

*Открытый межзональный педагогический конкурс методических материалов в
дополнительном образовании «Педагогическое мастерство»*

**3 номинация: «Методика вовлечения обучающихся
образовательных организаций общего образования в
творческие объединения детей и подростков организаций
дополнительного образования различного профиля
деятельности»**

Создание открытой, благоприятной, психологически комфортной среды как средство повышения интереса обучающихся старшего школьного возраста к самопознанию, овладению навыками позитивного самоутверждения на примере учебного занятия «Я утверждаю себя».

*Разработала: педагог дополнительного образования
МБУ ДО ЦТ ст. Ладожской
МО Усть-Лабинский район
Ромашко Лариса Владимировна*

Название: Создание открытой, благоприятной, психологически комфортной среды как средство повышения интереса обучающихся старшего школьного возраста к самопознанию, овладению навыками позитивного самоутверждения на примере учебного занятия «Я утверждаю себя».

Краткое описание:

На сегодняшний день очень серьёзной проблемой остаётся вовлечение обучающихся среднего и старшего школьного возраста в объединения учреждений дополнительного образования детей. Наши подростки много свободного времени растрачивают напрасно, впустую. Их интересы не определены и сводятся к тому, что они просиживанию у компьютера, слоняются по улице, заброшенным строительным сооружениям, свалкам. Родители, по разным причинам, мало уделяют времени своим детям, которые в свою очередь остаются без внимания.

Учебное занятие «Я утверждаю себя» нацелено на вовлечение обучающихся подросткового возраста в объединение социально-педагогической направленности, проведено в форме психологического практикума с элементами театрализации, раздел «Я познаю себя» дополнительной образовательной программы «ТОМ», и посвящено проблеме самопознания и самоутверждения в подростковом возрасте. Занятие, возможно, проводить как с малой группой обучающихся, так и со всем классом, и использовать как вводное занятие в объединениях социально-педагогической направленности по теме «Я познаю себя», как воспитательный или классный час в 7-9 классах.

Основным способом самоутверждения в этом возрасте становится общение. Именно в общении реализуется потребность подростков самоутвердиться в коллективе, занять в нем достойное место. Но, к сожалению, 60-70% подростков выбирают негативные способы самоутверждения: словесные оскорбления, насилие, посягательство на чужую собственность, вандализм и т. п. В связи с этим актуальной становится задача обучения детей положительным формам самоутверждения, развития способности противостоять аморальности общества. Примеряя на себя конкретные ситуации, решая их, у ребят появляется возможность понять, что самое важное в общении с другими людьми - это владеть собой, принимать чужое мнение, уметь слышать других. И очень важно сформировать у себя привычку терпимо и даже с интересом относиться к мнению других людей, и тогда многих проблем можно избежать. Для проведения занятия проведена предварительная подготовка: подбор теоретического материала, музыки, создание презентации, репетиции с обучающимися. Использованные арт-терапевтические, психологические упражнения, игры, ситуации, могут выступать не только инструментом самопознания, но и диагностическим инструментом психолога или классного руководителя.

Цель: овладение навыками позитивного самоутверждения.

Задачи:

Обучающие:

- познакомить детей с понятиями «самоутверждение», «самопознание», «достоинство»;
- побуждать к сотрудничеству, взаимопониманию, к активному положительному самопроявлению и самовыражению.

Развивающие:

- формирование у обучающихся умения анализировать: свои поступки, поступки окружающих, выделять важные особенности поведения личности в общении;
- формирование позитивного отношения к себе, чувства собственного достоинства.
- развить у детей понимание чувств других людей, возникающих в проблемных ситуациях;
- отработка навыков и умений позитивного самоутверждения.

Воспитательные:

- создание психологического комфорта на занятии, учитывая индивидуальные и возрастные особенности обучающихся, поддерживать стремление обучающихся вносить посильный вклад в получение общего результата;
- вовлечение обучающихся среднего и старшего школьного возраста в объединения учреждений дополнительного образования.

Тип занятия: вводное занятие, изучение нового материала.

Форма проведения: психологический практикум с элементами театрализации.

Методы и приемы:

- репродуктивный,
- практический,
- проблемного обучения,
- игровой,
- наглядный,
- ИКТ,
- словесный.

Время проведения: 90 мин

Участники: обучающиеся 13-15 лет, группа - 17 чел.

Формы работы: индивидуальная, групповая.

Подготовительная работа с детьми: подбор теоретического материала, игр; совместная с обучающимися репетиционная работа театрализованных постановок, создание презентации «Я утверждаю себя», изготовление декоративного дерева.

