, доброта и отзывчивость, справедливость и честность, умение отвечать за совершенные поступки, стремление помочь людям, животным.

Ключевые понятия по теме

Здоровье – правильная, нормальная деятельность организма, полное физическое, психическое и духовное благополучие человека.

Оборудование, материалы и подготовительная работа:

– сбор литературы;

Г

И

Н

Б

Д

Ж

О

Р

Э

О

В

- социологический опрос;
- фотографии;
- интервью у учителей;
- сбор полезных советов;
- подготовка сценки.

Ход классного часа

Классный руководитель.

— Я рада приветствовать вас на сегодняшней встрече, видеть вас здоровыми! Хорошо быть отличником, красивым, общительным, умным, спортивным, успешным, но самое главное в жизни все-таки здоровье. При коллективном обсуждении мы выделили несколько пунктов для здоровой жизни. Группы работали в пяти направлениях:

1. Физическое закаливание.
2. Правильное питание.
3. Помоги себе сам.
4. Режим дня. Береги время.
5. Техника в нашей жизни.

В конце занятия мы сделаем вывод о том, что из этих направлений относится к здоровью личному, а что — к здоровью социальному.

Основная часть

1. Сценка «Физическое закаливание»

(Ребята изображают себя, находящихся в банном помещении, и ведут между собой разговор, ударяя друг друга вениками.)

— Березовые веники следует заготавливать в первой половине лета, когда лист на березе окреп. Сушить веники следует в тени под навесом, в подвешенном состоянии. Хранить лучше в сухом темном помещении. Перед запариванием их нужно замачивать в деревянном тазике с горячей водой.

Регулярно посещая баню, вы повысите сопротивляемость организма к простудным заболеваниям. Любая банная процедура, проводимая на фоне заболевания, генерализует его. Учитывая повышенный интерес к этой части банной процедуры, на основании прочитанных нами книг, несколько советов для энтузиастов:

1. Прежде всего необходимо прогреться. Требуется побывать в парилке не менее двух раз.
 2. Перед купанием в проруби предварительно подготовьте парилку и воду.
- Обсуждение вопросов о банных процедурах.

«Банька лечит, банька правит, все здоровье на место ставит!»

2. Беседа о здоровом питании

Питание для большинства из нас — это вкусная пища, все новые и новые рецепты ее приготовления, а главное, достаточное ее количество и разнообразие. Все наши знания о питании формировались по традиции, зависели от условий жизни, и никто никогда даже не задумывался: зачем мы едим? Естественно, чтобы жить! Но мы живем не для того, чтобы есть, пить и спать. Мы спим, дышим, едим, чтобы жить. Наша жизнь зависит от пищи. Наш вес, рост, красота, ум, нравственность, мировоззрение, жизненные силы, таланты, достижения и неудачи, наши болезни — все это результат нашего питания. Всем полезно знать о том, что трудный

характер ребенка является результатом неправильного питания. Основная наша забота должна заключаться в том, чтобы продукты питания были свежими, чистыми, качественными. Наше питание должно формировать здоровые клетки мозга, нервной системы и гармоничное развитие организма. Питание должно приносить радость, лечить, обеспечивать и поддерживать высокий моральный дух, прекрасное настроение, тонус.

Английская поговорка гласит: «Съешь одно яблоко натошак, избавишься от сорока болезней».

(Угощение присутствующих яблоками.)

3. Беседа «Помоги себе сам»

Стресс – обычное и часто встречающееся явление. Мы все временами испытываем его – может быть, как ощущение пустоты в глубине желудка, когда встаем, представляясь в классе, или как повышенную раздражительность или бессонницу. Стресс является неотъемлемой частью человеческого существования.

Настрой.

Для улучшения внимательности: «я всегда очень внимательно работаю. Все знают меня как очень внимательного человека. Прилагаю большие волевые усилия, чтобы всегда работать очень внимательно. Твердо помню, что я очень внимателен. С большой настойчивостью стараюсь внимательно работать».

Для самовоспитания вежливости и тактичности: «я хочу стать вежливым, тактичным человеком, чтобы людям было приятно общаться со мной. Я способен во всякой обстановке быть вежливым, тактичным. Все знают меня как вежливого, тактичного человека. Если нужно, я приложу большие усилия, чтобы быть вежливым человеком».

Для самовоспитания упорства в выполнении домашних заданий: «я хочу самостоятельно выполнять задания по всем предметам. Я способен добиться своей цели. Я все могу. Буду прилагать большие волевые усилия, чтобы самостоятельно выполнять все домашние задания. Я всегда с большой настойчивостью стараюсь выполнить все домашние задания и решить все задачи».

Для выполнения режима дня: «выполнение режима дня развивает волю, закаливает меня физически и духовно, делает меня более сильным и здоровым. Я хочу для собственной же пользы точно выполнять режим дня. Я буду изо всех сил стараться точно выполнять режим дня».

Классный руководитель. Хотелось бы закончить наше выступление зарядкой, которая поможет вам снять стресс в непредвиденных ситуациях *(делают зарядку вместе со всеми присутствующими)*.

4. Беседа «Распорядок дня»

РЕЖИМ ДНЯ

06 ⁴⁰	подъем
06 ⁴⁰ –07 ⁰⁰	утренняя зарядка, личная гигиена
07 ⁰⁰ –07 ¹⁵	завтрак
08 ⁰⁰ –13 ⁰⁰	уроки в школе
13 ³⁰	обед
14 ⁰⁰ –22 ⁰⁰	дела по дому, приготовление уроков, кружки, факультативы, прогулки
22 ⁰⁰ –22 ¹⁵	личная гигиена, приготовление ко сну
22 ¹⁵ –06 ⁴⁰	сон

5. Беседа «техника в нашей жизни»

Классный руководитель.

— Изначально техника создается для того, чтобы помочь человеку. Однако это не всегда происходит именно так. Часто техника становится врагом человека, а не его помощником. Многие люди часами сидят за компьютером и не расстаются со своим мобильным телефоном, что приводит к частой головной боли, вялости и стрессу. Чтобы этого не произошло, мы рекомендуем:

- заниматься за ПК 1,5–2 часа;
- смотреть телевизор не более 2 часов в день;
- заниматься за ПК на расстоянии вытянутой руки от монитора;
- соблюдать инструкции при использовании техники.

Мы провели социологический опрос и по его результатам вывели следующие данные:

- 1) девушки дольше занимаются за ПК;
- 2) парни вдвое больше пользуются мобильными телефонами.

Наш совет: соблюдайте инструкции при использовании техники.

Подведение итогов

Классный руководитель.

Что из направлений здоровья: физическое закаливание, правильное питание, помощи себе сам, режим дня (береги время), техника в нашей жизни — относится к здоровью личному, а что к здоровью социальному?

(Эти направления здоровья относятся и к личному, и к социальному здоровью, так как от нашего личного здоровья зависит здоровье общества.)

Домашнее задание. Собрать вместе с родителями полезные советы о здоровом образе жизни и их применении.



РОДИНА

КЛАССНЫЙ ЧАС «МАЛАЯ РОДИНА» (5–7 классы)

Цель: осмысление понятия «малая родина».

Оформление: плакат с эпиграфом «Природа, создав людей такими, каковы они есть, даровала им великое утешение от многих зол, наделив их семьей и родиной». У. Фоскало;
— музыкальное сопровождение песни «Родная улица моя», «Городок».

Информация по теме для педагогов

При проведении классного часа необходимо использовать следующую информацию.

Чувство любви к родине — это одно из самых высоких и благороднейших явлений в человеческой природе. История украшает свои лучшие страницы высокими подвигами патриотизма.

В самом Св. писании подвиги патриотизма изображаются рядом с величайшими подвигами веры. Величайшие представители ветхозаветного мира Моисей, Иисус Навин, Самуил, Давид, Илия, Елисей, Исаия, Иеремия, Даниил, Ездра, Зоровавель, Неемия, братья Маккавеи, великие ветхозаветные жены — Мариам, Деввора, Есфирь и Юдифь представляют нам образцы высокого патриотизма, любви к родине.

Ключевые понятия по теме

Малая родина — это то место, где человек родился.

Патриотизм — любовь к своему Отечеству, преданность своему народу и ответственность перед ним, готовность к любым жертвам и подвигам во имя интересов своей Родины.

Оборудование, материалы и подготовительная работа:

- 1) подготовка презентации по материалам краеведческого характера об историческом прошлом своего города, села;
- 2) группа учеников осуществляет поиск известных людей, проживавших ранее и живущих до сих пор в городе, селе;
- 3) группа учеников осуществляет поиск традиций улиц;
- 4) вспомнить на уроках литературы следующие произведения: «Повесть временных лет», былины: «Илья Муромец и Соловей-разбойник», «Повесть о Евпатии Коловрате»; Н.С. Лесков. «Левша»; Н.А. Некрасов. «Размышления у парадного подъезда»; И.А. Бунин. «Деревня»; А. Блок. «Россия»; А.С. Пушкин. «Полтава»; М.Ю. Лермонтов. «Бородино», «Родина»; Л. Толстой. «Война и мир»; М.А. Шолохов. «Тихий Дон» и другие произведения о Родине.

Ход классного часа

Классный руководитель (на фоне музыкального сопровождения).

– Чувство любви к родине — одно из самых высоких и благороднейших в человеческой природе. История украшает свои лучшие страницы высокими подвигами патриотизма.

В самом Святом писании подвиги патриотизма изображаются рядом с величайшими подвигами веры. Величайшие представители ветхозаветного мира Моисей, Иисус Навин, Самуил, Давид, Илия, Елисей, Исаия, Иеремия, Даниил, Ездра, Зоровавель, Неемия, братья Маккавеи, великие ветхозаветные жены — Мариам, Деввора, Есфирь и Юдифь — представляют нам образцы высокого патриотизма, любви к родине.

– Вспомните, в каких произведениях подчеркивается значимость Родины, государства и малой родины.

Высказывания учащихся. «Повесть временных лет», былины: «Илья Муромец и Соловей-разбойник», «Повесть о Евпатии Коловрате»; Н.С. Лесков. «Левша»; Н.А. Некрасов. «Размышления у парадного подъезда»; И.А. Бунин. «Деревня»; А. Блок. «Россия»; А.С. Пушкин. «Полтава»; М.Ю. Лермонтов. «Бородино», «Родина»; Л. Толстой. «Война и мир»; М.А. Шолохов. «Тихий Дон» и другие произведения о Родине.

– Память. Без нее человек не может жить. Память есть у растений, камня, сохранившего отпечатки доисторических животных. Человек тоже обладает исторической памятью. Память — то, что связывает нас со своими корнями. Сегодня мы поговорим о памяти нашего города.

Основная часть

«Путешествие по старым улицам города» (презентация)

Группа учащихся, подготовившая презентацию по материалам краеведческого музея, рассказывает об облике города, села и историческом прошлом улиц.

«Моя родная улица»

Ученики рассказывают об улицах, которые стали для них родными, показывают фотографии из семейных альбомов, рассказывают о том, как давно живет их семья на этой улице, что связывает их семью с улицей и т. д.

«Гордость нашего города, села»

Группа учеников представляет отчет о результатах поиска известных людей, проживавших и живущих до сих пор в городе, селе.

«Традиции нашей улицы»

Классный руководитель.

– В каждой семье существуют традиции, которые поддерживаются из поколения в поколение. Существуют традиции и у улиц. Расскажите о них.

Рассказы учеников.

Подведение итогов

Классный руководитель.

– Пройдет время и многие из вас уедут в другие города, кто-то останется в родном городе. Но самое главное — сохраните тепло и любовь к родной улице, к тому месту, где вы начали свою жизнь.

– Полезен ли был наш сегодняшний разговор? О чем задумались? Что решили?

Высказывания учеников.

Домашнее задание. Нарисовать свой дом, любимое место в родном городе.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ТРЕНИНГ «МОЯ РОДИНА» (9–11 классы)

Цели тренинга:

- обучающая: дать представление о базовой ценности «Родина»;
- практическая: развитие ценностного отношения к Родине.

Задачи тренинга:

- активизация процесса самопознания;
- обучение различным техникам при формировании ценностного отношения к родине;
- повышение самооценки и позитивного отношения к себе и своим возможностям;
- формирование навыков произвольного контроля.

Гетерогенная группа: муж. и жен.

Способ набора группы: добровольная.

Кол-во участников: до 15–20 человек.

Каждое занятие включает:

- разминочную часть, направленную на подготовку группы к работе;
- основную часть, направленную на реализацию поставленных задач;
- завершающую часть, направленную на рефлексия;

Условия проведения тренинга: просторное помещение.

Информация по теме для педагогов

1. Для большей эффективности занятие целесообразно проводить со священнослужителем Тираспольско-Дубоссарской Епархии.

2. При проведении занятий учащихся необходимо подвести к следующим выводам.

Мечты – это наши устремления, то, чего мы желаем и что можем исполнить при усердии и настойчивости. Мечта может стать реальностью, если это жизненная задача и мы намерены ее достичь.

Каждый из нас может включиться в создание лучшего мира, в развитие родной местности. Воплощение мечты в реальность зависит от каждого из нас.

Для того чтобы преобразить местность, где мы живем, нам нужно знать ее ресурсы, преимущества, определяющие характеристики; хранить и использовать их так, чтобы придать выразительность уже существующим ценностям.

Люди являются важным ресурсом местности, в которой обитают, благодаря их способности строить и изменять.

Важно, чтобы история нашей местности передавалась из поколения в поколение для продолжения традиции народа.

Каждый из нас может включиться в жизнь своего города (района, села). Мы обязаны это сделать для своего блага и блага окружающих. Мы способны инициировать проекты для введения изменений и сообщить свои предложения людям, принимающим решения.

Иногда одно-единственное решение изменяет к лучшему жизнь многих людей. Таким образом, и одного дня может быть достаточно для больших перемен.

Каждый город (район/село), большой или маленький, сталкивается с проблемами, нуждается в развитии, но располагает также и сильными, выигрышными сторонами. Так, природные и человеческие ресурсы являются положительными элементами, которые необходимо установить и использовать соответствующим образом. Каждый, кто стремится помочь сообществу, хочет включиться и участвовать в его продвижении к процветанию, может стать

Г

Н

Н

Б

Д

Ж

О

Р

Э

О

В

его важным ресурсом.

Проблемы города (района/села) повышают сплоченность населения, его сотрудничество, мотивацию и прилагаемые усилия, которые, в свою очередь, являются факторами развития сообщества.

Ключевые понятия по теме

Малая родина – это то место, где человек родился.

Патриотизм – любовь к своему отечеству, преданность своему народу и ответственность перед ним, готовность к любым жертвам и подвигам во имя интересов своей Родины.

Необходимые материалы: стулья, карандаши, ручки, фломастеры, бумага, мел и доска (можно флип-чарт, ватман и маркер).

Занятие 1. «Малая родина»

Цели:

- дать понятие «малой родины»;
- прогнозировать перспективы развития сообщества в ближайшем будущем;
- определить значение личного усилия в изменении сообщества;
- определить характеристики и ресурсы населенного пункта или местности;
- символически изобразить свой населенный пункт.

Ключевые понятия сообщество, развитие сообщества, участие, местность, сильные стороны.

Материалы: фотографии местности, в которой живут ребята, из которых сделана мозаика, коробка для вырезанных частей мозаики, листы А1 и А4, маркеры, цветные карандаши, клейкая лента, цветная бумага.

Ход занятия

Знакомство. Установление контакта с детьми.

Участники подписывают бейджики. Ведущий представляется и говорит несколько слов о том, что будет происходить.

– Сегодня мы задумаемся с вами о том, что такое Родина. Попытаемся определить значимость этого понятия для каждого из нас. Прежде чем начать наше общение, ответьте мне, пожалуйста, что такое Родина для вас.

Высказывания учащихся.

– Да, в понятие «Родина» мы вкладываем двоякий смысл: Родина с большой буквы и понятие «малой родины». Какое понятие важнее для вас?

Высказывания учащихся.

– В известной песне «С чего начинается Родина?» даны ответы. Вспомните их.

Высказывания учащихся.

– Вы с ними согласны? Почему?

Высказывания учащихся.

Наша работа будет осуществляться в форме тренинга, по определенным правилам, с которыми вы уже были знакомы.

Правила работы в группе

Ведущим устанавливаются определенные правила работы в группе, которые необходимы для того, чтобы все участники чувствовали себя комфортно и безопасно. Правила заранее выписываются на листе ватмана и после принятия группой закрепляются на видном месте.

В течение всех последующих занятий правила группы находятся там же и напоминаются ведущим в начале занятия.

Список правил:

1. Внимательно слушать друг друга.
2. Не перебивать говорящего.
3. Уважать мнение друг друга.
4. «Я-высказывание».
5. Безоценочность суждений.
6. Активность.
7. Правило «стоп».
8. Конфиденциальность.

Каждый из пунктов правил поясняется ведущим.

Разминка

Упражнение «Поменяйтесь местами»

Ход упражнения: участники сидят на стульях в кругу. Ведущий выходит на середину круга и говорит: «Поменяйтесь местами те, кто... (умеет жарить яичницу)». В конце называется какой-либо признак или умение. Задача тех, кто обладает данным умением или признаком, — поменяться местами. Задача ведущего — успеть сесть на любое освободившееся место. Тот, кто не успел сесть, становится новым ведущим.

Психологический смысл упражнения: разминка, создает условия для того, чтобы лучше узнать друг друга, понять, как много у них общего, повысить интерес участников друг к другу.

Основная часть

Упражнение «Мы – три года спустя»

Ход упражнения: ведущий заранее подготавливает четыре вида (можно использовать рисунки детей) с изображениями местности, в которой они живут. Рисунки следует разрезать на равное количество частей, которые будут складываться в четыре мозаики. Количество всех частей мозаики, вместе взятых, должно равняться числу участников.

Ведущий перемешивает в коробке детали четырех мозаик и предлагает каждому участнику достать себе по фрагменту.

В течение 3 минут, общаясь друг с другом, учащиеся стараются восстановить исходные изображения. Таким образом, складываются 4 рабочие команды.

Командам предлагается внимательно изучить сложившиеся изображения и объяснить, что они представляют.

В течение следующих 15 минут участникам следует обсудить в командах, как будет выглядеть их населенный пункт (или изображенная на мозаике местность) через три года и показать это, пользуясь полученными материалами.

По окончании задания каждая команда выделяет делегата, который представляет остальным участникам результаты ее работы.

Вопросы для анализа:

1. Какие чувства вы пережили, выполняя задание? Что значит ваша родная местность для каждого из вас?
2. Как вы понимаете понятие «малая родина»?
3. Как вы думаете, какая деятельность должна быть приоритетной в вашем населенном пункте? На вашей улице? В вашей школе?

4. Что нужно предпринять для улучшения условий жизни людей, состояния их здоровья? Что надо сделать, чтобы дети росли здоровыми?

5. Кто может превратить мечту в реальность? Что в силах сделать лично вы для развития сообщества, в котором живете?

6. Что способно превратить людей в более щедрых, добрых, альтруистичных?

Выводы:

1. Мечты — это наши устремления, то, чего мы желаем и что можем исполнить при усердии и настойчивости. Мечта может стать реальностью, если это жизненная задача и мы намерены ее достичь.

2. Каждый из нас может включиться в создание лучшего мира, в развитие родной местности. Воплощение мечты в реальность зависит от каждого из нас.

Упражнение «Герб местности»

Ход упражнения: каждый участник получает лист бумаги А4, цветные карандаши, фломастеры и т. д. Ведущий предлагает, чтобы подобно аристократам давних времен, изображавшим на своих гербах символы, представляющие их владения, каждый участник изобразил в течение 10 минут герб своего населенного пункта. Эта композиция может объединять основные черты и сильные стороны родной местности участника.

Участникам предлагается дать имя созданному гербу. Из полученных гербов делают выставку в классе. Участники рассматривают выставку в течение трех минут.

Вопросы для анализа:

1. Каковы главные сильные стороны вашего населенного пункта? Чем он способен выделиться, быть замеченным?

2. Как ресурсы местности способны повлиять на жизнь жителей?

3. Что вам известно об истории родных мест?

4. В связи с чем считается, что люди являются ресурсами местности?

5. Что вы почувствовали, побывав на выставке?

Выводы:

1. Для того чтобы преобразить к лучшему местность, где мы живем, нам нужно знать ее ресурсы, преимущества, определяющие характеристики; хранить и использовать их так, чтобы придать выразительность уже существующим ценностям.

2. Люди являются важным ресурсом местности, в которой обитают, благодаря их способности строить и изменять.

3. Важно, чтобы история нашей местности передавалась из поколения в поколение для продолжения традиции народа.

Завершающее упражнение «Спасибо!»

Ход упражнения: участники становятся в кружок, и ведущий предлагает каждому мысленно положить на левую руку все то, с чем он пришел сегодня, свой багаж настроения, мыслей, знаний, опыта, а на правую руку — то, что получил на этом занятии нового. Затем все одновременно хлопают в ладоши и кричат «да!» или «спасибо!»

Психологический смысл упражнения: завершающий ритуал. Позволяет задуматься над содержанием и результатом прошедшего занятия, а также завершить его на положительной эмоциональной ноте.

Занятие 2. «День перемен»

Цели:

- способствовать формированию активной гражданской позиции;
- определить атрибуты и ответственность каждой ключевой личности города/района; перечислить основные социальные роли людей, выполняющих ключевые социальные роли в вашем населенном пункте;
- проанализировать участие граждан в принятии решений относительно сообщества;
- определить сильные и слабые стороны своего города/района;
- определить способы сотрудничества с ключевой личностью города/района;
- проанализировать благоприятные последствия, вытекающие из социального участия;
- перечислить выигрышные моменты сотрудничества между членами сообщества и ключевыми личностями города/района.

Ключевые понятия ключевые социальные роли сообществ (руководители, служащие, рабочие), специфика их функционирования, сильные стороны и проблемы/трудности сообщества города/района, сотрудничество, участие в жизни сообщества, социальное участие в обществе.

Материалы: 2 комплекта заранее подготовленных карточек с социальными ролями сообщества (по карточке на участника), коробка, листы бумаги А4, ручки.

Разминка

Упражнение «Поздороваемся»

Ход упражнения: ведущий предлагает всем поздороваться за руку, но особенным образом. Здраваться нужно двумя руками с двумя участниками одновременно, при этом отпустить одну руку можно тогда, когда найдешь того, кто тоже готов поздороваться, то есть руки не должны оставаться без дела больше секунды. Задача — поздороваться таким образом со всеми участниками группы. Во время игры не должно быть разговоров.

Психологический смысл упражнения: установление контакта между участниками. Рукопожатие — это символический жест открытости и доброй воли. Немаловажно, что при этом происходит контакт глазами — это способствует возникновению близости и позитивной внутренней установки. То, что действие происходит без слов, повышает концентрацию внимания членов группы и придает действию прелесть новизны.

Упражнение «Хорошие и плохие поступки»

Ход упражнения: участников делят на две команды случайным образом. Каждой команде выдается лист ватмана, фломастеры или маркеры и бумага А4. Задача одной команды — написать как можно больше поступков, которые позволяют человеку уважать себя больше. Соответственно задача другой — написать как можно больше поступков, из-за которых уважение человека к себе теряется. Каждая команда может подкрепить слова рисунками соответствующих поступков.

Обсуждение и вывод: каждая команда представляет свою тему. Далее идет общее обсуждение, в конце ведущий суммирует все сказанное. Очень важно обратить внимание на то, что у каждого есть выбор между теми и другими поступками, но каждый раз, выбирая то или другое поведение, мы приобретаем или теряем уважение к себе.

Психологический смысл упражнения: осознание детьми связи между поступками и самоуважением. Выделение самого понятия «самоуважение» и обнаружение его связи с самоуважением. А это необходимое условие полноценного общения, без которого невозможно развитие сплоченности.



Основная часть

Упражнение «День перемен»

Ход упражнения: ведущий кладет в середине классной комнаты коробку, в которой находятся карточки с названиями социальных ролей сообщества (например, *священнослужитель, глава гос. администрации, врач, директор школы*, и т. д.). Участникам предлагается вытянуть по карточке.

В течение 10 минут каждый участник представляет себе и записывает на своем листе бумаги главные решения, которые он принял, или действия, которые он инициировал, если бы на день оказался на месте персонажа из вытянутой карточки – в целях улучшения жизни в сообществе.

Учащиеся по очереди представляют свои предложения с высоты «приобретенного» положения, аргументируя принятые решения и сделанные шаги.

Вопросы для анализа:

1. Довольны ли вы деятельностью людей, выполняющих ключевые социальные роли сообщества в вашем населенном пункте?
2. Каково быть ключевой личностью в сообществе? В чем заключаются главные обязанности этих членов сообщества?
3. Перечислите качества, необходимые таким людям. Какими они должны быть?
4. Способны ли эти люди самостоятельно произвести крупные изменения в своем населенном пункте? Можете ли вы предложить иные действия для других людей, выполняющих ключевые социальные роли сообщества?
5. В состоянии ли вы что-нибудь сделать, чтобы побудить реального персонажа (чью роль вы сыграли) предпринять изменения, предложенные вами? Достаточно ли одного дня для этих перемен?

Выводы:

1. Каждый из нас может включиться в жизнь сообщества. Мы обязаны это сделать для своего блага и для блага окружающих. Мы способны инициировать проекты для введения изменений и сообщить свои предложения людям, принимающим решения.
2. Иногда одно-единственное решение изменяет к лучшему жизнь многих людей. Таким образом, и одного дня может быть достаточно для больших перемен.

Упражнение «Развитие»

Ход упражнения: участники делятся на две команды, рассчитавшись на «первый-второй».

Команда № 1 составляет список словесных ассоциаций (существительное и его характеристика), перечисляющих положительные аспекты, сильные стороны их сообщества. Например: *счастливые дети, чистая вода, здоровые люди, старательные ученики* и т. д.

Команда № 2 составляет список словесных ассоциаций, подчеркивающих недостатки, трудности и требующих улучшения стороны сообщества, населенного пункта и социальных отношений в местности. Например: *грязная речка, вырубленный лес* и т. д.

Через 15 минут каждая команда делегирует участника, который представляет и аргументирует составленный список.

Вопросы для анализа:

1. Узнали ли вы что-нибудь новое о своем сообществе?
2. Каковы самые настоятельные потребности вашего сообщества / населенного пункта?
3. Какие области деятельности функционируют лучше всего?
4. Каким вам видится ваше сообщество 10 лет спустя?

5. Определите факторы, которые, по вашему мнению, тормозят развитие сообщества/местности.

6. Перечислите ресурсы, которыми располагает ваше сообщество/местность.

Выводы.

1. Каждый город/район, большой или маленький, сталкивается с проблемами, нуждается в развитии, но располагает также и сильными, выигрышными сторонами. Так, природные и человеческие ресурсы являются положительными элементами, которые необходимо установить и использовать соответствующим образом. Каждый, кто стремится помочь сообществу, хочет включиться и участвовать в его продвижении к процветанию, может стать его важным ресурсом.

Проблемы города/района повышают сплоченность населения, его сотрудничество, мотивацию и прилагаемые усилия, которые, в свою очередь, являются факторами развития сообщества.

Упражнение «Мое участие»

Ход упражнения: ведущий просит выйти вперед четырех участников. Они тянут по карточке с наименованием важного члена сообщества: священник, директор школы, глава гос. администрации, представитель прессы (журналист) и т. д. Остальные делятся на 4 команды. Каждая команда вытягивает по карточке, подобной вытянутым первыми четверью участниками.

Командам предлагается представить себе, что им надлежит выполнить очень важное для города/района задание: собрать в течение недели вещи для раздачи обездоленным членам сообщества (старики, дети-инвалиды, дети, оставшиеся без родительской опеки). Для этого каждая команда делегирует по два участника, которые отправляются «на аудиенцию» к важному члену сообщества, названному в вытянутой карточке, и просят его поддержки в выполнении задачи. Время на подготовку делегации – 10 минут.

«Аудиенции» проводятся в форме ролевой игры, разыгрываемой перед всеми участниками.

Вопросы для анализа:

1. Что вы заметили в отношении и настрое делегатов команд? А в поведении агента сообщества? Был ли он расположен оказывать помощь? Имеет ли задание шанс быть успешно выполненным?

2. Как, по-вашему, следует поступать в реальной ситуации?

3. Какие навыки необходимы для организации такого мероприятия?

Выводы.

1. Любой может включиться в акцию города/района. Инициатива, смелость, уверенность в себе и готовность помочь окружающим являются решающими факторами для успеха такого мероприятия.

2. Мы можем также проявить свое отношение и включиться в информирование и поддержку властей, когда наши близкие и знакомые (одноклассники, друзья, родственники, соседи и др.) оказываются в затрудненном положении.

Завершающее упражнение «Спасибо!»

Ход упражнения: участники становятся в кружок, и ведущий предлагает каждому мысленно положить на левую руку все то, с чем он пришел сегодня, свой багаж настроения, мыслей, знаний, опыта, а на правую руку – то, что получил на этом занятии нового. Затем все одновременно хлопают в ладоши и кричат «да!» или «спасибо!»

Психологический смысл упражнения: завершающий ритуал. Позволяет задуматься над содержанием и результатом прошедшего занятия и завершить его на положительной эмоциональной ноте.



ПОЗНАНИЕ

КЛАССНЫЙ ЧАС

«ТВОРЧЕСТВО КАК СПОСОБ ОСМЫСЛЕНИЯ ЖИЗНИ» *

(5–8 классы)

Цели:

- ознакомить учащихся с понятиями «красота науки», «эстетика учебной деятельности»;
- раскрыть взаимосвязь художественного и научного познания мира;
- рассказать о путях формирования творческих способностей, эстетического восприятия научных фактов;
- развивать стремление к познавательной деятельности, эстетическое отношение к учебе;
- расширить кругозор учащихся.

Оформление:

Плакаты:

- «В научном мышлении всегда присутствует элемент поэзии». *А. Эйнштейн*;
- «... между логикой исследователя природы и эстетическим чувством ценителя ее красот есть какая-то внутренняя органическая связь». *К. А. Тимирязев*;
- «Великая поэзия нашего века — это наука с удивительным расцветом своих открытий, своим завоеванием материи, окрыляющая человека, чтоб удесятерить его деятельность».

Э. Золя

Информация по теме для педагогов

1. Для большей эффективности занятие целесообразно проводить со священнослужителем Ми Тираспольско-Дубоссарской Епархии.

2. При проведении классного часа необходимо использовать следующую информацию.

О красоте науки и научной деятельности ученые, педагоги и писатели высказывались неоднократно. Так, например, К. Д. Ушинский считал, что во всякой науке есть эстетический элемент. У А. С. Пушкина мы находим утверждение, что вдохновение нужно в поэзии так же, как и в геометрии. Д. И. Менделеев был убежден: опыт должен быть не только поучителен и верен, но также красив и привлекателен.

Красоту видимую, которую мы ощущаем в природе, распознать проще. Она проявляется в яркости красок неба, цветовых и звуковых явлениях, в симметричности форм тел живой и неживой природы, в ритмичности происходящих процессов. А как оценить красоту невидимую, скрытую в законах, теориях, формулах, определениях? «Радостное и вдохновенное чувство испытываешь, — писал А. Эйнштейн, — видя проблему изложенной кратко и живо, во всем ее

разнообразии и во всех ее связях». Американский физик Дж. Томсон считает, что «ощущение большой красоты возникает в том случае, если теория способна охватить на первый взгляд очень разрозненные явления и показать их тесную связь».

Среди других эстетических критериев научных теорий и законов можно выделить следующие: простота и изящество внешнего выражения теории, которое заключено в формуле или определении; информационная полнота, состоящая в широте охвата разнообразных явлений; минимальность понятий, лежащих в основе теории. Примеры таких законов и теорий: закон всемирного тяготения, теория относительности, теория строения атома и др.

Ученые считают, что сам процесс познания истины, ее доказательства может быть эстетическим. «Главным моим наслаждением в течение всей жизни, — писал Ч. Дарвин, — была научная работа». Эстетика процесса познания заключается в ясности, четкости и последовательности развития мысли, в строгой доказательности, простоте, оригинальности, в изяществе полученного решения, сделанного вывода.

Сам творческий процесс носит эстетический характер.

Смелость мысли, яркость догадки, оригинальность гипотезы, не стереотипность мышления, радостное чувство поиска истины характерны для научного творчества, процесса человеческой деятельности, создающего качественно новые материальные и духовные ценности. Творчество представляет собой возникшую в труде способность человека из доставляемого действительностью материала созидать (на основе познания закономерностей объективного мира) новую реальность, удовлетворяющую многообразным общественным потребностям. Виды творчества определяются характером созидательной деятельности (творчество изобретателя, организатора, научное и художественное творчество и т. п.). Идеализм рассматривает художественное творчество как божественную одержимость (Платон), как «животворноедыхание бессознательного» (Э. Гартман), как мистическую интуицию (Бергсон), как проявление инстинктов (Фрейд). Согласно марксистско-ленинской теории, в процессе творчества принимают участие все духовные силы человека, в т. ч. воображение, а также обретаемое в обучении и в практике мастерство; необходимое для осуществления творческого, замысла. Возможности для творческой деятельности зависят от общественных отношений.

Ключевые понятия по теме

Творчество — деятельность человека, направленная на создание духовных и материальных ценностей; деятельность, порождающая нечто качественно новое и отличающаяся неповторимостью, оригинальностью и общественно-исторической уникальностью. Творчество специфично для человека, т. к. всегда предполагает творца — субъекта творческой деятельности.

Оборудование, материалы и подготовительная работа:

Предварительный опрос учащихся:

1. Назовите свой любимый предмет. Что вас в нем привлекает?
2. В чем, по-вашему, красота таких наук, как физика, математика, химия?
3. Умеете ли вы видеть красоту научных фактов, явлений природы?
4. Назовите свое увлечение. Помогает ли оно вам в учебе?
5. При каких условиях изучение точных наук доставляет вам удовольствие?

Двум-трем учащимся подготовить сведения о творческой деятельности некоторых ученых, обратив внимание на следующие вопросы:

1. Что побудило ученого заняться изучением проблемы?
2. Как познавательный интерес и увлечения в свободное время определили жизненный путь и направления исследований ученого?
3. В чем видел ученый красоту науки и процесса мышления?

4. Как работал над собой? (См.: Борн Н. Моя жизнь и взгляды. М., 1973; Китайгородский А. И. Физика — моя профессия. М., 1965; Кузнецов Б. Т. Творческий путь Ломоносова. М., 1956 и др.)
Двум учащимся подобрать и выучить стихотворения.

Подготовить игры на развитие воображения, образного мышления, творческих способностей (см.: Минский Е. М. От игры к знаниям. М., 1982; Кель О. С., Терский В. Н. Игра «Конкурс смекалки» в школе. М., 1960 и др.).

Ход классного часа

Вступительное слово классного руководителя: о целях и задачах беседы, роли науки в жизни человека, об отношении учащихся к учебным дисциплинам, их представлениях о красоте науки (используются материалы проведенного опроса).

Основная часть

1. Беседа о поэзии науки

Выступление ведущего (им может быть учитель-предметник).

— О красоте науки и научной деятельности ученые, педагоги и писатели высказывались неоднократно. Так, например, К. Д. Ушинский считал, что во всякой науке есть эстетический элемент. У А. С. Пушкина мы находим утверждение, что вдохновение нужно в поэзии так же, как и в геометрии. Д. И. Менделеев был убежден: опыт должен быть не только поучителен и верен, но также красив и привлекателен.

Красоту видимую, которую мы ощущаем в природе, распознать проще. Она проявляется в яркости красок неба, цветowych и звуковых явлениях, в симметричности форм тел живой и неживой природы, в ритмичности происходящих процессов. А как оценить красоту невидимую, скрытую в законах, теориях, формулах, определениях? «Радостное и вдохновенное чувство испытываешь, — писал А. Эйнштейн, — видя проблему изложенной кратко и живо, во всем ее разнообразии и во всех ее связях». Американский физик Дж. Томсон считает, что «ощущение большой красоты возникает в том случае, если теория способна охватить на первый взгляд очень разрозненные явления и показать их тесную связь».

Среди других эстетических критериев научных теорий и законов можно выделить следующие: простота и изящество внешнего выражения теории, которое заключено в формуле или определении; информационная полнота, состоящая в широте охвата разнообразных явлений; минимальность понятий, лежащих в основе теории. Примеры таких законов и теорий: закон всемирного тяготения, теория относительности, теория строения атома и др.

Ученые считают, что сам процесс познания истины, ее доказательства может быть эстетическим. «Главным моим наслаждением в течение всей жизни, — писал Ч. Дарвин, — была научная работа». Эстетика процесса познания заключается в ясности, четкости и последовательности развития мысли, в строгой доказательности, простоте, оригинальности, в изяществе полученного решения, сделанного вывода.

Сам творческий процесс носит эстетический характер.

Смелость мысли, яркость догадки, оригинальность гипотезы, не стереотипность мышления, радостное чувство поиска истины характерны для научного творчества.

Выступления 2–3 учащихся: краткие сообщения о творческой деятельности некоторых ученых (например, А. Эйнштейна, П. Кюри, Д. И. Менделеева, И. В. Курчатова, С. П. Королева).

2. Спор о «физиках» и «лириках»

Выступление классного руководителя о единстве научного и художественного мышления в творчестве ученых, деятелей литературы и искусства.

— Несколько лет назад на страницах печати шел спор: какую роль играет искусство в научном творчестве ученых и может ли художник, поэт, писатель обойтись без знаний основ наук? Попытаемся разобраться в этом.

Ч. Дарвин в своей автобиографии расценивал утрату им в старости способности наслаждаться поэзией, живописью и музыкой, как утрату счастья, так как это вредно отражается на умственных способностях и нравственных качествах ученого. Д. И. Менделеев, И. В. Курчатов, Л. Д. Ландау считали, что искусство помогает им развивать интерес к науке, пробуждает жажду творчества, эмоциональное отношение к проблеме. Рассуждая о том, почему искусство обогащает ученого, Н. Бор писал, что причина «заключается в его способности напоминать нам о гармониях, недостижимых для систематического анализа». Искусство для ученых — стимулятор эвристической способности, образного мышления, источник эстетических чувств.

Велико значение науки для обогащения искусства. К. Г. Паустовский считал, что в любой области человеческого знания заключается бездна поэзии. *«Насколько более действенной и величественной стала бы любимая поэтами тема звездного неба, — писал Паустовский, — если бы они хорошо знали астрономию!»*

Ученые эпохи Возрождения сознательно опирались на достижения анатомии, геометрии. Знание законов перспективы, строения тела, изучение природы позволяло им творить шедевры в области живописи, архитектуры, скульптуры. *(Через эпидиаскоп демонстрируются зарисовки черепа человека, сердца, анатомические этюды, ботанические зарисовки Леонардо да Винчи. См.: Дитякин В. Леонардо да Винчи. М., 1959; Дживелегов А. Леонардо да Винчи. М., 1969; Леонардо да Винчи. Избранные естественнонаучные произведения. М., 1955.)*

Ученый и художник XV века Леон Баттиста Альберти писал о своем трактате, посвященном живописи:

«Ты увидишь три книги, и в первой, чисто математической, из глубинных корней природы возникает это прелестное и благороднейшее искусство».

Примеры обогащения поэзии наукой можно встретить в стихах М. В. Ломоносова, И. В. Гете, Р. Тагора, В. Брюсова, У. Уитмена, советского ученого А. Л. Чижевского и др. На стыке науки и литературы возник самостоятельный жанр научно-художественного творчества — научно-художественная литература.

Выступления учащихся (читают стихотворения М. В. Ломоносова «Случились вместе два Астронома в пиру...» и А. Л. Чижевского «Солнце», «Космос», «Лобачевский» и др.)

3. Беседа об учении и творчестве

Классный руководитель.

— Что нужно для того, чтобы увидеть красоту изучаемых в школе наук, ощутить радость познания? Во-первых, развитое воображение, фантазия, образное мышление.

— Мы проведем несколько игр для развития ваших творческих способностей, например, «Защита фантастических проектов», «Сказка стала былью» и др.

Проведение игр.

4. Беседа об учении с увлечением

Классный руководитель знакомит учащихся с рекомендациями по эстетическому самовоспитанию и научной организации труда (см.: Бондаревский В. Б. Беседы о самовоспитании. М., 1976; Русаков Б. А. НОТ школьника. М., 1976; Соловейчик С. Учение с увлечением. М., 1979; Чирва А. Н. Учить учиться. М., 1977).

Подведение итогов

Ученик читает стихотворение Н. Заболоцкого «Не позволяй душе лениться».

Не позволяй душе лениться!
 Чтоб в ступе воду не толочь,
 Душа обязана трудиться
 И день и ночь, и день и ночь!

Гони ее от дома к дому,
 Тащи с этапа на этап,
 По пустырю, по бурелому
 Через сугроб, через ухаб!

Не разрешай ей спать в постели
 При свете утренней звезды,
 Держи лентяйку в черном теле
 И не снимай с нее узды!

Коль дать ей вздумаешь поблажку,
 Освобождая от работ,
 Она последнюю рубашку
 С тебя без жалости сорвет.

А ты хватай ее за плечи,
 Учи и мучай дотемна,
 Чтоб жить с тобой по-человечьи
 Училась заново она.

Она рабыня и царица,
 Она работница и дочь,
 Она обязана трудиться
 И день и ночь, и день и ночь!

1958

Домашнее задание. В классном уголке оформить рубрики: «Мир наших интересов», «Внимание! Любопытные факты».

КЛАССНЫЙ ЧАС
«ХУДОЖЕСТВЕННОЕ ТВОРЧЕСТВО. ИСКУССТВО»*
 (5–8 классы)

Цели:

- ознакомить учащихся с творчеством великих русских художников: Василия Тропинина, Ореста Кипренского, Алексея Венецианова, Василия Сурикова, Валентина Серова;
- показать особенности художественного творчества авторов детских портретов в раскрытии богатого духовного мира ребенка;
- соотнести способность видеть прекрасное в лице человека и возможность найти в себе нечто неповторимое каждым из смотрящих на произведение искусства;

- способствовать воспитанию чувства прекрасного, формировать умение анализировать произведение живописи;
- расширить кругозор учащихся.

Оформление:

- выставка картин великих русских художников: Василия Тропинина, Ореста Кипренского, Алексея Венецианова, Василия Сурикова, Валентина Серова.

Информация по теме для педагогов

1. Для большей эффективности занятие целесообразно проводить со священнослужителем Тираспольско-Дубоссарской Епархии.

2. При проведении классного часа необходимо использовать следующую информацию.

О духовной жизни целого поколения русских людей знакомит нас творчество замечательного портретиста Ореста Кипренского. Мастером романтического портрета называли его современники и сегодняшние исследователи творчества художника.

Первым московским портретистом называли по праву Василия Тропинина. Он был крепостным художником. Страсть к рисованию проявилась у художника еще в детстве.

Он учился в Академии художеств на правах вольноприходящего ученика, крепостным запрягалось учиться в Академии. Главным делом жизни Василия Тропинина стало рисование портретов. Одним из его ранних портретов является портрет сына художника, замечательный своей непосредственностью.

Творчество Василия Сурикова не назовешь портретным. Художник прославился написанием исторических картин, на которых он изображает важные события жизни Родины.

Великим русским портретистом по праву называем мы Валентина Серова. Кисти мастера принадлежат такие известные работы, как: «Девочка с персиками», «Дети», «Мика Морозов» и другие.

В повседневной жизни мы окружены людьми. Десятки, сотни лиц за день, начиная с собственного отражения в зеркале. Одни лица запоминаются, другие исчезают в нашей памяти бесследно, навсегда.

Глаза являются зеркалом души. Поэтому очень важно научиться замечать малейшие изменения выражения лица и глаз у людей. В этой науке нам может помочь портретное искусство.

Ключевые понятия по теме

Искусство – художественное творчество в целом - литература, архитектура, скульптура, живопись, графика, декоративно-прикладное искусство, музыка, танец, театр, кино и другие разновидности человеческой деятельности, объединяемые в качестве художественно-образных форм освоения мира. В истории эстетики сущность искусства истолковывалась как подражание (мимезис), чувственное выражение сверхчувственного и т. п.

Портрет – изображение человека на картине, фотографии, скульптуре.

Оборудование, материалы и подготовительная работа:

- портреты великих русских художников: Василия Тропинина, Ореста Кипренского, Алексея Венецианова, Василия Сурикова, Валентина Серова;
- репродукции портретов детей этих художников в «Малой Третьяковке» (выпуски 1–4).

Ход классного часа

Вступительное слово

Классный руководитель.

- Детство – самая счастливая пора в жизни человека.



Путешествие, которое мы совершим, позволит нам ознакомиться с творчеством великих русских художников, которые написали портреты детей: своих собственных, знакомых, родственников и просто детей, привлечших мастеров кисти своими неповторимыми чертами. За каждым портретом — его творческая история, жизнь героя художественного полотна.

Основная часть

1. Беседа о портрете

— Что такое портрет?

По словарю С.И. Ожегова, *портрет*: 1) изображение человека на картине, фотографии, скульптуре; 2) перен. художественное изображение, образ литературного героя.

— Что обычно изображается на портрете?

(Человек. Он может быть изображен в полный рост, по пояс, мы можем видеть на портрете только лицо человека.)

Портрет является одним из жанров живописи, графики и скульптуры.

Слово «портрет» берет начало от лат. глагола, обозначающего «извлекать на поверхность», «обнаруживать».

Создавая портрет, художник-живописец кистью и красками «выявляет» существенные, индивидуальные черты человека. Передача внешнего сходства — обязательное требование, предъявляемое к этому жанру.

2. Беседа о детях — героях портретов русских художников

Рассказ классного руководителя.

— **Ореста Кипренского** современники называли мастером романтического портрета.

(Классный руководитель обращает внимание детей на портрет художника и репродукции его портретов из «Малой Третьяковки»)

Перед вами один из самых выразительных портретов Ореста Кипренского, изображающий мальчика Челищева. В образе пылкого, порывистого юноши невольно угадываются черты целого поколения людей эпохи Отечественной войны 1812 года. На портрете изображен воспитанник пажеского корпуса (закрытого учебного заведения) при императорском дворе А. Челищев (1797–1881). Когда началась война, он в возрасте 14 лет, как герой Л. Толстого «Война и мир» Петя Ростов, пошел сражаться с французами и благополучно прошел всю войну, будучи «в числе воюющих корнетов», как сказал о нем А.С. Пушкин, который, учась в то время в Царскосельском лицее, страстно завидовал более взрослым соотечественникам, участвовавшим в боях.

Беседа по картине:

— Каким запечатлел художник лицо мальчика?

(Обратите внимание на его глаза (карие, широко открытые, полные любопытства и ожидания), губы (пухлые, своенравные), пряди волос (темные, разметавшиеся).)

— Одним из средств усиления выразительности в живописи является колорит, то есть сочетание цветов. Какие краски преобладают в картине? В какой мере они подчеркивают взволнованность мальчика?

— К.П. Паустовский писал о художнике Оресте Кипренском: «На его портретах существуют не только лица, но и как бы вся жизнь написанных им людей — их страдания, порывы, мужество, любовь. Все это составило след на их облике и было перенесено на холст».

— Какие черты личности мальчика Челищева стремился передать в его портрете художник? *(Стремление к подвигу, истинный патриотизм, желание принести пользу)*

*Отечеству, уверенность в своих поступках, твердое понимание собственной цели, благо-
родство, ум, честь.)*

Портрет Челищева, как и портрет сына Василия Тропинина, открыл детскую тему в русском искусстве. Романтиков привлекала личность ребенка, живущего не столько разумом, сколько чувствами, чистота его сердечных порывов.

Первым московским портретистом назвали по праву **Василия Тропинина**. Он был крепостным художником. Страсть к рисованию проявилась у художника еще в детстве. Он учился в Академии художеств на правах вольноприходящего ученика, крепостным запрещалось учиться в Академии. Главным делом жизни Василия Тропинина стало рисование портретов. Одним из ранних портретов является портрет сына художника, замечательный своей непосредственностью.

Мальчик кажется застигнутым в момент игры. Его золотистые волосы растрепаны, живые карие глаза скошены в сторону. Искусство XV века изображало детей как маленьких взрослых с кукольными личиками и деревянными фигурками. Искусство последующего столетия как бы открывает детство, пытается постичь мир ребенка, живущего яркими, сильными, чистыми чувствами. Портрет сына впечатляет. Лицо мальчика написано теплыми, мягкими тонами, краски приглушены, обращаешь внимание сразу на глаза: в них и детское любопытство, и ничем не прикрытое лукавство, и детский азарт, и в то же время чуть заметная взрослость.

Художник стремится запечатлеть внешность сына, но в то же время раскрыть его богатый внутренний мир, непосредственный и в чем-то наивный.

Продолжим наше путешествие по галерее детских портретов и сделаем остановку у портрета этой девочки. Он написан известным художником **Алексеем Венециановым**. Его кисти принадлежат не только портреты, но и другие живописные работы.

Перед вами портрет дочери художника. Милое детское лицо. И опять в центре внимания художника – глаза девочки. Ее взгляд устремлен вдаль. Создается впечатление, что девочку невозможно уговорить позировать, ей хочется убежать, она хочет играть. Лукаво выписаны глаза. Пухлый нос, яркие губы, розовые щечки. Портрет нарядный: девочка одета в легкое зеленое пальто с белой отделкой, на голове у нее детский капор. Портрет занимает почти всю часть полотна.

А вот другой портрет – «**Захарка**», который не похож на все остальные в творчестве Алексея Венецианова. Он бьет через край полнотой и энергией жизненных сил. Захарка привлекает своей активностью, жизненной обстоятельностью, мальчишеской твердостью.

Творчество **Василия Сурикова** не назовешь портретным. Художник прославилсяписанием исторических картин, где он запечатлел важные события жизни Родины.

Но среди многих картин художника есть и детский портрет.

На нем художник изображает одну из своих двух дочерей – Олю, ставшую в замужестве Кончаловской.

Девочка изображена в полный рост. Она стоит спиной к печке, как будто проходила мимо с куклой в правой руке и ее остановили, чтобы написать портрет. Этот портрет – один из самых чистых детских портретов XIX века.

Милое детское лицо, пухлые щеки, прямой носик, пухлые губки, нарядная одежда. Очень похожа на своего отца – великого русского художника.

Художник вводит нас в духовный мир своей дочери – мир детства, мечты, игры.

Великим русским портретистом по праву называем мы **Валентина Серова**. Кисти мастера принадлежат такие известные работы, как «Девочка с персиками», «Дети», «Мика Морозов» и другие.

«Девочка с персиками»

Серову очень хотелось написать такую картину, чтобы люди смотрели на нее и чувствовали, как хорошо жить на свете, как прекрасна жизнь. Но какой будет эта картина, Серов еще не знал.

В «Девочке с персиками» (1887) изображена дочь С.И. Мамонтова, Вера. Серов писал ее с натуры, в одной из комнат абрамцевского дома. Сеансы шли ежедневно около месяца, но живопись сохраняет свежесть непосредственного впечатления. Недаром сам Серов не раз говорил, что живопись – это большой труд, но писать надо так, чтобы не видно было этого труда. Вся сцена как бы выхвачена из жизни: живая и бойкая кареглазая девочка под села к столу и взяла в руки персик. Сюжет простой, но сколько жизненного очарования в этой сцене, в обилии воздуха и света, льющемся из больших окон в комнату, в свежести колорита, наполняющего картину тонким ощущением радости жизни! Произведение переросло рамки простого портрета, тем более «этюда» (как скромно было обозначено в каталоге выставки), это картина, картина о детстве, ведущем в многообещающую жизнь. Краски ее чисты и светлы, как само детство этой девочки. Розовая кофточка, белая скатерть, белый простенок с белой же майоликовой тарелкой на нем, солнечная зелень старого сада за окном – все это оттеняется глубокими коричневыми тонами спинки стульев и каштановых волос Веры и ее синим бантом. Молодой художник внимательно проследивает тонкие изменения цвета предметов на свету и в тени, подмечает живописные детали, помогающие раскрытию образа: например, загорелая кожа лица девочки – такая же матовая и смуглая, как те персики перед ней.

— Вглядитесь в картину. Что сразу же привлекает нас?

Лицо девочки, ее глаза. Они словно притягивают к себе.

Смотришь на картину и кажется, что и ты находишься в этой светлой комнате. Ты словно можешь подойти к этому столу, потрогать скатерть, персики, серебряный ножик, подсвечник на окне или раскрашенную игрушку – солдата-гренадера, который выглядывает из-за плеча девочки; можешь пройти в другую комнату, сесть на стул возле окна...

В комнате так много света, простора, воздуха!

Фигурка гренадера и блюдо на стене, и блики на спинках старинных стульев, и легкие тени от персиков на скатерти, и веселая зелень сада за окнами – все служит тому, чтобы ты почувствовал ласковое, летнее тепло комнаты, в центре которой находится сама девочка с персиком в руках. Посмотрите, как живо написаны персики: так и хочется откусить!

Летний солнечный день. Юный человек. Верочка Мамонтова. В этот год ей исполнилось 12 лет.

Живопись волшебна. Ты будешь подрастать, взрослеть, а Верочка навсегда останется такой, какой изобразил ее художник более ста лет назад.

«Дети»

Есть у Серова картина «Дети». На ней изображены его сыновья – Саша и Юра.

Краски этой картины не отличаются яркостью. Они созвучны деревенским картинам: солнце за облаками, все словно погружено в серебристо-серый воздух. И все очень просто в этой картине: угол веранды, песок берега, пустынное море, небо; лишь в левом верхнем углу – приткнувшиеся к отмели лодки.

Краски находятся в гармонии, то есть в согласии, дружбе. Почти одинаковые по цвету, красочному тону настил веранды, небо, море.

Полоса прибрежного песка помогает ощутить пространство, глубину.
В центре – милые, задумчивые мальчишки, широкий берег, море.

Подведение итогов

Классный руководитель.

– В повседневной жизни мы окружены людьми. Десятки, может быть, сотни лиц за день, начиная с собственного отражения в зеркале. Одни лица запоминаются, другие исчезают в нашей памяти бесследно, навсегда.

- Итак, что запомнили мы с вами сегодня на занятии?
- Фамилии каких художников были с нами в нашем путешествии?
- Чьи портреты написаны ими?
- Что является главным для художников в изображении детей?
- На что обращают внимание живописцы?
- В какой мир своих героев ведут нас и почему это важно?
- Что является отличительной особенностью любого портрета?

Домашнее задание. Нарисовать дома портрет знакомого вам ребенка.



ДОБРОТА

**«ФИЛОСОФСКИЙ СТОЛ» НА ТЕМУ
«КАК РАЗОБРАТЬСЯ В СВОЕЙ ДУШЕ» ***
(10–11 классы)

Цели:

- стимулирование естественного стремления старшеклассников разобраться в вопросах, связанных с понятием «душа человека» и «основные душевные силы человека»;
- способствовать пробуждению самостоятельной мысли в вопросе «Как духовно устроен человек?».

Оформление: плакат с цитатой *«Душа есть сущность живая, простая, бестелесная, словесно-разумная, действующая посредством тела и сообщающая ему жизнь и возрастание, чувство и силу рождения Она есть сущность свободная, одаренная способностью хотеть и действовать, изменяемая в воле, имеющая ум, как чистейшую часть самой себя».* Святой Иоанн Дамаскин.

Информация по теме для педагогов

1. Для большей эффективности занятие целесообразно проводить со священнослужителями Тираспольско-Дубоссарской Епархии.

2. При проведении классного часа необходимо использовать следующую информацию.

Дух человека – философское понятие, означающее невещественное начало, в отличие от материального, природного начала. Дух истолковывается как субстанция (пантеизм), личность теизм (персонализм) В рационализме определяющей стороной духа считается мышление, сознание, в иррационализме – воля, чувство, воображение, интуиция и т. п.

Ключевые понятия по теме

Душа – это понятие, выражающее исторически изменявшиеся воззрения на психическую жизнь человека и животных. Восходит к древним представлениям об особой силе, обитающей в теле человека и животного (иногда и растения) и покидающей его во время сна или в случае смерти.

Оборудование, материалы и подготовительная работа:

- 1) четкое определение темы «философского стола» не менее чем за две недели до проведения мероприятия;
- 2) учащимся раздаются вопросы, конкретизирующие проблему дискуссии:
 - Что представляет собой человеческая душа?
 - Отличаются ли человеческие души друг от друга и почему?

- Какие основные силы можно выделить в душе?
- Какие выражения с понятием «душа» ты знаешь? Что они означают?

Ход «философского стола»

Вступительное слово классного руководителя

— Сегодня мы попробуем поразмыслить над определенными вопросами, касающимися человеческой души.

Основная часть

1. Беседа по определению души

Классный руководитель.

— Что представляет собой человеческая душа?

Высказывания учеников.

Классный руководитель.

— Душа – это суть человека, в ней вся его своеобразность, его самосознание. Святой Григорий Неокесарийский приводит следующее доказательство существования души: тело может двигаться при воздействии извне или изнутри; извне наше тело никто не движет, следовательно, оно движется изнутри, то есть имеет душу.

— Отличаются ли человеческие души друг от друга и почему?

Человеческая душа индивидуальна, особенная у каждого человека, хотя и одинакова у всех по своей природе и составу. Как ни один человек внешне полностью не похож на другого, так и души отличаются одна от другой.

2. Беседа о силах души

Классный руководитель.

— Какие основные силы можно выделить в душе?

Высказывания учеников.

Классный руководитель.

— В душе можно выделить три основные силы. Это, во-первых, мыслительная сила (разум, рассудок), во-вторых, сила желательная (желания, стремления, воля), в-третьих, раздражительная сила (чувства, эмоции).

Мыслительная сила должна занимать главенствующее место в душе. Разум призван управлять всеми другими силами души и контролировать их деятельность. Разум тесно связан с мозгом, через который человек получает информацию о теле и о процессах вне тела. Мозг получает информацию через анализаторы. Он тесно связан с речью, определяет способность к логике, анализу и т.п.

Сила желательная: здесь происходит проявление воли в виде желания, вожделения (очень сильного желания), устремления к чему-либо.

Раздражительная сила: ум приходит в соприкосновение с предметами внешнего мира посредством чувств и через чувства принимает их. У души есть одно внутреннее чувство (сердечное), от которого вышли пять внешних чувств: зрение, слух, вкус, обоняние, осязание. В чувстве кроется основная сила души, которая проявляется в двух видах: природной ревности к добру и усердию в доброделании.

Поэтому царь Давид просит: «Сердце чисто созижди во мне, Боже, и дух прав обнови во утробе моей» (Пс. 50). В извращенном виде после грехопадения раздражительная сила души стала проявляться как гнев и похоть.

– У каждого человека в одинаковой степени представлены данные силы души?
Высказывания учеников.

3. Беседа о том, как духовно устроен человек

Классный руководитель.

– Святые Отцы различали в человеческом духе три главные составляющие: духовный ум, волю и силу.

Высказывания учеников.

Духовный ум. Духовный ум является вершиной творения, посредством его человек получает откровения и может иметь Богообщение. По своей божественной природе этот ум есть свет, как и Бог есть свет. Но, конечно же, это не наш земной свет, а особый: духовный, Божественный. Нужно понимать, что духовный ум качественно отличается от того разума, которым мы все обладаем и пользуемся в нашей практической жизни. Духовный ум у нашего современника не развит и может вообще никак не проявляться. Только в отдельные моменты жизни у некоторых людей вдруг проявляется интуитивное мышление: они получают знание о чем-то как бы свыше, независимо от своих усилий. Это и есть частичное проявление духовного ума. Для духовного же ума свойственно: умствование о Боге и пребывание в Нем; познание изнутри (осознание, схватывание сразу всей сути) всего видимого и невидимого мира; управление материальной, вещественной жизнью.

Воля. Воля – это духовное начало в человеке, направленное на выбор деятельности. Оно определяет качество действия, принятие решения в ту или иную сторону, то есть осуществляет выбор. Воля определяет возбуждение или начало действия и торможение или завершение деятельности. В отличие от духовного, в душевном плане она проявляется в виде желания, стремления, влечения. Это – душевная составляющая воли.

Если у человека есть ненужные желания, и он способен от них отказаться, то говорят о силе воли.

Сила духа. Сила духа – это практическая способность духа совершать действие. Она связана с умом через волю. Всякое действие есть продукт не одной только воли, но и силы, говорят: «сила воли». Для осуществления любого действия нужна энергия, и она дается силою.

Как изначально было задумано Творцом? Вначале появляется у человека мысль, которая принимается волею и осуществляется силою. Таким образом, начало действия мы видим в уме, в воле – сосредоточение и сердцевина действия, конец действия – в силе.

Классный руководитель.

– Но сейчас мы часто наблюдаем совсем иную картину. Например, тебе что-то хочется и ты спешишь исполнить свое желание, совсем не думая, хорошо это или плохо, к чему это может привести. Таким образом, воля при помощи силы, помимо разума, совершает действие, и часто это имеет печальные последствия для человека. Почему так происходит?

Происходит это потому, что современный человек отпал от духовной жизни, потерял связь с Богом и часто живет только материальной, плотской жизнью. Его привлекает суета сегодняшнего дня, сиюминутные удовольствия, безумные развлечения. Человек перестал думать о вечности. Причина всего этого – в грехопадении.

Однако найти спокойствие и счастье в этом мире без Бога человек не способен. В его душе живет неутихающая «жажда Бога». Ее невозможно утолить ни дискотеками, ни поездками за границу, ни красивой одеждой и дорогими автомобилями – ничем. Эта жажда души утоляется только благодатью Божией. Без Богообщения душа обречена на вечную муку. Ценность же человеческой души неизмерима. Каждая человеческая душа является уникальным Божиим творением, она драгоценна и дороже всех богатств и сокровищ земных. Недаром же Сам Бог

сошел с небес и принял человеческий облик, страдание и смерть, чтобы спасти погибающие души. Мы должны очень бережно относиться ко всякой человеческой душе, ведь за каждого из нас умер Христос.



4. Беседа о крылатых выражениях с понятием «душа»

– Какие выражения с понятием «душа» вы знаете, и что они означают? Как вы понимаете их?

- «Душа нараспашку»** Так говорят о чистосердечном, прямодушном, откровенном человеке.
- «Душа не лежит»** Это означает, что нет интереса, склонности, желания, симпатии, доверия к кому-либо или чему-либо.
- «Душа не на месте»** Так говорят, когда кто-то встревожен, чувствует себя беспокойно.
- «Душа разрывается»** Так говорят, когда человек испытывает глубокую скорбь, печаль, тяжело переживает что-либо.
- «Душа ушла в пятки»** Так говорят, когда человек испытывает сильный страх.
- «Еле-еле душа в теле»** Другими словами – едва живой; так говорят о слабом, больном или уставшем человеке.
- «Не по душе»** Это означает – не нравится.
- «Для души»** Другими словами, для удовлетворения внутренних, духовных запросов, потребностей.
- «От всей души»** Это означает – совершенно искренне, с полной откровенностью, непосредственностью.
- «За милую душу»** Так говорят в трех ситуациях:
1) с большим удовольствием, желанием, весьма охотно;
2) не задумываясь, без долгих размышлений;
3) вне всякого сомнения; наверняка.
- «Излить душу»** Это означает – откровенно рассказать кому-либо о том, что волнует, что наболело.

Подведение итогов

Классный руководитель.

– В заключение нашего общения об устройении человеческой души хотелось бы, чтобы вы задумались о силах собственной души и о том, как устроена ваша душа.

Высказывания учеников.

Домашнее задание. Обсудить с близкими и написать эссе на тему «Как устроена моя душа».

**«ФИЛОСОФСКИЙ СТОЛ» НА ТЕМУ
«ОСНОВНЫЕ ДОБРОДЕТЕЛИ И СТРАСТИ ЧЕЛОВЕКА»***
(10–11 классы)

Цели:

— стимулирование естественного стремления старшеклассников разобраться в вопросах, связанных с понятиями «добродетели человеческие» и «страсти человеческие», с противоречиями между добродетелями и страстями;

— способствовать пробуждению самостоятельной мысли в вопросе: «Какие добродетели и страсти присущи людям?».

Оформление: плакаты с цитатами:

«Страсть не знает предела, но прекращается только тогда, когда убьет того, кто одержим ею». Святитель Иоанн Златоуст;

«Добродетель – положительное нравственное качество, высокая нравственность».

Информация по теме для педагогов

1. Для большей эффективности занятие целесообразно проводить со священнослужителем Тираспольско-Дубоссарской Епархии.

2. При проведении классного часа необходимо использовать следующую информацию.

Добродетель – высокая нравственность, моральная чистота. Главные добродетели – это те, которые признают все цивилизованные люди. К ним относятся: *благоразумие, воздержанность, справедливость, трудолюбие и стойкость*. Среди всех недобрых склонностей в каждом из нас есть главный недостаток, главная страсть, главный порок. И против него-то и нужно нам, прежде всего, направлять удары, чтобы свалить его с ног; ибо если только будет убит этот великан между злыми нашими наклонностями, то войско его тотчас предастся бегству. Когда страсть сформировалась, то избавление от нее проходит намного труднее и сложнее, чем при борьбе с ней в самом начале ее зарождения. Это вызвано тем, что в теле и душе человека при укоренении страсти происходят пагубные изменения.

Особое значение придает Православие борьбе со страстями. Без борьбы со страстями невозможно достижения истинной цели человеческой жизни, которая состоит в личном единении с Богом. Путь к богообщению у человека должен состоять в развитии в себе всех тех даров духовных, какими он преимущественно был наделен от Своего Творца, через достижение чистоты души, которая есть первоначальное дарование нашего естества. Достижению этой чистоты душевной на земле мешают человеческие страсти. По учению святых отцов, путь борьбы со страстями является неизбежным. Без этой борьбы духовная жизнь человека невозможна. «Борьба эта, – как указывал преподобный Иоанн Кассиан, – должна быть неуклонной и постоянной: она не должна прекращаться даже тогда, когда через победу над страстями человек достигает бесстрастия, и потому ведется истинным христианином пока он во плоти, – до смерти».

Ключевые понятия по теме

Добродетель – это положительное нравственное качество человека.

Страсть – сильно выраженное чувство, воодушевленность, крайнее увлечение, пристрастие к чему-нибудь.

Оборудование, материалы и подготовительная работа:

— четкое определение темы ««философского стола»» не менее чем за две недели до проведения мероприятия;

— учащимся раздаются вопросы, конкретизирующие проблему дискуссии:

1. Что такое добродетель?
2. Что такое страсть?
3. Какие качества человеческого характера вы назвали бы основными добродетелями? Почему?
4. Какие качества человеческого характера вы отнесли бы к страстям? Почему?

Ход «философского стола»

Вступительное слово классного руководителя

Основная часть

1. Беседа по определению добродетели

– Что такое добродетель?

Высказывания учеников.

Классный руководитель.

– Главные добродетели – это те, которые признают все цивилизованные люди. По мнению Клайва Степлза Льюиса – англ. писателя и религиозного философа, ставшего в англоязычных странах и легендой, и учителем, – к ним относятся: благоразумие, воздержанность, справедливость и стойкость.

Высказывания учеников.

Благоразумие означает практический здравый смысл. Человек, обладающий им, всегда думает о том, что делает и что может из этого выйти. В наши дни большинство людей едва ли считают благоразумие добродетелью. Христос сказал, что мы сможем войти в Его мир, только если уподобимся детям, и люди сделали вывод: если вы «хороший» человек, то тот факт, что вы глупы, роли не играет. Это не так!

Во-первых, большинство детей проявляют достаточно благоразумия в делах, которые действительно для них интересны, и довольно тщательно их обдумывают. Во-вторых, как заметил апостол Павел, Христос совсем не имел в виду, чтобы мы оставались детьми по разуму. Совсем наоборот! Он призывал нас быть не только «кроткими, как голуби», но и «мудрыми, как змии». Он хотел, чтобы мы, как дети, были просты, недвуличны, любвеобильны, восприимчивы. Но еще Он хотел, чтобы каждая частица нашего разума работала в полную силу и пребывала в отличной форме.

Цель не в том, чтобы быть хорошим и добрым, предоставляя привилегию быть умным другому, а в том, чтобы быть хорошим и добрым, стараясь при этом быть настолько умным, насколько это в наших силах. Богу противна лень интеллекта, как и любая другая.

Воздержанность – одно из тех слов, значение которых, к сожалению, в быту изменилось. Сегодня оно обычно означает полный отказ от спиртного. Но в те дни, когда вторую из главных добродетелей окрестили «воздержанностью», это слово ничего подобного не означало. Воздержанность относилась не только к выпивке, но и ко всем удовольствиям и предполагала не абсолютный отказ от них, но способность чувствовать меру, предаваясь удовольствиям, не переходить в них границы.

Было бы ошибкой считать, что все христиане обязаны быть непьющими; мусульманство, а не христианство запрещает спиртные напитки. Конечно, в какой-то момент долгом христианина может стать отказ от крепких напитков – он чувствует, что не сможет вовремя остановиться, если начнет пить, либо находится в обществе людей, склонных к чрезмерной выпивке, и не должен поощрять их примером. Но суть в том, что он воздерживается в силу определенных, разумных причин от того, чего вовсе не клеймит.

Некоторым людям свойственна такая особенность – они не в состоянии отказаться от чего бы то ни было «в одиночку»; им надо, чтоб от этого отказались и все остальные. Это не христианский путь. Какой-то христианин может счесть для себя необходимым отказаться в силу тех или иных причин от брака, от мяса, от пива, от кино. Но когда он начнет утверждать, что все эти вещи плохи сами по себе, или смотреть свысока на тех людей, которые в этих вещах себе не отказывают, он встанет на неверный путь.

Большой вред был нанесен смысловым ограничением слова в быту. Благодаря этому люди забывают, что точно так же можно быть неумеренным во многом другом. Мужчина, который смыслом своей жизни делает гольф или мотоцикл, либо женщина, думающая лишь о нарядах, об игре в карты или о своей собаке, проявляет такую же «неумеренность», как и пьяница, напивающийся каждый вечер. Конечно, их «неумеренность» не выступает столь явно – они не падают на тротуар из-за своей картомании или гольфомании. Но можно ли обмануть Бога внешними проявлениями?

Справедливость относится не только к судебному разбирательству. Это понятие включает в себя честность, правдивость, верность обещаниям и многое другое.

Стойкость предполагает два вида мужества: то, которое не боится смотреть в лицо опасности, и то, которое дает человеку силы переносить боль.

Классный руководитель.

– Вы, конечно, заметите, что невозможно достаточно долго придерживаться первых трех добродетелей без участия четвертой.

– Какие еще качества человеческого характера вы отнесли бы к добродетелям?

Высказывания учеников.

2. Беседа по определению страсти

Классный руководитель.

– Что такое страсть?

Высказывания учеников.

Классный руководитель.

– Страсть – это пагубный навык, образующийся при многократном удовлетворении порочных влечений. Страсти со временем становятся неотъемлемой частью человеческой души, входят в привычку, влияют на весь образ жизни человека и даже властвуют над ним.

– Вы, может быть, знаете историю о Голиафе. Воевали филистимляне с израильтянами, и враждебные войска стояли строй против строя в ожидании сражения. В это время выступил исполинского роста филистимлянин Голиаф, стал издеваться над израильтянами, поносить как их самих, так и Бога их и дерзко вызывал себе единоборца. Никто не дерзал вступить в единоборство со страшным великаном, пока молодой пастух Давид, в уповании на помощь Божию, с пастушеской сумкою и пращою в руках (праща – орудие, которым бросали камни в неприятеля) не выступил против него. Искусно и с силою брошенным камнем он повалил Голиафа на землю и умертвил его. Тогда филистимляне, увидев, что силач их умер, побежали.

– Применим эту историю к предмету нашей беседы. Среди всех недобрых склонностей в каждом из нас есть своего рода «голиаф», то есть главный недостаток, главная страсть, главный порок. И против него-то и нужно нам прежде всего направлять удары, чтобы свалить его с ног; ибо если только будет убит этот великан между злыми нашими наклонностями, то войско его тотчас предастся бегству. Говоря просто, это значит: старайтесь искоренить главную страсть, и мало-помалу все другие пороки исчезнут сами собой. *(Из поучения Иринея, епископа Екатеринбургского и Ирбитского.)*

– Когда страсть сформировалась, то избавление от нее проходит намного труднее и сложнее, чем при борьбе с ней в самом начале ее зарождения. Это вызвано тем, что в теле и душе человека при укоренении страсти происходят пагубные изменения.

– Какие качества человеческого характера вы отнесли бы к страстям? Почему?

Высказывания учеников.

3. Беседа о борьбе со страстями

Классный руководитель.

– Нужно ли бороться со страстями?

Высказывания учеников.

Классный руководитель.

– Вот какое значение придает этой борьбе Православие: без борьбы со страстями невозможно достижения истинной цели человеческой жизни, которая состоит в личном единении с Богом. Путь к богообщению у человека должен состоять в развитии в себе всех тех даров духовных, какими он преимущественно был наделен от Своего Творца, через достижение чистоты души, которая есть первоначальное дарование нашего естества. Достижению этой чистоты душевной на земле и мешают человеческие страсти. По учению святых отцов, путь борьбы со страстями является неизбежным. Без этой борьбы духовная жизнь человека невозможна. «Борьба эта, — как указывал преподобный Иоанн Кассиан, — должна быть неуклонной и постоянной: она не должна прекращаться даже тогда, когда через победу над страстями человек достигает бесстрастия, и потому ведется истинным христианином пока он во плоти, — до смерти».

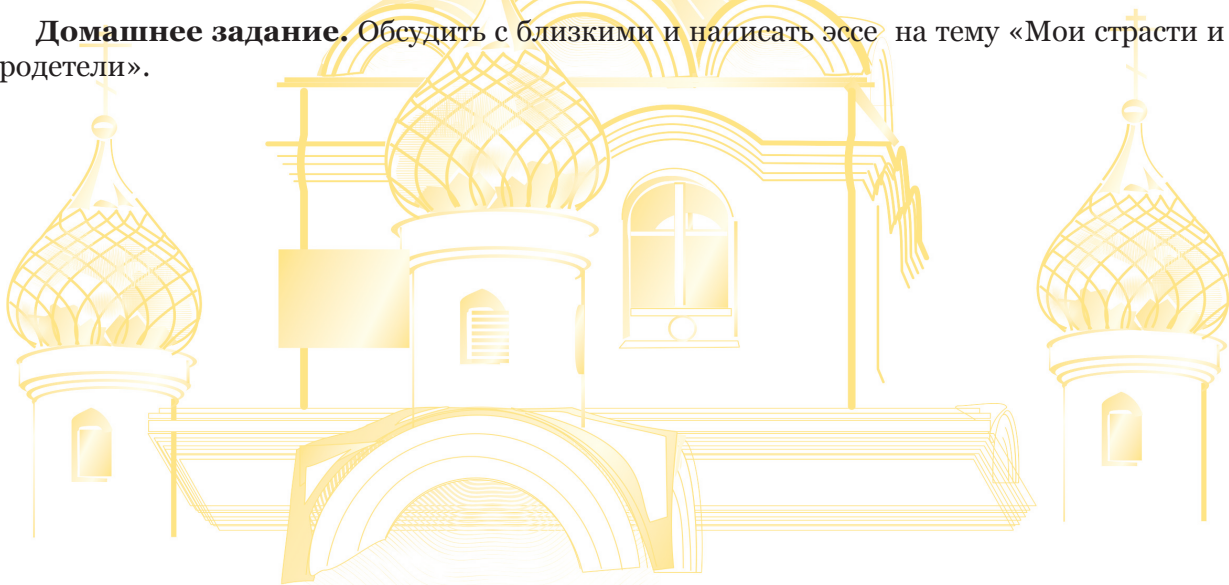
– Согласны ли вы с данным определением?

Высказывания учеников.

Подведение итогов

Высказывания учеников.

Домашнее задание. Обсудить с близкими и написать эссе на тему «Мои страсти и добродетели».



СПРАВЕДЛИВОСТЬ

«ФИЛОСОФСКИЙ СТОЛ» НА ТЕМУ
«ПОНЯТИЕ О СПРАВЕДЛИВОСТИ И СПРАВЕДЛИВОМ ОТНОШЕНИИ»
(7–11 классы)

Цели:

- раскрытие моральной сущности ценности «справедливость»;
- воспитание чувства ответственности за свои поступки;
- развитие творческих способностей и умения вести дискуссию;
- пропаганда литературы по теме.

Оформление: плакаты с высказываниями о справедливости:

– «Идея справедливости по большому счету это идея мироустройства. Конкретное представление о справедливом — это представление о миропорядке, как должно быть устроено общество». *Платон*;

– «Справедливость это чувство, которое живет в каждом из нас, это моральный закон!».

И. Кант;

– Вера в Справедливость по сути вера в Бога;

– «Справедливость это набор правил или принципов общественного устройства, с которыми согласны разные люди, при условии, что эти люди не знают, какую позицию они займут в обществе». *Джон Ролз*

Информация по теме для педагогов

1. Для большей эффективности занятие целесообразно проводить со священнослужителем Тираспольско-Дубоссарской Епархии.

2. При проведении классного часа необходимо использовать следующую информацию.

«Справедливость — категория морально-правового и социально-политического сознания, понятие о должном, связанное с исторически меняющимися представлениями о неотъемлемых правах человека». Справедливость подразумевает требование соответствия между практической ролью человека или социальной группы в жизни общества и их социальным положением, между их правами и обязанностями, деянием и воздаянием, трудом и вознаграждением, преступлением и наказанием, заслугами людей и их общественным признанием. Несоответствие в этих соотношениях оценивается как несправедливость.

Первое в истории общественного сознания понимание справедливости было связано с

признанием непререкаемости норм первобытнообщинного строя: несправедливо и подлежит наказанию все, что нарушает эти нормы. Позднее справедливость стала означать равенство людей в их правах и пользовании средствами жизни. Затем справедливость начинают отличать от простого равенства, включая в нее различия в положении людей сообразно их достоинствам.

Во всей истории классового общества существовали как бы две разновидности справедливости: одна отражала интересы господствующих классов и допускала, например, наличие «справедливой» дани, оброка, прибыли, нормы эксплуатации и пр.; другая выражала протест народных масс против эксплуатации, неравенства, угнетения в принципе. Справедливость всегда имеет исторический характер, коренится в условиях жизни людей (классов). Справедливость не требует равенства. Она требует предметно-обоснованного неравенства. Ребенка надо охранять и беречь; это дает ему целый ряд справедливых привилегий. Слабого надо щадить. Уставшему подобает снисхождение. Безвольному надо больше строгости. Честному и искреннему надо оказывать больше доверия. С болтливым нужна осторожность. С одаренного человека справедливо взыскивать больше. Герою подобают почести, на которые негерой не должен претендовать. И так – во всем и всегда... Главная трудность в различной трактовке справедливости. Каждый понимает справедливость так, как он хочет – в меру собственного самолюбия. Одно и то же может казаться несправедливым для тебя и справедливым для другого, и наоборот.

Однако при всем различии представлений есть нечто общее, что позволило сформулировать универсальное правило нравственности: *чего себе не желаешь, того и другим не делай.*

Ключевые понятия по теме

Справедливость – категория морально-правового и социально-политического сознания, понятие о должном, связанное с исторически меняющимися представлениями о неотъемлемых правах человека.

Оборудование, материалы и подготовительная работа:

– четкое определение темы «философского стола» не менее чем за две недели до проведения мероприятия;

– учащимся раздаются вопросы, конкретизирующие проблему дискуссии:

1. Что такое справедливость?
2. Как вы думаете, от чего зависит справедливое отношение к человеку.
3. А можно ли объективно оценить результаты своей деятельности? Всегда ли вы согласны с оценкой, которую вам выставляет учитель? А как можно решить проблему точности оценки?
4. Почему несправедливые люди, как правило, несчастны в жизни?
5. Подбор литературы по теме «Честь».

Вспомнить на уроках литературы следующие произведения: И.А. Крылов. «Стрекоза и муравей»; А.С. Пушкин. «Сказка о царе Салтане», «Дубровский», «Капитанская дочка», «Сказка о золотом петушке», «Медный всадник»; В. Гауф. «Карлик Нос»; «Илья Муромец и Соловей-разбойник»; М.Ю. Лермонтов. «Песня про купца Калашникова»; М.Е. Салтыков-Щедрин. «Повесть о том, как один мужик двух генералов накормил»; Ф.М. Достоевский. «Мальчик у Христа на елке»; И.К. Шиллер. «Разбойники»; А.Н. Островский. «Свои люди – сочтемся», «Бешеные деньги»; Л.Н. Толстой. «Воскресение»; В.П. Астафьев. «Последний поклон»; Б.А. Можаяев. «Мужики и бабы»; Б.Л. Пастернак. «Доктор Живаго»; А.И. Приставкин. «Ночевала тучка золотая» другие произведения о ценности «справедливость».

Ход занятия

Вступительное слово*Классный руководитель.*

– Какие ценности, по вашему мнению, являются необходимыми в духовной жизни человека?

Высказывания учащихся.

– Мы услышали множество важных для нас ценностей, но чаще было произнесено слово «справедливость». Значит это важно для вас. Мы сегодня будем говорить о *справедливости*.

Темой нашего сегодняшнего ««философского стола»» является «Понятие о справедливости и справедливом отношении». В процессе подготовки данного мероприятия вы должны были поразмыслить над определенными вопросами.

Основная часть**1. Беседа по определению справедливости***Классный руководитель.*

– С незапамятных времен люди говорят и пишут о справедливости. Но до сих пор вопрос, что такое справедливость и как ее осуществить в жизни, не решен. Какой смысл вы вкладываете в понятие «справедливость»?

*Высказывания учащихся.**Классный руководитель.*

– Философский словарь так определяет данную категорию: «Справедливость – категория морально-правового и социально-политического сознания, понятие о должном, связанное с исторически меняющимися представлениями о неотъемлемых правах человека. Справедливость подразумевает требование соответствия между практической ролью человека или социальной группы в жизни общества и их социальным положением, между их правами и обязанностями, деянием и воздаянием, трудом и вознаграждением, преступлением и наказанием, заслугами людей и их общественным признанием. Несоответствие в этих соотношениях оценивается как несправедливость. Первое в истории общественного сознания понимание справедливости было связано с признанием непререкаемости норм первобытнообщинного строя: несправедливо и подлежит наказанию все, что нарушает эти нормы. Позднее справедливость стала означать равенство людей в их правах и пользовании средствами жизни. Затем справедливость начинают отличать от простого равенства, включая в нее различия в положении людей сообразно их достоинствам. Во всей истории классового общества существовали как бы две разновидности справедливости: одна отражала интересы господствующих классов и допускала, например, наличие «справедливой» дани, оброка, прибыли, нормы эксплуатации и пр.; другая выражала протест народных масс против эксплуатации, неравенства, угнетения в принципе. Справедливость всегда имеет исторический характер, коренится – в условиях жизни людей (классов)».

2. Беседа о справедливом отношении*Классный руководитель.*

– Скажите, понятие справедливости для всех людей одинаковое?

*Высказывания учащихся.**Классный руководитель.*

– На самом деле люди неравны от природы и неодинаковы ни телом, ни душой, ни духом. Они рождаются существами различного пола; они имеют от природы неодинаковый возраст,

неравную силу и различное здоровье; им даются различные способности и склонности, различные влечения, дары и желания; они настолько отличаются друг от друга телесно и душевно, что на свете вообще невозможно найти двух одинаковых людей. От разных родителей рожденные, разной крови и наследственности, в разных странах выросшие, по-разному воспитанные, к различным климатам привыкшие, неодинаково образованные, с разными привычками и талантами – люди творят неодинаково и создают неодинаковое и неравноценное. Они и духовно не одинаковы: все они – различного ума, различной доброты, несходных вкусов; каждый со своими воззрениями и со своим особым правосознанием. Словом, они различны во всех отношениях. И справедливость требует, чтобы с ними обходились согласно их личным особенностям, не уравнивая неравных и не давая людям необоснованных преимуществ. Нельзя возлагать на них одинаковые обязанности: старики, больные, женщины и дети не подлежат воинской повинности. Нельзя давать им одинаковые права: дети, сумасшедшие и преступники не участвуют в политических голосованиях. Нельзя взыскивать со всех одинаково: есть малолетние и неменяемые, с них взыскивается меньше; есть призванные к власти, с них надо взыскивать строже и т. д. И вот, кто отложит предрассудки и беспристрастно посмотрит на жизнь, тот скоро убедится, что люди неравны от природы, неравны по своей силе и способности, неравны и по своему социальному положению; и что справедливость не может требовать одинакового обхождения с неодинаковыми людьми; напротив, она требует неравенства для неравных, но такого неравенства, которое соответствовало бы действительному неравенству людей.

Здесь-то и обнаруживается главная трудность вопроса. Людей – бесконечное множество; все они различны. Как сделать, чтобы каждый получил в жизни согласно своей индивидуальности? Как угнаться за всеми этими бесчисленными своеобразиями? Как «воздать каждому свое» (по формуле римской юриспруденции)?

Высказывания учащихся.

Классный руководитель.

– Они не одинаковы; значит, и обходиться с ними надо не одинаково – согласно их своеобразию... Иначе возникнет несправедливость.

Высказывания учащихся.

Классный руководитель.

– Итак, справедливость совсем не требует равенства. Она требует предметно-обоснованного неравенства. Ребенка надо охранять и беречь; это дает ему целый ряд справедливых привилегий. Слабого надо щадить. Уставшему подобает снисхождение. Безвольному надо больше строгости. Честному, и искреннему надо оказывать больше доверия. С болтливым нужна осторожность. С одаренного человека справедливо взыскивать больше. Герою подобают почести, на которые негерой не должен претендовать. И так – во всем и всегда...

– Как вы относитесь к фразе «Вера в справедливость по сути вера в Бога!»?

Высказывания учащихся.

Классный руководитель.

– Наша совесть – первый и непреложный закон для нас. А совесть, как сказал один мудрый человек, это голос Бога в тебе. Поступая по совести, ты поступаешь, как хочет от тебя Бог, то есть справедливо. Что, по вашему мнению, означают слова «Не в силе Бог, а в правде»?

Высказывания учащихся.

– Сила Бога – правда, а правда – это справедливость.

Классный руководитель.

– Что же такое справедливость?

Высказывания учащихся.

Г

И

Н

Е

Д

Ж

О

Р

З

О

В

– Справедливость – когда добро побеждает зло, когда правит Истина и правда побеждает ложь.

Классный руководитель.

– Каждый из нас желает справедливости и требует, чтобы с ним обходились справедливо; каждый жалуется на всевозможные несправедливости, причиненные ему самому, и начинает толковать справедливость так, что из этого выходит явная несправедливость в его пользу. При этом он убежден, что толкование его правильно и что он «совершенно справедливо» относится к другим, но никак не хочет заметить, что все возмущаются его «справедливостью» и чувствуют себя притесненными и обойденными. Чем скуднее, теснее и насильственнее жизнь людей, тем острее они переживают все это и тем труднее им договориться и согласиться друг с другом. В результате оказывается, «справедливостей» столько, сколько недовольных людей и единой, настоящей Справедливости найти невозможно. А ведь, строго говоря, только о ней и стоит говорить.

– А можно ли объективно оценить результаты своей деятельности?

Классный руководитель.

Справедливость – это отношение к человеку в соответствии с его делами.

– Всегда ли вы согласны с оценкой, которую вам выставляет учитель? И как можно решить проблему точности оценки?

Высказывания учащихся.

Классный руководитель.

– Случались ли случаи несправедливого отношения к вам?

Высказывания учащихся.

Классный руководитель.

– Главная трудность в различной трактовке справедливости. Каждый понимает справедливость так, как он хочет – в меру собственного самолюбия. Одно и то же может казаться несправедливым для тебя и справедливым для другого, и наоборот.

Однако при всем различии представлений есть нечто общее, что позволило сформулировать универсальное правило нравственности: *чего себе не желаешь, того и другим не делай.*

Каждого, кто совершит тяжкий грех, неотвратимо и в строго определенное время настигнет возмездие. Это закон такой – отложенного возмездия. Его не может избежать никто.

