План урока по самопознанию

Школа 27 Дата \_\_\_\_\_\_\_\_ № \_\_ Педагог: Утегенова А.А.

Класс: 8 Количество учащихся\_\_\_ Тема: Истоки уважения

Ценность: бескорыстная любовь Качества: заботливость, уважение к окружающим и себе, стремление творить добро

|  |  |
| --- | --- |
| Цель: расширить и углубить представления учащихся о ценности «бескорыстная любовь» через проявление уважения  Задачи:  - развитие чувства заботливости;  - углубление знаний об истоках уважения к себе и другим;  - воспитание чувства уважения к себе, другим людям через бескорыстную любовь, проявление доброго отношения к людям | Ресурсы: |
| Ход урока:   1. Орг. момент.   - оценивание готовности учащихся к теме.  Позитивный настрой (на свет):  *Пожалуйста, сядьте удобно, спину держите прямо. Руки и ноги не скрещивайте. Руки можно положить на колени или на стол. Расслабьтесь. Закройте, пожалуйста, глаза.*  *Представьте, что солнечный свет проникает в вашу голову и опускается в середину груди. В середине груди находится бутон цветка. И под лучами света бутон медленно раскрывается, лепесток за лепестком. В вашем сердце расцветает прекрасный цветок, свежий и чистый, омывая каждую мысль, каждое чувство, эмоцию и желание.*  *Представьте, что свет начинает все более и более распространяться по вашему телу. Он становится сильнее и ярче. Медленно опускается вниз по рукам. Ваши руки наполняются светом и освещаются. Руки будут совершать только добрые, хорошие действия и будут помогать всем. Свет опускается вниз по ногам. Ноги наполняются светом и освещаются. Ноги будут вести вас только к хорошим местам для совершения добрых дел. Они станут инструментами света и любви.*  *Далее свет поднимается к вашему рту, языку. Язык будет говорить только правду и только хорошие, добрые слова. Направьте свет к ушам. Уши будут слышать хорошие слова, прекрасные звуки. Свет достигает глаз. Глаза будут смотреть только на хорошее и видеть только хорошее. Вся ваша голова наполнилась светом, и в вашей голове только добрые, светлые мысли.*  *Свет становится все интенсивнее и ярче и выходит за пределы вашего тела, распространяясь расширяющимися кругами. Направьте свет всем вашим родным, учителям, друзьям, знакомым. Пошлите свет и тем, с кем у вас временное непонимание, конфликты. Пусть свет наполнит их сердца. Пусть этот свет распространится на весь мир: на всех людей, животных, растения, на все живое, повсюду… Посылайте свет во все уголки Вселенной. Мысленно скажите: «Я в свете…Свет внутри меня… Я есть Свет». Побудьте еще немного в этом состоянии Света, Любви и Покоя…*  *Теперь поместите этот Свет снова в ваше сердце. Вся Вселенная, наполненная Светом, находится в вашем сердце. Сохраните ее такой прекрасной. Потихонечку можно открывать глаза.*  - Какие чувства вы испытали, наполняясь светом?  - Что интересного и необычного увидели?  - Кому вы направляли свой свет?  - Удалось ли ощутить тишину и покой?  2. Опережающее домашнее задание: просмотр ролика «Добрые объятия»  Вопросы (выход на тему):  - Какая общечеловеческая ценность показана в ролике? (любовь)  - Какие качества проявляются при излучении Любви? (уважение)  - Уважение – главное проявление любви, и отсюда следует: УВАЖЕНИЕ-ЛЮБОВЬ | 1 мин.  5 мин.  1 мин. - ответить на вопросы  4 мин.  4 мин. |
| Позитивное высказывание (цитата):  От недостатка уважения к себе происходит столько же пороков, сколько и от излишнего к себе уважения. М.Монтень  - Какие качества являются основой высказывания? (доброта, уважение к окружающим и себе)  - Как вы думаете, нужно стремиться к тому, чтобы тебя уважали? | Записать в тетрадь, проговорить цитату  5 мин.  Ответ на вопросы учащимися |