Оборудование: классная доска, мультимедиа, ноутбук, презентация на тему «Я утверждаю себя», созданная в программе (MicrosoftOfficePowerPoint), бланки психологического теста (прил.2), карточки с текстом для ролевой игры «Театр самоутверждения» (приложение 1), карточки с текстом для психологической игры «Живая ситуация «Оставьте раздражение за порогом...», ручки.

План занятия (90 мин.):

I. Организационный момент(5 мин.):

1. Приветствие обучающихся. Знакомство с темой занятия(2 мин.)

II. Основная часть (80 мин.):

1. Инсценировка проблемной ситуации «Я утверждаю себя».
2. Интерактивная беседа по теме «Как люди утверждают себя?»
3. Инсценировка проблемной ситуации «Три способа самоутверждения».
4. Интерактивная беседа по теме «Можешь ли ты утверждать себя конструктивно?».

5. Ролевая игра «Театр самоутверждения».
6. Ситуативная игра «Узнай себя».
7. Психологическая игра «Живая ситуация «Оставьте раздражение за порогом...»
8. Тестирование «Самоконтроль в общении»

III. Заключительная часть (5 мин.):

1. Заключительное слово.
2. Рефлексия

Ход занятия:

№	Этапы занятия	Деятельность педагога	Деятельность обучающихся
I. Организационный момент			
Цель: концентрирование внимания детей на теме; формирование позитивного настроения.			
1.	<p>Знакомство с темой занятия. Эмоциональный настрой. Игра-приветствие «Здравствуй».</p> <p>(цель: концентрирование внимания детей на теме; формирование позитивного настроения;)</p>	<p>(Слайд 1-2)</p> <p>- Педагог: Добрый день, ребята! Здравствуйте! Друзья мои, какое самое первое слово говорите при встрече? (Здравствуйте. Привет) Что желаем мы, когда говорим слово "здравствуйте"? (Здоровья)</p> <p>- Какими еще словами можно поздороваться? (Добрый день.)</p> <p>- А что желаем, когда говорим: добрый день? (Желаем добра.)</p> <p>- Сейчас мы с вами поприветствуем друг друга. Встанем все в круг, я по очереди буду передавать воздушный шарик рядом стоящему со словами: «Здравствуй, Оля!», а вы все вместе повторять ласковое имя: «Здравствуй, Оленька!» и так далее». (Игра заканчивается, когда воздушный шарик вновь окажется у педагога).</p> <p>Присаживайтесь на свои места.</p> <p>- Если у вас хорошее настроение, что вы можете подарить другим людям при встрече с ними? Как вы без слов сообщаете им о своем прекрасном настроении? Правильно, улыбкой. Улыбнитесь друг другу.</p> <p>Сегодня мы поговорим на актуальную для вас тему о вашем самоутверждении, позитивном отношении к себе. Будем учиться навыкам положительного самопроявления, позитивного самоутверждения. И начнем мы разговор со знакомства с учащимися одной из школ.</p>	<p>Дети готовы к проведению занятия, принимают участие в игре «Здравствуйте!», отвечают на вопросы педагога.</p>
II. Основная часть			
Цель: овладение навыками позитивного самоутверждения.			
1.	<p>Инсценировка проблемной ситуации «Я утверждаю себя».</p> <p>Цель: развитие умения реально оценивать ситуацию, делать правильный вывод.</p>	<p>Педагог: В школе один из ребят решил самоутвердиться в коллективе ровесников через организацию «агентства» по обучению премудростям знакомств с противоположным полом. Який мальчик начал обучать менее «модных» одноклассников. Что же в итоге получилось?!</p> <p>Роман: - Так я буду вас учить, как познакомится с девушками, но хочу сразу сказать о своих правилах:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Я всегда прав. 2. Если я не прав, смотрите пункт первый. (ха-ха-ха) громко смеется. <p>Всем понятно?</p> <p>Андрей: - Понятно...</p> <p>Роман: - Тетради принесли для конспектов?</p>	<p>Просмотр театрализованной постановки</p>