– Что вы думаете в отношении данного закона – отложенного возмездия?

Высказывания учащихся.

Классный руководитель.

– В каких литературных произведениях затронута тема справедливости?

Высказывания учащихся. И.А. Крылов. «Стрекоза и муравей»; А.С. Пушкин. «Сказка о царе Салтане», «Дубровский», «Капитанская дочка», «Сказка о золотом петушке», «Медный всадник»; В. Гауф. «Карлик Нос»; «Илья Муромец и Соловей-разбойник»; М.Ю. Лермонтов. «Песня про купца Калашникова»; М.Е. Салтыков-Щедрин. «Повесть о том, как один мужик двух генералов накормил»; Ф.М. Достоевский. «Мальчик у Христа на елке»; И.К. Шиллер. «Разбойники»; А.Н. Островский. «Свои люди – сочтемся», «Бешеные деньги»; Л.Н. Толстой. «Воскресение»; В.П. Астафьев. «Последний поклон»; Б.А. Можжев. «Мужики и бабы»; Б.Л. Пастернак. «Доктор Живаго»; А.И. Приставкин. «Ночевала тучка золотая» и другие произведения о ценности «справедливость».

Классный руководитель.

– Как вы считаете, категория «справедливость» является врожденной?

Высказывания учащихся.

Классный руководитель.

– Как научиться быть справедливым?

Высказывания учащихся.

Классный руководитель.

– Справедливость нельзя найти ни в виде общих правил, ни в виде государственных учреждений. Она не «система», а жизнь. Ее нужно представлять себе в виде потока *живой и предметной любви к людям*. Только такая любовь может научить справедливости: она будет творить жизненную справедливость. Эта любовь проявляется в соблюдении Божьих заповедей.

Подведение итогов

– Рассмотренные нами теоретические проблемы, раскрывающие сущность и взаимосвязь справедливости с совестью, дают нам возможность использовать знания об этих моральных ценностях в решении конкретных жизненных вопросов:

- будем помнить, что «справедливость» – это...;
- это живая и предметная любовь к людям;
- это отношение к человеку в соответствии с его делами.
- универсальное правило нравственности: *чего себе не желаешь, того и другим не делай*;
- соблюдение божьих заповедей;
- вера в справедливость — по сути вера в Бога;
- проявление себя в положительных поступках.

Домашнее задание. Обсудить с близкими и написать эссе «Почему несправедливые люди, как правило, несчастны в жизни?».



МИЛОСЕРДИЕ

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ТРЕНИНГ (5–11 класс)

Цели тренинга:

обучающая – дать представление о базовой ценности «милосердие»;
практическая – развитие способностей к базовой ценности «милосердие».

Задачи тренинга:

- активизация процесса самопознания;
- повышение самооценки и позитивного отношения к себе и своим возможностям;
- формирование навыков произвольного контроля.

Гетерогенная группа: муж. и жен.

Способ набора группы: добровольная.

Кол-во участников: до 15–20 человек.

Каждое занятие включает:

- разминочную часть, направленную на подготовку группы к работе;
- основную часть, направленную на реализацию поставленных задач;
- завершающую часть, направленную на рефлексиию.

Условия проведения тренинга: просторное помещение.

Информация по теме для педагогов

1. Для большей эффективности занятие целесообразно проводить со священнослужителями Тираспольско-Дубоссарской Епархии.

2. При проведении классного часа учащихся необходимо подвести к следующим выводам.

Изъять милосердие – значит лишить человека одного из важнейших проявлений нравственности. Подлинное милосердие бескорыстно.

Люди во всем мире могут выглядеть по-разному, принадлежать к разным вероисповеданиям, могут получать разное образование и находиться на разных ступенях социальной лестницы, но все они одинаковы. Все они люди, которых надо любить и которым надо помогать, если они нуждаются в нашей помощи. Делайте людям добро, а не зло, разделяйте с ними и радость и беду, любите, уважайте друг друга, будьте готовы прийти на помощь нуждающимся в вас.

В христианском искусстве милосердие изображается в образе женщины, окруженной детьми, либо качивающей ребенка, либо кормящей его. Она часто держит сердце или цветок.

Другими символами милосердия являются сердце, ягненок, пеликан, кормящий своих птенцов собственной кровью, либо человек, принимающий детей или ухаживающий за ними, а также простой хитон Христа.

Бывает, что люди не замечают наши успехи. Поэтому важно, чтобы мы сами замечали, что хорошего мы сделали, и хвалили себя за добрые дела. Это станет основой наших будущих успехов.

Люди нуждаются в утешении и в добрых словах. Им нужны друзья и понимающие родители.

Ключевые понятия по теме

Милосердие – готовность помочь кому-нибудь или простить кого-нибудь из сострадания, человеколюбия.

Гуманность – любовь, внимание к человеку, уважение к человеческой личности; доброе отношение ко всему живому.

Доверие – убежденность в честности, добросовестности, искренности кого-либо, чего-либо, в правильности чего-либо и основанное на этом отношении к кому-либо, чему-либо.

Необходимые материалы: стулья, карандаши, ручки, фломастеры, бумага, мел и доска (можно флип-чарт, ватман и маркер).

Занятие 1. «ВЕДИ НЕЗРЯЧЕГО»

Цели:

- включить участников в тренинговую работу;
- определить понятие «милосердие» как базовой ценности;
- определить качества человека, заслуживающего доверия;
- выяснить, как они могут помочь своим близким с ограниченными возможностями.

Ключевые понятия партнеры, доверие, положительные черты, отрицательные черты.

Материалы: бумага для заметок, ручки, листы бумаги А4, карандаши, повязки (платки, шарфы) для завязывания глаз, карточки для игры «Кто спасется».

Ход занятия

Знакомство. Установление контакта с детьми.

Участники подписывают бейджики. Ведущий представляется и говорит несколько слов о том, что будет происходить.

Правила работы в группе:

Ведущим устанавливаются определенные правила работы в группе, которые необходимы для того, чтобы все участники чувствовали себя комфортно и безопасно. Правила заранее выписываются на листе ватмана, и после принятия группой, закрепляются на видном месте. В течение всех последующих занятий правила группы находятся там же и напоминаются ведущим в начале занятия.

Список правил.

1. Внимательно слушать друг друга.
2. Не перебивать говорящего.
3. Уважать мнение друг друга.
4. Я-высказывание.
5. Безоценочность суждений.

6. Активность.
7. Правило «стоп».
8. Конфиденциальность.

Каждый из пунктов правил поясняется ведущим.

Разминка

Упражнение «Поменяйтесь местами»

Ход упражнения: участники сидят на стульях в кругу. Ведущий выходит на середину круга и говорит фразу: «Поменяйтесь местами те, кто... (умеет жарить яичницу)». В конце называется какой-либо признак или умение. Задача тех, кто обладает данным умением или признаком, поменяться местами. Задача ведущего — успеть сесть на любое освободившееся место. Тот, кто не успел сесть, становится новым ведущим.

Психологический смысл упражнения: разминка, создает условия для того, чтобы лучше узнать друг друга, понять, как много у них общего, повысить интерес участников друг к другу.

Основная часть

Упражнение «Веди незрячего»

Ход упражнения: участники делятся на пары. Ведущий объясняет, что они будут служить поводьями для незрячего, который будет гулять по классу или вокруг школы. В каждой паре одному из участников завязывают глаза. Ведущий объявляет, что поводьяр отвечает за безопасность своего партнера. Участники начинают игру.

Партнеры меняются ролями.

Вопросы для анализа:

1. Как ты себя чувствовал в роли незрячего?
2. Почему одним людям мы можем легко довериться, а другим — нет?
3. Какими качествами должен обладать человек, которому мы доверяем?
4. Какие черты мы видим в тех, кому не можем довериться?

Выводы:

1. Каждый должен верить в собственные силы.
2. Близким нужно доверять.

Примечание. Учащиеся должны увериться, что могут на кого-то положиться, что группа поддержит их, когда они примут на себя какой-либо риск.

Классный руководитель.

- Какая черта характера, человеческая ценность позволяет поводьяру вести слепого, слабого?
- Сегодня я приглашаю вас к разговору о *милосердии*.
- Как вы понимаете значение слова «**милосердие**»?
- Милосердие — готовность помочь кому-либо или простить кого-нибудь из сострадания, человеколюбия.
- Приведите примеры милосердия из прессы, литературы, жизни.

«Все золото мира не имеет никакой ценности; вечны лишь те милосердные деяния, которые мы способны совершить ради своих близких».

Адольф Прието

СКАЗКА «КЛЮЧ ВРАГА МИЛОСЕРДНОГО»

(В. Немирович-Данченко)

Караван шел по пустыне... Солнце жгло. Золотые бугры песков пропадали в ослепительной дали. Небо тонуло в опаловом блеске. Впереди белой извилистой линией дорога... Ее, собственно, не было. Дорогой здесь казались остовы павших верблюдов. Колодцы остались позади, и пилигримы взяли с собой воды на два дня. Только завтра они смогут добраться до оазиса с чахлыми пальмами. Утром еще мерещились вдалеке чудные марева с синими водами, с тенистыми рощами. Теперь и миражи пропали. Все замирало под строгим взглядом беспощадного солнца... Сонно покачивались всадники, следуя за проводником. Кто-то запел, но в пустыне и песня падает на душу слезами. И певший тот час же замолк. Тишина... Только слышался равномерный шорох тонких ног, погружавшихся в песок, да шелест шелковых занавесок, за которыми прятались от зноя смуглолицые бедуйки. Все замирало, даже и душа человеческая! По крайней мере, на пути встретился каравану умирающий араб; рядом лежал загнанный конь, белый на золотом песке; всадник, завернув в белый бурнус голову, положил ее на бездыханное тело своего друга... Бесстрастно проходили мимо верблюды. Никто из людей даже не повернул головы туда, где из-под белого шелка, остро и жадно следовал за ними взгляд погибающего в пустыне...

Уже весь караван миновал его. Только старик, ехавший позади, вдруг слез с седла и наклонился над арабом.

– Что с тобой?

– Пить! – только и мог проговорить умиравший.

Старик посмотрел вслед каравану – он медленно двигался в ослепительную даль, никто не оглядывался назад. Старик поднял голову в высоту, и оттуда вдруг почудилось ему что-то, какое-то веяние, проникавшее в его душу... Старик снял мехи с водой, обмыл сначала лицо и рот умирающему, потом дал ему сделать глоток... другой. Лицо умирающего оживилось.

– Ты из рода Оммиадов?

– Да... – ответил старик.

– Я угадал по знаку на руке твоей... Я из Эль-Хамидов. Мы смертельные враги...

– В пустыне пред лицом Аллаха – мы только братья. Пей!.. Я стар, ты молод. Пей и живи...

Умиравший жадно припал к мехам... Старик посадил его на своего верблюда...

– Поезжай и расскажи своим о мести одного из Оммиадов.

– А ты?



– Мне все равно жить осталось мало.

– Поедем вместе.

– Нельзя. Верблюд мал, он не выдержит такой тяжести.

Араб колебался. Но он был молод, его ждала слава и любовь. Он молча сел... Остановился...

– У тебя есть родные?

– Никого! – отвечал старик.

– Прощай!

Оставшийся долго смотрел ему вслед... Он обманул своего врага. У старика были дети, но они славились, как храбрые воины... Он уже не нужен был им.

Караван исчез в ослепительной дали... Солнце жгло... Небо тонуло в опаловом блеске. Старик завернул голову в покрывало и лег лицом к земле.

Прошло несколько месяцев.

Та же пустыня. Те же золотые бугры. Тот же караван шел назад. Так же пилигримы взяли в последнем оазисе с собой воды на два дня... Сонно покачивались всадники на утомленных верблюдах, и вдруг проводник остановился...

– Что там? – указал он вдаль.

Нагонявшие его пилигримы тоже в изумлении глядели туда... Там, среди бесконечных песков, видна была зелень. Раскинулись высокие, гордые пальмы, меж пышно поднявшихся кустов журчал источник, и веселый лепет прохладных струй наполнял томную зловещую тишину окружающей пустыни... Яркие цветы нежным благоуханием, точно ласковым приветом, встречали утомленных путников.

У ручья лежало нетленное тело милосердного старика. Его подняли, обернули в шелковые покровы и повезли в оазис его рода.

Арабы говорят, что новый источник забил из глубочайших недр земли по велению Аллаха там, где в песок упало несколько капель воды из мехов старого шейха. Бедуины зовут этот чудесный оазис **ключом врага милосердного**.

Вопросы для анализа:

1. Как бы вы поступили на месте молодого араба?
2. Можно ли было найти какой-нибудь выход, чтобы спастись вдвоем?
3. Представьте, что вы едете по пустыне и у вас не осталось воды. Что вы предпримете?

Упражнение «Кто спасется»

Ход упражнения: участникам раздают роли старика, матери, ребенка, отца, проводника и т. д. Ведущий предлагает представить детям, что они идут через пустыню. В игре участвуют от пяти до десяти человек, остальные – судьи.

Ведущий раскладывает на столе карточки, на которых написано все, что человек может взять с собой в путешествие, например: машину, коня, верблюда, бутылку с водой, книжку, пакет с сухофруктами, теплое одеяло, лопату, бутерброды и т. д. Карточек должно быть в пять раз больше, чем игроков.

Ведущий задает ситуацию, например: вам нужно перейти пустыню за неделю.

Дети по очереди подбрасывают кубик. Со стола берут столько карточек, сколько цифр выпало на кубике. Затем они рассказывают, как поступят с тем, что им досталось, например: не возьмут с собой, поделится с кем-либо, используют только для себя. Судьи решают, правильно ли тот или иной человек распорядился своим имуществом.

Вопросы для анализа:

1. Можно ли упрекать других людей за то, что они не проявляют милосердие?
2. Знаете ли вы благотворительные организации, в основе деятельности которых – милосердие и сострадание?
3. Хотели бы вы работать в такой организации и почему?
4. Как вы думаете, подавать милостыню – это проявление милосердия или нет?

Психологический смысл упражнения: после игры дети вместе с ведущим обсуждают, как доброта и милосердие, проявленные во время игры, помогли им перейти пустыню.

Завершающее упражнение «Спасибо!»

Ход упражнения: участники становятся в кружок, и ведущий предлагает каждому мысленно положить на левую руку все то, с чем он пришел сегодня, свой багаж настроения, мыслей, знаний, опыта, а на правую руку – то, что получил на этом занятии нового. Затем все одновременно хлопают в ладоши и кричат «да!» или «спасибо!»

Психологический смысл упражнения: завершающий ритуал. Позволяет задуматься над содержанием и результатом прошедшего занятия, а также завершить его на положительной эмоциональной ноте.

Занятие 2. «КОПИЛКА ДОБРЫХ ДЕЛ»

Цели:

- определить успешное действие/дело;
- оценить успешно выполненное задание (в том числе свое);
- оперировать словами утешения, уменьшительно-ласкательной лексикой;
- обосновать потребность людей в понимании и сочувствии;
- общаться в различных ситуациях;
- определить качества человека, заслуживающего доверия.

Ключевые понятия доброе дело, успех, самоуважение, утешение, понимание, объятие.

Материалы: бумага для заметок, ручки, листы бумаги А4, карандаши, плюшевая игрушка (например, медвежонок).

Ход занятия

Разминка**Упражнение «Переправа»**

Ход упражнения: участники стоят плечом к плечу на полосе шириной 20–25 см. Игра проходит интереснее, если эта полоса представляет собой не просто линию на полу, а небольшое возвышение: например, гимнастическую скамейку, бордюрный камень на обочине дороги или бревно на лесной поляне. Каждый участник поочередно переправляется с одного конца шеренги на другой. Ни ему, ни тем, кто стоит в шеренге, нельзя ни к чему прикасаться за пределами той полосы, на которой стоят участники.

Вопрос для анализа:

— Какие психологические качества участников проявились при выполнении этого упражнения?

Примечание. Если у кого-то упражнение вызвало дискомфорт, то с чем конкретно он связан, как его можно было бы преодолеть.

Психологический смысл упражнения: разминка создает условия для того, чтобы лучше узнать друг друга, понять, как много у них общего, повысить интерес участников друг к другу.

Основная часть**Упражнение «Копилка добрых дел»**

Ход упражнения: ведущий предоставляет участникам возможность вспомнить все хорошие дела, которые они совершили на этой неделе: отлично решили сложную задачу, выучили длинное стихотворение и т. д. Им предлагается выбрать из всех этих дел три и записать их на бумаге.

Ведущий предлагает участникам похвалить себя за эти добрые дела одной фразой, которую нужно записать. Например: «У тебя все отлично получилось, Кристина!».

Участникам предлагается рассказать о своих успехах.

Вопросы для анализа:

1. Трудно ли тебе было определить свои добрые дела?
2. Насколько легко было сформулировать похвалу?

Вывод: Бывает, что не все замечают наши успехи. Поэтому важно, чтобы мы сами замечали, что хорошего мы сделали, и хвалили себя за добрые дела. Это станет основой наших будущих успехов.

Упражнение «Обними медвежонка»

Ход упражнения: ведущий приносит в класс плюшевую игрушку (например, медвежонка) и сажает ее на стул перед участниками. Он объясняет ученикам, что продавец, у которого он купил этого медвежонка, сказал, что медвежонка необходимо обнимать много раз в день. Участникам предлагается подойти и обнять медвежонка, сказать ему что-нибудь приятное. Они поступают согласно указаниям ведущей; застенчивых подбадривают.

Вопросы для анализа:

1. Почему игрушке нужно, чтобы ее брали на руки?
2. Почему нашему мишке нужно говорить добрые, ласковые слова?
3. Когда вам хочется обнять свою любимую игрушку?
4. Кто из окружающих вас людей мог бы занять место медвежонка?

Вывод:

Люди нуждаются в утешении и в добрых словах. Им нужны друзья и понимающие родители.

Завершающее упражнение «Спасибо!»

Ход упражнения: участники становятся в кружок, и ведущий предлагает каждому мысленно положить на левую руку все то, с чем он пришел сегодня, свой багаж настроения, мыслей, знаний, опыта, а на правую руку — то, что получил на этом занятии нового. Затем все одновременно хлопают в ладоши и кричат «да!» или «спасибо!».

Психологический смысл упражнения: завершающий ритуал. Позволяет задуматься над содержанием и результатом прошедшего занятия, а также завершить его на положительной эмоциональной ноте.

**КЛАССНЫЙ ЧАС «БУДЬТЕ МИЛОСЕРДНЫМИ»
(6–9 классы)****Цели:**

- усвоение учащимися одной из основных нравственных ценностей, которой должны руководствоваться все люди, — ценности «милосердие»;
- формирование культуры ведения беседы.

Оформление: плакаты с пословицами и высказываниями о милосердии.

Информация по теме для педагогов

1. Для большей эффективности занятие целесообразно проводить со священнослужителем Тираспольско-Дубоссарской Епархии.

2. При проведении классного часа необходимо использовать следующую информацию.

Изъять милосердие — значит лишить человека одного из важнейших проявлений нравственности. Подлинное милосердие бескорыстно.

Люди во всем мире могут выглядеть по-разному, принадлежать к разным вероисповеданиям, могут получать разное образование и находиться на разных ступенях социальной лестницы, но все они одинаковы. Все они люди, которых надо любить и которым надо помогать, если они нуждаются в нашей помощи. Делайте людям добро, а не зло, разделяйте с ними и радость и беду, любите, уважайте друг друга, будьте готовы прийти на помощь нуждающимся в вас.

В христианском искусстве милосердие изображается в образе женщины, окруженной детьми, либо укачивающей ребенка, либо кормящей его. Другими символами милосердия являются сердце, ягненок, пеликан, кормящий своих птенцов собственной кровью, либо человек, принимающий детей или ухаживающий за ними, а также простой хитон Христа.

Ключевые понятия по теме

Милосердие — готовность помочь кому-нибудь или простить кого-нибудь из сострадания, человеколюбия.

Гуманность — любовь, внимание к человеку, уважение к человеческой личности; доброе отношение ко всему живому.

Оборудование, материалы и подготовительная работа:

- бумажные лучи для упражнения «Солнце человечности»;
- альбомные листы и карандаши для рисования.

Ход классного часа

«Без сострадания, милосердия невозможно жить в мире».
Зигфрид Ленц

Плакаты:

«Помнящий добро никогда не сотворит зла».

«Помоги, раздели беду — и твоя не так давить будет».

«Радость у кого-то — порадуйся за него. В твоей душе посветлеет».

«Любите друг друга. Любовь как благодатный дождик, после него даже сквозь самую твердую почву обязательно травка пробьется».

«Милосердие — готовность помочь кому-нибудь или простить кого-нибудь из сострадания, человеколюбия».

Вступительное слово классного руководителя

Классный руководитель.

— «Красота светит всем, но не каждому, не каждый в состоянии встретить ее. Но бывает — не красота, а что-то другое лучится в улыбке, в глазах человека, что-то на редкость удивительное, небывало хорошее». Ну что, казалось бы, необыкновенного сделала ведущая передачи «Основной инстинкт» Первого телевизионного канала Светлана Сорокина? Удочерила девочку. А как нам тепло стало от такого сообщения. Как будто на капельку солнца прибавилось в мире!

Сегодня я приглашаю вас к разговору о милосердии.

Человеколюбие общества, семьи, отдельного человека определяется, прежде всего, отношением к детям, старикам, к самым незащищенным и нуждающимся в помощи, стремлением помогать людям в несчастье. Мы сегодня обратимся к таким понятиям, как милосердие, человечность, доброта, гуманность.

Основная часть

1. Определение понятий «милосердие» и «гуманность»

Что означают слова «милосердие», «гуманность», мы можем узнать из толкового словаря. (Ученик поясняет толкование значений слов «милосердие», «гуманность» по словарю Ожегова.)

2. Беседа «Нужно ли милосердие сегодня?»

Классный руководитель.

— Нужно ли милосердие сегодня?

Изъять милосердие — значит лишить человека одного из важнейших проявлений нравственности. Подлинное милосердие бескорыстно.

Однажды замечательного хирурга, изобретателя принципиально новых аппаратов для лечения травматизма доктора Г.А. Илизарова спросили: «Вы так много работаете для других, а когда же вы работаете для себя?» Врач-целитель страшно удивился: «Живу так, а не иначе, не потому, что должен, а потому, что хочу помочь большему количеству людей».

Трагедия в городе Беслане в сентябре 2004 года показала яркие примеры самопожертвования во имя жизни другого человека. 18 учителей погибли от пуль озверевших террористов, спасая школьников. Среди них — 74-летний учитель физкультуры Иван Константинович Канидзе, спасший 30 детей и получивший в спину 3 пули. Страшное бедствие всколыхнуло людей, вызвало самые добрые чувства, помощь пострадавшим оказывали все народы России. Сдавали кровь, перечисляли деньги, приносили вещи, игрушки детям.

Террористические акты, наводнения, землетрясения — это аварийные ситуации.

– Нужно ли милосердие в нормальной, повседневной жизни?

– Нужно ли помогать пожилым, больным, бедным людям?

Идет беседа.

Классный руководитель.

– Действительно, куда чаще милосердие и сочувствие требуются в нормальной, повседневной жизни. В нашей стране есть много людей, которым необходимо простейшее чувство сострадания и милосердия. Это пожилые люди, больные, бедные, нуждающиеся в помощи. Для них очень важно неформальное, деликатное участие.

В стихотворении «Памятник» А.С. Пушкин подводит итог своей поэзии:

*И долго буду тем любезен я народу,
Что чувства добрые я лирой пробуждал,
Что в мой жестокий век восславил я свободу
И милость к падшим призывал.*

– Как бы ни трактовали последнюю строку, в любом случае, она есть прямой призыв к милосердию.

Этот пушкинский завет звучит в произведениях Н.В. Гоголя «Шинель», В. Распутина «Уроки французского», Ф.М. Достоевского «Идиот» и «Бедные люди», Г. Бичер-Стоу «Хижина дяди Тома», современного прозаика Г.Н. Троепольского «Белый Бим Черное Ухо» и др. Эти писатели обращались к героям униженным и несчастным, падшим, таким, как Сонечка Мармеладова, Катюша Маслова.

– Как вы считаете, нужно ли приносить себя в жертву ради помощи другим людям?

– А можно ли приносить в жертву одних людей ради помощи другим?

– Нужно ли проявлять милосердие к «падшим» людям: бомжам, пьяницам, наркомаманам...?

Идет беседа.

3. Творческое задание «Солнце человечности»

Классный руководитель делит детей на группы, раздает им по листу ватмана и просит нарисовать солнце человечности. Каждый участник группы рисует на солнце свой луч и подписывает на нем имя человека, который в трудную минуту жизни отнесся к нему по-человечески. Затем ребята по очереди рассказывают о своих лучах. Из работ делается выставка «Солнце человечности».

4. Творческое задание «Оазис милосердия»

Классный руководитель.

– Представьте, что каждый милосердный поступок превращается в цветущий оазис в пустыне. Нарисуйте такой оазис и расскажите, что должно измениться на земле, чтобы все пустыни превратились в оазисы, и возможно ли это.

Подведение итогов

Классный руководитель.

– Люди во всем мире могут выглядеть по-разному, принадлежать к разным вероисповеданиям, могут получать разное образование и находиться на разных ступенях социальной лестницы, но все они одинаковы. Все они люди, которых надо любить и которым надо помогать, если они нуждаются в нашей помощи. Делайте людям добро, а не зло, разделяйте с ними и радость, и беду, любите, уважайте друг друга, будьте готовыми прийти на помощь нуждающимся в вас.

Домашнее задание

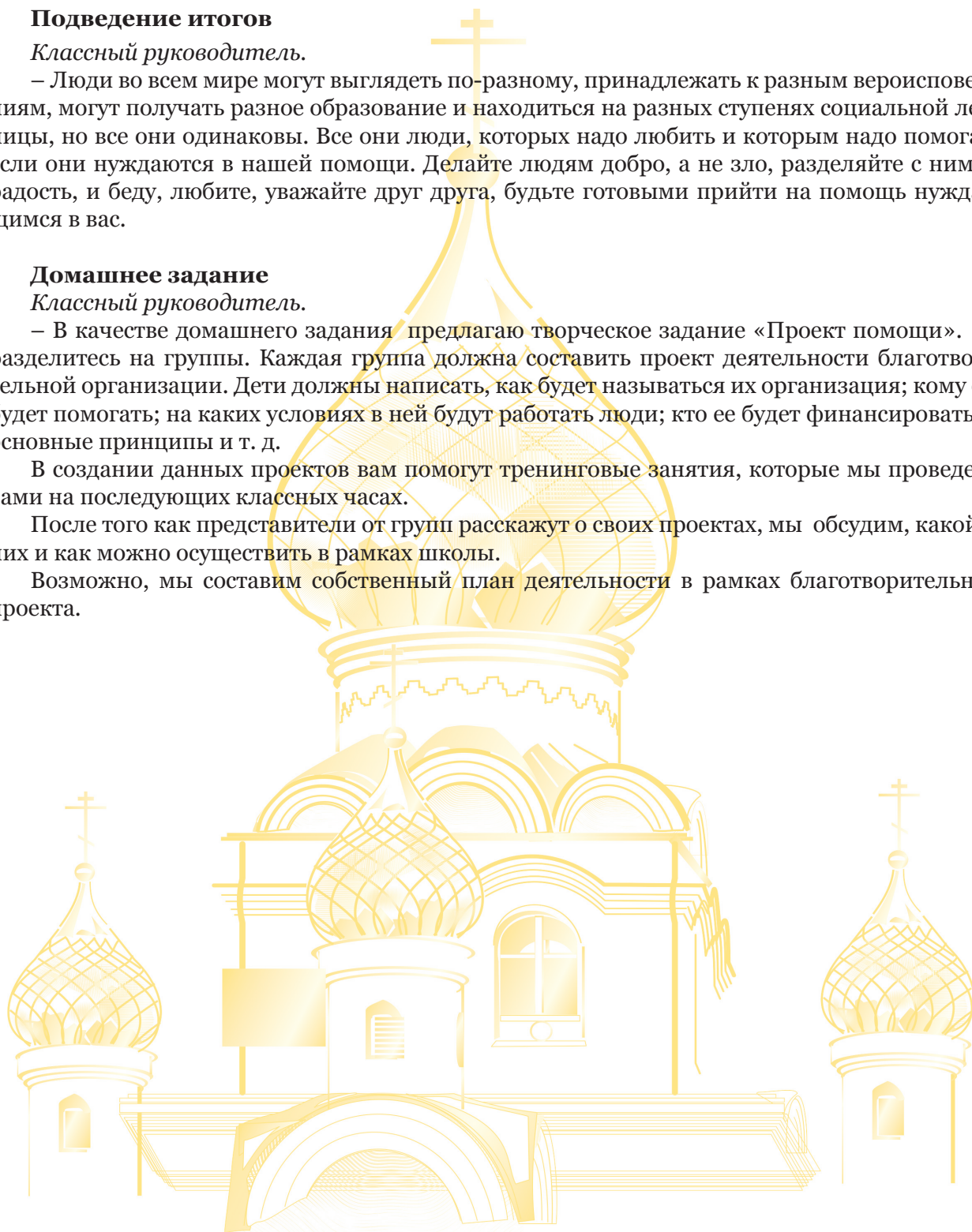
Классный руководитель.

– В качестве домашнего задания предлагаю творческое задание «Проект помощи». Вы разделитесь на группы. Каждая группа должна составить проект деятельности благотворительной организации. Дети должны написать, как будет называться их организация; кому она будет помогать; на каких условиях в ней будут работать люди; кто ее будет финансировать; ее основные принципы и т. д.

В создании данных проектов вам помогут тренинговые занятия, которые мы проведем с вами на последующих классных часах.

После того как представители от групп расскажут о своих проектах, мы обсудим, какой из них и как можно осуществить в рамках школы.

Возможно, мы составим собственный план деятельности в рамках благотворительного проекта.



ЧЕСТЬ

«ФИЛОСОФСКИЙ СТОЛ» НА ТЕМУ «ПОНЯТИЕ О ЧЕСТИ. ЧЕСТЬ ИСТИННАЯ И ЛОЖНАЯ» (7–11 классы)

Цели:

- раскрытие моральной сущности ценности «честь»;
- воспитание чувства ответственности за свои поступки;
- развитие творческих способностей и умения вести дискуссию;
- пропаганда литературы по теме.

Оформление:

Плакаты с высказываниями о чести:

«Честь – это бриллиант на руке у добродетели». *А. Вольтер*

«Честь – жизнь моя, они срослись в одно, и честь утратить – для меня равно утрате жизни». *В. Шекспир*

«Живи своим умом, а честь расти трудом».

«Береги платье снову, а честь смолоду».

«Живи красиво и достойно,

И в мыслях и в делах – пристойно,

Тогда пойдет по свету весть:

«Он сохраняет ум и честь».

Информация по теме для педагогов

1. Для большей эффективности занятие целесообразно проводить со священнослужителем Тираспольско-Дубоссарской Епархии.

2. При проведении классного часа необходимо использовать следующую информацию.

Категория «честь» отражает моральную ценность личности, представляют собой общественную и индивидуальную оценку нравственных качеств и поступков человека. Честь как моральный феномен есть, в первую очередь, внешнее общественное признание поступков человека, его заслуг, проявляющееся в почитании, авторитете, славе. Поэтому чувство чести, внутренне присущее личности, связано со стремлением добиться высокой оценки со стороны окружающих, похвалы, известности. Таким образом, механизм чести состоит в движении от внешнего признания к внутреннему желанию этого признания.

Общественное одобрение приходит к человеку со стороны его социального окружения, поэтому честь воздается ему локально, оценке здесь подлежат качества человека как представителя той или иной социальной группы (класса, нации, сословия, коллектива). Поэтому обычно речь ведется о воинской, женской, профессиональной и т.п. чести, то есть о каких-то специализированных нравственных качествах, присущих представителям данной среды. В одних концепциях честь представляется неотъемлемым свойством заведомо благородной социальной группы (рыцарская честь, честь семьи). В этом случае задача личности – «не уронить», «не замарать» эту полученную в наследство ценность. В кодекс истинной чести включены 10 заповедей, и людей, которые живут в соответствии с этими заповедями, можно отнести к людям с истинной честью.

Ключевые понятия по теме

Честь – моральную ценность личности, представляют собой общественную и индивидуальную оценку нравственных качеств и поступков человека;

Кодекс чести – свод правил, которыми руководствуются в своем поведении люди.

Оборудование, материалы и подготовительная работа:

– четкое определение темы «философского стола» не менее чем за две недели до проведения мероприятия;

– учащимся раздаются вопросы, конкретизирующие проблему дискуссии:

1. Что такое честь?
2. Какой смысл вы вкладываете в понятие «кодекс чести»?
3. Честь и достоинство – одно и то же?

Вспомнить на уроках литературы следующие произведения: А.С. Пушкин. «Цыганы», «Капитанская дочка», «Пиковая дама», «Евгений Онегин»; М.Ю. Лермонтов. «Бородино», «Мцыри», «Песня про купца Калашникова»; Л. Толстой. «Кавказский пленник», «Война и мир»; «Слово о полку Игореве»; Н.А. Некрасов. «Русские женщины»; А.И. Куприн. «Поединок»; И.А. Бунин. «Чаша жизни»; В.П. Астафьев. «Последний поклон»; М.А. Булгаков. «Белая гвардия» и другие произведения о ценности «честь».

Ход классного часа

Вступительное слово классного руководителя

Классный руководитель.

– Какие ценности, по вашему мнению, являются необходимыми в духовной жизни человека?

Высказывания учащихся.

– Мы слышали множество важных для нас ценностей, но чаще было произнесено слово «честь». Значит, это важно для вас. Мы сегодня будем говорить о *чести*.

Категория «честь» отражает моральную ценность личности, представляют собой общественную и индивидуальную оценку нравственных качеств и поступков человека.

Основная часть

1. Беседа по определению чести

Классный руководитель.

– Какой смысл вы вкладываете в понятие «честь»?

Высказывания учащихся.

Классный руководитель.

– Философский словарь так определяет данную категорию: «Честь – это понятие морального сознания и категория этики, включающее в себя моменты осознания индивидом своего общественного значения и признания со стороны общества».

Честь как моральный феномен есть, в первую очередь, внешнее общественное признание поступков человека, его заслуг, проявляющееся в почитании, авторитете, славе. Поэтому чувство чести, внутренне присущее личности, связано со стремлением добиться высокой оценки со стороны окружающих, похвалы, известности. Таким образом, механизм чести состоит в движении от внешнего признания к внутреннему желанию этого признания.

Общественное одобрение приходит к человеку со стороны его социального окружения, поэтому честь воздается ему локально, оценке здесь подлежат качества человека как представителя той или иной социальной группы (класса, нации, сословия, коллектива). Поэтому обычно речь ведется о воинской, женской, профессиональной и т. п. чести, то есть о каких-то специализированных нравственных качествах, присущих представителям данной среды.

Итак, честь – это оценка с позиции социальной группы, конкретного исторического сообщества.

Неудивительно, что чувство чести вызывает желание возвыситься и первенствовать в той социальной группе, от которой добиваешься почестей.

Классный руководитель.

– вспомните, в каких литературных произведениях идет речь о чести?

Высказывания учащихся. А.С. Пушкин. «Цыганы», «Капитанская дочка», «Пиковая дама», «Евгений Онегин»; М.Ю. Лермонтов. «Бородино», «Мцыри», «Песня про купца Калашникова»; Л. Толстой. «Кавказский пленник», «Война и мир»; «Слово о полку Игореве»; Н.А. Некрасов. «Русские женщины»; А.И. Куприн. «Поединок»; И.А. Бунин. «Чаша жизни»; В.П. Астафьев. «Последний поклон»; М.А. Булгаков. «Белая гвардия» и другие произведения о ценности «честь».

2. Беседа по определению понятия «кодекс чести»

Классный руководитель.

– Вы все слышали выражение «Кодекс чести». Что вы понимаете под понятием «Кодекс чести»?

Высказывания учащихся.

Классный руководитель.

– Скажите, у всех ли людей одинаковый данный свод правил, которыми они руководствуются в своем поведении?

Высказывания учащихся.

Классный руководитель.

– От чего зависит это различие?

Высказывания учащихся.

Классный руководитель.

– Какие правила входят в ваш кодекс чести?

Высказывания учащихся.

Классный руководитель.

– Что значит «честь истинная» и «честь ложная»?

Высказывания учащихся.

Классный руководитель.

– Да, действительно, в кодекс истинной чести включены 10 заповедей и людей, которые живут в соответствии с этими заповедями, можно отнести к людям с истинной честью.



Люди, которые живут не в соответствии с этими заповедями, можно отнести к людям с ложной честью.

3. Беседа о связи чести и достоинства

Классный руководитель.

– Можно ли связать ценности «честь» и «достоинство»?

Высказывания учащихся.

Классный руководитель.

– Соотношение чести и достоинства трактуется в теории морали весьма неоднозначно.

В одних концепциях честь представляется неотъемлемым свойством заведомо благородной социальной группы (рыцарская честь, честь семьи). В этом случае задача личности – «не уронить», «не замарать» эту полученную в наследство ценность.

Достоинство же личности в такой нравственной системе приобретает ее собственными усилиями по исполнению норм, предписанных честью. В других концепциях достоинство трактуется как естественное право человека на уважение своей самости и присуще ему от рождения, а честь, напротив, добывается в ходе жизни путем совершения поступков, вызывающих одобрение общества.

Честь и достоинство – основополагающие нравственные качества, которые определяют нормальную жизнь человека в обществе других людей. В этих качествах отражается очень важный вид отношений человека – его отношение к самому себе как к существу социально значимому.

Подведение итогов

– Рассмотренные нами теоретические проблемы, раскрывающие сущность и взаимосвязь чести с достоинством, дают нам возможность использовать знания об этих моральных ценностях в решении конкретных жизненных вопросов.

Будем помнить, что «честь» – это:

- нравственное качество, предполагающее осознание личностной самооценки и социальной значимости;
- стремление к совершенствованию своих положительных сторон;
- проявление себя в положительных поступках;
- положительная репутация и чувство самоуважения;
- честь должна властвовать не только в уме, но и в душе, и в сердце. Благородство мыслей, сердца поступков обеспечивает человеку чистую совесть. А она дает нам не только духовное, но и физическое здоровье.

Отстоять свою честь человек может только благодаря собственным усилиям, то есть своими поступками.

Домашнее задание. Обсудить с близкими и написать эссе «Мой кодекс чести».

ДОСТОИНСТВО

КЛАССНЫЙ ЧАС «МЕРИЛО НАРОДА НЕ ТО, КАКОВ ОН ЕСТЬ, А ТО, ЧТО СЧИТАЕТ ПРЕКРАСНЫМ И ИСТИННЫМ, ПО ЧЕМ ВЗДЫХАЕТ» *
(5–9 классы)

Цели:

- формирование понятия у детей – не только кем быть в жизни, но и каким быть;
- формирование характера, его положительных черт.

Оформление:

 плакаты с высказываниями о достоинстве:

«Достоинства есть именно то, что больше всего возвышает человека, что придает его деятельности, всем его стремлениям высшее благородство...». К. Маркс;

«Не сильные лучшие, а честные. Честь и собственное достоинство – сильнее всего».

Ф. М. Достоевский;

«Безмерное самолюбие и самомнение не есть признак чувства собственного достоинства». Ф. М. Достоевский;

«Истинно велики и благородны те, чье сердце бьется для всех». Р. Роллан;

«Благородный муж предъявляет требования к себе, низкий человек предъявляет требования к людям». Конфуций;

«Истинное счастье приходит благодаря служению людям, любви и счастью, которые мы приносим в мир». Р. Трайн;

«Служение людям – это плата, которую мы вносим за то, что занимаем место на Земле». М. Али

Информация по теме для педагогов

1. Для большей эффективности занятие целесообразно проводить со священнослужителем Тираспольско-Дубоссарской Епархии.

2. При проведении классного часа необходимо использовать следующую информацию.

Сознание собственного достоинства является формой самоконтроля личности, на которой основывается требовательность индивида к себе; в этом отношении требования, идущие от общества, принимают форму специфически личных (поступать так, чтобы не унижить своего достоинства). Таким образом, достоинство наряду с совестью – один из способов осознания человеком своего долга и ответственности перед обществом. Достоинство личности регулирует также отношение к ней со стороны окружающих и общества в целом, заключая в себе требо-

вания уважения личности, признания ее прав и т. д. В обоих случаях достоинство выступает как важная сторона социальной и моральной свободы личности. Идеалистическая этика ищет источник достоинства в некоей внесоциальной (божественной, природной, «собственно человеческой») сущности личности и противопоставляет достоинство индивида законам, требованиям и правам общества. Марксистская этика рассматривает достоинство как социально обусловленное и историческое отношение, которое впервые возникает в период разложения первобытнообщинного строя вместе с возникновением личности, но в классовом обществе проявляется противоречиво. Нравственные представления о достоинстве личности прямо коррелируют с развитием правосознания, гражданской зрелостью общества, реальной обеспеченностью прав человека.

Ключевые понятия по теме

Достоинство – это понятие морального сознания, выражающее представление о ценности личности, категория этики, отражающая моральное отношение человека к самому себе и общества к индивиду.

Оборудование, материалы и подготовительная работа:

- подготовить определения «человеческого достоинства» в разных толковых словарях;
- подготовить примеры из литературных произведений о человеческом достоинстве;
- вспомнить на уроках литературы следующие произведения: А.С. Пушкин. «Евгений Онегин»; Ф.М. Достоевский. «Преступление и наказание», «Бедные люди»; М.Ю. Лермонтов. «Бородино», «Песня про купца Калашникова», А. П. Чехов. «Дядя Ваня»; Ю.В. Бондарев. «Горячий снег»; Л. Толстой. «Война и мир»; В. Быков. «Сотников» и другие о ценности «человеческое достоинство».

Ход классного часа

Вступительное слово классного руководителя

Классный руководитель.

– Тема нашего общения – «Мерило народа не то, каков он есть, а то, что считает прекрасным и истинным, по чем вздыхает». Как вы понимаете это выражение?

Высказывания учащихся.

Действительно, о народе судят по тому, какие ценности для данного народа являются в приоритете.

– Какие ценности, по вашему мнению, являются необходимыми в духовной жизни человека?

Высказывания учащихся.

– Мы услышали множество важных для нас ценностей, но чаще было произнесено словосочетание «человеческое достоинство». Значит, это важно для вас. Мы сегодня будем говорить о человеческом достоинстве.

Основная часть

Классный руководитель.

– Человеческим достоинством определяется, чего стоит человек, каков он.

– Что значит «достойный человек»? Как это понятие трактует старинный словарь Даля?

Высказывания учащихся.

– Достойный, говорится в старинном словаре Даля, это – стоящий, заслуживающий, надлежащий, должный, приличный, сообразный с требованиями правды, чести. Иначе говоря, «достойный уважения», «стоящий доверия», «заслуживающий внимания», «надлежащий –

такой, каким должен быть Человек с большой буквы», «должный – обладающий высоким чувством долга, соответствующий требованиям своего времени», «приличный в поведении», «сообразный с требованиями правды, чести», не отступающий от правил правды и чести ни при каких обстоятельствах.

Классный руководитель.

– Как много смысла в одном-единственном слове, которое мы, порой, не часто вспоминаем. Между тем, вся наша жизнь состоит из поступков достойных и недостойных, соответствующих законам, по которым живет наше общество, и не только в законах, принятых государством и записанных в главах нашей конституции, дело и, в так называемых, неписаных законах человеческих отношений.

– Ведь нельзя же записать в конституции, что Герман Филиппов не должен подсказывать Сереже Садовникову на уроке, или — Даша Ломовцева, случайно услышав чужой секрет, не должна его сообщать всем знакомым. Это нигде не записано, но мы-то знаем, что это делать неприлично. И человек с чувством собственного достоинства не допустит такого, потому что уважает достоинство других.

Приведите примеры из жизни, из рассказов, прочитанных книг, где вы сталкивались с поступками, достойными уважения.

Высказывания учащихся.

1. Ученица приводит пример из жизни иркутского писателя Марка Сергеева, происшедший с ним в годы войны:

Во время войны в школе г. Иркутска, как и во многих других, появились ребята из эвакуированных в Иркутск семей. Одного из них, москвича, звали Витя. Он был очень знающим, рассказывал много интересного, никто из ребят в то время не был в Мавзолее В.И. Ленина, не видел Выставки достижений народного хозяйства, ее удивительных павильонов, набитых буквально чудесами, никто не гулял по Красной площади, не слушал оперы в Большом театре. А Виктор все это знал, да еще как! И рассказчик он был хороший! Девочки все в него влюбились, мальчишки все хотели с ним дружить.

И вдруг все перевернулось: девочки недоумевали, мальчишки презирали новичка. В чем же дело? А дело в том, что он, прекрасно зная математику и русский язык, никому ни разу, даже ближайшему другу, не дал списать выполненное домашнее задание. Он обычно говорил: «Я тебя уважаю, поэтому давай я тебе помогу, ты приходи ко мне или я к тебе, порешаем вместе». А ребята хохотали: «Ничего себе – «уважаю, уважаю» а списать не дает».

И охладели к Виктору девочки, и сторонились его мальчишки, и рассказы его уже не казались такими интересными.

А ведь если вдуматься – Виктор был прав. У него были несомненные дарования: он и в Москве был первым учеником в школе, и домашнее задание, выполненное именно им, сразу можно было отличить, тем более, учительским взглядом. А ребята не знали, вернее, не понимали, что он не жадничал, а берег их человеческое достоинство. Конечно, стыдно стоять у доски и говорить: «Извините, Мария Васильевна, я не решил задачку». И дальше уже от уровня честности: один скажет правду, что забыл, увлекся игрой в хоккей (тогда гоняли кривыми палками тряпичные самодельные мячи), другой придумает себе отговорки, наплетет сто коробов, лишь бы было похоже на правду. Да, вот так стоять у доски стыдно. Но в тысячу раз стыднее, когда учитель уличит тебя в том, что ты воспользовался чужим трудом. Он скажет “списал”, а в подтексте этого слова слышится “украл”. Да какое же это воровство? Ведь ты же не вырываешь страничку из тетради, а только списываешь?! Но что

делать, вещи надо называть своими именами. Ты списал чужую работу. Вот представь, что это не домашнее задание, а, скажем, написанные твоим товарищем стихи. И ты отдал их в редакцию под своим именем. Правда рано или поздно выяснится. И за такой поступок человека по головке не погладят, его отдадут под суд. А если это будут не стихи, а чертеж изобретения? Видишь, как далеко завели рассуждения о том, достойно или недостойно человека списывать чужую домашнюю работу. Все это понимал Виктор и даже пытался объяснить ребятам, но далеко не все его понимали. У каждого из нас не сразу вырабатывается вот это самое чувство человеческого достоинства, оно в нас есть, но мы еще не знаем, что же это такое.

2. Ребята показывают инсценировку французской баллады «Белая шаль».

Действующие лица:

Ведущий, мать, сын, палач.

Ведущий. Баллада рассказывает о юном революционере, который был в отряде повстанцев, борющихся за свободу народа. Его поймали враги, королевские солдаты, он осужден на смертную казнь, почти мальчик, и утром на большой площади, где установили эшафот, ему должны отрубить голову.

Ночью в его камеру, подкупив стражу, приходит мать.

Мать: Я рано утром буду принята королем, я на коленях буду умолять его помиловать тебя, ведь ты совсем мальчик. Если моя просьба будет услышана королем, и ты будешь прощен, – утром в толпе увидишь меня – я буду в белой шали. Если же король ответит отказом – шаль будет черная.

Ведущий. И вот – утро казни, бушует толпа у эшафота, она негодует, что казнят такого юного паренька. И все ему сочувствуют. А он с улыбкой выходит к плахе спокойно кладет голову: вот-вот прозвучат слова прощения, ведь мать стоит в толпе в белой шали.

Палач заносит топор, казнь свершена. В толпе рыдает женщина в белой шали. Она боялась, что сын струсит, увидев плаху, топор и одетого в красные одежды палача, что ее мальчик начнет просить прощения, унизив свое достоинство, достоинство революционера.

А так он умер спокойно и достойно.

Анализ инсценировки

Классный руководитель.

– Во время войны сколько молодых юношей достойно, как подобает солдатам и патриотам, прошли через огонь и смерть, спасая Родину от коричневой фашистской нечисти, скольким мальчишкам и девчонкам, попавшим в руки врагов, пришлось вынести муки пострашнее, чем герою «Белой шали» – допросы, пытки. И сколько матерей, страдая от невыносимого горя, думали о том, чтобы дети их многострадальные сохранили в себе человеческое достоинство, не показали слабость врагам.

– Вспомните в каких еще произведениях говорится о человеческом достоинстве.

Высказывания учащихся. А.С. Пушкин. «Евгений Онегин»; Ф.М. Достоевский. «Преступление и наказание», «Бедные люди»; М.Ю. Лермонтов. «Бородино», «Песня про купца Калашникова», А. П. Чехов. «Дядя Ваня»; Ю.В. Бондарев. «Горячий снег»; Л. Толстой. «Война и мир»; В. Быков. «Сотников» и другие о ценности «человеческое достоинство».

3. Ученица читает стихотворение С. Михалкова:

Жили три друга-товарища
В маленьком городе Эн.

Были три друга-товарища
Взяты фашистами в плен.
Стали допрашивать первого,
Долго пытали его –
Умер товарищ замученный
И не сказал ничего.
Стали второго допрашивать,
Пыток не вынес второй –
Умер, ни слова не вымолвив,
Как настоящий герой.
Третий товарищ не вытерпел,
Третий язык развязал.
«Не о чем нам разговаривать!» –
Он перед смертью сказал.
Их закопали за городом,
Возле разрушенных стен.
Вот как погибли товарищи
В маленьком городе Эн.

Классный руководитель.

– Обязательно ли быть героем, чтобы быть достойным человеком?

Высказывания учащихся.

Классный руководитель.

– Не каждый достойный человек обязательно станет героем. Но ни один герой не может быть человеком без высокого чувства: именно достоинство лежит в основе подлинной гордости, чести, веры в правое дело.

– Запомните, пожалуйста, замечательные слова великого педагога Василия Александровича Сухомлинского: «Духовное богатство немислимо без чувства собственного достоинства... Без самоуважения нет нравственной чистоты и духовного богатства личности. Уважение к самому себе, чувство чести, гордости, достоинства – это камень, на котором оттачивается тонкость чувств».

– Какие еще высказывания о человеческом достоинстве вы можете привести в пример?

Высказывания учащихся.

– «Чувство гуманности оскорбляется, – пишет Виссарион Белинский, – когда люди не уважают в других человеческого достоинства, и еще более оскорбляется и страдает, когда человек сам в себе не уважает собственного достоинства».

– Николай Островский: «Если разлад между высшим и внутренним миром очень велик, то надо задуматься и спросить себя: что же ты за человек, если тебе стыдно даже самому себе признаться кое в чем?»

Классный руководитель.

– Три разных человека, три разных эпохи, три героических – каждая по-своему, неповторимых и прекрасных судьбы, три мастера, оставивших нам свои вечные творения, столь несхожие меж собой. И как одинаково они говорят о той огромной роли, которую играет в судьбе каждого человека и в твоей судьбе, друг мой, чувство, которое нельзя ни купить, ни занять, а лишь воспитать в себе, вырастить в сердце своем – ЧУВСТВО СОБСТВЕННОГО ДОСТОИНСТВА, делающее человека воистину человеком.

Г

И

Н

Е

Д

Ж

О

Р

Э

О

В

Подведение итогов

Блиц-опрос:

- Что значит быть достойным?
- Обязательно ли быть героем?
- А где в наше время можно проявить достоинство?
- По отношению к кому надо вести себя достойно?
- Достойно ли подсказывать?
- Достойно отказать списать или попросить списать?
- А что, по вашему мнению, еще должно входить в понятие достоинства?
- Как вы понимаете слова: «В основе человеческого бытия, человеческого существования, человеческой жизни лежит доброта».

Высказывания учащихся.

Классный руководитель.

— Согласитесь ли вы со мной, что жить достойно – значит, жить по заповедям. Я думаю, как нигде уместны заповеди Иисуса Христа (их 10). Вот некоторые из них, которые отвечают сегодняшней нашей теме:

1. Возлюби ближнего как самого себя.
2. Почитай отца и мать.
3. Не убий.
4. Не укради.
5. Не лжесвидетельствуй (то есть говори правду).
6. Не возжелай из ближнего своего (то есть не проси).

Итак, в основе человеческого бытия лежит доброта, доброе отношение друг к другу, поэтому и хочется закончить наш классный час стихотворением Гульчехры Джураевой.

Говорят, что я горда.

Что же – я отвечу: да.

Перед низостью горда,

Перед пошлостью горда

Я всегда.

Если подленькая месть

Мне захочет в душу влезть,

Если золотом увесят –

Совесть заглушить хотят, -

Перед этим я горда,

Отвечаю: «Никогда».

Но с тобою, доброта,

Я доверчиво проста,

Тает гордость, словно снег

В день погожий по весне...

Как ищу я, как я жду

Красоту и доброту!

– Вот и мне хочется, чтобы вы пронесли по жизни эти лучшие качества: доброту, милосердие к людям – и тогда о вас скажут: этот человек обладает чувством собственного достоинства и уважает достоинства других.

Домашнее задание. Обсудить с близкими и написать мини-сочинение «Что значит быть достойным человеком».

«ФИЛОСОФСКИЙ СТОЛ» НА ТЕМУ «ЧЕЛОВЕЧЕСКОЕ ДОСТОИНСТВО» (9–11 классы)

Цели:

- раскрытие моральной сущности человеческого достоинства;
- воспитание чувства ответственности за свои поступки;
- развитие творческих способностей и умения вести дискуссию;
- пропаганда литературы по теме.

Оформление: плакаты с высказываниями о достоинстве:

«Достоинства есть именно то, что больше всего возвышает человека, что придает его деятельности, всем его стремлениям высшее благородство...». К. Маркс;

«Не сильные лучшие, а честные. Честь и собственное достоинство — сильнее всего». Ф. М. Достоевский;

«Безмерное самолюбие и самомнение не есть признак чувства собственного достоинства». Ф. М. Достоевский;

«Истинно велики и благородны те, чье сердце бьется для всех». Р. Роллан;

«Благородный муж предъявляет требования к себе, низкий человек предъявляет требования к людям». Конфуций;

«Истинное счастье приходит благодаря служению людям, любви и счастью, которые мы приносим в мир». Р. Трайн;

«Служение людям — это плата, которую мы вносим за то, что занимаем место на Земле». М. Али

Информация по теме для педагогов

1. Для большей эффективности занятие целесообразно проводить со священнослужителями Тираспольско-Дубоссарской Епархии.

2. При проведении классного часа необходимо использовать следующую информацию.

Сознание собственного достоинства является формой самоконтроля личности, на которой основывается требовательность индивида к себе; в этом отношении требования, идущие от общества, принимают форму специфически личных (поступать так, чтобы не унижить своего достоинства). Таким образом, достоинство наряду с совестью — один из способов осознания человеком своего долга и ответственности перед обществом. Достоинство личности регулирует также отношение к ней со стороны окружающих и общества в целом, заключая в себе требования уважения личности, признания ее прав и т. д. В обоих случаях достоинство выступает как важная сторона социальной и моральной свободы личности. Идеалистическая этика ищет источник достоинства в некой внесоциальной (божественной, природной, «собственно человеческой») сущности личности и противопоставляет достоинство индивида законам, требованиям и правам общества. Марксистская этика рассматривает достоинство как социально обусловленное и историческое отношение, которое впервые возникает в период разложения первобытнообщинного строя вместе с возникновением личности, но в классовом обществе проявляется противоречиво. Нравственные представления о достоинстве личности прямо коррелируют с развитием правосознания, гражданской зрелостью общества, реальной обеспеченностью прав человека.

Ключевые понятия по теме

Достоинство – это понятие морального сознания, выражающее представление о ценности личности, категория этики, отражающая моральное отношение человека к самому себе и общества к индивиду.

Оборудование, материалы и подготовительная работа:

– четкое определение темы ««философского стола»» не менее чем за две недели до проведения мероприятия;

– учащимся раздаются вопросы, конкретизирующие проблему дискуссии:

1. Что такое человеческое достоинство?
2. Какой смысл вы вкладываете в понятие «человеческое достоинство»?
3. Гордость и достоинство – одно и то же?
4. Жить по совести – это достойно?
5. Как связаны достоинство и ответственность?

Подбор литературы по теме «Человеческое достоинство».

Вспомнить на уроках литературы следующие произведения: А.С. Пушкин. «Евгений Онегин»; Ф.М. Достоевский. «Преступление и наказание», «Бедные люди»; М.Ю. Лермонтов. «Бородино», «Песня про купца Калашникова»; А. П. Чехов. «Дядя Ваня»; Ю.В. Бондарев. «Горячий снег»; Л. Толстой. «Война и мир»; В. Быков. «Сотников» и другие о ценности «человеческое достоинство».

Ход классного часа

Вступительное слово классного руководителя

Классный руководитель.

– Какие ценности, по вашему мнению, являются необходимыми в духовной жизни человека?

Высказывания учащихся.

– Мы слышали множество важных для нас ценностей, но чаще было произнесено словосочетание «человеческое достоинство». Значит, это важно для вас. Мы сегодня будем говорить о человеческом достоинстве.

Основная часть

1. Беседа по определению достоинства

Классный руководитель.

– Какой смысл вы вкладываете в понятие «человеческое достоинство»?

Высказывания учащихся.

Классный руководитель.

Категория «достоинство» отражает моральную ценность личности, она представляет собой общественную и индивидуальную оценку нравственных качеств и поступков человека. Исполнение долга, следование велениям совести придают личности тот моральный статус, который и отражен в понятии «достоинство».

Достоинство – это, прежде всего, внутренняя уверенность в собственной ценности, чувство самоуважения, проявляющиеся в сопротивлении всяким попыткам посягнуть на свою индивидуальность и определенную независимость. Во-вторых, достоинство человека должно получить общественное признание. Механизм функционирования достоинства основан на движении изнутри духовного мира к общественному признанию.

Общественное одобрение приходит к человеку со стороны его социального окружения. Понятие достоинства универсально. Оно подчеркивает значимость личности как представителя рода человеческого. Ведь независимо от социальной принадлежности человек обладает достоинством морального субъекта, которое должно поддерживаться им самим и присутствовать в общественной оценке его личности.

Итак, достоинство – это оценка с точки зрения человечества его общего предназначения.

2. Беседа о связи гордости и достоинства

Классный руководитель.

– Говорят, что гордость – это очень высокая степень сознания собственного достоинства.

Высказывания учащихся.

– Действительно, надо различать высокомерие, гордость как высокую степень сознания собственного достоинства. Народная мудрость гласит: «Дай Бог тому честь, кто умеет ее снести».

Бесчестных людей бывает много среди карьеристов. Притом таких, кто делает карьеру ради карьеры и своего тщеславия, сметая все и вся на своем пути, попирая все нравственные нормы и совершенно не задумываясь об этом.

3. Беседа о связи совести и достоинства

Классный руководитель.

– Что значит для вас жить достойно?

Высказывания учащихся.

Классный руководитель.

– Действительно, это значит – жить по совести. О совести говорят обычно как о чувстве нравственной ответственности за свое поведение перед окружающими людьми и обществом в целом. Совесть – высшая форма нашего морального самоконтроля. Это регулятор нашей человеческой жизни, наших мыслей и поступков. И думаю, что многие из вас хоть иногда испытывали эмоциональные переживания под названием «угрызения совести». Не делай того, что осуждает твоя совесть. Совесть – тысяча свидетелей, говорил Квинтилиан. Но это хорошо, когда такие свидетели есть у человека. Они мучают человека своим беспристрастным допросом, и в следующий раз он, возможно, уже не решится на дурной поступок. Хуже, когда совесть «непробиваема». А людей с таким видом совести становится, к сожалению, все больше.

– Выполняя свой долг перед родными, близкими, обществом, перед собой, наконец, мы чувствуем, что живем достойно. Мы не просто делаем что-то, а осознаем необходимость и последствия совершаемых поступков для себя лично, других людей и общества (например, наши успехи в учебе, получение высшего образования и профессии, а затем достойный труд). Таким образом, мы сознательно служим не только своим, но и чужим интересам, способствуем осуществлению как личной, так и общей, значимой для всех цели.

4. Беседа о связи ответственности и достоинства

Классный руководитель.

– Жить достойно – значит, быть человеком ответственным. Как вы понимаете данную фразу?

Высказывания учащихся.

Классный руководитель.

– Я понимаю ответственность как необходимость, обязанность отвечать за свои поступки. Думаю что ответственность – это выполнение своего морального долга, а также



соблюдение правовых норм. Есть ответственность гражданская, административная, уголовная. Но самая важная – моральная. Это ответственность пред самим собой и своей совестью за содеянное.

– Вспомните, в каких литературных произведениях описывается человеческое достоинство?

Высказывания учащихся. А.С. Пушкин. «Евгений Онегин»; Ф.М. Достоевский. «Преступление и наказание», «Бедные люди»; М.Ю. Лермонтов. «Бородино», «Песня про купца Калашникова»; А. П. Чехов. «Дядя Ваня»; Ю.В. Бондарев. «Горячий снег»; Л. Толстой. «Война и мир»; В. Быков. «Сотников» и другие о ценности «человеческое достоинство».

Подведение итогов

Классный руководитель.

– Рассмотренные нами теоретические проблемы, раскрывающие сущность и взаимосвязь достоинства личности с совестью, ответственностью, дают нам возможность использовать знания об этих моральных ценностях в решении конкретных жизненных вопросов. Будем помнить, что «человеческое достоинство» – это:

- нравственное качество, предполагающее осознание личностной самооценки и социальной значимости;
- стремление к совершенствованию своих положительных сторон;
- проявление себя в положительных поступках;
- положительная репутация и чувство самоуважения;
- привычка вести себя достойным образом, которая предполагает умение защитить себя и других от хулиганских действий, оскорблений; оказание помощи людям, попавшим в беду.

– Отстоять свое достоинство человек может только благодаря собственным усилиям, то есть своими поступками.

Домашнее задание. Обсудить с близкими и написать эссе «Я считаю себя достойным человеком, потому что...»



ПОЧИТАНИЕ РОДИТЕЛЕЙ

«ФИЛОСОФСКИЙ СТОЛ» НА ТЕМУ «КРИЗИС СЕМЬИ»
(9–11 классы)

Цели:

- раскрытие сущности «Кризис семьи»;
- воспитание чувства ответственности за свои поступки;
- развитие творческих способностей и умения вести дискуссию;
- пропаганда литературы по теме.

Оформление: плакаты с пословицами о семье:

«Муж да жена – одна душа».

«Добрая жена дом сбережет, а плохая рукавом растрясет».

«Муж – голова, жена – душа».

Информация по теме для педагогов

1. Для большей эффективности занятие целесообразно проводить со священнослужителями Тираспольско-Дубоссарской Епархии.

2. При проведении классного часа необходимо использовать следующую информацию.

Анализ демографической ситуации в Приднестровье позволил выявить следующие особенности: крайне низкий уровень рождаемости, высокий уровень смертности населения.

Как бы ни были тяжелы экономические условия жизни (которые для семьи особенно тяжелы в случае болезней детей), крепкая семья переносит эти испытания сообща. Муж, жена, дети в нормальных условиях не отдаляются друг от друга, а, наоборот, сближаются. Взаимная привязанность вопреки ее внешним невзгодам, становится лишь глубже и крепче.

Все основные трудности семейной жизни, приводящие к глубокому кризису семьи, лежат, очевидно, не вне ее, а в ней самой – в личности людей, создавших семью.

Семейная жизнь имеет в себе три стороны: биологическую («супружеские отношения»), социальную и духовную. Если устроена какая-либо одна сторона, а другие стороны либо прямо отсутствуют, либо находятся в запущенности, то кризис семьи будет неизбежен.

Чтобы семейная жизнь была не просто «сносной», но и духовно здоровой, нужно не одно физиологическое влечение, а настоящее увлечение, переходящее в любовь. Иначе говоря, только сочетание сексуального влечения и движений любви (эроса) обеспечивает нормальную семейную жизнь. При отсутствии влечения становится трудным супружеское сближение, а при отсутствии любви, когда на первый план выступает только влечение, семья будет непрочной – угаснет страсть, ослабевают сексуальное влечение, и супруги неизбежно окажутся

лицом к лицу со своей внутренней отчужденностью друг к другу.

Ключевые понятия по теме

Стороны семейной жизни – биологическая («супружеские отношения»), социальная и духовная.

Кризис семьи – нарушение одной из сторон семейной жизни.

Оборудование, материалы и подготовительная работа:

– четкое определение темы «философского стола» не менее чем за две недели до проведения мероприятия;

– учащимся раздаются вопросы, конкретизирующие проблему дискуссии:

1. Как вы понимаете понятие кризиса семьи?
2. Какие стороны семейной жизни можно выделить?
3. Какие причины кризиса семьи вы можете выделить?
4. Какие условия необходимы для духовно здоровой семьи?

– подбор литературы по теме «Кризис семьи».

Вспомнить на уроках литературы следующие произведения: «Повесть о Петре и Февронии Муромских», «Поучения Владимира Мономаха»; Н.В. Гоголь. «Тарас Бульба», «Миргород»; Н.М. Карамзин. «Наталья, боярская дочь»; Д.И. Фонвизин. «Недоросль»; Л. Толстой. «Война и мир»: семья Ростовых и Болконских; И.С. Тургенев. «Отцы и дети»: Аркадий и его семья, Базаров и его родители; А.Н. Островский. «Гроза»; М.А. Шолохов. «Тихий Дон» и другие литературные произведения о семье.

Ход классного часа

Вступительное слово классного руководителя

Основная часть

1. Беседа по определению понятия «Кризис семьи»

– Как вы понимаете выражение «кризис семьи»?

Высказывания учеников.

Классный руководитель.

– Анализ демографической ситуации в Приднестровье позволил выявить следующие особенности: крайне низкий уровень рождаемости и высокий уровень смертности.

Крайне низкий уровень рождаемости

Население	2003	2004	2005	2006	2007
Численность постоянного населения (на конец года), тыс.чел.	623,8	554,4	547,5	540,6	533,5
в том числе:					
Мужчины	299,4	255,2	252,1	248,7	245,4
Женщины	324,4	299,2	295,4	291,9	288,1

	2006 г.	2007 г.	2008 г.
Средняя численность населения	544080	537082	530537
Средняя численность детского населения (0–17 лет)	112388	108780	104331

Высокий уровень смертности населения

	Всего		
	Родившиеся живыми	Умершие	Естественный прирост
2003	4440	8192	-3752
2004	4840	8031	-3191
2005	4664	8186	-3522
2006	4868	8306	-3438
2007	4893	8132	-3239

Как бы ни были тяжелы экономические условия жизни (которые для семьи особенно тяжелы в случае болезней детей), крепкая семья переносит эти испытания сообща. Муж, жена, дети в нормальных условиях не отдаляются друг от друга, а, наоборот, сближаются. Взаимная привязанность вопреки ее внешним невзгодам, становится лишь глубже и крепче.

Все основные трудности семейной жизни, приводящие к глубокому кризису семьи, лежат, очевидно, не вне ее, а в ней самой – в личности людей, создавших семью.

2. Беседа по определению сторон семьи

Классный руководитель.

– Какие стороны семейной жизни можно выделить?

Высказывания учащихся.

Классный руководитель.

– Семейная жизнь, как уже говорилось, имеет в себе три стороны: биологическую («супружеские отношения»), социальную и духовную. Если устроена какая-либо одна сторона, а другие стороны либо прямо отсутствуют, либо находятся в запущенности, то кризис семьи будет неизбежен.

Рассмотрим случай, когда женятся или выходят замуж ради денежной выгоды, когда на первый план выдвигается социальная сторона. Как правило, такие браки по расчету (кроме тех редких случаев, когда через общую жизнь все же разовьются здоровые семейные отношения), увы, ведут к супружеской неверности. К сожалению, и раньше, и в наше время при заключении брака социальный момент играет важную роль; утешают себя и вступающие в брак, и их родные тем, что «стерпится-слюбится». Да, иногда это оправдывается, но сейчас такие браки встречаются все реже.

В пьесе Островского «Гроза» ярко изображена та трагическая западня, которая создается самими условиями такого брака и которая беспощадно расправляется с теми, кто в нее попал. Чтобы нести крест совместной жизни с нелюбимым человеком, не поддаваться искушению сойтись с кем-нибудь тайно и тем нарушить долг верности, нужно много сил. Верность – великая сила, скрепляющая семейные отношения, но она не может питаться только одним чувством долга, одной идеей верности. Она должна иметь опору в живой любви.

В семье, где между родителями нет любви, не только царит холод, но подчас развиваются крайне враждебные отношения, переходящие в ссоры, ругательства и оскорбления, дети либо душевно сжимаются, становятся ко всему безразличными, либо рано впадают в цинизм, не признают ничего святого, не верят никому и ничему.



Классный руководитель.

– В каких литературных произведениях еще описывается некризисные отношения в семье?

Высказывания учащихся. «Повесть о Петре и Февронии Муромских», «Поучения Владимира Мономаха»; Н.В. Гоголь. «Тарас Бульба», «Миргород»; Н.М. Карамзин. «Наталья, боярская дочь»; Д.И. Фонвизин. «Недоросль»; Л. Толстой. «Война и мир»: семья Ростовых и Болконских; И.С. Тургенев. «Отцы и дети»: Аркадий и его семья, Базаров и его родители; А.Н. Островский. «Гроза»; М.А. Шолохов. «Тихий Дон» и др. литературные произведения о семье.

Подведение итогов

Классный руководитель.

– Что для вас значит духовно здоровая семья?

Высказывания учащихся.

Классный руководитель.

– Чтобы семейная жизнь была не просто «сносной, но и духовно здоровой, нужно не одно физиологическое влечение, а настоящее увлечение, переходящее в любовь. Иначе говоря, только сочетание сексуального влечения и движений любви (эроса) обеспечивает нормальную семейную жизнь. При отсутствии влечения становится трудным супружеское сближение, а при отсутствии любви, когда на первый план выступает только влечение, семья будет непрочной – угаснет страсть, ослабевает сексуальное влечение, и супруги неизбежно окажутся лицом к лицу со своей внутренней отчужденностью друг к другу.

– Как вы понимаете эти слова?

Высказывания учащихся.

Классный руководитель.

– Тайна семьи поистине велика. Два человека, жившие до вступления в брак своей собственной жизнью, имевшие уже сложившиеся привычки, взгляды, каждый в отдельности своих друзей, приятелей, вступив в брак, начинают жить общей жизнью. Это, конечно, бывает тяжело, но когда в сердце есть любовь, все становится легче, естественнее.

Домашнее задание. Обсудить с близкими и написать эссе «Как избежать семейного кризиса».

«ФИЛОСОФСКИЙ СТОЛ» НА ТЕМУ «ЧТИ ОТЦА ТВОЕГО И МАТЕРЬ ТВОЮ» (5–9 классы)

Цели:

- раскрытие моральной сущности ценности «почитание родителей»;
- воспитание чувства ответственности за свои поступки;
- развитие творческих способностей и умения вести дискуссию;
- пропаганда литературы по теме.

Оформление: плакаты с высказываниями о семье и почитании родителей:

«Чти отца твоего и мать твою, да благо тебе будет, и да долголетен будешь на земле».

Пятая заповедь Закона Божьего

«Всякое почтение оказывай родившим тебя, да благо тебе будет. Родители твои суть великие благодетели твои: оказывай им свою достойную благодарность. Поминай болезни и труды их, в твоём воспитании подъятые, и будь им за то благодарен; знай точно, что ничем за благодеяние их, тебе оказанное, воздать не можешь». *Святитель Тихон Задонский*

Информация по теме для педагогов

1. Для большей эффективности занятие целесообразно проводить со священнослужителями Тираспольско-Дубоссарской Епархии.

2. При проведении классного часа необходимо использовать следующую информацию.

В заповеди «Почитай родителей» нет условий «если», при которых следовало и не следовало бы почитать родителей. Нравится – почитай. Не нравится – все равно почитай. Почитай и все. Так должно, так следует, «чтобы продлились дни твои на земле».

Никаких усилий не требует следование этой заповеди, если между детьми и родителями присутствует отношение любви. И если нет открытого чувства и нежности, а есть более сдержанное ощущение взаимной привязанности, благодарности. И если взаимосвязь эта просто понимание кровного подобия, родового продолжения. И если никаких чувств не сохранилось, все они выцвели под действием времени и обстоятельств, и осталось одно умственное понимание – «они мои родители».

И когда связывает одно лишь терпение – и оно почитание, все еще почитание. Бывает почитание жестокое, опутанное условиями, договоренностями, границами. Бывает мелочное – с придирками и укоризнами. Бывает выматывающее душу, когда дети и родители повисают друг на друге, одни не в силах оторваться, другие не в силах отпустить. Бывает почти никакое, случайные воспоминания, – «как там старики, живы?».

Ключевые понятия по теме

Почитать – признавать, принимать, оказывать уважение, честь и чествование, как чувство и как проявление и внешнее оказательство.

Оборудование, материалы и подготовительная работа:

– четкое определение темы «философского стола» не менее чем за две недели до проведения мероприятия;

– учащимся раздаются вопросы, конкретизирующие проблему дискуссии:

1. Что значит почитание?

2. Какой смысл вы вкладываете в ценность «почитание родителей»?

– подбор литературы по теме «почитание родителей».

Вспомнить на уроках литературы следующие произведения: «Поучения Владимира Мономаха»; Н.В. Гоголь. «Тарас Бульба», «Миргород»; Н.М. Карамзин. «Наталья, боярская дочь»; Д.И. Фонвизин. «Недоросль»; Л. Толстой. «Война и мир»: семья Ростовых и Болконских; И.С. Тургенев. «Отцы и дети»: Аркадий и его семья, Базаров и его родители; А.Н. Островский. «Гроза»; М.А. Шолохов. «Тихий Дон» и др. литературные произведения о почитании родителей.

Ход классного часа

Вступительное слово классного руководителя

Классный руководитель.

– Какие ценности, по вашему мнению, являются необходимыми в духовной жизни человека?



Высказывания учащихся.

– Мы услышали множество важных для нас ценностей, но чаще было произнесена фраза «уважать родителей». Значит, это важно для вас. Мы сегодня будем говорить о *почитании родителей*.

Основная часть

1. Беседа по определению достоинства

Классный руководитель.

– Пятая заповедь Закона Божьего говорит: «Чти отца твоего и мать твою, да благо тебе будет, и да долголетен будешь на земле».

– Что значит ЧТИ?

Высказывания учащихся.

– Какой смысл вы вкладываете в понятие «почитание»?

Высказывания учащихся.

Классный руководитель.

– В словаре Владимира Даля «почитать», «почитанье», «почтенье» определяется как *признавать, принимать, оказывать уважение, честь и чествование, как чувство и как проявление и внешнее оказательство*.

В иных случаях это основанное на любви и взаимопонимании чувство естественно протекает в отношении детей к родителям. В других – это тяжкий крест для детей или родителей. Родители могут представлять — не только в глазах своих детей, но и на самом деле – отрицательный пример прожитой жизни, ошибку, неудачу. Им нечего передать своим детям, нечего завещать, кроме, может быть, разочарования.

2. Примеры из литературы о почитании родителей детьми

Классный руководитель читает отрывок рассказа из сборника «Искра Божия» В. Немировича-Данченко.

«Турчанка»

Отрывок

Сражение с турками кончилось, и два русских офицера ехали с поля битвы обратно в селение, где стояли. По дороге им попадались мертвые тела турецких и русских солдат. Они были рассеяны по всему полю.

Не проехали и версты, как сначала один из казаков, ехавших перед ними, а потом и другой, стали указывать что-то вдали. Затем казаки повернули лошадей в сторону, остановили их и сошли на землю.

– Что там? — крикнули офицеры.

Но казаки молчали, возясь над чем-то, лежавшим внизу.

Офицеры дали шпоры коням и через минуту нагнали казаков.

– Что тут у вас? - спросили они.

Казачи расступились, и офицеры увидели, что перед ними в грязи, лицом кверху, лежал убитый турецкий солдат. Кровь запеклась у него на груди и страшно чернела сквозь прорванное пулей сукно синей куртки, ноги широко раскинуты. Поодаль лежало ружье со сломанным штыком. Прислонившись щекой к щеке убитого, сидела, крепко охватив его руками, крошечная девочка, даже не поднявшая глаз, когда к ней подошли. Казалось, она замерла совсем, ища защиты у него, у мертвого.

– Ах ты сердешная! – заговорил один из казаков. – Ты-то чем провинилась? Перед кем? Бедняжка, как дрожит!

И казак провел рукой по ее волосам.

Ребенок еще крепче прижался к щеке отца.

Один из казаков нашел у себя в кармане грязный кусок сахара. Он разжал руку девочки и положил ей сахар на ладонь. Она бессознательно, его даже не замечая, сжала ладонь опять.

– Надо взять ее с собою, – заговорил наконец один из офицеров.

Тогда казак, исполняя приказ, подошел было к девочке и хотел взять ее. Но как ни старался он взять ребенка, это ему не удалось. Девочка еще крепче прижималась к отцу, и, когда ее хотели оторвать от него, она начинала жалобно всхлипывать, так что у всех невольно обрывалось сердце.

Офицеры стояли кругом, соображая, как выйти из положения. Наконец один из офицеров сказал:

– Нельзя... нельзя оставить... Никак не возможно... Потому что холодно, туман... Возьмем ее отца...

– Убитого? – удивился другой офицер. – Помилуйте! Не хватает рук всех раненых перетащить, а тут возись еще с убитыми, которых все равно не воскресить.

– Да... Но... Так-то она не пойдет... А за отцом пойдет.

Казачи живо добыли лежавшую невдалеке шинель, видимо оставленную каким-нибудь раненым; чтобы не мешала идти, развернули ее и, приподняв тело турецкого солдата, положили его на шинель. Уцепившаяся было за труп отца, девочка схватилась за шинель. Казачи пошли, стараясь шагать как можно тише, чтобы девочка могла поспеть за ними. Когда девочка уверилась, что «гяуры» (то есть русские) ничего дурного не делают ее отцу, она позволила положить и себя тоже на шинель, где сейчас же обняла тело отца и по-прежнему прижалась к нему щекой к щеке.

– Ишь ты, как любит! – заметил казак помоложе.

Другой старый казак старался отвернуться в сторону. Старому казачу не хотелось, чтобы офицеры заметили, что по его щекам текут слезы.

Только потом он проговорил:

– Ишь какая! И у меня вот трехлеточек остался дома... Поди, тоже вспоминает батьку-то. Только через час они добрались до деревни.

– Куда же теперь? – спросили казаки.

– Да на перевязочный пункт, разумеется... – ответил офицер. – Там доктор и сестра милосердия... Напоят ее, накормят.

Маленькая девочка, дичившаяся мужчин, как только увидела сестру милосердия, сразу оправилась и, держась одной рукой за руку отца, другою схватилась за белый передник сестры милосердия, точно прося ее быть своей покровительницей. Добрая женщина расцеловала малютку и так сумела успокоить ее, что та пошла к ней на руки.

– Ну, а с этим куда? Похоронить, что ли? – спрашивали казаки. – Убитого-то куда?

– погоди, погоди! – сказал доктор, осматривающий трупы. Прежде всего, с чего это вы вообразили, что он убитый?

– Как же... Мы сами его подняли...

– Ничего это не доказывает. Он только обмер, бедняга. А сердце его работает. Слабо, но работает. Девочка спасла отца!

Когда раздели солдата, то оказалось, что, несмотря на свою неподвижность, он еще не мертв. Жизнь еще теплилась в его раненом теле. А если бы казаки не заметили девочку, оба – и отец, и дочка – погибли бы на поле сражения.

Дня через три в ближайшем от поля сражения госпитале на койке лежал очнувшийся, хотя тяжело раненный, турецкий солдат, и тут же рядом с ним по-прежнему, щекой к щеке, сидела его маленькая дочка. Пулю у него из груди вынули. Благодаря ребенку, за турком было ухода больше, чем за другими. Она не оставляла отца ни на минуту!

И хотя глупо отрицать значение материального наследства, но оно не может перевесить наследство добра, любви и во главе всего — веры, которую передают родители своим детям. Христианство открывает нам немало таких прекрасных примеров: святая Моника, мать блаженного Августина, святые Кирилл и Мария, родители преподобного Сергия.

Классный руководитель.

– Какова была реакция казаков на поступок турчаночки?

– О чем задумался каждый из них?

– У вас есть еще примеры литературных произведений о любви детей к родителям?

Высказывания учащихся.

– Вот еще одна история, автор которой нам, к сожалению, не известен:

В одной стране был обычай отрубать руки всякому, кого уличат в краже. Попался раз в этом знатный вельможа, царский любимец. Не мог царь отступить от старинного обычая и велел наказать преступника.

Но накануне казни явилась во дворец маленькая девочка, дочь этого вельможи, и со слезами на глазах попросила допустить ее к царю. Царедворцы исполнили ее просьбу. Девочка упала на колени перед грозным владыкой.

– Великий государь, – сказала она в страхе, – отец мой присужден остаться без рук. Помилуйте его, а мои руки отрубите!

У царя были свои дети, и ему понравилось, что маленькая девочка так любит отца.

– Пусть будет так, как ты просишь, – сказал царь. – Но ты можешь отказать от казни даже в самую последнюю минуту!

На другой день девочку повели на казнь. Посреди двора стояла обрызганная кровью плаха, а возле – палач с мечом. Побледнела девочка, испугалась на минуту... Но скоро овладела собой, подошла к плахе и протянула свои рученьки. Палач крепко привязал ремнями ее руки к плахе. Девочка не проронила ни слова. Палач поднял меч, и она закрыла глаза... Меч сверкнул и опустился, не задев и кончиков пальцев.

– Царь прощает отца твоего за великую любовь твою! – объявил посланец царя.

Отворились двери тюрьмы – бежит к дочери отец, целует ее руки, обливая их слезами. На другой день царь объявил народу указ об отмене навеки старого жестокого закона.

На дворе казни по царскому приказу поставили столб с мраморной доской, на которой золотыми буквами написали о том, как дочь готова была отдать свои руки за жизнь отца. А в конце прибавили:

«Счастливы отцы, у которых такие дети!»

Классный руководитель.

– Способны ли вы на такое жертвоприношение ради родителей своих?

Высказывания учащихся.

Классный руководитель.

– вспомните в каких литературных произведениях еще описывается почитание родителей детьми.

Высказывания учащихся. «Поучения Владимира Мономаха»; Н.В. Гоголь. «Тарас Бульба», «Миргород»; Н.М. Карамзин. «Наталья, боярская дочь»; Д.И. Фонвизин. «Недоросль»; Л. Толстой. «Война и мир»: семья Ростовых и Болконских; И.С. Тургенев. «Отцы и дети»: Аркадий и его семья, Базаров и его родители; А.Н. Островский. «Гроза»; М.А. Шолохов. «Тихий Дон» и др. литературные произведения о почитании родителей.

Подведение итогов

Классный руководитель.

– «Услуживая родителям, — писал шестнадцатью веками ранее св. Григорий Богослов, — думал я исполнить угодное Тебе и законам Твоим, Царь мой Христос; потому что Ты, Блаженный, даруешь детей смертным, чтобы имели в них помощь и ими, как жезлом, подпирали дрожавшие члены. А из всех, которые чтут Тебя, мои родители особенно заботятся о благочестии; избегнув опасности скорбной жизни, они привязали корабль свой к Твоим чистым заповедям. Ты для них начало и конец».

– Как вы понимаете эти слова?

Высказывания учащихся.

Классный руководитель.

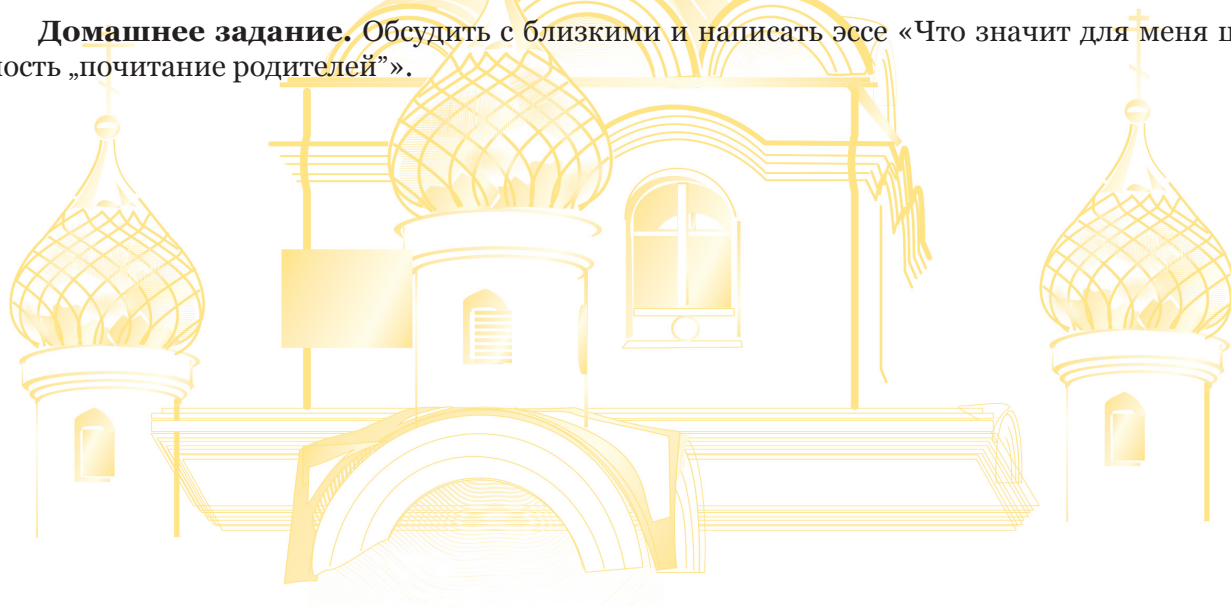
– В заповеди «Почитай родителей» нет условий «если», при которых следовало бы почитать и при которых не следовало. Нравится – почитай. Не нравится – все равно почитай. Почитай и все. Так должно, так следует, «чтобы продлились дни твои на земле».

Никаких усилий не требует следование этой заповеди, если между детьми и родителями присутствует отношение любви. И если нет открытого чувства и нежности, а есть более сдержанное ощущение взаимной привязанности, благодарности. И если взаимосвязь эта просто понимание кровного подобия, родового продолжения. И если никаких чувств не сохранилось, все они выцвели под действием времени и обстоятельств, и осталось одно умственное понимание – «они мои родители».

И когда связывает одно лишь терпение — и оно почитание, все еще почитание. Бывает почитание жестокое, опутанное условиями, договоренностями, границами. Бывает мелочное — с придирками и укоризнами. Бывает выматывающее душу, когда дети и родители повисают друг на друге, одни не в силах оторваться, другие не в силах отпустить. Бывает почти никакое, случайные воспоминания — «как там старики, живы?».

– Я вам желаю открытого чувства и нежности, ощущения взаимной привязанности, благодарности с родителями.

Домашнее задание. Обсудить с близкими и написать эссе «Что значит для меня ценность „почитание родителей“».



ЗАБОТА О СТАРШИХ И МЛАДШИХ

КЛАССНЫЙ ЧАС «СЕМЕЙНЫЕ ГНЕЗДА»
(5–9 классы)

Цели:

- формирование представлений о жизненном идеале семьи, навыков семейной дипломатии, умений анализировать ситуации;
- учить вырабатывать собственную тактику принятия решений и способность видеть за отдельным фактом явление жизни.

Оформление:

- плакат с контурами дома, куда будут прикрепляться «кирпичики»;
- эпитафия: «Семья вся вместе – душа на месте».

Информация по теме для педагогов

1. Для большей эффективности занятие целесообразно проводить со священнослужителем Тираспольско-Дубоссарской Епархии.

