Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа №2»

Конспект

классного часа  
«**Как жить в мире с людьми и самим собой**»

***Методическая разработка классного часа***

***Тема: «Как жить в мире с людьми и***

***с самим собой»***

**Цель:** Воспитание личности, осознающей себя в качестве высшей ценности и вместе с тем, способной гармонизировать собственные интересы с интересами общества, страны, семьи; воспитание внутренней свободы, способности к объективной самооценке и саморегуляции поведения, чувства собственного достоинства и самоуважения.

**Материально – техническое оснащение**.

1. **Рабочие столы для участников.**

**2. Проектор, компьютер , интерактивная доска.**

Форма проведения: диалог - рассуждение .

***Сценарий классного часа.***

***Ведущий***

Добрый день ! Мы рады вас приветствовать на нашем классном часе Сегодня мы с вами попытаемся поговорить , порассуждать, пофантазировать на тему: “ Как жить в мире с людьми и с самим собой''

***Чтец 1***Стихотворение 21-ый век.

**Век 21-ый. Первая треть**

**Время медленного горения**

**Чтобы жить**

**И на звёзды смотреть,**

**Нам отпущенно смутное время.**

**Мы на драку сегодня легки,**

**Много злобы в душе**

**Залежалось…**

**И не в моде любовь и стихи**

**И жестокость привычней, чем жалость**

**Но приходит в тревожные сны**

**Мысль одна-**

**Что поделаешь с нею-**

**Доброта и умение прощать-**

**Это лучшая, что я умею**

**Давайте мы всё же поверим ,**

**Что зло уступает добру !**

**Любые откроются двери,**

**Мы будем всегда ко двору**

**Давайте-**

**Хоть это не просто-**

**Забудем обиды свои !**

**Когда доброты, будет вдосталь,**

**То будет и вдосталь любви.**

**Давайте-**

**Хоть это и сложно-**

**Смеяться, встречаться, дружить**

**Иначе ведь жить не возможно**

**А хочется всё-таки жить !**

***Выступающий 1.***

Пока ребёнка не отравил яд цивилизации, он не сравнивает себя с другими и мало интересуется тем, как они оценят его: малыш знает, что он естественен и прекрасен. Это значит, что он душевно здоров. Почему же тогда из таких положительно относящихся к себе детей вырастают невротики, неудачники, закомплексованные и просто злые взрослые люди? Всё очень просто: ребёнок мал, а мир огромен. Малыш беспомощен, а родитель всесильны. Мир непонятен, а папа и мама знают всё. Вот с этих основ и начинается вхождение ребёнка в Мир, и именно родители оказываются Всемогущими Волшебниками, показывающими как надо с миром обращаться. Их улыбки, шлепки, а потом и слова оказываются путеводителями, которые закладывают картину Мира, пониманием ребёнка себя и окружающих, правила поведения и образцы взаимоотношений. От родителей он усваивает предписания, инструкции, запреты и разрешения, из которых и складывается позже сценарий его жизни.

***Ведущий***

У нас на классном часе присутствуют две творческие группы :

Одну назовём Удачники, вторую Неудачники. По Предложенным пунктам группы пишут свои сценарии. ( Выдает таблички).

1.-Что неудачник слышит в детстве чаще всего?

- Что удачник слышит в детстве чаще всего ?