		<p>Андрей: - Да. Лима: - А я лома забыл Роман: - Неудачник, бегом в буфет за тетрадкой!.. или вырви у кого-нибудь листочек. Пишем пункт первый. Андрей: - А мы думали. ты на практике покажешь!? Роман: - Ты что думаешь я ничего не умею? Андрей: - Ну. хотелось бы посмотреть на что ты... способен? Роман: - Идем! (Девчонки стоят и разговаривают. к ним подходит «спец») Роман: - Привет левчонки. может лалите мне номера своих телефонов? Катя: - Ты кто такой? Хочешь нам леньги на счет положить? Роман: - (волнуется) Да собственно я познакомиться хотел... Оля: - Извини. мы с незнакомыми не знакомимся. (подходят «слушатели курсов») Андрей: - А говорил крутой. Левчонки. а можно вас пригласить в кафе. поесть мороженное? Катя: - Можно только ненадолго нам еще на кружок успеть нужно. Андрей: - А меня Андрей зовут. (все знакомятся)</p>	
2.	<p>Интерактивная беседа по теме «Как люди утверждают себя?» Цель: выработка умения анализировать.</p>	<p>(просмотр слайдов (слайд 3)) Педагог проводит интерактивную беседу Педагог: Человек – существо общественное. Проявить себя как личность он может только в общении с другими людьми. Скажите, какие способы для самоутверждения можно найти, чтобы тебя признавали в коллективе? (Ответы детей) Просмотр слайдов 6-7 Педагог: Вы перечислили положительные способы самоутверждения, но, к сожалению, есть и отрицательные способы, и их нередко избирают подростки. Как вы думаете, что можно отнести к отрицательным способам самоутверждения? (Ответы детей) Педагог: Вот так получается, одни утверждают себя в ярких, красивых, хороших делах, а другие - в низких поступках, которые ведут к гибели. Почему же так получается?</p>	<p>Просмотр слайдов Вступают в диалог с педагогом, отвечают на поставленные вопросы. Примерные ответы детей: (слайд 4-5) - Ум, знания, достижения. - Модная одежда, прическа, машина, вилла, путешествия. - Спортивные успехи, победы. - Художественные таланты. - Красивая внешность, фигура. - Аккуратность, воспитанность. - Нравственные качества: честность, порядочность, доброта. - Профессиональные достижения - лучший в своей профессии. И т. п. Примерные ответы детей: - Курение, наркомания, алкоголизм. - Грубость, хамство, нахальство, насилие. - Драки, воровство, конфликты с законом. И т. п.</p>

3.	<p>Проблемная ситуация «Три способа самоутверждения» Цель: выработка умения определять способы самоутверждения людей, высказывать своё мнение.</p>	<p>Педагог: На самом деле, человек утверждает себя не только своими достижениями, а каждым своим поступком.</p> <p>Существует три способа самоутверждения: самоподавление, агрессивное доминирование, конструктивное самоутверждение. Посмотрите инсценировку, в которой участвуют три ученицы, и попробуйте объяснить, кто как себя самоутверждает.</p> <p>Педагог: В этот день 8 «А» сорвал урок химии, учитель вынужден был пожаловаться директору школы. Тот объявил, что в наказание за плохое поведение химия переносится на 7 урок. На перемене перед шестым уроком состоялся такой разговор.</p> <p><i>Педагог проводит обсуждение создавшейся ситуации. (слайд 9)</i></p> <p>Педагог: Предлагаю обсудить эту ситуацию.</p> <p>Как вы думаете, кто из девушек утверждал себя конструктивно, то есть плодотворно?</p>	<p>Подготовленные дети разыгрывают ситуацию, остальные ребята являются зрителями инсценировки.</p> <p>Вика (громко, вызывающе). С седьмого урока смываемся все, усекли? Пусть химичка обломается.</p> <p>Настя (мямлит). Да мне, вообще-то, нужно... А то - пара в четверти...</p> <p>Вика. Ага, от коллектива отрываешься? Будешь иметь дело со мной (показывает кулак)</p> <p>Валя (спокойно, уверенно, без вызова). Так из-за тебя же всех и наказали. Не надо было беситься на уроке и...</p> <p>Вика (грубо обрывает). Я сам знаю, что мне надо, а что не надо!</p> <p>Валя. (твердо). Я тоже знаю, что мне надо сдать химичке реферат, и я его сдам. А плясать под твою дудку я не собираюсь.</p> <p>Вика. А я считаю, что она не имеет права нас оставлять! (Толкает л^октем в бок Диму.) Скажи?</p> <p>Настя. Да-а, нам пора идти...</p> <p>Валя. А я так не считаю.</p> <p>Вика (с угрозой). Ну, мы с тобой еще разберемся!</p> <p>Обсуждение ситуации, дети высказывают своё мнение.</p> <p>Предполагаемый ответ учащихся - Валентина (конструктивное самоутверждение).</p>
----	---	---	--