2. При проведении классного часа необходимо использовать следующую информацию.

Семья – это не просто родственники, живущие рядом. Это близкие люди, которые сплочены чувствами, интересами, идеалами, отношением к жизни. Дом и родители играют решающую роль в становлении психики ребенка, которая заряжается токами самых высоких человеческих побуждений: стремлением давать радость себе и близким людям, делить их горести, помогать в тяготах. Поэтому сила любви к своему дому особым светом освещает подлинно счастливое детство. В юных сердцах зарождается с детства и крепнет с годами чувство, лежащее в глубине души каждого, – это любовь к дому своему. Рождение этой любви – тайна великая, требующая размышлений. Поэтому к ней можно только прикоснуться и предпочесть путь неторопливых раздумий и вопросов. Великое дело, когда рождаются в душе вопросы. В этом труд души.

В семье возникают конфликтные ситуации, где резкость рождает ответную резкость. Необходимо стремиться обуздывать гнев и раздражение в споре. Очень важно для каждого члена семьи – понять позицию другого, стать на его место, посмотреть на спор его глазами. Это по-настоящему творческое, почти актерское умение перевоплотиться в другого человека,

увидеть его глубинные переживания. Чаще всего это дает ясное понимание своей и чужой позиции, помогает прийти к согласию.

Ключевые понятия по теме

Семья – это группа близких родственников (муж, жена, родители, дети и т.п.), живущих вместе. Это группа, организация людей, спаянных дружбой и объединенных общими интересами.

Оборудование, материалы и подготовительная работа:

- листы бумаги, ручки, рисунки-«кирпичики», детали атрибутов;
- сочинения ребят «Сцены из семейной жизни», иллюстрируемые фотографиями;
- актуальные вопросы для обсуждения с детьми до проведения классного часа:

1. Что для тебя означает понятие Дом?
2. Как сохранить тепло Дома?
3. Какая семья считается счастливой?
4. Требуется ли жизнь в семье большого творчества?
5. Как понимать родных тебе людей и быть ими понятным?

Вспомнить на уроках литературы следующие произведения: «Повесть о Петре и Февронии Муромских», «Поучение Владимира Мономаха»; М. Пришвин. «Кладовая солнца»; А.С. Пушкин. «Сказка о мертвой царевне и о семи богатырях»; Ф.М. Достоевский. «Преступление и наказание» (семья Раскольников, Мармеладова); М.Ю. Лермонтов. «Герой нашего времени» («Тамань»); Л. Толстой. «Детство», «Отрочество» и другие о семье и ее ценностях.

Ход классного часа

Вступительное слово классного руководителя

- Какие ценности, по вашему мнению, являются главными для человеческого счастья? (Семья, любовь и т. д.)
- Мы услышали множество важных для нас ценностей, но чаще было произнесено слово «семья». Значит это важно для вас.

Основная часть

1. Беседа об семейном тепле

Классный руководитель.

– Семья – это не просто родственники, живущие рядом. Это близкие люди, которые сплочены чувствами, интересами, идеалами, отношением к жизни. Что семья может дать ребенку? В чем ее психологическая сила? Дом и родители играют решающую роль в становлении психики ребенка, которая заряжается токами самых высоких человеческих побуждений: стремлением давать радость себе и близким людям, делить их горести, помогать в тяготах. Поэтому сила любви к своему дому особым светом освещает подлинно счастливое детство.

– Послушайте стихи поэтессы Л. Суловой:

А дом, заставленный добром, – еще не дом.
 И даже люстра над столом, – еще не дом.
 И на окне с живым цветом – еще не дом.
 Когда вечерняя сгустится темнота,
 Так эта истина понятна и проста –
 Что от ладоней до окна наполнен дом
 Твоим теплом.

– О каком же тепле идет речь? Что же это за Истина, которая должна быть простой и понятной?

Высказывания учеников.

Классный руководитель.

– Конечно, в ваших юных сердцах зарождается с детства и крепнет с годами чувство, лежащее в глубине души каждого, – это любовь к дому своему. Рождение этой любви – тайна великая, требующая размышлений. Поэтому к ней можно только прикоснуться и предпочесть путь неторопливых раздумий и вопросов. Великое дело, когда рождаются в душе вопросы. А это уже труд души.

– А как создать тепло нашего дома? Расскажите о теплых отношениях, сложившихся в ваших семьях.

Выбирается группа (3 человека) «социологов», которые будут обрабатывать полученную информацию из ученических сочинений «Сцены из семейной жизни».

– В современной песне поется:

Родительский дом — начало начал,
Ты в жизни моей надежный причал.
Родительский дом! Пускай много лет
Горит в твоих окнах добрый свет.

2. «Строительство семейного гнезда»

Классный руководитель.

– Думаю, что вы согласитесь со справедливостью этих слов. Что может быть важнее уютного дома, «семейного гнезда», где тебя всегда поймут, посочувствуют, поддержат? Как же построить такой дом? С чего начать? Предлагаю вам поиграть в «строителей».

Задание для первой бригады: на «кирпичиках», предложенных вам, записать как можно больше слов, которые «приходят в голову» в связи со словом «дом». Дом — это ... (*крепость, очаг ...*).

Задание для второй бригады: предложить несколько этических понятий, которые составляют «фундамент» дома (записать на «кирпичиках»). Взаимопонимание..., забота о старших и младших... (Что вы еще можете предложить для крепости семейных отношений?).

Задание для третьей бригады: создайте «Технику безопасности» в конфликтных ситуациях, которые неизбежны в семье, ведь их тем больше, чем индивидуальнее люди. Нынешняя жизнь ждет от нас куда больше усилий, куда больше отказа себе в чем-то, куда больше внимания к каждому, самому мелкому шагу семьи. Итак, что можно....., что нельзя...

(В то время, пока работают ребята, социологи подводят итоги своей работы.)

Классный руководитель.

– Теперь, когда наш «строительный материал» готов, построим дом. «Прораб» каждой бригады «защищает» свой проект.

Допускаются дополнения.

Классный руководитель.

– Наш дом построен, пора пригласить гостей. Удача празднования зависит не только от подаваемых кушаний и напитков, но и от царящей при этом атмосферы. Приятная остроумная беседа, непринужденное веселье, радостное оживление – вот непременно спутники. Конечно, многое зависит от гостей, но главную роль все же играют хозяева дома. («Строительные бригады» назначаются хозяевами.)

– Вы должны нарисовать пригласительную открытку и придумать соответствующий текст.

Работа учащихся.

3. Игра «Компакт-опрос»

Классный руководитель.

– Что греха таить, возникают в семье конфликтные ситуации, где резкость рождает ответную резкость. И как необходимо стремиться обуздывать гнев и раздражение в ссоре. Очень важно для каждого члена семьи понять позицию другого, стать на его место, посмотреть на спор его глазами. Это по-настоящему творческое, почти актерское умение перевоплотиться в другого человека, увидеть его глубинные переживания. Чаще всего это дает ясное понимание своей и чужой позиции, помогает прийти к согласию. Как же этому научиться? Сейчас мы с вами поиграем в игру «Компакт-опрос».

Ход игры: распределяются роли (отца, мамы, бабушки, дедушки, сына и старшей дочери). Раздаются необходимые атрибуты: отцу - тапочки и нарисованный телевизор, маме - бигуди и зеркало, бабушке — кухонное полотенце и фартук, дедушке - очки и газету, сыну — нарисованный компьютер, старшей сестре - телефон.

Каждый из играющих должен «вжиться» в свою социальную роль, подобрать соответствующую линию поведения, темперамент, жесты, мимику, речь.

Проблемная ситуация: обычный вечер в семье. Каждый член семьи занят своими делами: папа – лежа на диване у телевизора, мама – у зеркала после принятия ванны, дедушка – в кресле с газетой в руках, бабушка – на кухне за приготовлением вечернего чая, сын – за игрой на компьютере, сестра – у телефона.

Попытайтесь составить диалоги и разыграть ситуацию в различных стилях:

- а) агрессивном,
- б) неуверенном,
- в) уверенно-достойном.

– Днем принесли квитанцию на оплату за квартиру. Кто пойдет завтра в сберкассу?

Анализ игры:

– Что вы можете сказать, оценивая поведение каждого члена семьи, о создавшемся конфликте? И давайте вместе найдем приемы правильного «Кодекса поведения», чтобы снять напряжение и восстановить добрые отношения, которые ни в коем случае не должны быть принудительными.

– Чувство любви друг к другу, к сожалению, живет столько, сколько мы помогаем ему жить – помогаем не искусственно, а всем образом жизни, складом отношений, поведения.

Высказывания учащихся.

4. Советы психолога

Классный руководитель.

– Советую вам развивать в себе лучшие качества для умения строить отношения, специально учиться, опираться на научные знания о человеке, об отношениях между людьми. Духовный комфорт основывается на доверии, простоте, открытости.

Предлагаю несколько упражнений психологического самоанализа и наблюдения.

Поразмышляй, способен ли ты отвечать на такие вопросы:

1. «Что я сейчас чувствую?», «Чего мне хочется?». (*Развивается способность самоанализа.*)
2. Подумайте, почему противоречат иногда между собой поступок и желание? (*Развивается способность понимать причины действий других.*)

3. У тебя есть человек, который тебе не нравится? Подумай, в чем причина этого неприятия. (*Анализ по аналогии.*)

– Выработывайте у себя привычку наблюдать эмоциональное состояние окружающих вас людей.

Подведение итогов

Классный руководитель.

– В заключение нашего общения вспомните, в каких произведениях описывались теплые, уютные отношения в семье.

Высказывания учащихся.

– Желаю вам теплоты и уюта в ваших семейных гнездах, заботы друг о друге.

Домашнее задание. Нарисовать вместе с родителями «гнездо» своей семьи.

КОНКУРСНАЯ ПРОГРАММА КО ДНЮ СЕМЬИ (6–9 классы)

Цели:

- воспитание чувства любви и гордости за свою семью, уважения к родителям;
- развитие интереса к истории своей семьи, семейным традициям, родословной;
- формирование положительного отношения, уважения к семьям одноклассников;
- сплочение классного коллектива, коллектива учащихся и родителей, сплочение семей;
- изучение семей учащихся.

Оформление: плакат на доске:

«С единым телом я сравню семью:

Отец - глава, а руки - сыновья.

И в теле - мать, она, как сердце,

И от нее зависит вся семья.

Камол (перевод с таджикского)»

Выставка на доске рисунков генеалогического дерева семей учащихся.

Стенд «Народная мудрость о семье» с пословицами о семье.

Информация по теме для педагогов

1. Для большей эффективности занятие целесообразно проводить со священнослужителями Тираспольско-Дубоссарской Епархии.

2. При проведении классного часа необходимо использовать следующую информацию.

Семья – это не просто родственники, живущие рядом. Это близкие люди, которые сплочены чувствами, интересами, идеалами, отношением к жизни. Дом и родители играют решающую роль в становлении психики ребенка, которая заряжается токами самых высоких человеческих побуждений: стремлением давать радость себе и близким людям, делить их горести, помогать в тяготах. Поэтому сила любви к своему дому особым светом освещает подлинно счастливое детство. В юных сердцах зарождается с детства и крепнет с годами чувство, лежащее в глубине души каждого, – это любовь к дому своему. Рождение этой любви – тайна великая, требующая размышлений. Поэтому к ней можно только прикоснуться и предпочесть путь неторопливых раздумий и вопросов. Великое дело, когда рождаются в душе вопросы. В этом труд души.

Семья является для человека самым важным в жизни, и какое счастье, что у человека есть семья, родительский дом – начало всех начал, в жизни каждого «надежный причал».



Семьи отличаются друг от друга привычками, укладом, обычаями, атмосферой, традициями.

В семье возникают конфликтные ситуации, где резкость рождает ответную резкость. Необходимо стремиться обуздывать гнев и раздражение в ссоре. Очень важно для каждого члена семьи – понять позицию другого, стать на его место, посмотреть на спор его глазами. Это по-настоящему творческое, почти актерское умение перевоплотиться в другого человека, увидеть его глубинные переживания. Чаще всего это дает ясное понимание своей и чужой позиции, помогает прийти к согласию.

Ключевые понятия по теме

Семья – это группа близких родственников (муж, жена, родители, дети и т. п.), живущих вместе. Это группа, организация людей, спаянных дружбой и объединенных общими интересами.

Родословное (генеалогическое) древо – способ графического изображения генетических связей между отдельными систематическими единицами (видами, родами, семьями и т. д.).

Оборудование, материалы и подготовительная работа:

- составление учащимися совместно с родителями генеалогического древа своих семей, из которых сделана выставка на доске;
- мини-сочинения «Моя семья»;
- пластилин для упражнения «Скульптура семьи»;
- фломастеры, бумага для подведения итогов;
- анкетирование учащихся.

Вопросы анкеты:

1. Кто глава вашей семьи?
2. Чем ты огорчаешь родителей?
3. Чем ты их радуешь?
4. Как тебя наказывают родители?
5. Просишь ли ты прощения?
6. Считаешь ли ты своих родителей строгими и справедливыми?
7. Часто ли бывают случаи, когда родители несправедливы по отношению к тебе?
8. Какие у тебя отрицательные черты характера?
9. Можешь ли ты доверять свои тайны семье? Кому?
10. Что хотел бы ты изменить в своей семье?

- подготовка к чаепитию в рамках конкурса: для мальчиков и их мам – «Самый красивый и вкусный бутерброд»; для девочек и их мам, – «Самое вкусненькое и сладенькое»;
- фонограммы к песням: «Главней всего погода в доме...»; «Папа может...»; «Родительский дом»; «У меня братишки нет»;
- карточки для экзамена родителей и детей;
- мультимедийный проектор;
- посуда для чаепития.

Ход классного часа

Вступительное слово классного руководителя

Классный руководитель.

– Сегодня наша цель: лучше узнать друг друга, чтобы уметь понимать друг друга. Наверное, не случайно крылатой фразой фильма «Доживем до понедельника» стала фраза «Счастье – когда тебя понимают».

– Сегодня мы поговорим о ваших семьях. Мы очень долго и много готовились к этой встрече, поработали. Кем нам только не довелось быть в течение этого времени!

Мы составляли свои родословные (генеалогические древа) – выступили в роли историков, журналистов, репортеров, когда расспрашивали родителей о своих прабабушках и прадедушках; писателями, когда писали сочинения о семье, кулинарами; лингвистами, когда знакомились со значениями новых незнакомых слов. Вы и ваши родители отвечали на вопросы анкет.

– Мы узнали с вами много нового и интересного. Думаю, что вам сегодня есть чем поделиться друг с другом, о чем рассказать нашим гостям.

– Если вам плохо, если трудно, если вас обидели, кто вас приласкает, приголубит, поймет и утешит? Конечно, ваши мамы, бабушки, папы, родные и близкие вам люди – семья.

Основная часть

1. Актуализация чувств

Для преодоления барьера стеснения и скованности, для настройки доверительной дружеской атмосферы среди присутствующих в классе классный руководитель проводит два упражнения (для учащихся и родителей).

Упражнение «Клубочек»

Направлено на рефлекссию родительских чувств по отношению к ребенку.

Родителям предлагается произнести имя, ласковые слова, которыми называют ребенка в семье, перекатывая клубочек друг к другу.

Упражнение «Родители, какие они?»

Направлено на рефлекссию чувств ребенка к родителю. Каждый ребенок берет лист бумаги и в течение 2-х минут пишет «портрет» родителей через ассоциации (часто портрет получается идеализированный и многогранный: прекрасные птицы, цветы, волшебники и т. п.).

(Оба упражнения проводятся одновременно, чтобы дети и родители могли наблюдать за работой друг друга. Момент представления портретов детьми не может ни вызвать улыбку умиления, а услышанные в свой адрес ласковые слова от своих родителей также настраивают ребенка на хороший лад.)

Положительные эмоции между родителем и ребенком очень важны, если ребенок находится в старшем подростковом возрасте.

2. «Моя семья»

Классный руководитель.

– Как Вы писали в своих анкетах о тех, кто дорог вам больше всего на свете. И я согласна с вами, что семья является для человека самым важным в жизни, и какое счастье, что у вас всех есть, как вы пишете в своих сочинениях, замечательные семьи, есть родительский дом – начало всех начал, «надежный причал».

– Ребята, а как вы думаете, в ваших сочинениях все семьи одинаковые?

– Да, разные. А чем они отличаются?

Высказывания учеников. (Привычками, укладом, обычаями, атмосферой, традициями.)

Классный руководитель зачитывает 2–3 наиболее трогательных сочинения.

3. Семейные традиции

Классный руководитель.

– Традиции — это то, что передается из поколения в поколения. Человек рождается на свет, растет, задумывается: кто я? откуда я? откуда мои корни? Издавна одной из традиций в семьях была традиция узнавать о своих предках, составлять свою родословную, генеалогическое древо. Эта традиция возвращается в наши семьи.

(Классный руководитель обращает внимание присутствующих на доску, где расположена композиция с генеалогическим деревом каждого учащегося.)

Определяется ученик, у которого генеалогическое древо самое обширное.

– Мы все приятно удивлены твоим результатом и нам бы хотелось услышать о том, как ты работал над своим родословным деревом.

(Ученик подходит к общей композиции, оформленной на доске, и рассказывает присутствующим о своей работе.)

– Сейчас хочу вас познакомить с работой (звучит фамилия и имя ученика), которая подготовила презентацию о своей бабушке.

(С помощью мультимедийного проектора можно провести просмотр подготовленной мультимедийной презентации.)

4. «Народная мудрость о семье»

Классный руководитель.

– В воспитательном обиходе всех народов бытует огромное число пословиц, касающихся проблемы семьи и взаимопонимания с родителями. Вдумаемся же в их мудрые суждения.

(Классный руководитель обращает внимание присутствующих на стенд «Народная мудрость о семье», ведет работу в форме дискуссии.)

Пословицы.

Лучше матери друга не сыщешь (русская).

Сердце матери лучше солнца греет (марийская).

Ради ребенка мать и в огонь бросится (белорусская).

У дитя заболит пальчик, а у матери — сердце (украинская).

Материнская забота и на дне моря спасет (русская).

Отец сына на худо не учит (русская).

Родители детям плохо не скажут (мордовская).

Человек в беде спешит к родителям, птица — к гнезду (калмыцкая).

Что есть в сыне лучшего — от родителей (армянская).

Кто слушает родителей — не обеднеет (абхазская).

Наши родители — не гонители (русская).

Обидишь отца-мать — счастья не найдешь (белорусская).

Береги отца и мать — других не сыщешь (русская).

Слушай наставления отца-матери — не заблудишься (белорусская).

5. «Поющая семья»

Классный руководитель.

– Поднимите, пожалуйста, руки, кто любит петь. Давайте покажем свои таланты.

Определяются четыре семьи, желающие продемонстрировать свой талант. Семьям выдаются карточки с текстами песен, включается фонограмма.

Карточка № 1

Важней всего погода в доме,
А все другое суета.
Есть я и ты,
А все, что кроме, —
Легко исправить
С помощью зонта.

Карточка № 2

Папа может (2 раза)
Все, что угодно:
Плывать брассом,
Спорить басом,
Дрова рубить.
Папа может (2 раза)
Быть кем угодно.
Только мамой (2 раза) не может быть.

Карточка № 3

Родительский дом —
Начало начал,
Ты в жизни моей
Надежный причал.
Родительский дом —
Пускай много лет
Горит в твоих окнах
Добрый свет.

Карточка № 4

У меня братишки нет,
У меня сестренки нет,
Говорят с детьми хлопот
Невпроворот,
Что же будет на земле
Через сто ближайших лет,
Если мода на детей
Совсем пройдет?

(Все присутствующие в классе подпевают, образуя коллективное дружеское пение под фонограмму.)

6. «Скульптура семьи»**Упражнение «Скульптура семьи»**

Рефлексия взаимоотношений в семье, собственных чувств и эмоционального состояния. Приобретение эмоционально-чувственного опыта. Создание условий для участника его отношения к членам семьи.

Дети и родители группируются по семьям. Каждой семье предлагается создать скульптуру своей семьи (раздается заранее подготовленные платформы и пластилин). В «скульптуре» может участвовать любое количество персонажей, значимых для «скульпторов».

По окончании лепки устраивается выставка, где каждая семья представляет свою скульптуру, обязательно отвечая на вопросы:

- Почему вы поместили того или иного персонажа на это место?
- Какие чувства вы испытали в связи с этим?

7. Экзамен**Классный руководитель.**

— Семья — это счастье, которое надо беречь. Вам предлагается экзамен, в котором вы можете показать себя истинным хранителем семейного счастья.

Экзамен для детей: каждый учащийся берет билет-карточку с вопросами и сразу же отвечает без подготовки. Сколько учащихся в классе, столько и билетов.

КАРТОЧКА № 1

1. Какое любимое блюдо твоей мамы?
2. Назовите дни рождения мамы и папы.
3. Назовите лучшие черты характера своей мамы.
4. Когда встает и когда ложится спать твой папа?
5. Жалеешь ли ты своих родителей?
6. Ты на два дня уезжаешь из дома. Будешь ли скучать?
7. Можешь ли ты уговорить родителей взять брошенного котенка домой?
8. Что для тебя главное в семье?
9. Сколько лет твоей бабушке и твоему дедушке?
10. Какие любимые цветы твоей мамы?
11. Если ли задерживаешься на прогулке, то предупредишь родителей?
12. Как часто ты спрашиваешь совета у своего папы?
13. Если ли бы у тебя была волшебная палочка, то что бы ты сделал для своей семьи?
14. Ты получил плохую оценку. Расскажешь о ней родителям?
15. Какая в твоей семье самая любимая для тебя традиция?
16. Назови лучшие черты характера твоего папы.
17. Даришь ли ты цветы маме, бабушке?
18. Как познакомились твои родители?
19. Сколько лет прошло со дня свадьбы твоих родителей?
20. Любит ли твой папа смотреть футбол?
21. Любит ли твоя мама сериалы?
22. Есть ли у тебя брат или сестра? Если есть, расскажи о ней или о нем.
23. Ты выиграл миллион рублей в лотерею. Какие подарки ты сделаешь членам своей семьи?
24. Расскажи о твоей будущей семье.

Экзамен для родителей: у вас, дорогие родители, экзамены с вашими детьми каждый день, каждый час и все годы. Расскажите, как вы решаете те или иные жизненные проблемы. Я вам предлагаю карточки с ситуациями и прошу ответить на них.

КАРТОЧКА № 2

1. Вы заняты домашними делами, а ваш сын (дочь) просит уделить ему внимание. Как вы обычно поступаете?
2. Вы устали или плохо себя чувствуете, а к вашему сыну (дочери) пришли друзья. Что вы скажете?
3. Ваша дочь (сын) хочет узнать о вашей первой любви. Станете ли вы об этом рассказывать?
4. Достаточно ли времени вы уделяете своему ребенку?
5. Вы заметили, что ваш сын (дочь) курит. Что вы будете делать? Приходилось ли вам с этим сталкиваться в жизни?
6. Ваш ребенок был на дне рождения у друга. Пришел домой и вы почувствовали запах алкоголя. Ваша реакция?
7. Дни рождения, встречи и т. д. неизбежны в будущем. Вы считаете, что ребенок должен выпить первую рюмку вина или шампанского дома или вне дома, и в каком возрасте?
8. Вам не нравится друг (подруга) вашего ребенка. Будете ли вы как-то влиять на эту дружбу?
9. Разрешаете ли своему ребенку посещать дискотеку? До какого часа разрешаете вечером быть вне дома?
10. Даете ли своему ребенку деньги на его личные расходы? Знаете ли, на что конкретно он их тратит?
11. Как вы относитесь к просьбе дочери (сына) купить новую вещь, которая ей приглянулась в магазине?
12. Знает ли ваш ребенок, как вы распределяете ваш семейный бюджет?
13. Часто ли ваш ребенок требует что-то купить? Посильна ли его просьба для бюджета семьи?
14. У вас плохое настроение - отражается ли это на ваших детях?
15. Расскажите, пожалуйста, какие методы вы применяете в воспитании ребенка.
16. Вас вызывают в школу, о чем вы узнаете из дневника вашего ребенка. Ваша реакция?
17. Вы хотите быть не только родителем, но и другом вашего ребенка. Что для этого нужно?
18. Вы узнали, что ваш ребенок совершил плохой поступок. Ваша реакция и действия?
19. Ваш ребенок плохо отзывается об учителях. Как вы поступаете в таких случаях?
20. Вы заметили, что ребенок врет. Что будете делать?



Подведение итогов

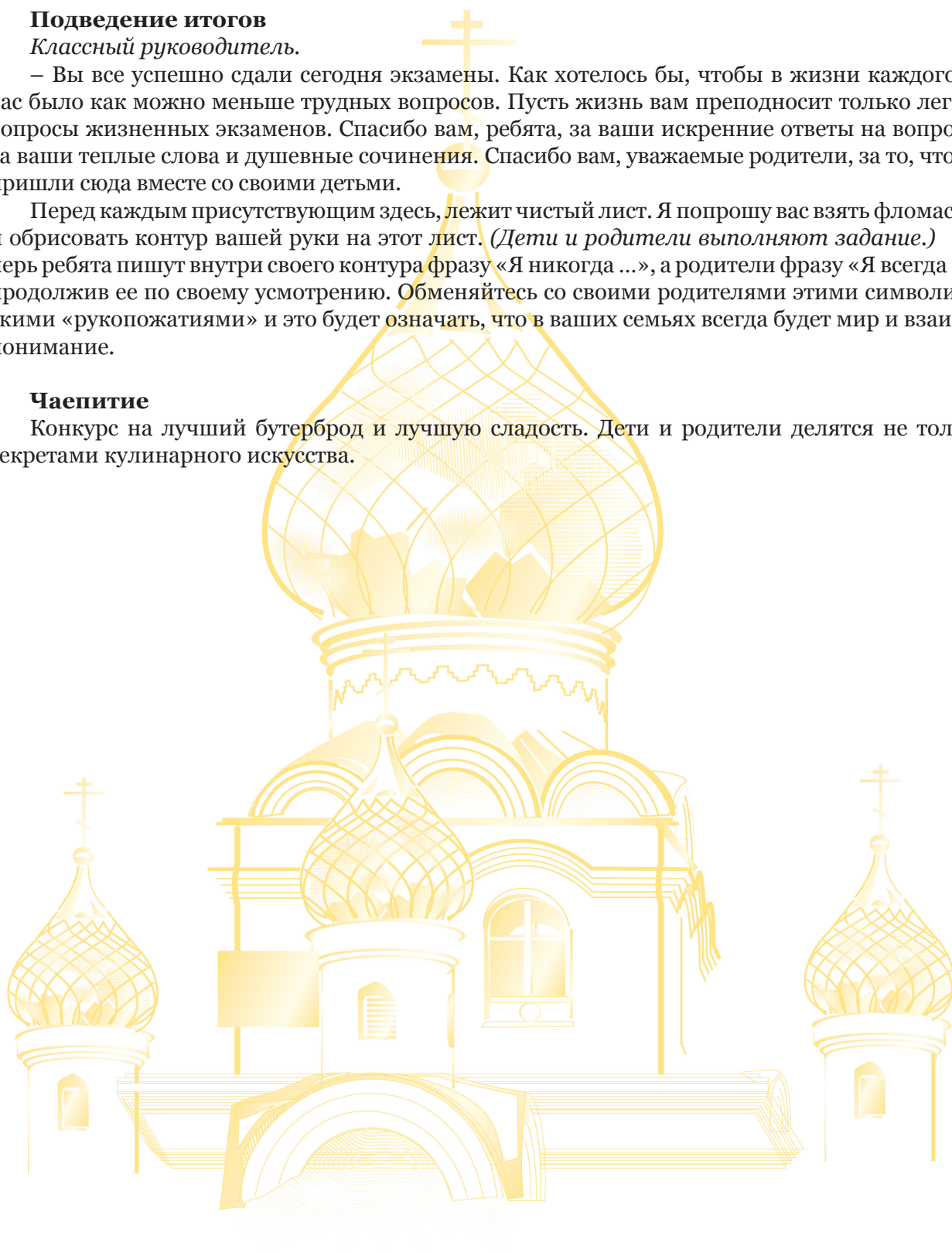
Классный руководитель.

– Вы все успешно сдали сегодня экзамены. Как хотелось бы, чтобы в жизни каждого из вас было как можно меньше трудных вопросов. Пусть жизнь вам преподносит только легкие вопросы жизненных экзаменов. Спасибо вам, ребята, за ваши искренние ответы на вопросы, за ваши теплые слова и душевные сочинения. Спасибо вам, уважаемые родители, за то, что вы пришли сюда вместе со своими детьми.

Перед каждым присутствующим здесь, лежит чистый лист. Я попрошу вас взять фломастер и обрисовать контур вашей руки на этот лист. *(Дети и родители выполняют задание.)* Теперь ребята пишут внутри своего контура фразу «Я никогда ...», а родители фразу «Я всегда ...», продолжив ее по своему усмотрению. Обменяйтесь со своими родителями этими символическими «рукопожатиями» и это будет означать, что в ваших семьях всегда будет мир и взаимопонимание.

Чаепитие

Конкурс на лучший бутерброд и лучшую сладость. Дети и родители делятся не только секретами кулинарного искусства.



СВОБОДА СОВЕСТИ И ВЕРОИСПОВЕДАНИЯ

«ФИЛОСОФСКИЙ СТОЛ» НА ТЕМУ
«СВОБОДА ЧЕЛОВЕКА ВЫБИРАТЬ»
(7–11 классы)

Цели:

- раскрытие моральной сущности свободы выбора человека;
- воспитание чувства ответственности за свои поступки;
- развитие творческих способностей и умения вести дискуссию;
- пропаганда литературы по теме.

Оформление: плакаты с высказываниями о чести:

«Не то делает нас свободными, что мы ничего не признаем над собою, но именно то, что мы умеем уважать стоящие над нами. Потому что такое уважение возвышает нас самих».

И.В. Гете

«Свободен тот, кто может не лгать». *А. Камю*

«Свобода не в том, чтоб не сдерживать себя, а в том, чтоб владеть собой».

Ф.М. Достоевский

Информация по теме для педагогов

1. Для большей эффективности занятие целесообразно проводить со священнослужителями Тираспольско-Дубоссарской Епархии.

2. При проведении классного часа необходимо использовать следующую информацию.

У каждого человека есть свобода совершить выбор в поведении. Бывают в жизни и труднейшие ситуации. Например, на войне может случиться так, что человек спасает свою жизнь, предав другого человека. Но в этом же случае человек свободен выбрать мучения и смерть для себя, чтобы спасти другого.

Подчеркнуть учащимся, что наша свобода выбора может быть страшной и сложной!

Согласно Библии, был свободен и первый человек – Адам. Он мог жить в вечной радости с Богом, а мог от Него уйти и жить сам по себе, по своему выбору. И Адам выбирает жизнь по своей воле. К чему это привело?

Выбор денежной свободы, в сущности, это не свобода, а опять-таки рабство, рабство от денег. Напротив, самая высшая свобода – не копить и не обеспечивать себя деньгами, а «разделить все, что имеешь, и пойти всем служить». Если человек способен на это, если способен одолеть себя до такой степени, то не свободен ли он после этого? Это уже высочайшее проявление воли!

Ключевые понятия по теме

Свобода выбора человека – это свобода совершить выбор в поведении, действиях, поступках, ценностях, мотивах.

Оборудование, материалы и подготовительная работа:

– четкое определение темы ««философского стола»» не менее чем за две недели до проведения мероприятия;

– учащимся раздаются вопросы, конкретизирующие проблему дискуссии:

1. Чем при выборе свободы отличается человек от животного?
2. Почему человек без свободы выбора может потерять человечность?
3. Как вы понимаете понятие «рабство денег»?
4. Что такое в нынешнем образованном мире равенство?
5. Подбор пословиц по теме «Свобода выбора».

Вспомнить на уроках литературы следующие произведения: «Житие Сергия Радонежского»; П.П. Бажов. «Сказы»; И.С. Шмелев. «На Святой»; А.С. Пушкин. «Цыганы»; А.С. Грибоедов. «Горе от ума»; А.Н. Островский. «Гроза»; В. Шаламов. «Колымские рассказы» и другие произведения о ценности «свобода».

Ход классного часа

Вступительное слово классного руководителя

Классный руководитель.

– Какие ценности, по вашему мнению, являются необходимыми в духовной жизни человека.

Высказывания учащихся.

– Мы слышали множество важных для нас ценностей, но чаще было произнесено слово «свобода». Значит, это важно для вас. Мы сегодня будем говорить о *свободе выбора человека*.

Основная часть

1. Беседа по определению понятия «свобода выбора человека»

Классный руководитель.

– Животные делают то, что им предназначено, и не задумываются над тем, что делают. Если волк видит зайца и голоден, то он сделает все, чтобы его съесть, и вовсе не думает, хорошо это или плохо. Волк не выбирает, как ему поступать.

А вот человек может выбрать. Например, вы сидите в автобусе, а пожилая женщина стоит. Вы можете уступить ей место и совершить добро, а можете и не уступить. Вы свободны совершить выбор.

– Какой смысл вы вкладываете в понятие «свобода»?

Высказывания учащихся.

Классный руководитель.

– Бывают в жизни и труднейшие ситуации. Например, на войне может случиться так, что вы спасете свою жизнь, предав другого человека. Но в этом же случае вы свободны выбрать мучения и смерть для себя, чтобы спасти другого. Воистину страшной может быть наша свобода!

Согласно Библии был свободен и первый человек – Адам. Он мог жить в вечной радости с Богом, а мог от Него уйти и жить сам по себе, по своему выбору. И Адам выбирает жизнь по своей воле (типичный поступок для нашего XXI века, не правда ли?). Спрашивается, а почему Бог сотворил человека свободным? Ведь Он мог сотворить человека таким, чтобы тот делал только добро, не правда ли?

Высказывания учащихся.

Классный руководитель.

– Здесь мы затронули очень серьезную тему. Видимо, так же как раб в принципе не способен на творческий, производительный труд, так и человек без свободы выбора – не человек, а что-то вроде робота.

Примеры, подтверждающие первостепенность свободы выбора человека, вы можете обнаружить и в своем классе. Посмотрите вокруг и увидите, что к истинным знаниям стремится лишь тот, кто уже свободно выбрал свой жизненный путь. И наоборот, тот, кто ходит в школу по принуждению родителей, кто не имел возможности свободно определиться, выглядит очень жалко, «убивает» время и, как говорится, сам не живет и другим не дает.

Высказывания учащихся.

Классный руководитель.

– В качестве примеров, иллюстрирующих важнейшие понятия нравственности, мы часто выбираем сказки. Конечно, дурачок в сказке видит лишь увлекательный сюжет, а умный учится! В одной из них рассказывается про волшебные спички и мальчика с голубыми глазами. У этого мальчика были волшебные спички, и, когда он ломал одну из них, исполнялось любое его желание. Мальчик был злой и жадный – он нажелал себе целую кучу всяких богатств. Он захотел, чтобы у него был друг, и нашел другого мальчика. Но тот никак не хотел с ним дружить. Тогда мальчик с голубыми глазами сказал:

– Я мог бы сломать спичку, и ты выполнял бы каждое мое желание, но я хочу, чтобы ты сам захотел стать моим другом.

– А священник в такой ситуации, наверное, добавил бы:

– И если уж даже противный злой мальчишка хотел, чтобы его дружбы захотели свободно, а не по принуждению, то тем более Бог ждет от нас свободного желания быть в Его любви.

– Не то делает нас свободным, что мы ничего не признаем над собою, но именно то, что мы умеем уважать стоящее над нами. Потому что такое уважение возвышает нас самих.

Классный руководитель.

– В каких литературных произведениях описывается свобода выбора человека?

Высказывания учащихся. «Житие Сергия Радонежского»; П.П. Бажов. «Сказы»; И.С. Шмелев. «На Святой»; А.С. Пушкин. «Цыганы»; А.С. Грибоедов. «Горе от ума»; А.Н. Островский. «Гроза»; В. Шаламов. «Колымские рассказы» и другие произведения о ценности «свобода».

Классный руководитель.

– Вспомните, в каких пословицах описывается свобода человека выбирать.

Высказывания учащихся.

– Жизнь дана на добрые дела.

– Вольному – воля, спасенному – рай.

– Цвет в поле – человек в воле.

– Кто огня не бережется, тот скоро обожжется.

– Худые дела не доведут до добра.

– Неправдой свет пройдешь, да назад не воротишься.

– Совесь – не повесть, в архив не сдашь.

– Лучше жить бедняком, чем разбогатеть со грехом.

2. Беседа по определению понятия «рабство от денег»

Классный руководитель.

– Федор Михайлович Достоевский жил в XIX веке, однако его суждения о свободе, равенстве и братстве в наше время, то есть в начале XXI века, не менее актуальны, чем сто лет тому назад. Вот некоторые из них:

«У нас надо насаждать другие убеждения, и особенно относительно понятий о свободе, равенстве и братстве. В нынешнем образе мира полагают свободу в разнузданности, тогда как настоящая свобода – лишь в одолении себя и воли своей так, чтобы под конец достигнуть такого нравственного состояния, чтоб всегда во всякий момент быть самому себе настоящим хозяином. А разнузданность желаний ведет лишь к рабству вашему. Вот почему чуть-чуть не весь нынешний мир полагает свободу в денежном обеспечении и в законах, гарантирующих денежное обеспечение: «Есть деньги, стало быть, могу делать все, что угодно; есть деньги – стало быть, не погибну и не пойду просить помощи, а не просить ни у кого помощи есть высшая свобода».

– Что вы думаете по этому поводу?

Высказывания учащихся.

Классный руководитель.

– А между тем это, в сущности, не свобода, а опять-таки рабство, рабство от денег. Напротив, самая высшая свобода – не копить и не обеспечивать себя деньгами, а «разделить все, что имеешь, и пойти всем служить». Если человек способен на это, если способен одолеть себя до такой степени, то не свободен ли он после этого? Это уже высочайшее проявление воли!

3. Беседа по определению понятия «равенство»

Классный руководитель.

– Что такое в нынешнем образованном мире равенство?

Высказывания учащихся.

Классный руководитель.

– Между тем настоящее равенство говорит: «Какое мне дело, что ты талантливее меня, умнее меня, красивее меня? Напротив, я этому радуюсь, потому что люблю тебя. Но хоть я и ничтожнее тебя, но как человека я уважаю себя, и ты знаешь это, и сам уважаешь меня, а твоим уважением я счастлив. Если ты по твоим способностям приносишь в сто раз больше пользы мне и всем, чем я тебе, то я за это благословляю тебя, дивлюсь тебе и благодарю тебя и вовсе не ставлю моего удивления к тебе себе в стыд. Напротив, счастлив тем, что тебе благодарен, и если работаю на тебя и на всех по мере моих слабых способностей, то вовсе не для того, чтоб сквитаться с тобой, а потому, что люблю вас всех».

Если так будут говорить все люди, то, уж конечно, они станут и братьями, и не из одной только экономической пользы, а от полноты радостной жизни, от полноты любви».

Подведение итогов

Классный руководитель.

– Рассмотренные нами теоретические проблемы, раскрывающие сущность свободы выбора человека и ее взаимосвязь с человечностью, дают нам возможность использовать знания об этих моральных ценностях в решении конкретных жизненных вопросов.

Будем помнить, что свобода не в деньгах и человек без свободы выбора может потерять человечность.

Домашнее задание. Обсудить с близкими и написать эссе «Как я понимаю понятия „свобода“, „равенство“, „братство“».

«ФИЛОСОФСКИЙ СТОЛ» НА ТЕМУ «СОВЕСТЬ КАК ВСЕОБЩИЙ ЕСТЕСТВЕННЫЙ ЗАКОН» (7–11 классы)

Цели:

- раскрытие моральной сущности совести, ее природы и психологической основы;
- воспитание чувства ответственности за свои поступки;
- развитие творческих способностей и умения вести дискуссию;
- пропаганда литературы по теме.

Оформление: плакаты с высказываниями о совести:

«Голос совести представляет собой не более и не менее как отклик сознания на запрос, истекающий из самой глубины жизненного стремления». *Е. Трубецкой*

«Всяким хранением храни совесть свою чистою и в мыслях, и в словах, и в делах, да будет она всегда безукоризненна и никогда да не осуждает и не грызет тебя ни за что. Чистая совесть и жизнь твою сделает безукоризненною: ибо тогда она будет чутка и сильна на добро и против зла». *Никодим Святогорец*

«Совесть – чувство духа человеческого, тонкое, светлое, различающее добро от зла». *Святитель Игнатий Брянчанинов*

«В глубину сердца человеческого вложено нечто божественное, как бы некая высшая мысль: совесть». *Епископ Иоанн Шаховской*

«Пусть меня все хулят, только бы совесть хвалила». *Святитель Тихон Задонский*

«Совесть в людях есть не что иное, как глас ходящего в сердцах человеческих Бога вездесущего». *Святой праведный Иоанн Кронштадтский*

«Совесть это основа основ человеческого бытия».

Информация по теме для педагогов

1. Для большей эффективности занятие целесообразно проводить со священнослужителями Тираспольско-Дубоссарской Епархии.

2. При проведении классного часа необходимо использовать следующую информацию.

Бывает, что люди вынуждены поступать вопреки своей выгоде или удовольствию. Каждый человек знаком со своим внутренним голосом, который то его упрекает и как бы гнетет, то поощряет и радуется. Это тонкое врожденное нравственное чувство называют совестью. *Совесть – это своего рода духовный инстинкт, который быстрее и яснее отличает добро от зла, нежели ум. Кто следует голосу совести, тот не будет сожалеть о своих поступках.* Слово «совесть» означает совместную весть, то есть знание, понимание того, что есть добро, а что есть зло.

Наш личный опыт убеждает нас также в том, что этот внутренний голос, называемый совестью, находится вне нашего контроля и выражает себя непосредственно, помимо нашего желания. Подобно тому, как мы не можем себя убедить в том, что мы сыты, когда мы голодны, или что мы – отдохнувшие, когда мы усталые, так мы не можем себя убедить и в том, что мы поступили хорошо, когда совесть говорит нам, что мы поступили плохо.

Каждый человек, кто бы он ни был – иудей или язычник – чувствует мир, радость и удовлетворение, когда делает добро, и, напротив, беспокойство, скорбь и душевный дискомфорт, когда делает зло. Причем даже язычники, когда делают зло или предаются разврату, знают по внутреннему чувству, что за эти поступки последует Божье наказание.

Совість обладает большой чувствительностью к добру и злу. Если бы человек не был поврежден грехом, ему не нужен был бы и письменный закон. Совість могла бы верно руководить всеми его поступками. Необходимость в писаном законе возникла после грехопадения, когда человек, помраченный страстями, перестал отчетливо слышать голос своей совести. Но по существу как писанный, так и внутренний законы совести говорят об одном: **как ты относишься к людям, так и они будут относиться к тебе.**

Ключевые понятия по теме

Совість – это своего рода духовный инстинкт, который быстрее и яснее отличает добро от зла, нежели ум. Кто следует голосу совести, тот не будет сожалеть о своих поступках.

Оборудование, материалы и подготовительная работа:

– четкое определение темы ««философского стола»» не менее чем за две недели до проведения мероприятия;

– учащимся раздаются вопросы, конкретизирующие проблему дискуссии:

1. Объясните своими словами, что такое совість.
2. Испытывали ли вы когда-нибудь чувство, которое можно назвать угрызением совести?
3. Почему нормальные взаимоотношения между людьми возможны только до тех пор, пока люди не утратили в себе совість?
4. Является ли совість природным свойством человека или плодом воспитания? Почему?

– подбор пословиц о совести.

Вспомнить на уроках литературы следующие произведения: «Житие Сергия Радонежского»; П.П. Бажов. «Сказы»; И.С. Шмелев. «На Святой»; А.С. Пушкин. «Цыганы». «Скупой рыцарь»; А.С. Грибоедов. «Горе от ума»; А.Н. Островский. «Гроза»; В. Шаламов. «Колымские рассказы» и другие произведения о ценности «свобода».

Ход классного часа

Классный руководитель.

– Темой нашего сегодняшнего ««философского стола»» является «Совість как всеобщий естественный закон». В процессе подготовки данного мероприятия вы должны были поразмыслить над определенными вопросами.

Основная часть

1. Беседа по определению понятия «совість»

Классный руководитель.

– Одна женщина по бедности взяла в магазине вещь и тайком унесла. Никто ее не видел. Но с этого момента какое-то неприятное чувство не давало ей покоя. Пришлось ей вернуться в магазин и положить на место взятую вещь. После этого она пришла домой с чувством облегчения.

– Что произошло с женщиной?

Высказывания учащихся.

Классный руководитель.

– Подобных примеров, когда люди вынуждены поступать вопреки своей выгоде или удовольствию, не перечесать. Каждый человек знаком со своим внутренним голосом, который то его упрекает и как бы гнетет, то поощряет и радуется. Это тонкое врожденное нравственное чувство называют совестью. *Совість — это своего рода духовный инстинкт, который быстрее и яснее отличает добро от зла, нежели ум. Кто следует голосу совести, тот не будет*

сожалеть о своих поступках. Слово *совесть* означает совместную весть, то есть знание, понимание того, что есть добро, а что есть зло.

Наш личный опыт убеждает нас также в том, что этот внутренний голос, называемый совестью, находится вне нашего контроля и выражает себя непосредственно, помимо нашего желания. Подобно тому, как мы не можем себя убедить в том, что мы сыты, когда мы голодны, или что мы – отдохнувшие, когда мы усталые, так мы не можем себя убедить и в том, что мы поступили хорошо, когда совесть говорит нам, что мы поступили плохо.

– Вспомните в каких половицах описывается совесть человека?

Высказывания учащихся.

– У каждого плода свои семена.

– Каков строитель, такова и обитель.

– Злая совесть стоит палача.

– Кривой зеркала не любит.

– Правда как оса – лезет в глаза.

– За совесть, за честь хоть голову снести.

Классный руководитель.

– Мучения совести образно описал А.С. Пушкин в драматическом произведении «Скупой рыцарь»:

*«Совесть — когтистый зверь, скребущий сердце;
Совесть — незваный гость, докучный собеседник,
Займодавец грубый; это — ведьма,
От коей меркнет месяц и могилы.»*

– И дальше с ужасом вспоминает старый рыцарь мольбы и слезы всех тех, кого он безжалостно обобрал. Подобные мучения совести изобразил Пушкин и в драме «Борис Годунов», вкладывая в уста несчастного царя следующие слова: жалок тот, в ком совесть нечиста.

– Вопрос о том, что такое совесть, задавался детям в возрасте от пяти до девяти лет. Одна девочка шести лет сказала, что совесть – это место внутри тебя, которое жжет, если ты поступаешь нехорошо. Мальчик шести лет сказал, что он не знает, что это такое, но думает, будто это как-то связано с плохим ощущением, когда задираешь девочек или маленьких собак. А мальчик девяти лет объяснил, что это голос внутри, который говорит «нет!», когда вы хотите сделать что-нибудь плохое, например, побить младшего брата. Он сказал, что «совесть спасала его много раз!».

Взрослые также сталкиваются с трудностями при попытках определить, что такое совесть. Говоря о «механизме» совести, известный современный американский исследователь и психолог Дж. Добсон отмечает, что совесть – это данная нам Богом способность отличать плохое от хорошего, правильное от неправильного. А чувство вины – это такое неудобное чувство, которое появляется, когда мы нарушаем внутренний кодекс этических правил. Иначе говоря, сознание вины появляется тогда, когда совесть выражает неодобрение нашим мыслям и поступкам, как бы говоря: «Тебе следует стыдиться самого себя!».

2. Беседа о совести как всеобщем естественном законе

Классный руководитель.

– Ученые, изучающие нравы и обычаи племен и народов, свидетельствуют, что до сих пор не было найдено ни одного даже самого дикого племени, которое было бы чуждо тех или других понятий о добре и зле. Кроме того, многие племена не только высоко ценят добро и гнушаются злом, но большей частью сходятся в своих взглядах на сущность того и другого. Многие нецивилизованные дикие племена стоят так же высоко по своим понятиям о добре

Г

Н

Н

Б

Д

Ж

О

Р

Э

О

В

и зле, как и наиболее развитые и культурные народы. Даже у тех племен, у которых возводятся в степень добродетелей дела, неодобряемые с нашей точки зрения, в остальном, касающемся нравственных понятий, замечается полное согласие с воззрениями всех людей.

– Что вы думаете по этому поводу?

Высказывания учащихся.

Классный руководитель.

– О действиях внутреннего нравственного закона в людях обстоятельно пишет апостол Павел в первых главах своего Послания к Римлянам. Апостол укоряет евреев в том, что они, зная писанный Божественный закон, часто нарушают его, в то время как «язычники, не имеющие (писаного — *авт.*) закона, по природе законное делают... Они показывают (этим — *авт.*), что дело закона у них написано в сердцах, о чем свидетельствуют совесть их и мысли их, то обвиняющие, то оправдывающие одна другую» (Послание к Римлянам, 2:14—15). Тут же апостол Павел объясняет, как этот закон совести то награждает, то наказывает человека.

– Как вы понимаете слова апостола Павла?

Высказывания учащихся.

Классный руководитель.

– Итак, каждый человек, кто бы он ни был — иудей или язычник, чувствует мир, радость и удовлетворение, когда делает добро, и, напротив, чувствует беспокойство, скорбь и душевный дискомфорт, когда делает зло. Причем даже язычники, когда делают зло или предаются разврату, знают по внутреннему чувству, что за эти поступки последует Божье наказание.

Совесть обладает большой чувствительностью к добру и злу. Если бы человек не был поврежден грехом, ему не нужен был бы и письменный закон. Совесть могла бы верно руководить всеми его поступками. Необходимость в писаном законе возникла после грехопадения, когда человек, помраченный страстями, перестал отчетливо слышать голос своей совести. Но по существу как писанный, так и внутренний законы совести говорят об одном: **как ты относишься к людям, так и они будут относиться к тебе.**

Классный руководитель.

– Почему нормальные взаимоотношения между людьми возможны только до тех пор, пока люди не утратили в себе совесть?

Высказывания учащихся.

Классный руководитель.

– В повседневных отношениях с людьми мы подсознательно больше доверяем совести человека, чем установленным законам и правилам. Ведь за всяким преступлением не уследишь, да и закон у неправедных судей иногда «что дышло: куда повернул, туда и вышло». Поэтому нормальные взаимоотношения между людьми возможны только до тех пор, пока люди не утратили в себе совесть.

3. Беседа о психологической стороне совести

Классный руководитель.

– Изучением свойств совести и ее взаимоотношениями с другими душевными способностями человека занимается, в частности, психология. В психологии делаются попытки установить два момента:

1) является ли совесть природным свойством человека, с которым он рождается, или она есть плод воспитания и обусловлена теми жизненными условиями, в которых формируется человек;

2) является ли совесть проявлением ума, воли, чувств человека, или она является самостоятельной силой.

– Давайте обсудим с вами эти моменты. Как вы думаете, является ли совесть природным свойством человека, с которым он рождается, или она есть плод воспитания и обусловлена теми жизненными условиями, в которых формируется человек.

Высказывания учащихся.

Классный руководитель.

– Внимательный анализ проблемы наличия совести у человека убеждает нас в том, что совесть не есть плод воспитания или физических инстинктов человека, а имеет высшее, необъяснимое происхождение.

Например, дети обнаруживают совесть до всякого воспитания со стороны взрослых. Если бы физические инстинкты диктовали совести, то совесть побуждала бы людей делать то, что им выгодно и приятно. Однако совесть очень часто понуждает человека делать как раз то, что ему невыгодно и неприятно. Как бы безнаказанно ни наслаждались нечестивцы и как бы ни страдали добрые, заслуживающие похвалы люди в этой временной жизни, совесть всем говорит, что существует высшая справедливость. Рано или поздно каждый получает воздаяние по своим поступкам.

– Является ли совесть проявлением ума, воли, чувств человека или она является самостоятельной силой.

Высказывания учащихся.

Классный руководитель.

– Что касается взаимоотношений совести с умом, волей и другими чувствами человека, то мы видим, что совесть не только говорит человеку о том, что само по себе хорошо или дурно в нравственном отношении, но и обязывает его непременно делать хорошее и избегать делать дурное, сопровождая добрые действия чувством радости и удовлетворения, а действия порочные – чувством стыда, страха, душевной муки. В этих проявлениях совести обнаруживаются познавательная, чувственная и волевая стороны.

– Конечно, один лишь разум не может рассматривать одни действия как нравственно добрые, а другие как нравственно дурные.

– Ему свойственно находить те или другие из наших и чужих действий умными или глупыми, целесообразными или нецелесообразными, выгодными или невыгодными – и только. Между тем что-то побуждает разум противопоставлять подчас самые выгодные возможности действиям добрым, осуждать первые и одобрять последние. Он усматривает в некоторых человеческих поступках не только выгоду или просчет, подобно математическим вычислениям, но дает нравственную оценку поступкам.

Не следует ли из этого, что совесть воздействует на разум с помощью моральных доводов, действуя, в сущности, независимо от него?

Обращаясь к волевой стороне проявлений совести, мы наблюдаем, что сама по себе воля есть способность человека желать чего-либо, но эта способность не повелевает человеку, что ему делать. Воля человеческая, сколько мы ее знаем в себе и в других людях, весьма часто борется с требованиями нравственного закона и силится вырваться из стесняющих ее оков. Если бы волевое проявление совести было лишь осуществлением человеческой воли, то в этом случае не существовало бы такой борьбы. Между тем требование нравственности, безусловно, контролирует нашу волю. Она может не исполнять эти требования, будучи свободной, но не может отрешиться от них. Впрочем, и само неисполнение волею требований совести не проходит для нее безнаказанно.

Наконец, и чувственная сторона совести не может рассматриваться только как сила, чувственная способность человеческого сердца. Сердце жаждет приятных ощущений и избегает неприятных. Между тем с нарушением требований нравственности нередко бывают связаны



сильные душевные муки, которые раздирают человеческое сердце, от которых мы никак не можем избавиться, как бы ни желали и ни старались. Несомненно, что и чувственная способность совести не может рассматриваться как проявление обычной чувствительности.

Подведение итогов

– Рассмотренные нами теоретические проблемы, раскрывающие сущность совести и ее взаимосвязь с разумом, волей и чувствами, дают нам возможность использовать знания об этой моральной ценности в решении конкретных жизненных вопросов.

– Будем помнить, что совесть — это основа основ человеческого бытия.

Святой Дорофей выделял три аспекта хранения совести:

1. Хранение совести к Богу (жить по Его заповедям).
2. Хранение совести к ближнему (не совершать ничего худого по отношению к людям ни словом, ни делом, ни мыслью).
3. Хранение совести к вещам (обращаться с вещами аккуратно, не бросать без нужды, не давать им портиться и т. д.).

Человек, который хочет хранить совесть чистой, всегда должен внимательно анализировать свое поведение в этих аспектах.

Домашнее задание. Обсудить с близкими и написать эссе «Какие аспекты хранения совести вы можете выделить для себя?»



ДУХОВНОСТЬ

«ФИЛОСОФСКИЙ СТОЛ» НА ТЕМУ «ХРИСТИАНСКОЕ ПОНИМАНИЕ СМЫСЛА ЖИЗНИ» (7–11 классы)

Цели:

- раскрытие смысла жизни в христианстве;
- развитие творческих способностей и умения вести дискуссию;
- пропаганда литературы по теме.

Информация по теме для педагогов

1. Для большей эффективности занятие целесообразно проводить со священнослужителем Тираспольско-Дубоссарской Епархии.

2. При проведении классного часа необходимо использовать следующую информацию.

Смысл жизни – это регулятивное понятие, присущее всякой развитой мировоззренческой системе, которое оправдывает и истолковывает свойственные этой системе моральные нормы и ценности, показывает, во имя чего необходима предписываемая ими деятельность. Подвергая теоретическому анализу представления массового сознания о смысле жизни, многие философы исходили из признания некой неизменной «человеческой природы», конструируя на этой основе некий идеал человека, в достижении которого и усматривался смысл жизни, основное назначение человеческой деятельности. Отсюда вытекали их представления о возможности преобразовать мир (в соответствии с этими идеальными представлениями) чисто духовными средствами. Претендуя на универсальность, эти теоретические истолкования смысла жизни фактически обосновывали такие цели и идеалы, в которых выражались интересы господствующих классов. В ряде современных социальных теорий смысл жизни по-прежнему усматривается либо в реализации внеисторических задач, либо в достижении определенных потребительских стандартов и индивидуального благополучия, или же провозглашается бессмысленность и абсурдность любой деятельности ввиду отсутствия у нее какой-либо объективной направленности. Распространены и теории, отрицающие возможность научно достоверного ответа на вопрос о смысле жизни.

Новизна христианства, поразившая древний мир, пробудившая в нем энтузиазм беспримерной любви и столь же беспримерной злобы, заключалась не в отдельных его принципах, но в их общей связи и соотношении, а главное – в их жизненной искренности и силе. То, что в

древней ветхозаветной морали высказывалось «между прочим», как побочная мысль, вызывающая уважение своей недостижимой возвышенностью и не вызывая никакого сочувствия из-за своей безжизненности, – в христианстве делается краеугольным камнем всей морали, входит в кровь и плоть человеческих поступков, вдохновляет и объединяет людей.

Краеугольный камень христианской морали – любовь к Богу и ближнему. Эта любовь не похожа на ту, которой человечество жило до христианства. Это не любовь мужа и жены, родителей и детей, брата и сестры, вообще не та любовь, которая непринужденно диктуется природными инстинктами человека.

Это любовь высшая, обусловленная ясным сознанием братства всех людей как детей единого Бога, любовь, воспитываемая признанием собственного ничтожества пред Богом и остальным миром, словом, любовь, вытекающая из совершенно нового взгляда на мир.

Ключевые понятия по теме

Христианство – это одна из трех мировых религий (наряду с буддизмом и исламом) имеет три основных направления: православие, католицизм, протестантизм. В основе – вера в Иисуса Христа как Богочеловека, Спасителя, воплощение второго лица триединого Божества (Троица). Приобщение верующих к Божественной благодати происходит через участие в таинствах. Источник вероучения христианства – Священное предание, главным в нем является Священное писание (Библия); а также «Символ веры», решения вселенских и некоторых поместных соборов, отдельные творения отцов церкви. Христианство возникло в I в. н. э. среди евреев Палестины, сразу же распространилось у других народов Средиземноморья. В IV в. стало государственной религией Римской империи. К XIII в. вся Европа была христианизирована. На Руси христианство распространилось под влиянием Византии с X в. В результате схизмы (разделение (церквей) христианство в 1054 г. раскололось на православие и католицизм. Из католицизма в ходе Реформации в XVI в. выделился протестантизм. Общее число христиан превышает 1 млрд человек.

Православие – одно из основных и старейших направлений в христианстве. Возникло с разделением в 395 г. Римской империи на Западную и Восточную. Богословские основы определились в Византии в IX–XI вв. Окончательно сложилось как самостоятельная церковь в 1054 г. с началом разделения христианской церкви на католическую и православную. Постепенно разделилось на нескольких автокефальных церквей. На Руси – с конца X в.; с 1448 г. – Русская православная церковь. В Российской Федерации православные составляют большую часть верующих.

Смысл жизни человека – подлинный смысл жизни, «тайна бытия» человека заключены в содействии разрешению назревших задач общественного развития, в созидательном труде, в ходе которого формируются предпосылки для всестороннего развития личности.

Оборудование, материалы и подготовительная работа:

– четкое определение темы «философского стола» не менее чем за две недели до проведения мероприятия;

– учащимся раздаются вопросы, конкретизирующие проблему дискуссии:

1. В чем видела свой смысл жизни Марфа? В чем смысл жизни Мария?
2. Какому смыслу жизни вы ближе по своей жизненной позиции – Марфы или Марии?
3. В чем заключается новизна христианства?
4. Считаете ли вы возможным совершать добрые дела, если в ответ нет благодарности?

– проведение исследования литературы о смысле жизни в христианстве.

Вспомнить на уроках литературы следующие произведения: «Повесть о Петре и Февронии Муромских»; А. Грин. «Алые паруса»; Амвросий Оптинский. «Поучения», «Письма»; М.Ю. Лермонтов. «Мцыри»; А.С. Грибоедов. «Горе от ума»; Л.Н. Толстой. «Война и мир»;

А.Н. Островский. «Гроза»; И.С. Тургенев. «Дворянское гнездо», «Записки охотника», «Накануне»; Ф.М. Достоевский. «Бедные люди»; Ч. Айтматов. «И дольше века длится день»; В.Г. Распутин. «Прощание с матерой» и другие произведения о христианстве и православии.

Ход классного часа

Вступительное слово классного руководителя

Основная часть

1. *Беседа по определению понятий «христианство», «православие»*

Классный руководитель.

– Человек, вовлеченный в круговорот жизни, с самого начала своего бытия чувствовал, что существует иное, более высокое бытие. И все догадки его об этом бытии, все его попытки приблизиться к этому бытию, все стремления проникнуть в его тайну представляют собой, по сути, огромный вопрос, задаваемый Небу. Тысячи вопросов, тысячи попыток и тысячи догадок.

Учащийся читает стихотворение неизвестного автора «Жизнь» из сборника «Русская духовная поэзия».

Дар мгновенный, дар прекрасный,
Жизнь, зачем ты мне дана?
Ум молчит, а сердцу ясно:
Жизнь для жизни нам дана.
Все прекрасно в Божьем мире!
Сотворивший мир – в нем скрыт;
Но Он в чувстве, но Он в лире,
Но Он в разуме открыт.
Познавать Творца в творенье,
Видеть духом, сердцем чтить –
Вот в чем жизни назначенье,
Вот что значит в Боге жить!

– Христианство — это прикосновение человека непосредственно к Божественному. И если человек прикасается к Божественному, он открывает для себя самые важные вещи – смысл своего существования, бесконечную ценность каждой человеческой души, цель мироздания, смысл труда и учебы, красоту человеческих отношений и творчества.

– Что для вас значит смысл своего существования?

Высказывания учащихся.

Классный руководитель.

– Однако, как найти свое место в жизни? Человеку порой свойственно заменять этот вопрос другим — как самоутвердиться в ней? А один из наиболее легких и распространенных способов самоутверждения — это осуждение других. Плохой и тот, и этот. И автоматически, часто неосознанно, получается, что я-то и есть хороший.

А вот если искать недостатки в себе, если требовать усилий от себя, а не от других, то становится очень трудно. Речь в первую очередь идет о поступках в каждодневном быту, а не во время пожара, перестрелки, землетрясения или других стихийных бедствий.

– Кто из вас может рассказать о своих положительных и отрицательных сторонах?

Высказывания учащихся.

Классный руководитель.

– Легко обещать себе, что ты станешь хорошим, когда все другие вокруг достигнут совершенства. Но как трудно начать делать добро самому, когда кругом столько несправедливости! Но лишь на пути жертвования человек находит внутреннюю духовную гармонию и обретает настоящую незыблемую точку опоры в Боге.

Главный учебник жизни для христианина — это, конечно, Евангелие. Заглянем и мы в эту Книгу жизни — в Евангелие от Луки.

Читает учащийся.

Пришел Иисус Христос в одно селение. Здесь женщина с именем Марфа приняла Его в дом свой.

У нее была сестра с именем Мария, которая села у ног Иисуса и слушала слова Его.

Марфа же заботилась о большом угощении и, подойдя, сказала:

– Господи! Разве Тебе нужды нет, что сестра моя одну меня оставила служить? Скажи ей, чтобы помогла мне.

Иисус же сказал ей в ответ:

– Марфа! Марфа! Ты заботишься и суетишься о многом, а одно только нужно. Мария же избрала благую часть, которая не отнимется у нее.

Классный руководитель.

– И в наше время христиан условно можно разделить на Марф и на Марий.

Марфе, которая усиленно хлопотала о приготовлении угощения для Христа, не понравилось, что Мария только спокойно слушает речи Иисуса, оставляя ее без помощи в хозяйственных делах. Вот почему она обратилась ко Христу с просьбой сказать Марии, чтобы та помогла ей.

Господь же с тоном некоторого дружеского упрека сказал Марфе, что напрасно она так старается, уделяет так много сил приготовлению большого угощения. По слову Господа, нужно только одно, то есть нужна такая же преданность Евангелию, какую показала Мария, забывшая обо всех хозяйственных делах, когда перед ней открылась возможность беспрепятственно слушать учение Христово. Конечно, эти слова Господа вовсе не означают, что усердие Марфы заслужило осуждение. Ее способ служения тоже достоин награды, однако в жизненной суете нельзя забывать о главном — о богомыслии, богопознании, стремлении к Богу.

2. Беседа о выборе смысла жизни

Классный руководитель.

– Христианин делает для себя выбор, часто неосознанно, идти ли ему путем Марфы или путем Марии.

Путь Марфы — это социальное служение, служение своим ближним. Путь Марии — это путь углубленной молитвы. Ярким представителем тех, кто избрал путь Марии, стал преподобный Серафим Саровский. Вот слова великого старца страны русской:

«Молитва, пост, бдение и всякие другие дела христианские, сколько ни хороши они сами по себе, однако не в делании только их состоит цель нашей христианской жизни, хотя они и служат необходимыми средствами для ее достижения. Истинная же цель жизни нашей христианской состоит в стяжении Духа Святого Божиего».

Однако оба эти пути в конечном счете сходятся, поскольку и путь социальных подвигов, совершаемых в любви, и путь углубленной молитвы ведут человека к Богу.

— Какому смыслу жизни вы ближе по своей жизненной позиции – Марфе или Марии?
Высказывания учащихся.

Подведение итогов

Классный руководитель.

– В заключение несколько слов о христианской морали.

Новизна христианства, поразившая древний мир, пробудившая в нем энтузиазм беспримерной любви и столь же беспримерной злобы, заключалась не в отдельных его принципах, но в их общей связи и соотношении, а главное – в их жизненной искренности и силе. То, что в древней ветхозаветной морали высказывалось «между прочим», как побочная мысль, вызывавая уважение своей недостижимой возвышенностью и не вызывая никакого сочувствия из-за своей безжизненности, – в христианстве делается краеугольным камнем всей морали, входит в кровь и плоть человеческих поступков, вдохновляет и объединяет людей.

Краеугольный камень христианской морали – любовь к Богу и ближнему. Эта любовь не похожа на ту, которой человечество жило до христианства. Это не любовь мужа и жены, родителей и детей, брата и сестры, вообще не та любовь, которая непринужденно диктуется природными инстинктами человека.

Это любовь высшая, обусловленная ясным сознанием братства всех людей как детей единого Бога, любовь, воспитываемая признанием собственного ничтожества пред Богом и остальным миром, словом, любовь, вытекающая из совершенно нового взгляда на мир.

Домашнее задание. Обсудить с близкими и написать эссе «Считаете ли вы возможным совершать добрые дела, если в ответ нет благодарности?».

«ФИЛОСОФСКИЙ СТОЛ» НА ТЕМУ «ХРИСТИАНСТВО. ПРАВОСЛАВИЕ» * (7–11 классы)

Цели:

- раскрытие сущности христианства и православия;
- развитие творческих способностей и умения вести дискуссию;
- пропаганда литературы по теме.

Информация по теме для педагогов

1. Для большей эффективности занятие целесообразно проводить со священнослужителем Тираспольско-Дубоссарской Епархии.

2. При проведении классного часа необходимо использовать следующую информацию.

Смысл жизни – это регулятивное понятие, присущее всякой развитой мировоззренческой системе, которое оправдывает и истолковывает свойственные этой системе моральные нормы и ценности, показывает, во имя чего необходима предписываемая ими деятельность. Подвергая теоретическому анализу представления массового сознания о смысле жизни, многие философы исходили из признания некой неизменной «человеческой природы»,

конструируя на этой основе некий идеал человека, в достижении которого и усматривался смысл жизни, основное назначение человеческой деятельности. Отсюда вытекали их представления о возможности преобразовать мир (в соответствии с этими идеальными представлениями) чисто духовными средствами. Претендуя на универсальность, эти теоретические истолкования смысла жизни фактически обосновывали такие цели и идеалы, в которых выражались интересы господствующих классов. В ряде современных социальных теорий смысл жизни по-прежнему усматривается либо в реализации внеисторических задач, либо в достижении определенных потребительских стандартов и индивидуального благополучия, или же провозглашается бессмысленность и абсурдность любой деятельности ввиду отсутствия у нее какой-либо объективной направленности. Распространены и теории, отрицающие возможность научно достоверного ответа на вопрос о смысле жизни.

Новизна христианства, поразившая древний мир, пробудившая в нем энтузиазм беспримерной любви и столь же беспримерной злобы, заключалась не в отдельных его принципах, но в их общей связи и соотношении, а главное – в их жизненной искренности и силе. То, что в древней ветхозаветной морали высказывалось «между прочим», как побочная мысль, вызывая уважение своей недостижимой возвышенностью и не вызывая никакого сочувствия из-за своей безжизненности, – в христианстве делается краеугольным камнем всей морали, входит в кровь и плоть человеческих поступков, вдохновляет и объединяет людей.

Краеугольный камень христианской морали – любовь к Богу и ближнему. Эта любовь не похожа на ту, которой человечество жило до христианства. Это не любовь мужа и жены, родителей и детей, брата и сестры, вообще не та любовь, которая непринужденно диктуется природными инстинктами человека.

Это любовь высшая, обусловленная ясным сознанием братства всех людей как детей единого Бога, любовь, воспитываемая признанием собственного ничтожества пред Богом и остальным миром, словом, любовь, вытекающая из совершенно нового взгляда на мир.

Ключевые понятия по теме

Христианство – это одна из трех мировых религий (наряду с буддизмом и исламом) имеет три основных направления: православие, католицизм, протестантизм. В основе – вера в Иисуса Христа как Богочеловека, Спасителя, воплощение второго лица триединого Божества (Троица). Приобщение верующих к Божественной благодати происходит через участие в таинствах. Источник вероучения христианства – Священное предание, главным в нем является Священное писание (Библия); а также «Символ веры», решения вселенских и некоторых поместных соборов, отдельные творения отцов церкви. Христианство возникло в I в. н. э. среди евреев Палестины, сразу же распространилось у других народов Средиземноморья. В IV в. стало государственной религией Римской империи. К XIII в. вся Европа была христианизирована. На Руси христианство распространилось под влиянием Византии с X в. В результате схизмы (разделение (церквей) христианство в 1054 г. раскололось на православие и католицизм. Из католицизма в ходе Реформации в XVI в. выделился протестантизм. Общее число христиан превышает 1 млрд человек.

Православие – одно из основных и старейших направлений в христианстве. Возникло с разделением в 395 г. Римской империи на Западную и Восточную. Богословские основы определились в Византии в IX–XI вв. Окончательно сложилось как самостоятельная церковь в 1054 г. с началом разделения христианской церкви на католическую и православную. Постепенно разделилось на нескольких автокефальных церквей. На Руси – с конца X в.; с 1448 г. – Русская православная церковь. В Российской Федерации православные составляют большую часть верующих.

Смысл жизни человека – подлинный смысл жизни, «тайна бытия» человека заключены в содействии разрешению назревших задач общественного развития, в созидательном труде, в ходе которого формируются предпосылки для всестороннего развития личности.

Оборудование, материалы и подготовительная работа:

– четкое определение темы ««философского стола»» не менее чем за две недели до проведения мероприятия;

– учащимся предлагаются вопросы, конкретизирующие проблему дискуссии:

1. Расскажите, пожалуйста, как вы понимаете христианство.
2. Является ли кто-либо из ваших родственников или знакомых христианином? Если да, то, как вы считаете, могут ли они благодаря своему образу жизни называться христианами?
3. Почему фарисеи, книжники и саддукеи-первосвященники предали Иисуса Христа казни?
4. В каком веке произошел раскол христианской Церкви? Что означает слово православие?

– проведение исследования литературы о христианстве и православии.

Вспомнить на уроках литературы следующие произведения: «Повесть о Петре и Февронии Муромских»; А. Грин. «Алые паруса»; Амвросий Оптинский. «Поучения», «Письма»; М.Ю. Лермонтов. «Мцыри»; А.С. Грибоедов. «Горе от ума»; Л.Н. Толстой. «Война и мир»; А.Н. Островский. «Гроза»; И.С. Тургенев. «Дворянское гнездо», «Записки охотника», «Накануне»; Ф.М. Достоевский. «Бедные люди»; Ч. Айтматов. «И дольше века длится день»; В.Г. Распутин. «Прощание с матерой» и другие произведения о христианстве и православии.

Ход классного часа

Вступительное слово классного руководителя

Основная часть

1. Беседа по определению понятий «христианство», «православие»

Классный руководитель.

– Согласно энциклопедическому словарю Брокгауза и Ефрона, христианство – это всемирная религия, признающая себя Откровением Единого в Троице Истинного Бога, Творца и Промыслителя вселенной, Спасителя людей.

– О каких религиях вы слышали?

Высказывания учащихся.

Классный руководитель.

– Христианская Церковь признает Откровение, принесенное Христом, завершением религии, данной еще Адаму в раю и затем возвещенной через Моисея и еврейских пророков. Церковь считает, что Спаситель явился тогда, когда и в еврействе, и во всем мире окончено было приготовление людей к Его принятию.

– Что вы можете рассказать о христианстве?

Высказывания учащихся.

– На Мессии и его пришествии сосредоточились все национальные, политические и даже личные упования палестинских (и других) евреев. При этом считалось, что главным делом Мессии было свержение римской власти, а затем установление политического мировладычества Израиля; Мессия должен был явиться в награду за праведность Израиля и быть, конечно, идеальным представителем этой праведности.



Отсюда ясно, что новозаветная (то есть евангельская) проповедь о Мессии должна была представляться фарисейству (фарисеи – еврейские религиозные фанатики, называвшиеся по-еврейски «ха-сидим», то есть праведные, а в греческой транскрипции – «асидеи» и «фарисеи») пагубной ложью. В самом деле, по Евангелию, Спаситель вместо призыва к освободительной войне и к завоеванию Израилем мира учит, что царство Его не от мира сего, что Он царь в том лишь смысле, что всякий, кто от истины, слушает гласа Его, что царствие Божие не приходит видимым образом, а находится в душах людей. Открыто объявляя себя Мессией при входе в Иерусалим, тут же, совершив понятное всякому еврею символическое действие, заявляет, что Он – царь исключительно мира, а не войны (осел – символ мира, а конь – символ войны), и с негодованием отвергает предложение мировладычества как искушение дьявола.

– Мессия есть награда Ягве праведным за их праведность. А Христос был «друг мытарям и грешникам», многократно заявлявший ревнителям закона, что блудницы и мытари предварят их в царствии Божием и что Он, Мессия, пришел как врач к больным, пришел, чтобы разыскать и спасти погибшее.

При исцелениях своих Христос повторял: отпускаются тебе грехи твои, тогда как Мессия фарисейский не прощает – он и права на то не имеет, – а судит.

Мессия должен быть сам безупречно праведен (естественно, в фарисейском понимании праведности); а Христос открыто беседует с женщиной-самарянкой (иудеи презирали самарян, которых считали язычниками), Он ест и пьет у мытарей, принимает дары блудницы, нарушает субботу; «виртуозов» праведности – фарисеев – Он зовет слепыми вождями и лицемерами.

Понятно, что с точки зрения фарисейского патриотизма деятельность Христа грозила гибелью всему еврейскому народу, отнимая у него «истинного» Мессию и отдавая евреев в руки римлянам. Вот почему по требованию фарисеев, книжников и саддукеев-первосвященников Иисус Христос был предан казни. И с Его смертью Его враги успокоились, полагая, что все опасное движение, поднятое Им, теперь отомрет само собою.

– Не прошло, однако, и двух месяцев с той Пасхи, в навечерие которой был погребен «обманщик», как Его ученики, с непонятной для врагов Его смелостью, в том же Иерусалиме, в соседстве Голгофы и Гроба, стали проповедовать, что Распятый был действительно Мессия; что Он в течение сорока дней после Своей смерти, начиная уже с третьего, многократно являлся им и в Галилее, и в Иерусалиме в истинном, но прославленном теле, ел, пил и беседовал с ними; что в сороковой день Он на их глазах вознесся на небо, обещав вернуться со славою как Мессия – Судия живых и мертвых, и велел им в промежуточное время проповедовать Евангелие (то есть благовест) царствия Божия.

Убеждение проповедников в истине всего, что они говорили, было несомненно. Палачи Христа растерялись. Фарисеям и синедриону вначале просто не верилось, что такая сумасбродная, на их взгляд, проповедь может иметь успех. А некоторые, по-видимому, стали и по существу колебаться. Проповеди учеников Христа – апостолов достигли уже Кипра, Финикии, Антиохии...

– Первое место в письменном наследии древнейшей Церкви занимает Новый Завет – кодекс специфически христианского Откровения, написанный, как верует Церковь, по непосредственному внушению Духа Святого теми апостолами и их учениками, имена которых значатся в заголовках отдельных составляющих его произведений.

По мере расширения проповеди учения Иисуса Христа христианство постепенно распространяется на всю Римскую империю. Причинами превращения Римской империи из языче-

ской в христианскую были, с одной стороны, превосходство христианского учения, явившегося венцом развития религиозно-философской мысли тех времен, с другой – внутренняя и внешняя подготовленность языческого мира к восприятию христианства.

– Стремительному распространению христианства способствовало и то обстоятельство, что оно было религией любви и помощи ближнему, религией Откровения и победы над смертью и мраком незнания, религией обновления.

Христианство среди славянских племен распространилось не одновременно: жившие ближе к Византии или Риму крестились раньше. На территории, занятой впоследствии славянами, христианство могло появиться еще во времена апостольские (например, на Балканском полуострове). Но сами славяне начали креститься не ранее IX века, причем крещение охватывало всех до последнего.

Классный руководитель.

– Является ли кто-либо из ваших родственников или знакомых христианином?

Высказывания учащихся.

Классный руководитель.

– Поворотным пунктом в истории христианства у славян является деятельность Кирилла и Мефодия. Создание славянской азбуки, перевод богослужебных книг на славянский язык, употребление этого языка в богослужении и вообще в культурных отношениях славян – все это освобождало их от духовно-религиозной зависимости.

По различным причинам кирилло-мефодиевское наследие не везде могло свободно развиваться. С X века славянство распадается на две группы – православную и католическую, сильно отличающиеся одна от другой в культурном отношении. Это культурное разделение славян с течением времени все усиливалось.

– Что вы можете рассказать о православии?

Высказывания учащихся.

– Само слово православие (по-гречески *orthodoxia*) впервые встречается у христианских писателей II века и означает веру всей Церкви в противоположность разномыслию еретиков – гетеродоксии. Словарь иностранных слов поясняет, что ортодоксия – это неуклонное следование основам какого-либо учения, мировоззрения.

Название «православная» осталось за Восточной Церковью со времен отделения от нее Церкви Западной, которая стала называться католической.

До XI века весь христианский мир составлял одну Вселенскую Церковь. Западная Церковь на Вселенских Соборах принимала деятельное участие в охране древней веры Церкви и в созидании символического церковного учения. Незначительные обрядовые и канонические различия не отделяли ее от Церкви Восточной. Лишь в XI веке частные богословские мнения по поводу учения об опресноках и *filioque* (учение об источнике исхождения Святого Духа) произвели разделение Восточной и Западной Церквей. В последующее время специфическое учение Западной Церкви о размерах и характере власти римского епископа вызвало окончательный разрыв между ними.

Классный руководитель.

– Русские богословы считали, что со времени установления чина православия в Восточной Церкви православие означает, в сущности, не что иное, как послушание или повиновение Церкви. Причем в Церкви имеется уже все учение, необходимое для христианина как сына Церкви.

Г

И

Н

Е

Д

Ж

О

Р

Э

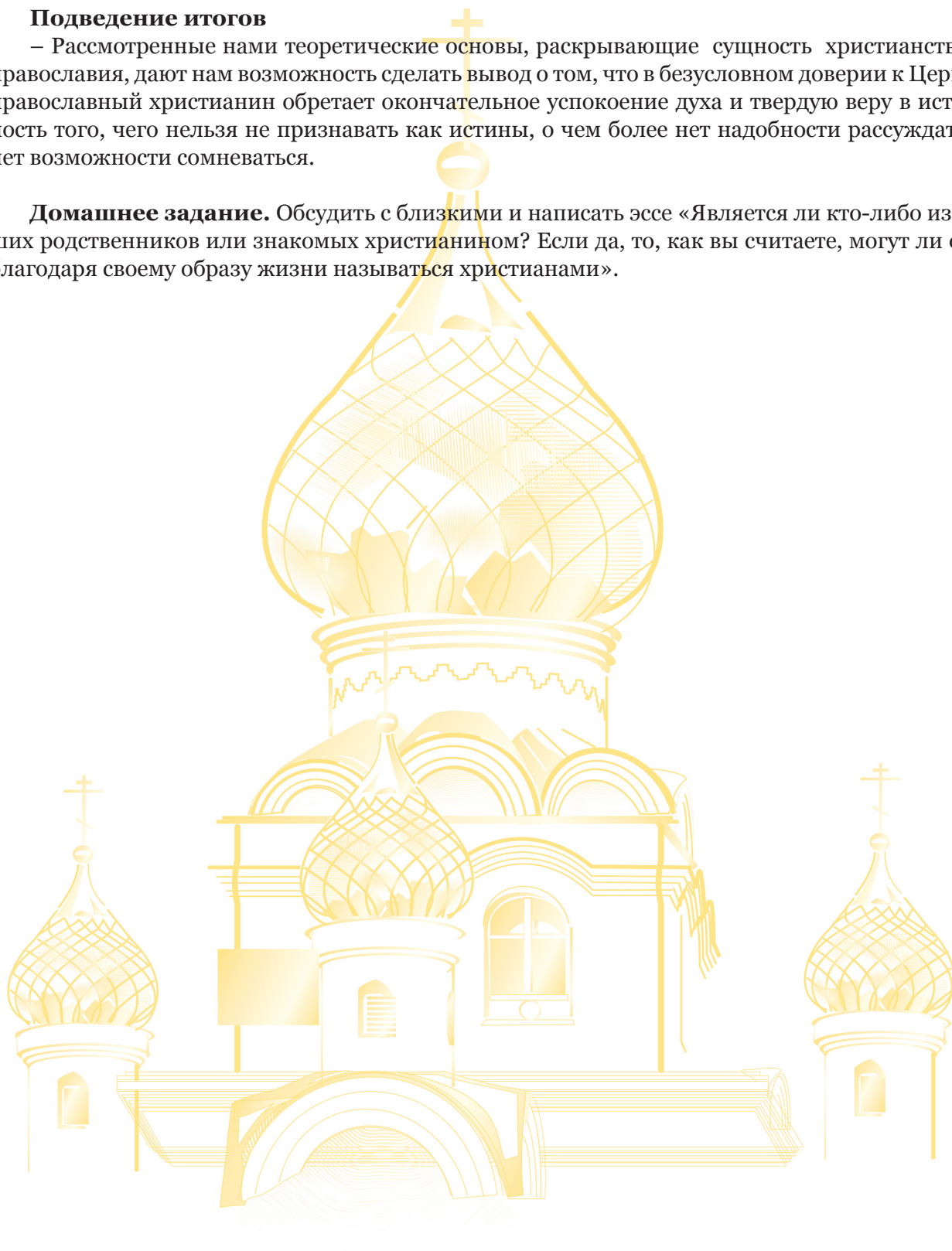
О

В

Подведение итогов

– Рассмотренные нами теоретические основы, раскрывающие сущность христианства и православия, дают нам возможность сделать вывод о том, что в безусловном доверии к Церкви православный христианин обретает окончательное успокоение духа и твердую веру в истинность того, чего нельзя не признавать как истины, о чем более нет надобности рассуждать и нет возможности сомневаться.

Домашнее задание. Обсудить с близкими и написать эссе «Является ли кто-либо из ваших родственников или знакомых христианином? Если да, то, как вы считаете, могут ли они благодаря своему образу жизни называться христианами».





ФИЗИОЛОГИЧЕСКОЕ
ЗДОРОВЬЕ

ФИЗИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ	205
СОЦИАЛЬНОЕ ЗДОРОВЬЕ	237
МАТЕРИНСТВО И ОТЦОВСТВО	241
ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ	251
ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ	255
БЕЗОПАСНОСТЬ	264

СОДЕРЖАНИЕ ВОСПИТАНИЯ ПО ФОРМИРОВАНИЮ ЦЕННОСТНОГО ОТНОШЕНИЯ К ЗДОРОВЬЮ И ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ У ПОДРОСТКОВ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЕ

1. Задачи воспитания ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни:

- создание конструктивной среды по формированию стиля, качества и образа жизни молодого поколения;
- формирование позитивных жизненных установок молодежи, стремления к саморазвитию и наращиванию человеческого капитала;
- воспитание ценностного отношения к репродуктивному здоровью как фактору качественного продолжения рода;
- профилактика алкоголизма, наркоманий, противодействие половой распущенности;
- противодействие распространению ВИЧ-инфекции и СПИДа;
- формирование установок к созданию среднедетной модели семьи.

Ценности: *здоровье физическое, здоровье социальное (здоровье членов семьи и школьного коллектива), активный, здоровый образ жизни.*

Представления: *о единстве и взаимовлиянии различных видов здоровья человека: физического, психического (душевного), социального.*

Для создания целостного воспитательного пространства в школе, помимо работы с учащимися, необходимо проводить работу с педагогическим коллективом и родительской ответственностью с привлечением специалистов Министерства здравоохранения и социальной защиты ПМР. В этой связи программа предполагает не только формы работы с учащимися 5–11 классов, но и содержание педагогических советов и родительских собраний по данному виду здоровья.

2. Ценностные основы физиологического здоровья и здорового образа жизни

Здоровье — это природная база личного и профессионального долголетия, которая напрямую зависит от соответствия культуры образа жизни и способности к труду.

В Приднестровье в настоящее время насущной необходимостью является создание основ устойчивого духовного развития государства, обеспечения высокого качества жизни народа, укрепления и развития генофонда нации. Ключевой проблемой для всех направлений охраны здоровья является формирование культуры здоровья, повышение престижности его, самосознание ценности здоровья как фактора жизнестойкости, активного долголетия.

Прогрессирующее загрязнение окружающей среды привело к росту аллергической патологии, непереносимости лекарств, хронических токсических состояний. Современное общество, к сожалению, культивирует потребительское отношение к здоровью. У населения, как правило, нет ответственности в части его сохранения и укрепления, низки гигиенические навыки. Необходимо формирование принципиально новой философии наращивания здоровья нации. Главные задачи, стоящие перед школой и обществом в целом, принципиально новое направление деятельности — осознание социально-нравственной доминанты в индивидуальном и коллективном сознании ценности здоровья как национальной черты, как личной ответственности перед собой, семьей и государством всеми доступными информационными, административными, финансовыми, правовыми, религиозными средствами, переход от системы, ориентированной на лечение заболевания, к системе охраны здоровья, основанной на приоритете здорового образа жизни и направленной на профилактику болезней.

3. Примерные формы и методы воспитательной работы с учащимися в школе в контексте формирования физиологического здоровья

Для работы по данному направлению классному руководителю следует планировать активную совместную работу с медицинским персоналом из кабинетов реабилитации, кабинетов репродуктивного здоровья. Важно, чтобы медицинская работа носила не просветительский (особенно по вопросам репродуктивного здоровья), а профилактический характер. Следует планировать социальную работу с коррекционными учреждениями города или района (с согласия родителей учащихся). Планирование мероприятий по данному направлению обязательно должно выноситься администрацией учебного заведения на обсуждение родительской общественности в начале учебного года. Важно помнить, что работа должна носить комплексный характер, то есть классные и общешкольные мероприятия должны предполагать использование содержательной связи друг с другом и быть построены на единой методологической основе.