2. Опоздал на автобус

Неудачник

Удачник

***Чтец 2***

**На что мы тратим жизнь**

**На что мы тратим жизнь ! На мелочные ссоры,**

**На глупые слова, пустые разговоры,**

**На суету обид, на злобу вновь и вновь.**

**На что мы тратим жизнь…**

**А надо б на любовь.**

**Сжигаем жизнь до тла всё на пустое что-то –**

**На нудные дела,ненужные заботы…**

**В угоду обществу придумываем маски…**

**На что мы тратим жизнь !**

**А надо бы на ласки.**

**Мы распыляем жизнь на сумрачную скуку,**

**На «имидж» и «престиж»,ненужную науку,**

**На ложь и хвастовство, на дармовую службу.**

**На что мы тратим жизнь !**

**А надо бы на дружбу.**

**Куда-то всё спешим, чего-то добываем.**

**Чего-то ищем всё, а более теряем ;**

**Всё копим золото, тряпьё и серебро…**

**На что мы тратим жизнь!**

**А Надо б на добро.**

**Волнуемся, кричим, по пустякам страдаем;**

**С серьёзностью смешной вещички выбираем.**

**Но сколько не гадай -всё выберешь не ту.**

**На что мы тратим жизнь…**

**А надо б на мечту.**

**Боимся радости, боимся верить в сказки,**

**Боимся и мечты , и нежности, и ласки;**

**Боимся полюбить, чтоб после не тужить…**

**На что мы тратим жизнь ?!**

**А надо просто жить !**

***Выступающий 2.***

Всё что нужно, это сказать человеку: «Поверь в себя! Полюби себя! И если ты будешь любить себя много, ты дашь себе столько любви, что уже не надо будет тянуть её с других, и ты сам сможешь её щедро раздавать».  
Глубинная уверенность, самоощущение  «Я – достойный и интересный человек» (или «Я – солнышко, со мной приходит праздник») действует как внушение, как гипноз, убеждая людей без всяких слов, на подсознательном уровне.  
Человека, который любит себя, легко любить другим людям. Он открыт к восприятию доброго к себе отношения. Душевно здоровый человек не просто верит, он знает, что всегда и безусловно достоин любви и уважения. Это вовсе не снижает его критичности к себе. Доказано, что люди, принимающие себя, не боятся сравнивать себя с высокими эталонами и ставить себе объективные (т.е. часто и низкие) самооценки.

***Чтец 3***

**Искать по всюду и всегда.**

**Не всё прекрасное открыто.**

**Есть непрозревшая звезда,**

**И ветка, ждущая плода,**

**Бумага, что пером забыта.**

**Неподнятые города,**

**И Бесприютная вода,**

**Побег,не цветший никогда,**

**И глыбы мёртвого гранита.**

***Выступающий 3.***

Начинать можно с малого – с живого и доброго отношения к людям. «Что ты за человек, чем ты живешь и дышишь?» Вместо безразличия и нытья о своём одиночестве. За этим следует готовность понять и помочь другому.  
Известно «как аукнется, так и откликнется». Тот, кому мы симпатизируем, отвечает взаимной симпатией нам. Мы готовы к обвинениям – наталкиваемся на обвинения в нашу сторону. Подозрительность получаем за подозрительность, открытость за открытость. Опережающая доброжелательность создаёт положительную петлю во взаимоотношениях, недоброжелательность – отрицательную. Из зерна любви вырастает сад. Из зерна агрессии поднимаются джунгли.

***Ведущий***

Зерна чего мы носим в душе?

И у меня возникают вопросы к нашим группам, гостям.

1. Близкий вам человек ( подруга сестра) одела на себя совершенно ярко красную шляпку, повесила на уши ужасно безвкусные серьги. То есть , на ваш взгляд всё это уродует её внешность . Ваши действия ?
2. Лев Толстой решил стать вегетарианцем и отказывается от мясной пищи. Софья Андреевна видит ,что это опасно для его жизни, и тайком от него готовит его любимые вегетарианские блюда на мясном бульёне. Имеет ли она на это моральное право ?

***Чтец 4***

**Бросший камень бестолково-**

**На тебя же упадёт.**

**Не подумав, скажешь слово-**

**Боль тебе же принесёт.**

**Слово горести поможет,**

**Слово горести целит,**

**Слово стены воздвигает,**

**Стены рвёт,как динамит.**

**Слово над землёй кружит,**

**Нам несёт любовь и гнев…**

**Слово, ты не рвись наружу,**

**В самом сердце не Созрев.**

***Выступающий4 .***

Желание нравиться – совершенно естественно. Тот, кто это желание в себе отрицает, или монстр, или лгун. Но нравиться всем – и не реально, и не нужно. К оценкам окружающих надо относиться как к погоде. Конечно, приятно, когда светит солнышко. Но если пойдёт дождь, надо просто поднять воротник и раскрыть зонт. Дело дождя литься, наше дело – идти, куда нам надо.