<p>IV. Интерактивная беседа по теме «Можешь ли ты утверждать себя»</p>	<p>Педагог: Кто старался агрессивно доминировать? То есть господствовать, возвышаться? (слайд 10)</p> <p>Педагог: А кто подавлял свои желания, и готов был отказаться от своих интересов? (слайд 11)</p> <p>Педагог: Как вы думаете, какой вид самоутверждения самый лучший и почему?</p> <p>Педагог подводит итог обсуждению, делает вывод.</p> <p>Педагог: На самом деле, лучший способ утверждения себя – это конструктивное самоутверждение. Но на него не каждый способен. Для такого самоутверждения нужно обладать моральной силой. Каждый человек в различных ситуациях может выбрать разные способы самоутверждения. Но какой-то один из способов будет для него наиболее характерным. И лучший из них, еще раз напоминаем - это конструктивное самоутверждение.</p> <p>Педагог проводит интерактивную беседу.</p> <p>Педагог: Ребята, скажите, умеете ли вы конструктивно утверждать себя в общении с</p>	<p>Предполагаемый ответ учащихся - Виктория (доминирование)</p> <p>Предполагаемый ответ учащихся - Анастасия – самоподавление.</p> <p>Примерные ответы детей:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Конечно, доминирование - нужно сразу показать, что ты тут самый крутой, и все будут подчиняться. - Лучший вид самоутверждения - доминирование через агрессию: всегда добьешься своего. - Агрессия - это не выход. В каких-то случаях она поможет, но всегда может найтись кто-то еще более агрессивный, тогда придется утверждаться кулаками. И не факт, что они у тебя окажутся сильнее. - Агрессия - это конфликты. - Может, лучше самоподавление? Это не приведет к конфликтам... - Зато потеряешь себя, постепенно превратишься в тряпку. <p>Дети отвечают:</p>

<p>конструктивно?» Цель: развитие навыков конструктивного утверждения себя в общении с другими людьми.</p>	<p>другими людьми, без агрессии и самоподавления? (слайд 12)</p> <p>Педагог: я предлагаю вам проявить конструктивное самоутверждение в следующих ситуациях: - умение отказывать в просьбе; (слайд 13-14) Педагог: Знаете ли вы, как себя вести и что говорить в этой ситуации?</p> <p>Педагог: Следующая ситуация: умение попросить о помощи; Педагог: - А теперь, предлагаем вам попробовать выразить негативные чувства, мысли через критику, недовольство, гнев.</p> <p>Педагог: - Следующее задание - выражение положительных чувств: радости, сочувствия.</p> <p>Педагог: Говоря о привлекательности, красоте человека мы обычно имеем в виду наряду с внешностью, чертами лица, фигурой, и его обаяние, психологическую привлекательность.</p>	<p>«да», «нет», «не знаю».</p> <p>Дети отвечают, высказываются</p> <p>Дети отвечают, высказываются.</p> <p>Примерные ответы детей: - Сколько можно повторять одно и тоже, отстань от меня. И т.д.</p> <p>Примерные ответы детей: - Я с радостью тебе помогу. - Я рада (рад) за тебя... - вот это да, как здорово, у тебя все получилось. А могут быть и такие варианты ответов: - Отказать не умею, а вот порадоваться за кого-то могу. - А я отказываю легко, могу высказать критику, но не знаю, как выразить радость, сочувствие. - Иногда не нахожу слов, чтобы посочувствовать человеку, стесняюсь. - Не умею выражать положительные чувства, тоже стесняюсь.</p>
---	--	--

V. Ролевая игра «Театр самоутверждения»

Цель: повышение чувства уверенности, эмоциональная разрядка.

Мы можем родиться красивыми или некрасивыми, хотя, красота лица или фигуры в определенной мере зависит от самого человека.

Например, от умения следить за своей фигурой, умения одеваться, пользоваться косметикой.

Что же касается психологической привлекательности, нашего обаяния, это, пожалуй, еще в большей мере в наших руках. И этот психологический процесс может продолжаться всю жизнь.

Так что же понимается под психологической привлекательностью?

Прежде всего - это способность к контакту с другими людьми.

(слайд 15)

Педагог проводит игру. Приложение 1.

Педагог:

Сейчас я вам предлагаю принять участие в ролевой игре «Театр самоутверждения».

Вам будет предложен текст с ролями. Один из вас должен сыграть роль режиссера, а другой - актера.

Режиссер читает описание ситуации и задание для актера. И оценивает, хорошо ли сыграл свою роль актер, нашел ли он верную интонацию?

Актер произносит свою реплику спокойным, твердым голосом. Он должен сыграть роль человека, уверенного в себе, который умеет конструктивно самоутверждаться.

Сейчас вы подготовитесь, после чего ситуации разыграются.

(Звучит тихая музыка. Дети приступают к репетиции. Режиссеры и актеры проговаривают свои реплики.)

Педагог:

Время на подготовку вышло. Сейчас вы по очереди обыграете каждая пара свою ситуацию. (пары по очереди приглашаются на «сцену»)

Педагог подводит итог игры, делает вывод.

Благодарю всех за участие в игре.

Кому-то пришлось подавить агрессивность, кому-то переступить через неуверенность и страх, кто-то с трудом преодолел смущение. Но каждый из вас одержал маленькую победу над самим собой.