Именно комплексный подход, благодаря которому решаются не только задачи защиты здоровья учащихся и педагогов от угрожающих или патогенных воздействий, но и задачи формирования и укрепления здоровья школьников, воспитания у них и их учителей культуры здоровья, может быть назван здоровьесберегающей педагогикой. Ее главная отличительная особенность — приоритет здоровья, то есть грамотная забота о здоровье как обязательное условие образовательного процесса, что определяет последовательное формирование в школе здоровьесберегающего образовательного пространства, в котором все педагоги, специалисты, учащиеся, их родители согласованно решают общие задачи, связанные с заботой о здоровье, и принимают на себя солидарную ответственность за достигаемые результаты. Рекомендации по проведению той или иной формы работы даны в приложении к данной Программе.

ФИЗИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ

КЛАССНЫЙ ЧАС «СТИЛИ ЖИЗНИ»

(5–6 классы)

Цели:

- уметь описать наиболее важные аспекты, связанные со здоровьем;
- осознать значение охраны своего здоровья и здоровья других людей;
- различать хорошее и плохое состояние здоровья и факторы, влияющие на него;
- определять личную гигиену как фактор охраны здоровья.

Информация по теме для педагогов

1. Для большей эффективности занятие целесообразно проводить с врачом кабинета репродуктивного здоровья Министерства здравоохранения и социальной защиты ПМР.

2. При проведении классного часа необходимо использовать следующую информацию.

Здоровье — основной признак развития человека, оно означает не только отсутствие болезни, это также состояние полного физического, психологического и социального благополучия человека. ПРАВО НА ОХРАНУ здоровья признано в качестве одного из ПРАВ ЧЕЛОВЕКА в ПМР и является частью права на медицинское обслуживание.

Различают следующие виды (стороны) здоровья:

1. *Физическое здоровье* представляет естественную деятельность организма и всех его систем. Оно включает личную гигиену, правильное питание, занятие физической культурой, достаточный сон.

2. *Социальное здоровье* представляет отношения между человеком и обществом и их взаимовлияние: отношения в школе, дома, на работе. Это способность существовать и сотрудничать с другими людьми.

3. *Психологическое здоровье* — это:

- взаимоуважение, вера в себя, положительная самооценка;
- способность выражения чувств, а также их контролирование, анализ и применение информации; это значит знать, откуда и как добывают информацию, каким образом следует ее обрабатывать, чтобы она обеспечила наилучшую адаптацию к среде, формирование стабильной системы ценностей. Оно связано с этическими нормами, верой, личной философией.

Здоровый образ жизни — стиль поведения, основанный на бережном отношении к своему физическому и психологическому здоровью при помощи сбалансированного питания, умеренной физической активности, соблюдения правил гигиены, адекватного выражения эмоций, положительных межличностных отношений, отказа от употребления

вредных веществ и т. д. Отрицательный стиль жизни состоит из действий, предполагающих угрозу для здоровья. Всемирная Организация Здравоохранения свидетельствует, что более 50 % заболеваний и случаев летального исхода спровоцированы нездоровым образом жизни.

Несоблюдение правил личной гигиены являются причинами многих заболеваний, среди которых:

1. *Вирусный гепатит (желтуха)* — инфекционное заболевание человека, вызывается вирусом гепатита А. Заражение происходит при употреблении продуктов питания, содержащих вирус гепатита А (фактор риска - грязные руки, грязная посуда, некачественная пища). Проявляется заболевание общей слабостью, болью или чувством тяжести в правом подреберье, кожным зудом, желтушным окрашиванием кожи и слизистых.

2. *Чесотка* — инфекционное паразитарное заболевание, вызывается чесоточным клещом и сопровождается ночным зудом кожных покровов, расчесами. Заражение происходит бытовым путем — через одежду, постельное белье, рукопожатие, предметы.

3. *Грипп* — вирусное заболевание, проявляющееся повышением температуры тела до 38° и более, ознобом, головной болью, болью в мышцах, кашлем, чиханием, болью в горле. Путь передачи — *воздушно-капельный*.

Защита от гриппа:

1) гигиена рук (часто мойте руки с мылом, регулярно дезинфицируйте поверхности (столы, дверные ручки, парты);

2) соблюдайте расстояние и этикет (соблюдайте расстояние не менее 1 метра от больных, избегайте трогать грязными руками глаза, нос или рот, так как вирус распространяется этим путем.

Если вовремя не начать лечение гриппа, могут быть опасные для жизни осложнения (воспаление легких и др.).

4. *Глисты* — попадают в организм через грязные руки, сырое или недоваренное мясо, после контакта с животными и при нарушении правил гигиены. Многие глисты могут передвигаться из кишечника в ткани в зависимости от стадии развития (например, личинка аскарид, пробуравив кишечную стенку, с током крови попадает в легкие, через дыхательные пути попадает в глотку, а оттуда снова в кишечник, в котором задерживается в половозрелой форме). Глисты вызывают боли в животе, зуд в области промежности, аллергические реакции, тошноту, слюнотечение, головокружение.

Ключевые понятия по теме здоровье, здоровый образ жизни, рискованный образ жизни, инфекционные заболевания.

С кем подросток может обсудить возникшую проблему со здоровьем: родители, семья, учителя, школьный медицинский работник, участковый терапевт или другой медицинский работник вашей поликлиники или сельской амбулатории.

Участники: ученики 12–15 лет.

Материалы: листы бумаги А1, маркеры.

Время: 45 минут.

Ход занятия

Разминка

1. Участники становятся перед своими стульями. Преподаватель объясняет упражнение следующим образом: «Необходимо встать у своих мест. Я буду зачитывать утверждения. Если не можете применить данное утверждение к себе, вам придется сесть на ваш стул. Пока то, что я буду читать, будет справедливо для вас, вы будете стоять. Но если вы садитесь, то продолжаете сидеть, даже если делаете то, о чем говорится в следующем утверждении».

Иногда кому-то придется сразу сесть после первого или второго предложения. Если бы порядок предложений был другой, они могли бы все еще стоять. Они спрашивают, могут ли они снова встать. Но участники не могут вставать после того, как сели.

2. Попросите участников встать, затем зачитайте предложения из списка:

- 1) Я прохожу регулярное медицинское обследование.
- 2) Если я болею, то остаюсь дома и вызываю врача.
- 3) Я не курю.
- 4) Я регулярно занимаюсь спортом или фитнесом.
- 5) Я употребляю здоровую пищу (не очень калорийную).
- 6) Я не пью спиртные напитки.
- 7) Я всегда перед едой мою руки.
- 8) Я с незнакомыми людьми не вступаю в контакт (прокатиться на машине, пойти в кафе).

3. Чаще всего все в группе сидят к концу упражнения. Спросите участников, что общего в этих предложениях. Если никто этого не говорит, отметьте, что все это касается поведения, связанного со здоровьем. Объясните, что хотя все мы можем хорошо знать, что помогает нам сохранить здоровье, мы не всегда используем эту информацию самым наилучшим образом. Иногда, даже зная, что мы не должны употреблять много сладостей, мы их все равно едим в огромных количествах.

Таким образом, потакание нашим слабостям (желание поесть сладкого, нежелание делать зарядку и т. д.) приводит к проблемам со здоровьем. Надо помнить, что многие вредные привычки приводят не только к проблемам со здоровьем, но часто лишают человека семьи, друзей, любимых, работы.

Метод «Гроздь» для определения здоровья.

Метод «Гроздь» описан на с. 16 данного пособия.

Посередине доски или листа написать слово «ЗДОРОВЬЕ».

Разделив класс на 2 группы, подбираем слова, связанные с ключевым словом, в зависимости от компонентов здоровья, изложенных преподавателем, команда 1 с акцентом на хорошее здоровье, команда 2 — на плохое здоровье, и выстраиваем цепочки слов.

Осуществление связей между словами с помощью линий. Например:

1) кашель – болезнь – курение – слабый иммунитет – вовремя не ест – не знает о профилактике болезней;

2) пропускает уроки – плохо учится – не пользуется авторитетом у друзей – курит.

Подведение итогов, обсуждение.

Правила личной гигиены

Учитель коротким сообщением рассказывает о часто встречающихся в школьной среде инфекционных заболеваниях, акцентируя внимание на то, что полученные сведения пригодятся для дальнейшей работы (материалы для преподавателя).

Помогите ученикам объединиться в пары, рассчитавшись на «первый–второй». Раздайте парам по одному правилу из рабочей карточки (см. на с. 208). Дайте парам несколько минут на изучение полученных правил. В каждой паре первые номера должны будут написать по три последствия соблюдения данного им правила, а вторые номера — по два последствия несоблюдения этого правила.

Каждая пара по очереди прочитает написанные ими варианты, а все остальные должны будут подумать и отгадать соответствующее правило гигиены и определить, риск какого инфекционного заболевания уменьшает соблюдение этого правила гигиены.

После того как выступили все пары, путем интерактивного общения подводим итог, насколько необходимо соблюдение правил гигиены, и каким образом они помогают в профилактике перечисленных заболеваний.

— Как вы думаете, какие меры можно предпринять в нашей школе для профилактики инфекционных заболеваний?

РАБОЧАЯ КАРТОЧКА

1. Мойте руки после каждого посещения туалета.
2. Чистите зубы два раза в день утром и вечером.
3. Мойте руки перед тем, как готовить пищу.
4. Оставайтесь дома, если болеете, и обращайтесь к медицинским работникам, сделав вызов врача на дом в регистратуре больницы.
5. Мойте руки перед едой.
6. Не употребляйте воду, не пригодную для питья.
7. Не употребляйте сырое или полусырое мясо.
8. Мойте руки с мылом и под проточной водой.
9. Тщательно мойте тыльную поверхность руки, ладонь и под ногтями.
10. Принимайте душ или гигиенические процедуры каждый день (умываться, менять нижнее белье).
11. Храните свои вещи в чистоте.
12. Не используйте предметы личной гигиены другого человека (зубная щетка, гигиеническая помада, бритвенный прибор, используемая другими посуда, носовой платок).
13. Мойте руки после игры с животными.

Рефлексия и оценка

Вопросы для анализа:

1. Трудно или легко вам было дать определение здоровью? Здоровому образу жизни? В какую категорию входит ваш собственный стиль жизни?
2. Считаете ли вы, что располагаете достаточным количеством информации для сохранения и укрепления своего здоровья?
3. Какие правила наиболее важны для здорового образа жизни?
4. Кто несет ответственность за соблюдение правил гигиены?
5. Какие из ваших навыков помогают вам чувствовать себя защищенным?

Выводы

1. Здоровье — это знание, поведение, отношение и многое другое. Оно сопряжено не только с телом, но и с умом, душой, средой обитания, обществом.
2. Соблюдение правил гигиены не только защитит вас от многих инфекционных заболеваний, но поможет выглядеть аккуратно.
3. Недостаточность информации приводит к тому, что многие люди перенимают вредные привычки и занятия, не зная об их отрицательных последствиях.
4. Продвижение здорового образа жизни среди детей и молодежи является важной задачей для предупреждения усвоения ими рискованных моделей поведения.
5. Каждый человек имеет право на охрану своего здоровья.

КЛАССНЫЙ ЧАС «СТИЛИ ЖИЗНИ» (9–11 классы)

Цель занятия. По окончании занятия участники смогут:

- воспринимать здоровье как многофункциональную систему не только физического, но и психологического, социального, личного и духовного благополучия;
- анализировать поведение, характерное для здорового образа жизни, в сравнении с рискованным образом жизни;
- сознавать важность пропаганды здорового образа жизни.

Информация по теме для педагогов

1. Для большей эффективности занятие целесообразно проводить с врачом кабинета репродуктивного здоровья Министерства здравоохранения и социальной защиты ПМР.

2. При проведении классного часа необходимо использовать следующую информацию.

Поддержка здоровья — это процесс, посредством которого люди увеличивают контроль над факторами, влияющими на их здоровье.

Здоровый образ жизни — это стиль поведения, основанный на бережном отношении к своему физическому и психологическому здоровью при помощи сбалансированного питания, физической активности, соблюдения правил гигиены, адекватного выражения эмоций, положительных межличностных отношений, отказа от употребления вредных веществ и т. д. Отрицательный стиль жизни состоит из действий, предполагающих угрозу для здоровья. Всемирная Организация Здравоохранения свидетельствует, что более 50 % заболеваний и случаев летального исхода спровоцированы нездоровым, патогенным образом жизни.

Многие заболевания на начальных стадиях не вызывают никаких жалоб и не беспокоят, например, такие, как ВИЧ, Вирус Папилломы Человека (ВПЧ), сифилис и другие. Поэтому для их выявления, например, при рискованном поведении (использование шприцов, бывших в употреблении, добрачные половые связи с необследованными партнерами) необходимо обследование в условиях медицинского учреждения.

К сведению, **ВИЧ не может проникать** через неповрежденную кожу или передаваться по воздуху, как вирусы простуды или гриппа. ВИЧ не передается при рукопожатиях, объятиях, поцелуях, кашле и чихании, пользовании общей посудой и столовыми приборами, полотенцами и постельным бельем, совместном пользовании туалетами и душевыми, совместных занятиях спортом, нахождении в одном помещении, через укусы насекомых.

Перед вступлением в брак рекомендуется обследование на инфекции, передающиеся половым путем (ВИЧ, сифилис, гепатит В, ВПЧ).

Сифилис — инфекционное заболевание, передающееся половым путем, а также и бытовым при несоблюдении правил гигиены, вызывается спирохетой *treponema pallidum*. *Пути передачи:* половой (преимущественно), переливание зараженной крови, через плаценту от матери к плоду, бытовой путь (использование губной помады, зубной щетки или других предметов, контактирующих с кровью, слюной или твердым шанкром. Твердый шанкр (первичный сифилис) — это небольшая безболезненная ранка, возникающая у зараженного человека в зоне контакта (половые органы, ротовая полость, кожа и др.) Через полгода после заражения, если не лечится, наступает вторичный сифилис, проявляющийся поражением кожи в виде сыпи. Если не лечить вторичный, то может развиваться третичный сифилис с поражением всех органов и систем, что приводит к летальному исходу.



Gepatitis — это острое или хроническое воспаление печени. Наиболее частая причина возникновения гепатитов — это вирусы. Наиболее распространены вирусные гепатиты А, В, С и Д. Вирусный гепатит А (его иногда называют желтухой) передается бытовым путем через грязные руки или частицы грязи, оставшиеся на фруктах, овощах или других продуктах питания. Вирусный гепатит В и Д передается через кровь или половым путем. Вирусный гепатит А протекает более легко и без последствий. Чтобы не заразиться вирусом А, нужно соблюдать гигиену: мыть руки перед едой, а также не пить некипяченую воду и не есть немытые овощи и фрукты. Вирусный гепатит В и Д — это тяжелые заболевания. У большого количества больных развивается хроническая форма, которая может привести к циррозу или раку печени.

Ключевые понятия по теме

Здоровье — основной признак развития человека, оно означает не только отсутствие болезни, это также состояние полного физического, психологического и социального благополучия человека. ПРАВО НА ОХРАНУ здоровья признано в качестве одного из ПРАВ ЧЕЛОВЕКА в ПМР и является частью права на медицинское обслуживание. И решить, что в широком смысле человек здоров, может только сам человек. Можно выделить 7 аспектов здоровья:

1. *Физическое здоровье* представляет естественную деятельность организма и всех его систем. Оно включает личную гигиену, правильное питание, занятие физической культурой, достаточный сон.

2. *Социальное здоровье* представляет отношения между человеком и обществом и их взаимовлияние: отношение в школе, дома, на работе. Это способность существовать и сотрудничать с другими людьми.

3. *Личностное здоровье* — это взаимоуважение, вера в себя, положительная самооценка. У каждого человека есть личные ценности и жизненные силы.

4. *Эмоциональное здоровье* — способность выражения чувств, восприятие эмоций и чувств, а также их контролирование.

5. *Психическое (умственное) здоровье* — это восприятие, анализ и применение информации; это значит знать, откуда и как добывают информацию, каким образом следует ее обрабатывать, чтобы она обеспечила наилучшую адаптацию к среде.

6. *Душевное (духовное) здоровье* предполагает поиски смысла и цели человеческого существования. Оно включает в себя развитие глубокой оценки жизни и формирование стабильной системы ценностей. Оно связано с этическими нормами, верой, личной философией.

7. *Экологическое здоровье* представляет окружающую среду, соответствующую нормам. Это отношение между людьми и животными, природой, растениями, почвой, водой и т. д.

Подробнее об этом можно узнать в кабинетах добровольного консультирования и тестирования на инфекционные заболевания, которые есть в поликлиниках всех городов и районов ПМР.

За консультацией можно обратиться к медицинскому работнику школы, лицея (колледжа), участковому терапевту, специалистам кабинета репродуктивного здоровья.

Материалы: листы бумаги А1, маркеры, схема для каждого участника «Кубик-рубик как модель здоровья».

Время: 45 минут.

Ход занятия

Разминка «Как выйти из квадрата?»

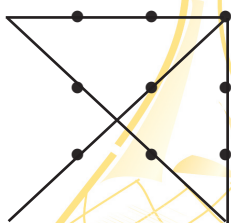
Цель разминки — показать необходимость умения выйти из собственного узкого пространства (выйти из квадрата), что поможет посмотреть на многие проблемы взглядом со стороны, используя информацию и знания для решения многих проблем, в том числе и проблем здоровья.

Нарисуйте на доске 9 точек, расположенных в 3 горизонтальные и 3 вертикальные линии на равном расстоянии друг от друга (рисунок А). Предложите учащимся попытаться соединить все эти точки при помощи четырех непрерывных линий. Если никому не удастся найти решение, посоветуйте попробовать «выйти за рамки квадрата» и дайте им еще немного времени (несколько минут). По истечении времени, если никто так и не нашел решения, соедините девять точек на доске (рисунок Б).

А)



Б)



Вопросы для обсуждения:

1. Легко ли было выполнить задание?
2. Что помешало найти решение сразу?
3. А что на самом деле значит «выйти за рамки квадрата»?
4. Как наше мышление формируется так, что мы не можем «выйти за рамки квадрата», когда пытаемся решить какую-нибудь проблему или задачу?
5. Как мы можем сформировать мышление, «выходящее за рамки квадрата»?
6. Могли бы вы привести примеры из жизни, когда вам удалось/не удалось «выйти за рамки квадрата»?

Кубик Рубика как модель здоровья

Предложите ученикам обсудить вопросы «Что такое здоровье?», «КТО должен решить, что человек здоров?», используя **метод мозговой атаки** (см. «Программа», с.56, п.3). Предложите определение здоровья, предложенное в ключевых понятиях. Приведите примеры ситуаций:

Ситуация 1

У Кати ничего не болит, она прошла медицинский осмотр, и врач подтвердил, что она физически здорова. Ее мама и папа уехали на долгое время, она очень скучает и грустит, часто плачет. Какой из видов здоровья нарушен? (*Эмоциональное здоровье.*)

Ситуация 2

Сергей ведет здоровый образ жизни, у него ничего не болит, но в классе он не может найти общий язык с друзьями, над ним часто смеются одноклассники. Какой из видов здоровья нарушен? (*Социальное здоровье.*)

Ситуация 3

Молодой человек, проходя очередной медицинский осмотр, узнал, что у него онкологическое заболевание легких (рак легких), хотя его пока ничего не беспокоит. Врачи сказали, что его многолетнее курение спровоцировало это заболевание. Какой вид здоровья нарушен? Как вы думаете, почему у молодого человека нет жалоб? Какой образ жизни вел молодой человек?

Работа в малых группах (см. «Программа...», с.61, п. 8)

Педагог обращает внимание на схему «Кубик Рубика как модель здоровья» (см. приложение). Участники делятся на 7 команд, каждая получает в качестве темы один из компонентов здоровья, названных ведущим. Педагог раздает командам листы А1 и маркеры. Каждая команда делит лист на две части и записывает на одной половине листа характеристику одного из 7 компонентов здоровья, а на другой — пример неблагополучия этого компонента. Представитель каждой команды рассказывает остальным о результатах работы, пытается дать определение данному виду здоровья.

Ролевая игра «Полезные и вредные привычки»

1. Участники делятся на 4 команды, каждая из них получает лист А1 и маркер.
2. В течение 7 минут они должны определить, какие последствия для здоровья имеет: *курение, употребление алкоголя, наркотики* (команда № 1), *рискованное поведение с риском заражения ИППП, ВИЧ* (команда № 2), *нерациональное питание (переедание и недоедание)* (команда № 3), *несвоевременное обращение к медицинским работникам с симптомами (жалобами) заболевания (кашель, повышенная температура тела, общая слабость, боли, сыпь и зуд кожи тела, головная боль* (команда № 4).
3. По истечении выделенного времени каждая команда при помощи ролевой игры или сценки доказывает опасность и последствия для здоровья предложенного в задании образа жизни.

Вопросы для анализа:

1. Трудно ли вам было дать определение здоровому образу жизни? А нездоровому/ рискованному? В какую категорию входит ваш собственный стиль жизни?
2. Считаете ли вы, что располагаете достаточным количеством информации для сохранения и укрепления своего здоровья?
3. Кому следовало бы информировать общественность во избежание нездоровых занятий/ привычек?
4. В чем заключается наилучший способ продвижения здорового образа жизни?

Выводы

1. Здоровье — это знания, поведение, отношение и многое другое. Оно сопряжено не только с телом, но и с умом, душой, средой обитания, обществом.
2. Недостаточность информации приводит к тому, что многие люди перенимают вредные привычки и занятия, не зная об их отрицательных последствиях.
3. Продвижение здорового образа жизни среди детей и молодежи является важной задачей для предупреждения усвоения ими рискованных моделей поведения.
4. Каждый человек имеет право на охрану своего здоровья.



И

Н

Е

Д

Ж

О

Р

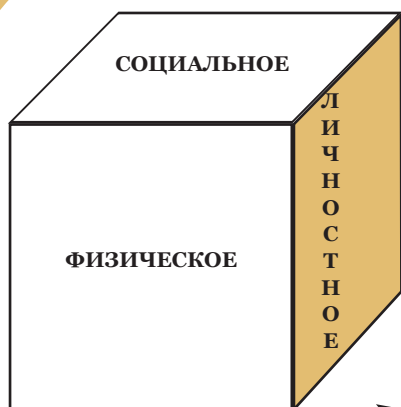
Э

О

В

РАБОЧАЯ КАРТОЧКА

«КУБИК РУБИКА КАК МОДЕЛЬ ЗДОРОВЬЯ»



ФИЗИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ — естественная деятельность организма и всех его систем. Оно включает личную гигиену, правильное питание, занятие физической культурой, достаточный сон.

СОЦИАЛЬНОЕ ЗДОРОВЬЕ — отношения между человеком и обществом и их взаимовлияние: отношение в школе, дома, на работе. Это способность существовать и сотрудничать с другими людьми.

ЛИЧНОСТНОЕ ЗДОРОВЬЕ — это взаимоуважение, вера в себя, положительная самооценка. У каждого человека есть личные ценности и жизненные силы.

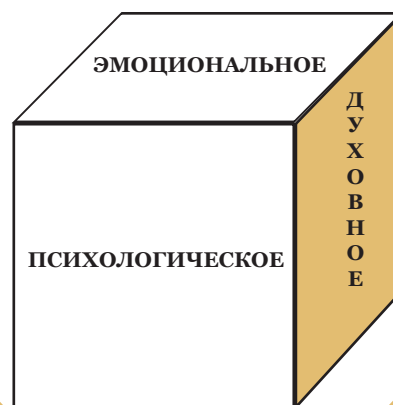
ЭКОЛОГИЧЕСКОЕ

ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ЗДОРОВЬЕ — способность выражения чувств, восприятие эмоций и чувств, а также их контролирование.

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ (УМСТВЕННОЕ) ЗДОРОВЬЕ — восприятие, анализ и применение информации; это значит знать, откуда и как добывают информацию, каким образом следует ее обрабатывать, чтобы она обеспечила наилучшую адаптацию к среде.

ДУШЕВНОЕ (ДУХОВНОЕ) ЗДОРОВЬЕ предполагает поиски смысла и цели человеческого существования. Включает в себя развитие глубокой оценки жизни и формирование стабильной системы ценностей. Оно связано с этическими нормами, верой, личной философией.

ЭКОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ представляет окружающую среду, соответствующую нормам. Это отношение между людьми и животными, природой, растениями, почвой, водой и т. д.



ТРЕНИНГОВОЕ ЗАНЯТИЕ «СКАЖИ НАРКОТИКАМ «НЕТ!»»

Цели занятия:

- оценивать факторы, подталкивающие молодежь к употреблению наркотиков;
- оценивать риск заражения ВИЧ-инфекцией, связанный с употреблением наркотиков;
- выбирать здоровые привычки, альтернативные наркомании;
- использовать и применять способы говорить наркотикам «НЕТ!»;
- составлять план действий по предупреждению употребления наркотиков в школе и вне ее;
- проявлять личное участие в борьбе с наркотиками.

Информация по теме для педагогов

Данный классный час можно проводить за несколько занятий, по усмотрению администрации организации.

Понятия и термины

Наркотизм — социальный феномен, выражающийся в относительно распространенном, статистически устойчивом потреблении частью популяции наркотических (или иных токсических, психотропных) средств, влекущем определенные медицинские (заболеваемость наркоманией) и социальные последствия.

Наркомания — болезнь, вызванная систематическим употреблением средств, включенных в государственный список наркотиков, и проявляющаяся психической, а иногда и физической зависимостью от них.

Психоактивные вещества обладают теми же свойствами, что и наркотики, но в официальный список они не включены, так как их социальная опасность не так велика. Нередко эти средства называют токсическими. Примером могут быть некоторые успокаивающие (транквилизирующие) лекарства: сибазон, элениум или вещества, используемые для ингаляций: бензин, ацетон и др. Здесь, так же как и в других случаях, нередко этим термином будут обозначаться любые вещества, от которых может возникнуть зависимость.

Токсикомания — заболевание, проявляющееся психической (а иногда и физической) зависимостью от вещества, не включенного в официальный список наркотиков.

Злоупотребление наркотиками или другими токсическими веществами без зависимости от них не считается наркоманией или токсикоманией. Ранее чаще использовали такие названия, как наркотизм, токсикоманическое поведение, эпизодическое злоупотребление, в настоящее время большое распространение получает термин «аддиктивное поведение». Это понятие происходит от английского слова addiction — пагубная привычка — и своим содержанием должно указывать на необходимость воспитательных, а не медицинских мер.

Аддиктивное поведение — злоупотребление различными веществами, изменяющими психическое состояние, включая алкоголь и курение табака, до того как сформировалась физическая зависимость.

В чем главное различие между человеком, злоупотребляющим наркотик (причиняющим вред своему здоровью), и человеком, зависимым от этого вещества (уже больным)? В первом случае человек способен еще контролировать потребление наркотика, а во втором — употребляет вынужденно. Однако у того и другого имеется постепенно возникающий и развивающийся психологический симптом отрицания зависимости. Весь процесс зависимости —

развивающийся. Нельзя сказать, что вчера он стал наркоманом. Даже для тех, кто употребляет сильные наркотики, очень редко можно говорить о зависимости после первых доз.

Типы наркотиков

Все наркотики с точки зрения их происхождения можно разделить на две группы — натуральные и синтетические. Использование некоторых растений и их соков для магических, терапевтических или эйфорогенных целей старо, как мир и как стремление человека защититься от физической и духовной боли. Одни из этих растений оказывают успокаивающее, другие — возбуждающее действие. Отдельную группу составляют растения, изменяющие состояние сознания и вызывающие галлюцинации и видения.

Термин «синтетические наркотики» относится, к многочисленным веществам, появившимся после 1939 г., вызывающим разные виды зависимости. Главные препараты этой группы: петидин, метадон, продукты переработки смолы и нефти.

Наркотиком считается каждое вещество растительного или синтетического происхождения, которое при введении в организм может изменить одну или несколько его функций и вследствие многократного употребления привести к возникновению психической или физической зависимости.

Наркомания — это общий термин, применяемый ко всем видам зависимости от разных наркотиков. Однако в профессиональной медицинской терминологии есть точное разделение; здесь различаются несколько типов зависимости:

1. Алкогольный тип: все алкогольные напитки.
2. Амфетаминовый тип: амфетамин, дексамфетамин, мегам-фетамин метил-фенидан и фенметразин.
3. Барбитуровый тип: барбитураты преимущественно короткого действия и некоторые успокаивающие средства, например, хлоралгидрат, диазепам, мепробамат, метаквалон.
4. Каннабиноловый тип: препараты индийской конопли, марихуана (бханг, дагга, киф, маконга) и гашиш (ганд-жа, чарас).
5. Кокаиновый тип: кокаин и листья коки.
6. Галлюциногенный тип: ЛСД, ДМТ, мескалин, псилоцибин, СТП.
7. Тип Кату: препараты растения.
8. Опиумный тип: опиум, морфин, героин, кодеин; синтетические наркотики, по свойствам близкие к морфину, например, метадон (гентадон) и петидин.
9. Тип растворителей: ацетон, бензин, четыреххлористый углерод и некоторые средства для наркоза, например, эфир, хлороформ и закись азота (веселящий газ).

Наиболее широко распространенные наркотики в мире — производные от опия, в основном, героин. На втором месте по степени распространения — кокаин, на третьем — марихуана.

Героин. Наркотическая зависимость от героина возникает очень быстро. Он поражает печень и легкие, часто вызывает расстройства функций головного мозга и нервной системы. К сожалению, в последние годы в России количество употребляющих этот наркотик подростков неуклонно растет. Одна из причин — резкое увеличение производства героина в Афганистане (здесь было произведено 70 % всего опиума), из-за чего героиновой эпидемией оказались охвачены не только Россия, но и республики Средней Азии и Украина.

Кокаин поражает головной мозг и сердечно-сосудистую систему человека. Курение крэка (дешевое производное кокаина) способно вызвать кровотечение в легких. И хотя во всем мире потребление кокаина постепенно уменьшается, в России ситуация, увы, обратная.

Марихуана — это наиболее распространенный наркотик в большинстве цивилизованных стран. Например, каждый третий житель США хотя бы раз в жизни курил марихуану.



Несмотря на свою, якобы, безобидность, она вызывает различные расстройства психики и поражает легкие. Опасность марихуаны заключается также в том, что ее курение, как правило, является лишь первым шагом - впоследствии большая часть курильщиков переходит на другие, более «тяжелые» виды наркотиков.

Амфетамины — этот тип наркотиков поражает головной мозг, центральную нервную и сердечно-сосудистую системы. К счастью, этот тип наркотиков распространен в России несколько меньше, чем остальные здесь перечисленные.

Экстази относится к так называемым «клубным» наркотикам, основным потребителем которых – это модная молодежь, регулярно посещающая ночные клубы. Экстази (как и другие подобные «клубные наркотики») вызывает расстройства психики и сердечно-сосудистой системы.

Употребление инъекционных наркотиков как способ передачи ВИЧ

При уколах наркотиков или, иначе говоря, инъекционном использовании психоактивных веществ в организм может попасть определенное количество крови, содержащей ВИЧ. В использованном шприце или игле всегда остается кровь, в которой вирус может жить в течение нескольких суток. Даже следов крови может быть достаточно для передачи инфекции.

Поэтому наиболее эффективный способ предотвращения передачи вируса этим путем — использование только стерильного индивидуального одноразового инъекционного инструментария. Важно понимать, что речь идет не только о шприце с иглой, а обо всех предметах, соприкасающихся с психоактивным веществом после кипячения раствора.

Риск передачи вируса возникает при использовании одолженных и ранее употребленных игл и шприцев. Опасными являются покупка препаратов в уже заполненном шприце и распределение вещества методом «заправки» (когда раствор вводится из одного шприца в другой через отверстие от снятой иглы или от вытасченного поршня).

Помимо собственно шприца, передачу ВИЧ могут обеспечить общие ложки, ватные фильтры и вода, используемые для растворения психоактивного вещества или промывки инъекционного инструментария. Применение отдельного ватного фильтра и неиспользованной воды позволяют исключить передачу вируса на этом этапе. Ложки можно стерилизовать прокаливанием на открытом огне.

Важно помнить, что передача ВИЧ с помощью инъекционного инструментария может происходить не только в ходе совместного употребления психоактивных веществ, но и в процессе деления на дозы психоактивных веществ на различных этапах их распространения.

ВИЧ можно заразиться во время инъекций, если используется не одноразовый инструментарий, либо при любых контактах – «кровь в кровь».

Необходимые материалы: рабочие карточки.

Попросите учеников заранее прочитать материал данной темы.

Время проведения каждого занятия — 45 мин.

Занятие 1. «Типы наркотиков»

1. Используя метод «мозговой штурм», попросите учеников перечислить известные им наркотики. Составьте список наркотиков, не классифицируя их. Если алкоголь и никотин не были названы, можете внести их в этот список. После этого предложите ученикам составить их классификацию.

2. Попросите учеников отметить наркотики, которые, по их мнению, представляют опасность с точки зрения заражения ВИЧ-инфекцией, и привести аргументы.

3. Попросите учеников назвать различные причины, которые могут побудить подростков употреблять наркотики.

4. Сообщите об отрицательном влиянии на здоровье наиболее распространенных наркотиков.

Занятие 2. «Способы говорить “НЕТ!”»

1. Разделите класс на 4 группы. Сообщите, что им предстоит обсудить в группах различные способы говорить «НЕТ!» наркотикам.

2. Две группы определяют вербальные способы отказа, две другие — невербальные. Для выполнения данного задания отводится 10 минут.

3. Попросите учеников предъявить результаты, написав на доске все выявленные способы отказа.

В дополнение можно предложить ученикам:

Вербальные способы отказа	Невербальные способы отказа
1) скажи «НЕТ!» и уйди; 2) скажи «НЕТ!» несколько раз; 3) скажи «НЕТ!» и обоснуй отказ; 4) скажи «НЕТ!» и предложи альтернативу; 5) скажи «НЕТ!» и пошуту	1) сделай шаг назад; 2) покачай головой и жестами покажи, что не желаешь использовать наркотики; 3) вырази гримасой, что тебе противна эта мысль; 4) уйди, дав понять, что не желаешь даже слышать о таком предложении; 5) сделай шаг назад, покачай головой и уйди

Занятие 3. «Ролевая игра»

1. Разделите учеников на 4 пронумерованные группы. Объясните правила игры.

2. Группы 1 и 3 продемонстрируют поведение слабовольного юноши, который не может противостоять давлению и сказать «НЕТ!» инъекцируемому наркотику (группа 1) и алкоголю (группа 3).

3. Группы 2 и 4 продемонстрируют поведение юноши с твердым характером, который решительно говорит «НЕТ!» инъекцируемому наркотику (группа 2) и алкоголю (группа 4). Попросите каждую группу через 5 минут продемонстрировать свою ситуацию.

Используя метод «Копилка мудрости», раздайте утверждения о вреде наркотиков, используя следующую информацию:

1. Наркотики разрушают творческие способности.

2. Наркотики влияют на разум, делая человека заторможенным. Это служит причиной неудач в жизни.

3. Все наркотики независимо от пути введения в организм в большей или меньшей степени обязательно повреждают нервную (в том числе головной мозг) и иммунную системы, печень, сердце, легкие.

4. Гашиш — смолистое вещество, выделяемое женским соцветием конопли, — содержит яд каннабиол, оказывающий разрушающее действие на нервную систему человека.

5. Любой наркотик – ЯД.

6. Наркотики – это временное решение от нежелательных ощущений. Чтобы найти настоящее решение, человеку необходимо найти первопричину.

7. Алкоголь — это наркотик. Подобно любому другому наркотику он отравляет организм.

8. В дыме марихуаны содержится 400 химикатов, 60 из которых увеличивают риск заболеть раком. Эти элементы остаются в организме на годы. Марихуана содержит нейротоксин (яд, действующий на мозг и нервы).

9. Наркотики воздействуют на клетки организма, в том числе и клетки мозга, и разрушают их.

10. Передозировка наркотика может привести к летальному исходу.

11. Наркотиком может быть вызвано внезапное повышение кровяного давления, которое часто приводит к остановке сердца.

Рефлексия и оценка

Побеседуйте с учениками, задав им следующие вопросы:

1. Как вы себя чувствовали в роли слабого/сильного юноши? Почему?
2. Какие аргументы были приведены для того, чтобы убедить молодых людей применять наркотики?
3. Какие способы говорить «НЕТ!» были применены? Какие из них были наиболее эффективны? Аргументируйте.
4. Какие другие методы можно было бы использовать?
5. Считаете ли вы данные ситуации реальными? Знаете ли вы конкретные примеры? Какие типы наркотиков вы знаете?
6. Какое действие оказывают наркотики на организм человека? Как влияют они на личную, семейную и профессиональную жизнь? (Напишите на доске предложения учеников.)
7. Где бы вы могли получить дополнительную информацию о наркотиках и их действии на организм человека?
8. Какие мотивы могут подтолкнуть молодого человека к применению наркотиков?
9. Реклама (алкоголь, табак).
10. Влияние звезд экрана и музыки (например, известный актер курит, употребляет алкоголь и т. д.).
11. Любопытство (качество, свойственное молодежи).
12. Желание расслабиться (алкоголь, транквилизаторы).
13. Физическая боль или психологические проблемы (наркотики, как например: героин, морфин, опиум).
14. Стимулирует тебя, делает более энергичным (кофеин, кокаин).
15. Для физической силы (например, спортсмены используют стероиды).
16. Почему наркотики, вводимые в организм при помощи шприца, представляют особый риск заражения ВИЧ-инфекцией?
17. Каково отношение общества к наркоманам? Что вы думаете об этих людях? Что вы думаете о тех, кто курит и увлекается алкоголем?

ТРЕНИНГОВОЕ ЗАНЯТИЕ «ПРАВДА И МИФЫ О ВИЧ/СПИД» (9–11 классы)

Цель занятия:

- уметь описать пути заражения ВИЧ;
- уметь обсудить мифы и правду о ВИЧ \ СПИД;
- обсудить вопросы интеграции в общество ВИЧ-инфицированных.

Информация по теме для педагогов

1. Для большей эффективности занятие целесообразно проводить с врачом кабинета репродуктивного здоровья Министерства здравоохранения и социальной защиты ПМР.
2. При проведении классного часа необходимо использовать следующую информацию.

*Нравственная чистота не заключается в неведении,
а в хранении добродетелей при достаточной осведомленности.*
В.Г. Белинский

В настоящее время во всем мире развивается серьезная эпидемия ВИЧ/СПИД и инфекций, передающихся половым путем (ИППП). Иногда нам кажется, что вопросы, связанные с ВИЧ/СПИД и ИППП, нас никогда не затронут. Человек вправе делать свой собственный выбор – главное, чтобы этот выбор был осознанным. Достоверная информация поможет оценить собственный риск и способствовать защите своего здоровья и здоровья будущих детей.

Инфекции, передающиеся половым путем (ИППП), представляют серьезную опасность для здоровья человека, так как являются одной из главных причин бесплодия, как мужского, так и женского. Кроме того, наличие инфекций, передающихся половым путем, повышает риск заражения ВИЧ-инфекцией.

Возбудителями болезней, передающихся половым путем, могут быть бактерии, вирусы или паразиты.

Бактериальные инфекции: *сифилис, гонорея, хламидиоз.*

Вирусные инфекции: *ВИЧ-инфекция, герпесвирусная инфекция, гепатиты В и С и папилломавирусная инфекция.*

Паразиты вызывают *трихомониаз, чесотку, педикулез (вши).*

Чем раньше выявлена инфекция, тем легче от нее избавиться, а значит, тем больше шансов предотвратить опасные осложнения.

ВИЧ – это вирус иммунодефицита человека. Он ослабляет иммунную систему, которая защищает организм от различных инфекций.

ВИЧ разрушает иммунную систему, защищающую организм от инфекций и других заболеваний, поскольку поражает особый вид лейкоцитов (лимфоциты CD4 и макрофаги), в результате чего функция иммунной системы ослабевает.

Со временем иммунная система утрачивает способность сдерживать развитие ВИЧ-инфекции, вследствие чего возникают тяжелые и смертельные заболевания – другие инфекции и некоторые злокачественные опухоли. Тогда говорят о наступлении синдрома приобретенного иммунодефицита (СПИД).

Людей, живущих с ВИЧ, также называют ВИЧ-инфицированными или ВИЧ-положительными.

Что такое СПИД?

СПИД – синдром приобретенного иммунного дефицита. При снижении иммунитета человек становится уязвимым для возбудителей различных болезней. У ВИЧ-инфицированного человека может не быть клинических проявлений заболевания, но тем не менее он может заражать других людей, со временем у него может развиваться СПИД (как правило, при СПИД появляется слабость, упадок сил, частые инфекционные и простудные заболевания, воспаления легких, туберкулез, ослабление памяти и многое другое).

Когда у ВИЧ-инфицированного человека диагностируют одно или несколько сопутствующих заболеваний, ему устанавливают диагноз «СПИД». В международной практике врачи предпочитают использовать термины «поздняя стадия» или «продвинутая стадия ВИЧ-инфекции».

От момента заражения до выявления антител в крови, а значит, положительного результата на ВИЧ, проходит от двух до шести месяцев. Этот период называется «периодом окна», во время которого инфицированный человек будет заражать окружающих, не подозревая, что может передать инфекцию партнерам.

В естественных условиях ВИЧ может сохраняться в высушенном биосубстрате в течение нескольких часов в жидкостях, содержащих большое количество вирусных частиц, таких, как кровь — в течение нескольких дней, а в замороженной сыворотке крови активность вируса сохраняется до нескольких лет. Нагревание до температуры 56 °С в течение 30 мин приводит к снижению инфекционного титра вируса в 100 раз, при 70–80 °С вирус гибнет через 10 мин; через 1 мин инактивируется 70 %-ным этиловым спиртом, 6 %-ной перекисью водорода. ВИЧ относительно мало чувствителен к УФ-облучению, ионизирующей радиации.

В настоящее время существуют медикаменты, способные приостановить развитие ВИЧ-инфекции. Ранняя диагностика дает больше возможностей для профилактики и лечения.

Как передается ВИЧ?

Инфицирование может произойти, если достаточное количество вирусов проникло в кровь.

Жидкости организма, которые содержат в себе достаточное количество ВИЧ для инфицирования — *кровь, сперма, грудное молоко, вагинальные выделения.*

Слюна, пот и моча не содержат достаточного количества вируса для инфицирования.

Существует несколько путей заражения ВИЧ-инфекцией:

- сексуальный контакт;
- совместное использование нестерильного оборудования для инъекций и/или приготовления наркотика (шприцы, иглы, ложки, фильтры и др.);
- совместное использование нестерильного оборудования для татуировок и пирсинга;
- пользование чужими бритвенными принадлежностями, зубными щетками;
- от ВИЧ-инфицированной матери к ребенку во время беременности, родов и при кормлении грудью.

ВИЧ не может проникать через неповрежденную кожу или передаваться по воздуху, как вирусы простуды или гриппа. ВИЧ не передается при рукопожатиях, объятиях, поцелуях, кашле и чихании, пользовании общей посудой и столовыми приборами, полотенцами и постельным бельем, совместном пользовании туалетами и душевыми, совместных занятиях спортом, нахождении в одном помещении, через укусы насекомых.

Перед вступлением в брак рекомендуется обследование на инфекции, передающиеся половым путем (ВИЧ, сифилис, гепатит В, вирус папилломы человека).

Сифилис – инфекционное заболевание, передающееся половым путем, но также и бытовым при несоблюдении правил гигиены, вызывается спирохетой *Treponema pallidum*. Пути

передачи: половой (преимущественно), переливание зараженной крови, через плаценту от матери к плоду, бытовой путь (использование губной помады, зубной щетки или других предметов, контактирующих с кровью, слюной или твердым шанкром. Твердый шанкр (первичный сифилис) – это небольшая безболезненная ранка, возникающая у зараженного человека в зоне контакта (половые органы, ротовая полость, кожа и др.) Через полгода после заражения наступает вторичный сифилис, проявляющийся поражением кожи в виде сыпи. Если не лечить вторичный, то разовьется третичный сифилис с поражением всех органов и систем, который ведет **к летальному исходу**.

Гепатит – это острое или хроническое воспаление печени. Наиболее частая причина возникновения гепатитов – это вирусы. Наиболее распространены вирусные гепатиты А, В, С и Д. Вирусный гепатит А (его иногда называют желтухой) передается бытовым путем через грязные руки или частицы грязи, оставшиеся на фруктах, овощах или других продуктах питания. Вирусный гепатит В и Д передается через кровь или половым путем (сперма, вагинальные выделения). Вирусный гепатит А протекает более легко и без последствий. Чтобы не заразиться вирусом А, нужно соблюдать гигиену: мыть руки перед едой, а также не пить некипяченую воду и не есть немывтые овощи и фрукты. Вирусные гепатиты В и Д – это тяжелые заболевания, у большого количества больных развивается хроническая форма, которая может привести к циррозу или раку печени. Чтобы избежать заражения гепатитами В и Д, необходимо соблюдать несколько правил:

1. Всегда используй только свои одноразовые шприцы, иглы или другие инъекционные инструменты.
2. Перед вступлением в брак или перед началом половых контактов с новым партнером пройдите обследование крови на наличие вируса гепатита в крови, используйте меры предосторожности (барьерная контрацепция-презерватив).
3. При острой форме заболевания вирус гепатита В может содержаться в слюне в количестве, достаточном для заражения при «глубоком поцелуе».
4. Никогда не пользуйся чужой бритвой или зубной щеткой – для заражения гепатитом достаточно ничтожно малого количества крови.
5. Существует вакцинация от гепатита В. Инъекции вакцины делаются как минимум три раза: через месяц после первой – вторая, а через полгода – третья.

ВПЧ – вирус папилломы человека. Существует около 200 типов ВПЧ, 15 из них могут вызывать перерождение клетки в раковую. Заражение обычно происходит половым путем. Некоторые виды могут вызывать появление генитальных бородавок. Большинство людей хотя бы один раз в течение жизни сталкиваются с вирусом папилломы человека. Часто вирус исчезает из организма самостоятельно, но риск повторного заражения остается очень высоким, так как половина сексуально активного населения являются носителями ВПЧ. Профилактическая вакцинация против ВПЧ высокоонкогенных типов является методом первичной профилактики рака шейки матки, экзофитных кондилом, онкологических заболеваний вульвы, влагалища, пениса, рака прямой кишки.

Ход занятия

Разминка «Как передаются инфекционные болезни»

1. Раздать всем ученикам заранее подготовленные листы бумаги: 10 и более листов белых, 4 листа с написанной в верхнем левом углу буквой В, 3 листа с написанной буквой И, и еще 4 листа с буквой З. Постарайтесь, чтобы листы с буквами были в разных местах класса. Задание – нарисовать на своем листе произвольного человечка и придумать ему имя.

2. Обратите внимание, что далее в игре участвуют не они лично, а вымышленные нарисованные персонажи. Предложите всем подняться с мест и поздороваться за руку с четырьмя одноклассниками с условием: с кем поздоровался, имя того вымышленного персонажа запиши себе в листок, и наоборот. В течение 4 минут у всех окажется по 5 имен на листочке. Предложите всем занять свои места.

3. Предложите встать тем, у кого изначально на листке была буква В (вирусы) — должно встать 4 человека, скажите, что их вымышленные персонажи заражены вирусами и попросите стоять. Предложите подняться тем, у кого была буква И (инфекции) – 3 человека, скажите, что их вымышленные персонажи заболели инфекционными болезнями. А так как при контактах можно передать данные болезни, предложите каждому из них зачитать список тех, с кем он поздоровался, а ученики, которые пока сидят, должны подниматься, услышав имя выдуманного им персонажа. К концу упражнения все будут стоять.

4. Осталось только выяснить, у кого была на листочке изначально буква З (знания, здоровье) — 4 человека. Вот только эти персонажи, обладая знаниями о профилактике инфекционных заболеваний, остались здоровы. Таким образом, нарушив правила гигиены или применив рискованное поведение только 4 раза (4 раза поздоровались), из всего класса все могли быть инфицированы инфекционными заболеваниями. В этом и состоит коварство инфекционных болезней, что тем или иным способом, но они передаются от человека к человеку.

ВИЧ мини-лекция (Модуль 1 ВИЧ)

Для того, чтобы защитить себя от инфекционных заболеваний, в том числе от ВИЧ, необходимо обладать базовыми знаниями в этой области. Просмотрев презентацию на экране, будьте готовы ответить на вопросы.

Презентация слайдов

Слайд 1. Клиническое течение ВИЧ-инфекции

Задачи модуля:

- дать определение ВИЧ-инфекции и СПИДа;
- описать клиническое течение ВИЧ-инфекции;
- дать понятие о противовирусной терапии.

КЛИНИЧЕСКОЕ ТЕЧЕНИЕ ВИЧ-ИНФЕКЦИИ

Слайд 2. Вирус иммунодефицита человека

Этот вирус вызывает СПИД.

ВИЧ разрушает иммунную систему, защищающую организм от инфекций и других заболеваний, поскольку поражает особый вид лейкоцитов (лимфоциты CD4 и макрофаги), в результате чего функция иммунной системы ослабевает.

ВИРУС ИММУНОДЕФИЦИТА ЧЕЛОВЕКА

- В** Вирус
- И** Иммунодефицита
- Ч** Человека



22

Слайд 3. Синдром приобретенного иммунного дефицита

Со временем иммунная система утрачивает способность сдерживать развитие ВИЧ-инфекции, и тогда возникают тяжелые и смертельные заболевания - другие инфекции и некоторые злокачественные опухоли. Тогда говорят о наступлении синдрома приобретенного иммунодефицита.

СИНДРОМ ПРИОБРЕТЕННОГО ИММУННОГО ДЕФИЦИТА

- С** Синдром — сочетание заболеваний, которые обусловлены ВИЧ
- П** Приобретенного (не наследственного)
- И** Иммунного — ВИЧ разрушает иммунную систему
- Д** Дефицита — возникает дефицит лейкоцитов CD4

23

Слайд 4. ВИЧ и СПИД

Чем отличаются понятия «ВИЧ», «ВИЧ-инфекция» и «СПИД»?

ВИЧ — вирус, который вызывает инфекционное заболевание.

У ВИЧ-инфицированного человека может не быть клинических проявлений заболевания, но тем не менее он может заражать других людей, со временем у него может развиться СПИД.

У человека со СПИД на фоне ВИЧ-инфекции имеются характерные клинические и лабораторные проявления заболевания.

ВИЧ и СПИД

- **ВИЧ** разрушает иммунную систему, заболевание прогрессирует, переходя в стадию СПИДа
- **СПИД** наступает когда появляются клинические симптомы и оппортунистические инфекции и изменяются результаты анализов крови

24

Слайд 5. Угнетение иммунной системы при ВИЧ

О прогрессировании ВИЧ-инфекции судят по изменению числа лимфоцитов CD4 и вирусной нагрузки (ВН).

Когда ВИЧ активно размножается, он инфицирует и убивает лимфоциты CD4, которые играют ключевую роль в защите организма от инфекций. Об активности ВИЧ-инфекции судят по снижению числа лимфоцитов CD4.

Вирусная нагрузка — это концентрация вируса в крови. Ее можно измерить в образце крови с помощью полимеразной цепной реакции на рибонуклеиновую кислоту ВИЧ (ПЦР на РНК ВИЧ).

УГНЕТЕНИЕ ИММУННОЙ СИСТЕМЫ при ВИЧ

- ВИЧ разрушает лимфоциты CD4 — разновидность белых клеток крови, защищающих организм от инфекций.
 - Со временем организм утрачивает способность противостоять инфекциям.
 - Развиваются оппортунистические инфекции.

Слайд 6. Естественное течение ВИЧ-инфекции

Число лимфоцитов CD4 и вирусная нагрузка служат показателями прогрессирования ВИЧ-инфекции. Чем меньше число клеток CD4 в организме, тем тяжелее стадия ВИЧ-инфекции.

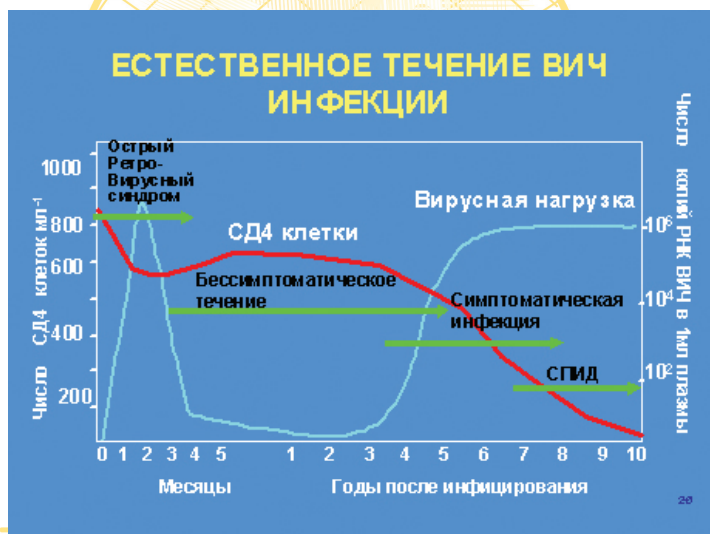
Высокий уровень ВН отмечается при первичном инфицировании и при продвинутой стадии ВИЧ-инфекции, когда число лимфоцитов CD4 снижается.

При первичном инфицировании ВИЧ, когда в организме отсутствуют антитела к вирусу, инфекция быстро распространяется в организме, достигая максимального уровня числа ВН. Этот период называется острым ретровирусным синдромом.

Через 2–6 недель после инфицирования в организме начинают появляться антитела к ВИЧ, и их наличие становится возможным определить серологическими методами. Обычно через 3 месяца у большинства инфицированных можно определить антитела к ВИЧ.

Далее уровень вирусной нагрузки снижается. Уровень клеток CD4 стабилизируется, организм вырабатывает большее количество лимфоцитов взамен разрушенных вирусом. Этот период может длиться годами – стадия бессимптомного течения.

Стадия развития СПИДа наступает, когда вирусная нагрузка начинает расти, а число клеток CD4 снижается.



Слайд 7. Клиническое течение ВИЧ-инфекции

Сероконверсия — проникновение ВИЧ в организм, выработка антител.

Бессимптомная стадия — отсутствие симптомов ВИЧ-инфекции, иммунная система сдерживает размножение вируса. Может проявляться генерализованной лимфоаденопатией.

Симптоматическая стадия — появляются клинические симптомы ВИЧ-инфекции, некоторое угнетение иммунной системы. Чаще всего это проявляется потерей веса; легкими поражениями кожи и слизистых; опоясывающий лишай; рецидивирующие инфекции верхних дыхательных путей; диарея неясной этиологии длительностью более 1 месяца; лихорадка неясной этиологии (постоянная или рецидивирующая) длительностью более 1 месяца; кандидоз полости рта; волосистая лейкоплакия рта; тяжелые бактериальные инфекции (например, пневмония, гнойный миозит).

СПИД — терминальная стадия болезни, характеризуется развитием заболеваний, связанных с ВИЧ.

КЛИНИЧЕСКОЕ ТЕЧЕНИЕ ВИЧ-ИНФЕКЦИИ

ВИЧ+ человек заражен на любой из стадий заболевания:

- Сероконверсия
- Бессимптомная стадия
- Симптоматическая стадия
- СПИД

27

Слайд 8. Клиническое течение ВИЧ-инфекции

Ежедневно в организме человека с ВИЧ образуются новые вирусы и их частицы (белки, из которых состоит и в дальнейшем собирается вирус).

Иммунная система постоянно борется с вирусом, присутствующем в организме, разрушая его.

Чем больше вирусных частиц, тем больше организм теряет лимфоцитов, тем более восприимчив он к инфекциям, что приводит к развитию СПИДа.

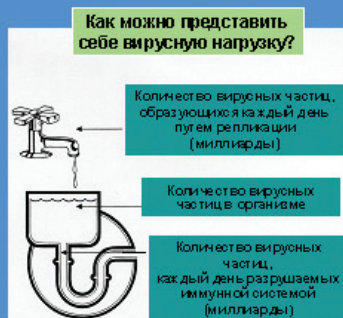
На рисунке представлена схема, помогающая представить, как происходит процесс образования и разрушения ВИЧ в организме человека.

Кран в данном случае представляет процесс образования новых вирусов, раковина, наполненная водой, — количество вирусов в организме. Если ничто не будет бороться с ВИЧ в организме, то разовьется СПИД в результате того, что образуется большое количество вирусов, — этот процесс на рисунке будет выглядеть, как переливание воды из раковины.

Сифон на рисунке представляет собой иммунную систему организма, которая разрушает ВИЧ.

КЛИНИЧЕСКОЕ ТЕЧЕНИЕ ВИЧ-ИНФЕКЦИИ

- Тяжесть заболевания зависит от количества вирусных частиц в организме и степени угнетения иммунной системы.
- Чем выше вирусная нагрузка, тем быстрее развивается иммунодефицит.



20

Слайд 9. Продолжительность течения ВИЧ-инфекции

Существуют основные формы течения ВИЧ/СПИДа: обычное течение, быстрое и длительно не прогрессирующее течение.

Быстрое течение инфекции происходит, когда СПИД развивается до трех лет от момента инфицирования, такое встречается менее чем в 5 % всех случаев ВИЧ-инфекции.

Длительно не прогрессирующее течение ВИЧ-инфекции встречается в менее 10 % случаев, при этом уровень клеток CD4 остается стабильным в течение 10–15 лет, и клинические проявления отсутствуют.

В 90 % случаев ВИЧ-инфекция развивается в организме в течение 7–10 лет, после чего появляются клинические проявления и/или снижается количество лимфоцитов CD4.



Слайд 10. Оппортунистические (сопутствующие) инфекции

Почти у всех ВИЧ-положительных людей со временем развиваются клинические проявления ВИЧ-инфекции и, в конце концов, СПИД — ее поздняя стадия. По мере прогрессирования ВИЧ-инфекции число лимфоцитов CD4 продолжает снижаться, и восприимчивость к оппортунистическим инфекциям возрастает.

Оппортунистические инфекции вызываются безвредными для здорового человека микроорганизмами, которые способны спровоцировать заболевание только на фоне иммунодефицита. Например, среди ВИЧ-инфицированных распространена пневмоцистная пневмония.

Развернутая стадия ВИЧ-инфекции характеризуется оппортунистическими инфекциями легких, мозга, глаз и других органов.

На стадии СПИДа часто развиваются пневмоцистная пневмония, цитомегаловирусная инфекция, токсоплазмоз, кандидоз, криптоспоридиоз, гистоплазмоз, другие паразитарные, вирусные и грибковые инфекции, а также некоторые виды злокачественных новообразований, например, саркома Капоши.

ОПОРТУНИСТИЧЕСКИЕ ИНФЕКЦИИ

<u>Головной мозг</u>	Токсоплазмоз, Криптококковый менингит, Цитомегаловирус (ЦМВ)
<u>Глаза</u>	ЦМВ
<u>Ротоглотка</u>	Кандидоз
<u>Легкие</u>	Пневмоцистная пневмония, Туберкулез, Гистоплазмоз, ЦМВ
<u>Кишечник</u>	ЦМВ, Криптоспоририоз, Mycobacterium Avium Complex (МАК)
<u>Кожа</u>	Простой герпес, Опоясывающий лишай, Саркома Капоши
<u>Половые органы</u>	Герпес половых органов, Кандидозный вагинит, Вирус Папилломы Человека

Слайд 11. Пути передачи ВИЧ

Задача:

- рассказать о путях передачи ВИЧ;
- обсудить мифы о путях передачи ВИЧ.

ПУТИ ПЕРЕДАЧИ ВИЧ

Слайд 12. Нельзя заразиться ВИЧ (1)

Существует множество мифов о путях передачи ВИЧ-инфекции. Эти мифы привели к формированию негативного отношения к людям с ВИЧ/СПИДом, появлению дискриминирующих положений и установок, необоснованно завышенных требований по содержанию людей с ВИЧ в общественных учреждениях (больницы, поликлиники, детские учреждения).

Нельзя заразиться ВИЧ:

- воздушно-капельным путем (при кашле или чихании);
- через укусы насекомых;
- через прикосновения или объятия;
- через поцелуи;
- при посещении бассейнов и других мест общественного купания;
- при посещении общественного туалета.

Викторина по теме ВИЧ (см. «Программа», с.69, п. 17 «Викторина»).

Класс делим соответственно на 3 команды. После мини-лекции та команда, которая ответит на большее количество вопросов по теме, в следующем упражнении будет выступать в качестве эксперта.

Вопросы по теме:

1. Что означает СПИД?
2. Что означает ВИЧ?
3. Можно ли заразиться ВИЧ через поцелуй?
4. Можно ли заразиться СПИДом, если пользоваться инфицированными иглами? Замети-ли ли вы что-либо неверное в данном утверждении?
5. Если кто-то оказался положительным на ВИЧ-антитела, что это означает?
6. Как ВИЧ может передаться от матери к ребенку?
7. Что мы понимаем под «периодом окна» в контексте ВИЧ-тестирования?
8. Вне организма вирус ВИЧ погибает. Правильно или нет?
9. Можете ли вы заразиться ВИЧ, сдавая кровь с использованием стерильных шприцов?

Правильные ответы:

1. Синдром приобретенного иммунодефицита.
2. Вирус иммунодефицита человека.
3. Поцелуй может представлять риск, если происходит передача крови от ВИЧ-положительного человека к его или ее партнеру. Это может произойти, когда кожа или слизистая вокруг рта или внутри него повреждена.
4. Это неверное положение. Вы можете инфицироваться вирусом ВИЧ, а не СПИДом.
5. Это означает, что белые кровяные клетки выработали антитела в ответ на присутствие ВИЧ в кровяном токе. Это свидетельствует о том, что человек инфицирован ВИЧ. Однако антитела не могут убить вирус!
6. Во время беременности, если не получать АРВ (антиретровирусную) терапию, во время родов и через грудное молоко (если кормить грудным молоком).
7. Обычно проходит от двух до трех месяцев прежде чем антитела появляются в токе крови. Этот период называется «периодом окна», во время которого инфицированный человек будет иметь отрицательный результат тестирования, хотя у него и не присутствует вирус или инфекция.
8. Правильно. В естественных условиях ВИЧ может сохраняться в высушенном биосубстрате в течение нескольких часов в жидкостях, содержащих большое количество вирусных частиц, таких, как кровь и эякулят — в течение нескольких дней, а в замороженной сыворотке крови активность вируса сохраняется до нескольких лет. Нагревание до температуры 56 °С в течение 30 мин приводит к снижению инфекционного титра вируса в 100 раз, при 70–80 °С вирус гибнет через 10 мин; через 1 мин инактивируется 70 %-ным этиловым спиртом, 6 %-ной перекисью водорода. ВИЧ относительно мало чувствителен к УФ-облучению, ионизирующей радиации.

Вопросы для обсуждения:

1. Узнали ли вы новую для себя информацию?
2. Были ли выявлены какие-нибудь мифы о распространении ВИЧ-инфекции? Какие именно?
3. Как вы думаете, кто играет важную роль в развитии различных мифов и стереотипов?
4. Как мы можем с ними бороться?

ТЕСТИРОВАНИЕ НА ВИЧ (индивидуальная работа)

Единственный способ узнать, не заразился ли ты ВИЧ или другой ИППП, — пройти тестирование. Многие люди очень переживают, когда сталкиваются с необходимостью сдать анализы на ВИЧ и другие ИППП, особенно если это происходит впервые. Эти переживания вполне естественны и могут быть связаны со страхом перед результатами анализа, опасением, что об этом может кто-то узнать, со стоимостью тестирования. Зато получение результатов тестирования позволит избежать мук неведения. Без надлежащего лечения ИППП (и особенно ВИЧ-инфекция) приводит к серьезным последствиям для здоровья. Ранняя диагностика и своевременное лечение позволяют сохранить здоровье. Знания результатов тестирования дает тебе уверенность, что ты не передашь ВИЧ своим любимым. Беременной женщине знания результатов тестирования дает уверенность, что она не инфицирует своего ребенка во время беременности, родов и кормления грудью.

Как проводится тестирование на ВИЧ? Тестирование на ВИЧ заключается в обнаружении в крови антител, которые вырабатываются организмом в ответ на проникновение вируса. Положительный результат тестирования на ВИЧ свидетельствует о том, что человек инфицирован вирусом ВИЧ и может заразить других. Отрицательный результат тестирования свидетельствует о том, что на данный момент времени антител к вирусу в крови не обнаружено, то есть человек не инфицирован ВИЧ, либо человек инфицирован ВИЧ, но организм еще не выработал достаточное количество антител к вирусу (так называемый «период окна»), и для подтверждения результата требуется дополнительное тестирование через 6 месяцев. Где можно пройти тестирование на ВИЧ? Тестирование можно пройти бесплатно в любом медицинском учреждении. В поликлиниках всех городов и районов ПМР оборудованы кабинеты добровольного консультирования и тестирования на ВИЧ и инфекционные заболевания, кабинеты репродуктивного здоровья. Тестирование должно сопровождаться консультированием, где можно получить ответы на все интересующие тебя вопросы по ВИЧ/СПИДу и репродуктивному здоровью.

Список адресов, где можно пройти тестирование и получить ответы на все вопросы .

г. Тирасполь

1. ГУ «Центр по профилактике и борьбе со СПИДом и инфекционными заболеваниями». Ул. Мира, 33. Корпус 14. Тел. (0533) 2-94-89; 2-82-16.
2. Лаборатория по диагностике СПИДа. Ул. Суворова, 33. Тел. (0533) 8-16-84.
3. Центр репродуктивного здоровья и планирования семьи. Поликлиника № 2, каб. 207. Ул. 1 Мая, 64. Тел. (0533) 7-90-25.
4. Центр Дружественной Молодежи. Ул. 1 Мая, 64.
5. Поликлиника № 1, каб. 517. Ул. Краснодонская, 58. Тел. (0533) 2-50-32 – регистратура.

г. Бендеры

Центральная поликлиника, отделение «Центр здоровья женщин», 4 этаж, каб. 109 (ГУ БЦАПП). Ул. Лазо, 20. Тел. (0552) 6-39-63.

г. Дубоссары

Женская консультация в ГУ «Дубоссарская центральная районная больница», каб. 4. Ул. Моргулец, 3. Тел. (0215) 3-38-03.

г. Григориополь

ГУ «Григориопольская центральная районная поликлиника, каб. 28 (2 этаж). Ул. Дзержинского, 22.

г. Рыбница

Женская консультация при амбулаторно-поликлиническом отделении в ГУ «Рыбницкая центральная районная больница», каб. 520. Ул. Кирова, 112. Тел. (0555) 2-37-89.

г. Слободзея

ГУ «Слободзейская центральная районная поликлиника», каб. 13. Ул. Ленина, 100. Тел. 055722550.

г. Каменка

Центр репродуктивного здоровья «Надежда» при ГУ «Каменская центральная районная больница». Ул. Кирова, 300/2 (2 этаж). Тел. (0216) 2-01-29.

ИНТЕГРАЦИЯ В ОБЩЕСТВЕ ВИЧ-ИНФИЦИРОВАННЫХ

Цели занятия:

- демонстрировать понимание и сопереживание лицам, проходящим тестирование на ВИЧ-инфекцию;
- находить центры по ВИЧ-тестированию в своем населенном пункте, районе, республике;
- выражать свое отношение к стигме и дискриминации по ВИЧ статусу, инвалидности, ограниченным возможностям у некоторых людей;
- объяснять сверстникам пути передачи и меры профилактики ВИЧ/СПИДа;
- обращаться при необходимости в специализированные медицинские учреждения;
- пересмотреть свои знания о ВИЧ/СПИДе.

Информация по теме для педагогов

Ключевые понятия

1. ВИЧ — это вирус иммунодефицита человека. Он ослабляет иммунную систему, которая защищает организм от различных инфекций. При снижении иммунитета человек становится уязвимым для возбудителей различных болезней (оппортунистических инфекций). Лекарств для полного излечения ВИЧ пока не существует: имеющиеся препараты помогают человеку оставаться здоровым как можно дольше.

2. СПИД-синдром приобретенного иммунного дефицита — последняя стадия заболевания, вызванного ВИЧ. Может пройти до пятнадцати и более лет с момента заражения ВИЧ, прежде чем разовьется СПИД. На протяжении всего этого времени человек, живущий с ВИЧ, выглядит и чувствует себя здоровым, но при этом является носителем вируса и может передать его другому человеку.

3. Заражение ВИЧ происходит через попадание в кровь человека инфицированной ВИЧ биологической жидкости. В достаточной для заражения концентрации ВИЧ присутствует в следующих биологических жидкостях: крови, сперме (жидкости, выделяемой перед эякуляцией), вагинальных выделениях, грудном молоке. Случаев инфицирования через слюну во время поцелуя при здоровых слизистых оболочках полости рта не зарегистрировано.

4. ВИЧ не передается через повседневные контакты: объятия, пожатия рук, купание в бассейне, общее постельное белье, столовую посуду, укусы комара и укусы других насекомых, через кашель или чихание.

5. Во всем мире ВИЧ чаще всего передается половым путем. Молодые девушки особенно уязвимы к ВИЧ-инфекции, чем взрослые женщины и мужчины.



6. Единственный 100 % эффективный способ профилактики передачи ВИЧ-инфекции половым путем — это воздержание от половых контактов. Однако риска половой передачи ВИЧ можно избежать, если сохранять верность своему партнеру.

7. Люди, имеющие ИППП (инфекции передающиеся половым путем), в большей степени рискуют быть инфицированными ВИЧ и передать инфекцию другим. Люди с ИППП должны немедленно обращаться к врачу и избегать половых контактов, а также обязательно информировать о болезни своих партнеров. ВИЧ-инфицированные должны особенно заботиться о том, чтобы дополнительно не получать вирусы от своего партнера, если он тоже ВИЧ-положительный, так как это приведет к ускорению развития СПИДа. Об особенностях жизни с ВИЧ вы узнаете у врачей репродуктивного здоровья, в кабинетах добровольного консультирования и тестирования на ВИЧ и инфекционные заболевания.

8. Люди, потребляющие инъекционные наркотики, имеют очень высокий риск инфицирования ВИЧ. Более того, потребление наркотиков часто ведет к рискованному сексуальному поведению, например, к беспорядочным половым связям.

9. Любой, кто подозревает, что мог подвергнуться риску заражения ВИЧ, должен обратиться в медицинское учреждение (например, кабинеты репродуктивного здоровья в городах и районах ПМР, кабинеты добровольного консультирования и тестирования на ВИЧ и инфекционные болезни, Центр по профилактике и борьбе со СПИДом и инфекционными заболеваниями г. Тирасполя), для того, чтобы конфиденциально сдать кровь на исследование и получить консультирование специалиста по вопросам ВИЧ\СПИДа. В процессе диагностики определяются антитела к ВИЧ — специальные белки, которые вырабатываются в организме человека в ответ на проникновение ВИЧ. Организму может понадобиться от 3 недель до 6 месяцев, чтобы выработать количество антител к ВИЧ, достаточное для того, чтобы они были распознаны тест-системой. Положительные результаты тестирования означают, что антитела к ВИЧ присутствуют в крови, то есть человек заражен ВИЧ-инфекцией. Помните — человек с диагнозом ВИЧ-инфекции может жить продуктивной и здоровой жизнью. Отрицательный результат говорит о том, что в крови в данный момент нет антител к ВИЧ или их количество слишком мало для определения, поэтому необходимо повторить анализ через 6 месяцев после опасного в плане инфицирования ВИЧ поведения.

10. Беременность и ВИЧ. Решение иметь ребенка может принять только сама женщина. На сегодняшний день медицина знает, как предотвратить передачу ВИЧ от матери к ребенку. ВИЧ-положительные женщины могут рожать здоровых, не инфицированных детей. При проведении профилактических мероприятий риск передачи вируса от матери ребенку снижается до 1 % и менее. Профилактика передачи ВИЧ от матери к ребенку заключается в приеме ВИЧ-положительной женщиной специальных препаратов, уменьшающих концентрацию ВИЧ в крови женщины, что, в свою очередь, приводит к уменьшению риска передачи вируса малышу (во время беременности и родов). Во время беременности всем женщинам предлагается пройти тест на ВИЧ дважды; если он положительный, профилактическое лечение назначают бесплатно. Ежегодно в ПМР более 30 женщин рожают со статусом ВИЧ-положительных. После рождения малыша ВИЧ-позитивной женщине придется отказаться от грудного вскармливания, поскольку в грудном молоке высокая концентрация ВИЧ и вирус может быть передан ребенку через желудок и кишечник.

11. Дискриминация людей с ВИЧ нарушает индивидуальные права человека и препятствует профилактике и противодействию распространения ВИЧ-инфекции. Все люди, в той или иной степени причастные к ВИЧ\СПИДу, заслуживают понимания и поддержки.

12. Человек, знающий о наличии у него ВИЧ-инфекции и заведомо заразивший другого человека этой инфекцией, несет уголовную ответственность.

13. Как проводится тестирование на ВИЧ? Тестирование на ВИЧ заключается в обнаружении антител, которые вырабатываются организмом в ответ на проникновение вируса. Положительный результат тестирования на ВИЧ свидетельствует о том, что человек инфицирован вирусом ВИЧ и может заразить других. Отрицательный результат тестирования свидетельствует о том, что на данный момент времени антител к вирусу в крови не обнаружено, то есть человек не инфицирован ВИЧ, либо человек инфицирован ВИЧ, но организм еще не выработал достаточное количество антител к вирусу (так называемый «период окна»), и для подтверждения результата требуется дополнительное тестирование через 6 месяцев. Где можно пройти тестирование на ВИЧ? Тестирование можно пройти бесплатно в любом медицинском учреждении. Также в поликлиниках всех городов и районов ПМР оборудованы кабинеты добровольного консультирования и тестирования на ВИЧ и инфекционные заболевания, кабинеты репродуктивного здоровья. Тестирование должно сопровождаться консультированием, где можно получить ответы на все интересующие тебя вопросы по ВИЧ и СПИДу, по репродуктивному здоровью.

Вот список адресов, где ты можешь пройти тестирование и получить ответы на все свои вопросы:

г. Тирасполь

1. ГУ «Центр по профилактике и борьбе со СПИДом и инфекционными заболеваниями». Ул. Мира, 33. Корпус 14. Тел. (0533) 2-94-89; 2-82-16.
2. Лаборатория по диагностике СПИДа. Ул. Суворова, 33. Тел. (0533) 8-16-84.
3. Центр репродуктивного здоровья и планирования семьи. Поликлиника № 2, каб. 207. Ул. 1 Мая, 64. Тел. (0533) 7-90-25.
4. Поликлиника № 1, каб. 517. Ул. Краснодонская, 58. Тел. (0533) 2-50-32 — регистратура.

г. Бендеры

Центральная поликлиника, отделение «Центр здоровья женщин», 4 этаж, каб. 109 (ГУ БЦАПП). Ул. Лазо, 20. Тел. (0552) 6-39-63.

г. Дубоссары

Женская консультация в ГУ «Дубоссарская центральная районная больница», каб. 4. Ул. Моргулец, 3. Тел. (0215) 3-38-03.

г. Григориополь

ГУ «Григориопольская центральная районная поликлиника», каб. 28 (2 этаж). Ул. Держинского, 22.

г. Рыбница

Женская консультация при амбулаторно-поликлиническом отделении в ГУ «Рыбницкая центральная районная больниц», каб. 520. Ул. Кирова, 112. Тел. (0555) 2-37-89.

г. Слободзея

ГУ «Слободзейская центральная районная поликлиника», каб. 13. Ул. Ленина, 100. Тел. (0557) 2-25-50.

г. Каменка

1. Центр репродуктивного здоровья «Надежда» при ГУ «Каменская центральная районная больница». Ул. Кирова, 300\2 (2 этаж). Тел. (0216) 2-01-29.

Разминка «Повторение — мать учения»

Предложите всем ученикам рассчитать на 1, 2, 3. Первые номера, когда услышат слово «ВИЧ», должны будут встать и сесть, вторые номера, когда услышат слово «СПИД», должны

будут встать и сесть, третьи номера, когда услышат слово «человек» или «люди» должны будут встать и сесть.

Учитель начинает читать вслух материал из информации для педагога, разбитый по пунктам, на выбор, а ученики, услышав кодовые слова, будут по очереди вставать и садиться. Таким образом, информация прошлого урока о ВИЧ будет повторена.

Уточните, остались ли еще вопросы по теме ВИЧ, на которые не были получены ответы. Обсудите их с учащимися.

Встреча в поезде

1. Предложите следующую ситуацию:

— Вообразите, что вы на железнодорожном вокзале. Вы заходите в поезд. У вас нет билета и проводник предлагает вам занять на выбор место в любом из четырех купе, где в каждом по одному свободному месту. Вы заходите в первое купе и видите двух музыкантов с гитарой и женщину преклонного возраста; заходите в другое купе и видите парня, с которым вы вместе проходили тестирование на ВИЧ, он поделился с вами, что он ВИЧ-положительный, и двух милиционеров (здороваетесь со знакомым парнем и проходите далее). Заходите в третье купе и замечаете, что в нем размещается ребенок лет 10 в инвалидном кресле в сопровождении родителей, проходите к четвертому купе и видите священника, девушку, и культуриста. Вам необходимо сделать выбор — с кем ехать в поезде?

2. На доске нарисуем 4 колонки в соответствии с номерами купе. Предложим всем ученикам вписать свое имя в одну из колонок, в соответствии с тем, с какими попутчиками они бы хотели продолжить поездку в поезде в течение двух дней.

Вопросы для анализа:

1. Все ли купе заняты пропорционально или некоторые не востребованы? С чем это связано?

2. Какие эмоции возникли у вас при выборе купе?

3. Что вы почувствовали, когда увидели друга, о котором слышали, что он заражен ВИЧ-инфекцией/СПИДом? Как вы поздоровались с ним? Почему? Как, по вашему мнению, чувствовал он себя?

4. Что вы думаете о представленных ситуациях? Являются ли они реальными?

5. Что заставило вас выбрать именно это купе?

Можно использовать метод *PRES (ТСПИ)* (см. Программу, стр. 74, пункт 24.) Ученики готовят групповое сообщение в отношении выбора купе и попутчиков по алгоритму:

— Т — точка зрения (терпимость есть благо);

— С — суждение в соответствии с точкой зрения (терпимость необходимость эффективно общения в условиях существующих различий);

— П — примеры (в Конституции ПМР подчеркивается, что все граждане равны перед законом независимо от национальности, языка, религии, физических недостатков и т. д.);

— И — подведение итогов позиции.

6. Легко ли вам было принять решение? Почему?

Вывод: иногда наши поступки обусловлены стигмой или дискриминацией, связанной с недостаточной информированностью.

Ролевая игра

Разделите учеников на три группы и раздайте каждой группе по карточке с описанием одной из возможных ситуаций.

Попросите учеников проанализировать ситуацию, обсудить возможные пути ее решения, выбрать один из вариантов решения и представить в виде сценки.

Предложите ученикам представить продолжение развития ситуации, обратив внимание, что все комментарии будут сделаны по окончании игры.

Примечание. Проследите, чтобы во время игры ученики не были поставлены в унижительное положение, и избегайте сцен насилия.

Обсудите с учениками проведенное занятие, используя следующие вопросы:

1. Что вы думаете о представленных ситуациях? Являются ли они реальными?
 2. Что заставило вас выбрать именно это продолжение ситуации?
 3. Легко ли вам было принять решение о финале? Почему?
 4. Отметили ли вы случаи нарушения прав? Если да, можете ли вы прокомментировать их? Какие именно права были нарушены?
- Аргументируйте свое мнение.

КАРТОЧКА № 1

Ситуация 1

К врачу на прием пришел пациент, который в последнее время чувствует недомогание. Врач дал ему направление для прохождения теста на ВИЧ-инфекцию, результат оказался положительным. Зная, что у пациента было несколько случайных половых связей, врач порекомендовал ему сообщить о болезни этим людям с тем, чтобы они также прошли тестирование на ВИЧ-инфекцию. Пациент обиделся и сказал врачу, чтобы он не вмешивался в его личные дела.

Решение пациента озаботило врача. Он давал клятву Гиппократова о неразглашении врачебной тайны, но это особый, по его мнению, случай, так как от него зависит жизнь многих других людей. Врач сказал пациенту, что заражение людей преследуется законом.

Разыграйте сцену: далее, возможные действия врача (проинформировать партнеров пациента, ограничиться разговором с пациентом), возможные действия пациента (подать на врача в суд за разглашение врачебной тайны, пообещать проинформировать девушку и прийти с ней на консультацию).

КАРТОЧКА № 2

Ситуация 2

Алексей и Виктор случайно узнали, что один из учеников их класса получил положительный результат теста на ВИЧ-инфекцию, и что в класс переводится мальчик после травмы на дороге, передвигающийся в инвалидной коляске. Они принимают решение провести общее собрание класса и сообщить коллективу о новых учениках.

Разыграйте сцену общего собрания. Часть учеников, которые пропустили классный час, посвященный ВИЧ-инфекции, аргументируют опасность, которую представляет для коллектива инфицированный ученик. Другие ученики высказывают свою точку зрения. Ученики обсуждают приход нового ученика с ограниченными возможностями.

КАРТОЧКА № 3

Ситуация 3

Наталья и Сергей, ученики 11 класса, влюбились. Все лето у них были романтические отношения, но решив, что будут вместе всегда и поженятся, когда им исполнится 18 лет, решились на большее, чем поцелуи. Это был первый опыт у обоих. Спустя примерно год у девушки ухудшилось здоровье, она постоянно простуживалась, увеличивались лимфатические узлы. У девушки тест на ВИЧ-инфекцию оказался положительным. Молодой человек вспомнил, что довольно давно на праздновании дня рождения он попробовал наркотики. Таким образом, девушка была инфицирована любимым человеком, у которого до нее никого не было....

Смоделируйте дальнейшее развитие событий: поддержка друзей, варианты развития отношений между ребятами (поддержка друг друга, кто может еще поддержать их, кому могут довериться, как можно быстрее обследоваться и начать специальное лечение ВИЧ, опасность обмениваться вирусной нагрузкой (получать все большее количество вирусов друг от друга). На все эти вопросы помогут ответить специалисты специальных служб, они же научат, как полноценно жить с ВИЧ-инфекцией и почему не надо бояться в быту ВИЧ-инфицированных, могут ли ребята в будущем иметь здорового ребенка и др.

Выводы:

1. Твоя безопасность зависит только от тебя! Чем больше ты будешь знать, тем в большей безопасности будешь находиться. Что это означает? Что тебе, в первую очередь, необходимо стать грамотным в области охраны здоровья. Потому что именно ТЫ отвечаешь за все, что может произойти с тобой.
2. Недопустима стигма и дискриминация по ВИЧ статусу, многие люди стали жертвами обстоятельств и собственной неосведомленности, они не опасны для окружающих, как и носители вируса гепатита В и С.
3. Принятие людей с ограниченными возможностями в свои коллективы — это признак гражданской зрелости, высокого духовного развития, умения видеть человека в комплексе составляющих: физического, духовного и социально-психологического здоровья.

СОЦИАЛЬНОЕ ЗДОРОВЬЕ

ТРЕНИНГОВОЕ ЗАНЯТИЕ «ДЕРЕВО»

Цели занятия:

- уметь определить причины и последствия случая, ранней половой жизни, употребление вредных веществ;
- определить шаги для выхода из этих ситуаций;
- перечислить меры по профилактике случаев насилия, дурного обращения и добрых половых связей, курения;
- проанализировать сложные ситуации, связанные с эмоциональными нарушениями;
- привести аргументы в пользу различных вариантов выхода из сложившегося положения.

Информация для педагогов

Насилие – это агрессивное или неадекватное/неподобающее действие, направленное против ребенка или кого-нибудь, находящегося в более слабом, либо подчиненном положении, влекущее за собой отрицательные физические или эмоциональные последствия.

Пренебрежение – это неспособность или отказ взрослого адекватно общаться с ребенком, обеспечивать удовлетворение его биологических, эмоциональных, физических и психических потребностей, а также ограничение доступа ребенка к воспитанию и образованию.

Курение – опасное занятие, ведущее к никотиновой зависимости. Оно разрушает здоровье, является причиной онкологических, сердечно-сосудистых заболеваний, осложнений при беременности.

Факторы, способствующие к склонности к курению:

- убеждение, что курение дает приятные ощущения и помогает расслабиться;
- убеждение, что курение плохо влияет на здоровье, если выкурить большое количество сигарет и лишь в определенном возрасте.

В молодости часто возникают отклонения от нормального поведения, которые не всегда поддаются выявлению и лечению. Молодые люди с такими отклонениями чаще бросают школу, вступают в конфликт с законом, теряя возможность стать полноправным гражданином. Употребление наркотиков часто ведет к насилию, преступлениям, отрицательно влияет на учебу и профессиональную деятельность.

Дурное обращение, предполагающее и насилие (физическое, эмоциональное, сексуальное), способно необратимо повредить здоровью и биосоциальному равновесию будущего взрослого человека.

Последствия насилия могут быть разрушительными. Если непосредственные последствия легче проанализировать и предусмотреть, то долгосрочные заметить труднее, и, следовательно, на них труднее воздействовать.

Физическое насилие – применение физической силы; оно имеет место тогда, когда подростка заставляют выполнять тяжелую работу, превышающую его биофизические возможности.

Эмоциональное насилие – неадекватное поведение взрослого в отношении подростка, сопровождающееся отрицательными последствиями для эмоционального равновесия и психического развития последнего.

Экономическое насилие – это втягивание путем убеждения или принуждения подростка в действия, приносящие материальную выгоду.

Сексуальное насилие – когда взрослый, пользуясь доверием, беззащитностью подростка, удовлетворяет свои сексуальные желания.

Участники: ученики 15–17 лет/родители/педагоги.

Материалы: листы бумаги А1/доска, маркеры.

Время: 45 минут.

Ход занятия

Разминка

Основная часть

Ведущий делит участников на 4 команды.

Каждая команда получает карточку для работы, лист А1 и маркеры.

Командам предлагается проанализировать в течение 15 минут описанный случай и изобразить его в виде дерева (см. рисунок «Дерево проблем»), где:

- корни – причины проблемной ситуации;
- ствол – собственно проблема;
- ветви – возможные последствия.

Ведущий советует командам наметить несколько шагов для выхода из создавшегося положения и предложить три мероприятия для профилактики возникновения таких проблем. Время работы – 15 минут.

Каждая команда представляет свой рисунок остальным и комментирует найденные решения.

Вопросы для анализа:

1. Насколько легко/трудно вам было создать рисунок?
2. Каковы наиболее распространенные причины подобных случаев? Может ли отъезд родителей за границу быть одной из них?
3. Возможны ли описанные случаи в реальности?
4. Как бы вы могли лично содействовать профилактике подобных ситуаций?

Выводы:

1. Часто отъезд родителей на заработки за границу создает большие проблемы в сфере адаптации детей, оставшихся дома без поддержки и надзора.



Дерево проблем

2. Последствия отсутствия опоры и совета могут быть весьма тяжелыми: в экстремальных случаях риск, которому подвергаются дети, может привести даже к их смерти.

3. Предупреждение, профилактика таких ситуаций, информирование взрослых относительно возможной опасности для их детей, воспитание молодежи.

Ситуации для исследования

КАРТОЧКА № 1

ВИЧ

Ане 16 лет. С тех пор, как ее родители уехали на заработки в Италию, она живет с тетей и дядей. С недавнего времени она плохо себя почувствовала, поднялась температура, появились невыносимые головные боли, и тетя посоветовала ей пройти обследование в городской больнице. Здесь Аня узнала, что заражена ВИЧ-инфекцией, вероятно, вследствие отношений с одним из молодых приятелей дяди, недавно приехавшим из-за границы. Тот пообещал взять ее с собой в Италию, туда, где живут ее родители.

КАРТОЧКА № 2

НАРКОТИКИ

Федору 18 лет. Его отец уже довольно много лет работает за границей, будучи успешным инженером. Таким образом, у Федора есть практически все, чего душа желает: красивый дом, дорогая аппаратура, мобильные телефоны. Вскоре ему предстоит получить также автомобиль.

