

Разработки классных часов

3 класс

№	Тема занятия	Цель занятия	Краткое описание упражнений
1	Мой класс — мои друзья	Углубление процесса знакомства и сплочения, формирование умения видеть и ценить положительные качества одноклассников.	1. Австралийский дождь. <i>Цель:</i> развитие командного взаимодействия, навыков слушания и синхронизации с группой. <i>Ход:</i> Педагог стоит в центре круга и объясняет: «Сейчас я буду показывать движения, а вы, как эхо, повторяйте их за мной. Движения не останавливаются, пока я не скажу «Стоп»». Последовательность движений: «В Австралии поднялся ветер» — педагог трет ладони друг о друга (учащиеся повторяют). «Начинает капать дождь» — педагог щелкает пальцами (учащиеся повторяют). «Дождь усиливается» — педагог начинает хлопать в ладоши (учащиеся повторяют). «Начинается настоящий ливень» — педагог хлопает по бедрам (учащиеся повторяют). «А вот уже град, настоящая буря» — педагог топает ногами (учащиеся повторяют). «Но что это? Буря стихает» — педагог снова хлопает по бедрам (учащиеся повторяют). «Дождь стихает» — педагог хлопает в ладоши (учащиеся повторяют). «Редкие капли дождя падают на землю» — педагог щелкает пальцами (учащиеся повторяют). «Тихий шелест ветра» — педагог трет ладони (учащиеся повторяют). «Солнце!» — педагог поднимает руки вверх (учащиеся повторяют). «Стоп». <i>Обсуждение:</i> Что вы чувствовали, когда двигались все вместе? Что помогло вам быть синхронными? Как вы думаете, для чего нужно уметь чувствовать ритм группы? 2. Мой сосед хорош тем.... <i>Цель:</i> развитие умения замечать и ценить положительные качества одноклассников.

			<i>Ход:</i> Учащиеся садятся в круг. Педагог объясняет: «Сейчас каждый из вас скажет о своём соседе справа что-то хорошее, вот так: «Мой сосед хорош тем, что он...»». Например: «Мой сосед хорош тем, что он всегда делится карандашами» или «Мой сосед хорош тем, что он весёлый». Важно, чтобы каждый услышал о себе добрые слова. <i>Обсуждение:</i> Что вы чувствовали, когда о вас говорили хорошее? Что было легче: говорить о других или слушать о себе? 3. Путаница». <i>Цель:</i> развитие командной работы и навыков решения проблем. <i>Ход:</i> Участники становятся в круг, протягивают руки вперед и берутся за руки с двумя разными людьми, не стоящими рядом. Получается «узел». Задача — распутать получившийся узел, не разрывая рук. Можно перешагивать, пролезать под руками, но нельзя размыкать руки. Педагог наблюдает и при необходимости подсказывает. <i>Обсуждение:</i> Какие чувства вы испытывали, когда запутывались? А когда распутывались? Что помогало вам находить решение? Как вы договаривались друг с другом?
2	Наши чувства и поступки	Развитие эмоционального интеллекта через установление связи между эмоциями и поведением, формирование умения предвидеть последствия своих действий.	1.«Острова чувств». <i>Цель:</i> знакомство с дифференциацией ощущений, эмоций и чувств. <i>Ход:</i> Педагог рисует на доске четыре острова: Остров Ощущений, Остров Эмоций, Остров Чувств. Затем объясняет: — «Ощущения — это то, что мы чувствуем телом: горячо, холодно, колется, щекотно». Учащиеся называют ощущения, педагог записывает на стикерах и приклеивает к Острову Ощущений. — «Эмоции — это то, что мы переживаем душой: радость, страх, гнев. Они приходят и уходят». Учащиеся называют эмоции, педагог записывает и приклеивает на Остров Эмоций. — «Чувства — это более сложные переживания, которые состоят из нескольких эмоций: любовь, ревность, дружба». Учащиеся называют чувства, педагог записывает и приклеивает на Остров Чувств. <i>Обсуждение:</i> Как вы думаете, чем эмоция отличается от чувства? Почему важно различать эти состояния? 2. Обсуждение сказки о чувствах. <i>Цель:</i> развитие эмоционального интеллекта через метафору.