Дети проигрывают ситуации

VI. Следующий этап нашего занятия - ситуативная игра «Узнай себя».

Нет людей без недостатков, и нет людей совершенных.
В каждом человеке есть плюсы и минусы. Всегда можно найти к чему придаться, над чем посмеяться, чем гордиться, за что уважать.

(слайд 16-17)

Педагог:

Выслушайте описание двух характеров. Виктория и Ольга – личности с различным мировосприятием и поведением. Определите, кто вы – Виктория и Ольга – и выслушайте совет.

Педагог приглашает на «сцену» двух обучающихся подготовленных заранее.

На «сцену» выходят обучающиеся, декламирую текст, остальные ребята являются зрителями инсценировки.

Виктория. (подготовленный заранее обучающийся декламирует текст)

Я никогда не привлекала к себе внимания и всегда оставалась на втором плане. У меня совсем нет друзей. Порой мне кажется, что о моем существовании все забыли. Да и я сама избегаю знакомств. За восемь лет, которые я учусь в школе, у меня не было ни одной подруги, друга. Со мной никому не интересно. В школу и из школы я иду одна. Я не хожу на мероприятия, потому что мне стыдно сидеть совсем одной. Родители тоже не понимают меня, с сестрой я постоянно дерусь. У меня никого нет! Мой телефон никогда не звонит. Мне не с кем поговорить. Порой мне кажется, что жить мне незачем.

Ученица 1: (подготовленный заранее обучающийся декламирует текст)

Ты даже не представляешь, сколько подростков чувствуют себя точно так же, как ты. Тысячи школьников переполнены чувством собственной ничтожности. Порой до такой степени, что это чувство отнимает у них желание жить.

Ученица 2: (подготовленный заранее обучающийся декламирует

		<p><i>Педагог анализирует, подводит итог.</i></p> <p>Педагог: Не делайте глупостей, постарайся поговорить о своей проблеме с родителями, они тебе, наверняка, помогут.</p>	<p>текст) Никому нет до тебя дела, ты никому не нравишься, а может даже, тебя все ненавидят. Тебе хочется вылезти из своей кожи и стать кем-то другим.</p> <p>Оля (подготовленный заранее обучающийся декламирует текст) В нашем классе столько уродов! И откуда, только такие берутся? Сидели бы дома и не высовывались. То ли дело – мы. Наша компания – просто класс! Особенно Светка. Такая крутая. Кого хочешь обломает. Сколько раз доводила Соньку до слез. Во умора! И правильно, эта Сонька – слониха, я ее ненавижу. Мы над ней давно издеваемся. Еще в 3-м классе Светка написала ей записку: «Сонька, ты просто ужас ходячий, бочка с хвостиком. У меня к тебе есть три предложения: 1 – бросься под машину; 2 – спрыгни с девятого этажа; 3 – выпей яду. Ты занимаешь слишком много места».</p> <p>ученица 1: (подготовленный заранее обучающийся декламирует текст) А ты никогда не задумывалась, что ты отличаешься от убийцы только тем, что он убивает людей своими руками, а ты убиваешь своими насмешками и издевательствами. Он убивает физически, а ты убиваешь морально.</p> <p>ученица 2: (подготовленный заранее обучающийся декламирует текст) Любой преступник рано или поздно получает наказание за свои</p>
--	--	---	---

VII. «Живая ситуация «Оставьте раздражение за порогом...» (слайд 18)

Цель: развитие у обучающихся умений высказываться и отстаивать свою точку зрения, воспитание культуры ведения дискуссии, умения терпимо относиться к различным точкам зрения.

Педагог:

Имеем ли мы право на плохое настроение и раздражение?

Да, конечно. У любого, даже самого благополучного человека находится множество причин, приводящих в плохое расположение духа. Но воспитанный человек никогда не будет демонстрировать свое плохое настроение, а тем более не будет переносить его на других.

Педагог проводит психологическую игру

Педагог: Ребята, предлагаю стать участниками психологической игры «Оставьте раздражение за порогом...». Принцип этой игры – театр – экспромт, т.е. мгновенная игра. Для этого вам надо объединиться в микрогруппы.

Сейчас я вам раздам карточки с текстом, вы готовитесь в течение 1-2 минут, проходите к доске и обыгрываете ситуацию.

Ситуация 1.

1 ученик.

Сын (дочь), пообедав, оставил грязную посуду на столе и занялся своими делами. Мать приходит с работы, замечает беспорядок и начинает кричать:

Мать: «Ты почему не убрал со стола, не вымыл посуду, сколько можно об этом говорить?»

1 ученик.