Однако в последнее время мать обеспокоена тем, что Федор плохо выглядит и плохо себя чувствует. Он нервный, кажется больным, глаза у него усталые. С некоторых пор из дома стали исчезать различные предметы, а сам он приходит в сопровождении друзей, которые отнюдь не внушают матери доверия. Она опасается, что ее сын употребляет наркотики.



КАРТОЧКА № 3

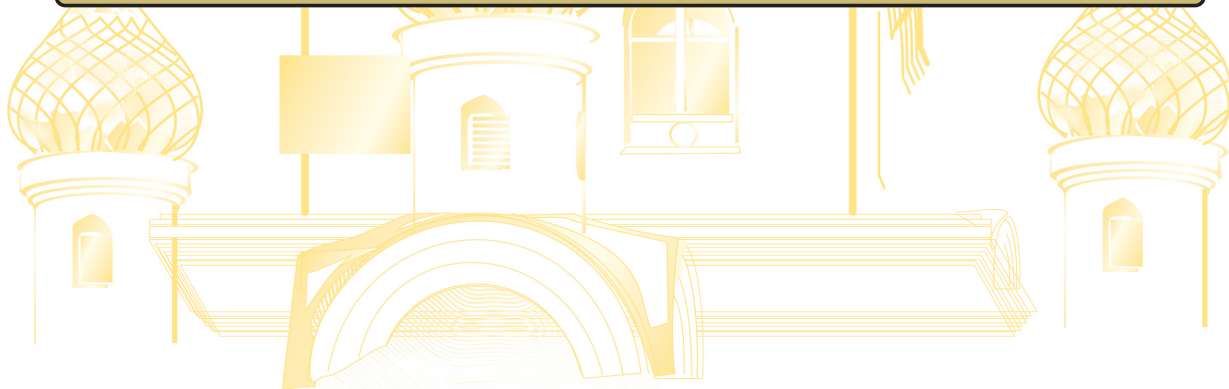
АСОЦИАЛЬНЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

Саше 14 лет. Он уже и не знает, как выглядят его родители, потому что мать умерла, когда он был совсем маленьким, а отец три года назад уехал на заработки за границу. С тех пор он редко давал о себе знать, лишь иногда присылал домой деньги. Поэтому Саша решил справляться один. Мальчик ушел из дома и теперь, по его словам, свободен, и тетка не ругает его за то, что он не выполняет домашнее задание или не помогает ей по хозяйству. Он ночует на вокзале, в подъездах или подвалах, попрошайничает или ворует, чтобы добыть себе еду.

КАРТОЧКА №4

БЕРЕМЕННОСТЬ В РАННЕМ ВОЗРАСТЕ

Вике 14 лет. На дне рождения у друзей попробовала спиртные напитки. Было весело и жарко, Вика почувствовала легкое головокружение. Олег предложил пойти в соседнюю комнату посмотреть телевизор и выпить еще шампанского. Под действием спиртного молодые люди потеряли контроль над ситуацией. Утром Вика не могла вспомнить, что было вчера. Через 2 месяца узнала, что беременна. Олега больше она не встречала.



МАТЕРИНСТВО И ОТЦОВСТВО

ТРЕНИНГОВОЕ ЗАНЯТИЕ НА ТЕМУ «МАЛЬЧИКИ И ДЕВОЧКИ» (5–7 классы)

Цели:

- научить проводить различия между полами;
- обсудить проблему различий между полами;
- разработать *индивидуальный план действия* для борьбы со стереотипами, связанными с полом человека (личными и стереотипами других людей).

Информация по теме для педагогов

Для большей эффективности занятие целесообразно проводить с врачом кабинета репродуктивного здоровья Министерства здравоохранения и социальной защиты ПМР.

Ключевые понятия

Предубеждение — необоснованное (обычно отрицательное) мнение, суждение или отношение к человеку или к группе людей в результате неадекватных знаний.

Стереотип — обобщение, в результате которого характерные черты нескольких людей из группы присваиваются всей группе.

Роль — поведение, ожидаемое от кого-либо. Каждый из нас берет на себя различные роли в зависимости от возраста (ребенок, подросток, взрослый, старый), пола (женщина, мужчина), окружающих (ребенок ведет себя по-разному в компании друзей, с мамой или с учителем) и от ситуации (дома, в библиотеке и т. д.).

Пол — биологическая принадлежность к женщинам или мужчинам.

Род (гендерная принадлежность) — совокупность культурных и психологических различий между женщинами и мужчинами в социальном плане.

Материалы: листы бумаги А1, маркеры, стенды для ведущего.

Ход занятия

Разминка

Психологический тест «Кто главный?».

Назовите 4 животных : тигр, лошадь, овца, свинья.

Предложите ученикам записать этих животных в последовательности по значимости для себя: с первого номера — наиболее выделяемого животного, до четвертого номера — наименее симпатичного животного.

После выполнения задания огласите, как расшифровать данный тест:

Тигр – гордыня, собственные интересы;

Лошадь – семья, семейные интересы;

Овца – дружба, любовь;

Свинья – деньги, материальные блага.

Таким образом, у кого на первом месте оказалась свинья, для него важны в жизни материальные блага; у кого овца, тот ценит дружбу и любовь; у кого лошадь, для того семья важнее всего и т. д.

Приоритеты человека по жизни меняются в зависимости от жизненного опыта, воспитания, влияния друзей, СМИ, семейных традиций.

Аргументы «за» и «против» различий между полами. Определение ролей, которые обычно играют мужчины и женщины

Мини-лекция преподавателя о ключевых понятиях темы.

Предложите ученикам объединиться в равное число групп того же пола, например, 2 группы девочек и 2 группы мальчиков. Попросите группы девочек написать все *роли, которые обычно выполняют мужчины*, а группы мальчиков – *роли, которые обычно выполняют женщины*. Когда группы закончат работу, предложите им обменяться списками и дописать ваши варианты. Затем всем классом обсудите различия, сходства, стереотипы и предрассудки.

Объедините группу мальчиков и группу девочек, продолжив работу в разнополой группе. Попросите девочек привести аргументы в поддержку следующего утверждения, а мальчиков – аргументы против него: *Нет ничего такого, чего женщина не могла бы сделать, и ролей, которых она не могла бы перенять*. Дайте ученикам несколько минут на то, чтобы найти аргументы и обсудить их в группах, а затем попросите их аргументировать свои позиции. Проанализируйте представленные аргументы.

Индивидуальное планирование действий. Попросите учеников самостоятельно написать:

1. Что вы узнали о личном отношении к стереотипным ролям женщин и мужчин?

2. Если бы в будущем вам пришлось предотвращать (бороться с такими взглядами своими или других людей), как бы вы это сделали?

Например: 1) женщина хочет получить профессию летчика, а родители запрещают ей, говорят, что это не женское дело; 2) мама заболела, у нее температура, доктор рекомендовал постельный режим, а папа не умеет приготовить еду, так как это не мужское дело.

Вопросы для анализа:

1. Чем девочки/женщины отличаются от мальчиков/мужчин?

2. Определите половые различия и ролевые (гендерные) различия.

3. Что вы чувствуете в связи с типичными ролями женщин и мужчин? Насколько они справедливы и обоснованы? Почему?

4. Перечислите, приводя аргументы, черты, присущие только девочкам/женщинам и только мальчикам/мужчинам.

5. Какие черты свойственны обоим гендерам?

Выводы

1. Половые различия – это биологические различия, которые не меняются в зависимости от времени и места.

2. Ролевые различия касаются социокультурной разницы и меняются во времени. Они часто различаются от культуры к культуре, иногда – от сообщества к сообществу и приобретаются посредством культуры, воспитания, религии, информационных средств и т. д.

3. Мы настолько же разные, насколько универсальны!

ТРЕНИНГОВОЕ ЗАНЯТИЕ НА ТЕМУ «ЮНОШИ И ДЕВУШКИ. МЫ РАЗНЫЕ, НО МЫ ВМЕСТЕ» (8–11 классы)

Цели:

- уметь описать физиологические и эмоциональные изменения, имеющие место в человеческом организме при переходе от детства к зрелости;
- уметь различать физиологические и эмоциональные изменения.

Информация по теме для педагогов

Для большей эффективности занятие целесообразно проводить с врачом кабинета репродуктивного здоровья Министерства здравоохранения и социальной защиты ПМР.

Юношеский возраст начинается с полового созревания, которое связано с развитием воспроизводящей функции. Особенно важную роль в этом процессе играют гипофиз и щитовидная железа, которые начинают выделять гормоны, стимулирующие работу большинства других эндокринных желез (желез, вырабатывающих гормоны), что вызывает интенсивное физическое и физиологическое развитие. Пик роста мальчиков приходится на 13 лет, у девочек на 11 лет, но очень широки индивидуальные различия. Все перечисленное приводит к изменениям пропорций тела, к некоторой непропорциональности, подростковой угловатости.

В связи с быстрым развитием возникают трудности функционирования сердца, легких, кровоснабжения головного мозга. Поэтому для подростков характерны перепады сосудистого и мышечного тонуса, что вызывает перепады настроения, эмоциональный фон нервный, нестабильный. Понимание происходящих процессов поможет подростку справляться с эмоциями. «Гормональная буря», вызывая сексуальное созревание, усиливает эмоциональную нестабильность, вовремя сориентированная система ценностей, духовно-нравственное воспитание поможет избежать многих проблем репродуктивной и духовной сфер здоровья.

Ключевые понятия по теме

Адреналин – гормон, выделяемый надпочечниками, так называемый «гормон стресса». При выбросе этого гормона учащается сердцебиение, появляется чувство тревоги, головная боль.

Угри – прыщи или черные точки на коже, зачастую гноящиеся.

Комплекс – сформированная в детстве и основанная на семейных или социальных отношениях подсознательная тенденция, которая определяет дальнейшее поведение человека.

Комплекс неполноценности – чувство неуверенности в себе.

Настроение – состояние духа человека (хорошее или плохое).

Гендерные отношения касаются социальных функций и ролей, установленных и развитых посредством воспитания, культуры, традиций, религии.

Половые различия – это биологические различия, которые не меняются в зависимости от времени и места.

Половые гормоны – мужские и женские, определяют изменения как физиологических, так и эмоциональных изменений. Мужской гормон тестостерон отвечает за агрессивность и задиристость. Женские половые гормоны – эстрогены и прогестероны, действия их противоположны, поэтому настроение женщины (девушки) меняется от весело-позитивного до раздражительно-меланхолического.

Настроение – состояние духа человека (хорошее или плохое).

Жизненные навыки – это способность приспосабливать свое поведение для того, чтобы эффективно решать задачи и проблемы повседневной жизни.

Материалы: клейкие листики двух цветов, большие листы бумаги, ручки, карандаши, пластилин или скотч.

Ход занятия

Разминка «Положительные и отрицательные сообщения»

Предложите ученикам написать на выбор 2 отрицательных высказывания, с которыми взрослые обращаются к подросткам, и с которыми подростки могут обращаться к взрослым (например, не буду, не хочу, ты глупый, толстый, почему ты это сделал? и т. д.).

Для того чтобы наладить добрые отношения с окружающими и поддерживать их, желательно использовать «положительные сообщения». Существует способ трансформировать «отрицательные» выражения в «положительные», используя следующие слова: «Было бы хорошо...», «Могли бы...», «Имели бы преимущества...», «Желательно...», «Может быть лучше...».

НАПРИМЕР: «Ты – толстый» можно трансформировать «Было бы хорошо, если бы тебе удалось скорректировать вес, я готов вместе с тобой заняться спортом».

Предложить всем ученикам переделать отрицательные высказывания в положительные. По очереди зачитать полученные результаты: отрицательное высказывание и переделанное положительное.

Данный прием поможет вам выработать навыки общения.

Физиологические и эмоциональные изменения в организме подростка

Проведите «мозговую атаку» на тему изменений, которые происходят в человеческом организме во время полового созревания. Попросите учеников классифицировать изменения в организме, на физиологические и эмоциональные. Попросите учеников взять по одному из цветных клейких листиков, написать на них по одной идее, относящейся к физиологическим и эмоциональным изменениям в подростковый период. Развесить листики на доске.

Примеры **физиологических** изменений.

У девочек обычно:

- сужается талия, а ягодицы и бедра обретают округлую форму;
- появляются угри (прыщи);
- часто меняется настроение и т.д.

Мальчикам свойственны следующие изменения:

- рост в высоту;
- меняется тембр голоса;
- развивается мышечная система, плечи становятся шире, а бедра кажутся более узкими.

Из **эмоциональных** изменений выделяются следующие:

- способность принимать решения;
- интенсивное переживание чувств любви и радости, одиночества и депрессии;
- изменения в поведении: некоторые ученики – неутомонные, веселые и дружелюбные – становятся замкнутыми, мечтательными, меланхоличными, застенчивыми, чувствительными к иронии; другие становятся шумными, неподдающимися контролю, говорят и ведут себя чрезмерно дерзко и т. д.;
- необходимость находить друзей проявляется больше, чем когда-либо;
- появление новых интересов и занятий.

Объедините учеников в две равные по количеству группы. Одна группа будет работать с физиологическими изменениями, а другая – с эмоциональными. Каждая из групп должна

доказать другой, что именно их изменения наиболее важны для подростков, аргументируя свои утверждения по очереди; учитель или доброволец на доске фиксирует количества аргументов команд. Выслушав всех, приходим к заключению, что оба вида изменений одинаково важны, и что все это является одним из этапов взросления и скоро пройдет.

Вопросы для анализа:

1. Как вы себя чувствуете?
2. Какая разница между физиологическими и эмоциональными изменениями?
3. Какие изменения вам было проще объяснить?
4. Что нового вы узнали о человеческом организме?
5. Как вы реагируете на изменения, появляющиеся в вашем организме?
6. Эти изменения нормальны? А ваши реакции нормальны? Что вы можете предложить, чтобы подростки принимали себя такими, какие они есть?

«Гендер, да не пол...»

Начертите три колонки на большом листе бумаги или доске. Озаглавьте первую колонку «Женщина» и оставьте две другие пустыми.

Попросите учеников определить черты личности, способности и роли, с которыми часто ассоциируется все женщины; это может включать в себя стереотипы, преобладающие в сообществах, или собственные идеи. Запишите их в колонке, озаглавленной «Женщина».

Далее озаглавьте третью колонку «Мужчина» и попросите участников снова составить список черт личности, способностей и ролей, которые часто ассоциируются с мужчинами.

Запишите их предложения в колонку «Мужчина».

Если участники не называют никаких отрицательных или положительных характеристик, способностей или ролей для любого из полов, добавьте некоторые сами для того, чтобы в обеих колонках были и положительные, и отрицательные слова.

Теперь поменяйте заголовки первой и второй колонок, написав «Мужчина» над первой колонкой и «Женщина» над третьей. Продолжая дальше список, спросите участников, могут ли мужчины проявлять характеристики и поведение, приписываемые женщинам, и наоборот. Характеристики, которые не рассматриваются как взаимозаменяемые, записываются в среднюю колонку «ПОЛ». Для экономии времени не предполагается обсуждать каждый термин отдельно. Однако будьте уверены в том, что все слова в колонке «Пол» обсуждены.

Одна из целей — показать, что люди приписывают различные значения большинству гендерных характеристик. Пол касается биологических и генетических вопросов, а гендер относится к социальным, культурным идеям и ожидаемым ролям женщин и мужчин в обществе и поэтому то, что считается гендером, может меняться в соответствии с культурой и обществом. Отметьте также, что хотя все слова в колонках «Мужчина» и «Женщина» относятся к гендеру, многие люди путают пол с гендером или наоборот.

Вопросы для анализа:

1. Определите половые и гендерные различия.
2. Какая, на ваш взгляд, существует путаница относительно этих понятий?
3. Какие черты свойственны обоим гендерам?
4. Что вы узнали о своем стиле поведения?

Выводы

1. Половые различия — это биологические различия, которые не меняются в зависимости от времени и места. Гендерные различия касаются социокультурных особенностей, меняются во времени и приобретаются посредством культуры, воспитания, религии, масс-медиа.

2. Как мужчины, так и женщины сталкиваются с ситуациями, которые считаются типичными/нетипичными. Это затрагивает поведение каждого, в зависимости от менталитета, знаний, личной культуры.

3. Мы настолько же разные, насколько универсальные!

ТРЕНИНГОВОЕ ЗАНЯТИЕ «СЛАГАЕМЫЕ СЕМЕЙНОГО СЧАСТЬЯ»

Цели:

- понимать важность планирования семьи;
- распознавать виды общения, нарушающие семейные отношения;
- демонстрировать навыки принятия решений в семье;
- применять умение вести переговоры при семейных конфликтных ситуациях;
- определять необходимость эффективного управления материальными ресурсами;
- планировать семейный бюджет на месяц.

Информация для педагогов

Идеальная семья немыслима без любви. Любовь — это тепло, нежность, радость. Это главная движущая сила развития человечества, то, ради чего существуем все мы, то, что подвигает человека к безрассудно героическим поступкам. «Я люблю, и значит, я живу...» (В. Высоцкий).

Важной остается воспитательная функция семьи — однако большая роль отводится государству и обществу: дети воспитываются в яслях, детских садах, школе, немалое воздействие оказывают и средства массовой информации. Важной является и рекреационная функция семьи, то есть взаимопомощь, поддержание здоровья, организация отдыха и досуга. В современном мире с его высоким социальным темпом семья превращается в отдушину, где человек восстанавливает свои психические и физические силы.

Не меняется одна из основных функций семьи — репродуктивная, то есть функция продолжения рода. С биологической точки зрения успешность продолжения рода во многом связана с состоянием психического и физического здоровья потенциальных родителей. Безусловно, имеют значение и наличие или отсутствие у них болезней, наследственный фактор. Большую роль играют материальное благосостояние семьи, особенности работы или учебы, социально-бытовые условия и т. п. Психосоциальным и биологическим фактором одновременно является и возраст родителей. Таким образом, ничто и никто не может заменить функций семьи.

Классификация семейных ценностей. Основные элементы:

- 1) ценности супружества;
- 2) ценности, связанные с демократизацией отношений в семье;
- 3) ценности родительства, воспитания детей;
- 4) ценности родственных связей;
- 5) ценности, связанные с саморазвитием;
- 6) ценности несемейных коммуникаций;
- 7) ценности профессиональной занятости.

Ключевые понятия

Семья — ячейка общества, важнейшая школа нравов, здесь человек делает первые шаги по пути морально-политического становления личности. Семья — продукт общественной

системы, она меняется с изменением этой системы. Но несмотря на это острой общественной проблемой являются разводы.

Развод — это эмоциональное и психическое потрясение, которое не проходит для супругов бесследно. Как массовое явление разводы играют преимущественно негативную роль и в изменении рождаемости, и в воспитании детей.

Развод оценивается как благо лишь в том случае, если он изменяет к лучшему условия формирования личности ребенка, кладет конец отрицательному воздействию на психику ребенка супружеских конфликтов.

Так, понятие «семейный долг» шире, чем «супружеский долг»: оно включает и родительский долг, и сыновний (дочерний) долг, и долг брата, сестры, внуков и т. д. Супружеский, семейный долг — непреходящая нравственная ценность людей. Так, дети — главная нравственная ценность семьи, и родительский долг состоит в ответственности за то, чтобы в семье вырос достойный человек, здоровый физически и духовно. И участие детей в жизни семьи должно происходить на правах равноправных членов семейного коллектива.

Активная общественная направленность деятельности отца и матери находят отражение в образе жизни семьи. У таких родителей вырастают идейно убежденные дети.

К идейным ценностям семьи относятся семейные реликвии — документы, воспоминания, письма, награды. Каждая из них — свидетельство о жизни и делах близких, родственников. Бережное отношение к реликвиям — источник нравственной силы, идейной убежденности, духовной преемственности поколений.

Каждый из членов семьи должен оказывать взаимную поддержку, защиту и помощь друг другу, то есть определить уровень корпоративности семейной группы.

Планирование семьи — комплекс профилактических и информационно-воспитательных мероприятий, направленных:

- на формирование ответственного отношения к половому поведению;
- на предупреждение нежелательной беременности или беременности с высоким риском;
- на предупреждение заболеваний, передающихся половым путем;
- на уменьшение материнской и младенческой заболеваемости и смертности.

Каждый человек может быть счастливым, иметь семью и детей, каждая женщина стремится стать матерью. Беременность должна быть планируемой, а ребенок желанным. Тем не менее встречаются нежеланные беременности, причины которых различны. Нежеланная беременность вынуждает женщину прервать ее, то есть сделать аборт. Во всем мире ежегодно выполняется 50 млн аборт, из них 10–15 % — девушками до 18 лет. Аборт вреден и для здоровья, и для христианской морали. Естественно, что делать аборт — это преступление. Каждому человеку и обществу нужны желанные дети, потому что они счастливы и принесут стране успехи во всех отраслях. Как крошка хлеба остается хлебом, так и эмбрион человека остается человеком, независимо от сроков. Близость мужчины и женщины должна быть ответственной, прежде всего из-за ее последствий. Аборт — это большой грех.

Участники: ученики 15–17 лет.

Материалы: листы бумаги А1/ доска, маркеры, рабочие карточки.

Время: 45 минут.

Ход занятия

Разминка

Данная разминка поможет за незначительное время определить, какое полушарие в вашем мозге играет более главную роль, а какое — второстепенную.



Тест на определение доминирования полушарий

Пожалуйста, прочтите и **сразу** (быстро), без раздумий отметьте кружочком один вариант, который соответствует вашему поведению:

1. Скрестите руки. Какая рука находится сверху?
 - А. Правая.
 - Б. Левая.
2. В школе вы предпочитали:
 - А. Геометрию.
 - Б. Алгебру.
3. Когда танцуете, предпочитаете:
 - А. Следовать ритму музыки.
 - Б. Следовать правильности движения шагами.
4. Когда обучаетесь новому, воспринимаете его:
 - А. Систематически, четким анализом.
 - Б. Глобально, синтезируете его.
5. Закройте глаза и произнесите слово «КРАСНОЕ». В уме «проявляется»:
 - А. Красный цвет.
 - Б. Буквы, которые составляют слово **К Р А С Н О Е**.
6. Попробуйте смотреть одним глазом. Каким глазом видите лучше?
 - А. Правым.
 - Б. Левым.
7. Когда используете в первый раз какой-то бытовой прибор или аппарат:
 - А. Сначала читаете четко инструкции, потом включаете его.
 - Б. Сначала включаете, потом читаете инструкции.
8. Когда дел невпроворот (много дел) в ограниченный период времени, вы:
 - А. Начинаете все сразу, работаете параллельно.
 - Б. Скрупулезно начинаете одну работу, заканчиваете и потом беретесь за другую.

Ответы на тест

Если вы ответили А на 2, 3, 5, 8 вопросы и Б на 1, 4, 6, 7 — у Вас доминирует правое полушарие.

Если Ваши ответы Б на 2, 3, 5, 8 и А на 1, 4, 6, 7 — у Вас доминирует левое полушарие.

<i>Левое полушарие</i>	<i>Правое полушарие</i>
Координирует вербальное общение	Координирует невербальное общение
Оперирует в сенсорной системе	Оперирует в обычной системе, не предвзятой
Занимается логикой, рациональностью	Занимается интуицией, сентиментами
Делает анализ, детально все перерабатывает	Делает синтез-обобщение в обобщенном порядке
Устанавливает нормы и законы	Выходит за рамки
Занимается точными науками	Художественный подход
Линейный подход	Занимается искусством, музыкой, танцами
Не опаздывает, любит порядок	Нелинейный подход
	Всегда не хватает минуты

Люди с превалированием левого полушария порядок любят на «генетическом уровне», для них важно нахождение любой вещи на своем месте, чего не скажешь про правополушарных людей; «рабочий беспорядок» — это о них.

Вывод: мы все разные и что понятно и приемлемо одним, для других не так ценно и важно. Знания особенностей помогут понимать друг друга.

Семейный бюджет

Каждая семья должна планировать свой семейный бюджет для благополучного процветания семьи. Далее мы предлагаем вам мини-игру, в которой вы для себя узнаете, — сможете ли вы запланировать семейный бюджет.

1. Как вы думаете, что такое семья, важно ли планирование семьи и что входит в это понятие?
2. Как вы думаете, необходимо ли, кроме того, что хорошо знаешь спутника как личность, знать состояние здоровья, например ВИЧ-статус, носительство вируса гепатита в крови и другое. Помогут ли эти знания для здоровья будущих детей?

3. А как вы думаете, сколько надо денег, чтобы семья прожила один месяц.

Сейчас мы это узнаем.

Участники делятся на команды по 4–5 человек.

Педагог предлагает им в течение 7 минут составить бюджет на месяц для семьи среднего достатка с двумя детьми, семьи из 2-х студентов с одним ребенком, семьи двух молодых людей с кошкой и собакой без детей. В конце каждая команда должна представить сумму, которая определена как необходимая.

Участникам напоминают, что следует принимать во внимание как обязательные траты (коммунальные услуги, питание, расходы на транспорт и другое), так и непредвиденные и случайные, существующие в каждой семье.

Учащиеся обсуждают и записывают на листе необходимые суммы расходов.

Каждая команда представляет остальным участникам свой вариант месячного бюджета.

Семейный совет

Обсудите с учениками тот факт, что хорошие отношения между друзьями, влюбленными и супругами зависят от того, как мы общаемся. Подчеркните, что существует четыре типа общения, которые следует избегать, так как они всегда приводят к конфликту. Однако иногда отрицательный опыт имеет и положительное значение: пережив его, мы понимаем, как не надо поступать.

Объявите ученикам, что им предстоит игра, в которой будут участвовать две команды по четыре ученика.

Желательно, чтобы в каждой команде было по две девочки и два мальчика. Раздайте «актерам» рабочие карточки (см. приложение).

Остальные ученики будут «зрителями». Помимо того, что в игре участвуют четыре действующих лица, составляющих семью (отец, мать, брат и сестра), «зрителям» не должно быть известно содержание карточек. Этот «семейный совет» собирается для принятия решения о том, как провести день рождения.

Задача «зрителей» — отметить стиль общения, поведение каждого члена семьи, отношение каждого члена семьи, реакцию каждого члена семьи на мнение других.

Сценку «Семейный совет» предстоит поочередно сыграть каждой команде.

Обсудите с учениками выполненное задание, используя следующие вопросы:

1. Как вы чувствовали себя в этих ролях? Показалась ли вам роль трудной? Какая роль вам подходит больше всего? Сталкивались ли вы когда-нибудь с аналогичной ситуацией? Знаете ли вы кого-либо, кто «играет» подобные роли систематически? Чем отличаются команды?



2. Какое поведение вы могли бы принять для себя в личных взаимоотношениях? Как вы оцениваете цепочку общение-отношение-семья-конфликт?

3. Что необходимо вам для поддержания отношений? Как бы следовало общаться в семье?

Выводы

Создание семьи – это очень важное, ответственное дело в жизни человека. Семья приносит полноту жизни, счастье. Цель нашего общества – счастье людей, и одним из его важнейших слагаемых является здоровая, крепкая семья, ведь именно она растит и воспитывает новое поколение. Молодые люди осознают, что для нормальной семейной жизни нужна нравственная и психологическая подготовка к браку, личностные качества, обеспечивающие духовное единство членов семьи.

Приложение

КАРТОЧКА № 1

ИНСТРУКЦИИ: Точно следуйте своей роли!

Отец – *агрессивный*. Словесно атакует других членов семьи, гневается, стучит кулаком по столу, разговаривает грубо.

Мать. Не принимает всерьез ни одного из говорящих, иногда произносит: «Хватит вам, в следующем году все изменится». Или что-то подобное.

Брат – *атакует прямолинейно*. Постоянно повторяет одну фразу: «Будь разумным! Ты действительно не понимаешь, что я тебе говорю?».

Сестра – *рассеянная*. Говорит, к примеру: «Вероятно, завтра будет дождь», «Мама, ты не видела мою новую юбку?».

КАРТОЧКА № 2

ИНСТРУКЦИИ: Начните обсуждение согласно ролям, постепенно переходя к конструктивному стилю общения.

Отец – *агрессивный*. Словесно атакует других членов семьи, гневается, стучит кулаком по столу, разговаривает грубо.

Мать. Не принимает всерьез ни одного из говорящих, иногда произносит: «Хватит вам, в следующем году все изменится». Или что-то подобное.

Брат – *атакует прямолинейно*. Постоянно повторяет одну фразу: «Будь разумным! Ты действительно не понимаешь, что я тебе говорю?».

Сестра – *рассеянная*. Говорит, к примеру: «Вероятно, завтра будет дождь», «Мама, ты не видела мою новую юбку?».

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

ТРЕНИНГОВОЕ ЗАНЯТИЕ «НЕТ АЛКОГОЛЮ!»

Цели:

- уметь описать последствия употребления алкоголя для человека, семьи, общества;
- научиться устанавливать правила поведения относительно употребления алкоголя.

Информация для педагога по теме

Ошибка — поступок или действие, которое является отклонением от норм и которое может привести к неприятным последствиям.

Обучение опытным путем — формулирование выводов в результате размышлений над накопленным жизненным опытом с целью их применения в качестве извлеченных уроков.

Риск — ситуация, которая предполагает возможные угрозы, опасности или неприятности. Определенные факторы (например, отсутствие уверенности в себе) могут привести человека к совершению поступков с повышенным уровнем риска: КУРЕНИЕ, УПОТРЕБЛЕНИЕ НАРКОТИКОВ, АЛКОГОЛЯ.

Влияние — воздействие, оказанное одним человеком на другого.

Группа сверстников — собрание людей, объединенных общими интересами, возрастом, половой принадлежностью, ролью в обществе.

Давление — принуждать кого-либо что-нибудь делать или поступать определенным образом.

Ключевые понятия «алкоголь», «алкоголизм», «причины употребления алкоголя», «последствия употребления алкоголя».

Спиртные напитки — все спиртные напитки, которые получают в результате брожения сахара растительного происхождения.

Алкогольные напитки содержат химические вещества, которые влияют на умственную и эмоциональную деятельность и поведение. Поскольку они так привычны в нашей культуре, мы часто забываем, что алкоголь — это наркотик, приводящий к последствиям, сходным с последствиями употребления запрещенных наркотиков.

В ограниченных количествах алкоголь вызывает легкое расслабление и приятное состояние. В больших дозах приводит к отравлению, бессознательному состоянию, смерти.

Употребление алкоголя — поведение, сформированное посредством социального обучения.

Последствия употребления алкоголя для человеческого организма

ЖЕЛУДОК И КИШЕЧНИК. Алкоголь в отличие от пищи не переваривается и не усваивается желудком и кишечником. Он попадает непосредственно в клетки, а потом в кровь. Алкоголь может затронуть ткани, предохраняющие желудок и горло. Даже в малых количествах он повышает выделение желудочного сока и вызывает чувство постоянного голода. Постоянное воспаление слизистой оболочки желудка может стать причиной возникновения гастрита. Пища способна замедлить проникновение алкоголя в кровь почти на 50 %.

ПЕЧЕНЬ. Прежде чем быть выведенным из организма, алкоголь распадается в печени на двуокись углерода и воду. Но печень способна расщеплять только небольшие объемы алкоголя. Остальное количество циркулирует с кровяным потоком до тех пор, пока печень снова не будет готова к действию. Когда печень ослаблена, в пищеварительном тракте и в системе кровообращения возникают специфические симптомы. Злоупотребление алкоголем является причиной цирроза печени — заболевания, которое разрушает здоровые ткани этого органа, оставляя жирные и фиброзные ткани.

МОЗГ. Алкоголь распространяется по всему организму, в том числе и к мозгу. Алкоголь обладает снотворным действием, тормозит мозговую деятельность, провоцирует галлюцинации и даже может вызвать апоплексический удар.

Непосредственные последствия употребления алкоголя:

- заторможенные реакции;
- ограничение координации движения;
- уменьшение способности ясно мыслить;
- нарушение памяти;
- рвота;
- нарушение зрения;
- нарушение сознания;
- кома;
- летальный исход.

Долгосрочные последствия употребления алкоголя:

- алкоголизм;
- потеря памяти;
- почечный кризис;
- повреждение мозга;
- сердечно-сосудистые заболевания;
- снижение веса;
- уменьшение продолжительности жизни;
- смерть в результате ДТП;
- смерть в результате несчастных случаев, спровоцированных злоупотреблением алкоголя.

Участники: ученики 15–17 лет, родители, педагоги.

Материалы: листы бумаги А1, доска, маркеры.

Время: 45 минут.

Ход занятия

Разминка

1. Цель разминки — показать ученикам, что прежде чем что-либо начинать, необходимо получить полную информацию о данной теме.

2. Раздать ученикам рабочую карточку (см. приложение), предупредив, что до команды ее не трогать. По команде ученики должны взять карточку и на скорость заполнить ее. Кто первый выполнит все задания, поднимает руку. Необходимо максимально быстро заполнить инструкцию.

3. Кто закончил читать инструкцию прежде чем приступить к заполнению карточки, тот выполнил только те задания, которые определены в предложениях 1 и 2. После этого положил ручку и подождал, пока другие закончат упражнение.

Вывод: таким образом, тот, кто вначале прочел всю инструкцию, выполнил только 2 пункта, не потратив свое время и силы. Много ли было тех, кто дочитал инструкцию до конца?

Причины алкоголизма: в большинстве случаев причиной алкоголизма может быть пагубное влияние сверстников. Зачастую подростки берут пример с более старших людей, которые выпивают, и стараясь подражать им (казаться взрослыми), начинают принимать спиртное.

Ведущий предлагает участникам назвать причины, по которым люди употребляют алкоголь. Полученные ответы записываются на доске или на большом листе.

Мини-лекция

Учащиеся делятся на три команды. В течение 7 минут каждая из них должна выразить при помощи коллажа, сценки или рисунка последствия употребления алкоголя:

- а) для человека/личности (команда № 1);
- б) для семьи (команда № 2);
- в) для общества (команда № 3).

Команды представляют всей группе результаты своей работы.

Вопросы для анализа:

1) Для кого последствия потребления алкоголя более разрушительны: для человека или для семьи? Для человека или для общества? Может ли алкоголь затронуть одного только пьющего человека, не касаясь его семьи?

2) Кто чаще всего страдает, когда в семье один из родителей употребляет алкоголь? А когда это делает один из детей?

3) Что случается с человеком, который становится зависимым от алкоголя? До чего это может довести?

4) Что бы вы сказали ребенку/подростку, употребляющему алкоголь?

Выводы

1. Независимо от причин, приведших к чрезмерному употреблению алкоголя, это очень рискованная привычка, способная разрушить не только здоровье самого потребителя, но и судьбы его близких.

2. Детям и молодежи следует знать о вредных последствиях чрезмерного потребления алкоголя, чтобы самим избежать как зависимости от него, так и других возможных рисков.

3. Алкоголя в малых количествах не бывает.

**РАБОЧАЯ КАРТОЧКА****ИНСТРУКЦИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ**

Имя _____

1. Прежде чем начать что-либо делать, прочтите все пункты инструкции, но работайте как можно быстрее.
2. В правом верхнем углу напишите Ваше имя.
3. Напишите Ваше место жительства _____.
4. Во втором предложении обведите в кружочек слово «углу».
5. Напишите название места Вашего рождения _____.
6. Напишите имя Вашей любимой звезды (кино, спорт и пр.) _____.
7. В левом нижнем углу нарисуйте треугольник.
8. В шестом предложении подчеркните слово «любимой».
9. Напишите Ваш возраст в месяцах _____.
10. Напишите, каково Ваше семейное положение _____.
11. Умножьте Ваш возраст в годах на 8 и запишите полученную цифру ____.
12. В левом верхнем углу нарисуйте равносторонний треугольник.
13. Внутри равностороннего треугольника начертите Х.
14. Когда вы сделаете это, крикните «Есть!».
15. Громко произнесите Ваше имя.
16. Положите руку на голову, закройте глаза и посчитайте вслух от 10 до 1.
17. Продолжая держать руку на голове, запишите Ваше любимое число ____.
18. Вы закончили читать все, прежде чем приступить к работе. Теперь выполните только те задания, которые определены в предложениях 1 и 2. После этого положите ручку и подождите, пока другие закончат упражнение.

Не разговаривайте!



ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ

«ЯЩИК ПАНДОРЫ»

Задачи:

- оценивать, насколько представлены в рационе основные продукты питания;
- составлять рацион питания, соответствующий здоровому образу жизни;
- избегать употребления нездоровой пищи;
- пропагандировать здоровое питание в своей семье.

Информация по теме для педагогов

1. Для большей эффективности занятие целесообразно проводить с врачом школы или лица (колледжа).

2. При проведении классного часа необходимо использовать *ключевые понятия по теме: Правильное питание* — важная составляющая здоровья.

Диета — это не значит голод, наоборот, чтобы уменьшить свой вес, нужно есть 5 раз в день.

Индекс массы тела (ИМТ) — это вес в килограммах, деленный на рост в квадрате (в метрах). Например, при росте 170 см (1,7 м) и весе 55 кг индекс массы тела составит 19 (ИМТ = вес 55 делим на рост в квадрате $2,89 = 19$). Показатель от 18,5 до 25 считается нормальным. От 25 до 30 ИМТ — избыточным, более 30 — это уже ожирение.

Еще один важный показатель — *величина окружности талии*. В норме она не должна превышать 94 см у мужчин и 80 см у женщин. Если у вас окружность талии превышает эти цифры, у вас — абдоминальный тип ожирения, то есть жир откладывается преимущественно вокруг внутренних органов и может нарушить их работу.

Самая частая причина избыточной массы тела и ожирения — нарушение равновесия между тем, что и сколько мы едим, и тем, как много и регулярно двигаемся.

Продукты питания являются источником белков, жиров, углеводов, а также витаминов и микроэлементов. Чтобы пища, которую вы принимаете, была полезной, в ней должно быть ежедневно: **белков — 15 %, жиров — не более 30 %, углеводов — 55 % от суточного рациона.**

Пища, которую мы съедаем, в нашем организме преобразуется в энергию. Единицей энергии является калория (ккал) или джоуль (кДж). При расщеплении белков, жиров и углеводов образуется разное количество энергии:

	Ккал\г	кДж\г
Белки	4	17
Углеводы	4	17
Жиры	9	37
Алкоголь	7	29

Количество энергии, необходимой каждому человеку, зависит от роста, веса, возраста, пола, и физической активности в течение дня.

Возрастная группа	Суточная потребность в энергии (ккал\сутки)	
	Мужчины	Женщины
<i>Дети и подростки</i>		
7–9 лет	2000	2000
10–12 лет	2250	2150
13–14 лет	2500	2300
15–18 лет	3000	2400
<i>Взрослые</i>	<i>Мужчины</i>	<i>Женщины</i>
19–24 года	2600	2200
25–50 лет	2400	2000
51–64 года	2200	1800

Если дефицит массы тела (ИМТ менее 18,5 кг/м в квадрате), суточное потребление калорий может быть увеличено. Если же имеется избыточная масса тела (ИМТ более 25), необходимо уменьшить количество потребляемых калорий до 15–20 ккал/кг веса в сутки.

Если вы желаете снизить вес, то оптимальное умеренное, постепенное снижение веса (500 г в неделю) на фоне соблюдения гипокалорийной диеты — второй шаг на пути к красоте и здоровью. Первый шаг — желание это сделать. Третий — это движение и физическая активность.

Диеты с резким снижением веса приведут потом к еще большему набору массы тела. Дело в том, что жировая клетка — это не просто «мешочек» с жиром, это маленькая лаборатория, в которой вырабатывается большое количество гормонов, контролирующих аппетит. И чтобы не вызывать нарушения работы этой лаборатории, снижение веса должно быть постепенным: 500–1 000 г в неделю. Режим питания не должен вызывать чувство голода: чтобы нормализовать вес, нужно есть чаще (завтрак, обед, ужин и два перекуса), но меньше. От ужина вы можете отказаться. Но завтракать просто обязаны.

Нерациональное питание может привести к заболеваниям желудочно-кишечного тракта (воспаление желудка, язва желудка), снижению иммунной системы и, как следствие, к простудным заболеваниям, ослаблению памяти.

Анорексия – психопатологический синдром, навязчивое стремление к снижению веса. Реализуется при помощи диеты или полного отказа от еды, физических упражнений или приема лекарств, воздействующих на аппетит и процессы выделения.

Булимия – «волчий голод», резкое усиление аппетита, наступающее обычно в виде приступа и сопровождающееся чувством мучительного голода, общей слабостью, болями в подложечной области.

Давайте проследим путь диет в истории. Итак, в 1087 г. король Англии Вильгельм Завоеватель становится настолько толстым, что уже не в состоянии ездить верхом. Для уменьшения веса он прибегает к большим количествам алкоголя – это и является его жидкой диетой.

В 1850 г. Вильям Бантинг, автор труда «Письмо о тучности», основанный на советах доктора Вильяма Харви, предупреждает о вреде еды, содержащей много сахара и крахмала. Сам Бантинг успешно сбрасывает 20 кг и выдвигает идею, что съеденные картошка и макароны в человеческом организме превращаются в жир. Идея оказывается настолько популярной, что британские граждане начинают применять слово «бантинг» для обозначения потери веса посредством диеты с ограничением сахара и крахмала.

В 1879 г. выпускник Университета Джона Хопкинса К. Фальберг изобретает **сахарин** (заменитель сахара).

1890-е годы: химик Вильбур Этюотер «расщепляет» еду на отдельные питательные компоненты: белки, жиры, углеводы и измеряет калорийную ценность каждой из этих групп.

В 1896 г. появляются первые рекламы продукции для потери веса.

Ранние 1900-е: Аптон Синклер пропагандирует соблюдение постов как универсальное средство лечения как истощения, так и ожирения. Гервард Каррингтон пропагандирует питание только сырыми фруктами и овощами. Гораций Флетчер пропагандирует длительное и тщательное пережевывание пищи, за что получает прозвище «Великий жующий». Рассел Читтенден, химик из Йельского университета (США), берет на вооружение идею химика Этюотера об измерении еды в калориях.

Калория – это количество тепла, необходимое для поднятия температуры 1 г воды на 1 г градус по Цельсию. Измерение калорий хорошо подходит для определения как энергетической ценности еды, так и энергии, потраченной на физические упражнения. Начинается повсеместный подсчет калорий.

В 1917 г. доктор Лулу Хант Петерс публикует «Диеты и здоровье с разгадкой калорий». Это первая книга, пропагандирующая подсчет калорийностей и соблюдение калоража как методов уменьшения веса.

Необходимые материалы:

- карточки с описанием групп продуктов из Пирамиды питания;
- карточки с описанием ежедневного рациона.

Ход занятия

Разминка. Индекс массы тела.

Индекс массы тела (ИМТ) – это вес в килограммах, деленный на рост в квадрате в метрах. Например, при росте 170 см (1,7 м) и весе 55 кг индекс массы тела составит 19 (вес 55 делим на рост в квадрате $2,89 = 19$). Предлагаем ученикам рассчитать свой ИМТ в течение 1 минуты. Оцениваем и обсуждаем результат.

Пирамида питания

Методом «мозговой атаки» обсудите с учениками группы пищевых продуктов. Напишите все предложенные названия на доске и попросите разделить их на категории на основе общих критериев классификации. Помогите ученикам определить эти критерии.

Разделите класс на четыре команды. Раздайте каждой команде по карточке с названиями групп продуктов питания (рабочая карточка № 1). Попросите создать на основе этих данных пирамиду, у основания которой следует расположить самую распространенную группу, а на ее вершине — редко употребляемые продукты питания.

Предложите ученикам указать для каждой группы ежедневную норму. Рабочая карточка № 3 поможет вам установить суточные нормы питания.

Предложите ученикам написать 4 наиболее часто употребляемых продукта питания. Предложите ввести эти продукты в пирамиду. Определите с учениками состав продуктов для каждой группы.

Представьте пирамиду питания (рабочая карточка № 2).

Меню

Предложите ученикам составить меню на один день: завтрак, обед и ужин, используя для этого карточки № 3 и № 4.

Попросите группы через 10 минут представить меню, обсудив следующие вопросы:

1. Содержит ли меню продукты, богатые белками, жирами и углеводами?
2. Какие продукты можно было бы заменить для того, чтобы скорректировать вес (недостаток или избыток)?
3. Узнали ли вы что-нибудь новое о себе и правильном питании?
4. Как вы будете использовать эти данные на практике?

Вопросы для анализа:

1. Нравятся ли вам определенные продукты питания? Какие именно? Почему? Какие продукты питания вам не нравятся и почему?
2. Чем отличаются твои вкусы от вкусов друзей/семьи?
3. Едите ли вы то же, что и ваши друзья? Почему?
4. Считаете ли вы, что реклама в средствах массовой информации способствует популяризации продуктов питания? Являются ли они, по вашему мнению, полезными? Аргументируйте.
5. Что вы едите, когда сильно торопитесь куда-либо? Почему? К чему может привести нерациональное питание?
6. Какие болезни, связанные с плохим питанием, вам известны?

Выводы

1. Одно из условий здоровья — сбалансированное питание. Потребление фруктов и овощей, молочных продуктов, ограничение потребления сахара и жиров — вот несколько простых рецептов здорового питания.

2. Соблюдайте режим питания: завтрак, обед, ужин и два перекуса. Никогда не забывайте завтракать!



И

Н

Е

Д

Ж

О

Р

З

О

В



РАБОЧАЯ КАРТОЧКА № 1

ГРУППЫ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ

Чтобы пища, которую вы принимаете, была полезной, в ней должно быть ежедневно: белков — 15%, жиров — не более 30%, углеводов — 55 % от суточного рациона.

Углеводы в суточном рационе составляют 50–55 %. Все углеводные продукты по скорости и легкости поступления в организм делятся на две группы:

1) легкоусвояемые – конфеты, сахар, изюм, виноград, инжир, мед, варенье, компоты с добавлением сахара, сладкие газированные напитки на сахаре – они быстро усваиваются, при этом вы получаете столько энергии, сколько вам не нужно при обычной нагрузке, и этот избыток углеводов преобразуется в жир;

2) трудноусвояемые углеводы — огурцы, томаты, капуста, салат, зелень, кабачки, тыква, баклажаны, хлеб из муки грубого помола, отрубей.

Крупы, рис, макаронные изделия

В этих продуктах содержится много углеводов, богатых энергией. Для клеток мозга это единственный источник энергии. Кроме того, в них есть клетчатка, способствующая выведению шлаков из организма и препятствующая накоплению холестерина. Продукты, содержащие клетчатку, в своем составе универсальны: создавая балласт в кишечнике, уменьшают чувство голода, дают ощущение сытости, способствуют перевариванию пищи, улучшают моторику кишечника, способствуют выведению жиров из организма. При недостатке продуктов этой группы в организме наблюдается потеря веса и отставание в развитии.

Овощи и фрукты

Овощи и фрукты обеспечивают организм витаминами и минеральными солями, повышая его иммунитет и помогая бороться с различными заболеваниями. Ежедневное употребление этих продуктов способствует ритмичной работе сердца, нормальному функционированию желудка, кишечника и других органов, благоприятно влияет на зрение и кожу. Для сохранения витаминов и минеральных веществ овощи следует употреблять в сыром виде или готовить на пару.

Продолжение

Включение в рацион фруктов оказывает положительное воздействие на кровь и укрепляет иммунитет человека. Рекомендуется ежедневно употреблять фрукты в свежем виде или в виде соков.

Внимание! При употреблении мороженых и консервированных фруктов рекомендуется избегать употребления фруктов в собственном соку, с высоким содержанием сахара. При содержании в рационе помимо основного питания более 500 г сладких фруктов ваш вес будет расти, так как бананы, груши, виноград, финики — это легкоусвояемые углеводы.

Молочные продукты, мясо, рыба

Молочные продукты являются важным источником кальция, белков и витаминов А, В, С и D, но отличаются высоким содержанием жиров. Эти продукты необходимы для улучшения коагуляции (свертывания) крови, укрепления зубов и костей. Белки должны присутствовать в рационе ежедневно, так как они обеспечивают развитие мышечной ткани. Белки содержатся в мясе, рыбе, яйцах, фасоли. Недостаток белков приводит к чувству усталости и ослаблению организма.

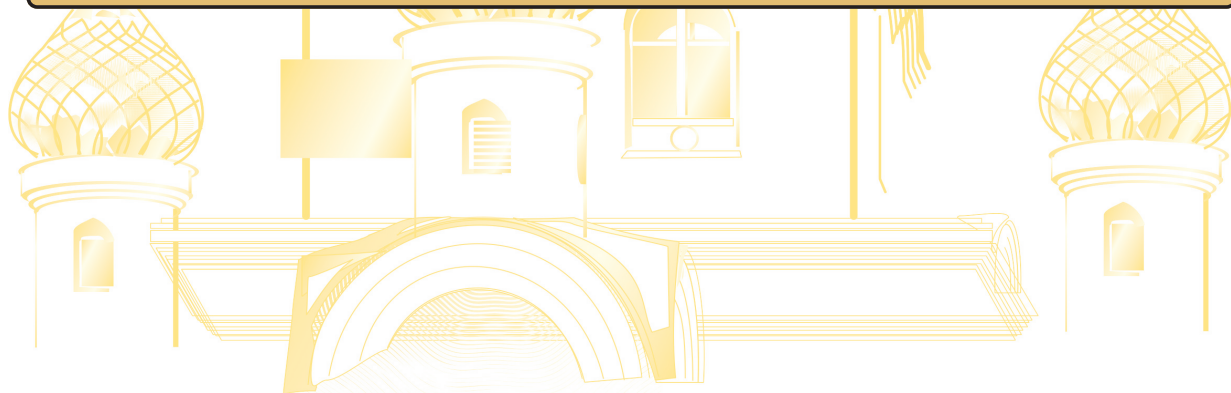
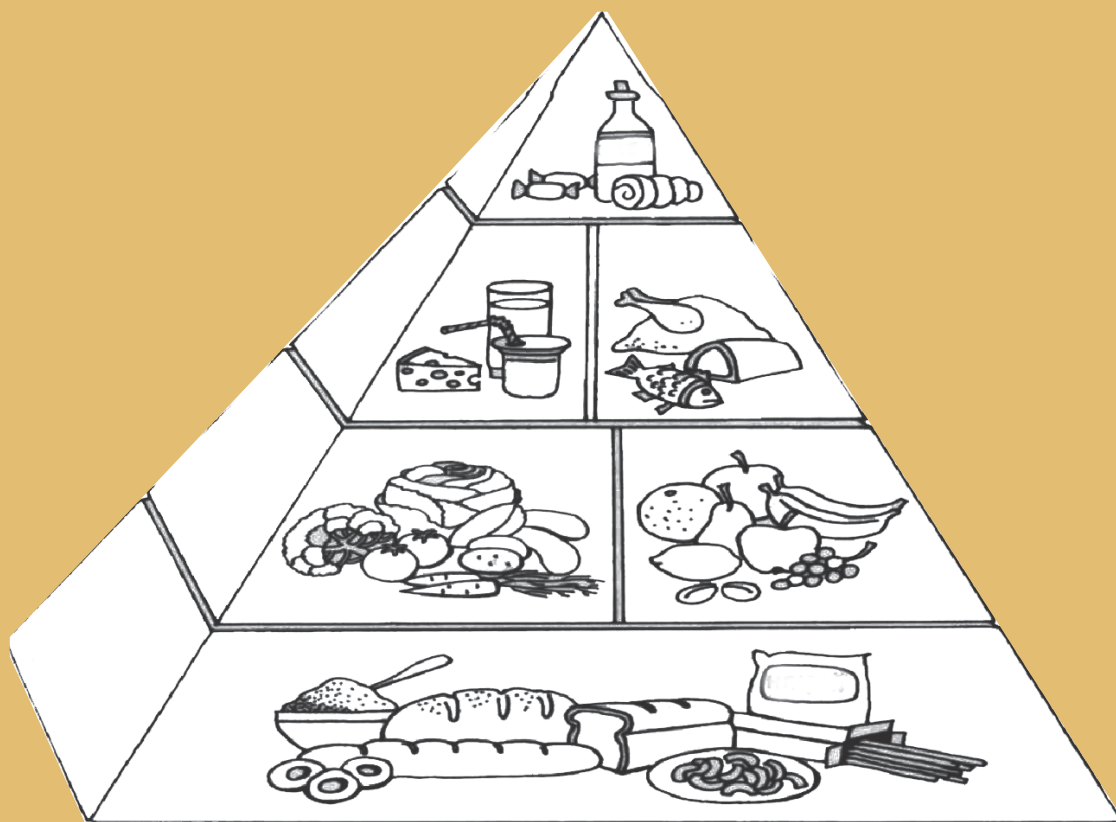
Жиры, сладости (содержат липиды и углеводы)

Масло и жиры в оптимальных количествах необходимы для нормального развития клеток и организма в целом. Натуральные жиры содержатся в мясе, овощах, семенах и орехах. Сахар содержится в меде и фруктах и обеспечивает организм энергией. Однако избыточное содержание масла, жиров и сахара в рационе питания наносит вред здоровью и может стать причиной сахарного диабета, гипертонии и ожирения.



РАБОЧАЯ КАРТОЧКА № 2

ПИРАМИДА ПИТАНИЯ



РАБОЧАЯ КАРТОЧКА № 3

Группа продуктов	Кол-во приемов пищи в день	Кол-во еды за один прием	Питательные вещества
Молоко, молочно-кислые продукты и сыры	2-3	1 стакан молока, 1 стакан кефира (йогурта), 60 г творога	Белки, кальций, витамины А и D
Говядина или свинина, курятина, рыба, фасоль, яйца, орехи	2-3	60-90 г нежирного мяса, 160-90 г рыбы, 60-90 г курятины	Белки, цинк, железо, витамины группы В
Фрукты	2-4	1 свежий фрукт, полстакана консервированных фруктов	Витамины А и С, калий
Овощи	3-5	120-150 г свежих овощей, 60-70 г консервированных овощей, 1 картофелина средних размеров	Клетчатка, железо, (3-каротины, витамины А и группы В, магний
Хлеб, крупы, рис, макаронные изделия	3	1 ломтик хлеба, 30 г крупы, 60-70 г риса или макаронных изделий	Витамины группы В, железо, клетчатка, цинк

РАБОЧАЯ КАРТОЧКА № 4

Калорийность, содержание жиров, белков и углеводов в пищевых продуктах

Продукты, содержание в 100 г	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.
Хлеб пшеничный	7,7	2,4	53,4	254
Хлеб ржаной	4,7	0,7	49,8	214
Сдобная выпечка	7,6	4,5	60	297
Бублики	11	1,3	73	330
Гречневая каша	9,5	1,9	72,2	326
Манная каша	11,3	0,7	73,3	326

Продолжение

Рисовая крупа	7	0,6	73,7	323
Кукурузная крупа	8,3	1,2	75	325
Горох	23	1,2	53,3	303
Фасоль	22,3	1,7	54,5	309
Мед	0,8	0	80,3	308
Зефир	0,8	0	78	299
Сахар	0,3	0	99,5	374
Халва	11,6	29,7	54	516
Шоколад молочный	6,9	35,7	52,4	547
Пирожное слоеное	5,4	38,6	46,4	544
Баклажаны	0,6	0,1	5,5	24
Горошек зеленый	5	0,2	13,3	72
Кабачки	0,6	0,3	5,7	27
Капуста белокачанная	1,8	-	5,4	28
Картофель	2	0,1	19,7	83
Морковь	1,3	0,1	7	33
Огурцы	0,7	-	1,8	10
Помидоры	0,6	-	2,9	14
Грибы	2,3	0,7	1,6	25
Абрикос	0,9	-	10,5	46
Апельсин	0,9	-	8,4	38
Виноград	0,4	-	17,5	69
Груша	0,4	-	10,7	42
Финики	2,5	-	72,1	281
Говядина	18,9	12,4	-	187
Куры	20,8	8,8	0,6	165
Свинина	16,4	27,8	-	316
Карп	16	3,6	-	96
Сельдь	17,7	19,5	-	242
Молоко	2,8	3,2	4,7	58
Сметана 20%	2,8	20	3,2	206
Творог жирный	14	18	1,3	226
Сыр Российский	23,4	30	-	371
Масло сливочное	0,6	82,5	0,9	748
Масло растительное	0	99,9	0	899
Майонез	3,1	67	2,6	627

Б
О
Э
Р
Ж
Д
Е
Н
И
Г

БЕЗОПАСНОСТЬ

**КЛАССНЫЙ ЧАС «ЛИЧНОЕ РАЗВИТИЕ И УПОРСТВО
КАК СПОСОБ ПРОТИВОСТОЯТЬ РИСКАМ»**
(5–11 классы)

Цели занятия. По окончании занятия участники смогут:

- определить последствия взятого на себя риска;
- аргументировать важность процесса постановки целей, ставить цель быть здоровым;
- проанализировать рискованные ситуации из собственной жизни.

Информация по теме для педагогов

1. Для большей эффективности занятие целесообразно проводить с врачом кабинета репродуктивного здоровья Министерства здравоохранения и социальной защиты ПМР.

2. При проведении классного часа необходимо использовать *ключевые понятия по теме*: цель, упорство, риск, безопасность, рискованное поведение, принятие риска.

Цель — задача, которую мы хотим решить. Цели бывают долгосрочными и краткосрочными. Долгосрочные цели устанавливаются на отдаленное будущее, от нескольких месяцев до нескольких лет. Краткосрочные цели представляют задачи, которые мы планируем решить в ближайшем будущем, от одного-двух дней до нескольких недель.

Упорство — свойство личности оставаться твердым и последовательным в своих действиях, несмотря на встречаемые трудности.

Поддержка здоровья — это процесс, посредством которого люди увеличивают контроль над факторами, влияющими на их здоровье.

Рискованное поведение — действия в определенной ситуации и обстоятельствах, приводящие к нарушению здоровья или риску для жизни.

Ценность — это то, что человек ценит и уважает. Если молодые люди научились ценить свое здоровье, они не будут практиковать рискованное поведение.

Материалы: листы бумаги А1, маркеры, карточка для работы.

Время: 45 минут.

Ход занятия

Разминка «Насколько бережно мы относимся к своему здоровью»

1. Участники становятся перед своими стульями. Преподаватель объясняет упражнение:
 - Сейчас я буду зачитывать утверждения. Если не можете применить данное утверждение к себе, вам придется сесть на ваш стул. Пока то, что я буду читать, будет справедливо для вас,

вы будете стоять. Но если вы садитесь, то продолжаете сидеть, даже если вы делаете то, о чем говорится в следующем утверждении.

Иногда кому-то придется сразу сесть, после первого или второго предложения. Если бы порядок предложений был другой, они могли бы все еще стоять. Участники не могут вставать, после того, как они сели.

Попросите участников встать, затем зачитайте предложения из списка:

1. Я прохожу регулярное медицинское обследование.
2. Если я болею, то остаюсь дома и вызываю врача.
3. Я не курю.
4. Я регулярно занимаюсь спортом или фитнесом.
5. Я употребляю здоровую пищу (не очень калорийную).
6. Я не пью спиртных напитков.
7. Я всегда перед едой мою руки.
8. Я с незнакомыми людьми не вступаю в контакт (прокатиться на машине, пойти в кафе).

Чаще всего все в группе сидят к концу упражнения. Спросите участников, что общего в этих предложениях. Если никто этого не говорит, отметьте, что все это касается поведения, связанного со здоровьем. Объясните, что хотя все мы можем хорошо знать, что помогает нам сохранить здоровье, мы не всегда используем эту информацию самым наилучшим образом. Иногда, даже зная, что мы не должны есть много сладостей, мы их все равно едим в огромных количествах.

Вывод: таким образом, потакание нашим слабостям (желание поесть сладкого, нежелание делать зарядку и т. д.) приводит к проблемам со здоровьем. Надо помнить, что многие вредные привычки создают проблемы со здоровьем, лишают человека семьи, друзей, любимых, работы.

«Узнай риск»

Классный руководитель (куратор) обсуждает основные ключевые понятия темы (см. выше). Затем адресует участникам вопросы, касающиеся известных им рисков и их последствий (см. карточку № 1). Пусть хлопнут в ладоши те, кто брал на себя следующие риски. Весь класс оценивает, какова сила хлопков по пятибалльной системе для каждого риска.

Участники делятся на команды по 5–6 человек. Задача каждой команды — перечислить в течение нескольких минут виды рисков, с которыми можно столкнуться на протяжении дня. Можно представлять различные ситуации, предполагающие выбор той или иной модели поведения: *Чужой взрослый предлагает Вам сесть в автомобиль. Ребенок играет в футбол на дороге. Вы переходите дорогу в неустановленном месте.*

Из предложенного списка предметов (карточка № 2) оценить их потенциал в отношении риска для здоровья и назвать первые три наиболее опасных предмета.

Назвать краткосрочную и долгосрочную цели, которые вы планируете достичь по охране здоровья. Представители команд (по одному от каждой) доводят до сведения остальных результаты работы.

Вопросы для анализа:

1. Как вы себя чувствовали во время выполнения задания?
2. Считаете ли вы, что детям важно уметь распознавать опасность в некоторых повседневных ситуациях и анализировать риски, с которыми сопряжено их собственное поведение?
3. Легко ли вам было выбрать три предмета из предложенного списка?
4. Кто может проинформировать ребенка о возможных рисках?

5. Представляют ли эти предметы риск для всех людей? Изменяется ли риск в зависимости от возраста ребенка?

6. Какие другие рискованные ситуации вы знаете?

Выводы

1. Любое предпринятое нами действие, любой сделанный нами выбор обладает своим потенциалом риска.

2. Следовательно, прежде чем принять решение или заимствовать определенную модель поведения, нужно объективно оценить последствия для собственного здоровья и окружающих.

3. Проявлять настойчивость, оставаться последовательным в своих действиях для сохранения здоровья.

КАРТОЧКА № 1

Пусть хлопнут в ладоши те, кто брал на себя следующие риски:

1. Не позавтракать.
2. Пообщаться с незнакомым человеком.
3. Переесть.
4. Водить автомобиль.
5. Курить.
6. Сидеть на диете.
7. Давать деньги в долг.
8. Сплетничать о ком-либо.
9. Пропускать уроки в школе.
10. Потратить крупную сумму денег.

КАРТОЧКА № 2

Предметы, опасные для здоровья детей	Сколько раз команды их выбрали
Сигареты	
Конфета	
Таблетки/лекарства	
Нож	
Спички	
Стакан алкоголя	
Деньги	
Молоток	
Билет в кино	
Стакан воды	
Автомобиль	

ТРЕНИНГОВОЕ ЗАНЯТИЕ «В ЧЕМ СОСТОИТ РИСК?»

Цели занятия:

- определить последствия взятого на себя риска;
- проанализировать рискованные ситуации из собственной жизни;
- перечислить основные понятия феномена «торговля людьми»;
- проанализировать опасные ситуации, связанные с риском;
- перечислить возможные варианты для выхода из ситуаций, представляющих риск.

Информация для педагогов

Ключевые понятия

Риск — ситуация, которая предполагает возможность угрозы, опасности или неприятности. Определенные факторы могут привести человека к совершению поступков с повышенным уровнем риска: курение, употребление наркотиков, алкоголизм, торговля людьми. Существует несколько видов риска: *физический* — катание на велосипеде без шлема, курение, игры на железнодорожных путях, торговля людьми; *эмоциональный* — ссора с другом, отказ выполнить чью-либо просьбу, признание в любви; *социальный* — появление на людях в неподходящей одежде, жалоба властям на несправедливость, несоблюдение поставленных правил.

Эмоция — кратковременное аффективное состояние ситуационного характера, ориентированное на определенный предмет или человека.

Ошибка — поступок или действие, которое является отклонением от нормы и которое может привести к неприятным последствиям.

Безопасность — чувство спокойствия и уверенности, которые присущи человеку, знающему, что он защищен от всякой опасности.

Влияние — воздействие, оказанное одним человеком на другого.

Давление — принуждать кого-либо делать или поступать определенным образом.

Трафикант — лицо, торгующее людьми.

Торговля людьми подразумевает «вербовку, перевозку, перемещение, укрытие или прием лиц с применением угроз или силы, либо иных форм принуждения, похищения, обмана, хитрости, физического насилия, а также используя уязвимое положение, предложение или прием платы или выгоды за получение согласия лица, контролирующего другое лицо, с целью эксплуатации. Эксплуатация включает, как минимум, эксплуатацию других лиц в целях проституции или других форм сексуальной эксплуатации, насильственного труда или услуг, рабства или форм, аналогичных рабству, порабощения или изъятия органов». Единственная серьезная вина этих лиц — это, возможно, лишь доверчивость и торопливость.

Этапы торговли людьми:

1. Вербовка. Позитивные представления об успешном отъезде в ближнее или дальнее зарубежье на заработки без принятия во внимание факторов риска используются лицами, вербующими будущих жертв с целью их продажи членам сетевой торговли людьми. Общей чертой всех типов вербовщиков является доверие, которое они внушают жертвам. Вербовка осуществляется следующими способами:

1) Посредством ложных предложений хорошо оплачиваемых рабочих мест за рубежом (продавщица, официантка, повар, танцовщица, няня, работник сельскохозяйственной сферы или швейной промышленности).

2) Через агентов художественного импрессариата, посредством небольших рекламных объявлений, в особенности относящихся к женщинам. Например: «Ищем молодых девушек, танцовщиц, балерин для поездки в страну Х...»; «Немедленная отправка...»; «Ты можешь зарабатывать 1000 долларов в месяц...»; «Я уже отправлял девушек, они вернулись и купили



себе дом (квартиру)...»; «Такая красивая девушка как ты, по специальности... может зарабатывать много денег в ...» и т. п.).

3) Через туристические агентства.

Многие туристические агентства под маской легальной лицензии осуществляют криминальную деятельность, включая содействие нелегальной миграции и торговле людьми.

4) Через брачные агентства.

В данной группе немного случаев вербовки, чаще соответствующие агентства способствуют отношениям между молодыми женщинами и более старшими, но богатыми мужчинами из Западной Европы, с целью заключения брака. Как правило, мужчина посылает деньги на открытие визы, на покупку билета или говорит жертве, что отдаст ей деньги, как только она попадет в страну назначения.

5) Путем применения силы, в особенности посредством похищения.

Лица, вступающие в контакт с членами сети трафика, могут заметить определенные признаки, означающие опасность:

- просьба сохранять это дело в тайне;
- предоставление поверхностных сведений об условиях работы или проживания;
- предложение льгот в том, что касается подготовки документов;
- нелегальное пересечение границы;
- обеспечение денежной суммой, необходимого для легального пересечения границы.

Предложение типа «я за тебя заплачу, а ты рассчитаешься со мной, когда приедем» почти всегда заключают в себе потенциальную опасность.

2. Перевозка. Торговля людьми осуществляется по определенным маршрутам, из страны происхождения в страну назначения, где имеет место продажа. В некоторых случаях продажа осуществляется и в странах транзита. В большинстве случаев для перевозки вербовщики обращаются к проводникам.

Существуют определенные признаки, которые могут навести на мысль об опасности попадания в сеть трафика:

- удержание проводником документов, удостоверяющих личность по различным причинам;
- запрет выходить в общественные места или содержание в закрытом помещении;
- постоянный надзор и запрет контактировать с друзьями и родственниками;
- разделение едущих в группе и направление по разным маршрутам;
- изменение условий договора в пути;
- обязанность оказания каких-либо услуг в счет долга.

3. Продажа. Продажа осуществляется за пределами страны без оповещения жертвы, которая становится, таким образом, «собственностью» хозяев заведений в странах, язык которых они не знают (в большинстве случаев), в которых они не могут попросить помощи, чтобы выйти из тупика, где имеют нелегальный статус и рискуют подвергнуться наказанию, как со стороны «хозяина» — за неповиновение, так и по закону, так как в большинстве случаев у них отбирают документы. Цена продажи определяется в зависимости от физического аспекта и возраста продаваемых лиц, страны, в которой осуществляется продажа.

4. Лишение свободы и эксплуатация. В большинстве случаев жертвы осознают, что их продали, в тот момент, когда их лишают свободы и подвергают эксплуатации, — этап, характеризующийся изоляцией в закрытых и хорошо охраняемых местах, полным отсутствием возможностей для общения (у них отбирают мобильные телефоны, документы, удостоверения личности и т. д.), принуждением заниматься проституцией, насильственным трудом, попрошайничеством и т. п.

Жертвы содержатся в бесчеловечных условиях: изоляция (в темноте, нищете, холоде, удушающей жаре), голод, угрозы, принятие наркотиков, жестокое обращение, изнасилование одним или более лицами и пр. Произволы, которым они подвергаются, ведут к разрушению личности, физической выносливости, душевной стойкости против чьей-то воли, противостоянию.

5. Перепродажа. Чаще всего жертвы вступают в цикл фальшивых долгов: лица, которые их покупают, утверждают, что они должны окупить вложенные деньги. В то время как помимо вложенной суммы они получают и выгоду (в противном случае вложение не будет рентабельным!), следует перепродажа другому лицу, который, в свою очередь, выплатил определенную сумму, которую нужно возместить. Таким образом, жертвы вступают в цикл перепродажи, в некоторых случаях они перепродаются даже клиентами.

6. Выход из сети. Из общего числа лиц, подвергнутых трафику, относительно небольшому проценту удалось сбежать либо они были переданы хозяевами полиции вследствие облав. Выход из сети (побег) предполагает использование благоприятных стечений обстоятельств, из-за условий, при которых жертвы лишены свободы, и огромного риска.

Важным аспектом является и признание властями стран, в которых находится жертва, статуса жертвы. Многие побег, по рассказам жертв, были совершены с помощью клиентов, которые предложили определенные инструменты (телефон, деньги, справочник) либо обратились в органы правопорядка.

7. Репатриация. Репатриация осуществляется МОМ (Международная Организация по Миграции), посольствами и консульствами.

Жертвам выдается документ на выезд (белый паспорт) и проездные документы, а встреча в стране организуется командой помощи МОМ, которая помогает им интегрироваться в программы помощи жертвам трафика.

Оказывается психологическая, социальная поддержка, медицинская помощь.

Последствия феномена торговли людьми затрагивают религиозно-моральные, экономические, социальные аспекты, а также нарушают права человека.

Торговля людьми представляет собой посягательства на целостность человека, человеческую личность и семью, оставляет глубокий след в жизни тех, кто вовлечен в этот процесс, равно как и в жизни их семей. Согласно Декларации прав человека, которая в статьях 3, 4, 5 предусматривает право на жизнь, свободу, безопасность (ст. 3), никого не имеют право держать в неволе (ст. 4), никто не может быть подвержен истязаниям, наказаниям, жестокости (ст. 5).

Участники: ученики 15–17 лет/ родители/педагоги.

Материалы: листы бумаги А1/ доска, маркеры.

Время: 45 минут.

Ход занятия

Разминка «Скажи „НЕТ!“»

Разделите класс на 3 группы. Сообщите, что им предстоит обсудить в группах различные способы говорить «НЕТ!» рискованному поведению (наркотики, алкоголь, курение, половые контакты) и продемонстрировать это, используя карточку № 1.

Первая группа покажет возможные варианты только вербального способа отказа (убедительно, неубедительно, слабовольно, с обоснованием, с шуткой) на предложение попробовать наркотик. Вторая группа покажет возможные варианты только невербального способа отказа (убедительно, неубедительно, слабовольно) на предложение попробовать алкогольные напитки и курение. Третья группа — возможные варианты вербального + невербального способов отказа

(убедительно, неубедительно, слабовольно, с обоснованием, с шуткой) на предложение добрых отношений.

По очереди команды представляют варианты отказа вести рискованный образ жизни.

Обсудите следующие вопросы:

1. Какие способы говорить «НЕТ» были применены?
2. Какие из них были наиболее эффективны? Аргументируйте.
3. Какие другие методы можно было бы использовать?
4. Считаете ли вы данные ситуации реальными?
5. Сложно ли говорить «НЕТ», когда тебя о чем-то просят?

«Линия жизни»

1. Предлагаем ученикам в течение 2 минут на бумаге нарисовать линию своей жизни начиная с момента рождения до настоящего времени, и как они ее представляют в будущем, с последовательностью самых важных произошедших и предшествовавших событий.

Пример: Рождение – школа – работа – женитьба – дети – внуки – старость...

2. Предлагаем 2–3 учащимся представить свою линию жизни. Преподаватель отмечает, что каждый человек думает только о хорошем будущем для себя и своих близких. Но нельзя забывать о том, что в жизни каждого человека могут возникнуть непредвиденные обстоятельства, которые могут произвести большие изменения в плане существования. И это может быть вовлечение в торговлю людьми в качестве жертвы этого явления.

3. Что такое торговля людьми? После полученных ответов учитель дает определение торговли людьми и 7 этапов этого процесса и записывает схему на доске. (см. *Ключевые понятия*).

Опасные ситуации с риском стать жертвой торговли людьми

Ход упражнения: делим класс на 6 групп. Каждая группа получит по две карточке с одним из примеров предложений вербовки и торговли людьми и выполнит следующее задание. С помощью метода «*Подумай и представь*» (см. «Программа», С.57, п. 5) по карточке № 1 определить способ вербовки и возможные варианты развития ситуации, по карточке № 2 – портрет жертвы, способ вербовки, способ репатриации.

Вопросы для анализа:

1. Последствия торговли людьми для жертв и их семей.
2. Причины торговли людьми.
3. Портрет жертвы.
4. Может ли жертва перевоплотиться в трафиканта?
5. Поможет ли данная информация избежать риска стать жертвой торговли людьми?

Выводы

1. Любое предпринятое нами действие, любой сделанный нами выбор обладает своим потенциалом риска.

2. Следовательно, прежде чем принять решение заимствовать определенную модель поведения, нужно объективно оценить последствия для собственного здоровья и окружающих.

3. Риск существует на каждом шагу, если мы неправильно оцениваем ситуацию, в которой находимся.

4. Когда мы действуем с осторожностью, анализируя задействованные факторы, плюсы и минусы своего поведения, варианты действий и их возможные последствия, то сводим потенциальный риск к минимуму.

5. Когда мы не уверены в последствиях наших действий, а родителей нет рядом с нами, чтобы дать совет, можно обратиться за поддержкой к взрослому, которому мы доверяем (учителю, родственнику, соседу и т. д.).

Приложение

Данные ситуации были заимствованы из календаря международной организации по миграции (МОМ) за 2006 год.

КАРТОЧКА № 1

1. Ты прочитала в газете X объявление, в котором незнакомая фирма заключает рабочие договора за границей. Без того, чтобы поинтересоваться у компетентных органов о существовании данной фирмы, ты принимаешь предложение.

2. Коллега твоего брата предложил помощь по улучшению жизни. Пообещал, что поможет быстро сделать паспорт даже если ты не являешься совершеннолетним. Спустя несколько дней появился с паспортом и суммой денег для выезда за границу. С сегодняшнего дня ты другой человек.

3. Человек, которого ты едва знала, предложил помощь в работе за границей. Для того чтобы туда доехать, необходима сумма денег, которой ты не располагаешь. Данный человек намерен помочь с транспортными расходами и визой, сказав, что ты их вернешь позже, оплачивая в рассрочку из большой зарплаты, которую ты будешь получать.

4. И тут появился твой шанс: ты красива, молода и можешь стать моделью. Предлагают большую зарплату, о которой ты не мечтала, а договор не включает занятие проституцией. Посредники в подписании договора убеждают тебя в том, что данные условия останутся неизменными. Ты должна подписать 2 договора: один из них составлен на языке страны, в которой ты будешь работать, а ты этого языка не знаешь. Ты подписываешь их, поскольку тебе говорят, что они идентичны.

5. Незнакомый тип предлагает отвезти тебя домой на машине. Ты видела, что в этой машине находились еще 2 мужчин. С другой стороны, ты никогда не садилась в такую машину, а тип симпатичный и настойчивый.

6. Поругалась с родителями из-за того, что они стали очень вспыльчивыми. Знакомая, которая узнала о тебе из другого источника, предлагает помощь в устройстве на работу за границей. Ты сомневаешься в ее порядочности, но, уступая ее настойчивости, соглашаешься.



КАРТОЧКА № 2

1. Мама Е. скончалась, когда девочке было 10 лет, а отец снова женился. Е. (16) была студенткой. В тот момент, когда она ждала на остановке автобус, ее затащили в машину и напичкали наркотиками. Два месяца насиловали до тех пор, пока один из сутенеров не забыл закрыть дверь на замок. После того как ей удалось бежать, она вернулась к занятиям, но ее сокурсники обо всем узнали и оттолкнули ее. В настоящее время она работает продавцом.

2. П. (17) был сиротой и окончил школу-интернат. Воспитатель П. пришел в сопровождении мужчины, который предложил ему работу и усыновление. П. уехал на пробный период. Его вместе с двумя другими парнями будили в 5 часов утра и они должны были обрабатывать землю и ухаживать за животными. Ночью парней запирали в сарай и кормили 1 раз в 2 дня. П. должен был тяжело работать. Если он в чем-то ошибался, его жестоко избивали. Кто-то из местных жителей пожалел П. и посоветовал ему сбежать. П. сбежал. Работает маляром. Его самая большая мечта — иметь собственную семью и жить в собственном доме.

3. Д. (17) была жестоко изнасилована своим дядей в возрасте 12 лет. Она не смогла остаться в родном селе. В школе ее клеймили и ограничили в общении. В 16 лет она сбежала из дому. В течение 6 месяцев ее принуждали заниматься проституцией. Вместе со своим другом она организовала побег четырех девушек из притона. В настоящее время замужем, у нее есть ребенок.

4. С. (25) была продана в республику Чехия и в течение 8 месяцев ее держали в конюшне с лошадьми. Днем она ухаживала за лошадьми, а ночью друзья жокея-сутенера насиловали ее. Женщина питалась только яблоками и овсом. Беременной, ей удалось сбежать. В настоящее время работает экономкой в Италии.

5. В. (16). Ее отец от нее отказался, считая, что она не его дочь. Вместе со своей матерью В. переехала жить в другое село. Когда ей исполнилось 16 лет, она уехала в Москву, надеясь найти работу. Но В. стала жертвой трафика. После года мучений один мужчина помог ей вернуться на родину. Она получила профессию повара и вышла замуж.

6. В. (16) была продана своей родственницей в Турцию, где ее 8 месяцев избивали и насиловали. После возвращения домой она дала свидетельские показания против сутенера, которого приговорили к 10 годам лишения свободы.



**СОЦИАЛЬНО-
ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ
ЗДОРОВЬЕ**

ЖИЗНЬ	277
СОЗИДАНИЕ	295
СЕМЬЯ	305
КРАСОТА	313
ГАРМОНИЯ	324
ОПТИМИЗМ	346
ДУХОВНЫЙ МИР ЧЕЛОВЕКА	355
ИНДИВИДУАЛЬНОСТЬ	364
ЛИЧНОСТЬ	377

СОДЕРЖАНИЕ ВОСПИТАНИЯ ПО ФОРМИРОВАНИЮ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ У ПОДРОСТКОВ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЕ

1. Задачи воспитания социально-психологического здоровья учащихся в общеобразовательной школе:

- формирование представлений о позитивном воздействии на здоровье оптимизма;
- развитие гуманистического мировоззрения;
- воспитание потребности осваивать речь и умножать истину, добро, красоту, свободу, освоение идеологической культуры как базовой нравственной ценности.

Ценности: жизнь, созидание, красота, гармония, оптимизм, духовный мир человека, индивидуальность, личность.

Представления: о структурных компонентах личности, ее целостности; о профилактике домашнего насилия, трафике; противодействие манипуляции сознанием, сектантству; представления о возможном негативном влиянии компьютерных игр, телевидения, рекламы на здоровье человека, представления о конструктивных способах взаимодействия между людьми.

2. Ценностные основы социально-психологического здоровья учащихся

Высшая форма деятельности психики — сознание, дух, мышление, идеалы, ценности. Самосознание человека формируется на основе его прав и свобод. Если человек не осознает свои свободы и права, то падает самооценка личности, не развивается чувство собственного достоинства. Таким образом, права и свободы являются основой психического здоровья человека. Несвоевременное освоение прав и свобод ведет к формированию психики человека с рабским сознанием, агрессивным поведением, лицемерием и т. п. Психологически здоровый человек — это человек, у которого развит интеллект, свободная воля, благодарная память и высшие чувства. Это единство и обеспечивает психическое здоровье, является основой духовного здоровья. Стать субъектом психического здоровья — сознательно развивать, контролировать, рефлексировать, оценивать свой сложный психический мир, соизмерять его возможности со своей деятельностью.

Параметры социально-психологического здоровья человека: оптимистическое миропереживание как доминанта, развитие гуманистического мировоззрения, адекватного потребностям эпохи, развитие субъекта культуры, воспитание индивидуально-творческого личностного отношения к действительности, воспитание потребности осваивать речь и умножать истину, добро, красоту, свободу, освоение идеологической культуры, потребность

постоянного общения с книгой или искусством, воспитание духовности. Духовность включает в себя трудолюбие, благотворящий разум, добродетельную свободную волю, недремлющую совесть, благодарную память и ответственную свободу.

Социально здоровый человек – это человек, прошедший социализацию, то есть у него освоены и развиты основные сущностные качества человека (он стал субъектом деятельности, собственного сознания и общения, развил способности осуществлять себя в жизни); освоены социальные нормы, установки, развиты социальные компетентности. Социально здоровый человек – это человек, который свободно развивается и во благо себе, и во благо общества.

3. Примерные формы и методы воспитательной работы с учащимися в школе в контексте формирования социально-психологического здоровья

Для работы по данному виду здоровья необходимо активное привлечение психологической службы школы, родительской общественности и священнослужителей. Особую роль в воспитании ценностного отношения к таким понятиям, как «жизнь», «созидание», «красота», играет привлечение нравственного содержания учебных предметов: литературы, обществознания, изобразительного искусства, музыки.

Для создания целостного воспитательного пространства в школе, помимо работы с учащимися, необходимо проводить работу с педагогическим коллективом и родительской общественностью. В этой связи Программа предполагает не только формы работы с учащимися 5–11 классов, но и содержание педагогических советов и родительских собраний по данному виду здоровья.



ЖИЗНЬ

КЛАССНЫЙ ЧАС «ВЫБОР ЖИЗНЕННОЙ ПОЗИЦИИ»* (7–11 классы)

Цели:

- помочь учащимся сделать правильный выбор жизненной позиции;
- помочь взрослому человеку разобраться в сложном, многообразном мире людей;
- пробудить интерес у учащихся к проблемам самопознания и самовоспитания.

Оформление: плакаты с высказываниями о жизни:

«Есть только миг между прошлым и будущим, именно он называется жизнью...»

«Жизнь непроста, она не может быть ровной и гладкой».

«Жизнь – это горение, а в огне что-то сгорает.

Жизнь – это свет, а свет кого-то слепит.

Жизнь – это борьба, а в борьбе должен быть победитель.

Жизнь. В этом слове немало значений.

Жизнь цветка, которому отпущено на веку одно лето.

Жизнь птицы, живущей три весны.

Жизнь человека. И жизнь страны».

А. Лиханов

Информация по теме для педагогов

1. Для большей эффективности занятие целесообразно проводить с сотрудниками психологических служб и психологами и священнослужителями Тираспольско-Дубоссарской Епархии.

2. При проведении классного часа необходимо использовать следующую информацию.

Для знакомства с выбором жизненной позиции учащихся следует ознакомить с Нагорной проповедью Иисуса Христа, которая является ядром учения Православия. Вместе с Десятью заповедями, которые Бог дал человечеству во времена Ветхого Завета, Нагорная проповедь является основным путеводителем жизни христиан.

Ключевые понятия по теме *жизнь* – это выражение полноты физических и духовных сил, душевного подъема, воодушевления, одухотворенности.

Оборудование, материалы и подготовительная работа:

- подготовка карточки с отрывками из следующих произведений:

1) «Пока еще сердце бьется в груди». В. Немирович-Данченко;

2) «Где любовь, там Бог». Л.Н. Толстой;

— вспомнить на уроках литературы следующие произведения: Д. Дефо. «Робинзон Крузо»; Л. Толстой. «Кавказский пленник»; Н.А. Некрасов. «Крестьянские дети»; И.С. Тургенев. «Бежин луг», «Бирюк»; А.С. Пушкин. «Пиковая дама»; А.С. Грибоедов. «Горе от ума»; Ф.М. Достоевский. «Преступление и наказание»; А.Н. Островский. «Гроза»; М.Е. Салтыков-Щедрин. «Премудрый пескарь»; И.А. Бунин. «Господин из Сан-Франциско», «Легкое дыхание»; М.А. Шолохов. «Тихий Дон» и другие произведения о ценности жизни.

Ход классного часа

Вступительное слово классного руководителя

Основная часть

1. Беседа по определению понятия «жизненная позиция»

Классный руководитель.

— Напомните, пожалуйста, определения понятий «жизнь», «жизненная позиция».

Высказывания учащихся.

Классный руководитель.

— Вы помните, что для людей характерны две жизненные позиции: «жизнь для других» и «жизнь для себя». Я хочу, чтобы вы сейчас в группах поработали с отрывками из двух произведений и определили жизненные позиции главных героев.

Первая группа будет работать над рассказом «Пока еще сердце бьется в груди» В. Немировича-Данченко (*приложение 1*).

Вторая группа будет работать над рассказом «Где любовь, там Бог» Л.Н. Толстого (*приложение 2*).

(Возможна подготовительная работа по данным произведениям на уроках литературы. Возможно инсценирование некоторых отрывков из них.)

2. Беседа по анализу работы над произведениями

I группа. Вопросы:

1. О чем данный рассказ?
2. В чем видела смысл своей жизни Ольга Раевская?
3. Как вы считаете, правильно ли поступила сестра Ольга, отказавшись уехать в Россию или в Италию?
4. Как бы вы поступили на ее месте?
5. Какова суть жизненной позиции Ольги: в «жизни для других» или «жизни для себя»?

II группа. Вопросы:

1. О чем данный рассказ?
2. Расскажите, как вы поняли сон Авдеича?
3. Осуществился ли его сон? Почему?
4. Обратили ли вы внимание на то обстоятельство, что ответ на вопрос «А для чего жить-то?» Авдеич искал в Новом Завете? При чем, чем больше читал, тем яснее понимал, как надо жить.

5. Не пробовали ли вы читать Новый Завет, когда перед вами встают какие-нибудь жизненно важные вопросы?

6. Какова была жизненная позиция у Авдеича до чтения Нового Завета, и какой она стала после?

7. Как вы думаете, почему Л.Н. Толстой назвал свой рассказ «Где любовь, там Бог».

3. Беседа о Нагорной проповеди Иисуса Христа

Классный руководитель.

— В продолжение нашей беседы хочу обратить ваше внимание на Нагорную проповедь Христа.

Нагорная проповедь – ядро учения Иисуса Христа. Вместе с Десятью заповедями, которые Бог дал человечеству во времена Ветхого Завета, Нагорная проповедь является основным путеводителем жизни христиан.

«Однажды Иисус взошел на гору, сел там и, когда приступили к Нему ученики и народ, стал учить их заповедям блаженства:

«Блаженны нищие духом, ибо их есть Царство Небесное.

Блаженны плачущие, ибо они утешатся.

Блаженны кроткие, ибо они наследуют землю.

Блаженны алчущие и жаждущие правды, ибо они насытятся.

Блаженны милостивые, ибо они помилованы будут.

Блаженны чистые сердцем, ибо они Бога узрят.

Блаженны миротворцы, ибо они будут наречены сынами Божиими.

Блаженны изгнанные за правду, ибо их есть Царство Небесное.

Блаженны вы, когда будут поносить вас и гнать и всячески неправедно злословить за Меня. Радуйтесь и веселитесь, ибо велика ваша награда на небесах: так гнали и пророков, бывших прежде вас.

Вы – соль земли. Если же соль потеряет силу, то чем сделаешь ее соленою? Она уже ни к чему не годна, как разве выбросить ее вон на погребение людям.