			<i>Ход:</i> Педагог читает или рассказывает короткую метафорическую сказку (например, о том, как жили в городе разные чувства, и они ссорились или дружили). После прочтения задаёт вопросы: «Какие чувства были героями сказки? Что случилось с ними в конце? Чему учит эта сказка? Какой вывод мы можем сделать о своих чувствах?» <i>Обсуждение:</i> Что вы чувствовали, слушая сказку? Какое чувство вам ближе всего? 3. Спящие льв». <i>Цель:</i> развитие самоконтроля, умения сохранять спокойствие. <i>Ход:</i> Учащиеся сидят на стульях, изображая спящих львов (закрывают глаза, расслабляются, но сохраняют бдительность). Водящий (сначала педагог, затем учащиеся) ходит между ними и пытается «разбудить» львов: смешит, шутит, говорит неожиданные вещи, но не прикасается. Тот, кто засмеялся, шевельнулся или улыбнулся, присоединяется к водящим. Игра длится, пока не останется один «спящий лев». <i>Обсуждение:</i> Кто смог дольше всех оставаться невозмутимым? Что помогало сохранять спокойствие? В каких жизненных ситуациях умение сохранять спокойствие может пригодиться?
3	Настоящий друг — какой он?	Формирование осознанных представлений о качествах настоящего друга, развитие способности к самоанализу в контексте дружеских отношений.	1. Правила дружб». <i>Цель:</i> формирование осознанного понимания качеств настоящего друга. <i>Ход:</i> Педагог пишет на доске заголовок «Настоящий друг — какой он?» и предлагает учащимся перечислить качества. Учащиеся называют: добрый, честный, верный, отзывчивый, никогда не предаёт, помогает в трудную минуту, умеет хранить секреты, уважает другого и т.д. Все варианты педагог записывает на доске. Затем из списка выбираются 5–7 главных качеств. <i>Обсуждение:</i> Какое качество вы считаете самым важным? Почему? 2. Я и мой дру». <i>Цель:</i> развитие саморефлексии в контексте дружеских отношений. <i>Ход:</i> Педагог даёт учащимся листы бумаги, разделённые на две колонки: «Что я делаю для друга» и «Что друг делает для меня». Учащиеся заполняют таблицу. Затем несколько желающих зачитывают свои записи.

			<i>Обсуждение:</i> Сравните две колонки. Что вы заметили? Важно ли, чтобы в дружбе был баланс (то есть и ты делаешь что-то для друга, и друг — для тебя)? 3. Солнце дружбы. <i>Цель:</i> творческое закрепление темы, визуализация качеств дружбы. <i>Ход:</i> На доске рисуется большой круг — «солнце». Педагог говорит: «Настоящий друг — как солнце: он согревает и освещает наш путь. Давайте сделаем лучи для нашего солнца. Каждый луч — это качество, которое должно быть у настоящего друга». Учащиеся называют качества, педагог записывает их на лучах. В результате получается большое «Солнце дружбы». <i>Обсуждение:</i> «Посмотрите на наше солнце. Как вы думаете, у каждого из нас есть эти качества? Что нужно делать, чтобы их развивать?»
4	Как мы решаем споры	Обучение способам мирного урегулирования разногласий, формирование умения договариваться и приходить к компромиссу.	1. Отгадай предмет. <i>Цель:</i> выработка умения задавать вопросы, позволяющие эффективно получить нужную информацию. <i>Ход:</i> Водящий (сначала педагог, потом учащиеся) загадывает любой предмет, находящийся в помещении. Остальные по очереди задают уточняющие вопросы, на которые водящий отвечает только «да» или «нет». Например: «Это мебель? — Да. Это стол? — Нет. У него есть ножки? — Да. Он деревянный? — Да. Это стул? — Да». Если кто-то догадался — он становится водящим. <i>Обсуждение:</i> Какие вопросы были самыми полезными, быстрее всех приближающими к отгадке? В каких жизненных ситуациях важно уметь задавать точные вопросы? 2. Дом. <i>Цель:</i> осознание своей роли в группе и стиля поведения. <i>Ход:</i> Учащиеся делятся на команды по 5–7 человек. Педагог говорит: «Каждая команда должна стать полноценным домом! Каждый выберите, кем вы будете в этом доме: дверью, стеной, крышей, окном, мебелью или даже цветком. Никого заставлять нельзя. Выбор за вами! Но не забывайте, что вы должны быть полноценным и функциональным домом. Постройте свой дом!» Учащиеся обсуждают в командах и строят из себя «дом» (становятся в определённом порядке, принимают определённые позы). Затем каждая команда презентует свой «дом».