***Выступающий 5.***

Зачем мы хотим нравиться?

*-Человек объективный (Какой он есть в действительности )*

*-Человек внутренний (каким он себя видит и чувствует).*

*-Человек внешний (как он себя подаёт какое впечатление на себя производит )*

***Выступающий 6.***

В этой троице важен каждый, но начнём разговор с первого. Как правило, привлекательности способствуют такие объективные достоинства человека, как его ум, красота, сила, компетентность, положение в обществе и прочее. К сожалению, это не очень справедливо, если учесть, что некоторым «дано от природы» всё или почти всё, а кто-то от природы «за чертой бедности». Или чем виноват, например, человек некрасивый, точнее тот, чья внешность не укладывается в каноны красоты ближайшей к нему социальной группы?

Единственное утешение: жизнь доказала, что влюбляются в любых по внешности. Кроме того, при длительных контактах значение внешности резко снижается, и совсем не яркая внешность оказывается залогам крепкой семьи. Самое главное, внутренне ощущение: если я себя чувствую Аполлоном, то едва ли произведу впечатление Серой мышки.

Прекрасно быть естественным: говорить то, что думаешь, выражать те чувства, которые живут в душе и вообще не следить за собой, а просто жить. Быть таким, какой ты есть. Но такую роскошь надо заработать. Кому и когда это позволяется:

– очень любимым и уважаемым в кругу любимых и уважаемых;  
– тем редким людям, которые думают и чувствуют то, что надо, и так, как надо.

Так или иначе, умение подать себя, требующее определённой дипломатии и актёрства – нужно каждому. Нет «привлекательности вообще» – есть соответствие человека конкретным нормам или частным потребностям окружающих. Человек хорош именно в определённых условиях, в определённый момент и для конкретных людей.  
Душевно здоровый человек не будет обращать внимание на то, что он кому-то не нравится, и не может быть унижен и оскорблён этим. Воля любого сказать что-то в наш адрес, наша же воля принять  это или не принять. Если же вас «задели», обратите внимание на свои комплексы, на больные точки своей души, а не на обидчика. Если вас обидели, то в мире два больных: тот, который обидел вас в силу своего душевного нездоровья, и вы, который в силу своего душевного нездоровья оказался обиженным.

***Ведущий***

(Диалог-рассуждение):

- А сейчас мы с вами немного по рассуждаем . ( Выступают 6 обучающихся )

***Ведущий***

Ведущая : Толерантность.

-И опять я обращаюсь к творческим группам .

Давайте определим, как вы понимаете значение слова Толерантность.

У меня в руках листики бумаги в виде листьев дерева , вам нужно написать на листьях те качества которые могут определять людей .

(наклеивают на дерево толерантности и кратко комментируют )

***Ведущий***

-А теперь взгляните на плакат- схему правильно ли вы дали определение качества толерантного человека?

И следующее задание для всех присутствующих : Давайте пофантазируем?

Представим себе что наступит время , что люди на земле станут совершенно одинаковыми ( Рост, цвет волос и глаз , одежда, сумма знаний и т.д )

- Каким будет этот мир ? Как люди в нём будут жить ?

- Хорошо или плохо что мы все разные ?

-Как жить в мире где столько разных людей ?

***Ведущий***

Различие дополняют и обогащают общество , чтобы жить в мире людям надо научиться жить , решая проблемы и задачи на основе сотрудничества . Природа не с проста одарила нас таким многообразием с самых противоречивых и в то же время прекрасных качеств именно это делает нас уникальными и такими ценными для окружающих.