Вы – свет мира. Не может укрыться город, стоящий на верху горы. И, зажегши свечу, не ставят ее под сосудом, но на подсвечнике, и светит всем в доме. Так да светит свет ваш пред людьми, чтобы они видели ваши добрые дела и прославляли Отца вашего Небесного» (Матфей, 5:3-16).

– Какую жизненную позицию проповедовал Иисус Христос?

Высказывания учащихся.

Классный руководитель.

– В каких литературных произведениях авторы обращают наше внимание на выбор жизненной позиции?

Высказывания учащихся. Д. Дефо. «Робинзон Крузо»; Л. Толстой. «Кавказский пленник»; Н.А. Некрасов. «Крестьянские дети»; И.С. Тургенев. «Бежин луг», «Бирюк»; А.С. Пушкин. «Пиковая дама»; А.С. Грибоедов. «Горе от ума»; Ф.М. Достоевский. «Преступление и наказание»; А.Н. Островский. «Гроза»; М.Е. Салтыков-Щедрин. «Премудрый пескарь»; И.А. Бунин. «Господин из Сан-Франциско», «Легкое дыхание»; М.А. Шолохов. «Тихий Дон» и другие произведения о ценности жизни.

Подведение итогов

Классный руководитель.

– В заключение хочу еще раз посмотреть на «весы жизни». Выберите вашу жизненную позицию. Какая позиция наиболее приемлема для вас? (*Ученики кладут на одну из чаш свои шарики, у каждого в руках только один шарик.*)



— Изменил ли кто-то из вас свое мнение о двух жизненных позициях? Ребята, у вас есть возможность еще раз определиться.

(Работа с «весами жизни».)

Домашнее задание. Обсудить эти произведения с близкими и написать эссе «Какую жизненную позицию я выбираю для себя?»

Приложение 1

ПОКА ЕЩЕ СЕРДЦЕ БЬЕТСЯ В ГРУДИ

В. Немирович-Данченко

(Из сборника «Искра Божья»)

Сестра Раевская проснулась под мокрым шатром. Холодный ветер носился по влажной, утонувшей под туманами, болгарской долине, кружился вокруг шатра, врвался под его трепетавшие полотнища, обдавал сыростью и стужей. В шатре, на соломе, спали сестры милосердия; слышалось тяжелое дыхание, бред и стон во сне.

Сестра Раевская проснулась на рассвете. Еще недавно это была русоволосая девушка со свежим личиком. Куда делись эти ее волосы? Отчего так поблекло и так осунулось ее личико? Это не она, совсем не она! На днях с ней встретился ее петербургский знакомый и не узнал.

– Что с вами? - спросил он.

– Два тифа выдержала, и работа у нас, знаете, какая...

– Ольга Петровна, уезжайте скорее! Вы сделали слишком много, будет с вас, – спасайтесь теперь сами.

– Меня посылают в Россию. Говорят, еще два месяца, и я умру здесь.

– Как легко вы говорите это?!

– Притерпелась...

Да, притерпелась, – и она, и все ее подруги. Подвиг их незаметен, только солдат унесет воспоминание о нем в свою глухую деревушку, – солдат, которого они отвоевали у смерти.

День зарождался в тумане холодный и тусклый. Вдали разгоралась перестрелка. Мимо шатра проходили на боевые позиции солдаты.

– Сестра Раевская! Вы назначены в Россию, – говорит молодой врач, приветливо улыбаясь. – Потрудились – будет! Завтра надо выезжать. Только послушайте меня, уезжайте куда-нибудь подальше на юг. Вам надо серьезно заняться собой. Вы женщина богатая, все можете для себя сделать.

Раевская стала укладываться. Сестры прощаются с ней. Теплые, сухие комнаты, свежие постели, горячая пища грезятся им, как невесть какое счастье... Раевская поедет к сестре в Италию. Та уже давно зовет ее к себе, на благодатный юг, на берег теплого моря. У них и солнце греет, и небо безоблачно, – как хорошо там!

– Сестра, Степанов умирает! Уже бред начался!

Раевская бросилась из палатки к умирающему.

В стороне – шалаш из хвороста. Сюда сносили всех, кого отмечала гангрена своей страшной печатью, отсюда один только выход – в могилу. Сестра Раевская пошла сюда, – она не боялась заразы и не раз просиживала над умирающим дни и ночи.

– Ну что, Степанов? – спросила Раевская, входя в шалаш. Метавшийся в бреду раненый дико взглянул на нее. Она положила ему на голову свою худую, бледную руку. Понемногу бред больного стал стихать. На лице мелькнул луч сознания.

– Сестра... голубушка... родимая... все бросили, ты одна со мной. Спаси тебя Бог!

– Ну, полно, полно! Кто же тебя бросил? Видят, что тебе лучше, пошли к другим, что потяжелее. А я зашла сюда отдохнуть, поболтать с тобой. Тебя назначили домой, дома выздоровеешь.

– Дома-то? – и будто солнце бросило свой прощальный свет на потемневшее уже лицо умирающего. – Дома-то, слава Тебе, Господи! У нас семья хорошая, большая; живем, сестра, зажиточно – одних только коров три держим, четыре лошади. Вот у нас как! Мать ты наша, чистая голубка!

И он уже не отрывал от нее своего просиявшего взгляда. Усталая рука сестры оставалась на его горячем лбу. Она не переставала улыбаться умирающему и долго, долго говорила ему о его родной стороне, о далекой семье, которая его ждет не дождется.

Слушая сладкие речи, Степанов отходил счастливый, улыбающийся...

Сестра закрыла умирающему глаза, перекрестила его...

«Все бросили, ты одна со мною», – припомнились Раевской слова Степанова. Так неужели же она бросит теперь их и уйдет? Неужели же то горячее солнце, то синее небо, те счастливые люди заставят ее забыть этот мир скорби и мук, где она была ангелом-хранителем?.. Нет, здесь ее место, пока еще сердце бьется в груди.

– Нет, я не брошу вас, никуда не уйду! – вся в слезах повторяла она.

И она отказалась от всего, она не ушла. Но не ушла она и от смерти, давно сторожившей ее.

**ГДЕ ЛЮБОВЬ, ТАМ БОГ****Л. Н. Толстой***(Сокращенное изложение рассказа)*

Жил в городе сапожник Мартын Авдеич. Жил он в подвале, в маленькой комнатке об одном окне. Окно было на улице. В окно видно было, как проходили люди; хоть видны были только ноги, но Мартын Авдеич по сапогам узнавал людей. Мартын Авдеич жил давно на одном месте, и знакомства много было. Редкая пара сапог в околотке не побывала и раз, и два у него в руках. И часто в окно он видал свою работу. Работы было много, потому что работал Авдеич прочно, товар ставил хороший, лишнего не брал и слово держал. Если может к сроку сделать — возьмется, а нет — так обманывать не станет, вперед говорит. И знали все Авдеича, и у него не переводилась работа.

Авдеич и всегда был человек хороший, но под старость стал он больше о душе своей думать и больше к Богу приближаться. Еще когда Мартын у хозяина жил, померла у него жена. И остался после жены один мальчик трех годов.

Отошел Авдеич от хозяина и стал с сынишкой на квартире жить. Да не дал Бог Авдеичу в детях счастья. Только подрос мальчик, стал отцу помогать, только бы на него нарадоваться, напала на Капитошку болезнь, слег мальчик, погорел недельку и помер. Схоронил Мартын сына и отчаялся. Так отчаялся, что стал на Бога роптать. Скука такая нашла на Мартына, что не раз просил у Бога смерти и укорял Бога за то, что Он не его, старика, прибрал, а любимого единственного сына. Перестал Авдеич и в церковь ходить.

И вот зашел раз к Авдеичу земляк-старичок — уж восьмой год странствовал. Разговорился с ним Авдеич и стал ему на свое горе жаловаться:

— И жить, — говорит, — Божий человек, больше неохота. Только бы помереть. Об одном Бога прошу. Безднадежный я остался теперь человек.

И сказал ему старичок:

— Нехорошо ты говоришь, Мартын, нам нельзя Божьи дела судить. Не нашим умом, а Божьим судом. Твоему сыну судил Бог помереть, а тебе — жить. Значит, так лучше. А что отчаиваешься, так это от того, что ты для своей радости жить хочешь.

— А для чего же жить-то? - спросил Мартын. И старичок сказал:

— А для Бога, Мартын, жить надо. Он тебе жизнь дает, для него и жить надо.

Помолчал Мартын и говорит:

— А как же для Бога жить-то?

И сказал старичок:

– А жить как для Бога, то нам Христос показал. Ты грамоте знаешь? Купи Евангелие и читай, там узнаешь, как для Бога жить. Там все показано.

И запали эти слова в сердце Авдеичу, и пошел он в тот же день, купил себе Новый Завет крупной печати и стал читать.

Хотел Авдеич читать только по праздникам, да как начал читать, так ему на душе хорошо стало, что стал каждый день читать. Другой раз так зачитается, что в лампе весь керосин выгорит, и все от книги оторваться не может. И стал так читать Авдеич каждый вечер. И чем больше читал, тем яснее понимал, чего от него Бог хочет и как надо для Бога жить; и все легче и легче ему становилось на сердце. Бывало, прежде спать ложится, охает он и крехчет и все про Капитошку вспоминает, а теперь только приговаривает: «Слава Тебе, слава Тебе, Господи! Твоя воля!»

И с той поры переменялась вся жизнь Авдеича.

Случилось раз, поздно зачитался Мартын. Читал он Евангелие от Луки. Прочел он главу шестую, хотел ложиться, да жаль было оторваться от книги. И стал читать еще седьмую главу и дошел до того места, где богатый фарисей позвал Господа к себе в гости; и прочел о том, как женщина-грешница помазала Ему ноги и омывала их слезами, и как Он оправдал ее.

И опять снял очки Авдеич, положил книгу и опять задумался.

«Такой же, видно, как я, фарисей-то был... Тоже, я чай, только о себе помнил. Как бы чайку напиться, да в тепле, да в холе, а нет того, чтобы о госте подумать. О себе помнил, а о госте и заботушки нет. А гость-то кто? Сам Господь. Кабы ко мне пришел, разве я так бы сделал?»

И облокотился на обе руки Авдеич и не видал, как задремал.

– Мартын! — вдруг как задышало что-то у него над ухом.

Встрепенулся Мартын спросонок:

– Кто тут?

Повернулся он, взглянул на дверь — никого. Прикорнул он опять. Вдруг явственно слышит:

– Мартын, а Мартын! Смотри завтра на улицу, — приду!

Очнулся Мартын, поднялся со стула, стал протирать глаза. И не знает сам — во сне или наяву слышал он слова эти. Завернул он лампу и лег спать.

На утро до света поднялся Авдеич, помолился Богу, истопил печку, поставил щи, кашу, развел самовар, надел фартук и сел к окну работать. Сидит Авдеич, работает, а сам все про вчерашнее думает. И думает надвое: то думает — померещилось, а то думает, что и вправду слышал он голос. «Что ж, — думает, — бывало и это».

Сидит Мартын у окна и не столько работает, сколько в окно смотрит, и как пройдет кто в незнакомых сапогах, изогнется, выглядывает из окна, чтобы не одни ноги, а лицо увидеть. Прошел дворник в новых валенках, прошел водовоз, потом поровнялся с окном старый солдат в обшитых старых валенках с лопатой в руках. По валенкам узнал его Авдеич. Старика звали Степанычем, и жил он у соседнего купца из милости. Положена ему была должность дворнику помогать. Стал против Авдеича окна Степаныч очищать снег. Посмотрел на него Авдеич и опять взялся за работу.

«Вишь, одурел, видно, я со старости, — сам над собой посмеялся Авдеич. — Степаныч снег чистит, а я думаю, Христос ко мне идет. Совсем одурел, старый хрыч». Однако стежков десяток сделал Авдеич, опять тянет его в окно посмотреть. Посмотрел опять в окно, видит — Степаныч прислонил лопату к стене и сам не то греется, не то отдыхает.

«Человек старый, видно, и снег-то сгребать силы нет, — подумал Авдеич. — Напоить его разве чайком?» Воткнул Авдеич шило, встал, поставил на стол самовар, залил чай и постучал пальцем в стекло. Степаныч обернулся и подошел к окну. Авдеич поманил его и пошел отворить дверь.

– Войди, погрейся, что ль, — сказал он. — Озяб, чай?

– Спаси Христос, и то — кости ломают, — сказал Степаныч. Вошел Степаныч, отряхнулся от снега, стал ноги вытирать, чтобы не наследить по полу, а сам шатается.

– Не трудись вытирать. Я подотру, наше дело такое. Проходи, садись! — сказал Авдеич. — Вот чайку выпей.

И Авдеич налил два стакана и подвинул один гостю, а сам вылил свой на блюдечко и стал дуть.

Выпил Степаныч свой стакан, перевернул дном кверху, на него положил огрызок и стал благодарить. А самому, видно, еще хочется.

– Кушай еще, — сказал Авдеич и налил еще стакан и себе, и гостю. Пьет Авдеич свой чай, а сам нет-нет на улицу поглядывает.

– Али ждешь кого? — спросил гость.

– Жду кого? И сказать совестно, кого жду. Жду, не жду, а запало мне в сердце слово одно. Виденье или так, сам не знаю. Видишь ли, братец ты мой, читал я вчера Евангелие про Христа Батюшку, как Он страдал, как по земле ходил. Слыхал ты, я чай?

– Слыхал, слыхал, — отвечал Степаныч, — да мы люди темные, грамоте не знаем.

– Ну вот, читал я про самое то, как Он по земле ходил. Читал я, знаешь, как Он к фарисею пришел, а тот Ему встречи не сделал. Ну так вот, читал, братец ты мой, я вчера про это самое и подумал: как Христа Батюшку честь-честью не принял! Доведись, к примеру, мне или кому, думаю, и не знал бы, как принять.

А он и приему не сделал! Вот подумал я так-то и задремал. Задремал я, братец ты мой, слышу, по имени кличет; поднялся я — голос, ровно шепчет кто-то: жди, говорит, завтра приду. Да до двух раз. Ну вот, веришь ли, запало мне это в голову, сам себя браню и все жду Его, Батюшку.

Степаныч покачал головой и ничего не сказал, а допил стакан и положил его боком, но Авдеич опять поднял стакан и налил еще.

— Кушай на здоровье! Ведь тоже, думаю, когда Он, Батюшка, по земле ходил, не брезговал никем, а с простым народом больше водился, все по простым ходил, учеников-то набирал все больше из нашего брата, таких же, как мы, грешные, из рабочих. Кто, говорит, возвышается, тот унижится, а кто унижается, тот возвысится. Вы меня, говорит, Господом называете, а Я, говорит, вам ноги умою. Кто хочет, говорит, быть первым, тот будет всем слуга. Потому что, говорит, блаженны нищие, смиренные, кроткие, милостивые.

Забыл свой чай Степаныч. Человек он был старый и мягко-слезный; сидит, слушает, а по лицу слезы катятся.

— Ну, кушай еще, — сказал Авдеич. Но Степаныч перекрестился, поблагодарил, отодвинул стакан и встал.

— Спасибо тебе, — говорит, — Мартын Авдеич, угостил ты меня, душу и тело насытил.

— Милости просим, заходи другой раз, рад гостю, — сказал Авдеич.

Степаныч ушел, а Мартын опять сел к окну за работу. Строчит, а сам все поглядывает в окно.

Прошли мимо два солдата, прошел потом в чищенных калошах хозяин из соседнего дома; прошел булочник с корзиной. Все мимо прошли, и вот поровнялась с окном женщина в шерстяных чулках и деревенских башмаках. Прошла она мимо окна и остановилась у простенка. Заглянул на нее из-под окна Авдеич, видит — женщина чужая, одета плохо и с ребенком, стала у стены к ветру спиной и укутывает ребенка, а укутывать не во что. Одежда на женщине летняя, да и плохая. А из-за рамы слышит Авдеич, ребенок кричит, а она его уговаривает, никак уговорить не может. Встал Авдеич, вышел в дверь, на лестницу и крикнул:

— Умница! а умница! Женщина услышала и обернулась.

— Что же так на холоду с ребенком стоишь? Заходи в горницу, в тепле-то лучше завернешь его. Сюда вот!

Удивилась женщина. Видит, — старик старый в фартуке, очки на носу, зовет к себе. Пошла за ним.

Спустилась под лестницу, вошли в горницу, провел старик женщину к кровати.

Г

Н

Н

Б

Д

Ж

О

Р

Э

О

В

– Сюда, — говорит, — садись, умница, к печке ближе — погреешься и покормишь младенца-то.

– Молока-то в грудях нет, сама с утра не ела, — сказала женщина, а все-таки взяла к груди ребенка.

Покачал головой Авдеич, пошел к столу, достал хлеба, чашку, открыл в печи заслонку, налил в чашку шей.

– Садись, — говорит, — покушай, умница, а с младенцем я посижу, ведь у меня свои дети были, — умею с ними нянчиться.

Перекрестилась женщина, села к столу и стала есть, а Авдеич присел на кровать к ребенку. Чмокал, чмокал ему Авдеич губами, да плохо чмокается — зубов нету. Все кричит ребеночек. И придумал Авдеич его пальцем пугать: замахнется-замахнется на него пальцем прямо ко рту и прочь отнимает. В рот не дает, потому палеи черный. И засмотрелся ребеночек на палеи и затих, а потом и смеяться стал. И обрадовался и Авдеич. А женщина ест, а сама рассказывает, кто она и куда ходила.

– Я, — говорит, — солдатка, мужа восьмой месяц угнали далеко и слуха нет. Жила в кухарках, родила. С ребенком не стали держать. Вот третий месяц бьюсь без места. Проела все с себя. Ходила вот к купчихе, там обещали взять. Я думала сразу, а она велела на той неделе приходиться. А живет далеко. Изморилась и его, сердечного, замучила. Спасибо, хозяйка жалеет нас, ради Христа на квартире держит. А то бы и не знала, как прожить.

Вздохнул Авдеич и говорит:

– А одежи-то теплой али нет?

– Вчера платок последний за двугривенный заложила. Подошла женщина к кровати и взяла ребенка, а Авдеич встал, пошел к стенке, порылся, принес старую поддевку.

– На, — говорит, — хоть и плохая штука, а все пригодится завернуть.

Посмотрела женщина на поддевку, посмотрела на старика, взяла поддевку и заплакала. Отвернулся и Авдеич; полез под кровать, выдвинул сундучок, покопался в нем и сел опять против женщины.

И сказала женщина:

– Спаси тебя Христос, дедушка. Послал, видно, Он меня под твое окно. Заморозила бы я детище. Вышла я, тепло было, а теперь вот как холодно стало. И наставил же Он, Батюшка, тебя в окно поглядеть и меня пожалеть.

Усмехнулся Авдеич и говорит:

– И то Он наставил. В окно-то я, умница, неспроста гляжу.

И рассказал Мартын и солдатке свой сон, и как он голос слышал, что обещался нынешний день Господь прийти к нему.

– Все может быть, — сказала женщина, встала, накинула поддевку, вернула в нее детище и стала кланяться и опять благодарить Авдеича.

— Прими ради Христа, — сказал Авдеич и подал ей двугривенный — платок выкупить. Перекрестилась женщина, перекрестился Авдеич и проводил женщину. Ушла женщина; поел Авдеич щей и сел опять работать. Сам работает, а окно помнит — как потемнеет в окне, сейчас взглядывает, кто прошел. Проходили и знакомые, проходили и чужие, и не было никого особенного.

И вот, видит Авдеич, против самого его окна остановилась старуха-торговка. Несет лукошко с яблоками. Немного уже осталось, видно, все распродала, а через плечо держит мешок щепок. Набрала, должно быть, где на постройке, к дому идет. Да, видно, оттянул ей плечо мешок, захотела на другое плечо переложить, спустила она мешок на панель, поставила лукошко с яблоками на столбике и стала щепки в мешке утрясать. И пока утрясала она мешок, откуда ни возьмись, вывернулся мальчишка в картузе рваном, схватил из лукошка яблоко и хотел проскользнуть, да заметила старуха, повернулась и сцапала малого за рукав. Забился мальчишка, хотел вырваться, да старуха ухватила его обеими руками, сбила картуз и поймала за волосы. Кричит мальчишка, ругается старуха. Не поспел Авдеич шила воткнуть, бросил на пол, выскочил в дверь, даже на лестнице споткнулся и очки уронил. Выбежал Авдеич на улицу; старуха малого треплет за вихры и ругает, к городовому вести хочет; малый отбивается и отпирается:

— Я, — говорит, — не брал, за что бьешь,пусти!

Стал их Авдеич разнимать, взял мальчику за руку и говорит:

— Пусти его, бабушка, прости его Христа ради!

— Я его так прощу, что он не забудет! В полицию шельмеца сведу!

Стал Авдеич упрашивать старуху:

— Пусти, — говорит, — бабушка, он впредь не будет. Пусти ради Христа!

Пустила его старуха, хотел мальчик бежать, но Авдеич придержал его.

— Проси, — говорит, — у бабушки прощенья! И впредь не делай; я видел, как ты взял.

Заплакал мальчик, стал просить прощения.

— Ну вот так. А теперь яблоко на, вот тебе. — И Авдеич взял из лукошка и дал мальчику. — Заплачу, бабушка, — сказал он старухе.

— Набалуешь ты их так, сорванцов, — сказала старуха. — Его так наградить надо, чтоб он неделю этого не забыл.

— Эх, бабушка, бабушка, — сказал Авдеич. — По-нашему-то так, а по-Божьему не так. Коли его за яблоко высечь надо, так с нами-то за наши грехи что сделать надо?

Замолчала старуха.

И рассказал Авдеич старухе притчу о том, как хозяин простил должнику весь большой долг, а должник пошел и стал душить своего должника. Выслушала старуха, и мальчик стоял, слушал.

– Бог велел прощать, — сказал Авдеич, — а то и нам не простится. Всем прощать, а несмышленому подавно. Покачала головой старуха, вздохнула.

– Так-то так, — сказала старуха, — да уж очень набаловались они.

– Так нам, старикам, и учить их, — сказал Авдеич.

– Так и я говорю, — сказала старуха. — У меня самой их семеро было, одна дочь осталась. — И стала старуха рассказывать, где и как она живет у дочери и сколько у ней внучат. — Вот, — говорит, — сила моя уж какая, а тружусь. Ребят-внучат жалко, да и хороши внучата-то: никто меня так не встретит, как они. Аксютка — так та ни к кому и не подойдет от меня. «Бабушка, милая бабушка, сердечная!».

И совсем размякла старуха.

– Известно, дело ребячье. Бог с ним, — сказала старуха на мальчика.

Только хотела старуха поднимать мешок на плечи, подскочил мальчик и говорит:

– Дай я снесу, бабушка, мне по дороге.

Старуха покачала головой и взвалила мешок на мальчика.

И пошли они рядом по улице. И забыла старуха спросить у Авдеича деньги за яблоко. Авдеич стоял и все смотрел на них и слушал, как они шли и что-то говорили.

Проводил их Авдеич и вернулся к себе, нашел очки на лестнице, и не разбились, поднял шило и сел опять за работу. Проработал немного, да уж стал ниткой не попадать, и видит, фонарщик прошел фонари зажигать. «Видно, надо огонь засвечать», — подумал он; заправил лампочку, повесил и опять принялся работать. Докончил один сапог совсем; повертел, посмотрел — хорошо! Сложил инструмент, смел обрезки, убрал нитки и шило, взял лампу, поставил ее на стол и достал с полки Евангелие.

Хотел он раскрыть книгу на том месте, где он вчера обрезком сафьяна заложил, да раскрылось в другом месте. И как раскрыл Авдеич Евангелие, так вспомнился ему вчерашний сон. И только он вспомнил, как вдруг послышалось ему, как будто кто-то шевелится, ногами переступает сзади его. Оглянулся Авдеич и видит: стоят точно люди в темном углу — стоят люди, а не может разобрать, кто такие. И шепчет ему на ухо голос:

– Мартын! А Мартын! Или ты не узнал Меня?

– Кого? — проговорил Авдеич.

– Меня, — сказал голос. — Ведь это Я.

И выступил из темного угла Степаныч, улыбнулся и как облачко разошелся, и не стало его...

– И это Я, — сказал голос.

И выступила из темного угла женщина с ребеночком, и улыбнулась женщина, и засмеялся ребеночек, и тоже пропали.

– И это Я, – сказал голос.

И выступила старуха и мальчик с яблоком, и оба улыбнулись, и тоже пропали.

И радостно стало на душе Авдеича, перекрестился он, надел очки и стал читать Евангелие, там, где открылось. И наверху страницы он прочел:

«И взалкал Я, и вы дали Мне есть, жаждал, и вы напоили Меня, был странником, и вы приняли Меня...».

И внизу страницы прочел еще:

«Так как вы сделали это одному из сих братьи Моих, меньших, то сделали Мне» (Евангелие от Матфея, 25-ая глава).

И понял Авдеич, что не обманул его сон, что, точно, приходил к нему в этот день Спаситель его и что, точно, он принял Его.

КЛАССНЫЙ ЧАС «ЖИЗНЬ – ЭТО...» (7–11 классы)

Цели:

- раскрытие ценности жизни;
- помочь взрослому человеку разобраться в сложном, многообразном мире людей;
- пробудить интерес у учащихся к проблемам самопознания и самовоспитания;
- помочь сформировать активную жизненную позицию.

Оформление: плакаты с высказываниями о жизни:

«Есть только миг между прошлым и будущим, именно он называется жизнь...»

«Жизнь непроста, она не может быть ровной и гладкой.

«Жизнь – это горение, а в огне что-то сгорает.

Жизнь – это свет, а свет кого-то слепит.

Жизнь – это борьба, а в борьбе должен быть победитель.

Жизнь. В этом слове немало значений.

Жизнь цветка, которому отпущено на веку одно лето.

Жизнь птицы, живущей три весны.

Жизнь человека. И жизнь страны».

А. Лиханов

Информация по теме для педагогов

1. Для большей эффективности занятие целесообразно проводить с сотрудниками психологических служб, психологами и священнослужителями Тираспольско-Дубоссарской Епархии.

2. При проведении классного часа необходимо использовать следующую информацию.

Человеку свойственно странное противоречивое отношение к жизни: с одной стороны, мы любим жизнь, с другой – не ценим ее каждодневно. Многие считают, что человек – «это

звучит гордо», но хорошо при этом понимают, что гордиться большинством деяний не приходится. Люди произносят высокие слова, но совершают низкие поступки. Нагорная проповедь открывает отношение к жизни человека в Христианстве. Нагорная проповедь – ядро учения Иисуса Христа. Вместе с Десятью заповедями, которые Бог дал человечеству во времена Ветхого Завета, Нагорная проповедь является основным путеводителем жизни христиан.

«Однажды Иисус взошел на гору, сел там и, когда приступили к Нему ученики и народ, стал учить их заповедям блаженства:

«Блаженны нищие духом, ибо их есть Царство Небесное.

Блаженны плачущие, ибо они утешатся.

Блаженны кроткие, ибо они наследуют землю.

Блаженны алчущие и жаждущие правды, ибо они насытятся.

Блаженны милостивые, ибо они помилованы будут.

Блаженны чистые сердцем, ибо они Бога узрят.

Блаженны миротворцы, ибо они будут наречены сынами Божиими.

Блаженны изгнанные за правду, ибо их есть Царство Небесное.

Блаженны вы, когда будут поносить вас и гнать и всячески неправедно злословить за Меня. Радуйтесь и веселитесь, ибо велика ваша награда на небесах: так гнали и пророков, бывших прежде вас.

Вы – соль земли. Если же соль потеряет силу, то чем сделаешь ее соленою? Она уже ни к чему не годна, как разве выбросить ее вон на попрание людям.

Вы – свет мира. Не может укрыться город, стоящий на верху горы. И, зажегши свечу, не ставят ее под сосудом, но на подсвечнике, и светит всем в доме. Так да светит свет ваш пред людьми, чтобы они видели ваши добрые дела и прославляли Отца вашего Небесного» (Матфей, 5:3–16).

Ключевые понятия по теме *жизнь* – это выражение полноты физических и духовных сил, душевного подъема, воодушевления, одухотворенности.

Оборудование, материалы и подготовительная работа:

- подготовка табличек для участников: «!» – готов ответ, «?» – есть вопрос;
- подготовка учащимися афоризмов, мыслей великих людей о ценности жизни, о смысле жизни.
- шарики по количеству детей;
- карточки со стихами для домашнего задания;
- вспомнить на уроках литературы следующие произведения: Д. Дефо. «Робинзон Крузо»; Л. Толстой. «Кавказский пленник»; Н.А. Некрасов. «Крестьянские дети»; И.С. Тургенев. «Бежин луг», «Бирюк»; А.С. Пушкин. «Пиковая дама»; А.С. Грибоедов. «Горе от ума»; Ф.М. Достоевский. «Преступление и наказание»; А.Н. Островский. «Гроза»; М.Е. Салтыков-Щедрин. «Премудрый пескарь»; И.А. Бунин. «Господин из Сан-Франциско», «Легкое дыхание»; М.А. Шолохов. «Тихий Дон» и другие произведения о ценности жизни.

Ход классного часа

Вступительное слово классного руководителя

Основная часть

1. Беседа по определению понятия «жизнь»

Классный руководитель.

Хочу обратить ваше внимание на высказывание А. Лиханова (*читает слова*).

– Как вы понимаете эти слова?

Высказывания учеников.

Классный руководитель.

– Разве мы можем жить без цветов, без пения птиц? А разве мы можем жить без Отечества, без Родины, без отчего крова? Подумайте и ответьте, как бы вы сами определили, что такое жизнь?

Высказывания учеников.

Классный руководитель.

– Жизнь и существование — одно и то же ли это? Если нет, то в чем разница?

Высказывания учеников.

Классный руководитель.

– Есть два суждения: «Жизнь быстротечна, мимолетна», «Жизнь – долгие, долгие годы». Какое из них наиболее достоверно? Почему?

Высказывания учеников.

Классный руководитель.

– А вот что говорили о жизни известные мудрецы:

«От безбожья до Бога – мгновенье одно,

От нуля до итога – мгновенье одно,

Береги драгоценное это мгновенье:

Жизнь ни мало, ни много – мгновенье одно».

О. Хаям

Классный руководитель.

– Зачитайте афоризмы, мысли великих людей о ценности жизни, о смысле жизни.

Высказывания учеников.

2. Игра «Вырвись из круга»

Классный руководитель.

– Нам свойственно странное противоречивое отношение к жизни: с одной стороны, мы любим жизнь, с другой – не ценим ее каждодневно. Мы считаем, что «человек – это звучит гордо», но хорошо при этом понимаем, что гордиться большинством деяний не приходится. Мы произносим высокие слова, но совершаем низкие поступки. И сейчас вам предстоит небольшое испытание. Но предупреждаю сразу, оно не из легких. Кто к этому готов, кто хочет его пройти, встаньте. (*Дети встают, образуют круг.*)

– Прошу в середину круга выйти того, кто считает себя человеком, достойным носить это почетное звание. (*Желающие входят в круг.*)

– Теперь вы стоите в центре круга, в окружении плотного кольца людей, крепко держащихся за руки, выражение их лиц вам пока не ясно.

– За пределами круга – жизнь. Ваша задача – выйти в жизнь, доказать нам, что вы действительно достойны этого. Но если вы не сделаете этого за одну минуту, то погибнете.

– Любой из вас в любой момент может разомкнуть руки и без всяких проблем выпустить этого, безусловно «хорошего», достойного человека, но это слишком легко. Ваша задача – выпустить в жизнь человека, который действительно будет полезен для общества, будет вкладываться на пределе своих возможностей.

Идет игра. В центре круга – все желающие.

Классный руководитель.

– Как вы поняли, эта игра – прекрасная диагностика жизненного стиля человека. Какие мы разные, как по-разному мы стремимся выйти в жизнь. Кто-то рвется из круга силой, кто-то подкупает, кто-то лукавит, а кто-то идет с открытым сердцем.

3. Беседа о жизненных позициях

Классный руководитель.

– Для людей характерны две жизненные позиции: «жизнь для других» и «жизнь для себя». Остановимся конкретнее на второй позиции – «жизнь для себя».

Известный психотерапевт, кандидат медицинских наук М.Е. Литвак утверждает, что жить надо для себя, ведь самая важная персона для каждого из нас – это мы сами. Жить нужно для себя, это приносит пользу другим. Возлюби ближнего своего, как самого себя – так звучит Евангельская заповедь. Это значит, что ты будешь любить ближнего только в том случае, если полюбишь себя. Что-то подобное мы находим у Пушкина:

Кого ж любить? Кому же верить?
 Кто не изменит нам один?
 Кто все дела, все речи мерит
 Услужливо на наш аршин?
 Кто клеветы про нас не сеет?
 Кто нас заботливо лелеет?
 Кому порок наш не беда?
 Кто не наскучит никогда?
 Призрака суетный искатель,
 Трудов напрасно не губя,
 Любите самого себя,
 Достопочтенный мой читатель!
 Предмет достойный: ничего
 Любезней, верно, нет его.

Классный руководитель достаёт весы. На одной чаше весов написано: «Жизнь для других», на другой – «Жизнь для себя».

Классный руководитель.

– Ребята, выберите вашу жизненную позицию. Перед вами «Весы жизни», назовем их так условно. Какая позиция наиболее приемлема для вас? (*Ученики кладут на одну из чаш свои шарики, у каждого в руках только один шарик.*)

– В нашем случае многие ребята отдали свои голоса за позицию «Жизнь для себя». Весы послужили прекрасной наглядностью. Людям свойственно совершать поступки, именно они определяют жизненную позицию человека. Теперь мы попробуем обвинить или защитить поступок, который характеризует человека, живущего для себя.

Условия игры. Классным руководителем выбирается обвиняемый, он садится в центре стола, далее следует рассказ о его поступке. (Каждый учитель может выбрать его самостоятельно.) В данном случае мы выбрали следующую ситуацию: в нашем классе произошло несчастье – одноклассница попала в автомобильную катастрофу, ей срочно нужна кровь. Каждый из вас без промедления откликнулся на эту просьбу, но нужна группа крови, которая только у обвиняемого, а он ее категорически отказывается давать. Все остальные учащиеся разбиваются на две группы. Первая группа – обвинители, вторая – защитники.

Функции сторон: защитникам нужно найти что-то положительное в этом поступке, а обвинителям – доказать вину обвиняемого. После того как обвиняемый прослушает обе стороны, он должен высказать свое отношение к ситуации. Начинают обвинители, продолжают защитники...

Классный руководитель.

– Смыслом жизни людей другой позиции является «жизнь для других». Может быть, великое счастье в том, чтобы чувствовать, что твоя жизнь где-нибудь и каким-либо образом

действует на благо другой жизни. Таких личностей в переломные моменты истории было немало. Среди них философы, художники, поэты, врачи – люди, готовые отдать результаты своих творений на сотни жизней вперед. Можете ли вы назвать именно таких людей, плодами которых мы пользуемся до сих пор, несмотря на то, что их давно нет?

Высказывания учеников: З. Фрейд, А. Нобель, Ньютон, Иисус Христос и др.

Классный руководитель.

– А иногда человек оказывается способен отдать свою жизнь во имя другой жизни. Жизнь – это самое дорогое, что есть у человека. Однако почему же лучшие из лучших, не задумываясь, отдавали ее по собственному желанию? Это матрос Е. Никонов, погибший под пытками фашистов, но не выдавший своих товарищей, В. Талалихин, совершивший первый в истории войн ночной воздушный таран в небе под Москвой, В. Носов, направивший свой самолет на колонну немецкой техники, и многие другие.

(Можно привести примеры подвигов героев-защитников ПМР.)

Классный руководитель.

Каждый выбирает для себя
Женщину, религию, дорогу,
Дьяволу служить или пороку –
Каждый выбирает для себя.
Каждый выбирает по себе
Щит и латы, посох и заплаты.
Меру окончательной расплаты
Каждый выбирает по себе.

(Звучит песня из кинофильма «Земля Санникова.»)

Классный руководитель.

– А сейчас еще раз посмотрите на «весы жизни». Может быть, кто-то из вас переменял свое мнение о двух жизненных позициях? У вас есть возможность еще раз определиться. *(Работа с весами жизни.)*

Подведение итогов

Классный руководитель.

– Закончить наш классный час я хотела бы такими словами:

Мы все умрем, людей бессмертных нет,
И это всем известно и не ново,
Но мы живем, чтобы оставить след,
Дом иль тропинку, дерево иль слово.
Не все пересыхают ручейки.
Не все напевы время уничтожит.
И ручейки умножат мощь реки,
И нашу славу песня приумножит.

Р. Гамзатов

Учащиеся читают стихи.

СЛЕДЫ

В лесу ли, в поле или у воды
Читаем мы звериные следы.
Вот лисий след петляет меж ветвей –
Лиса наивна в хитрости своей.
Вот след кабаньих кованых копыт,

А вот и дуб, что кабаном подрыг.
 Вот быстрой белки тянется следок.
 Вот на сосне медвежьей шерсти клочок.
 Тут лось лежал, а здесь косою дрожал.
 А там ягненка серый волк задрал.
 Любой охотник знает наперед,
 Что зверь нигде бесследно не пройдет.
 Лишь ты, чудака, живешь ни так, ни сяк.
 Жизнь для тебя, что ломаный пятак.
 Какой же ты оставишь в жизни след?
 Ведь без следа и человека нет!

(Автор неизвестен)

* * *

В жизни по-разному можно жить.
 В горе можно и в радости,
 Вовремя есть. Вовремя спать.
 Вовремя делать гадости.
 А можно и так: на рассвете встать
 И, помышляя о чуде,
 Рукой обнаженной солнце достать
 И подарить его людям.

Сергей Островой

Домашнее задание. Обсудить эти стихи с близкими и написать эссе «Какой след я хочу оставить в жизни».



СОЗИДАНИЕ

«ФИЛОСОФСКИЙ СТОЛ» НА ТЕМУ «ПРЕДСТАВЛЕНИЕ ХРИСТИАНСТВА О РАВЕНСТВЕ ЛЮДЕЙ» * (10–11 классы)

Цели:

- стимулирование естественного стремления старшеклассников разобраться в вопросах, связанных с равенством людей, равенством мужчины и женщины, равенством в домашнем труде, с противоречиями реальности;
- способствовать пробуждению самостоятельной мысли: душа не имеет пола.

Информация по теме для педагогов

1. Для большей эффективности занятие целесообразно проводить с сотрудниками психологических служб, психологами и священнослужителями Тираспольско-Дубоссарской Епархии.

2. При проведении классного часа необходимо использовать следующую информацию.

Христианство провозгласило равенство всех людей перед богом, но церковь при этом санкционировала сословные и классовые перегородки и привилегии.

В отношении христианства к неравенству присутствуют два аспекта. Первый – равенство всех людей перед Богом. В православии изначально перед Богом все равны. Протестантизм придерживается принципа предопределения – деления всех людей на избранных и осужденных еще до их рождения.

Второй аспект связан с социальным неравенством. Христианство признает, что люди неодинаковы по своим физическим и интеллектуальным способностям, имеют разные личные и духовные качества. «Христос вовсе не учит, что люди в настоящем мире физически равны между собою; между ними есть и хромые, и слепые. Едва ли можно считать их равными и духовно, потому что есть люди, которым можно поверить лишь один талант, и есть люди, которым можно вручить и пять, и десять талантов. Люди братья – это не близнецы своего рода».

Ключевые понятия по теме

Равенство – это принцип, в соответствии с которым в обществе обеспечивается одинаковое социальное положение людей, принадлежащих к различным классам и социальным группам.

Оборудование, материалы и подготовительная работа:

— четкое определение темы «философского стола» не менее чем за две недели до проведения мероприятия;

— учащимся предлагаются вопросы, конкретизирующие проблему дискуссии:

1. Как человеку, попавшему в сети повседневной рутины, не забыть, что он – человек – неповторимая индивидуальность?

2. Какие отличительные черты характера современного человека назвали бы вы?

3. Как вы понимаете равенство современных людей?

Вспомнить на уроках литературы следующие произведения: П.П. Бажов. «Каменный цветок»; И.С. Шмелев. «Лето господне»; Н.С. Лесков. «Левша»; Ф.А. Абрамов. «Золотые руки»; М.А. Булгаков. «Собачье сердце»; А.С. Пушкин. «Памятник»; Н.А. Некрасов. «Железная дорога»; М. Метерлинк. «Синяя птица» и другие произведения о труде человека.

Ход «философского стола»

Вступительное слово классного руководителя

Основная часть

1. Беседа о понятии неравенства в христианстве

Классный руководитель.

– В отношении христианства к неравенству присутствуют два аспекта. Первый – равенство всех людей перед Богом. В православии изначально перед Богом все равны. Протестантизм придерживается принципа предопределения – деления всех людей на избранных и осужденных еще до их рождения.

Второй аспект связан с социальным неравенством. Христианство признает, что люди неодинаковы по своим физическим и интеллектуальным способностям, имеют разные личностные и духовные качества. «Христос вовсе не учит, что люди в настоящем мире физически равны между собою; между ними есть и хромые, и слепые. Едва ли можно считать их равными и духовно, потому что есть люди, которым можно доверить лишь один талант, и есть люди, которым можно вручить и пять, и десять талантов. Люди братья – это не близнецы своего рода». *Шейлер М. Социальное учение Христа // Бесплатное приложение к духовному журналу «Странник». СПб., 1911. с. 9–95.*

Христианские философы признают, что «мир, в котором мы живем, есть мир неравенства. Стремиться к установлению здесь равенства, значит стремиться к невозможному... Сама природа человеческих отношений делает это невозможным». *Лютардт Х. Апология христианства. СПб.: Издание книгопродавца И.Л. Тузова. 1892. с. 503.*

– Что говорит святое писание о неравенстве?

Высказывания учащихся.

– Христианство признает сам факт различия людей: «Богатый и бедный встречаются друг с другом; того и другого создал Господь» (Прит. 22.2). Оно принимает не только различия между людьми, но и то, что человеческое общество иерархично. «Богатый господствует над бедным, и должник делается рабом займодавца» (Прит. 22.7).

– Православно-христианское учение легитимизирует существующее социальное расслоение. Вражда и зависть к людям более богатым, занимающим более высокий социальный статус, рассматривается как несогласие, осуждение «премудрых промыслов судьбы». «Всякая душа да будет покорна высшим властям, ибо нет власти не от Бога» (Рим. 13:1).

– «В каком звании кто призван, братия, в том каждый и оставайся перед Богом». (1 Коринф. 7, 20, 24).

Классный руководитель.

– Каких позиций придерживается ислам?

Высказывания учащихся.

– В Коране написано: «Кто родился в бедности, пусть умрет в бедности».

Классный руководитель.

– Архиепископ Иоанн Сан-Францисский (Шаховской) в книге «Листья древа» (опыт православного духоведения) говорит, что «В отношении богатых у Церкви такой обычай: они Ей служат. В отношении бедных: Она им служит. Бедные почитаются, таким образом, достойными помощи, богатые — достойными служения. Церковная психология прямо противоположна психологии, обычно наблюдаемой в миру, где бедные прислуживают, а богатые принимают их услуги как нечто должное». Что имел в виду святой отец?

Высказывания учащихся.

Классный руководитель.

– Господство богатых людей, помимо прав и привилегий, накладывает особую ответственность. Быть слугою не означает потерю человеческого достоинства или ущербность в личностном измерении. «Кто хочет быть большим между вами, да будет вам слугою; И кто хочет быть первым между вами, да будет всем рабом» (Марк, 10.43, 44).

– Что вы думаете о равенстве между мужчиной и женщиной?

Высказывания учащихся.

Классный руководитель.

– Э. Фромм в книге «Душа человека» пишет: «Нечего и говорить, что я не против равенства женщин; но положительные стороны этого стремления к равенству не должны вводить нас в заблуждение. Это часть общей тенденции к устранению различий. Равенство покупается именно этой ценой: женщины равны с мужчинами, поскольку они больше не отличаются от них. Положение, выдвинутое философией Просвещения: «Душа не имеет пола» — получило применение повсюду. Противоположность полов исчезает, а вместе с ней и эротическая любовь, основанная на этой противоположности. Мужчина и женщина стали одинаковыми, вместо того чтобы стать равными как противоположные полюсы.

– Что вы думаете по этому поводу?

Высказывания учащихся.

Классный руководитель.

– Современное общество проповедует этот идеал равенства без индивидуальности, потому что нуждается в человеческих «атомах», неотличимых друг от друга, чтобы заставить их функционировать всех в совокупности как единый механизм, без сбоя и без трения; чтобы все подчинялись одним и тем же приказам, но при этом каждый был уверен, что руководствуется своими собственными желаниями. Как современное массовое производство требует стандартизации товаров, так и общественное развитие требует стандартизации человека, и эта стандартизация называется «равенством».

Высказывания учащихся.

Классный руководитель.

– Социальное положение человека или принадлежность к тому или иному полу не является гарантией или предпосылкой особого отношения Бога. Определяющим параметром служит исполнение заповедей, божественной воли. «Христос не был другом ни рабочего, ни богача, как таковых. Он не поставил бы никому вопроса о том, «беден ты или богат»». Шейлер М. *Социальное учение Христа. с. 93-94.*

– Быть слугою не означает потерю человеческого достоинства или ущербность в личностном измерении. «Кто хочет быть большим между вами, да будет вам слугою; И кто хочет быть первым между вами, да будет всем рабом» (Марк, 10.43, 44).

– Христианство выступает за сглаживание неравенства. Способом нивелирования и предупреждения враждебности является смирение, принятие своего положения как Божьего промысла. «Да удалится от меня зависть, происходящая от представления выгод, доставляемых богатством, и то чувство враждования, коим бедные селятся как бы отмстить богатым за неравенство счастья... Да удалится от меня и это отчаяние, эти мучительные беспокойства, коим так часто предаются бедные... Я не осуждаю жребий, какой Ты определил мне на земле, слово твое говорит мне, что богатый и бедный равно суть чада твоей любви».

– Другим способом, позволяющим избежать социальной напряженности, выступает необходимость терпимого отношения друг к другу. Христианство призывает учитывать интересы ближних, не злоупотреблять властью и силой, быть милосердным. «Кто теснит бедного, тот хулит Творца его; чтущий же Его благоденствует нуждающемуся» (Прит. 14.31).

Подведение итогов

Классный руководитель.

– На социальное неравенство существуют разные точки зрения. Весомой является оценка социального разделения благ и людей как следствия греховности. Так, христианский писатель П. Хельчицкий говорит о социальном неравенстве как о неудобном, идущем во вред и тягость Богу и людям (*Хельчицкий П. Христианство и разделение людей. Издание «Посредника». № 1206. с. 3-7.*)

Другой автор обвиняет церковь в том, что она, «забыв бессмертные принципы своего Основателя, успела выдвинуть на верх горы сильных мира сего, сделать христианство религией властных и богатых» (*Денисов Л. Труд и праздность (Евангельское решение социальной проблемы). М.: Книгоиздательство «Искра», 1906. с. 11.*)

Сказать, что бедность необходима и происходит от Божьих законов, «значило бы произнести самую гнусную хулу на Бога», считает Генри Джордж. «Бедность происходит от человеческой несправедливости к ближнему» и является преступлением, за которое «ответственно общество и из-за которого общество должно страдать» (*Джордж Г. Преступность бедности. Типограф. Т-ва И.Н. Кушнеревъ и К°. М., 1906. с. 4-33.*)

Домашнее задание. Обсудить с близкими и написать эссе «Как вы считаете, в чем причина неравенства людей?».

«ФИЛОСОФСКИЙ СТОЛ» НА ТЕМУ «ТРУДОЛЮБИЕ КАК ДОБРОДЕТЕЛЬ»* (10–11 классы)

Цели:

- стимулировать естественное стремление старшеклассников разобраться в вопросах, связанных с понятием «трудолюбие», «отношение к труду», с противоречиями реальности;
- способствовать пробуждению самостоятельной мысли: «Труд – высшее мерило богоугодности человека». *Владимир Мономах*

Оформление:

- плакаты с пословицами о труде;
- плакаты с высказываниями:

«Труд и деятельность всем необходимы: жизнь без деятельности и не есть жизнь, а что-то уродливое, какой-то призрак жизни. И душевные, и телесные силы человека совершенствуются, умножаются и укрепляются упражнением их».

Святой праведный Иоанн Кронштадтский.

«Истинный труд не может быть без смирения... Делая вещь, надо стараться, чтобы она вышла чистой и красивой, ибо и Господь радуется о всякой чистоте».

Преподобный Варсонофий Великий

«Сколько бы ты ни трудился, сколько бы ни старался – не считай доброго дела своим, потому что, если бы ты не получил помощи свыше, все труды твои были бы напрасны».

Святитель Иоанн Златоуст

Информация по теме для педагогов

1. Для большей эффективности занятие целесообразно проводить с сотрудниками психологических служб, психологами и священнослужителями Тираспольско-Дубоссарской Епархии.

2. При проведении классного часа необходимо использовать следующую информацию.

Добродетель – высокая нравственность, моральная чистота. Главные добродетели – это те, которые признают все цивилизованные люди. К ним относятся: *благоразумие, воздержанность, справедливость, трудолюбие и стойкость*. Принятие христианства ознаменовало новый этап в развитии труда, внесло в него сильное организующее начало, укрепило его духовно-нравственное ядро. Вопреки формально-догматическим трактовкам труда как проклятия Божьего, отношение к труду в Древней Руси, только что принявшей христианство, носило живой самоутверждающий характер. Ибо с самого начала зарождения православия труд рассматривается как нравственное деяние, как богоугодное дело, а не как проклятие.

Ключевые понятия по теме

Ценности – это источники мотивации человека имеющие важное значение в определенной области. Они отражают его личность и конкретизируются в стиле жизни и стандартах среды деятельности. Они придают стабильность человеческим действиям, являясь стержнем для обеспечения карьерного успеха. Для достижения успеха нужно, чтобы личные ценности сочетались с профессиональными амбициями и задачами.

Добродетель – это положительное нравственное качество человека.

Оборудование, материалы и подготовительная работа:

– четкое определение темы ««философского стола»» не менее чем за две недели до проведения мероприятия;

– учащимся предлагаются вопросы, конкретизирующие проблему дискуссии:

1. Трудолюбие – это добродетель?
2. Исследовательская работа пословиц о труде.
3. Исследовательская работа богатырского эпоса.
4. Исследовательская работа о трудолюбии в сказках.
5. Исследовательская работа «Поучения Владимира Мономаха» о труде.
6. Исследовательская работа древнерусского сборника «Златоструй» (XII век) и памятника русского быта и литературы XVI века «Домострой» о труде.

Вспомнить на уроках литературы следующие произведения: П.П. Бажов. «Каменный цветок»; И.С. Шмелев. «Лето господне»; Н.С. Лесков. «Левша»; Ф.А. Абрамов. «Золотые руки»; М.А. Булгаков. «Собачье сердце»; А.С. Пушкин. «Памятник»; Н.А. Некрасов. «Железная дорога»; М. Метерлинк. «Синяя птица» и другие произведения о труде человека.



Ход «философского стола»

Вступительное слово классного руководителя

Классный руководитель.

– Что значит созидать?

Высказывания учащихся.

Классный руководитель.

– Как вы считаете, труд созидает?

Высказывания учащихся.

Классный руководитель.

– Темой нашего ««философского стола»» является «Трудолюбие как добродетель».

Основная часть

1. Беседа об отношении к труду в древности

Классный руководитель.

– Мы хотели бы начать со строк Николая Заболоцкого:

Учащийся читает стихи:

– Не позволяй душе лениться!

Чтоб в ступе воду не толочь,

Душа обязана трудиться

И день и ночь, и день и ночь!

Гони ее от дома к дому,

Тащи с этапа на этап,

По пустырю, по бурелому,

Через сугроб, через ухаб!

Не позволяй ей спать в постели

При свете утренней звезды.

Держи лентяйку в черном теле

И не снимай с нее узды.

Коль дать ей вздумаешь поблажку,

Освобождая от работ,

Она последнюю рубашку

С тебя без жалости сорвет.

А ты хватай ее за плечи,

Учи и мучай дотемна,

Чтоб жить с тобой по-человечьи

Училась заново она.

Она рабыня и царица,

Она наперсница и дочь,

Она обязана трудиться

И день и ночь, и день и ночь!

Классный руководитель.

– Вы согласны с мнением Н. Заболоцкого о том, что «Душа обязана трудиться и день и ночь, и день и ночь!»?

Высказывания учащихся.

Классный руководитель.

– Еще в древности в народной жизни сложился образ крестьянина – богатыря, пахаря, труженика, неразрывно связанного с землей, получающего от нее свою силу.

— Какие примеры богатырского эпоса вы можете привести в пример?

Высказывания учащихся.

— Микула Селянинович, о котором вся Русь знала, что биться с ним нельзя, так как «весь род Микулов любит Матушка сыра земля». Главное в жизни Микулы Селяниновича, согласно былинам, — труд, пахота. В его образе олицетворяется сам народ, ибо только он может поднять те «сумочки переметные», в которых обретаются «тяга земли». Мощь Микулы Селяниновича подавляет и посрамляет черные силы колдовства. Былина рассказывает, как богатырь Волх Всеславьевич, известный своей силой и «вежеством» (то есть владеющий колдовскими тайнами), при рождении которого «подрожала Мать сыра земля; сотрясалося славно царство Индейское, а и сине море сколебалося», вынужден был уступить пахарю Микулушке первенство в труде. Волх Всеславьевич увидел в поле пахаря, который пашет, да с таким размахом, что «ехал Волх до ратая день с утра до вечера, а не мог до ратая доехать». Не утерпел Волх, зовет Микулу Селяниновича поехать с собою в побратимах, и Микула соглашается, но когда пришло время вынимать из земли соху, то ни сам Волх, ни вся его дружина не могли с ней справиться, а только Микула Селянинович одной рукою выдергивает соху из земли и перебрасывает ее за ракитов куст.

— Из семей простых крестьян-тружеников рождаются главные русские богатыри, прежде всего Илья Муромец, которые если уж берутся за работу, то выполняют ее от зари до зари, с полной отдачей и добросовестно.

Классный руководитель.

— Народное сознание, выражаемое в сказках, пословицах, песнях, былинах, не мыслит труд иначе как нравственное деяние, а труженика-крестьянина как главное действующее лицо государства.

— Какие пословицы о труде вы знаете?

Высказывания учащихся.

— «Человек рожден для труда» (имея в виду труд как нравственное деяние), говорят бесчисленные народные пословицы. «Без труда нет добра»; «Труд человека кормит, а лень портит»; «Праздность — мать пороков»; «Кто не работает, тот не ест»; «Без труда не вытащишь и рыбку из пруда»; «Кто хорошо трудится, тому есть чем хвалиться»; «Труду время, потехе час»; «Без труда меду не едят»; «Труд кормит и одевает»; «Терпение и труд все перетрут»; «Без хорошего труда нет плода»; «Работай боле — тебя и помнить будут доле»; «Рукам работа — душе праздник»; «Добрые люди день начинают работой»; «Работай смелее — будешь жить веселее»; «Сегодняшней работы на завтра не откладывай»; «У кого работа — у того и хлеб»; «Без дела жить — только небо коптить».

Классный руководитель.

— Так наши предки жили не одну тысячу лет, ибо в самом древнем славянском календаре (замененным в X веке христианским) этапы этого труда были увековечены в названиях месяцев. Месяц февраль назывался тогда сечень, ибо именно в это время производилась рубка леса под пашню, а месяц апрель именовался берозозоль — в это время сваленный и подсохший лес превращался в золу. Да и вообще в названиях месяцев отражался трудовой характер наших предков. Так, месяц уборки урожая назывался серпень, или жнивень.

— В каких еще литературных произведениях мы сталкиваемся со значительностью труда для людей?

Высказывания учащихся. П.П. Бажов. «Каменный цветок»; И.С. Шмелев. «Лето господне»; Н.С. Лесков. «Левша»; Ф.А. Абрамов. «Золотые руки»; М.А. Булгаков. «Собачье сердце»; А.С. Пушкин. «Памятник»; Н.А. Некрасов. «Железная дорога»; М. Метерлинк. «Синяя птица» и другие произведения о труде человека.

Г

Н

Н

Б

Д

Ж

О

Р

Э

О

В

2. Беседа о трудолюбии в сказках

Классный руководитель.

– Трудолюбие, старательность, добросовестность — отличительные черты положительных героев русских народных сказок, и, наоборот, отрицательные персонажи характеризуются чаще всего как ленивые, неумелые, стремящиеся урвать незаслуженные блага. Причем в сказках положительные черты героев определяют их победу в жизненной борьбе. «Терпение и труд — все перетрут», — говорит крестьянин. В сказках о мачехе и бедных сиротах мачеха посредством трудных и, кажется, невыполнимых работ стремится извести сироту.

«Но несчастье только воспитывает в сиротах трудолюбие, терпение и глубокое чувство любви ко всем страждущим и сострадания ко всякому чужому горю. Это чувство любви и сострадания, так возвышающее нравственную сторону человека, не ограничивается тесными пределами людского мира, а обнимает собой всю разнообразную природу... (эта) нравственная сила спасает сироту от всех козней; напротив, зависть и злоба мачехи подвергает ее наказанию...» — пишет исследователь русских сказок Афанасьев.

– В каких сказках вы находите этому подтверждение?

Высказывания учащихся.

3. Беседа о трудолюбии как добродетели

Классный руководитель.

– Принятие христианства ознаменовало новый этап в развитии труда, внесло в него сильное организующее начало, укрепило его духовно-нравственное ядро. Вопреки формально-догматическим трактовкам труда как проклятия Божьего, отношение к труду в Древней Руси, только что принявшей христианство, носило живой самоутверждающий характер. Ибо с самого начала зарождения православия труд рассматривается как нравственное деяние, как богоугодное дело, а отнюдь не как проклятие.

– В каких пословицах мы видим подтверждение этой мысли?

Высказывания учащихся.

– «Бог труды любит»; «С молитвой в устах, с работой в руках», — часто повторяет русский человек. «Бог повелел от земли кормиться»; «Божья тварь Богу и работает»; «Пчела трудится — для Бога свечка пригодится»; «Не спрашивай урожай, а паши и молись Богу»; «Богу молись, а сам трудись»; «Богу молись, крепись да за соху держись»; «Молись Богу, землю паши, а урожаем будет».

Классный руководитель.

– В процессе подготовки к нашему общению вы должны были ознакомиться с «Поучением Владимира Мономаха», значительно отразившем мировоззрение эпохи, труд — высшее мерило богоугодности человека. Найдите подтверждение этому.

Высказывания учащихся.

– «Еже было творити отроку моему, — делится своим опытом с наследником Мономах, — то сам есмь створил, дела на войне и на ловех, ночь и день, на зною и на зиме, не дая себе упокоя. На посаднике не зря, ни на биричи, сам творил, что было надобе, весь народ, и в дому своем то, я творил есмь».

Классный руководитель.

– Владимир Мономах не противопоставляет физический и умственный труд, хотя первый для него является необходимой предпосылкой успеха во втором. Знание облагораживает труд, делает человека уверенным и сильным. Труд обогащает человека знанием: знание же плодит свободу, сообщает деяниям смысл и истину. Главное же — удовлетворенность собственной

жизнью. Любой труд для человека — радость, а труд умственный вдвойне: в нем человек обретает спокойствие духа и постигает величие Божества.

– Какое отношение к труду в древнерусском сборнике «Златоструй» (XII век)?

Высказывания учащихся.

– В древнерусском сборнике «Златоструй» (XII век) труд рассматривается как источник благочестия. «В труде раскрывается характер человека, и таким образом становится ясно, действительно ли он стремится к блаженству или только делает вид, лукавствуя перед другими».

Классный руководитель.

– Трудолюбие, как главная добродетель крестьянина, добросовестное отношение к труду, ставшее устойчивым обычаем и привычкой, потребность в труде, превратившаяся в один из главных мотиваторов жизнедеятельности, составили неотъемлемую часть мировоззрения крестьянина.

– Какое отношение наших предков к труду как к добродетели, как к нравственному деянию ярко выразилось в замечательном памятнике русского быта и литературы XVI века «Домострое»?

Высказывания учащихся.

– В этой книге создается настоящий идеал трудовой жизни русского человека – крестьянина, купца, боярина и даже князя (в то время классовое разделение осуществлялось не по признаку культуры, а больше по размеру имущества и числу слуг). Все в доме — и хозяева, и работники — должны трудиться не покладая рук. Хозяйка, даже если у нее гости, «всегда бы над рукоделием сидела сама». Хозяин должен всегда заниматься «праведным трудом» (это неоднократно подчеркивается), быть справедливым, бережливым и заботиться о своих домочадцах и работниках. Хозяйка-жена должна быть «добрая и трудолюбивая, и молчаливая». Слуги хорошие, чтобы «знали ремесло, кто кого достоин и какому ремеслу учен». Родители обязаны учить труду своих детей, «рукоделию — мать дочерей и мастерству — отец сыновей».

– «Домострой» осуждает недобросовестную работу и обман как грех перед Богом. «Кто в каком рукоделье нечисто готовит или в ремесле каком украдет что или соврет, и притом побойится ложно: не настолько сделано или не в столько стало, а он врет, — так и такие дела неуютны Богу, и тогда их запишут на себя бесы, и за это все взыщется с человека в день Страшного суда». В общем, полное созвучие с народной мудростью: «дело знай, а правду помни», «Дело делай, а правды не забывай».

Классный руководитель.

– Книга проповедует трудолюбие, добросовестность, бережливость, порядок и чистоту в хозяйстве. Очень тактично регулируются трудовые отношения между хозяином и работником.

Подведение итогов

Классный руководитель.

– В целом говоря о главном, труд рассматривался как проявление духовной жизни, причем трудолюбие было характерным выражением духовности. Очень верно сказано русским педагогом В. А. Сухомлиным, что «отношение к труду является важнейшим элементом духовной жизни человека. Было бы недостаточным и наивным сказать, что трудолюбие воспитывается в процессе труда. Трудолюбие как важнейшая черта морального облика воспитывается и в процессе духовной жизни — интеллектуальной, эмоциональной и волевой. Не может быть трудолюбивым человек, мало думающий, мало переживающий».

Трудолюбие – любовь к труду во славу Божию и для пользы ближнего – одна из добродетелей человека. Такой труд, как правило, требует усилий, а значит, тренирует волю, укрепляет желательную силу души. Безделие же и праздность, напротив, поражают волю слабостью, недаром праздность называют матерью всех пороков. Действительно, от нечего делать, то есть, когда нет полезного и интересного дела, находятся дела непристойные, не требующие усилий воли, душевного и физического напряжения. Известно, например, что если руки ничем не заняты, то там часто оказывается сигарета.

Воля, пораженная слабостью от безделия и праздности, приводит к лени. Человеку становится лень делать даже обычные бытовые дела: вымыть за собой посуду, убрать постель, не говоря уже об уроках и помощи близким людям. Вот и получается заколдованный круг: безделие приводит к лени, лень препятствует делам, то есть ведет к безделию. Не позволяй душе лениться, чтобы не ослабевала ее сила. Умей занять себя полезным делом.

Домашнее задание. Обсудить с близкими и написать эссе «Трудолюбие – это добродетель, которая созидает душу».



СЕМЬЯ

ТРЕНИНГ «РАЗВИТИЕ СЕМЕЙНЫХ ОТНОШЕНИЙ»

Занятие 1

Цель:

- описать свои черты как члена семьи;
- рассказать о своих обязанностях в семье;
- рассказать о своих чувствах, ощущениях в кругу семьи;
- определить факторы (связанные с семьей), которые содействуют развитию представления о себе;
- интерпретировать отношения в семье.

Возраст: подростковый и юношеский.

Гетерогенная группа: муж. и жен.

Способ набора группы: добровольная.

Кол-во участников: до 15-20 человек.

Условия проведения тренинга: просторное помещение.

Информация по теме для педагогов

1. Для большей эффективности занятие целесообразно проводить с сотрудниками психологических служб и психологами.

2. При проведении классного часа необходимо использовать следующую информацию.

Семья – это не просто родственники, живущие рядом. Это близкие люди, которые сплочены чувствами, интересами, идеалами, отношением к жизни. Дом и родители играют решающую роль в становлении психики ребенка, которая заряжается токами самых высоких человеческих побуждений: стремление давать радость себе и близким людям, делить их горести, помогать в тяготах. Поэтому сила любви к своему Дому особым светом освещает подлинно счастливое детство. В юных сердцах зарождается с детства и крепнет с годами чувство, лежащее в глубине души каждого, – это любовь к Дому своему. Рождение этой любви – тайна великая требующая размышлений. Поэтому к ней можно только прикоснуться и предпочесть путь неторопливых раздумий и вопросов. Великое дело, когда рождаются в душе вопросы. В этом труд души.

Семья является для человека самым важным в жизни, и какое счастье, что у человека есть семья, родительский дом – начало всех начал, в жизни каждого «надежный причал».

Семьи отличаются друг от друга привычками, укладом, обычаями, атмосферой, традициями.

В семье возникают конфликтные ситуации, где резкость рождает ответную резкость. Необходимо стремиться обуздывать гнев и раздражение в ссоре. Очень важно для каждого члена семьи – понять позицию другого, посмотреть на спор его глазами. Это по-настоящему творческое, почти актерское умение перевоплотиться в другого человека, увидеть его глубинные переживания. Чаще всего это дает ясное понимание своей и чужой позиции, помогает прийти к согласию.

Ведущий вправе сам компоновать программу тренинга с учетом необходимого времени.

Ключевые понятия по теме

Семья – это группа близких родственников (муж, жена, родители, дети и т. п.), живущих вместе. Это группа, организация людей, спаянных дружбой и объединенных общими интересами;

Родословное (генеалогическое) древо – способ графического изображения генетических связей между отдельными систематическими единицами (видами, родами, семьями и т. д.).

Ценности – это источники мотивации человека, имеющие важное значение в определенной области. Они отражают его личность и конкретизируются в стиле жизни и стандартах среды деятельности. Они придают стабильность человеческим действиям, являясь стержнем для обеспечения карьерного успеха. Для достижения успеха нужно, чтобы личные ценности сочетались с профессиональными амбициями и задачами.

Необходимые материалы: пачка бумаги, цветные карандаши, фломастеры, ручки; карточки «Окна дома» с нарисованным домом и пустыми окнами, в которых участники будут работать; клей, ножницы.

Ход тренинга

Знакомство. Установление контакта с детьми.

Участники подписывают бейджики и рассаживаются на места в круге. Когда все успокоятся и готовы будут слушать, начинается тренинг. Ведущий представляется и говорит несколько слов о том, что будет происходить.

– Сегодня мы продолжим изучать ценности социально-психологического здоровья и коснемся ценности «Семья». Для этого мы проведем для вас тренинг на развитие семейных отношений. Цель нашего тренинга – развивать чувственность друг к другу в семье, интерпретировать отношения в семье, определить свои обязанности в семье. Напомним, что семья – группа близких родственников (муж, жена, родители, дети и др.), живущих вместе. Наша работа будет осуществляться в форме тренинга, по определенным правилам.

Правила работы в группе: ведущим устанавливаются определенные правила работы в группе, которые необходимы для того, чтобы все участники чувствовали себя комфортно и безопасно. Правила заранее выписываются на листе ватмана и после принятия группой закрепляются на видном месте. В течение всех последующих занятий правила группы находятся там же и напоминаются ведущим в начале занятия.

Список правил:

- 1) внимательно слушать друг друга;
- 2) не перебивать говорящего;
- 3) уважать мнение друг друга;
- 4) я-высказывание;
- 5) безоценочность суждений;

- 6) активность;
- 7) правило «стоп»;
- 8) конфиденциальность.

Каждый из пунктов правил поясняется ведущим.

Разминка

Упражнение «*Уши мои локаторы*»

Ход упражнения.

Ведущий. «Я источник энергии и подзаряжаю сидящих со мной справа и слева людей. Поднимаю руку к ушам и соседи поднимают руку к своему уху. Уши мои — локаторы, вызываю Таню! Теперь Таня поднимает руки к ушам и вызывает кого-то другого».

Психологический смысл упражнения: упражнение помогает участникам запомнить имена, снимает напряжение комизмом ситуации.

Игра «Ассоциации»

Ход упражнения: выбирается ведущий, выходит за дверь. Один из участников придумывает ассоциации на самого себя: на каких животных, птиц, дерево, цветок, любой предмет я похож.

Участник-ведущий возвращается в группу. Ведущий тренинга озвучивает ассоциации. Задача — угадать человека за 3 попытки. Каждый из участников должен побывать в роли ведущего и угадываемого.

В конце обсуждаем, что было самым сложным, что нового вы узнали друг о друге, о себе.

Психологический смысл упражнения: помогает узнать больше информации друг о друге, пересмотреть привычные стереотипы.

Основная часть

Упражнение «*Окна дома*»

Ход упражнения: участники получают цветные карандаши, фломастеры и карточку «Окно дома». Ведущий объясняет им, что в течение следующих 15 минут они должны заполнить окошки дома информацией в соответствии со следующими вопросами и заданиями:

1. Назови три своих черты характера в качестве члена семьи.
2. Какие у тебя обязанности в семье?
3. Как ты себя чувствуешь в кругу семьи?
4. Вспомни приятное событие, произошедшее в твоей семье.

(Данные задания участники вписывают в четыре окна карточки.)

Участники заполняют окна дома необходимыми сведениями. Младшие ученики и те, кто лучше выражает свои мысли рисунками, могут заполнять окна картинками.

Каждый участник представляет свой дом и читает то, что он написал в каждом окне.

Вопросы для анализа:

1. Как вы думаете, есть ли у других членов вашей семьи те качества, которыми обладаете вы?
2. Трудно ли было определить свои обязанности?
3. Считаете ли вы, что ваши обязанности соответствуют в семье вашему возрасту и возможностям? Или от вас требуют слишком многого?
4. Каково вам было анализировать чувства, переживаемые в кругу семьи? Если бы нужно было выразить это соотношением пропорций, то какие из них преобладали бы — положительные или отрицательные?

Психологический смысл упражнения: самосознание формируется исходя из того, какими мы себя видим в различных жизненных ипостасях (ученик, член семьи, член общества и т. д.). Наши переживания и опыт в каждой из этих ролей способствуют развитию нашего самосознания.

Упражнение-игра «Тик-так»

Ход упражнения: участники передают друг другу звуковую передачу: «тик» – направо, «так» – налево по кругу; «бум» – означает перемену направления передачи звука. Любой участник игры имеет право изменить направление передачи.

Психологический смысл упражнения: снятие напряжения, активизация внимания.

Упражнение-игра «Я тоже веточка дерева»

Ход упражнения:

1. Ведущий предлагает участникам ряд букв, чтобы они составили из них как можно больше слов: **Я, С, М, Е, Ь**. Так будет найдено слово «семья».

2. Ведущий предлагает каждому изобразить свою семью в виде дерева. Участники могут пользоваться предоставленными материалами (обычная/цветная бумага, маркеры, цветные карандаши, клей, ножницы).

3. «Деревья» прикрепляются на заранее подготовленное панно. Можно использовать в этом качестве классную доску.

4. Ведущий организует обсуждение на основе работ участников.

5. Участникам предлагается рассмотреть и другие «деревья».

Вопросы для анализа:

1. Какие виды деревьев представляют ваши семьи? Опишите эти деревья.

2. Кто из членов семьи является: корнями, стволом, кроной, ветвями? Какая ветка крепче всех? Какой частью дерева являетесь вы?

3. Что значит для вас семья?

4. Кто вам ближе всего? Кому вы можете открыться? С кем у вас наилучшие отношения?

5. Что бы вы хотели делать вместе с семьей?

6. Если бы существовало Дерево Мудрости, с какой просьбой вы бы к нему обратились?

7. Что бы вы изменили в своей будущей семье (по сравнению с нынешней)?

Психологический смысл упражнения: семья священна для каждого из нас, а родители – наши самые близкие люди. Хотя зачастую случается, что мы не понимаем друг друга, и иногда родителей нет рядом с нами, это не значит, что мы любим их меньше или что они не любят нас. Мы приходим в этот мир благодаря нашим родителям и, даже если их нет рядом с нами, можем найти поддержку в окружающих нас людях.

В кругу семьи мы в большей безопасности.

«Мы не приходим в мир; мы приходим из мира, подобно листьям дерева».

Алан Уотте

Завершающее упражнение «Спасибо!»

Ход упражнения: участники становятся в кружок, и ведущий предлагает каждому мысленно положить на левую руку все то, с чем он пришел сегодня: свой багаж настроения, мыслей, знаний, опыта, а на правую руку – то, что получил на этом занятии нового. Затем все одновременно хлопают в ладоши и кричат «да!» или «спасибо!»

1. Какие психологические качества у вас проявились в процессе тренинга?

2. Какие чувства испытывали?

3. Что нового узнали о себе, о группе?

4. Как будете использовать эти знания?
5. Чему научились?
6. Как это пригодится в будущем?
7. Что было важным?
8. Над чем вы задумались?
9. Что происходило с вами?
10. Что нужно развивать на будущее?

— Надеемся, что тренинг не пройдет бесследно в вашей жизни, что-то вам пригодится, над чем-то вы задумались и будете работать в этом направлении.

Психологический смысл упражнения: завершающий ритуал. Позволяет задуматься над содержанием и результатом прошедшего занятия, а также завершить его красиво на положительной эмоциональной ноте.

Занятие 2

Цели:

- определить необходимость эффективного управления материальными ресурсами;
- планировать семейный бюджет на месяц;
- определить понятие «доверенное лицо»;
- обосновать важность отношений, основанных на доверии в семье.

Возраст: подростковый и юношеский.

Гетерогенная группа: муж. и жен.

Способ набора группы: добровольная.

Кол-во участников: до 15-20 человек.

Условия проведения тренинга: просторное помещение.

Информация по теме для педагогов

1. Для большей эффективности занятие целесообразно проводить с сотрудниками психологических служб и психологами.

2. При проведении классного часа необходимо использовать следующую информацию.

Семья – это не просто родственники, живущие рядом. Это близкие люди, которые сплочены чувствами, интересами, идеалами, отношением к жизни. Дом и родители играют решающую роль в становлении психики ребенка, которая заряжается токами самых высоких человеческих побуждений: стремление давать радость себе и близким людям, делить их горести, помогать в тяготах. Поэтому сила любви к своему Дому особым светом освещает подлинно счастливое детство. В юных сердцах зарождается с детства и крепнет с годами чувство, лежащее в глубине души каждого, – это любовь к Дому своему. Рождение этой любви – тайна великая, требующая размышлений. Поэтому к ней можно только прикоснуться и предпочесть путь неторопливых раздумий и вопросов. Великое дело, когда рождаются в душе вопросы. В этом труд души.

Семья является для человека самым важным в жизни. Какое счастье, что у человека есть семья, родительский дом – начало всех начал, в жизни каждого «надежный причал».

Семьи отличаются друг от друга привычками, укладом, обычаями, атмосферой, традициями.

В семье возникают конфликтные ситуации, где резкость рождает ответную резкость. Необходимо стремиться обуздывать гнев и раздражение в ссоре. Очень важно для каждого члена

семьи понять позицию другого, стать на его место, посмотреть на спор его глазами. Это по-настоящему творческое, почти актерское умение перевоплотиться в другого человека, увидеть его глубинные переживания. Чаще всего это дает ясное понимание своей и чужой позиции, помогает прийти к согласию.

Ведущий вправе сам компоновать программу тренинга с учетом необходимого времени.

Ключевые понятия по теме

Семья – это группа близких родственников (муж, жена, родители, дети и т. п.), живущих вместе. Это группа, организация людей, спаянных дружбой и объединенных общими интересами.

Родословное (генеалогическое) древо – способ графического изображения генетических связей между отдельными систематическими единицами (видами, родами, семьями и т. д.).

Ценности – это источники мотивации человека, имеющие важное значение в определенной области. Они отражают его личность и конкретизируются в стиле жизни и стандартах среды деятельности. Они придают стабильность человеческим действиям, являясь стержнем для обеспечения карьерного успеха. Для достижения успеха нужно, чтобы личные ценности сочетались с профессиональными амбициями и задачами.

Необходимые материалы: цветные карандаши, фломастеры; рабочие листы «Люди, которых я бы мог попросить поддержать мне веревку».

Ход занятия

Установление контакта

Участники подписывают бейджики и рассаживаются на места в кружок.

Ведущий.

– Сегодня мы продолжим изучать ценность социально-психологического здоровья «Семья». Для этого мы продолжим тренинг на развитие семейных отношений. Цель нашего тренинга – развитие чуткости друг к другу в семье, определение необходимости эффективного управления материальными ресурсами, планирование семейного бюджета на месяц, обоснование важности отношений, основанных на доверии в семье. Семья – группа близких родственников (муж, жена, родители, дети и т.п.), живущих вместе.

Разминка

Игра «**Ассоциации**»

Ход упражнения: выбирается ведущий, выходит за дверь. Один из участников придумывает ассоциации на самого себя: на какого животного, птицу, дерево, цветок, любой предмет я похож.

Участник-ведущий возвращается в группу. Ведущий тренинга озвучивает ассоциации. Задача – угадать человека за 3 попытки. Каждый из участников должен побывать в роли ведущего и угадываемого.

В конце обсуждаем, что было самым сложным, что нового вы узнали друг о друге, о себе.

Психологический смысл упражнения: помогает узнать больше информации друг о друге, помогает пересмотреть привычные стереотипы.

Основная часть

Упражнение «**Семейный бюджет**»

Ход упражнения: участники делятся на команды по 4–5 человек. Ведущий предлагает им в течение 15 минут составить бюджет на месяц для семьи среднего достатка с двумя детьми.

В конце каждая команда должна представить сумму, которая определена как необходимая.

Участникам напоминают, что следует принимать во внимание как обязательные траты (коммунальные услуги, питание), так и непредвиденные и случайные, существующие в каждой семье.

Учащиеся обсуждают и записывают на листе необходимые суммы расходов.

Каждая команда представляет остальным участникам свой вариант месячного бюджета.

Вопросы для анализа:

1. Какие траты, по вашему мнению, являются самыми важными? Какие расходы возникают во всех бюджетах, разработанных вами?

2. Какими критериями вы руководствовались, когда принимали решение выделить сумму денег?

3. Чем описанный вами бюджет отличается от «идеального»? А от реального, существующего в вашей семье?

4. Каковы последствия неоправданных трат?

Психологический смысл упражнения: деньги — необходимость, но они также «включают» опасность быть легко потраченными. У каждой семьи есть собственный бюджет, которым нужно эффективно управлять, чтобы его хватало на удовлетворение ее нужд.

Дети тоже могут участвовать в составлении семейного бюджета и научиться распределять свои карманные деньги, чтобы быть способными оценить труд и усилия своих родителей.

Упражнение «Лови кастрюлю»

Ход упражнения: участники, сидя или стоя в большом кругу, перебрасываются воображаемыми предметами. Бросая, участник называет предмет и имя партнера. Тот, кому бросают, должен немедленно «пристроиться» к предмету — ведь котенка нужно ловить иначе, чем змею.

Психологический смысл упражнения: снятие напряжения.

Упражнение «Люди, которых я мог бы попросить поддержать мне веревку»

Ход упражнения: участникам раздают цветные карандаши, фломастеры и рабочие листы «Люди, которых я бы мог попросить поддержать мне веревку».

Ведущий объявляет, что каждому из них нужно нарисовать на вершине горы человека, который мог бы поддержать его веревку. Участники размышляют, кто это может быть, и рисуют в течение пяти минут. Закончив рисовать, они по очереди представляют свой рисунок и рассказывают о выбранном человеке.

Вопросы для анализа:

1. Как трудно было выбрать человека, который мог бы поддержать твою веревку?

2. Уверен ли ты, что этот человек не оставил бы тебя одного на полпути?

3. Какие качества заставили тебя проникнуться к нему доверием?

4. Были ли у тебя такие ситуации, в которых этот человек бросил тебе спасательный круг?

5. Как ты думаешь, если бы он выбирал кого-то, чтобы держать его веревку, выбрал бы он тебя?

6. Какими качествами обладает доверенное лицо?

7. У кого доверенным лицом является кто-то из членов семьи?

8. Можешь ли ты довериться незнакомому человеку?

Психологический смысл упражнения: у каждого есть кто-то, к кому он испытывает полное доверие, на кого может положиться в сложной ситуации. Доверенные лица могут быть разными, в зависимости от ситуации. Например, для принятия решения в критический момент



вы можете обратиться к одному человеку, а за помощью в тяжелом физическом труде – к другому. Нам бы хотелось, чтобы доверенными лицами, к которым вы бы обратились в любой ситуации, были члены вашей семьи.

Завершающее упражнение «Спасибо!»

Ход упражнения: участники становятся в кружок, и ведущий предлагает каждому мысленно положить на левую руку все то, с чем он пришел сегодня: свой багаж настроения, мыслей, знаний, опыта, а на правую руку – то, что получил на этом занятии нового. Затем все одновременно хлопают в ладоши и кричат «да!» или «спасибо!»

1. Какие психологические качества у вас проявились при участия в тренинге?
2. Какие чувства испытывали?
3. Что нового узнали о себе, о группе?
4. Как будете использовать эти знания?
5. Чему научились?
6. Как это пригодится в будущем?
7. Что было важным?
8. Над чем вы задумались?
9. Что происходило с вами?
10. Что нужно развивать на будущее?

– Надеемся, что тренинг не пройдет бесследно в вашей жизни, что-то вам пригодится, над чем-то вы задумались и будете работать в этом направлении.

Психологический смысл упражнения: завершающий ритуал. Позволяет задуматься над содержанием и результатом прошедшего занятия, а также завершить его красиво на положительной эмоциональной ноте.



КРАСОТА

«ФИЛОСОФСКИЙ СТОЛ» НА ТЕМУ «КРАСОТА И ДУХОВНЫЙ ОБЛИК ЧЕЛОВЕКА» * (7–11 классы)

Цели:

- дать представление о многообразии форм проявления красоты в человеке,
- стимулировать естественное стремление учащихся разобраться в вопросах, связанных с понятием «красота человеческой жизни», с противоречиями реальности;
- способствовать пробуждению самостоятельной мысли — в чем красота человека;
- развивать вдумчивое и внимательное отношение к окружающим людям.

Оформление: плакаты с цитатами:

«Не надо где-то за тридевять земель искать образ идеального человека, способного пробудить восхищение, изумление: уверяю вас, он есть в родном селе, на улице родного города, надо только уметь видеть идеальность в реальности». *В. А. Сухомлинский*

«Смотрите на людей с мыслью, что вам их обязательно надо написать красками... Скоро вы заметите, что люди оказываются гораздо интереснее, чем раньше, когда вы смотрели на них бегло и торопливо». *К. Г. Паустовский*

Информация по теме для педагогов

1. Для большей эффективности занятие целесообразно проводить с сотрудниками психологических служб, психологами и священнослужителями Тираспольско-Дубоссарской Епархии.

2. При проведении классного часа необходимо использовать следующую информацию.

Красота жизни святых великомучеников в силе духа, мужестве, несмотря на все испытания, которые им пришлось перенести, в их покаянии, торжестве верующей души над греховными привычками и над грешной природой человеческой жизни. Тяжелая борьба грешников с дурными наклонностями и страстями должна невидимо происходить в душе каждого. Если мы выйдем из нее победителями, если нам удастся одолеть в душе нашей порочные склонности и удалить искушения плоти нашей, то этим духовным подвигом мы угодим Богу.

Учитель может использовать данные материалы не в полном объеме.

Ключевые понятия по теме

Красота – это все красивое, прекрасное, все то, что доставляет эстетическое и нравственное наслаждение.

Мужество – храбрость, присутствие духа в опасности.

Оборудование, материалы и подготовительная работа:

— четкое определение темы ««философского стола»» не менее чем за две недели до проведения мероприятия.

— учащимся предлагаются вопросы, конкретизирующие проблему дискуссии:

1. Что, по-вашему, подразумевается под красотой человеческой жизни?
2. Согласны ли вы с тем, что встречают по одежке, а провожают по уму?
3. Чем богаты красивые люди?

Подготовить выступления учащихся с рассказами о жизни святой великомученицы Екатерины, святых мучениц Веры, Надежды и Любви и матери их Софии, священномученика Киприана и святой мученицы Иустины, святой Марии Египетской и др.

Вспомнить на уроках литературы следующие произведения: П.П. Бажов. «Каменный цвек»; А.С. Пушкин. «Зимнее утро», «Сказка о золотом петушке»; И.С. Тургенев. «Хорь и Калиныч», «Певцы», «Бежин луг»; Н.А. Некрасов. «Крестьянские дети»; В.А. Жуковский. «Светлана»; А.И. Герцен. «Сорока-воровка»; О. Уайльд. «Соловей и роза»; Л.Н. Толстой. «Война и мир»; А. Блок. Цикл «Кармен», «Незнакомка»; И.А. Бунин. «Легкое дыхание»; В.П. Астафьев. «Царь-рыба»; В.Д. Иванов. «Русь изначальная», «Великая Русь» и другие произведения о красоте духовной жизни человека.

Ход «философского стола»

Вступительное слово классного руководителя

— Сегодня темой нашего «философского стола» является «Красота и духовный облик человека». В процессе подготовки данного мероприятия вы должны были поразмыслить над определенными вопросами.

Основная часть

1. *Беседа по определению красоты жизни*

Классный руководитель.

— В жизни внешняя красота не всегда совпадает с прекрасными человеческими качествами. «Красота, грация, внешность, приятный голос облегчают жизненный путь, — писал известный польский педагог Януш Корчак. — Но не следует переоценивать красоту: не подкрепленная другими достоинствами, она может принести вред».

Внешне неприметный человек может восхищать нас своим мужеством, добротой, глубокой одухотворенностью, честностью, способностью к самопожертвованию ради великой идеи. Послушайте следующие строки Сергея Орлова.

Читает учащийся.

Вот человек — он искалечен,
В рубцах лицо. Но ты гляди
И взгляд испуганно при встрече
С его лица не отводи.
Он шел к победе, задыхаясь,
Не думал о себе в пути,
Чтобы она была такая:
Взглянуть — и глаз не отвести!

Классный руководитель.

— Как научиться видеть все многообразие красоты человека, как распознать лицемерие, душевную черствость, эгоизм, скрывающиеся иногда за внешней красивой оболочкой? В этом поможет нам Писание о жизни святых великомучеников.



Житие святой великомученицы Екатерины

Святая великомученица Екатерина была дочерью правителя Александрии Египетской Конста во время правления императора Максимиана (305–313 гг.). Живя в столице – центре эллинской учености – Екатерина, обладавшая редкой красотой и умом, получила блестящее образование, изучив произведения лучших античных философов и ученых. Юноши из самых именитых семейств империи искали руки прекрасной Екатерины, но ни один из них не стал ее избранником. Она объявила родителям, что согласна выйти замуж лишь за того, кто превзойдет ее в знатности, богатстве, красоте и мудрости.

Мать Екатерины, тайная христианка, повела ее за советом к своему духовному отцу, святому старцу, творившему молитвенный подвиг в уединении, в пещере недалеко от города. Выслушав Екатерину, старец сказал, что он знает юношу, который превосходит ее во всем, ибо «красота Его светлее солнечного сияния, мудрость Его управляет всем созданием, богатство Его разливается по всему миру, но это не уменьшает его, а умножает, высота рода Его – неизреченна». Образ Жениха Небесного родил в душе святой девы горячее желание увидеть Его. Истина, к которой рвалась ее душа, открылась ей. На прощание старец вручил Екатерине икону Божией Матери с Богомладенцем Иисусом на руках и велел с верой молиться Царице Небесной – Матери Небесного Жениха – о даровании видения Ее Сына.