Мама устала, раздражена. Она поступает не правильно, но войди в ее положение, постарайся понять. Просто подойди, поцелуй и скажи:

Сын (дочь): «Прости, мамочка. Хочешь, я тебе разогрею ужин?»

3 ученик.

Если тебе не нравится поведение кого-то из членов семьи, не спеши осуждать, обижаться, а тем более отвечать тем же. Постарайся исправить ситуацию своим примером.

Ситуация 2.

2 ученик.

Вы пришли из школы с плохим настроением. Кусаться хочется. А разговаривать, наоборот, ни с кем не хочется. Никак не можете справиться с собой.

Ребенок: «Мам, пап, у меня что-то настроение фиговое, или устал, короче — злой и раздраженный. Я постараюсь сдерживаться, но вы не приставайте пока ко мне, пожалуйста! Хорошо?»

2 ученик. Неужели не поймут? Поймут, если ты не будешь этим злоупотреблять.

Зученик.

Никогда не вступайте ни в какое общение, пока не приведете себя в порядок. Лучше 10 минут помолчать, чем усталому и раздраженному ввязаться в скандал, выяснять отношения.

Педагог:

Точно такое же правило заведите в отношении других. Пока человек раздражен, зол, не заводите с ним никаких разговоров и споров.

Ситуация 3.

1ученик.

дела. Пусть не сейчас, а через много лет, но твое зло обязательно вернется к тебе.

Дети работают с текстом, проводят небольшую репетицию, проигрывают ситуацию. Анализируют, делают выводы.

**VIII. Тестирование
«Самоконтроль в общении».
(слайд 19)**

Цель: дать возможность обучающимся оценить умение управлять своими эмоциями, поведением.

Катя весь день наводила порядок дома, все убрала, еле успела к приходу мамы. Устала, но счастлива от того, что все успела. Приходит мама, садятся ужинать. Выясняется, что нет хлеба. Обычно его покупает Катя, но сегодня она забыла, точнее не успела из-за уборки.

Мама. - Могла бы за хлебом сходить! Все на меня надеешься! (Грубо)

Катя. – Я забыла, мама, а ты мне не напомнила? (Обиженно)

Мама. - Должна сама помнить! (грубо)

1 ученик. Чувства Кати понятны, она устала, да ей не напомнили.

2 ученик. «Должна сама догадаться!», «Должна сама помнить!» — это путь к конфликтам.

1 ученик: Хотите предотвратить ссору – не копите раздражение.

2 ученик:

Если вам что-то начинает не нравится – скажите об этом. Не грубо, спокойно, но обязательно скажите.

1 ученик: Не молчите, чтобы потом не взорваться как вулкан Везувий.

Педагог вместе с обучающимися подводят итог, делают вывод.

Благодарит обучающихся за участие в игре.

Педагог проводит тестирование. Приложение 2.

Педагог:

А сейчас я предлагаю вам принять участие в тестировании, которое позволит определить способности каждого в управлении своим поведением и выражением своих эмоций.

Тест «Самоконтроль в общении». Вы внимательно читаете предложения, описывающие реакции на некоторые ситуации.

(слайд 20)

Оцениваете их как верное или неверное применительно к себе. Соответственно ставите букву «В» - верно, «Н» - неверно напротив каждого предложения.

Подсчет результатов

Педагог: По одному баллу начисляется за ответ «Н» на 1, 5 и 7-й вопросы и за ответ «В» на все остальные.

Подсчитайте сумму баллов. Если вы искренне отвечали на вопросы, то о вас, по-видимому, можно сказать следующее.

(слайд 21) 0 - 3 балла — у вас низкий коммуникативный контроль. Ваше поведение устойчиво, и вы не считаете нужным изменяться в зависимости от ситуаций. Вы способны к искреннему самораскрытию в общении. Некоторые считают вас «неудобным» в общении по причине вашей прямолинейности.

(слайд 22) 4 - 6 баллов — у вас средний коммуникативный контроль, вы искренни, но не сдержанны в своих, эмоциональных проявлениях, считаетесь в своем поведении с окружающими людьми,

(слайд 23) 7 - 10 баллов — у вас высокий коммуникативный контроль. Вы

Обучающиеся отвечают на вопросы теста, подсчитывают баллы.