			<i>Обсуждение:</i> Как проходило обсуждение в командах? Сразу ли вы смогли определить свою роль? Почему выбрали именно эту роль? Как выбранная вами роль отражает ваше поведение в реальной жизни? 3. Как договориться. <i>Цель:</i> практика навыков конструктивного разрешения конфликта. <i>Ход:</i> Педагог даёт двум добровольцам ситуацию: «У вас на двоих одна конфета (или игрушка). Вы оба очень хотите её получить. Ваша задача — договориться так, чтобы оба остались довольны». Остальные наблюдают. Затем обсуждают: «Что сделали герои? Смогли ли они договориться? Какие способы договориться вы знаете? (Разделить поровну, по очереди, поменяться, предложить что-то взамен)». <i>Обсуждение:</i> Какой способ договориться вам кажется самым справедливым?
5	Я выражаю свои мысли	Развитие речевой гибкости, умения перефразировать и точно передавать смысл высказывания, обогащение словарного запаса.	1. Цепочка речи. <i>Цель:</i> тренировка умения слышать и слушать, развитие памяти и аудиальных возможностей восприятия. <i>Ход:</i> Учащиеся сидят в кругу. Педагог задаёт тему. Первый участник говорит одно предложение на эту тему. Второй должен практически дословно повторить первое предложение и добавить своё. Третий повторяет первые два и добавляет своё, и так далее. Пример: 1-й: «В нашей школе много светлых классов». 2-й: «В нашей школе много светлых классов. Учителя здесь добрые и внимательные». 3-й: «В нашей школе много светлых классов, учителя здесь добрые и внимательные. В перемены мы весело играем в коридоре». Игра продолжается, пока цепочка не оборвётся (кто-то собьётся или забудет). Затем начинается новая цепочка. <i>Обсуждение:</i> Что было самым сложным: запомнить всё, что сказали до тебя, или придумать своё предложение? Что помогало запоминать? 2. Другими словами. <i>Цель:</i> тренировка речевой беглости, умения подбирать синонимы. <i>Ход:</i> Учащиеся объединяются в команды по 4 человека. Педагог говорит первому участнику команды несложную фразу из 5–6 слов (например: «Наступила долгожданная весна»). Тот должен передать её дальше, сохраняя смысл, но не используя те же слова (можно менять форму слов, подбирать синонимы). Например:

			«Пришла весна, которую все ждали». Следующий передаёт дальше: «Весна, которую долго ждали, наконец наступила», и т.д. <i>Обсуждение:</i> Кому было сложно выполнять это задание? С чем это связано? В каких ситуациях важно уметь говорить одно и то же разными словами? 3. Я хочу сказать.... <i>Цель:</i> формирование навыка ясного и осознанного выражения своих мыслей. <i>Ход:</i> Педагог даёт каждому учащемуся карточку с началом фразы: «Я хочу сказать, что...» и предлагает закончить предложение на любую тему (например, о классе, о школе, о друзьях). Каждый учащийся по очереди произносит свою фразу. Педагог следит за тем, чтобы предложение было законченным и понятным. <i>Обсуждение:</i> Как вы думаете, что помогает сделать речь понятной для других? Что мешает нам выражать свои мысли?
6	Кто и как мне помогает	Осознание собственной ресурсной среды (люди, занятия, места), формирование навыка обращения за поддержкой в трудной ситуации.	1. Копилка добрых слов. <i>Цель:</i> формирование позитивного отношения к себе и окружающим, актуализация ресурсов. <i>Ход:</i> Педагог раздаёт учащимся маленькие листочки и просит написать (или нарисовать) слова, которые поднимают им настроение, делают их сильнее. Например: «Ты справишься!», «Ты молодец!», «Я верю в тебя». Затем каждый складывает свой листочек в общую «копилку» (красивую коробочку). Педагог говорит: «В трудные минуты вы можете заглянуть в эту копилку и прочитать эти слова — они напомнят вам о вашей силе». <i>Обсуждение:</i> Какие слова вам особенно приятно слышать? Почему? От кого вы чаще всего слышите такие слова? 2. Кто и как мне помогает. <i>Цель:</i> осознание собственной ресурсной среды. <i>Ход:</i> Педагог задаёт вопросы: «Когда вам трудно, к кому вы обращаетесь за помощью? Какие люди есть в вашей жизни, на которых вы всегда можете положиться? Кроме людей, что ещё может помочь вам справиться с трудностями? (любимые занятия, книги, музыка, игры, природа)». Учащиеся по кругу высказываются.