Екатерина молилась всю ночь и удостоилась видеть Пресвятую Деву, которая просила Своего Божественного Сына посмотреть на коленопреклоненную перед Ними Екатерину. Но Младенец отворачивал Свой лик от нее, говоря, что Он не может смотреть на нее, потому что она безобразна, худородна, нища и безумна, как и всякий человек, не омытый водами святого Крещения и не запечатленный печатью Духа Святого. В глубокой печали Екатерина вновь пошла к старцу. Он с любовью принял ее, наставил вере Христовой, заповедал хранить чистоту и целомудрие и непрестанно молиться и совершил над ней таинство святого Крещения. И вновь святой Екатерине было видение Пресвятой Богородицы с Младенцем. Теперь Господь ласково смотрел на нее и дал ей перстень, обручив ее Себе. Когда видение кончилось и святая пробудилась от сна, на руке ее светилось кольцо – дивный дар Небесного Жениха.



В это время в Александрию на языческое празднество прибыл сам император Максимиан. По этому случаю праздник был особенно пышным и многолюдным. Крики жертвенных животных, дым и смрад жертвенников, пылавших непрерывно, гомон толпы на ристалищах наполняли Александрию. Приносились и человеческие жертвы – на смерть в огне обрекали исповедников Христа, не отступивших от Него под пытками. Святая любовь к мученикам-христианам и сердечное желание облегчить их участь побудили Екатерину пойти к главному жрецу и владыке империи, императору-гонителю Максимиану.

Назвав себя, святая исповедала свою веру во Единого Истинного Бога и мудро обличила заблуждения язычников. Красота девушки пленила правителя. Чтобы убедить ее и показать торжество языческой мудрости, император повелел созвать 50 ученейших мужей империи, но святая взяла верх над мудрецами, так что они сами уверовали во Христа. Святая Екатерина осенила мучеников крестным знаменем, и они мужественно приняли смерть за Христа – были сожжены по повелению императора.

Максимиан, не надеясь более переубедить святую, попытался соблазнить ее обещанием богатства и славы. Получив гневный отказ, император приказал подвергнуть святую жестоким мучениям, а затем бросить в темницу. Императрица Августа, которая много слышала о святой Екатерине, пожелала видеть ее. Уговорив воеводу Порфирия с отрядом воинов сопровождать ее, Августа пришла в темницу. Императрица была поражена силой духа святой Екатерины, лицо которой сияло Божественной благодатью. Святая мученица раскрыла приходившим христианское учение, и они, уверовав, обратились ко Христу.

На следующий день мученицу вновь привели на судилище, где под угрозой колесования предложили ей отречься от христианской веры и принести жертву богам. Святая непреклонно исповедала Христа и сама подошла к колесам, но Ангел сокрушил орудия казни, и они разлетелись на куски, перебив многих язычников. Увидев это чудо, императрица Августа и царедворец Порфирий с 200 воинами перед всеми исповедали свою веру во Христа и были обезглавлены. Максимиан вновь попытался прельстить святую мученицу, предложив ей супружество, и вновь получил отказ. Святая Екатерина твердо исповедала верность своему Небесному Жениху – Христу и с молитвой к Нему сама положила голову на плаху под меч палача. Мощи святой Екатерины были перенесены ангелами на Синайскую гору. В VI веке, по откровению, были обретены честная глава и левая рука святой мученицы и с почестями перенесены в новосозданный храм Синайского монастыря, построенный святым императором Иустинианом (527–565 гг.; память 7 декабря).

Классный руководитель.

– В чем красота Святой великомученицы Екатерины?

Высказывания учащихся.

– Да, действительно, красота Святой великомученицы Екатерины в ее вере, силе духа.

3. Беседа о жизни святых мучениц Веры, Надежды, Любви и матери их Софии

Классный руководитель.

– Сейчас мы ознакомимся с жизнью других святых сестер мучениц Веры, Надежды, Любви и матери их Софии.

Рассказывает учащийся.

Из жития святых мучениц Веры, Надежды и Любви и матери их Софии

Святые мученицы Вера, Надежда и Любовь родились в Италии. Их мать, святая София («София» означает «премудрость»), была благочестивой вдовой-христианкой. Назвав своих дочерей именами трех христианских добродетелей (ибо что христианская мудрость может произвести, как ни веру во Христа, надежду на Христа и любовь ко Христу), София воспитывала их в любви ко Господу Иисусу Христу. Святая София и дочери ее не скрывали своей веры во Христа и открыто исповедовали ее перед всеми. В то время гонение на христиан свирепствовало: тираны не щадили ни рода, ни пола, ни возраста. По малейшему подозрению в вере во Христа схватывали каждого, и жребий узников решался всегда одинаково: должно было или поклониться идолам, или умереть в лютых мучениях.

На святую Софию и ее дочерей доложили императору Адриану (117–138 г.), и тот велел привести их в Рим. Понимая, зачем их ведут к императору, святые девы горячо молились Господу Иисусу Христу, прося, чтобы Он послал им силы не устрашиться предстоящих мук и смерти. Когда же святые девы с матерью предстали перед императором, все присутствовавшие изумились их спокойствию: казалось, что они были званы на светлое торжество, а не на истязания. Призывая по очереди сестер, Адриан убеждал их принести жертву богине Артемиде. Юные девы (Вере было 12, Надежде – 10 и Любви – 9 лет) оставались непреклонны. Тогда император приказал жестоко истязать их: святых девиц жгли на железной решетке, бросали в раскаленную печь и в котел с кипящей смолой, но Господь Своей Невидимой Силой хранил их. Младшую, Любовь, привязали к колесу и били палками, пока тело ее не превратилось в сплошную кровавую рану. Переноса невиданные муки, святые девы прославляли своего Небесного Жениха и оставались непоколебимыми в вере.

Святую Софию подвергли иной, тяжелейшей пытке: мать была вынуждена смотреть на страдания своих дочерей. Но она проявила необыкновенное мужество и все время убеждала девиц вытерпеть мучения во Имя Небесного Жениха. Все три девицы с радостью встречали свою мученическую кончину. Они были обезглавлены.

Чтобы продлить душевные страдания святой Софии, император разрешил ей взять тела дочерей. София положила останки их в ковчег и отвезла с почестями на колеснице за город и похоронила на высоком месте. Три дня святая София, не отходя, сидела у могилы дочерей и, наконец, предала там свою душу Господу. Верующие погребли тело ее на том же месте. Мощи святых мучениц с 777 г. покоятся в Эльзасе (ныне Франция).

Классный руководитель.

– В чем красота святых сестер мучениц Веры, Надежды, Любви и матери их Софии?

Высказывания учащихся.

– Да, действительно, красота святых сестер мучениц Веры, Надежды, Любви и матери их Софии в их вере, силе духа, мужестве, несмотря на все испытания, которые им пришлось перенести.

– В каких еще литературных произведениях рассказывается о красоте человеческой жизни?

Высказывания учащихся. П.П. Бажов. «Каменный цветок»; А.С. Пушкин. «Зимнее утро», «Сказка о золотом петушке»; И.С. Тургенев. «Хорь и Калиныч», «Певцы», «Бежин луг»; Н.А. Некрасов. «Крестьянские дети»; В.А. Жуковский. «Светлана»; А.И. Герцен. «Сорока-воровка»; О. Уайльд. «Соловей и роза»; Л.Н. Толстой. «Война и мир»; А. Блок. Цикл «Кармен», «Незнакомка»; И.А. Бунин. «Легкое дыхание»; В.П. Астафьев. «Царь-рыба»; В.Д. Иванов. «Русь изначальная», «Великая Русь» и другие произведения о красоте духовной жизни человека.

Подведение итогов

Классный руководитель.

Красота внешняя интересна очень короткое время, красота внутренняя определяется добрым отношением к людям, кругом полезных интересов, верой и чистотой.

Домашнее задание. Обсудить с близкими и написать эссе «В чем я вижу гармонию своей жизни».

«ФИЛОСОФСКИЙ СТОЛ» НА ТЕМУ «МАССОВАЯ КУЛЬТУРА И КРАСОТА ЖИЗНИ» * (7–11 классы)

Цели:

- дать представление о массовой культуре, китче;
- стимулировать естественное стремление учащихся разобраться в вопросах, связанных с влиянием рок-музыки на красоту человеческой жизни, с противоречиями реальности;
- развивать вдумчивое и внимательное отношение к окружающим людям.

Оформление: плакат с Библейскими наставлениями:

«Не обманывайтесь: худые сообщества развращают добрые нравы» (1 Кор. 15, 33).

«Обращающийся с мудрыми, будет мудр; а кто дружится с глупыми – развратится» (Притч. 13, 21).

«Не дружись с гневливым и не сообщайся с человеком вспльчивым, чтобы не научиться путям его и не навлечь петли на душу твою» (Притч. 22, 24–25).

Информация по теме для педагогов

1. Для большей эффективности занятие целесообразно проводить с сотрудниками психологических служб, психологами и священнослужителями Тираспольско-Дубоссарской Епархии.

2. При проведении классного часа необходимо использовать следующую информацию.

Производство, распространение и потребление продуктов массовой культуры носит индустриально-коммерческий характер. Смысловый диапазон массовой культуры весьма широк – от примитивного китча (ранний комикс, мелодрама, эстрадный шлягер, «мыльная опера») до сложных, содержательно насыщенных форм (некоторые виды рок-музыки, «интеллектуальный» детектив, поп-арт). Для эстетики массовой культуры характерно постоянное балансирование между тривиальным и оригинальным, агрессивным и сентиментальным, вульгарным и изощренным. Актуализируя и опредмечивая ожидания массовой аудитории, массовая культура отвечает ее потребностям в досуге, развлечении, игре, общении, эмоциональной компенсации или разрядке и др.

Учитель может использовать данные материалы не в полном объеме.

Ключевые понятия по теме

Массовая культура – понятие, охватывающее многообразные и разнородные явления культуры XX века, получившие распространение в связи с научно-технической революцией и постоянным обновлением средств массовой коммуникации.

Образ жизни – философско-социологическое понятие, охватывающее совокупность типичных видов жизнедеятельности индивида, социальной группы, общества в целом в единстве с условиями жизни. Позволяет рассматривать во взаимосвязи основные сферы жизни людей, труд, быт, культуру, политическую жизнь.

Оборудование, материалы и подготовительная работа:

— четкое определение темы ««философского стола»» не менее чем за две недели до проведения мероприятия;

— учащимся предлагаются вопросы, конкретизирующие проблему дискуссии:

1. Что, по-вашему, подразумевается под массовой культурой?
2. Согласны ли вы с тем, что рок-музыка негативно влияет на красоту человеческой жизни?

Подготовка учащимися выступлений с рассказами о рок-музыкантах: исследовательская работа о влиянии рок-ритмов на организм человека.

Вспомнить на уроках литературы следующие произведения: П.П. Бажов. «Каменный цветок»; А.С. Пушкин. «Зимнее утро», «Сказка о золотом петушке»; И.С. Тургенев. «Хорь и Калиныч», «Певцы», «Бежин луг»; Н.А. Некрасов. «Крестьянские дети»; В.А. Жуковский. «Светлана»; А.И. Герцен. «Сорока-воровка»; О. Уайльд. «Соловей и роза»; Л.Н. Толстой. «Война и мир»; А. Блок. Цикл «Кармен», «Незнакомка»; И.А. Бунин. «Легкое дыхание»; В.П. Астафьев. «Царь-рыба»; В.Д. Иванов. «Русь изначальная», «Великая Русь» и другие произведения о красоте духовной жизни человека.

Ход «философского стола»

Вступительное слово классного руководителя

Основная часть

1. **Беседа по определению понятия «массовая культура»**

Классный руководитель.

– Что вы понимаете под понятием «массовая культура»?

Высказывания учащихся.

Классный руководитель.

– Согласно энциклопедическому словарю, массовая коммуникация – это систематическое распространение информации (через печать, радио, телевидение, кино, звукозапись, видеозапись) с целью утверждения духовных ценностей данного общества.

Массовая культура – это обобщенная характеристика культуры, превращенной в индустриально-коммерческую форму производства и распространения с помощью средств массовой коммуникации стандартизированных духовных благ.

– Вы слышали о китче? Китч (от нем. *kitsch*) – дешевка, безвкусная массовая продукция, рассчитанная на внешний эффект.

Это – определения. В них – никаких эмоций. Но ваши родители, наверное, никогда не забудут, как пристально и эмоционально в их школьные годы старшее поколение следило за тем, чтобы волосы не были слишком длинными, с аргументами и без них доказывая, что группа «Битлз» – носитель пустой развлекательности, смакования секса, культа успеха, потребительства и имеет целью подчинить сознание юных масс буржуазным ценностям.

2. **Беседа о влиянии рок-музыки на красоту жизни человека**

Классный руководитель.

– Что вы думаете о рок-музыке?

Высказывания учащихся.

Классный руководитель.

– Ныне рок-музыка – неотъемлемая часть нашей эпохи. По телевизору, радио, в газетах постоянно восхваляются различные рок-группы и певцы, поэтому появление работы немецкого автора Базилеи Шлинк, которая позволяет увидеть *рок с другой стороны*, вызвало большой интерес общественности.

– Многие из вас подготовили описания случаев из жизни выступлений известных рок-музыкантов.

Высказывания учащихся.

– Во время концерта американской рок-звезды Майкла Джексона на ипподроме близ Ливерпуля в сентябре 1988 года более 3000 присутствующих получили ранения, 40 человек пришлось госпитализировать. На одном из самых больших рок-концертов, состоявшихся

на европейской земле, собралось 125 тысяч фанатов. По сообщению руководства спасательными операциями, 1550 молодых людей, находившихся в первых рядах, в непосредственной близости от сцены, были сметены напором задних рядов и получили ранения. Многие из них потеряли сознание. У многих фанатов началась истерика.

Классный руководитель.

Знаменитая четверка «Битлз» признавала: «Наша музыка может спровоцировать эмоциональную неустойчивость, нарушения координации, буйство и даже вызвать революцию».

3. Беседа о влиянии рок-музыки на психическое состояние человека

Классный руководитель.

– Медицина свидетельствует, что рок-ритмы диссонируют с ритмами человеческого организма. Извлекаемые из бас-гитары низкочастотные звуковые колебания и возбуждающий ритм барабанов непосредственно воздействуют на гипофиз (железу внутренней секреции, расположенную у основания мозга), заставляя его вырабатывать гормон, стимулирующий половой инстинкт. Конечный эффект сверхнормального производства этого гормона заключается в снижении или полном исчезновении реакции торможения.

– Кто может привести еще примеры негативного влияния рок-ритмов на организм человека?

Высказывания учащихся.

– Если к звуковому воздействию рок-концерта или дискотеки добавляются еще и манипуляции световыми эффектами – знаменитые «мигалки» или фотовспышки, – ломаются все психологические барьеры, человек теряет способность к оценке своих действий и безвольно подчиняется любым внушениям. Постоянно меняющееся цвет и интенсивность освещение нарушает координацию и безусловные рефлексы, мигание в ритме порядка 6–8 вспышек в секунду полностью выключает пространственную ориентацию. При частоте около 26 вспышек в секунду происходят изменения альфа-ритма головного мозга, следствием чего становится рассеянность.

Классный руководитель.

– Если тьма и свет чередуются со все увеличивающейся скоростью, и это происходит в течение значительного времени, человек может потерять общий смысловой контроль над происходящим. Поэтому нельзя назвать преувеличением утверждение, что рок-музыка, будучи комбинируема со световыми эффектами, имеет своим закономерным следствием «насилие над сознанием».

– Что вы можете сказать о словах и текстах рок-песен?

Высказывания учащихся.

Классный руководитель.

– Слова и тексты рок-песен часто сочиняются под влиянием алкоголя или наркотиков. Некоторые из рок-музыкантов открыто признаются, что получают откровения от определенной «черной силы», контролирующей их или даже всю группу. Гитарист «Роллинг Стоунз» Кит Ричард в семидесятых годах заявлял, что песни у них получаются сами собой, музыкантам достаточно лишь открыться и подчиниться диктующей им силе.

– Та же «сила» вступает в действие, чтобы повлиять на аудиторию особым образом, который можно было бы назвать «промывкой мозгов». Известный гитарист Джимми Хендрикс как-то поделился собственным открытием: «Музыкой можно гипнотизировать людей, и если нам удастся попасть в их слабую точку, мы можем проповедовать их подсознанию все, что хотим...» Последствия таких «проповедей» сегодня ясны для каждого, кто не закрывает намеренно на эту проблему глаза: отсутствие внутреннего торможения, агрессия, бунтарский настрой, половая невоздержанность и распад личности.



– Джимми Хендрикс прав?

Высказывания учащихся.

Классный руководитель.

– Да действительно, подтверждением тому являются фанаты, но не только фанаты, но и сами рок-звезды страдают от этих последствий, зачастую приводящих их к смерти. Об этом может свидетельствовать любой, даже самый блистательный, путь к славе рок-музыканта, потому что жизнь можно правильно оценить, лишь видя ее конец. Вот конец биографий нескольких других знаменитых рок-звезд – жуткий, потрясающий баланс.

Высказывания учащихся.

– Брайен Джоунс, «Роллинг Стоунз», – утонул в плавательном бассейне, будучи в наркотическом опьянении.

– Джимми Хендрикс – после принятия алкоголя и снотворного задохнулся от рвоты.

– Дженис Джоуплин, «королева рок-музыки», – умерла от передозировки героина.

– Рон Маккернан, Грейтфул Дэд – медленное алкогольное отравление.

– Марк Болан, гитарист и автор песен группы «Т-Рекс», объяснявший свой успех черной магией, – погиб в таинственной автокатастрофе.

– Элвис Пресли – умер от передозировки наркотиков и обжорства.

– Кит Мун, «The Who», – покончил жизнь самоубийством.

– Сид Вишэс, «Секс Пистолз», – зарезал подругу и принял смертельную дозу героина.

– Джон Бонхэм, «Led Zeppelin», – после сорока стаканов водки задохнулся в собственной рвоте.

– Бон Скотт (исполнял песню «Автострада в ад»), «AC/DC», – после ночной попойки задохнулся от рвоты.

– Джон Леннон, «Битлз», – застрелен фанатом.

– Пит Фандорн, «Претенденты», – найден мертвым в ванной, шприц с героином торчал в руке.

– Мэрвин Гей – после ссоры с отцом, ранив себя выстрелом, умер.

– Джоги Хортон, музыкант, ударные инструменты, – спрыгнул с 17-го этажа нью-йоркского отеля.

– Джейзо Пасториус, джаз- и рок-басист, – скончался от нанесенных побоев.

– Рой Бухэнэм, один из лучших в мире блюз- и рок-гитаристов, – повесился в состоянии алкогольного опьянения.

Классный руководитель.

– Этот список можно продолжить именами многих-многих молодых рок-музыкантов, ставших жертвами пристрастия к наркотикам и алкоголю. Ведь в перечисленном выше списке были лишь самые знаменитые.

Учитывая то, что наша массовая культура по сравнению с западной «опаздывает», нетрудно спрогнозировать, что конкретно ждет нас в недалеком будущем. Чтобы убедиться в этом, достаточно взглянуть на типичную картину времяпровождения современных молодых людей, описанную Базилией Шлинк.

Цитирует учащийся:

«Прежде всего – это техномызыка, децибелами которой, как правило, до основания заполнено отдельное помещение.

По периметру площадки – отделенные друг от друга уголки – четыре-шесть стульев и стол. Масса стаканов, бутылок, окурков позволяет оценить размеры их потребления.

Некоторые стоят у игровых автоматов, встроенных в стены. Другие сидят или лежат, прилепившись друг к другу, в то время как несколько пар движутся по танцплощадке, подгоняемые жестким ритмом музыки. Сигаретный дым щиплет глаза и горло, воздух – хоть топор

вешай, атмосфера – смесь похоти, грязи, толкотни, безнадежности, уныния, разочарования, деградации и тупости.

Даже в полумраке видно, что у многих ребят вполне симпатичные и ясные лица, а рядом – уже деградирующие, вялые. Потрясающая картина начала и конца пути! Дискотека для одних – образ жизни в конце недели, для других – каждую ночь.»

4. Беседа об укладе человеческой жизни

Классный руководитель.

– Как вы понимаете, Базилия Шлинк описывает уклад жизни молодых людей в массовом масштабе.

– Что такое уклад человеческой жизни?

Высказывания учащихся.

Классный руководитель.

– Уклад жизни означает ее распорядок, духовную направленность, которая и определяет весь ход течения жизни. И действительно, все наши поступки, как правило, вытекают из наших желаний, внутренних и внешних стремлений.

Например, если мы любим Бога, то обязательно молимся утром и вечером, часто ходим в церковь, соблюдаем посты, помогаем нуждающимся, читаем духовную литературу. В доме нас окружают иконы, духовные изображения и книги. Мы стараемся меньше смотреть телевизор, чтобы не отвлекать свое внимание от главного. Если же мы, например, фанаты рок-музыки, то дома нас окружают плакаты с сатанинской символикой различных рок-групп, мы постоянно слушаем эту безумную музыку, в обыденной жизни стараемся подражать нашим кумирам (известным рок-музыкантам). Мы общаемся с такими же фанатами рока, ходим вместе с ними на концерты, дискотеки и т. п. То есть уклад нашей жизни будет совершенно иной, чем у верующих православных людей.

– О чего зависит уклад человеческой жизни?

Высказывания учащихся.

Классный руководитель.

– И причина этому – духовная направленность. Если жизнь человека поставлена на службу Богу, то и все его поступки, весь уклад его жизни будет соответствовать этой великой идее. Если же сердце человека заполнено другим, то и весь уклад его жизни будет соответствовать его духовным установлениям.

– Обратите внимание на плакат с Библейскими наставлениями. Как вы их понимаете?

Высказывания учащихся.

Подведение итогов

Классный руководитель.

– В заключение нашего общения я хочу отметить, что если мы по-настоящему верим в Бога, то и вся наша жизнь должна соответствовать и помогать осуществлению наших духовных идеалов. Согласно закону духовной жизни, чем больше человек тратит времени и усилий ради исполнения Христовых заповедей, тем быстрее он духовно совершенствуется и больше приближается к Богу, в том и проявляется красота человеческой жизни. Поэтому и весь уклад нашей жизни должен соответствовать и помогать осуществлению наших духовных идеалов и духовной красоты.

Домашнее задание. Обсудить с близкими и написать эссе «Как уклад жизни влияет на ее гармонию».

ГАРМОНИЯ

ТРЕНИНГ «РАЗВИТИЕ СЕНСИТИВНОСТИ»

Цели:

- уменьшение числа конфликтов с социальным окружением;
- повышение чувствительности в восприятии окружающего мира;
- развитие способности понимать своеобразие каждого человека;
- развитие возможности установления и поддержания контактов в общении, прогнозировании и деятельности людей;
- развитие способности в предсказании поведения людей, принадлежащих к разным социальным группам;
- развитие способности находить истинные причины собственных чувств и переживаний.

Возраст: подростковый и юношеский.

Гетерогенная группа: муж. и жен.

Способ набора группы: добровольная.

Кол-во участников: до 15–20 человек.

Условия проведения тренинга: просторное помещение.

Информация по теме для педагогов

1. Для большей эффективности занятие целесообразно проводить с сотрудниками психологических служб и психологами.

2. При проведении классного часа необходимо использовать следующую информацию.

Гармония – признание установленных Богом гармонических причинно-следственных связей, всеобщей согласованности в материальной и духовной сферах.

Наблюдательская сенситивность – способность наблюдать (видеть и слышать) другого человека и одновременно запоминать, как он выглядел и что говорил. При этом наблюдению подлежат: речевые акты, выразительные движения (лица и тела), перемещения и позы людей, тактильное воздействие, запахи и локализация их источников, сочетание перечисленных действий, признаков и характеристик.

Комплекс приведенных ниже упражнений на развитие зрительного и слухового сенсорных каналов способствует развитию гармонических причинно-следственных связей, согласованности в материальной и духовной сферах. Тренируется наблюдательность по отношению к невербальным аспектам общения.

Ведущий вправе сам компоновать программу тренинга с учетом необходимого времени.

Ключевые понятия по теме

Сенситивность – это способность предсказывать (прогнозировать) чувства, мысли и поведение другого человек.

Необходимые материалы: пачка бумаги, листки с цветом, клубок ниток, стакан с водой.

Ход тренинга

Знакомство

Установление контакта с детьми. Участники подписывают бейджики и рассаживаются на места в круге.

Ведущий.

– Сегодня мы проведем для вас тренинг на сенситивность. Цель нашего тренинга – это развитие чувственности друг к другу. Сенситивность – это способность предсказывать (прогнозировать) чувства, мысли и поведение другого человека. Наша работа будет осуществляться в форме тренинга, по определенным правилам.

Правила работы в группе: ведущим устанавливаются определенные правила работы в группе, которые необходимы для того, чтобы все участники чувствовали себя комфортно и безопасно. Правила заранее выписываются на листе ватмана и после принятия группой, закрепляются на видном месте. В течение всех последующих занятий правила группы находятся там же и напоминаются ведущим в начале занятия.

Список правил:

- 1) внимательно слушать друг друга;
- 2) не перебивать говорящего;
- 3) уважать мнение друг друга;
- 4) я-высказывание;
- 5) безоценочность суждений;
- 6) активность;
- 7) правило «стоп»;
- 8) конфиденциальность.

Каждый из пунктов правил поясняется ведущим.

Разминка

Упражнение «**Уши мои локаторы**»

Ход упражнения.

Ведущий: «Я источник энергии и подзаряжаю сидящего со мной справа и слева человека. Поднимаю руку к ушам и соседи поднимают руку к своему уху. Уши мои локаторы, вызываю Таню! Теперь Таня поднимает руки к ушам и вызывает кого-то другого».

Психологический смысл упражнения: упражнение помогает участникам запомнить имена, снимает напряжение комизмом ситуации.

Игра «Ассоциации»

Ход упражнения: выбирается ведущий, выходит за дверь. Один из участников придумывает ассоциации на самого себя: на какого животного, птицу, дерево, цветок, любой предмет я похож.

Участник-ведущий возвращается в группу. Ведущий тренинга озвучивает ассоциации. Задача — угадать человека с трех попыток. Каждый из участников должен побывать в роли ведущего и угадываемого. В конце обсуждаем, что было самым сложным, что нового вы узнали друг о друге, о себе.

Психологический смысл упражнения: помогает пересмотреть привычные стереотипы, узнать больше информации друг о друге.

Основная часть

Игра-фантазия «*Магия нашего имени*»

Ход упражнения:

1 этап. Участники делятся на пары. Партнеры представляются по имени и обсуждают следующие вопросы:

1. От кого я получил свое имя?
2. Кто из моих знакомых (родных) носит то же имя?
3. Есть ли мои тезки среди известных людей?
4. Знаю ли я литературных или кино-героев, носящих то же имя?
5. Как имя влияет на мое поведение в жизни?
6. Нравится ли мне мое имя?
7. Знаю ли я, что означает мое имя?
8. Хотел бы я, чтобы меня называли другим именем (если да, то каким)?

2 этап. Задание группе — каждый должен выдумать историю и рассказать ее своему партнеру. Герой истории носит имя рассказчика.

Партнер должен молча, заинтересованно слушать историю и одновременно пытаться понять, каким человеком является рассказчик.

3 этап. В конце игры все члены собираются вместе. Каждый из участников представляет своего партнера и пытается охарактеризовать его личность. Цель представления — представить личность партнера с разных, порой неожиданных сторон.

Психологический смысл упражнения: знакомство участников тренинга друг с другом, умение презентовать себя и других участников тренинга.

Упражнение «Общение»

Ход упражнения: выберите себе партнера. Вместе выполняйте одно из описанных ниже коммуникативных упражнений. Приблизительно через пять минут перейдите к другому партнеру и выполните второе упражнение. То же повторите и для двух последних упражнений.

«*Спина к спине*». Сядьте на пол спина к спине. Постарайтесь вести разговор. Через несколько минут повернитесь и поделитесь своими ощущениями.

«*Сидящий и стоящий*». Один из партнеров сидит, другой стоит. Постарайтесь в этом положении вести разговор. Через несколько минут поменяйтесь позициями, чтобы каждый из вас испытал ощущение «сверху» и «снизу». Еще через несколько минут поделитесь своими чувствами.

«*Только глаза*». Посмотрите друг другу в глаза. Установите зрительный контакт без использования слов. Через несколько минут вербально поделитесь своими ощущениями.

«*Исследование лица*». Сядьте лицом к лицу и исследуйте лицо вашего партнера с помощью рук. Затем дайте партнеру исследовать ваше лицо.

Поделитесь своими ощущениями и переживаниями.

Психологический смысл упражнения: упражнение предоставляет членам группы возможность для лучшего знакомства и экспериментирования с вербальным и невербальным общением.

Упражнение «Учимся ценить индивидуальность»

Ход упражнения: если бы мы умели ценить собственную индивидуальность, нам было бы легче принимать инаковость партнера.

Члены группы рассаживаются по кругу, у каждого заготовлены бумага и карандаш.

В начале игры скажите примерно следующее: «Мы часто хотим быть точно такими же, как остальные, и страдаем, чувствуя, что отличаемся от других. Иногда действительно хорошо, когда мы – как все, но не менее важна и наша индивидуальность. Ее можно и нужно ценить».

Предложите каждому игроку написать о каких-то трех признаках, которые отличают его от всех остальных членов группы. Это может быть признание своих очевидных достоинств или талантов, жизненных принципов и т.п. В любом случае информация должна носить позитивный характер.

Приведите три примера из собственной жизни, чтобы участникам стало полностью понятно, что от них требуется. Для создания игровой атмосферы используйте свою фантазию и чувство юмора.

Участники записывают свои имена и выполняют задание (3 минуты). Предупредите, что вы соберете записи и зачитаете их, а члены группы будут отгадывать, кто является автором тех или иных утверждений.

Соберите листочки и еще раз отметьте положительные аспекты того, что люди не похожи друг на друга: мы становимся интересны друг другу, можем найти нестандартное решение проблемы, дать друг другу импульсы к изменению и обучению и т.д. Потом прочтите каждый текст и пусть игроки угадают, кем он написан. Если автора не удастся «вычислить», он должен назваться сам.

Психологический смысл упражнения: научиться ценить индивидуальность другого.

Упражнение «Звериный ритм»

Ход упражнения: участники садятся в круг.

Ведущий. «Пусть каждый из вас назовет какое-нибудь животное. Мы будем внимательно слушать друг друга и постараемся запомнить, какое животное назовет каждый».

Все по очереди называют животных и надо потратить достаточно времени, чтобы все запомнили, какое животное назвал каждый. Для упрощения задачи запоминания можно попросить называть животных по очереди (по кругу), и каждый участник, прежде чем назвать животное, повторит все то, что сказали предыдущие участники.

Ведущий просит запомнить ритм, который будет сопровождать выполнение упражнения: два хлопка в ладоши и два удара ладонями по коленям.

Ведущий.

— На протяжении всего упражнения мы будем выдерживать этот ритм. Задавать его буду я. Тот из вас, кто начнет первым, хлопнет два раза в ладоши и скажет название своего животного: например, волк-волк, а потом, хлопнув два раза по коленям, — название животного того, кому он хочет передать ход. Тот, чье животное будет названо, в свою очередь, хлопая два раза в ладоши, назовет его, а потом, хлопая два раза по коленям, назовет еще чье-то животное. При этом нельзя выбиваться из ритма и нельзя обращаться к тому, кто только что передал вам ход. Будем очень внимательны, так как те, кто ошибется, получит дополнительное задание.

В процессе упражнения постепенно ускоряется темп его выполнения. Тот, кто ошибается, должен вместо названия своего животного два раза, хлопая в ладоши, изображать характерный звук, издаваемый этим животным. И все остальные с этого момента должны обращаться к нему, воспроизводя этот звук. Кто ошибается второй раз, выбывает из игры.

Вопросы для обсуждения: что вас больше всего отвлекло во время игры?

Психологический смысл упражнения: способствует эмоциональной разрядке, создает хороший фон для продолжения работы.

Упражнение «Расскажу о своем хозяине»

Ход упражнения: участникам предлагается выбрать какой-либо личный предмет (расческу, сумочку, авторучку и т. д.) и от его имени представить своего хозяина и рассказать о нем что-нибудь интересное или примечательное (чем этот человек отличается от других). Первым представляется ведущий, а потом ассистент, затем остальные члены группы по мере готовности. Далее желающие могут задавать вопросы (каждое представление две-три минуты). Приближительная схема представления:

1. Кто он (имя, чем занимается, основные интересы).
2. Цели, с которыми пришел на этот тренинг.
3. Чего ждет от предстоящих занятий.
4. Что может и что готов сделать для достижения поставленных целей.

Психологический смысл упражнения: включение участников тренинга в групповую работу.

Упражнение-игра «Тик-так»

Ход упражнения: участники передают друг другу звуковую передачу: «тик» – направо, «так» – налево по кругу. «Бум» – означает перемену направления передачи звука. Любой участник игры имеет право изменить направление передачи.

Психологический смысл упражнения: снятие напряжения, активизация внимания.

Упражнение «Четыре угла – четыре выбора»

Ход упражнения: отставьте в сторону стулья и столы, чтобы участники могли свободно ходить по помещению. На время игры для каждого раунда вам понадобятся по четыре больших листа бумаги (формат А3) и скотч. Прикрепите в четырех углах комнаты листы бумаги и напишите на них названия цветов (красный, синий, зеленый, желтый). Листы крепятся на видных местах. Члены группы становятся на середину комнаты.

Объявите участникам, что в ходе игры они смогут лучше узнать друг друга. Сначала все ходят по комнате, затем каждый останавливается у того листа бумаги, который кажется ему самым подходящим.

Все участники, собравшиеся в одном углу, рассказывают друг другу, почему они выбрали именно этот цвет. Каждый должен запомнить всех, кто находится в том же углу (3 мин).

Во втором раунде можно написать на новых листах четыре времени года.

В третьем раунде вы можете использовать названия четырех музыкальных инструментов, например: *скрипка, саксофон, арфа, барабан*. В четвертом – нарисуйте на бумаге геометрические фигуры (по одной на каждом листе), например, треугольник, квадрат, круг и фигуру неправильной формы.

После каждого раунда игроки собираются в середине комнаты. Порядок игры соблюдается четко: участники должны останавливаться возле того листа бумаги, надпись на котором нравится им больше всего. При этом они запоминают всех остановившихся рядом.

Обсуждение игры:

1. Какие участники чаще всего оказывались в одной и той же группе?
2. Какие игроки оказывались в одной группе редко или вообще ни разу?
3. Что интересного каждый из вас узнал о других членах группы?

Примечание: Возможные варианты записей: инструменты: *молоток, пила, клещи, игла*; города: *Париж, Рим, Москва, Шанхай*; напитки: *кофе, чай, кока-кола, молоко*; животные: *лев, антилопа, змея, орел*; здания: *вилла, бунгало, замок, храм*; знаменитые люди: *А. Эйнштейн, Дж. Пуччини, В. Шекспир, Билл Гейтс*.

Психологический смысл упражнения: повышение уровня сплоченности участников.

Упражнение «Лови кастрюлю»

Ход упражнения: участники, сидя или стоя в большом кругу, перебрасываются воображаемыми предметами. Бросая, участник объявляет имя партнера и предмет, который он кинет. Тот, кому кидают, должен немедленно «пристроиться» к предмету – ведь котенка нужно ловить иначе, чем змею.

Психологический смысл упражнения: снятие напряжения.

Упражнение «Правда или ложь»

Ход упражнения: члены группы садятся по кругу; у каждого должны быть наготове бумага и карандаш. Ведущий дает задание написать участникам три предложения, относящихся лично к ним. Из этих трех фраз две должны быть правдивыми, а одна – нет.

Один за другим каждый участник зачитывает свои фразы, все остальные пытаются понять, что из сказанного соответствует действительности, а что – нет. При этом все мнения должны обосновываться.

Психологический смысл упражнения: игра усиливает групповую сплоченность и создает атмосферу открытости.

Игра «Коллективный счет»

Ход упражнения: участники закрывают глаза. Задача группы – называть по порядку числа от 1 до 20. Условия игры – каждое следующее число не может называть рядом сидящий участник, нельзя называть два числа подряд одному и тому же участнику, нельзя одновременно называть число двум и более участникам. После каждой ошибки ведущий возобновляет счет.

Психологический смысл упражнения: разминка, повышение взаимной чувствительности членов группы.

Упражнение «Строим мост»

Необходимые материалы: много бумаги формата А4, стакан с водой. Группа делится на 2 подгруппы. *Задание:* построить мост из пачки бумаги через реку шириной 50 см. Мост должен выдержать стакан с водой. Время выполнения 15 мин. В конце игры проверяем результаты.

Обсуждение:

1. Какие роли вы увидели?
2. Какую роль играли вы?

Психологический смысл упражнения: осознание своих ролей в групповом взаимодействии.

Игра «Молекулы»

Ход упражнения: члены группы – «атомы» – свободно двигаются по комнате под музыку. По сигналу ведущего (хлопок) атомы объединяются в молекулы по 2 человека, затем по 3 и т. д. В конце упражнения объединяется вся группа.

Психологический смысл упражнения: снятие напряжения, создание дружеской обстановки.

Игра «Эмоции»

Необходимые материалы: наборы игровых карточек из 6 штук с картинками, на которых изображены проявления эмоций в мимике, и игровые столы, за которыми располагаются игроки.

Ход упражнения: сюжет игры зависит от варианта, который выбрал ведущий. Основная идея игрового сюжета состоит в том, чтобы определить и назвать:

а) эмоцию, которая будет переживаться большинством/меньшинством участников в определенной (данной) ситуации;

б) партнера по игре, который переживает такую же/другую эмоцию, что и сам игрок в определенной (данной) ситуации. В зависимости от точности восприятия (угадывания) игрок получает/теряет очки. По итогам игры называется самый «эмпатичный» игрок.

В ходе игры участникам раздаются наборы карточек. Играющие получают разъяснения относительно того, какая эмоция графически изображена на каждой карточке.

Затем проводится пробный тур. Ведущий объявляет ситуацию, в которую условно попадает каждый из участников, например: «За экзаменационную работу вы получаете оценку 5 с двумя плюсами». Участникам необходимо выложить на игровой стол обратной стороной карточку с изображением того эмоционального состояния, которое возникнет у участника в данной ситуации. После этого игроки тянут жребий: «согласование» или «рассогласование». Одновременно игроки должны назвать имя одного из участников. Если им выпал жребий «согласование», они должны назвать имя человека, выложившего одинаковую с ним карточку. В случае жребия «рассогласование» нужно назвать имя человека, положившего другую карточку. При этом жребий оставляется в тайне до раскрытия всех карточек. Затем карточки открываются. В случае, если игрок верно назвал имя партнера, он получает 1 очко, если ошибся — минус одно очко. Далее зачитывается новая ситуация и т. д.

В процессе проведения игры следует соблюдать такие правила: запрещается намеренно раскрывать свои карты и демонстрировать свой выбор до сигнала ведущего.

Если игрок заявляет, что все его партнеры сделали такой же ход, как и он, либо никто не сделал подобного хода, и это подтверждается при раскрытии карт, он получает плюс пять очков, если не подтверждается, — минус пять очков.

Каждая новая фаза игры начинается после предыдущей. Последовательность игровых фаз такова: зачитывание ситуации ведущим; выкладывание игровых карточек; раздача жребия; выбор участника по заданию; раскрытие карточек; оценка результатов.

В начале проведения игры необходимо предусмотреть информационную часть, когда ведущий объясняет понятие «эмоции» и сообщает ее психологическое содержание. Сообщение ведущего должно быть сделано с учетом особенностей аудитории и контекста ситуации.

Перед началом игры необходимо объяснить, что предлагаемая игра — не карточная, хотя в ней используются карточки, ведется подсчет очков. Самым важным приобретением в этой игре будет более глубокое понимание других людей, их особенностей, побудительных причин.

Ведущий должен принимать участие в обсуждении, побуждать участников к анализу своих переживаний. Особое внимание следует обращать на тех участников, которые часто делают ход «все» или «никто». Как правило, такое поведение свидетельствует о невключенности в игру или переключение с содержательного ее аспекта (постижение переживаний другого человека) на формальный (заработать побольше очков).

Ведущему очень важно организовать обсуждение эмоциональных реакций. Как правило, обсуждение ведется относительно причин возникновения именно этой эмоции. Нередко, однако, выдвигаются на первый взгляд неправдоподобные реакции. Например, для ситуации «Вы получаете пятерку с двумя плюсами за контрольную по математике» одна из школьниц выложила карточку «гнев, ярость», объясняя это тем, что учительница просто издевается над ней, если за такую работу поставила такую оценку.

Несмотря на то, что часто таким образом реализуется психологическая защита, иногда стоит предложить аудитории подумать над тем, что может стоять за этой эмоцией в данной ситуации, чем может быть вызвана эта эмоция: индивидуальными особенностями, особенностями опыта (ученица подумала про конкретную учительницу, вызывающую у нее агрессию) и т. п.

Очень важно не навязывать своего мнения игрокам или говорить о неадекватности выбора. Как правило, вопрос об этом поднимают сами игроки. Причем мнение об адекватности-неадекватности той или иной эмоции можно использовать для организации обсуждения некоторых понятий (если это обучающее занятие по психологии), например, фрустрация, тревожность, психологическая защита, эмпатия. Практически на каждой игре возникает проблема переживания так называемых «неправильных чувств».

Игра требует некоторой предварительной подготовки («разогрева»). Начинать игру нужно по возможности с комических ситуаций. И лишь в случае высокой включенности и отсутствия сопротивлений предлагать ситуации, вызывающие тревогу. Особо внимательным ведущему следует быть, если участники группы совсем незнакомы друг с другом или давно знают друг друга (учебная группа). В этом случае также возможно сопротивление. Как показывает опыт проведения, в каждой группе был участник, игравший на результат и не принимавший содержательную сторону игры. В этом случае правилами принципиально не предусматривается штрафных санкций. Очень важно самому ведущему правильно отреагировать на ситуацию. Ни в коем случае нельзя оценивать такого игрока или поощрять любые оценки других участников. Обычно мы говорим, что у игры есть два плана – количественный (набрать побольше очков) и содержательный (научиться понимать другого человека). Также ведущему целесообразно обратить внимание на то, что стратегия «набора очков» сразу отслеживается остальными игроками. Кроме того, играть нечестно просто невыгодно (особенно - в многочисленной аудитории). В качестве методического приема для преодоления такого сопротивления можно порекомендовать начинать игру с «мягкого» варианта.

При таком проведении значение выпавшего жребия преобразуется в «наибольшее количество» – «наименьшее количество». Участники игры называют не имя человека, а карточку, которая больше (меньше) всего представлена на игровом столе. Изменение по сравнению с основным вариантом – в прочувствовании не одного партнера, а настроения (установок) группы. Этот вариант по сравнению с основным, как правило, вызывает меньшее сопротивление. Кроме того, в этом варианте игры участники допускают меньше ошибок. Сложность ее состоит в обеспечении динамики игры и проведении содержательного обсуждения, а также в фиксации результатов.

Психологический смысл упражнения: прием, направленный на повышение точности восприятия партнера по общению.

Упражнение «Паутина»

Необходимые материалы: клубок с нитками.

Ход упражнения: все участники сидят в кругу. У ведущего клубок с нитками. Он оставляет край нитки у себя и, передавая клубок участнику, говорит ему: «Имя, ты мне нравишься, потому что...». И так каждый участник. Передавать клубок можно любому участнику группы. Нитки нужно оставлять у себя.

После того, как все участники спутаны одной паутиной, нужно обратить внимание на целостность группы. Далее клубок нужно сматывать обратно, отдавая его тому, кто передал тебе со словами «Спасибо тебе, (имя), за то, что ты считаешь меня...».

Психологический смысл упражнения: создает ощущение целостности группы.



Завершающее упражнение «Спасибо!»

Ход упражнения: Участники становятся в кружок, и ведущий предлагает каждому мысленно положить на левую руку все то, с чем он пришел сегодня: свой багаж настроения, мыслей, знаний, опыта, а на правую руку — то, что получил на этом занятии нового. Затем все одновременно хлопают в ладоши и кричат «да!» или «спасибо!».

1. Какие психологические качества у вас проявились при участия в тренинге?
2. Какие чувства испытывали?
3. Что нового узнали о себе, о группе?
4. Как будете использовать эти знания?
5. Чему научились?
6. Как это пригодится в будущем?
7. Что было важным?
8. Над чем вы задумались?
9. Что происходило с вами?
10. Что нужно развивать на будущее?

Психологический смысл упражнения: завершающий ритуал. Позволяет задуматься над содержанием и результатом прошедшего занятия, а также завершить его красиво на положительной эмоциональной ноте.

ТРЕНИНГ «КОНФЛИКТЫ И МЕТОДЫ ИХ ПРЕОДОЛЕНИЯ»

Цели:

- уменьшение числа конфликтов с социальным окружением;
- повышение чувствительности в восприятии окружающего мира;
- развитие способности понимать своеобразие каждого человека;
- развитие способности находить истинные причины собственного поведения.

Возраст: подростковый и юношеский.

Гетерогенная группа: юноши и девушки.

Режим работы группы: 3 занятия в течение одной недели.

Способ набора группы: добровольная.

Кол-во участников: до 15–20 человек.

Условия проведения тренинга: просторное помещение.

Информация по теме для педагогов

1. Для большей эффективности занятие целесообразно проводить с сотрудниками психологических служб и психологами.
2. При проведении тренинга необходимо использовать следующую информацию.

Конфликты являются частью повседневной жизни. Конфликт в социальной сфере как спор сторон, как противоречие в их интересах и целях естественен. Психологи также отмечают, что конфликт позволяет предотвратить стагнацию общества, стимулирует поиск решения проблем. Кроме того, конфликт малой интенсивности, разрешенный мирно, может предотвратить конфликт более серьезный. Замечено, что в тех социальных группах, где довольно часты небольшие конфликты, редко доходит дело до крупных противоречий. Вопрос заключается не в том, чтобы предотвратить или не заметить конфликт, а в том, чтобы предотвратить

конфликтное поведение, связанное с деструктивными, насильственными способами разрешения противоречий, и направлять участников на поиск взаимоприемлемого решения.

Конфликт возникает тогда, когда есть зона разногласий – предмет спора, факт или вопрос (один или несколько), вызвавший разногласия. При этом каждый участник конфликта имеет собственное представление о ситуации. Эти представления чаще всего не совпадают. Конфликтанты реагируют по-разному и чаще всего не знают, как видит данную ситуацию оппонент. В исследованиях каузальной атрибуции продемонстрировано существование так называемой фундаментальной ошибки атрибуции, заключающейся в следующем: при объяснении поступков других людей (но не своих собственных) люди явно переоценивают роль чужих личностных качеств и недооценивают роль ситуативных обстоятельств.

Ведущий вправе сам компоновать программу тренинга с учетом необходимого времени.

Ключевые понятия по теме

Конфликт – столкновение противоположно направленных целей, интересов, позиций, мнений или взглядов оппонентов или субъектов взаимодействия.

Необходимые материалы: пачка бумаги, листки с цветом, клубок ниток, стакан с водой.

Ход тренинга

Занятие 1. «Понятие „конфликт”»

Знакомство. Установление контакта с детьми.

Участники подписывают бейджики и рассаживаются на места в круге. Когда все успокоятся и готовы будут слушать, начинается тренинг. Ведущий представляется и говорит несколько слов о том, что будет происходить.

Ведущий.

– Сегодня мы продолжим изучать ценность социально-психологического здоровья «Гармония». Для этого мы проведем для вас тренинг о конфликтах и методах их преодоления. Цель нашего тренинга – уменьшение числа конфликтов с социальным окружением. Наша работа будет осуществляться в форме тренинга, по определенным правилам.

Правила работы в группе. Ведущим устанавливаются определенные правила работы в группе, которые необходимы для того, чтобы все участники чувствовали себя комфортно и безопасно. Правила заранее выписываются на листе ватмана и после принятия группой закрепляются на видном месте. В течение всех последующих занятий правила группы находятся там же и напоминаются ведущим в начале занятия.

Список правил:

1. Внимательно слушать друг друга.
2. Не перебивать говорящего.
3. Уважать мнение друг друга.
4. Я-высказывание.
5. Безоценочность суждений.
6. Активность.
7. Правило «стоп».
8. Конфиденциальность.

Каждый из пунктов правил поясняется ведущим.

Разминка**Упражнение «Уши мои локаторы»**

Ход упражнения.

Ведущий: «Я источник энергии и подзаряжаю сидящих со мной справа и слева людей. Поднимаю руку к ушам и соседи поднимают руку к своему уху. Уши мои локаторы, вызываю Таню! Теперь Таня поднимает руки к ушам и вызывает кого-то другого».

Психологический смысл упражнения: упражнение помогает участникам запомнить имена, снимает напряжение комизмом ситуации.

Игра «Ассоциации»

Ход упражнения: участники разбиваются на пары и в течение 10 минут (по 5 минут на каждого) берут друг у друга интервью. Задача интервьюеров – представить собеседника как уникальную личность. Вопросы интервью формулируются его участниками произвольно. Затем представляющий становится за спиной у интервьюируемого и говорит от его имени в течение одной минуты, положив руки на его плечи (например, «Меня зовут Екатерина, я работаю...»). После того как лимит времени исчерпан, участники группы могут задавать вопросы, ориентированные в большей степени на жизненные, профессиональные взгляды. Вопросы также могут носить фотографический характер. Представляющий отвечает по-прежнему от имени своего партнера по интервью. Если он не располагает информацией для ответов на вопросы членов группы, он отвечает так, как, на его взгляд, ответил бы его партнер.

Если члены группы знакомы друг с другом, группа достаточно сплочена, то можно предложить участникам по кругу еще раз напомнить свое тренинговое имя и назвать свое личное качество, которое помогает при разрешении конфликтов.

Ведущему необходимо затратить определенное время на создание работоспособности группы, проведя несколько упражнений с этой целью. Например, такой цели могут служить следующие упражнения.

Психологический смысл упражнения: знакомство, помогает узнать больше информации друг о друге, пересмотреть привычные стереотипы.

Упражнение «Разведчики»

Ход упражнения.

Ведущий.

— Сейчас мы все будем разведчиками. Для этого в круге нужно связаться с кем-нибудь глазами без слов, кивков или каких-либо жестов. По сигналу «Свяжитесь с разведчиком!» участники ищут себе пару в течение 10 секунд.

С первого раза связываются не все. Ведущий просит тех, кто остался без пары, встать и в течение 5 секунд найти себе пару из числа оставшихся участников; и так до тех пор, пока вся группа не разобьется на пары. Далее ведущий просит состоявшиеся пары обменяться местами, пожав руку друг другу в процессе обмена.

«А теперь помашите с места своему разведчику рукой и по команде ведущего свяжитесь с третьим». Второй этап данного упражнения повторяет предыдущий алгоритм с условием связаться с новым разведчиком, обменяться с ним местами. После этого ведущий ходит по кругу, и тот человек, к которому он подходит, должен встать с места, а одновременно с ним – третий разведчик. В ходе обсуждения упражнения участники делятся информацией об изменении своего состояния.

Психологический смысл упражнения: снятие первоначального напряжения, развитие сплоченности, доверия, установление дружеских связей.

Основная часть

Игра-фантазия «Забавный „мозговой штурм“»

Ход упражнения: группа разбивается на подгруппы по 4–5 человек, которые в течение 2 минут придумывают различные варианты использования какого-либо простейшего предмета, например, одежной вешалки. Ведущий предупреждает, что идеи могут быть любыми, самыми абсурдными. После завершения работы каждая группа зачитывает свой вариант. Побеждает та группа, в которой было больше всего не повторяющихся в других группах идей.

На следующем этапе группа продолжает работать в режиме «мозгового штурма». Тем же подгруппам дается задание в течение 5 минут выработать определение понятия «конфликт».

Группы по очереди представляют свои определения. Те определения, в которых конфликт рассматривается как деструктивное действие, записываются на одной части доски; определения, носящие позитивный характер, — на другой. После завершения представлений определений всеми группами участники анализируют все определения, выделяя общее, и вырабатывают новое определение.

Психологический смысл упражнения: интеллектуальная разминка, «включение» креативных способностей.

Теоретическая информация

Конфликт – столкновение противоположно направленных целей, интересов, позиций, мнений или взглядов оппонентов или субъектов взаимодействия.

Конфликты являются частью повседневной жизни. Конфликт в социальной сфере как спор сторон, как противоречие в их интересах и целях естественен и поэтому неизбежен. Более того, по словам известного специалиста в области переговоров Р. Фишера, чем более разнообразным становится мир, с тем большим числом противоречий в интересах приходится сталкиваться. Психологи также отмечают, что конфликт позволяет предотвратить стагнацию общества, стимулирует поиск решения проблем. Кроме того, конфликт малой интенсивности, разрешенный мирно, может предотвратить конфликт более серьезный. Замечено, что в тех социальных группах, где довольно часты небольшие конфликты, редко доходит дело до крупных противоречий. Вопрос заключается не в том, чтобы предотвратить или не заметить конфликт, а в том, чтобы предотвратить конфликтное поведение, связанное с деструктивными, насильственными способами разрешения противоречий, и направлять участников на поиск взаимоприемлемого решения.

Упражнение «Составляющие конфликта»

Ход упражнения: группа разбивается на микрогруппы. В течение 3 минут обсуждается характерное поведение участников конфликта, особенности проявления эмоций, специфика содержания диалога, возможные поведенческие акты. Далее дискуссия продолжается в группе.

Психологический смысл упражнения: выделить составляющие конфликта.

Упражнение «Работа с ассоциациями к понятию «конфликт»

Ход упражнения: участники рассаживаются в круг. *Инструкция:* «В фокусе нашего внимания конфликт. Когда мы произносим это слово, у нас возникает ряд ассоциаций, чувств. Мы слышали о конфликте, знаем, как он проявляется в поведении людей. Сейчас мы исследуем отражение конфликта на внутреннем состоянии человека. Пусть каждый скажет, с чем ассоциируется слово «конфликт». Какой образ подсказывает ваше воображение?»

После первого ряда ассоциаций можно попросить продолжить предложение:

1. Если конфликт – это мебель, то какая?

2. Если посуда, то какая?
3. Если одежда, то какая?

Психологический смысл упражнения: осознание собственного эмоционального поля восприятия конфликта.

Завершающее упражнение «Спасибо!»

Ход упражнения: участники становятся в кружок, и ведущий предлагает каждому мысленно положить на левую руку все то, с чем он пришел сегодня: свой багаж настроения, мыслей, знаний, опыта, а на правую руку — то, что получил на этом занятии нового. Затем все одновременно хлопают в ладоши и кричат «да!» или «спасибо!».

1. Какие психологические качества у вас проявились при участия в тренинге?
2. Какие чувства испытывали?
3. Что нового узнали о себе, о группе?
4. Как будете использовать эти знания?
5. Чему научились?
6. Как это пригодится в будущем?
7. Что было важным?
8. Над чем вы задумались?
9. Что происходило с вами?
10. Что нужно развивать на будущее?

Психологический смысл упражнения: рефлексия дня и завершающий ритуал. Позволяет задуматься над содержанием и результатом прошедшего занятия, а также завершить его красиво на положительной эмоциональной ноте.

Занятие 2. «Основные стадии протекания конфликта»

Разминка

Упражнение-игра «Тик-так»

Ход упражнения: участники передают друг другу звуковую передачу: «тик» — направо, «так» — налево по кругу. «Бум» — означает перемену направления передачи звука. Любой участник игры имеет право изменить направление передачи.

Психологический смысл упражнения: снятие напряжения, активизация внимания.

Основная часть

Сюжетно-ролевая игра «Мельница»

Ход упражнения: равное число участников тренинга образуют два круга (один внутри другого), встают лицом друг к другу и разыгрывают в парах мелкие диалоги — ситуации, которые задает ведущий. Диалог длится 2 минуты. После каждого диалога внешний круг делает несколько шагов, например, по часовой стрелке; каждый участник меняет партнера, разыгрывается следующий эпизод.

Ситуации для разыгрывания:

1. Находящиеся во внешнем круге играют роль контролеров автобуса, а находящиеся во внутреннем — роль безбилетных пассажиров.
2. Внутренний круг — продавцы, которым нет дела до покупателей, а внешний — покупатели.

3. Внешний круг – начальник, «застукавший» опоздавшего подчиненного, а внутренний – подчиненный.

4. Внутренний круг – жилец, которого залил сосед сверху, внешний круг – сосед сверху.

В ходе обсуждения участники анализируют свое наиболее типичное поведение в различных ситуациях, переживаемые эмоции.

Психологический смысл упражнения: проживание участниками тренинга «мелких» конфликтных ситуаций, настройка на дальнейшую работу.

Теоретическая информация

Выделяют следующие *стадии протекания конфликта*:

1. Стадия потенциального формирования противоречивых интересов, ценностей и норм – положение дел накануне конфликта. На этой стадии уже существуют какие-то предпосылки для конфликта, возможно, имеется сильная напряженность в отношениях, но она пока не выливается в открытое столкновение. Такое положение дел может сохраняться довольно долго.

Эта стадия может быть также обозначена как латентный, или скрытый, конфликт.

2. Стадия перехода потенциального конфликта в реальный, или стадия осознания участниками конфликта своих верно или ложно понятых интересов. Эту стадию можно обозначить как «инцидент», то есть первую стычку конфликтантов. Инцидент выступает завязкой конфликта. Нередко инцидент выступает как будто по случайному поводу, но на самом деле – это последняя капля, которая переполняет чашу. Конфликт, начавшийся с инцидента, может им и закончиться (например, перебранка пассажиров в городском транспорте).

3. Стадия конфликтных действий. На этой стадии конфликт как бы «шагает по ступенькам», реализуясь в серии отдельных актов – действий и противодействий конфликтующих сторон. Эскалация может быть непрерывной: с постоянно возрастающей степенью напряженности отношений и силы ударов, которыми обмениваются конфликтанты; и волнообразной, когда напряженность отношений то усиливается, то спадает, а периоды активной конфронтации сменяются временным улучшением отношений.

На этой стадии возможно переживание кульминации конфликта (верхней точки его эскалации). Кульминация подводит к осознанию необходимости прервать дальнейшее обострение отношений и искать выход из конфликта.

4. Стадия снятия, или разрешения конфликта. На этой стадии необходимо ввести два понятия: цена конфликта и цена выхода из конфликта. Сравнение этих двух составляющих позволяет рационально решать вопрос: стоит ли продолжать конфликт или выгоднее его прекратить. Часто завершения конфликта удается, достичь только посредством специальных усилий, направленных на его разрешение. Одной из форм завершения конфликта является приглашение посредника, призванного провести переговоры конфликтующих сторон.

Упражнение «Конфликт невербально»

Ход упражнения: группа разбивается на 4 подгруппы. Каждой подгруппе отдельно дается задание придумать конфликтную ситуацию и изобразить ее невербально в ситуациях, когда:

– в конфликте участвуют равные по статусу люди, и конфликт в динамике имеет все стадии;

– в конфликте участвуют неравные по статусу (родитель – ребенок, начальник – подчиненный) и конфликт в динамике имеет все стадии;

– конфликт возникает спонтанно, то есть не имеет стадии потенциального формирования противоречий (например, в очереди, в транспорте и других общественных местах);

– конфликт, который не имеет разрешения, то есть последней стадии.



Сценки демонстрируются поочередно; после разыгрывания конфликта одной группой участники определяют, в чем особенность демонстрируемого конфликта. В обсуждении необходимо проанализировать, каким образом конфликт отражается в телесных ощущениях, есть ли различия в переживаемых эмоциях на разных стадиях протекания конфликта.

Психологический смысл упражнения: проживание участниками группы конфликтных ситуаций на «телесном» и эмоциональном уровне.

Упражнение «**Настойчивость–сопротивление**»

Ход упражнения: группа разбивается на пары, в каждой паре определяются роли: настаивающий и сопротивляющийся. Настаивающий выдвигает требование (например, прийти домой в 10 часов), сопротивляющийся выдвигает причину, по которой он не может выполнить это требование. Настаивающий должен приводить различные убедительные доводы, сопротивляющийся приводит свои доводы, поддерживающие ответ «нет». Все доводы и с той, и с другой стороны должны быть мотивированными, прочувствованными. Упражнение будет закончено, если настаивающий или сопротивляющийся скажет «ты меня убедил», а не «утомил». Далее в парах меняются ролями и настаивающий придумывает новую ситуацию.

В обсуждении необходимо проанализировать физические реакции, эмоции и чувства, сопровождающие конфликт. Обсуждаются возможные действия, предпринимаемые конфликтантами для того, чтобы овладеть своим состоянием.

Психологический смысл упражнения: дать возможность участникам группы проанализировать эмоции и чувства, возникающие на разных этапах протекания конфликта.

Теоретическая информация

В ходе конфликта его участники испытывают такие же физические реакции, как во время стресса: изменение тембра голоса и повышение темпа речи, учащенное дыхание и сердцебиение, вегетативные проявления, плач, тремор (дрожание) рук, повышенное потоотделение. Для эмоциональных реакций характерно большое количество раздражения, гнева, обиды, страха, чувство вины, раскаяние, удовлетворение.

В конфликте есть:

- конфликтные стороны,
- зона разногласий,
- представления сторон о ситуации,
- мотивы конфликтующих сторон,
- конфликтные действия.

Упражнение «**Однажды в созвездии Лебеда**»

Ход упражнения: группа делится на две подгруппы. Подгруппы размещаются в разных концах большой аудитории или в двух разных аудиториях так, чтобы участники не могли слышать друг друга.

Инструкция: «В созвездии Лебеда имеются две разные цивилизации, конкурирующие друг с другом в поисках новых ресурсов. Это цивилизации гуситов и уткинов. Между ними существует договоренность: в случае открытия новой планеты, на которой нет разумных обитателей, все ее богатства достаются той цивилизации, чей звездолет первым сядет на этой планете.

Однажды случилось так, что корабли-разведчики обеих цивилизаций независимо друг от друга обнаружили новую необитаемую планету и одновременно сели на нее, причем в непосредственной близости, практически на расстоянии прямой видимости.

Недра планеты оказались насыщенными разнообразными полезными ископаемыми и стратегически важными видами сырья, очень интересующими каждую цивилизацию. Обнаружив присутствие друг друга, и гуситы, и уткины укрылись в своих космических кораблях, приведя в боевую готовность нейтронные орудия и ручные бластеры. Эта планета крайне необходима и той, и другой цивилизации. По-видимому, вооруженного столкновения не избежать. Вопрос в том, кто начнет первым, то есть на кого ляжет ответственность за развязывание военного конфликта. Началось тягостное ожидание.

Впрочем, еще остается возможность мирно договориться. Но между кораблями нет связи и чтобы высказать свои предложения, необходимо покинуть корабль и выйти наружу. Это риск! Соперники могут не сделать такого же шага, а просто уничтожат конкурентов».

Далее команды, определившись, кто из них будет гуситами, а кто — утками, распределяют обязанности, которые они будут выполнять на звездолете. В командах распределяют роли капитана, первого, второго пилота, штурмана, программиста, разведчика, повара и др. (число «должностей» определяется в зависимости от количественного состава участников; «должности» участников в процессе игры не имеют никакого значения, за исключением капитана корабля, и нужны только для включения в игровую ситуацию).

Ведущий. «В этой игре вам придется решать, как поступить, совершив десять ходов. В каждом ходе вы должны сделать выбор: либо выйти наружу, либо открыть огонь. Как отражается в баллах соотношение сделанных вами выборов, представлено в карточке. В зависимости от выбора команд складываются разные ситуации, оценка которых в баллах приведена в розданных карточках. За пять минут, отводимых на каждый ход, команды должны принять решение. В случае, если решение за это время не принято, команда штрафует на три балла. Голосовать можно сколько угодно, но если при окончательном голосовании есть люди, поднявшие руки «против», то за каждого из них команда лишается одного балла. Решение команд я буду сообщать вам после каждого хода. А побеждает та команда, которая после десяти ходов наберет максимальное количество баллов».

Ведущий вручает каждой из команд две карточки: одна является справочной, помогающей участникам подсчитывать полученные баллы, а вторая нужна для записи результатов каждого хода. Баллы подсчитываются следующим образом: если обе команды начинают военные действия, они теряют по три балла; если какая-то команда решает выйти из корабля для переговоров, а соперники прицельным огнем стирают их с лица планеты, то погибшие лишаются пяти баллов, а меткие стрелки по парламентарам приобретают пять баллов; если же представители обеих цивилизаций решат попытаться удачу на пути переговоров, то те и другие получают по три балла. Ведущий имеет право удваивать баллы за отдельные ходы, что целесообразно делать перед четвертым и восьмым ходом. У участников игры часто возникает вопрос по поводу того, какая команда выигрывает, если идет накопление отрицательных баллов. В этом случае ведущий должен пояснить, что попадание в «минус» не может означать выигрыш. Отрицательные баллы означают не только потерю личного состава, но и повреждение звездолета.

Во время обсуждения ведущий подходит к командам, внимательно наблюдает за ходом принятия решения и уточняет, все ли согласны со сделанным выбором, оглашает решения обеих команд после каждого хода. Если решения команд форсируют конфликт, ведущий может при объявлении решений рисовать мрачные пейзажи неизвестной планеты: кратер, усеянный останками гуситов и уткинов; два космических корабля, разбитых и дымящихся; последние, оставшиеся в живых, не способны покинуть планету и пр.

Обсуждение игры проходит в общем кругу, где нужно дать возможность всем высказать свои чувства, не прибегая к взаимным обвинениям, перейти к конструктивному анализу. Если най-



дется хотя бы один человек, осознавший невыгодность обмана, недоверия к партнерам и увидевший путь конструктивного взаимодействия, основанного на доброжелательности и доверии, то ведущий должен обязательно предоставить ему возможность высказаться. Обсуждение завершается дискуссией о стадиях протекания конфликта на примере игры и о тех действиях, которые необходимы для поиска выхода из конфликтной ситуации (адекватное восприятие ситуации без эмоциональной оценки, готовность к общению и компромиссу, доверие к партнеру).

Психологический смысл упражнения: проанализировать основные стадии протекания конфликта, собственное поведение, мотивы, переживаемые эмоции в ситуации конфликта, в ситуации победы или поражения. Кроме этого, игра имеет потенциал испытания нравственных установок и способствует прорыву на более высокий уровень самосознания.

Завершающее упражнение «Спасибо!»

Ход упражнения: участники становятся в кружок, и ведущий предлагает каждому мысленно положить на левую руку все то, с чем он пришел сегодня: свой багаж настроения, мыслей, знаний, опыта, а на правую руку — то, что получил на этом занятии нового. Затем все одновременно хлопают в ладоши и кричат «да!» или «спасибо!»

1. Какие психологические качества у вас проявились при участия в тренинге?
2. Какие чувства испытывали?
3. Что нового узнали о себе, о группе?
4. Как будете использовать эти знания?
5. Чему научились?
6. Как это пригодится в будущем?
7. Что было важным?
8. Над чем вы задумались?
9. Что происходило с вами?
10. Что нужно развивать на будущее?

Психологический смысл упражнения: рефлексия дня и завершающий ритуал. Позволяет задуматься над содержанием и результатом прошедшего занятия, а также завершить его красиво на положительной эмоциональной ноте.

Занятие 3. «Взаимодействие в конфликте»

Разминка

Игра «Коллективный счет»

Ход упражнения: участники закрывают глаза. Задача группы — называть по порядку числа от 1 до 20. Условия игры — каждое следующее число не может называть рядом сидящий участник, нельзя называть два числа подряд одному и тому же участнику, нельзя одновременно называть число двум и более участникам. После каждой ошибки ведущий возобновляет счет.

Психологический смысл упражнения: разминка, повышение взаимной чувствительности членов группы.

Основная часть

Теоретическая информация

Конфликт возникает тогда, когда есть зона разногласий — предмет спора, факт или вопрос (один или несколько), вызвавший разногласия. При этом каждый участник конфликта

имеет собственное представление о ситуации. Эти представления чаще всего не совпадают. Конфликтанты реагируют по-разному и чаще всего не знают, как видит данную ситуацию оппонент. В исследованиях каузальной атрибуции продемонстрировано существование так называемой фундаментальной ошибки атрибуции, заключающейся в следующем: при объяснении поступков других людей (но не своих собственных) люди явно переоценивают роль чужих личностных качеств и недооценивают роль ситуативных обстоятельств.

Упражнение «Ложная уникальность»

Ход упражнения: участникам группы предлагается записать под диктовку 10 правил, сформулированных на основе 10 библейских заповедей. Когда они будут записаны, руководитель группы предлагает оценить по 10-балльной шкале, как следуют библейским заповедям большинство людей, затем выставить себе оценку следования заповедям.

Десять правил поведения	Я следую (в %)	Большинство (в %)
Не произноси имя Господа всуе		
Не сотвори себе кумира		
Почитай отца твоего и мать твою		
Не убий		
Помни день субботний, чтобы святить его		
Не прелюбодействуй		
Не укради		
Не лжесвидетельствуй		
Не желай жены ближнего своего		
Не завидуй богатству ближнего своего		

После выполнения упражнения участники группы по кругу делятся полученными результатами. Далее ведущий стимулирует дискуссию о наличии в каждом человеке тенденции самооправдания: «совершая дурные поступки, мы находим им объяснение (заставила ситуация, приказал начальник, другого выхода не было), при этом поступки других людей мы оцениваем предубежденно. Поведение других людей мы объясняем их внутренними чертами или установками (потому что он жадный, потому что он злой и пр.), пренебрегая ситуационными воздействиями, заставляющими человека так поступить в данной ситуации».

Кроме того, в конфликтной ситуации стороны предвзято воспринимают реальность и видят только факты, подтверждающие их интерпретацию конфликта. Пример из древне-китайской литературы: «Пропал у одного человека топор. Подумал он на сына своего соседа и стал к нему приглядываться: ходит, как укравший топор, глядит, как укравший топор, говорит, как укравший топор».

Словом, каждый жест, каждое движение выдают в нем вора. Но вскоре тот человек стал вскапывать землю в долине и нашел свой топор. На другой же день посмотрел он на сына соседа: ни жестом, ни движением не похож тот на вора».



Психологический смысл упражнения: развитие адекватной самооценки, внимательного отношения к окружающим, объективной оценки реальности.

Ситуативная игра «Аэропорт»

Ход упражнения: из числа участников группы выбираются две пары, которые проигрывают одну и ту же ситуацию. Одна пара выходит из аудитории на период игры первой пары. Каждому игроку дается для ознакомления инструкция только для его роли, напечатанная на отдельном листе. Остальные участники, оставшиеся в аудитории, становятся на время наблюдателями и должны понять суть происходящего, провести анализ общения (позиции: *открытая–закрытая, активная–пассивная, доброжелательная–враждебная–нейтральная; родитель–взрослый–ребенок*) и эффективности результатов общения двух пар. Анализируются эффективные пути разрешения конфликта.

Инструкция для «начальника»: вы — начальник планово-экономического отдела. Сотрудница Н. не сделала расчеты к сроку. Вам передали, что она заболела и долго не появится. Однако, когда вы несколько раз звонили домой, к телефону никто не подходил. Вы летите в командировку в Санкт-Петербург без нужных вам документов, и вас это злит. В аэропорту вы сталкиваетесь с сотрудницей Н.

Инструкция для «подчиненной»: вы — работник планово-экономического отдела. Очень неудачно складываются ваши дела: в самую пору сдачи важного документа тяжело заболела сестра и поскольку за ней некому ухаживать, вы взяли больничный по уходу и теперь временно у нее живете. Ваш знакомый прилетает из Санкт-Петербурга, откуда вам обещали передать хорошее лекарство для сестры (без этого лекарства она может даже умереть). В аэропорт вы опоздали, самолет давно прилетел, вы стоите и не знаете, что делать. Вдруг вас окликает начальник.

Психологический смысл упражнения: развитие анализа позиций общения, эффективных путей разрешения конфликта.

Упражнение-разминка «Армрестлинг»

Ход упражнения: группа делится на пары, которые устраиваются за столами так, как устраиваются участники соревнований по армрестлингу.

Инструкция: «Победителем среди всех пар станет тот участник, которому удастся заработать больше всех конфет (жетонов). Количество заработанных конфет (жетонов) будет зависеть от числа побед над соперником. Соревнования будут длиться 3 минуты».

По истечении отведенного времени участники рассказывают о своих достижениях и цене этих достижений.

В обсуждении важно обратить внимание на способы достижения результата, особенно в тех парах, которые смогли договориться, достичь партнерских отношений и заработать больше всех конфет (жетонов).

Психологический смысл упражнения: снятие эмоционального напряжения.

Упражнение «Ток-шоу»

Ход упражнения: ток-шоу — активная учебная форма групповой работы; может проводиться в виде драматизации конфликта, в котором задаются противоречивая ситуация, характерные роли, однако основное действие разворачивается спонтанно, исходя из личностных особенностей участников драматизации.

Порядок проведения: ведущим или участниками группы определяется конфликтная ситуация, актуальная для целей группы, определяются основные действующие лица конфликта,

выбираются участники — исполнители основных ролей. С каждым участником драматизации отдельно выбираются стратегия, мотивы поведения и зона разногласий с другими участниками. Кроме основных, определяются роли, оказывающие влияние на протекание конфликта (например: *соседи, дальние родственники, друзья*). Таким образом, вся группа принимает активное участие в драматизации.

Группа организует пространство, напоминающее зрительный зал: сцена, на которой будут действовать герои, и места для зрителей. Руководитель группы играет роль ведущего ток-шоу, он имеет право вводить новых действующих лиц, останавливать действие, организовывать рефлексию участников драматизации на определенных этапах разыгрывания. Действующие лица организуют взаимодействие в соответствии с заданными ролями на сцене. На первом этапе в драматизации участвуют только основные действующие лица, по мере разворачивания действия руководитель может предоставлять слово другим участникам.

Вариант ситуации, который зачитывается всей группе: в четырехкомнатной квартире проживают три семьи: в одной комнате — родители (мать и отец — старшее поколение), в другой — старший сын с женой и дочерью, в третьей — младший сын с женой.

Первоначально старшее поколение дружно жило с семьей старшего сына, приняло беременную невестку (до этого она проживала в другом городе), дедушка с бабушкой помогали растить внучку.

Семья старшего сына по инициативе его жены подала заявление в суд на раздел квартиры, претендуя при этом на две комнаты. Родители согласились разделить лицевой счет и выделить одну комнату площадью 10 кв. м. Конфликт затянулся, заявления переходят из одной инстанции в другую. Эта ситуация остро переживается ее участниками. Семья старшего сына запретила внучке общаться с бабушкой и дедушкой. Отец пережил инсульт и получил инвалидность. Братья не общаются.

Дополнительная информация для жены старшего сына (зачитывается только исполнительнице роли): она обижается на свекровь, которая постоянно ее контролировала в ведении домашнего хозяйства и в воспитании дочери, и не скрывает своей обиды, считает, что родители мужа настраивают его против нее, разрушают семью. Выделение одной комнаты не дает возможности разменять квартиру.

Дополнительная информация для младшего сына: при разделе квартиры у него не остается возможности получить собственное жилье.

Разыгрывание ситуации начинается с диалога свекрови и невестки, постепенно вводятся остальные действующие лица.

Задача ведущего — стимулировать поиск выхода из конфликтной ситуации, организуя переговоры, не затрагивая юридическую сторону вопроса. В ходе ток-шоу целесообразно предлагать высказывать мнения участникам группы, исполняющим роли соседей, друзей, сослуживцев, участников конфликта, представляющим разные точки зрения.

После завершения драматизации проводится деролинг (снятие ролей) участников.

В обсуждении анализируются ложные мотивы и представления каждого участника, испытываемые ими чувства, их влияние на динамику конфликта. Важно прийти к выводу, что конфликты часто содержат небольшое ядро подлинно несовместимых целей, окруженных толстой мантией искаженного восприятия мотивов и целей противника.

После ток-шоу целесообразно провести динамическое упражнение с целью эмоциональной разрядки. Это может быть модификация игры «Испорченный телефон».

Психологический смысл упражнения: дать возможность участникам группы проанализировать динамику конфликта, интерпретацию участниками конфликта причин и мотивов их поведения и испытываемых ими чувств.

Упражнение-разминка

Ход упражнения: участники группы распределяются по парам, упираются плечом в плечо и пытаются сдвинуть друг друга с места, затем та же процедура повторяется, только упираются друг в друга спинами, боками, ягодицами.

Психологический смысл упражнения: снятие эмоционального напряжения.

Упражнение «И тут вы ему говорите...»

Ход упражнения: группа делится на тройки. В каждой тройке участники получают роли игрока, подыгрывающего и наблюдателя.

Инструкция игроку. Ситуация, которую я вам опишу, предполагает диалог с другим персонажем. Его роль будет исполнять подыгрывающий. Предложенную ситуацию вы разыграете с ним три раза. Сначала вы будете вести свою партию с позиции «сверху» — давите, требуйте, грубите, угрожайте, насмехайтесь, будьте очень настойчивы. Как бы ни вел себя ваш партнер, постарайтесь все время лидировать, быть «над ним». Через 3–4 минуты остановите диалог, немного помолчите и начинайте игру с позиции «снизу» — заигрывайте, просите, чувствуйте себя слабым и зависимым, уступайте, входите в положение другого человека, и так 3–4 минуты, а затем после небольшой паузы побудьте в позиции «на равных». Найдите верный тон, нужную позу, доброжелательные и уверенные слова.

Инструкция подыгрывающему. В отличие от игрока вы не имеете ограничений в поведении. Расслабьтесь, максимально включитесь в ситуацию, настройтесь на партнера, а после этого реагируйте на его слова так, как вам хочется. Если он вас разозлил — злитесь, обидел-обижайтесь, если его реакции растрогали вас — уступите своим добрым порывам. Будьте максимально искренни. Желательно фиксировать, какие именно слова, жесты партнера создали тот или иной ваш настрой, почему поменялось отношение к партнеру.

Инструкция наблюдателю. Ваша задача — фиксировать развитие диалога, особенности поведения, развитие сюжета, а также следить, чтобы партнеры выполнили свои инструкции. Если вы считаете, что игрок не выполняет свою задачу, уходит в другую социальную роль, вы имеете право остановить игру.

После проведения первого цикла меняются роли. Для обсуждения даются следующие ситуации:

Ваш коллега попросил у вас на несколько дней «посмотреть» ценные рабочие материалы. Вернул только через неделю в неприглядном, местами нечитабельном виде. И тут вы ему говорите...

Вы — страстный любитель тюльпанов, выращиваете у себя на участке редкие сорта, приобретаете луковицы за очень приличные деньги. У соседки, с которой у вас нормальные отношения, есть собака — спаниель.

Вы купили на рынке понравившуюся вам блузку. Придя домой и примерив, вы обнаружили, что она не гармонирует ни с одной вещью в вашем гардеробе, да и внутренняя обработка вам показалась некачественной.

Психологический смысл упражнения: дать возможность участникам группы почувствовать себя в разных коммуникативных техниках, найти поведенческие ходы, которые делают каждую технику успешной и субъективно привлекательной (владение всеми тремя позициями — важный залог гибкого, конструктивного поведения в общении).

Упражнение «Паровозики»

Ход упражнения: группа делится на тройки. Участникам предлагается положить руки на талию впереди стоящего человека. Первый изображает паровоз, как в детской игре («чух-чух-чух...»). Остальные участники молчат. Все команды передаются через руки. Первым в тройке

стоит «паровоз», он абсолютно пассивен и едет туда, куда его направят. Второй участник, находящийся в середине тройки, – «пассажир» – едет себе, глядит в окно, думает о своем, повлиять на движение он не может, но и опасность ему никакая не грозит. Третий участник, стоящий последним, – «машинист». Он отвечает за все: за то, чтобы состав двигался, не врезался и не столкнулся с другими составами, чтобы пассажиру было комфортно путешествовать. На речевые команды «паровоз» не реагирует. Попытки врезаться в другие «паровозы» пресекаются. Движение продолжается две–три минуты. Затем ведущий просит тройки перестроиться: «пассажир» становится «паровозом», а «паровоз» – «машинистом».

Психологический смысл упражнения: физическая и эмоциональная разгрузка, а также предоставление возможности участникам группы почувствовать наиболее эмоционально комфортное положение для себя.

Завершающее упражнение «Спасибо!»

Ход упражнения: участники становятся в кружок, и ведущий предлагает каждому мысленно положить на левую руку все то, с чем он пришел сегодня: свой багаж настроения, мыслей, знаний, опыта, а на правую руку – то, что получил на этом занятии нового. Затем все одновременно хлопают в ладоши и кричат «да!» или «спасибо!»

1. Какие психологические качества у вас проявились при участия в тренинге?
2. Какие чувства испытывали?
3. Что нового узнали о себе, о группе?
4. Как будете использовать эти знания?
5. Чему научились?
6. Как это пригодится в будущем?
7. Что было важным?
8. Над чем вы задумались?
9. Что происходило с вами?
10. Что нужно развивать на будущее?

– Конфликты являются частью повседневной жизни. Конфликт в социальной сфере как спор сторон, как противоречие в их интересах и целях естественен. Психологи также отмечают, что конфликт позволяет предотвратить стагнацию общества, стимулирует поиск решения проблем. Кроме того, конфликт малой интенсивности, разрешенный мирно, может предотвратить конфликт более серьезный. Замечено, что в тех социальных группах, где довольно часты небольшие конфликты, редко доходит дело до крупных противоречий. Вопрос заключается не в том, чтобы предотвратить или не заметить конфликт, а в том, чтобы предотвратить конфликтное поведение, связанное с деструктивными, насильственными способами разрешения противоречий, и направлять участников на поиск взаимоприемлемого решения.

Конфликт возникает тогда, когда есть зона разногласий – предмет спора, факт или вопрос (один или несколько), вызвавший разногласия. При этом каждый участник конфликта имеет собственное представление о ситуации. Эти представления чаще всего не совпадают. Конфликтанты реагируют по-разному и чаще всего не знают, как видит данную ситуацию оппонент. В исследованиях каузальной атрибуции продемонстрировано существование так называемой фундаментальной ошибки атрибуции, заключающейся в следующем: при объяснении поступков других людей (но не своих собственных) люди явно переоценивают роль чужих личностных качеств и недооценивают роль ситуативных обстоятельств.

Психологический смысл упражнения: рефлексия дня и завершающий ритуал. Позволяет задуматься над содержанием и результатом прошедшего занятия, а также завершить его красиво на положительной эмоциональной ноте.

ОПТИМИЗМ

ТРЕНИНГ «РАЗВИТИЕ ОПТИМИЗМА»

Занятие 1

Цель:

- формирование представлений о позитивном воздействии на здоровье оптимизма;
- развитие способности определять свои чувства в состоянии аффекта;
- развитие способности составлять список собственных успехов;
- развитие способности рассказывать о своих успехах группе знакомых;
- развитие умения признать свою заслугу в том или ином достижении.

Возраст: подростковый и юношеский.

Гетерогенная группа: юноши, девушки.

Способ набора группы: добровольная.

Кол-во участников: до 15–20 человек.

Условия проведения тренинга: просторное помещение.

Информация по теме для педагогов

1. Для большей эффективности занятие целесообразно проводить с сотрудниками психологических служб и психологами.

2. При проведении классного часа учащихся необходимо подвести к следующим выводам.

Все люди нуждаются в личном пространстве вокруг себя. Люди, которые испытывают взаимное притяжение, предпочитают находиться ближе, чем те, кто недолюбливает друг друга.

Если незнакомый человек слишком приблизился, у людей возникают признаки неловкости и беспокойства, затем желание убежать.

Каждый человек по-разному переживает свои эмоции – в зависимости от возраста, потребностей, интересов личности. Каждый должен уметь выражать свои эмоции. Нужно уважать эмоции других.

Хорошо, когда уверенный в себе человек признает свои заслуги, не преувеличивая их, нормально говорит о своих положительных чертах.

То, что человек обладает как положительными, так и отрицательными чертами, является естественным. Все мы – разные, и нужно принимать себя и друг друга такими, какие мы есть.

Мечта, желание могут стать реальностью, если ты этого очень хочешь, веришь в собственные силы, намечаешь план и стремишься к его выполнению.

Ведущий вправе сам компоновать программу тренинга с учетом необходимого времени.

Ключевые понятия по теме

Оптимизм – бодрое и жизнерадостное мироощущение, при котором человек во всем видит светлые стороны, верит в будущее, в успех, в то, что в мире господствует положительное начало, добро.

Необходимые материалы: заранее подготовленные карточки, ручки; бумага для записок, ручки.

Ход занятия

Знакомство. Установление контакта с детьми.

Участники подписывают бейджики и рассаживаются на места в круге. Ведущий представляется и говорит несколько слов о том, что будет происходить.

Ведущий.

– Сегодня мы проведем для вас тренинг на развитие оптимизма. Цель его – развитие позитивного отношения друг к другу и к жизни. Оптимизм – это убеждение и вера в лучшее будущее, в возможность торжества добра над злом, справедливости над несправедливостью. В истории философии оптимистическое мировоззрение так или иначе проповедовали многие мыслители: Аристотель, Эпикур – в древности, Лейбниц – в новое время. Последний считал, что существующий мир является лучшим из всех возможных миров. Абсолютный оптимизм Лейбница в конечном счете приводил к оправданию зла, несчастий, бед в жизни. Наша работа будет осуществляться в форме тренинга, по определенным правилам.

Правила работы в группе: ведущим устанавливаются определенные правила работы в группе, которые необходимы для того, чтобы все участники чувствовали себя комфортно и безопасно. Правила заранее выписываются на листе ватмана и после принятия группой, закрепляются на видном месте. В течение всех последующих занятий правила группы находятся там же и напоминаются ведущим в начале занятия.

Список правил:

1. Внимательно слушать друг друга.
2. Не перебивать говорящего.
3. Уважать мнение друг друга.
4. Я-высказывание.
5. Безоценочность суждений.
6. Активность.
7. Правило «стоп».
8. Конфиденциальность.

Каждый из пунктов правил поясняется ведущим.

Разминка

Упражнение «**Визитная карточка**»

Ход упражнения:

Ведущий.

– Вы знаете, что такое визитная карточка. Мы сейчас с вами будем рисовать свои визитные карточки, в которых надо отобразить себя через свои интересы, склонности значимы для вас людей, хобби – все, что вас отличает друг от друга.

Психологический смысл упражнения: упражнение на знакомство помогает участникам запомнить имена и изучить друг друга.

Игра «Ассоциации»

Ход упражнения: выбирается ведущий, выходит за дверь. Один из участников придумывает ассоциации на самого себя: на какое животное, птицу, дерево, цветок, любой предмет я похож.

Участник-ведущий возвращается в группу. Ведущий тренинга озвучивает ассоциации. Задача угадать человека с трех попыток. Каждый из участников должен побывать в роли ведущего и угадываемого. Обсуждаем, что было самым сложным, что нового вы узнали друг о друге, о себе.

Психологический смысл упражнения: знакомство, узнать больше информации друг о друге, помогает пересмотреть привычные стереотипы.

Основная часть

Упражнение «Продолжи фразу»

Ход упражнения: ведущий раздает участникам карточки со следующим содержанием: «Я счастлив, когда...», «Я несчастен, когда...», «Я плохо себя чувствую, когда...», «Я прихожу в ярость, когда...», «Мне страшно, когда...», «Я радуюсь, когда...», «Я горжусь, когда...». Ведущий предлагает участникам заполнить карточки в течение 10 минут. Участники выбирают 2–3 предложения из написанных и представляют их группе.

Вопросы для анализа:

1. Трудно ли тебе было закончить предложения?
2. Когда ты столкнулся с наибольшей трудностью?
3. Что ты чувствовал, дополняя фразы?

Выводы:

1. Каждый человек по-разному переживает свои эмоции – в зависимости от возраста, потребностей, интересов личности.
2. Каждый должен уметь выражать свои эмоции.
3. Нужно уважать эмоции других.

Упражнение-игра «Тик-так»

Ход упражнения: участники передают друг другу звуковую передачу: «тик» – направо, «так» – налево по кругу. «Бум» – означает перемену направления передачи звука. Любой участник игры имеет право изменить направление передачи.

Психологический смысл упражнения: снятие напряжения, активизация внимания.

