

## Тренинговое занятие для учащихся 3-4 классов.

### Тема: Зажги звезду добра

Не было бы добрых людей,  
жизнь бы давно остановилась...

#### Цели:

- Воспитание нравственной культуры личности.
- Формирование высоких эстетических чувств.
- Воспитывать у детей такие нравственных качеств личности, как доброта, щедрость, отзывчивость, великодушие.

**Материал:** ноутбук, проектор, мультимедийная презентация, ручки, фломастеры, листы бумаги. Записи: песня «Улыбка» из мультфильма «Крошка енот», мелодия из кинофильма «Тот самый Мюнхгаузен», спокойная музыка, песня К. Орбакайте и Г Куценко «Ты здесь», Н. Морозовой и Шуры «Твори добро».

#### Ход занятия:

Здравствуй!

Я хочу предложить начать наше сегодняшнее занятие с упражнения «Улыбка»

#### Упражнение «Улыбка»

Цель: создание доброжелательной атмосферы в группе.

Материал: мелодия песни «Улыбка»

Упражнение выполняется под музыку.

Инструкция: «Мы с вами знаем, что доброжелательная улыбка друга может поднять любому настроение. Так давайте сейчас улыбнемся, друг другу и скажем несколько добрых слов». Каждый участник занятия приветствует всех участников улыбкой, и говорит добрые слова (комплименты) друг другу.

Обсуждение: что вы почувствовали во время выполнения упражнения?

Вы почувствовали, как стало хорошо и приятно на душе?

Педагог-психолог. Вспомните сегодняшний день и посчитайте, скольким людям Вы сегодня улыбнулись? Скажете, ерунда? Отнюдь! Нам всем нравится жить среди счастливых и теплых людей. А почему же мы постоянно ждем, что улыбка начнется с другого человека? С чего ей начаться, если он тоже боится и тоже думает: «А пусть он первый (первая)!». И так думают – многие. И так будет до тех пор, пока мы не научимся думать по-другому. Вы видите хмурого человека? – Можно сделать так, чтобы ему захотелось улыбнуться всей душой. Вы видите, что кому-то нужна помощь? – Вы можете помочь ему и дать понять, что люди вокруг – заботливые друзья. Так давайте улыбаться друг другу! И не забывать, что людям вокруг нас нравится наша лучезарная улыбка.

#### Упражнение «Кто “Я”?»

Материал: Спокойная музыка.

Упражнение выполняется под спокойную музыку.

Инструкция: «Возьмите лист бумаги, на котором дайте ответ на данный вопрос.

Подумайте, как можно ответить на поставленный вопрос. Нарисуйте все, что считаете нужным за 5 минут»

Посмотрите на свои рисунки и ответьте, нравятся ли Вам то, что Вы нарисовали, или Вы хотели бы, что-то изменить в своих рисунках. Прочувствуйте свой рисунок. Может вы узнали, что-то новое о себе пока выполняли данное задание. Хорошее или плохое?

## Флештренинг

А сейчас я Вам предлагаю просмотреть флештренинг «Мальчик и морская звезда»

### Притча о мальчике и морской звезде.

Однажды на берегу индийского океана произошел сильный шторм. К счастью, никто из местных жителей не пострадал, однако на берег вышло много народу, чтобы посмотреть на учиненный стихией беспорядок и хаос. Больше всего дивились бесчисленному количеству существ, выброшенных на берег, и ожидающих своей смерти под лучами слепящего солнца. Любопытные бродили по берегу в поисках диковин. Один из любопытных пошел дальше по берегу и вдруг увидел мальчика, который поднимал что-то с песка и бросал в море. Человек подошел ближе и увидел, что мальчик поднимает с песка морские звезды. Они окружали его со всех сторон. Казалось, на песке — миллионы морских звезд, берег был буквально усеян ими на много километров.

— Зачем ты бросаешь эти морские звезды в воду? — спросил человек, подходя ближе.

— Если они останутся на берегу до завтрашнего утра, когда начнется отлив, то погибнут, — ответил мальчик, не прекращая своего занятия.

— Но это просто глупо! — закричал человек. — Оглянись! Здесь миллионы морских звезд, берег просто усеян ими. Твои попытки ничего не изменят!

Мальчик поднял следующую морскую звезду, на мгновение задумался, бросил ее в море и сказал:

— Нет, мои попытки изменят очень много... для этой звезды. И для тех которых успею спасти.

Эпилог.

Тот, кто ждет возможности сделать сразу много хорошего, никогда ничего не сделает. Жизнь состоит из мелочей. Очень редко появляется возможность сделать сразу очень многое. Истинное величие состоит в том, чтобы быть великим в мелочах.

Помогите природе – оберегая ее

Помогите друзьям – защищая их

Помогите людям – обучая их добру и любви

Живите полноценной жизнью!

### ВОПРОСЫ ДЛЯ РАЗМЫШЛЕНИЙ

- Кого или что можно назвать "морской звездой", которую вы хотели бы спасти?
- Как много значит для того, кого Вы «пытаетесь спасти» то, что Вы делаете?
- К какой цели вы сейчас стремитесь?
- На какие небольшие задачи ее можно разбить?
- Что Вы намерены делать каждый день, чтобы достичь цели?
- Что случится, если Вы опустите руки хотя бы на день? Сколько «звезд» вы не успеете за это время спасти?
- Как вы собираетесь поддерживать свою решимость, чтобы двинуться в путь — и завершить его?

Педагог-психолог. Чтобы повернуть жизнь в лучшую сторону, не обязательно быть семи пядей во лбу. Можно делать небольшие подвиги каждый день (это каждому из нас по силам!). А большое – складывается именно из мелочей. По капле – и вода камень точит.

Мы, к сожалению, частенько сетуем на то, что жизнь – не такая, люди – хмурые и злые, настроение – портится при выходе на улицу и при встрече друг с другом. А кто все это делает? – Мы! В мелочах и по-крупному – мы, каждый из нас, каждый день, каждый час и каждую секунду создаем свой мир своими руками.

Задайте себе вопрос:

**Что я сегодня сделал для того, чтобы мир оказался таким, каким я его вижу?**

И послушайте свой ответ...

Элементарно, для того чтоб окружающие люди стали добрее надо хотя бы протянуть им свою руку.

### **Упражнение «Протяни навстречу руку»**

Цель: самовыражение участников занятия и сплочения группы.

Материал: песня К. Орбакайте и Г. Куценко «Ты здесь»

Инструкция: «Давайте сейчас одновременно положим на этот лист бумаги свои ладони, каждый обведет контур своей ладони, и напишет в ней добрые пожелания друг другу».

А закончить наше занятие хотелось бы следующей песней.

“Твори добро на всей земле, твори добро другим во благо...” Слова этой песни были услышаны многими. Человек должен жить в атмосфере добра. Эта атмосфера в значительной степени создается им самим. Она создается из его добрых дел, добрых чувств, памяти на добро. Добро – все положительное, хорошее, полезное. Оно соединяет, объединяет, роднит, вызывает симпатию, дружбу. Так будь те же добрыми друг к другу!

Урок окончен.

Спасибо за внимание!