| Рассказывание истории: (с прерыванием)  **Поразительная история об уважении и честности**  В Наварре проходили важные соревнования по легкой атлетике. На кону был солидный призовой фонд, в забегах участвовали сильнейшие спортсмены мира, в том числе кениец Абель Мутаи, бронзовый призер Олимпийских Игр в Лондоне в беге на 3000 метров с препятствиями.  В своей коронной дистанции Мутаи уверенно лидировал и на турнире в Наварре. Но примерно за десять метров до конца дистанции кенийский бегун остановился, ошибочно решив, что он уже пересек финишную черту. Мутаи остановился и начал хлопать болельщикам, не понимая на испанском подсказок о том, что конец дистанции только через десять метров!!!  Бежавший вторым испанец Иван Фернандес Анайя настиг кенийца и мог бы легко закончить забег на первом месте. Но вместо того, чтобы использовать ошибку соперника, Анайя принялся… толкать кенийца в спину и рукой показывать ему, где находится финишная черта. Испанский бегун упустил верную возможность победить, он фактически привел кенийца к финишу и не обогнал его.  Что произошло на беговой дорожке?  Почему Анайя не воспользовался ошибкой кенийца?  Как бы вы поступили на месте испанского бегуна? Объясните.  Должен ли человек быть честен с самим собой и уважать себя? Почему?  Когда после окончания дистанции Ивана Фернандеса Анайю спросили, неужели он не хотел победить, то 24-летний бегун из Витории (чемпион Испании в беге на 5000 метров) ответил следующее: *«Нет, я очень хотел выиграть. Но даже если бы на кону было место в составе сборной Испании для поездки на чемпионат Европы, я все равно поступил бы так же. Я не заслуживал победы – отрыв был велик, и я не имел шансов догнать соперника, если бы он не ошибся. Мне важнее сохранить достоинство, чем выиграть золотую медаль. Знаете, все мы видим, какие вещи порой происходят в футболе, в обществе, в политике… Люди слишком часто видят неправильные модели поведения. Я рад, что поступил иначе, и сделал этот жест честности».*  Вопросы:  - Как вы думаете, достоин ли этот человек уважения? Почему?  - Что такое уважение?  - А если человек ничем удивительным не прославился, не известен всему миру, заслуживает ли он **уважения?**  (рассуждения учащихся)  - Как вы думаете, нужно стремиться к тому, чтобы тебя уважали? Почему?  Как называется качество, когда человек уважает сам себя? Самоуважение. | 10 мин. |
| Минутка отдыха  Творческая деятельность. Групповая работа.  **1 группа**:  Продолжите фразу: МЫ УВАЖАЕМ ЧЕЛОВЕКА, ЕСЛИ ОН....  **2 группа:**  Составьте правила:  КАК НУЖНО СЕБЯ ВЕСТИ, ЧТОБЫ ТЕБЯ УВАЖАЛИ?  **3 группа:**  РАССКАЖИТЕ О ЧЕЛОВЕКЕ В ШКОЛЕ, КОТОРОГО УВАЖАЕТЕ  **4 группа:**  МЫ УВАЖАЕМ ЧЕЛОВЕКА, ЕСЛИ ОН.... | Процедура проведения: на выполнение заданий отводится 7 минут, задание оформляется группой на большом листе бумаги, затем представляются результаты и вывешиваются на доску*.* |
| Групповое пение.  «Дорогою добра» | 3 мин. |
| Домашнее задание:  Написать эссе «Истоки уважения» | 1 мин. |
| Заключительная минута урока:  Закройте глаза. Сегодня на уроке мы говорили об истоках уважения. Вспомните все хорошее, нужное, что вы для себя взяли на уроке. Вспомните о качествах человека, которые помогают ему жить достойно уважения.  Я думаю, что вы пронесете по жизни эти лучшие качества: доброту, любовь, милосердие к людям. И тогда про вас скажут: этот человек достоин уважения. | 5 мин. |