Упражнение «Аргумент в мою пользу»

Ход упражнения: ведущий предлагает участникам представить себе, что они претендуют на определенную должность – место редактора журнала «Школьники – школьникам» (если рабочая группа состоит из родителей, они будут участвовать в конкурсе на место редактора журнала «Родители – родителям»). На подготовку отводится 15 минут. Для этого им нужно составить список четырех своих лучших достижений.

Из них участник выбирает одно, которым он гордится больше всего. Ему нужно доказать важность своей заслуги и перечислить личные качества, которые помогли достичь успеха.

Каждый участник представляет свою историю всей группе. Он должен начать словами: «Я считаю, что заслуживаю должности редактора, потому что неоднократно добивался успеха. Расскажу вам один случай...» – и рассказывает о своем достижении.

Все члены группы по очереди делятся своими успехами.

Вопросы для анализа:

1. Как вы себя чувствовали, когда рассказывали о своих положительных чертах?
2. Что было легче: представлять рассказ о себе или слушать других?
3. Как вы думаете, вы действительно были отличным кандидатом на должность?
4. Как вам кажется, все участники переживали те же ощущения?
5. Были ли случаи, когда скромность удерживала вас от того, чтобы рассказать о своих заслугах в каком-либо достижении?

Выводы:

1. Хорошо, когда уверенный в себе человек признает свои заслуги, не преувеличивая их.
2. Нормально говорит о своих положительных чертах.

Примечание: Рекомендуется создать перед этим занятием открытую, внушающую доверие обстановку. Нельзя допускать злобных и ехидных комментариев и насмешек над членами группы.

Завершающее упражнение «Спасибо!»

Ход упражнения: участники становятся в кружок, и ведущий предлагает каждому мысленно положить на левую руку все то, с чем он пришел сегодня, свой багаж настроения, мыслей, знаний, опыта, а на правую руку — то, что получил на этом занятии нового. Затем все одновременно хлопают в ладоши и кричат «да!» или «спасибо!».

1. Какие психологические качества у вас проявились при участия в тренинге?
2. Что нового узнали о себе, о группе?
3. Как будете использовать эти знания?
4. Чему научились?
5. Как это пригодится в будущем?
6. Что было важным?
7. Над чем вы задумались?
8. Что нужно развивать на будущее?

Психологический смысл упражнения: завершающий ритуал. Позволяет задуматься над содержанием и результатом прошедшего занятия, а также завершить его красиво на положительной эмоциональной ноте.

Занятие 2

Цели:

- формирование представлений о позитивном воздействии на здоровье оптимизма;
- развитие способности выражать как положительные, так и отрицательные суждения о себе;
- развитие способности представить себя одноклассникам;
- развитие способности определить себе цель для воплощения;
- развитие умения разработать план достижения желания/цели;
- развитие умения принимать решения, соответствующие определенной ситуации.

Возраст: подростковый и юношеский.

Гетерогенная группа: юноши и девушки.

Способ набора группы: добровольная.

Кол-во участников: до 15–20 человек.

Условия проведения тренинга: просторное помещение.

Необходимые материалы: пачка бумаги, мел, лист для работы с перечисленными парами черт характера (для учителя): *активный — пассивный; смелый — боязливый/трусливый; щедрый — скупой; полный надежд — обескураженный; раскованный — озабоченный; веселый — грустный; ответственный — безответственный; уверенный — неуверенный; понятый — непонятый; трудолюбивый — ленивый; окруженный близкими — одинокий.*

Ход занятия

Установление контакта с детьми.

Участники подписывают бейджики и рассаживаются на места в круге. Ведущий представляется и говорит несколько слов о том, что будет происходить.

Ведущий.

– Сегодня мы продолжим изучать ценность «*оптимизм*». Цель нашего тренинга — развитие позитивного отношения друг к другу и к жизни. Оптимизм — это убеждение и вера в лучшее будущее, в возможность торжества добра над злом, справедливости над несправедливостью. В истории философии оптимистическое мировоззрение так или иначе проповедовали многие мыслители: Аристотель, Эпикур — в древности, Лейбниц — в новое время. Последний считал, что существующий мир является лучшим из всех возможных миров. Абсолютный оптимизм Лейбница в конечном счете приводил к оправданию зла, несчастий, бед в жизни.

Разминка

Игра «Коллективный счет»

Ход упражнения: участники закрывают глаза. Задача группы — называть по порядку числа от 1 до 20. Условия игры — каждое следующее число не может называть рядом сидящий участник, нельзя называть два числа подряд одному и тому же участнику, нельзя одновременно называть число двум и более участникам. После каждой ошибки ведущий возобновляет счет.

Психологический смысл упражнения: разминка, повышение взаимной чувствительности членов группы.

Основная часть

Упражнение «Мое место — здесь»

Ход упражнения: на полу проводится черта примерно в 3 метра длиной. Два конца черты получают названия, которые будут меняться и которые означают противоположные пары характеристик: например, правый конец назовется «оптимист», а левый — «пессимист».

Каждый участник занимает свое место на черте, ближе к одному из концов или к середине — в зависимости от того, какими они себя ощущают в текущий момент. Если кто-то стесняется занимать место на черте, он может указать свое положение на листе бумаги; тогда ему нужно будет рисовать отдельную черту для каждой пары характеристик. Если несколько участников видят себя на том же месте, они становятся друг за другом.

Ведущий называет черты характера парами, ждет, пока участники найдут свои места. Когда все построится, он читает следующую пару характеристик.

Вопросы для анализа:

1. Каково было участвовать в этом упражнении?
2. Что вы почувствовали, оценивая сами себя?
3. Были ли мгновения, когда вам было трудно найти свое место?
4. Становились ли и другие одноклассники на то же место, что и вы?

Выводы:

1. То, что человек обладает как положительными, так и отрицательными чертами, является естественным.
2. Все мы – разные и нужно принимать себя и друг друга такими, какие мы есть.

Упражнение-разминка

Ход упражнения: участники группы распределяются по парам, упираются плечом в плечо и пытаются сдвинуть друг друга с места, затем та же процедура повторяется, только упираются друг в друга спинами, боками, ягодицами.

Психологический смысл упражнения: снятие эмоционального напряжения.

Упражнение «Я хочу воплотить мечту!»

Ход упражнения: всем участникам предлагается поразмышлять о себе и завершить фразу «Если бы я мог делать все, что мне хочется, я бы...». Каждый из них устно выражает свои мысли.

Ведущий вовлекает учащихся в обсуждение следующих вопросов на основе высказанных перед этим мыслей:

1. Что заставляет людей мечтать?
2. Существует ли связь между мечтами и желаниями?
3. Можно ли объединить высказанные желания в категории?
4. Возможно ли, чтобы все наши желания исполнялись?

В течение следующих 10 минут участникам предлагается наметить индивидуальный план выполнения желаний, согласно следующим шагам, предварительно намеченным на доске или на листе бумаги:

1. Составь список возможных решений для достижения избранной цели.
2. Оцени каждое решение: каковы его преимущества и недостатки? Какие люди, группы людей, организации способны тебе помочь? Какие последствия могут быть у соответствующего решения для тебя и для окружающих?
3. Выбери оптимальный вариант/выход.
4. Уточни средства, необходимые для применения решения, рассчитай действия (сколько времени тебе понадобится? когда ты начнешь?).

Учащимся (по выбору) предлагается представить собственный план выполнения желаний.

Вопросы для анализа:

1. Легко или трудно было разработать план исполнения желаний?
2. Кто отвечает за выполнение желания?
3. Какова связь между желанием, целью и решением?
4. Какие сходства и различия существуют между мечтами и желаниями?
5. Что нам нужно, чтобы мечта стала реальностью?
- 6) Чему полезному вы научились на этом занятии?

Выводы:

1. Мечта, желание могут стать реальностью, если ты этого очень хочешь, веришь в собственные силы, намечаешь план и стремишься к его выполнению.
2. Иногда первый шаг к воплощению мечты – это то мгновение, когда ты решаешь, что тебе по силам это сделать.

Завершающее упражнение «Спасибо!»

Ход упражнения: участники становятся в кружок, и ведущий предлагает каждому мысленно положить на левую руку все то, с чем он пришел сегодня: свой багаж настроения,

мыслей, знаний, опыта, а на правую руку — то, что получил на этом занятии нового. Затем все одновременно хлопают в ладоши и кричат «да!» или «спасибо!»

1. Какие психологические качества у вас проявились в процессе тренинга?
2. Что нового узнали о себе, о группе?
3. Как будете использовать эти знания?
4. Чему научились?
5. Как это пригодится в будущем?
6. Что было важным?
7. Над чем вы задумались?
8. Что нужно развивать на будущее?

Ведущий.

– Все люди нуждаются в личном пространстве вокруг себя. Люди, которые испытывают взаимное притяжение, предпочитают находиться ближе, чем те, кто недолюбливает друг друга.

Если незнакомый человек слишком приблизился, у людей возникают признаки неловкости и беспокойства, затем желание убежать.

Каждый человек по-разному переживает свои эмоции — в зависимости от возраста, потребностей, интересов личности. Каждый должен уметь выражать свои эмоции. Нужно уважать эмоции других.

Хорошо, когда уверенный в себе человек признает свои заслуги, непреувеличивая их, нормально говорит о своих положительных чертах.

То, что человек обладает как положительными, так и отрицательными чертами, является естественным. Все мы — разные и нужно принимать себя и друг друга такими, какие мы есть.

Мечта, желание могут стать реальностью, если ты этого очень хочешь, веришь в собственные силы, намечаешь план и стремишься к его выполнению.

Психологический смысл упражнения: завершающий ритуал. Позволяет задуматься над содержанием и результатом прошедшего занятия, а также завершить его красиво на положительной эмоциональной ноте.

РОЛЕВАЯ ИГРА «МОЁ ЛИЧНОЕ ПРОСТРАНСТВО» (7–9 классы)

Цели:

- установить типы личного пространства;
- подчеркнуть роль личного пространства в жизни человека;
- определить пространство общения для разных людей;
- описать поведение участников ролевой игры.

Определения понятий «личное пространство», «уединение», «вторжение», «атака», «нервозность», «неловкость».

Информация по теме для педагогов

1. Для большей эффективности занятие целесообразно проводить с сотрудниками психологических служб и психологами.
2. При проведении классного часа необходимо использовать следующую информацию.
Все люди нуждаются в личном пространстве вокруг себя. Люди, которые испытывают взаимное притяжение, предпочитают находиться ближе, чем те, кто недолюбливает друг друга.

Если незнакомый человек слишком приблизился, у людей возникают признаки неловкости и беспокойства, затем желание убежать.

Ключевые понятия по теме

Оптимизм – бодрое и жизнерадостное мироощущение, при котором человек во всем видит светлые стороны, верит в будущее, в успех, в то, что в мире господствует положительное начало, добро.

Оборудование, материалы и подготовительная работа:

- пять парт;
- вспомнить на уроках литературы следующие произведения: А.А. Фет. «Лирика»; В. Астафьев. «Васюткино озеро»; Н.А. Некрасов. «Кому на Руси жить хорошо»; А.С. Пушкин. «Памятник», «Послание в Сибирь»; А.Н. Островский. «Снегурочка»; Е.И. Носов. «Малая родина»; Ф.А. Абрамов. «Золотые руки», «Когда делаешь по совести»; Вольтер. «Кандид или Оптимизм»; М. Горький. «Песнь о Соколе», «Песнь о Буревестнике»; А.П. Чехов. «Вишневый сад» и другие произведения о ценности оптимизма и ощущениях личного пространства.

Ход игры

Классный руководитель.

– Сегодня мы познакомимся с понятием личного пространства, установим типы личного пространства, определим пространство общения для разных людей.

Основная часть

1. Беседа о понятиях «личное пространство», «уединение», «вторжение», «атака», «нервозность», «неловкость».

Классный руководитель.

– Какие ощущения вы испытываете, когда к вам прикасаются мама, бабушка, друг, подруга, чужой человек и др.?

Высказывания учащихся.

Классный руководитель.

– Возникновение данных ощущений зависит от того, каково наше личное пространство, доверяем ли мы человеку, в каком состоянии мы сейчас находимся.

– В каких литературных произведениях описываются ощущения, связанные с личным пространством?

Высказывания учащихся. А.А. Фет. «Лирика»; В. Астафьев. «Васюткино озеро»; Н.А. Некрасов. «Кому на Руси жить хорошо»; А.С. Пушкин. «Памятник», «Послание в Сибирь»; А.Н. Островский. «Снегурочка»; Е.И. Носов. «Малая родина»; Ф.А. Абрамов. «Золотые руки», «Когда делаешь по совести»; Вольтер. «Кандид или Оптимизм»; М. Горький. «Песнь о Соколе», «Песнь о Буревестнике»; А.П. Чехов. «Вишневый сад» и другие произведения о ценности оптимизма и ощущениях личного пространства.

Ролевая игра «Мое личное пространство»

Ход игры: классный руководитель выбирает 10 добровольцев: 4 девочки и 6 мальчиков. Участникам предлагается сесть за парты парами согласно условиям игры:

- два соперника;
- два партнера;
- две подруги;
- мальчик и девочка, которые нравятся друг другу;

— мальчик и девочка, которые недолюбливают друг друга.

Выбранные участники выполняют указания классного руководителя и садятся за парты. Остальные участники наблюдают за поведением актеров ролевой игры.

Вопросы для анализа:

1. Как вели себя участники?
2. Как они уселись за парты? Почему?
3. Какое расстояние было между ними?
4. Как реагировал человек, чье личное пространство было нарушено?

Примечание: Участников надо посадить следующим образом: двое соперников — один напротив другого; двое партнеров — рядом; две подруги — рядом, с небольшим расстоянием между ними; мальчик и девочка, которые нравятся друг другу — рядом, обнявшись; мальчик и девочка, которые недолюбливают друг друга — девочка отодвигается от соседа или наоборот.

Подведение итогов

Классный руководитель.

– Все мы нуждаемся в личном пространстве вокруг себя. Люди, которые испытывают взаимное притяжение, предпочитают находиться ближе, чем те, кто недолюбливает друг друга. Если незнакомый человек слишком приблизился, у нас возникают признаки неловкости и беспокойства, затем желание убежать.

Домашнее задание. Обсудить связь оптимизма и личного пространства с близкими и написать эссе «У оптимистичного человека личное пространство ...».



ДУХОВНЫЙ МИР ЧЕЛОВЕКА

«ФИЛОСОФСКИЙ СТОЛ» НА ТЕМУ
«БЕСПЛОДНЫЙ ПОИСК СМЫСЛА ЖИЗНИ» *
(10–11 классы)

Цели:

- стимулирование естественного стремления старшеклассников разобраться в вопросах, связанных с понятием *смысла жизни*, с противоречиями реальности;
- способствовать пробуждению самостоятельной мысли в вопросе «В чем смысл жизни?».

Оформление: плакат с цитатой «Удар бича оставляет рубцы, а удар языка сокрушает кости».

Информация по теме для педагогов

1. Для большей эффективности занятие целесообразно проводить с сотрудниками психологических служб, психологами и священнослужителями Тираспольско-Дубоссарской Епархии.

2. При проведении классного часа необходимо использовать следующую информацию.

Наверное, каждый человек в какой-то период своего существования ищет смысл жизни. Неудача в жизненном поиске часто приводит к ощущению бессмысленности жизни, к чувству безнадежности. А это, в свою очередь, нередко – к плохим последствиям. Ведь жизнь, в которой нет смысла, и существование, когда человек ни к чему не стремится, мучительны для него.

Будучи не в состоянии преодолеть в себе постоянную тоску, сомнения и страдания, человек начинает искать какие-то средства, чтобы заглушить то, что его терзает. Для одних это – алкоголь, для других – наркотики.

В состоянии опьянения человек пребывает в грезах. Грезы заменяют ему реальность, ставшую для него слишком тяжелой. Он не может найти себе места в ней, не может постичь ее смысл.

Чем это чревато – известно многим. В таком случае человеческая личность, несущая в себе неповторимую индивидуальность и вмещающая множество нераскрытых возможностей, не реализует своих способностей и в конце концов деградирует.

Ключевые понятия по теме

Смысл жизни человека – подлинный смысл жизни, «тайна бытия» человека заключены в содействии разрешению назревших задач общественного развития, в созидательном труде, в ходе которого формируются предпосылки для всестороннего развития личности.

Вера – это состояние субъекта, тесно связанное с духовным миром личности, возникающее на основе определенной информации об объекте, выраженной в идеях или образах, сопровождающееся эмоцией уверенности и рядом других чувств и служащее мотивом, стимулом, установкой и ориентиром человеческой деятельности.

Оборудование, материалы и подготовительная работа:

– четкое определение темы «философского стола» не менее чем за две недели до проведения мероприятия;

– учащимся раздаются вопросы, конкретизирующие проблему дискуссии:

1. Что, по-вашему, подразумевается под бесплодным поиском смысла жизни?

2. Согласны ли вы с тем, что только глупец полностью собой доволен? Почему самодовольство не только делает бесплодным поиск смысла жизни, но часто и вообще уничтожает сам этот поиск?

3. Чем богаты молодые люди? Согласны ли вы обменять свое здоровье на миллион долларов? Если нет, то почему?

4. Бывает ли у вас когда-нибудь так: если на душе тяжело, вы успокаиваетесь, занявшись обычными делами? Если «да», то, как вы думаете, почему так происходит?

Вспомнить на уроках литературы следующие произведения: П.П. Бажов. «Каменный цветок»; Г.Х. Андерсен. «Снежная королева»; М.Ю. Лермонтов. «Листок», «Три пальмы», «Мцыри»; Н.В. Гоголь. «Портрет»; А.П. Платонов. «Иван Великий»; А.С. Пушкин. «Евгений Онегин»; А.С. Грибоедов. «Горе от ума»; Л.Н. Толстой. «Война и мир»; Н.С. Лесков. «Мелочи Архиерейской жизни», «Соборяне»; А.П. Чехов. «Чайка» и другие произведения о духовном мире человека.

Ход «философского стола»

Вступительное слово классного руководителя

– Темой нашего сегодняшнего «философского стола» является «Бесплодный поиск смысла жизни». В процессе подготовки данного мероприятия вы должны были поразмыслить над определенными вопросами.

Основная часть

1. Беседа по определению смысла жизни

Классный руководитель.

– Наверное, каждый человек в какой-то период своего существования ищет смысл жизни. Даже у того, кто всю свою жизнь стремился лишь к материальным благам, к богатству, в определенный момент возникает вопрос: «А зачем, собственно, все это богатство нужно?».

Высказывания учеников.

Классный руководитель.

– Для одних вопрос о смысле жизни как легкое облачко на ясном небе – появилось и исчезло. И снова человек трудится, добивается чего-то. Для других этот вопрос – самое основное, без чего жить нельзя. Почему же часто случается, что обрести ответ не удастся, и люди переживают состояние кризиса, душевного надлома?

Высказывания учеников.

Классный руководитель.

– Какие писатели поднимали вопросы о духовных исканиях в своих произведениях?

Высказывания учеников. П.П. Бажов. «Каменный цветок»; Г.Х. Андерсен. «Снежная королева»; М.Ю. Лермонтов. «Листок», «Три пальмы», «Мцыри»; Н.В. Гоголь. «Портрет»;

А.П. Платонов. «Иван Великий»; А.С. Пушкин. «Евгений Онегин»; А.С. Грибоедов. «Горе от ума»; Л.Н. Толстой. «Война и мир»; Н.С. Лесков. «Мелочи Архиерейской жизни», «Соборяне»; А.П. Чехов. «Чайка» и другие произведения о духовном мире человека.

Классный руководитель.

– Лев Толстой, например, ощутил, что утратил смысл жизни, когда был уже писателем с мировым именем. Что же вызвало кризис, который чуть не привел его к самоубийству?

Сам Толстой позднее писал, что кризис возник из-за того, что он, писатель, был далек от труда, направленного на воспроизведение жизни, труда, которым живет народ. Вопрос о смысле жизни показался ему неразрешимым, так как рассматривался в отрыве от самой жизни. Участие в ней, в процессе «добывания» как раз и полно внутреннего смысла, считал великий писатель, оно-то и позволяет ощущать удовлетворенность жизнью и ее осмысленность.

Толстой также полагал, что совместное участие в трудовой деятельности приводит к осознанию чувства необходимости присутствия другого человека и любви к нему. Свои выводы Толстой сделал, наблюдая жизнь русских крестьян и сравнивая ее с жизнью интеллигенции, которая была охвачена веяниями новых нигилистических идей.

2. Беседа о нигилистическом понимании смысла жизни

Классный руководитель.

– Что такое «нигилизм»?

Высказывания учеников.

Классный руководитель.

– Слово *нигилизм* произошло от латинского *nihil* – ничто. Нигилизм – это отрицание общепринятых ценностей: идеалов, моральных норм, культуры, форм общественной жизни. В России этот термин получил распространение после появления в 1862 году романа И.С. Тургенева «Отцы и дети». Как вы считаете, смысл в *нигилизме* есть?

Высказывания учеников.

Классный руководитель.

– Возвращаясь к выводам Л.Н. Толстого, следует отметить, что из поля зрения великого писателя выпал тот факт, что русское крестьянство того времени как раз имело высший идеал, выразившийся в вере в Бога.

Существование каких-то идеалов, которые были бы для человека выше и ценнее, чем его собственные нужды, – это необходимое условие, во-первых, для нравственной жизни человека и, во-вторых, для постижения его существования. Согласны ли вы с данным утверждением?

Высказывания учеников.

Классный руководитель.

– Должен быть в душе каждого человека такой фонарик, который осветил бы жизненную суету и сделал бы жизнь осмысленной.

В одном из своих интервью в 1996 году известный русский поэт Евгений Евтушенко сказал: «Если мы сняли со знамени серп и молот, то что теперь туда водрузить? Золотого тельца? Мы с вами заложники отсутствия цели. А раньше мы были заложниками фальшивой цели».

Заложник отсутствия цели, конечно, может легко превратиться в *нигилиста*. И это явление уже наблюдается сегодня. Оглянитесь вокруг – элементы *нигилизма* рядом с нами: в школе, доме, в котором мы живем, в городском автобусе. Рассмотрим элементарный пример. Молодой человек демонстративно бросает на лестничной площадке или в лифте кожуру от банана, бумажку от жевательной резинки, от конфеты. Он как бы хозяин положения, ему на все и на всех наплевать. А ведь в лифте, вполне возможно, поедет его отец или учитель, да и лифты-то теперь убирают сами жильцы. Наш «герой», конечно, знает, что такое хорошо, а что



такое плохо. Но общепринятые моральные нормы и правила общественной жизни он просто отрицает своими недостойными поступками.

В переполненном городском транспорте ситуация усложняется. Увы, типичной становится следующая картина: молодые люди громко смеются, звучно жуют жвачку и нецензурно бранятся. Они вовсе не задумываются над тем, какую великую силу имеет слово: **удар бича оставляет рубцы, а удар языка сокрушает кости.**

3. Беседа о самодовольстве

Классный руководитель.

– Нормальный человек находится в постоянном жизненном поиске. В народе говорят, что только круглый глупец полностью собой доволен. Почему?

Высказывания учеников.

Классный руководитель.

– И это понятно – ведь если человек собой доволен, значит, он считает, что ему не надо больше ни к чему стремиться, что он уже многого достиг. Следовательно, его развитие остановилось.

– Чем богаты молодые люди?

Высказывания учеников.

– Согласны ли вы обменять свое здоровье на миллион долларов? Если нет, то почему?

Высказывания учеников.

Классный руководитель.

– Неудача в жизненном поиске часто приводит к ощущению бессмысленности жизни, к чувству безнадежности. А это, в свою очередь, нередко – к плохим последствиям. Ведь жизнь, в которой нет смысла, и существование, когда человек ни к чему не стремится, мучительны для него.

Будучи не в состоянии преодолеть в себе постоянную тоску, сомнения и страдания, человек начинает искать какие-то средства, чтобы заглушить то, что его терзает. Для одних это – алкоголь, для других – наркотики.

В состоянии опьянения человек пребывает в грезах. Грезы заменяют ему реальность, ставшую для него слишком тяжелой. Он не может найти себе места в ней, не может постичь ее смысл.

Чем это чревато – известно многим. В таком случае человеческая личность, несущая в себе неповторимую индивидуальность и вмещающая множество нераскрытых возможностей, не реализует своих способностей и в конце концов деградирует.

Подведение итогов

Классный руководитель.

– В заключение нашего общения хочу отметить, что энергия и здоровье человека намного дороже самого большого состояния любого миллионера. Но, увы, нередко сами юноши и девушки этого не понимают. Возможно, поймут это только тогда, когда станут стариками.

Как, к примеру, можно объяснить, что в наше время так много курящих школьников и школьниц? Разве кто-нибудь из нас видел садовника, сознательно губящего саженец? Деревце, у которого содрана часть коры, конечно, вырастет, но задумаемся о том, какие плоды оно принесет!

Наконец, будучи в состоянии апатии и безнадежности, некоторые находят и другой, еще более противоестественный способ «решения» проблемы. Это – самоубийство в прямом смысле этого страшного слова.

Домашнее задание. Обсудить с близкими и написать эссе «В чем я вижу смысл жизни».

«ФИЛОСОФСКИЙ СТОЛ» НА ТЕМУ «СМЫСЛ ЖИЗНИ В ВЕРЕ»*

Цели:

- стимулирование естественного стремления старшеклассников разобраться в вопросах, связанных с понятием «смысла жизни», с противоречиями реальности;
- способствовать пробуждению самостоятельной мысли — «Смысл жизни в вере».

Участники: учащиеся 10–11 классов.

Оформление: плакаты с цитатами:

«Смысл жизни в жизни с БОГОМ».

«Бог есть всякое благо и, вселяясь в душу, исполняет ее всяким благом, насколько это может вместить человеческое естество».

Святитель Григорий Богослов

«Не станем считать одну веру достаточной для спасения. Будем заботиться и о поведении, будем вести и наилучшую жизнь, чтобы то и другое способствовало достижению совершенства».

Ава Исайя

«Ничем не пренебрегай в духовной жизни, ничего не считай малым, не стоящим большого внимания: через малые грехи диавол ведет к великим».

Святой праведный Иоанн Кронштадтский

«Если ты сам удалил себя от Бога, то вспомни, что удаляющийся от солнца проводит жизнь во тьме».

Святитель Григорий Богослов

Информация по теме для педагогов

1. Для большей эффективности занятие целесообразно проводить с сотрудниками психологических служб, психологами и священнослужителями Тираспольско-Дубоссарской Епархии.

2. При проведении классного часа необходимо использовать следующую информацию.

Вера является необходимым элементом индивидуального и общественного сознания, важным моментом деятельности людей. Объекты веры – факты, явления, тенденции развития природной и социальной действительности – не даны субъекту чувственно и выступают лишь в виде возможности.

Идея добра отображает требования человека к действительности. В рамках морального освоения мира добро играет такую же роль, какую в рамках научного познания играет истина, а в рамках художественного – красота. Термин «добро» обозначает:

1) объективную характеристику предмета, фиксирующую его совершенство в сочетании с эмоциональным одобрением (когда нечто называют добрым, при этом имеется в виду, что оно соответствует своему назначению; напр., доброе сукно, добрый конь);

2) ценность, полезность предметов для человека, а также сами ценные, полезные для человека предметы (добрая весть, нажать добро);

3) нравственное качество человека и его поступков, делание добра (сделать доброе дело, добрая женщина).

Злом именуется все, что оказывает разрушающее воздействие на человека в его природных и общественных проявлениях; в более широком плане оно отождествляется с жизнеотрицанием. Различают зло физическое (болезни, стихийные бедствия и т. п.), социальное (войны, экономические кризисы, др. общественные катаклизмы) и моральное (жестокость, коварство и др. пороки). Проблемы зла являются традиционными для философии и центральными для этики.

Ключевые понятия по теме

Смысл жизни человека – подлинный смысл жизни, «тайна бытия» человека заключены в содействии разрешению назревших задач общественного развития, в созидательном труде, в ходе которого формируются предпосылки для всестороннего развития личности.

Вера – это состояние субъекта, тесно связанное с духовным миром личности, возникающее на основе определенной информации об объекте, выраженной в идеях или образах, сопровождающееся эмоцией уверенности и рядом других чувств и служащее мотивом, стимулом, установкой и ориентиром человеческой деятельности.

Добро – наиболее общеоценочное понятие, обозначающее позитивный аспект человеческой деятельности; является противоположностью зла.

Зло – наиболее общее оценочное понятие, обозначающее отрицательный аспект человеческой деятельности, то, что подлежит ограничению и преодолению; является противоположностью добра.

Оборудование, материалы и подготовительная работа:

– четкое определение темы «философского стола» не менее чем за две недели до проведения мероприятия;

– учащимся раздаются вопросы, конкретизирующие проблему дискуссии:

1. В чем смысл человеческой жизни?
2. Как определить, «что такое хорошо и что такое плохо»?
3. Зачем человеку жить по заповедям Божиим?
4. Нужно ли бороться со своими греховными желаниями или можно жить, как захочется?
5. Что дает преодоление искушений?
6. Какой закон духовной жизни ты знаешь?
7. Что значит жизнь с Богом?

Вспомнить на уроках литературы следующие произведения: П.П. Бажов. «Каменный цветок»; Г.Х. Андерсен. «Снежная королева»; М.Ю. Лермонтов. «Листок», «Три пальмы», «Мцыри»; Н.В. Гоголь. «Портрет»; А.П. Платонов. «Иван Великий»; А.С. Пушкин. «Евгений Онегин»; А.С. Грибоедов. «Горе от ума»; Л.Н. Толстой. «Война и мир»; Н.С. Лесков. «Мелочи Архиерейской жизни», «Соборяне»; А.П. Чехов. «Чайка» и другие произведения о духовном мире человека.

Ход «философского стола»**Вступительное слово классного руководителя**

– Сегодня мы продолжим беседовать о поиске смысла в жизни. Темой нашего «философского стола» является «Смысл жизни в вере». В процессе подготовки данного мероприятия вы должны были поразмыслить над определенными вопросами.

Основная часть**1. Беседа по определению «что такое хорошо и что такое плохо»**

Классный руководитель.

– Извечный вопрос: «Что такое хорошо и что такое плохо?» От ответа на него во многом зависит вся внутренняя и внешняя деятельность человека, спасение или гибель его души. Как мы с вами говорили выше, согласно православному учению, хорошо то, что способствует духовному совершенствованию и спасению души, а плохо то, что вредит и мешает этому спасению.

Исходя из этого, многое из того, что людьми современного общества почитается достойным и хорошим, на самом деле является плохим и губительным.

– Вы согласны с этим утверждением?

Высказывания учеников.

Классный руководитель.

– Например, если люди живут идеями потребления и удовольствий, то для них самое главное в жизни – деньги, власть, слава, плотские удовольствия. И для достижения этого они готовы на любые, зачастую даже безнравственные, поступки.

– Можете привести примеры такого поведения из своей жизни.

Высказывания учеников.

Классный руководитель.

– Так, мы часто видим, как герой боевика убивает и калечит других людей для того, чтобы добыть деньги, стать богатым. Как люди предают друг друга, грабят, воруют, обманывают – и все это только для одного: стать богатыми и «наслаждаться жизнью». Часто люди ведут распущенную, безнравственную жизнь, становятся проститутками, бандитами, наркоманами и алкоголиками, при этом многие из них считают, что живут правильно, хорошо, ибо делают, по их мнению, что хотят и берут от жизни все.

На самом деле они убивают себя духовно и телесно и никогда не бывают по-настоящему счастливы. Духовно – потому что отдаляют себя от Бога и предаются в рабство страстям. Физически – потому что порочный образ жизни расшатывает и разрушает психику, подрывает физическое здоровье. Погоня за ложным «счастьем», жизнь по неверным идеалам приводят к духовной гибели грешника, обрекают его душу на вечные муки.

2. Беседа по определению жизни с Богом

Классный руководитель.

– Святитель Григорий Богослов определил, что Бог есть всякое благо и, вселяясь в душу, исполняет (*наполняет*) ее всяким благом, насколько это может вместить человеческое естество.

– Что вы думаете по поводу сказанного?

Высказывания учеников.

Классный руководитель.

– Бог создал человека для соучастия в той радости и счастье, в котором пребывает Он Сам – Творец вселенной. Поскольку человек создан по образу Божию и призван к Богоуподоблению, то обрести полное счастье, внутренний мир он может, только живя и соединяясь с Богом, идя по пути духовного совершенствования.

– Что необходимо для следования по пути духовного совершенствования?

Высказывания учеников.

Классный руководитель.

– Для следования по этому пути человеку дана совесть, даны заповеди, а с пришествием Иисуса Христа – Евангелие и учение апостолов. С момента грехопадения человек стал меньше прислушиваться к голосу своей совести и стал часто поступать наперекор ей. Поэтому понадобились внешние законы, которые помогали бы человеку правильно разбираться в том, что хорошо, а что плохо. Так Богом были даны заповеди Моисею, а через него всему его народу. Но люди, как они ни старались, не могли полностью исполнить все законы и постановления Божии, потому что в них жила наследственная склонность ко греху. И только с пришествием Богочеловека Иисуса Христа, благодаря Его крестным страданиям во искупление грехов рода человеческого, всем, уверовавшим в Него и крестившимся, дана сила до конца побеждать живущий в человеке грех.

– Что для вас значит жить по совести?

Высказывания учеников.

Классный руководитель.

Г

Н

Н

Б

Д

Ж

О

Р

Э

О

В

– Когда человек живет по закону своей совести, в общении с окружающими людьми, он руководствуется заповедями и учением Иисуса Христа, и он живет с Богом. Дух Святой всегда помогает такому человеку, и он постепенно просветляется и, в конце концов, становится святым, то есть исполняет свою главную жизненную задачу. Но это дается очень нелегко. На пути к святости человеку приходится преодолевать различные искушения. Искушение – это соблазн, желание поступить по-греховному, а не по-Божиему, чтобы испытать ту сладость и удовольствие, которые может кратковременно принести содеянный грех. И действительно, при совершении греха человек обычно испытывает плотское возбуждение, своеобразную плотскую радость. Но она быстро проходит, и в душе остается только пустота и горечь от содеянного греха.

Например, мама запретила брать конфеты, но, когда она ушла на работу, дети тайком вскрыли коробку со сладостями и съели часть конфет. Когда они ели, им было вкусно, и они испытывали удовольствие. Но потом стало стыдно, что не послушали маму. Долгое время еще мучил страх, что скоро родители узнают о проступке и будут ругать и накажут за это, по сути дела, воровство.

– В чем в данном случае прослеживается соблазн?

Высказывания учеников.

Классный руководитель.

– Соблазн в данной ситуации состоял в том, что детям хотелось получить удовольствие от конфет, но это было запрещено мамой. Если бы дети преодолели свое желание ради послушания, то они не совершили бы грех, а, наоборот, укрепили бы в себе добродетель терпения и послушания.

– Закон духовной жизни гласит, что каждая победа над соблазном, искушением укрепляет добродетели человека, увеличивает его духовную силу, и, наоборот, каждый греховный поступок усиливает страсти и власть греха (дьявола) над человеком. Бог всегда помогает в борьбе с соблазнами и грехом, но человек при этом борется сам. И еще: каждому человеку Богом попускаются только такие искушения, которые он может перенести. Может быть, на пределе своих духовных сил, но не выше их. Именно в борьбе с искушениями и соблазнами, при преодолении их и происходит духовный рост человека, его преобразование по подобию Божию.

3. Беседа о жизни согласно заповедям Божиим

Классный руководитель.

– Мы с вами в процессе обсуждения упоминали о заповедях Божиих. Давайте вспомним эти 10 заповедей.

Высказывания учеников.

Не произноси имя Господа всуе.

Не сотвори себе кумира.

Почитай отца твоего и мать твою.

Не убий.

Помни день субботний, чтобы святить его.

Не прелюбодействуй.

Не укради.

Не лжесвидетельствуй.

Не желай жены ближнего своего.

Не завидуй богатству ближнего своего.

Классный руководитель.

– К сожалению, большинство людей современного общества живут, не соблюдая заповеди Божьи и не слушая голоса своей совести. Живут чисто плотскими интересами, не помышляя о духовной жизни и преобразовании себя по образу и подобию Божию. Смысл своей жизни такие люди видят в наиболее полном удовлетворении всех своих желаний и страстных стремлений. Это, по их мнению, и является счастьем.

– Что вы думаете по этому поводу? К чему это приводит?

Высказывания учеников.

Классный руководитель.

– Но так как материальные интересы у разных людей часто совершенно противоположны, то они вступают друг с другом в конфликты, ненавидят и даже убивают друг друга. И действительно, если самое главное в этой жизни – мое «Я», мои желания, мои удовольствия, то, что мне до других, до их забот и страданий? Другие люди при этом рассматриваются или как возможный источник удовольствий, или как пустое место, если они не затрагивают интересов данного лица, или как досадная помеха на пути к поставленной цели.

Естественно, при таком отношении к окружающим людям ни о какой настоящей любви, жертвенности, искренней заботе об окружающих не может быть и речи. «Мой дом – моя крепость», «это твои проблемы» – такие отношения между людьми все в большей и большей степени становятся порочной нормой.

– Как вы думаете, что становится с людьми с таким отношением к окружающим людям?

Высказывания учеников.

Классный руководитель.

– Дело в том, что заповеди Божии являются главными законами духовной жизни. И по своей значимости они не только равны законам материального мира, но и превышают их. Так, если человек не будет жить соответственно с законами материального мира (например, попытается дышать под водой), то он неизбежно погибнет. Точно так же, если человек нарушает заповеди Божии, то он лишается Божественной помощи, искажает свою внутреннюю сущность и обрекает себя на духовную, а зачастую и физическую гибель. На духовную – потому что лишает себя грядущего Царства Небесного, а на физическую – потому что от него отступает Ангел-хранитель, и он отдает себя во власть сатаны. Падший же дух может только разрушать и разрушаться, поэтому и все его вольные и невольные последователи обречены на неизбежную гибель.

Подведение итогов

Классный руководитель.

– В заключение нашего общения хочу отметить, что когда человек в своей жизни преследует только две цели: поиск удовольствий и стремление избежать страдания, – то страдание и горе становятся неизбежными спутниками общества, где живут подобные идеалы. Помочь в данном смысле могут только заповеди Божии – это духовные законы нашего мира, и нарушение их приводит к духовной, а часто и физической гибели. Поэтому их надо не только знать, но и ежедневно сверять по ним свои мысли, слова и поступки.

Я хочу вам пожелать, чтобы вы нашли смысл жизни в жизни по Божиим заповедям.

Домашнее задание. Обсудить с близкими слова *Аввы Исайи*: «Не станем считать одну веру достаточной для спасения. Будем заботиться и о поведении, будем вести и наилучшую жизнь, чтобы то и другое способствовало достижению совершенства».

Написать эссе «Что значит способствовать достижению совершенства?».

ИНДИВИДУАЛЬНОСТЬ

ТРЕНИНГ «СПЛОЧЕНИЕ»

Цель:

- сплочение коллектива и построение эффективного командного взаимодействия;
- формирование и усиление общего командного духа путем сплочения класса учащихся;
- развитие ответственности и вклада каждого участника в решение общих задач класса;
- осознание себя командой.

Возраст: подростковый и юношеский.

Гетерогенная группа: юноши и девушки.

Способ набора группы: добровольная.

Кол-во участников: до 15–20 человек.

Условия проведения тренинга: просторное помещение.

Информация по теме для педагогов

1. Для большей эффективности занятие целесообразно проводить с сотрудниками психологических служб и психологами.
2. При проведении классного часа учащихся необходимо подвести к следующим выводам.

Сплочение – это возможность для коллектива стать единым целым для достижения конкретных целей и задач. Хорошо, когда человека понимает и поддерживает товарищ, услышать и помочь, когда необходима эта помощь. Сплоченный коллектив добивается многих вершин и побед.

Невозможно сделать всю работу одному. Время от времени все равно приходится прибегать к помощи другого человека. В сплоченном коллективе взаимопомощь – это залог успеха, без поддержки мы можем достичь маленькой цели, которую поставил каждый, но цель коллектива останется на нулевом уровне.

Ведущий вправе сам компоновать программу тренинга с учетом необходимого времени.

Ключевые понятия по теме

Индивидуальность – неповторимое сочетание индивидуально-психологических особенностей личности.

Необходимые материалы: пачка бумаги А4, ручки, цветные карандаши, фломастеры.

Ход тренинга

Знакомство.

Установление контакта с детьми. Участники подписывают бейджики и рассаживаются на места в круге. Ведущий представляется и говорит несколько слов о том, что будет происходить.

– Сегодня мы продолжим изучать ценности социально-психологического здоровья и коснемся ценности «индивидуальность». Рассматривая ценность «созидание», мы обсуждали равенство и неравенство людей. В ходе обсуждения мы определили, что все мы различны в своей индивидуальности. Наряду с нашей индивидуальностью мы живем в обществе в малых (семья, классный коллектив) и больших (государство) социальных группах. Поэтому нам необходимо качество сплоченности, «чувство локтя в группе».

– Цель нашего тренинга – сплочение коллектива и построение эффективного командного взаимодействия. Сплочение – это возможность для команды стать единым целым для достижений конкретных целей и задач. Ведь как хорошо, когда тебя понимает и поддерживает твой товарищ, услышать и помочь, когда необходима эта помощь, и понимать друг друга даже без слов. Сплоченный коллектив добивается многих вершин и побед.

– Невозможно сделать всю работу одному. Время от времени все равно приходится прибегать к помощи другого человека. В сплоченном коллективе взаимопомощь – залог успеха, без поддержки мы можем достичь только маленькой цели, которую поставил каждый, но цель коллектива останется на нулевом уровне.

– Почему важна сплоченность?

Высказывания учащихся.

Ведущий.

– Действительно, сплоченность дает возможность окунуться..., возможность увидеть..., возможность услышать..., возможность ощутить..., возможность испытать..., возможность стать..., стать одним коллективом, который чувствует, поддерживает и вдохновляет на новые действия и поступки.

Для этого мы проведем для вас тренинг на сплочение. Наша работа будет осуществляться в форме тренинга, по определенным правилам.

Правила работы в группе: ведущим устанавливаются определенные правила работы в группе, которые необходимы для того, чтобы все участники чувствовали себя комфортно и безопасно. Правила заранее выписываются на листе ватмана и после принятия группой, закрепляются на видном месте. В течение всех последующих занятий правила группы находятся там же и напоминаются ведущим в начале занятия.

Список правил:

1. Внимательно слушать друг друга.
2. Не перебивать говорящего.
3. Уважать мнение друг друга.
4. Я – высказывание.
5. Безоценочность суждений.
6. Активность.
7. Правило «стоп».
8. Конфиденциальность.

Каждый из пунктов правил поясняется ведущим.



Разминка

Упражнение «Пожалуйста»

Ход упражнения:

Вариант 1. Все участники игры вместе с ведущим становятся в круг. Ведущий говорит, что он будет показывать разные движения (физкультурные, танцевальные, шуточные), а играющие должны их повторять лишь в том случае, если он к показу добавит слово «пожалуйста». Кто ошибется, выбывает из игры.

Вариант 2. Игра идет так же, как в первом варианте, но только тот, кто ошибется, выходит на середину и выполняет какое-нибудь задание, например, улыбнуться, попрыгать на одной ноге и т. д.

Примечание: с самого начала оговорить, что это шуточное упражнение и не стоит принимать его всерьез (обижаться).

Психологический смысл упражнения: поднять настроение и настроиться на дальнейшие упражнения.

Упражнение «Мы с тобой похожи тем, что...»

Ход упражнения: участники выстраиваются в два круга – внутренний и внешний, лицом друг к другу. Количество участников в обоих кругах одинаковое. Участники внешнего круга говорят своим партнерам, стоящим напротив, фразу, которая начинается со слов: «Мы с тобой похожи тем, что...». Например: что живем на планете Земля, учимся в одном классе и т. д. Участники внутреннего круга отвечают: «Мы с тобой отличаемся тем, что...». Например, что у нас разный цвет глаз, разная длина волос и т.д. Затем по команде ведущего участники внутреннего круга передвигаются (по часовой стрелке), меняя партнера. Процедура повторяется до тех пор, пока каждый участник внутреннего круга не повстречается с каждым участником внешнего круга.

Обсуждение:

1. Какие эмоции испытывали во время упражнения?
2. Что нового узнали о других?
3. Что интересного узнали?

Психологический смысл упражнения: познакомиться (если не знают друг друга), узнать друг друга, для того, чтобы найти друзей по интересам.

Игра «Атомы и молекулы»

Ход упражнения: необходима небольшая первичная настройка: группу просят закрыть глаза и представить, что каждый человек – маленький атом, а атомы, как известно, способны соединяться и образовывать молекулы, которые представляют собой достаточно устойчивые соединения. Далее следуют слова ведущего: «Сейчас вы откроете глаза и начнете беспорядочное движение в пространстве. По моему сигналу (сигнал оговаривается) вы объединитесь в молекулы, число атомов в которых я также назову. Когда будете готовы, откройте глаза». Участники начинают свободное перемещение в пространстве и, услышав сигнал ведущего, объединяются в молекулы. Подвигавшись некоторое время цельным соединением, молекулы вновь распадаются на отдельные атомы. Затем ведущий снова дает сигнал, участники снова объединяются и т. п.

Если последним числом атомов в молекуле будет два, то упражнение служит хорошим способом деления группы на пары для последующей работы.

На первом занятии следует избегать конфликтных ситуаций, когда при названном числе группа не может разделиться поровну и остаются «лишние участники» или некоторым молекулам не хватает атомов до нужного числа.

Психологический смысл упражнения: упражнение готовит участников к быстрому делению на пары, тройки, четверки для дальнейшей работы, позволяет устанавливать контакты, снимает напряжение.

Упражнение «**Постройтесь по росту!**»

Ход упражнения: участники становятся плотным кругом и закрывают глаза. Их задача состоит в том, чтобы построиться в ряд по росту с закрытыми глазами. Когда все участники найдут свое место в строю, надо дать команду открыть глаза и посмотреть, что же получилось. После упражнения можно обсудить, сложно ли было выполнить это задание (как себя чувствовали участники) или нет.

Примечание: игра имеет несколько вариантов. Можно дать задание построиться по цвету глаз (от самых светлых до самых темных, разумеется, не закрывая глаза), по цвету волос, по теплоте рук и т. д.

Обсуждение:

1. Удалось ли группе это сделать?
2. Что помогло при этом? ?
3. Какие эмоции испытывали во время упражнения?

Психологический смысл упражнения: преодолеть барьеры в общении между участниками, раскрепостить их.

Упражнение «**Печатная машинка**»

Ход упражнения: участники упражнения должны отгадать фразу. Буквы — ее составляющие, распределяются между всеми. Фраза должна быть произнесена как можно быстрее, причем каждый произносит свою букву, а в промежутках между словами все хлопают в ладоши.

Обсуждение:

1. Что помогало справиться?
2. Что поддерживало?
3. Трудно ли было?

Психологический смысл упражнения: выработка навыков сплоченных действий.

Упражнение «**Пу́танка**»

Ход упражнения: все берутся за руки, стоя в кругу, и начинают запутываться. Когда запутались все, и получилась одна большая «пу́танка», можно вообразить, что вся группа превратилась в одного огромного зверя. Теперь срочно необходимо определить, где находится его голова, а где хвост. («Кто будет головой, а кто хвостом?», — спрашивает ведущий). Когда «зверь» сориентировался, где правая сторона, а где — левая, он должен научиться двигаться во все стороны, в том числе и назад. А потом зверь должен пробежаться и, может быть, даже кого-то, попавшегося по пути, «съесть».

Обсуждение: какие ощущения и эмоции испытывали при выполнении задания?

Психологический смысл упражнения: сплочение, улучшение взаимопонимания участников.

Упражнение «**Поезд**»

Ход упражнения: 6–8 участников изображают «поезд», встав в колонну и положив руки на плечи стоящим впереди. Все, кроме первого, закрывают глаза. Этому «поезду» нужно



проехать через препятствия, которые изображают другие участники. При малом количестве играющих часть препятствий можно изобразить с помощью стульев.

Задача «поезда» – проследовать от одной стены помещения до другой, по пути обязательно объехав по кругу 3–4 препятствия (ведущий указывает, какие именно) и не столкнувшись с остальными. Препятствия, изображенные с помощью других игроков (желательно, чтобы те, которые нужно объехать по кругу, были именно из их числа), при приближении к ним «вагонов поезда» на опасно близкое расстояние могут издавать предостерегающие звуки – например, начинать шипеть.

Игра повторяется несколько раз, чтобы дать возможность каждому побыть и в роли препятствий, и в составе «поезда».

Если участников много и позволяют размеры помещения, можно сделать игру более динамичной, запуская одновременно по два «поезда».

Обсуждение:

1. Кому кем больше понравилось быть: локомотивом, вагонами, препятствиями? С чем это связано?

2. Какие эмоции у кого возникали при движении в составе «поезда»?

3. Каким реальным жизненным ситуациям можно уподобить эту игру?

Психологический смысл упражнения: сплочение, повышение взаимного доверия участников, тренировка уверенности поведения при необходимости действовать в условиях недостатка информации, положившись на партнеров.

Упражнение «Счет до десяти»

Ход упражнения: по сигналу «начали» участники должны закрыть глаза, опустить свои носы вниз и попытаться посчитать от одного до десяти. Но хитрость состоит в том, что считать вы будете вместе. Кто-то скажет «один», другой человек скажет «два», третий скажет «три» и так далее. Однако в игре есть одно правило: слово должен произнести только один человек. Если два голоса скажут «четыре», счет начинается сначала. Попробуйте понять друг друга без слов.

Обсуждение:

1. Что с вами происходило?

2. Если не получилось, то почему?

3. Какую стратегию вы выбрали?

Психологический смысл упражнения: прочувствовать друг друга, понять без слов и мимики.

Игра «Машина с характером»

Ход упражнения: вся группа должна построить воображаемую машину. Ее детали – это только слаженные и разнообразные движения и возгласы игроков. Во время игры нельзя разговаривать. Попросите одного добровольца (игрок 1) выйти на середину круга и скажите ему: «Я хочу, чтобы сейчас ты начал выполнять какие-нибудь повторяющиеся движения. Может быть, ты хочешь попеременно вытягивать руки вверх или поглаживать живот правой рукой, или прыгать на одной ноге. Годится любое действие, но ты должен непрерывно повторять его. Если хочешь, можешь свои движения сопровождать возгласами». Когда первый игрок определится со своими действиями, он становится первой деталью машины. Теперь следующий доброволец может стать второй деталью. Игрок второй, со своей стороны, выполняет движения, которые дополняют действие первого игрока. Если, например, первый игрок смотрит вверх, поглаживает себя по животу и при этом в промежутке попеременно говорит «ах» и «ах», то второй игрок может встать сзади и каждый раз, когда первый игрок говорит «ах»,

разводить руками, а при заключительном «ох» один раз подпрыгнуть. Он может также встать боком к первому игроку, положить ему правую руку на голову и при этом сказать «ау», причем для своего «ау» выбрать момент между «ах» и «ох». Когда движения первых добровольцев обретут достаточную скоординированность, к ним может присоединиться третий игрок. Каждый игрок должен стать новой деталью увеличивающейся машины и пытаться сделать ее более интересной и многогранной. Каждый может выбрать себе место, где он мог бы расположиться, а также придумать свое действие и возгласы.

Когда задействованы все игроки, вы можете позволить фантастической машине полминуты работать в выбранном группой темпе. Потом предложите, чтобы скорость работы несколько увеличилась, затем слегка замедлилась, потом начала останавливаться. В конце концов машина должна развалиться.

Обсуждение игры:

1. В какой момент вы стали деталью машины? Почему?
2. Как вы придумали свои действия?
3. Что происходило, когда ход машины ускорялся или замедлялся?
4. Как влияло на работу то, что вам нельзя было переговариваться друг с другом?

Варианты:

Участники, разбившись по четверо или пятеро, могут изображать реально существующие механизмы, агрегаты, машины: будильник, кофемолку, мотор, планер. Игроки могут построить машину, аллегорически изображающую концептуальное понятие, например, машину любви, войны, мира и т. д.

Психологический смысл упражнения: сплочение группы.

Упражнение «Опустить предмет»

Ход упражнения: 6–10 участникам дают гимнастический обруч и просят держать его горизонтально на указательных пальцах вытянутых рук. Вместо обруча можно использовать и другие предметы подходящих размеров и веса (например, швабру или сделанную из плотного картона настенную таблицу размером приблизительно 1×1 м).

Задача участников — опустить предмет в указанное ведущим место. При этом предмет должен постоянно лежать на указательных пальцах всех участников; если чей-то палец теряет контакт с ним, игра начинается заново.

Обсуждение:

1. Что испытывали при выполнении задания?
2. Если да, то с чем связаны трудности, как их удалось преодолеть.
3. Если нет, то что помогло сразу скоординировать совместные действия.

Психологический смысл упражнения: тренировка умения действовать решительно и в то же время координировать собственную активность с действиями других людей.

Упражнение «А я еду...»

Ход упражнения: участники садятся в круг. В кругу на один стул больше. Один из участников по часовой стрелке садится на пустой стул и говорит: «А я еду». Следующий участник по цепочке передвигается на пустой стул и говорит: «А я рядом». Следующий за ним садится на освободившийся стул и говорит: «А я зайцем». Следующий пересаживается и говорит: «А я с...» (имя любого участника). Названный человек пересаживается рядом. Таким образом, круг разрывается, и вся цепочка начинается заново. С каждым разом участники пересаживаются по часовой стрелке все быстрее и быстрее.

Психологический смысл упражнения: разрядка участников, расслабление.



Упражнение «Переправа»

Ход упражнения: участники стоят плечом к плечу на полосе шириной 20–25 см. Игра про- ходит интереснее, если эта полоса представляет собой не просто линию на полу, а небольшое возвышение: например, гимнастическую скамейку, бордюрный камень на обочине дороги или бревно на лесной поляне. Каждый участник поочередно переправляется с одного конца шеренги на другой. Ни ему, ни тем, кто стоит в шеренге, нельзя касаться ничего за пределами той полосы, на которой стоят участники.

Обсуждение:

1. Какие психологические качества у вас проявились при выполнении этого упражнения?
2. Что происходило с вами, вызвало ли у вас дискомфорт это упражнение?

Психологический смысл упражнения: сплочение, «ломка» пространственных барьеров между участниками, тренировка уверенного поведения в ситуации вынужденного физическо- го сближения, необходимости решить нетривиальную задачу в межличностном взаимодей- ствии.

Упражнение-игра «Тик-так»

Ход упражнения: участники передают друг другу звуковую передачу: «тик» – направо, «так» – налево по кругу. «Бум» – означает перемену направления передачи звука. Любой участник игры имеет право изменить направление передачи.

Психологический смысл упражнения: игра веселая и легкая, помогает снять напряжение предыдущего упражнения.

Завершающее упражнение «Спасибо!»

Ведущий.

– В заключение нашего тренинга я хочу, чтобы вы обратили внимание на то, что сплочение – это возможность для коллектива стать единым целым для достижений конкретных це- лей и задач. Хорошо, когда человека понимает и поддерживает товарищ, услышать и помочь, когда необходима эта помощь, и понимать друг друга даже без слов. Сплоченный коллектив добивается многих вершин и побед.

– Невозможно сделать всю работу одному. Время от времени все равно приходится прибе- гать к помощи другого человека. В сплоченном коллективе взаимопомощь – это залог успеха, без поддержки мы можем достигнуть только маленькую цель, которую поставил каждый, но цель коллектива останется на нулевом уровне.

Участники становятся в кружок, и ведущий предлагает каждому мысленно положить на левую руку все то, с чем он пришел сегодня: свой багаж настроения, мыслей, знаний, опыта, а на правую руку – то, что получил на этом занятии нового. Затем все одновременно хлопают в ладоши и кричат «да!» или «спасибо!».

1. Какие психологические качества у вас проявились при участия в тренинге?
2. Какие чувства испытывали?
3. Что нового узнали о себе, о группе?
4. Как будете использовать эти знания?
5. Чему научились?
6. Как это пригодится в будущем?
7. Что было важным?
8. Над чем вы задумались?
9. Что происходило с вами?
10. Что нужно развивать на будущее?

Психологический смысл упражнения: завершающий ритуал. Позволяет задуматься над содержанием и результатом прошедшего занятия, а также завершить его красиво на положительной эмоциональной ноте.

ТРЕНИНГ «РЕГУЛЯЦИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ»

Цели:

- дать представление об основных понятиях и функциях саморегуляции, о круге решаемых данными средствами проблем;
- развитие способностей регуляции эмоционального состояния, освоение способов саморегуляции;
- активизация процесса самопознания;
- обучение различным техникам экспресс-регуляции эмоционального состояния;
- формирование навыков произвольного контроля.

Возраст: подростковый и юношеский.

Гетерогенная группа: юноши и девушки.

Способ набора группы: добровольная.

Режим работы группы: 3 занятия в течение одной недели.

Кол-во участников: до 15–20 человек.

Условия проведения тренинга: просторное помещение.

Информация по теме для педагогов

1. Для большей эффективности занятие целесообразно проводить с сотрудниками психологических служб и психологами.

2. При проведении классного часа учащиеся необходимо подвести к следующим выводам.

В силу индивидуальности, работая в коллективе, люди должны научиться владеть собой.

Большинство из людей уже настолько привыкли к душевному и мышечному напряжению, что воспринимают его как естественное состояние, даже не осознавая, насколько это вредно. Следует четко уяснить, что, освоив релаксацию, можно научиться это напряжение регулировать, приостанавливать и расслаблять по собственной воле, по своему желанию. Полная мышечная релаксация оказывает положительное влияние на психику и нормализует душевное равновесие, дает необходимый короткий отдых мозгу.

Ведущий вправе сам компоновать программу тренинга с учетом необходимого времени.

Ключевые понятия по теме

Индивидуальность – неповторимое сочетание индивидуально-психологических особенностей личности. *Релаксация* – состояние расслабленности.

Необходимые материалы: стулья, карандаши, ручки, фломастеры, бумага, мел и доска (можно ватман и маркер) или флипчарт.

Занятие 1

Цели:

- знакомство и включение участников в тренинговую работу;
- знакомство со способами саморегуляции.



Знакомство. Установление контакта с детьми.

Участники подписывают бейджики и рассаживаются на места в круге. Ведущий представляется и говорит несколько слов о том, что будет происходить.

– Сегодня мы продолжим изучать ценность социально-психологического здоровья «индивидуальность». В силу нашей индивидуальности, работая в коллективе, мы должны научиться владеть собой.

Большинство из нас уже настолько привыкли к душевному и мышечному напряжению, что воспринимают его как естественное состояние, даже не осознавая, насколько это вредно. Следует четко уяснить, что, освоив релаксацию, можно научиться это напряжение регулировать, приостанавливать и расслаблять по собственной воле, по своему желанию. Полная мышечная релаксация оказывает положительное влияние на психику и нормализует душевное равновесие, дает необходимый короткий отдых мозгу. Рассмотрим сначала естественные способы регуляции организма. Наверняка вы интуитивно используете многие из них. Назовите, какие именно.

Названные способы записываются ведущим на доске (участники перечисляют: длительный сон, вкусная еда, общение с природой и животными, баня, массаж, движение, танцы, музыка, смех, размышление о приятном, различные движения потягивания, расслабления мышц, вдыхание свежего воздуха и т. д.).

– Попробуйте задать себе вопросы:

1. Что помогает вам поднять настроение, переключиться?
2. Что я могу использовать из вышеперечисленного?

На доске составляется перечень этих способов.

– К сожалению, подобные средства нельзя, как правило, использовать на работе, непосредственно в тот момент, когда возникла напряженная ситуация или накопилось утомление. В таких случаях можно использовать специальные способы саморегуляции, которые достаточно просты в использовании, весьма эффективны, и для их освоения требуется минимальное количество времени.

Наша работа будет осуществляться в форме тренинга, по определенным правилам.

Правила работы в группе: ведущим устанавливаются определенные правила работы в группе, которые необходимы для того, чтобы все участники чувствовали себя комфортно и безопасно. Правила заранее выписываются на листе ватмана и после принятия группой закрепляются на видном месте. В течение всех последующих занятий правила группы находятся там же и напоминаются ведущим в начале занятия.

Разминка

Упражнение «**Меня зовут...**»

Ход упражнения: каждый участник группы называет свое имя так, как ему нравится и как бы он хотел, чтобы обращались к нему.

Игра «Приветствие»

Ход упражнения: каждый участник тренинга приветствует своего соседа, называя его по имени.

Основная часть

Проблемная ситуация «**Вспомни что-нибудь неприятное**»

Ход упражнения: участникам предлагается закрыть глаза и вспомнить какое-либо неприятное событие, произошедшее с ним совсем недавно (в течение 1 мин) со всеми подробностями

и, не открывая глаза, застыть в том положении, в котором участники находились в процессе воспоминания. С помощью «внутреннего взгляда посмотреть» на то, в каком состоянии находятся мышцы тела поочередно (начинаем с лицевых мышц и заканчивая ногами), запомнить данное состояние мышц и те ощущения, которые возникли, и открыть глаза.

Обсуждение ощущений:

1. Какие ощущения возникли в процессе воспоминания?
2. Какие ощущения были в мышцах?
3. Где больше всего чувствовалось напряжение?
4. Приятным было такое состояние?

Беседа о том, какой вред для здоровья наносит постоянное напряжение и о том, что с этим можно справиться разными способами.

Упражнение «Вспомни неприятную ситуацию и расслабься»

Ход упражнения: участники вновь погружаются в воспоминания той же ситуации, но при этом стараются контролировать мышечное напряжение и в случае возникновения напряжения – расслабиться.

После данного упражнения каждый участник рассказывает, насколько ему удалось расслабиться; какие ощущения возникли после расслабления; какое настроение сейчас; осталось ли напряжение или дискомфорт в теле.

Телесно ориентированное упражнение «Погода»

Ход упражнения: участники разбиваются по парам. Один отворачивается к партнеру спиной, он – бумага, второй – художник. Ведущий предлагает «художникам» нарисовать на «бумаге» (спине) сначала теплый ласковый ветер, затем усиливающийся ветер, затем дождь, сильный ливень, переходящий в град, снова ветер, переходящий в теплое дуновение ветерка, а в конце – ласковое теплое солнышко, согревающее всю землю. По окончании упражнения участники меняются местами. Каждый участник высказывает свое мнение и рассказывает о тех ощущениях, которые появились в процессе игры.

Игра «Снежки»

Ход упражнения: участникам предлагается бумага, они комкают ее и делают «снежки». Играющие разделяются на две команды, становятся друг против друга и начинают бросать «снежки» друг в друга. Побеждает та команда, у которой на момент остановки игры окажется меньше всего «снежков» на их территории.

Заключительная часть

Рефлексия

Каждый участник высказывает свое мнение о проведенном занятии, что понравилось, что нет; что изменилось в эмоциональном состоянии; какие ощущения в теле; какое настроение в данную минуту.

Домашнее задание. Совершенствовать способность расслабления мышц в стрессовых ситуациях или при воспоминании о них.

Занятие 2

Цель: освоение способов саморегуляции через управление дыханием и тонусом мышц.

Разминка

Игра «Приветствие»

Ход упражнения: ведущий предлагает поздороваться друг с другом нетрадиционным методом – плечами, стопами ног, тыльной стороной ладони и т. п.

Обсуждение домашнего задания: что получилось, что не удалось, помог ли приобретенный на тренинге опыт в какой-нибудь негативной ситуации.

Упражнение «Веревка»

Ход упражнения: ведущий предлагает представить себе веревку, которая проходит через уши. Взяв «веревку» за кончики, медленно двигать руками на уровне ушей, имитируя движение «веревки» из стороны в сторону. При этом мысленно представлять себе, что с каждым движением из головы исчезают неприятные мысли, тревоги, проблемы до полной «очистки» мозгов.

Основная часть

Обучение способам управления дыханием

Ход упражнения: ведущий предлагает прислушаться к своему дыханию и определить какое оно: поверхностное, глубокое, грудное или с участием мышц живота.

– Управление дыханием – это эффективное средство влияния на тонус мышц и эмоциональные центры мозга. Медленное и глубокое дыхание (с участием мышц живота) понижает возбудимость нервных центров, способствует мышечному расслаблению. Частое (грудное) дыхание, наоборот, обеспечивает высокий уровень активности организма, поддерживает нервно-психическую напряженность.

Способ 1. Представьте, что перед вашим носом на расстоянии 10-15 см висит пушинка. Дышите только носом и так плавно, чтобы пушинка не колыхалась.

Способ 2. Поскольку в ситуации раздражения или гнева мы забываем делать нормальный выдох, глубоко выдохните; задержите дыхание так надолго, как сможете; сделайте несколько глубоких вдохов; снова задержите дыхание.

Управление тонусом мышц, движения

Ход упражнения: под воздействием психических нагрузок возникают мышечные зажимы, напряжение. Умение их расслаблять позволяет снять нервно-психическую напряженность, быстро восстановить силы.

– Сядьте удобно, закройте глаза; дышите глубоко и медленно; пройдитесь внутренним взором по всему вашему телу, начиная от макушки до кончиков пальцев ног, и найдите места наибольшего напряжения (часто это бывают рот, губы, челюсти, шея, затылок, плечи, живот); постарайтесь еще сильнее напрячь места зажимов (до дрожания мышц), делайте это на вдохе, почувствуйте это напряжение; резко сбросьте напряжение – делайте это на выдохе. Сделайте это несколько раз.

Заключительная часть

Рефлексия

– Какие ощущения у вас появились после упражнения? Удалось или нет снять зажимы? Какое из упражнений вам больше всего понравилось? Какое, на ваш взгляд, наиболее результативное?

Домашнее задание. Тренироваться в освоении способов саморегуляции для регуляции своего психоэмоционального состояния.

Занятие 3

Цели:

- повышение самооценки и уверенности в своих возможностях, обучение приемам самоуверения.
- подведение итогов работы группы.

Ход занятия

Разминка

Игра «Приветствие»

Ход упражнения: ведущий предлагает поздороваться друг с другом нетрадиционным методом – спиной, коленками, локтями.

Обсуждение домашнего задания: что получилось, что не удалось, помог ли приобретенный на предыдущих тренингах опыт.

Основная часть

Упражнение «Моя самооценка»

Ход упражнения: ведущий предлагает участникам тренинга в течение 5 минут составить наиболее полный перечень своих достоинств. После того как все написали, обсудить: у кого получилось больше всего, что было тяжелее – рассказывать о своих достоинствах или слушать других. Почему?

Упражнение «Похвалилки»

Ход упражнения: глядя себя по затылку левой, а затем правой рукой, повторять: «Меня замечают, любят и высоко ценят». Поворачивая голову вправо-влево, повторять: «Все идет хорошо». Приподнимаясь на носках, поднимая руки как можно выше, повторять: «В моей жизни случается только хорошее».

Упражнение «Лучик»

Ход упражнения: сидя, примите удобную для вас позу. Представьте, что внутри вашей головы, в верхней части, возникает светлый луч, который медленно и постепенно освещает лицо, шею, плечи, руки теплым ровным и расслабляющим светом. По мере движения луча разглаживаются морщинки, исчезает напряжение в области затылка, ослабляются складки на лбу, опадают брови, «охлаждаются» глаза, ослабляются зажимы в уголках губ, опускаются плечи, освобождаются шея и грудь. Внутренний луч как бы формирует новую внешность спокойного, освобожденного человека, удовлетворенного собой и своей профессией. Заканчиваем упражнение словами: «Я стала новым человеком! Я стала спокойной! Я все буду делать хорошо!»

Второй раз выполнить упражнение самостоятельно – сверху вниз.

Упражнение «Передача энергии»

Ход упражнения: вообразите перед собой какой-то источник энергии. Он согревает вас, он дает вам энергию. Постарайтесь ощутить, как энергия воздействует на переднюю часть вашего тела. Вдохните ее. Представьте такой же источник энергии за своей спиной. Почувствуйте, как волны энергии скользят вниз и вверх по вашей спине.

Поместите энергию справа. Ощутите ее воздействие на левую половину тела.

Г

И

Н

Е

Д

Ж

О

Р

Э

О

В

Вообразите источник энергии над головой. Почувствуйте, как энергия воздействует на голову.

Источник энергии под ногами. Почувствуйте, как энергией накаляются ступни ваших ног, потом энергия поднимается выше и распределяется по вашему телу.

Вопросы к участникам:

1. Удалось вам представить источник вашей энергии?
 2. В каком виде вы ее представили?
 3. Чувствовали вы ее воздействие на ваше тело?
 4. Какие ощущение это вызвало у вас?
- Делайте это упражнение, когда вы ощущаете упадок сил и энергии.

Заключительная часть

Ведущий.

– В заключение нашего тренинга я хочу, чтобы вы обратили внимание на то, что в силу индивидуальности, работая в коллективе, мы должны научиться владеть собой.

Большинство из нас уже настолько привыкли к душевному и мышечному напряжению, что воспринимают его как естественное состояние, даже не осознавая, насколько это вредно. Следует четко уяснить, что, освоив релаксацию, можно научиться это напряжение регулировать, приостанавливать и расслаблять по собственной воле, по своему желанию. Полная мышечная релаксация оказывает положительное влияние на психику и нормализует душевное равновесие, дает необходимый короткий отдых мозгу.

Рефлексия

Участникам предлагается нарисовать свое настроение. По окончании рисования каждый участник высказывает свое мнение о тренинге: что нового для себя открыл; что заставило задуматься или изменить взгляд на ситуацию.



ЛИЧНОСТЬ

ТРЕНИНГ «МОЯ ЛИЧНОСТЬ И ВЫБОР ПРОФЕССИИ»

Цели:

- продолжение знакомства учащихся друг с другом;
- повышение групповой сплоченности;
- изучение личностных особенностей и представлений о будущей профессии участников посредством рисунков.

Возраст: подростковый и юношеский.

Гетерогенная группа: юноши и девушки.

Способ набора группы: добровольная.

Кол-во участников: до 15–20 человек.

Условия проведения тренинга: просторное помещение.

Информация по теме для педагогов

1. Для большей эффективности занятие целесообразно проводить с сотрудниками психологических служб и психологами.

2. При проведении классного часа учащихся необходимо подвести к следующим выводам.

В подростковом возрасте начинает формироваться устойчивый круг интересов, который является психологической базой ценностных ориентаций подростков. Происходит переключение интересов с частного и конкретного на отвлеченное и общее, наблюдается рост интереса к вопросу мировоззрения, религии, морали и этики. Развивается интерес к собственным психологическим переживаниям и переживаниям других людей. Чаще всего период перехода от подросткового к юношескому возрасту приходится на старшие классы школы. Переход от детства к взрослости обуславливается необходимостью профессионального самоопределения и выбора жизненного пути.

Выбор профессии должен быть осознанным, в соответствии со своими интересами, особенностями характера.

Ключевые понятия по теме

Личность – субъект познания и активного преобразования окружающей действительности.

Индивидуальность – неповторимое сочетание индивидуально-психологических особенностей личности.

Профессия – основной род занятий, трудовой деятельности.

Необходимые материалы: стулья, карандаши, мячи, ручки, фломастеры, бумага, мел и доска (можно флип-чарт, ватман и маркер).

Ход занятия

Знакомство. Установление контакта с детьми.

Участники подписывают бейджики. Ведущий представляется и говорит несколько слов о том, что будет происходить.

– Ребята, сегодня мы задумаемся с вами о том, каким должен быть человек, каково его предназначение в жизни, кем быть.

Правила работы в группе: ведущим устанавливаются определенные правила работы в группе, которые необходимы для того, чтобы все участники чувствовали себя комфортно и безопасно. Правила заранее выписываются на листе ватмана и после принятия группой, закрепляются на видном месте. В течение всех последующих занятий правила группы находятся там же и напоминаются ведущим в начале занятия.

Разминка

Упражнение «Рекорд группы»

Ход упражнения: ведущий подсчитывает количество участников в группе и предлагает поставить рекорд – перекинуть мяч столько раз, сколько сегодня участников. Главное, чтобы ни разу не уронить мяч на пол, чтобы не сказать ни слова и чтобы каждый участник подержал мяч в руках. Если же группа быстро добилась положительного результата, ведущий вводит следующую инструкцию:

– Сейчас мы перекинули мяч 10 раз за одну минуту. Сможем ли мы сделать это за 45 секунд? Помните, главное – не произнести ни слова и бросать мяч тому, чей взгляд вы поймали.

Далее ведущий вводит креативную инструкцию:

– Хорошо. Мы, кажется, поставили рекорд. Но есть способ, когда все 10 участников перекидывают друг другу мяч всего за 10 секунд.

Решение здесь состоит в том, чтобы перекидывать мяч по кругу соседу. Пусть это решение найдут сами участники. На это обычно нужно время. Но когда решение найдено и участники его демонстрируют, ведущий вводит вторую креативную инструкцию:

– Есть еще один рекорд: я гарантирую, что можно перекинуть мяч друг другу в группе из 10 человек всего 2–3 секунды.

Решение заключается здесь в том, чтобы максимальное количество участников сложили ладони в виде лодочки, расположив их друг под другом в форме «этажерки». Мяч кладется в верхние ладони, и перекидывание заключается всего-навсего в том, чтобы раздвинуть ладони. Важная роль отводится последнему участнику в этажерке.

Психологический смысл упражнения: разминка создает условия для того, чтобы лучше узнать друг друга, понять, как много у них общего, повысить интерес участников друг к другу.

Основная часть

Упражнение «Если бы этот человек был...»

Ход упражнения: из группы выбирается доброволец, он покидает на время комнату, а группа в это время загадывает участника. После возвращения доброволец должен путем ассоциаций остальных участников отгадать загаданного. Примеры вопросов и ассоциаций: «Если бы этот человек был деревом, то каким?», «Если бы животным, то каким?», «Если этот человек был погодой, то какой?» А каждый из участников говорит, с чем ассоциируется загаданный человек. Данную игру можно провести в нескольких прогонах с несколькими участниками.

Психологический смысл упражнения: надо быть внимательным к окружающим людям. Это поможет определиться самому в определении себя.

Упражнение «Автопортрет»

Ход упражнения: ведущий предлагает задание нарисовать каждому участнику свой портрет так, чтобы другой участник его не видел (это не обязательно изображение лица или человеческого облика, похожего на того или иного участника, это может быть метафорическое изображение). После чего все рисунки собираются и перемешиваются. Далее ведущий раздает эти рисунки участникам в любой последовательности.

Каждый участник, получив рисунок, должен написать, какими качествами обладает автор данного рисунка (пишутся слева на листе) и порекомендовать профессии, которые, как ему кажется, подходят автору данного портрета (пишутся справа). Далее рисунки передаются по кругу, таким образом, каждый участник характеризует автора каждого рисунка и рекомендует ему подходящие профессии. Когда рисунки вернутся к тем участникам, с кого они начинали свои «путешествия», ведущий собирает их и раздает авторам. Далее каждый автор просматривает качества, которые ему написали участники, и те профессии, которые порекомендовала группа, и презентует для обсуждения. После чего у каждого участника есть возможность обсудить, задать вопросы или высказаться относительно того или иного рисунка или полученной информации.

В конце упражнения ведущий спрашивает участников, желающих высказаться, о впечатлениях и чувствах, переживаемых в ходе выполнения данного упражнения.

Вывод: выбор профессии должен быть осознанным, в соответствии со своими интересами, особенностями характера.

Упражнение «Моя будущая профессия»

Ход упражнения: ведущий предлагает каждому участнику нарисовать свою будущую профессию. Далее любой из участников, по желанию, пускает свой рисунок по кругу, а каждый из участников высказывает свои ассоциации или мнения о представленном рисунке. Участник, чей рисунок интерпретируется группой, молчит и только когда рисунок вернется к нему, он может задать свои вопросы, уточнить или высказаться о той или иной ассоциации. После чего ведущий обязательно спрашивает участника, рисунок которого анализировала группа, о его чувствах и впечатлениях от участия в задании. Далее предлагается по желанию любому участнику предложить свой рисунок для обсуждения группе.

Психологический смысл упражнения: данное упражнение дает возможность учащимся задуматься еще раз над особенностями своей будущей профессии.

Завершающее упражнение «Сюрприз на память!»

Ход упражнения: ведущий просит участников представить, что у каждого из них сегодня день рождения, и мы хотим преподнести каждому подарок. Один из участников выбирает в группе сверстника, которому он хотел бы сделать сюрприз. Обращаясь к этому участнику, он без слов, используя жесты, мимику и пантомимику, пытается изобразить свой подарок. Участник, которому дарят подарок, пытается отгадать, что же это за подарок. После того, как подарок отгадан, именинник принимает его и дарит придуманный подарок любому другому участнику группы. И так по кругу; ведущий просит, чтобы каждый участник покинул сегодня занятие с подарком. В конце занятия мы благодарим всех участников за занятие и за активное участие в упражнениях.

Психологический смысл упражнения: завершающий ритуал. Позволяет задуматься над содержанием и результатом прошедшего занятия, а также завершить его на положительной эмоциональной ноте.

«ФИЛОСОФСКИЙ СТОЛ» НА ТЕМУ «МИР ПОДРОСТКА» (7–9 классы)

Цели:

- выявить потребности ребенка в сравнении с жизненными потребностями других существ;
- проанализировать значение каждой потребности.

Информация по теме для педагогов

1. Для большей эффективности занятие целесообразно проводить с сотрудниками психологических служб и психологами.

2. При проведении классного часа необходимо использовать следующую информацию.

Подростковый возраст – это граница между детством и взрослой жизнью, связанная с возрастом обязательного участия человека в общественной жизни. Границы подросткового периода примерно совпадают с обучением детей в 5–8 классах средней школы и охватывают возраст от 10–11 до 14 лет, но фактическое вступление в подростковый возраст может не совпадать с переходом в 5-й класс и происходить на год раньше или позже.

Первая общая закономерность и острая проблема подросткового возраста – это перестройка отношений с родителями, переход от детской зависимости к отношениям, основанным на взаимном уважении и равенстве. Подростковый возраст называют переходным. Психологическое состояние подросткового возраста связано с двумя «переломными» моментами этого возраста: психофизиологическим – половым созреванием, и всем, что с ним связано, и социальным – конец детства, вступление в мир взрослых.

Главным противоречием подросткового возраста можно считать противоречие между рассудочной формой возникновения в сознании подростка рефлексии, ставшей для него ведущей формой сознательного отношения к миру, и неличным миром взрослых, не укладывающимся в рамки рассудочности, и в то же время провозглашающим рассудочность («сознательность») своего бытия.

Важность этого вопроса в том, что почти каждый подросток во время переходного возраста сталкивается с особыми трудностями, пытается найти себя. Переходный возраст – самый короткий период жизни, но очень важный. И важно без особых травм пережить его.

Вторая особенность и ценнейшее психологическое приобретение подростка – открытие своего внутреннего мира. В этот период возникают проблемы самосознания и самоопределения. В тесной связи с поисками смысла жизни находится и стремление узнать самого себя, свои способности, возможности, поиск себя в отношениях с окружающими. Для ребенка единственной осознаваемой реальностью является внешний мир, куда он проецирует и свою фантазию. Для подростка внешний, физический мир – только одна из возможностей субъективного опыта, сосредоточением которого является он сам. Обретая способность погружаться в себя и наслаждаться своими переживаниями, подросток и юноша открывают целый мир новых чувств, они начинают воспринимать и осмысливать свои эмоции уже не как производные от каких-то внешних событий, а как состояние своего собственного «я». Даже объективная, безличная информация нередко стимулирует подростка к интроспекции, размышлению о себе и своих проблемах.

Представление подростка о себе всегда соотносится с групповым образом «мы» – типичного сверстника своего пола, но никогда не совпадает с этим образом полностью.

Еще одна характеристика, относящаяся к подростковому возрасту, – это большое значение, которое юноши и девушки придают своей внешности, причем эталоны красоты и просто «приемлемой» внешности зачастую завышены и нереалистичны. С возрастом человек привыкает к своей внешности, принимает ее и соответственно стабилизирует связанный с ней

уровень притязаний. На первый план выступают другие свойства личности — умственные способности, волевые и моральные качества, от которых зависят успешная деятельность и отношения с окружающими.

С возрастом повышается адекватность самооценок. Самооценки взрослых по большинству показателей более реалистичны и объективны, чем юношеские, а юношеские, чем подростковые. Но эта тенденция не является линейной, необходимо учитывать изменение с возрастом самих критериев самооценки. Если в средних классах ребенок сильно ориентируется на мнение учителей, и в его самооценке важную роль играет школьная отметка, успеваемость, то в старших классах значение отметок снижается. На первый план выступают мнение сверстников и самооценка своих достижений в разных видах деятельности, значимость которых — учеба, спорт, какие-то любительские занятия — может быть совершенно разной. Это резко снижает значение отметки как стимула к учебе, но одновременно отражает рост самостоятельности, дифференциации интересов и т. д. Подростковые самоописания лучше организованы и структурированы, чем детские, они группируются вокруг нескольких центральных качеств. Однако неопределенность уровня притязаний и трудности переориентации с внешней оценки на самооценку порождают ряд внутренних содержательных противоречий сознания.

Повышение степени осознанности своих переживаний нередко сопровождается также гипертрофированным вниманием к себе, эгоцентризмом, озабоченностью собой и тем впечатлением, которое индивид производит на окружающих, и, как следствие этого, застенчивостью.

Говоря о подростковом периоде развития человека, мы всегда подразумеваем, что это сложный, трудный период. Трудность этого периода состоит не только в вышеперечисленных особенностях подросткового возраста, но, в первую очередь, в пубертатном кризисе, кризисе подростковой идентичности, успешный выход из которого будет одним из важнейших условий формирования правильного, просоциального, неагрессивного поведения подростка в будущем.

Ключевые понятия по теме

Личность – субъект познания и активного преобразования окружающей действительности; *индивидуальность* – неповторимое сочетание индивидуально-психологических особенностей личности; *подросток* – мальчик или девочка в подростковом (отроческом) возрасте.

Оборудование, подготовительная работа:

– четкое определение темы «философского стола» не менее чем за две недели до проведения мероприятия;

– учащимся предлагаются вопросы, конкретизирующие проблему дискуссии:

1. Кого мы называем подростком?
2. Как развитие ребенка зависит от удовлетворения его потребностей?
3. Считаете ли вы, что некоторые нужды могут меняться в зависимости от определенных факторов (возраст, ценности, географическая зона, интересы, устремления и пр.)?

Необходимые материалы: листы бумаги А1, доска, маркеры, стикеры.

Ход «философского стола»

Вступительное слово классного руководителя

– Тема нашего сегодняшнего «философского стола» — «Мир подростка».

Основная часть

1. Беседа по картинке с цветком о необходимых условиях его развития

Классный руководитель делит участников на команды по 4 человека. Каждая из них получает лист бумаги, на котором нарисован цветок рядом с другими элементами природы — такими, как солнце, облака, ветер, трава, другие цветы и т. п.



Классный руководитель.

– Какую роль играют в жизни цветка солнце, облака, ветер, трава, другие цветы?

Высказывания учащихся.

Классный руководитель.

– Для своего развития каждое растение нуждается в поддержке природы как внешнего мира в целом: солнце согревает, дождь питает, даже гроза полезна, потому что помогает ему стать сильнее.

2. Работа в группах

Классный руководитель.

– В командах по четверо определите потребности ребенка путем сравнения с потребностями цветка. Запишите каждую потребность ребенка, свойственную также и цветку, на самоклеющемся листочке и прикрепите на рисунке туда, где данную потребность удовлетворяет природа.

Чтобы поддержать участников, классный руководитель может добавить устные указания, например: «Не забывайте, как цветок нуждается в тепле и солнце, так ребенок нуждается в любви».

Участники работают в командах в течение 15 минут. Представитель каждой команды рассказывает всей группе о результатах работы.

3. Анализ

Вопросы для обсуждения:

1. Как вы думаете, на чем основываются наши главные потребности? Откуда они происходят?

2. Как развитие ребенка зависит от удовлетворения его потребностей?

3. Что случится с растением, если его жизненно важные потребности не удовлетворяются? А с ребенком?

4. Кто те значимые люди из среды обитания ребенка, которые способны (и должны) удовлетворять его потребности в росте и развитии?

5. Считаете ли вы, что некоторые нужды могут меняться в зависимости от определенных факторов (возраст, ценности, географическая зона, интересы, устремления и пр.)?

6. Открыли ли вы что-нибудь новое о собственных потребностях? А о своем внутреннем мире?

Подведение итогов

Классный руководитель.

– Подобно цветку, ребенок нуждается во всех ресурсах своей среды обитания – как в защитных, питающих и поддерживающих источниках, так и в трудностях при развитии и преодолении самого себя.

Потребности человека зависят от возраста, ценностей, интересов и т. д.

Наш внутренний мир строится постепенно, по мере узнавания, понимания внешнего мира и адаптации к нему. Когда последнему не удастся удовлетворить потребности в развитии, это отражается также на строении внутреннего мира.

Домашнее задание. Обсудить с близкими и написать эссе на тему: «Какие условия необходимы для моего развития?»

СОДЕРЖАНИЕ

Пояснительная записка	3
ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ	
Введение	4
Особенности воспитания ценностного отношения к здоровью у подростков и молодежи	6
Рекомендации к формам и методам воспитательной работы по формированию ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни учащихся 5–11 классов	9
ДУХОВНОЕ ЗДОРОВЬЕ	
Содержание деятельности общеобразовательной школы по укреплению духовного здоровья учащихся	39
НРАВСТВЕННЫЙ ВЫБОР	41
СМЫСЛ ЖИЗНИ	59
ЛЮБОВЬ	68
ВЕРА	84
ЗДОРОВЬЕ	92
РОДИНА	101
ПОЗНАНИЕ	110
ДОБРОТА	119
СПРАВЕДЛИВОСТЬ	127
МИЛОСЕРДИЕ	133
ЧЕСТЬ	144
ДОСТОИНСТВО	148
ПОЧИТАНИЕ РОДИТЕЛЕЙ	159
ЗАБОТА О СТАРШИХ И МЛАДШИХ	169
СВОБОДА СОВЕСТИ И ВЕРОИСПОВЕДАНИЯ	181
ДУХОВНОСТЬ	191
ФИЗИОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ	
Содержание воспитания по формированию ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни у подростков в общеобразовательной школе	203
ФИЗИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ	205
СОЦИАЛЬНОЕ ЗДОРОВЬЕ	237
МАТЕРИНСТВО И ОТЦОВСТВО	241
ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ	251
ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ	255
БЕЗОПАСНОСТЬ	264
СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ	
Содержание воспитания по формированию социально-психологического здоровья у подростков в общеобразовательной школе	275
ЖИЗНЬ	277
СОЗИДАНИЕ	295
СЕМЬЯ	305
КРАСОТА	313
ГАРМОНИЯ	324
ОПТИМИЗМ	346
ДУХОВНЫЙ МИР ЧЕЛОВЕКА	355
ИНДИВИДУАЛЬНОСТЬ	364
ЛИЧНОСТЬ	377

Учебное издание

**Турчак Светлана Константиновна, Чебан Оксана Сергеевна,
Дениченко Оксана Петровна**

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ПОСОБИЕ
ПО ВОСПИТАНИЮ ЗДОРОВОЙ МОЛОДЕЖИ
ПРИДНЕСТРОВЬЯ**

**для классных руководителей 5–11 классов
общеобразовательной школы
и кураторов системы НПО/СПО ПМР**

Редактор *Л.Г. Соснина*

Компьютерная верстка и дизайн,
подготовка оригинал-макета, обложка *Н.В. Надькина*

Подписано в печать 26.01.11 г. Формат 84×108 1/16.
Печать офсетная. Бумага офсетная. Гарнитура «Georgia».
Усл.-печ. л. 40,32. Тираж 2 200 экз. Заказ №
ГОУ «ПГИРО», 3300, г. Тирасполь, ул. Каховская, 17.
Отпечатано на ГУИПП «Бендерская типография „Полиграфист”»,
г. Бендеры, ул. Пушкина, 52.