			<i>Обсуждение:</i> Есть ли у вас люди, которые всегда готовы прийти на помощь? Хорошо ли иметь не одного, а нескольких таких людей? 3. Помоги себе сам. <i>Цель:</i> формирование навыка самостоятельного поиска решения в трудной ситуации. <i>Ход:</i> Педагог предлагает учащимся ситуации: — «Ты потерял дорогую для тебя вещь. Что ты будешь делать?» — «Ты не понимаешь тему на уроке. Что ты сделаешь?» — «Ты поссорился с другом. Как ты поступишь?» Учащиеся предлагают свои варианты. Педагог обобщает: «В трудной ситуации можно действовать по-разному: сначала попытаться справиться самому, но если не получается — обратиться к тому, кто может помочь». <i>Обсуждение:</i> Что вы чувствуете, когда сами находите решение проблемы? Чем самостоятельность помогает в жизни?
7	Ценим друг друга	Формирование устойчивого навыка замечать и вербализовать положительные качества окружающих, развитие атмосферы принятия в коллективе.	1. Мой портрет в лучах солнца. <i>Цель:</i> развитие положительной самооценки, понимания своих сильных сторон. <i>Ход:</i> Педагог раздаёт учащимся листы бумаги, на которых в центре нарисовано солнце с именем учащегося. «Нарисуйте лучи солнца. На каждом луче напишите то, за что вы себя цените или что у вас получается хорошо». Учащиеся выполняют. Затем по желанию презентуют свои солнца. <i>Обсуждение:</i> Какие качества вы написали? Что вы чувствовали, когда заполняли солнце? Какие лучи показались вам самыми важными? 2. Чем мы похожи. <i>Цель:</i> развитие чувства общности и взаимопонимания. <i>Ход:</i> Педагог говорит: «Встаньте в круг. Я буду называть какое-то качество или увлечение. Тот, кто считает, что это про него, делает шаг в центр круга». Педагог называет: «У кого есть младший брат или сестра? Кто любит читать? Кто любит играть в футбол? Кто любит рисовать?» и т.д. Учащиеся делают шаг. <i>Обсуждение:</i> «Посмотрите, как много у нас общего! Несмотря на то, что мы все разные, у нас есть много общего. Что вы чувствовали, когда видели, что кто-то разделяет ваше увлечение?»