		<p>легко входите в любую роль, гибко реагируете на изменение ситуации, хорошо чувствуете и даже в состоянии предвидеть впечатление, которое вы производите на окружающих.</p>	
	<p>IX. Заключительное слово</p>	<p>(слайд 24) Педагог: Сегодня мы говорили о самоутверждении. И пришли к выводу, что конструктивно утверждать себя может не каждый. Страх насмешек, боязнь показаться глупыми, неумными заставляют нас часто выбирать пассивную позицию, идти на поводу у других и вместе с тем постоянно чувствовать внутреннее недовольство, оттого что не смогли отстоять себя.</p> <p>(слайд 25) Надеюсь, что наше занятие поможет вам отстаивать свои интересы без скандалов, агрессии и унижения. Разумно спрашивать, внимательно слушать, спокойно отвечать и не говорить лишнего – это правила общения для каждого. Желаю вам всем воспользоваться этим советом.</p> <p>(слайд 26) А еще не забывать, что утверждать себя можно, развивая свои таланты, способности. Поэтому советую вам посещать спортивные секции, творческие объединения. Там вы приобретете новых друзей, расширите круг общения, станете более уверенными в себе. (слайд 27-28)</p>	
	<p>X. Подведение итогов (рефлексия) Цель: Создание положительного эмоционального настроения, развитие групповой сплоченности детей.</p>	<p>Педагог:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ребята, вот и заканчивается наше занятие, попробуем подвести итог: - что полезного для себя вы узнали и поняли сегодня? - Какие впечатления остались от общения? <p>(Слайд 29) Педагог:</p> <ul style="list-style-type: none"> - А напоследок выполним такое творческое задание – вырастим волшебное Доброе дерево! Пусть на нем распустятся яркие разноцветные листочки. Напишите на листочках свои пожелания друг другу. <p><i>(Педагог раздаёт ребятам изготовленные из цветной бумаги листочки, которые они крепят на декоративное дерево)</i></p>	<p>Дети отвечают на вопросы.</p> <p>Примерные ответы детей: Обучающиеся делают вывод, что вера в себя необходима человеку для его развития, для достижения успехов в различных делах, долгой жизни.</p> <p>Ребята пишут пожелания, крепят листочки на дерево.</p>

		До свидания! До новых встреч!	
--	--	-------------------------------	--

Анализ учебного занятия «Я утверждаю себя»

Учебное занятие проведено на хорошем организационном уровне. Все этапы занятия выдержаны, соответствовали временным рамкам. Применяемые методы и приёмы соответствуют задачам учебного занятия, содержанию учебного материала, индивидуальным особенностям и возможностям обучающихся; способствовали развитию интереса у обучающихся к теме занятия, преподаваемому предмету. Комфортная психологическая обстановка создала благоприятные условия для протекания учебного процесса эффективно и качественно. Учебный материал доступен для групповой работы под руководством педагога (учителя) и может быть дифференцирован по объему, сложности.

Проведенная в начале занятия игра-приветствие «Здравствуйте!», мобилизовала внимание обучающихся, быстро включила их в работу и создала рабочую обстановку и положительный эмоциональный настрой.

Постановка проблемной ситуации через инсценировку «Я утверждаю себя» активизировала познавательную деятельность обучающихся, вызвала интерес к теме занятия.

Различные практические задания дали возможность каждому ребенку почувствовать свой успех, самостоятельно решать задачи в рамках изучаемой темы: отстаивать свою точку зрения, управлять своими эмоциями, определять способы самоутверждения людей, терпимо относиться к различным точкам зрения. Обучающиеся живо реагировали на все задания, отвечали на вопросы, с удовольствием вступали в обсуждение психологических ситуаций. Наиболее интересным моментом стали ролевая игра «Театр самоутверждения» и психологическая игра «Оставьте раздражение за порогом...», где ребята попробовали себя в роли режиссера и актера, где им представилась возможность проявить себя, свой характер, умение высказываться, грамотно вести дискуссию, приобрести навыки конструктивного утверждения себя в общении с другими людьми. А главное, у детей появилось желание посещать объединение, общаться с педагогом и детьми, овладеть искусством общения, умениями находить правильные решения во всевозможных жизненных ситуациях, прогнозировать и оценивать свои поступки. Из этого можно смело сделать вывод - задачи, поставленные перед педагогом, решены, цель достигнута.

Литература:

1. «Преподавание психологии в школе» под редакцией И.В. Дубровиной. М.: Издательство Московского психолого-социального института, 2007
 2. «Характер в структуре личности», материалы сайта www.psychologos.ru
 3. При составлении презентации урока использовались начальные слайды презентации, материалы сайта «Твой психолог. RU» ([tvoypsiholog. Ru](http://tvoypsiholog.ru)).
 4. **«Психологические игры для детей по развитию доброжелательности и толерантности»**
Автор: Савенко Максим Сергеевич, педагог-психолог МБОУ ЦПМСС «Преображение».
 5. «Тропинка к своему Я: Уроки психологии в средней школе (7-8 классы)» Хухлаева О.В.. – М.: Генезис, 2006.
 6. «Старшеклассник без стрессов и тревог» психологический практикум автор Черникова Т.В., Сукачева Г.А., Москва «Глобус», 2007г.
- Интернет-ресурсы:
7. <http://psycabi.net/pritchi/3451-bud-soboj-unikalnym-i-nepovtorimym-pritcha-ot-burovtsevoj-galiny>
<http://festival.1september.ru/articles/600204/>
 8. «Модульный курс учебной и коммуникативной мотивации учащихся», Н.И. Дереклеева, Москва «ВАКО», 2008г.