			3. Волшебный микрофон. <i>Цель:</i> развитие навыка говорить о себе и слушать других. <i>Ход:</i> Педагог передаёт «волшебный микрофон» (можно использовать любую палку или игрушку) первому учащемуся и говорит: «Расскажи нам, что ты умеешь делать лучше всего, или что тебе больше всего нравится в себе». Учащийся рассказывает, передаёт микрофон следующему. Важно, чтобы каждый сказал хотя бы одно предложение. <i>Обсуждение:</i> Что нового вы узнали о своих одноклассниках? О ком вы хотели бы узнать больше?
8	Я — защитник слабых	Формирование активной позиции в ситуациях несправедливости, воспитание чувства ответственности за благополучие другого человека.	1. Помощь другу. <i>Цель:</i> формирование практических навыков оказания поддержки. <i>Ход:</i> Вызываются два добровольца. Один играет роль «обиженного» (ему грустно, его кто-то обидел), второй — «защитника» (подходит, утешает, предлагает помощь). Задача защитника: успокоить друга, сказать ему добрые слова, предложить выход из ситуации. Затем роли меняются. <i>Обсуждение:</i> Что почувствовал «обиженный», когда к нему подошли? Что почувствовал «защитник», помогая? Какие слова и действия были самыми эффективными? 2. Что делать, если друга обижают. <i>Цель:</i> формирование алгоритма действий в ситуации, когда друг нуждается в защите. <i>Ход:</i> Педагог зачитывает ситуацию: «В классе одного мальчика дразнят и обзывают. Ему очень обидно. Ты видишь это. Что ты будешь делать?» Учащиеся предлагают варианты. Педагог обобщает и записывает на доске шаги: — «Подойди к нему и скажи, что ты на его стороне». — «Предложи ему пойти вместе к учителю или психологу». — «Сам скажи обидчику: «Это некрасиво. Перестань»». — «Если обидчик не слушает, позови взрослого». <i>Обсуждение:</i> Почему важно не оставаться в стороне, когда обижают другого? 3. Помощник. <i>Цель:</i> закрепление алгоритма действий в трудной ситуации.

			<i>Ход:</i> Педагог раздаёт учащимся готовые заготовки памятки (бланк с пунктами). Учащиеся вместе с педагогом заполняют её: 1. Если я вижу, что кого-то обижают, я ... (подойду, скажу, что я рядом). 2. Я скажу обидчику: ... (дружелюбно, но твёрдо). 3. Если это не помогает, я ... (пойду к взрослому). Памятки учащиеся забирают с собой. <i>Обсуждение:</i> Как вы думаете, легко ли быть защитником? Почему это важно?
9	Мы вместе — мы сила!	Подведение итогов, закрепление чувства общности и коллективной ответственности, осознание ценности дружной и поддерживающей среды.	1. Командный рисунок. <i>Цель:</i> развитие навыков общения и согласия, сплочение коллектива. <i>Ход:</i> Педагог делит класс на несколько групп по 4–5 человек. Каждая группа получает большой лист бумаги и фломастеры. Задание: «Нарисуйте символ или эмблему вашей группы, которая отражает ваши общие ценности и взгляды. Обсудите, что для вас важно в дружбе и в учёбе». Время — 10 минут. Затем каждая группа представляет свой рисунок и объясняет его смысл. <i>Обсуждение:</i> Как вам работалось в группе? Сразу ли вы нашли общую идею? Что было самым сложным? Что было самым приятным? 2. Что я умею. <i>Цель:</i> развитие чувства собственной значимости и ценности каждого члена коллектива. <i>Ход:</i> Учащиеся стоят в кругу. Педагог говорит: «Сейчас каждый из вас скажет, что он умеет делать хорошо, и что он готов передать (научить) другим. Начну я: я умею быстро считать в уме и готов научить этому любого из вас». Затем мяч передаётся по кругу, и каждый говорит. <i>Обсуждение:</i> «Посмотрите, как много у нас талантов! Каждый из вас уникален и важен для класса. Что вы чувствовали, когда говорили о своих умениях?» 3. Спасибо нашему классу. <i>Цель:</i> рефлексия, закрепление чувства принадлежности и благодарности. <i>Ход:</i> Учащиеся садятся в круг. Педагог начинает фразу: «Я благодарю наш класс за то, что...» (например: «...здесь всегда можно найти поддержку», «...мы умеем смеяться вместе», «...в классе есть кто-то, с кем можно поговорить»). Каждый

			учащийся по очереди завершает фразу. Затем педагог предлагает встать всем в круг и положить руки на плечи друг другу, произнеся хором: «Мы вместе — мы сила!» <i>Обсуждение:</i> Что самое главное вы поняли сегодня? Что вы возьмёте с собой из этого классного часа?
--	--	--	--