п/п	Ситуации самоутверждения
1	Режиссер. Вы дежурите по классу, а ваш напарник, как всегда сбежал. Учитель требует, чтобы вы делали уборку один. Актер. Извините, но его обязанности я больше выполнять не буду.
2	Режиссер. Сосед попросил у вас словарь, а вы в это время сами им пользуетесь. Категорически откажите. Актер. Нет, мне самому он нужен!
3	Режиссер. Приятель занял у вас денег, обещая скоро вернуть, но вместо этого снова просит займы. Вежливо откажите. Актер. Извини, но у меня больше нет денег.
4	Режиссер. Вам нужно дописать сочинение, но друг зовет гулять. Ответить вежливым отказом. Актер. Извини, но я сейчас не могу. Освобожусь через час и тогда пойду гулять.
5	Режиссер. Вы перешли в другую школу. В новом классе вы никого не знаете. Познакомьтесь с мальчиком (девочкой). Актер. Привет, меня зовут (имя), как тебя зовут?
6	Режиссер. Вы идете в театр, но не знаете, как к нему проехать. Спросите кого-нибудь, как проехать. Актер. Извините пожалуйста, как мне добраться до...?
7	Режиссер. На улице вам нужно срочно узнать время. Спросите у прохожего, который только что посмотрел на часы. Актер. Простите, скажите, пожалуйста, который час? Спасибо.
8	Режиссер. Ваш знакомый участвовал в телепередаче, прославился на весь город. Выразите свою радость при встрече. Актер. Привет, ну, ты даешь! Я так рад(а) за тебя!
9	Режиссер. В день рождения вам сделали приятный сюрприз. С радостью поблагодарите. Актер. Спасибо, я так рад(а)! Очень удивлен(а) и обрадован(а) - большое спасибо!
10	Режиссер. В школьной столовой вам дали несъедобную котлету. Верните блюдо и попросите заменить чем-нибудь другим. Актер. Простите, но эту котлету есть невозможно. Дайте, пожалуйста, мне вместо котлеты булку.
11	Режиссер. Ваше место в театре занято. Попросите освободить место. Актер. Извините, но это место по билету мое. Освободите пожалуйста.
12	Режиссер. У вашего друга неприятности. Нужно выразить сочувствие. Актер. Я тебе очень сочувствую. Но не падай духом - с кем не бывает! Если нужна моя помощь, обращайся.

Тест «Самоконтроль в общении»

п/п	вопрос	ответ
1.	Мне кажется трудным искусство подражать привычкам других людей.	
2.	Я бы, пожалуй, мог свалить дурака, чтобы привлечь внимание или позабавить окружающих.	
3.	Из меня мог бы выйти неплохой актер.	
4.	Другим людям иногда кажется, что я переживаю что-то более глубоко, чем это есть на самом деле.	
5.	В компании я редко оказываюсь в центре внимания.	
6.	В разных ситуациях и в общении с разными людьми я часто веду себя совершенно по – разному.	
7.	Я могу отстаивать только то, в чем искренне убежден.	
8.	Чтобы преуспеть в делах и в отношениях с людьми, я стараюсь быть таким, каким меня ожидают видеть.	
9.	Я могу быть дружелюбным с людьми, которых я не выношу.	
10.	Я не всегда такой, каким кажусь.	

Тест «Самоконтроль в общении»

п/п	вопрос	ответ
1.	Мне кажется трудным искусство подражать привычкам других людей.	
2.	Я бы, пожалуй, мог свалить дурака, чтобы привлечь внимание или позабавить окружающих.	
3.	Из меня мог бы выйти неплохой актер.	
4.	Другим людям иногда кажется, что я переживаю что-то более глубоко, чем это есть на самом деле.	
5.	В компании я редко оказываюсь в центре внимания.	
6.	В разных ситуациях и в общении с разными людьми я часто веду себя совершенно по – разному.	
7.	Я могу отстаивать только то, в чем искренне убежден.	
8.	Чтобы преуспеть в делах и в отношениях с людьми, я стараюсь быть таким, каким меня ожидают видеть.	
9.	Я могу быть дружелюбным с людьми, которых я не выношу.	
10.	Я не всегда такой, каким кажусь.	