

Разработки классных часов

4 класс

№	Тема занятия	Цель занятия	Краткое описание упражнений
1	Мой портрет в коллективе	Осознание своей роли в классном коллективе, формирование умения видеть свои сильные стороны и представлять их другим.	1. Приветствия без слов. <i>Цель:</i> раскрепощение, развитие невербальной коммуникации, сплочение. <i>Ход:</i> Педагог говорит: «Сейчас вы будете свободно передвигаться по классу. Ваша задача — за 2–3 минуты поприветствовать как можно больше человек. Но делать это нужно без слов! Используйте только кивки головы, рукопожатия, объятия, похлопывания по плечу, улыбки. Но помните: каждый способ приветствия можно использовать только один раз. Если вы кого-то поприветствовали рукопожатием, следующего нужно поприветствовать иначе». Учащиеся двигаются и приветствуют друг друга. <i>Обсуждение:</i> Кому сколько человек удалось поприветствовать? Что было сложнее: придумывать новые способы приветствия или демонстрировать их? Почему? 2. «Интервью» в парах. <i>Цель:</i> развитие навыков активного слушания и самопрезентации. <i>Ход:</i> Учащиеся разбиваются на пары. Педагог говорит: «Сейчас вы будете брать интервью друг у друга. Задайте своему партнёру три вопроса: «Какое твоё любимое занятие?», «Что ты умеешь делать лучше всего?», «Какое качество ты ценишь в людях?» (Учащиеся могут сами придумать вопросы чтобы узнать партнера). Запомните, что ответил ваш партнёр». Через 5 минут каждый учащийся представляет своего партнёра классу: «Это мой друг (имя). Он любит..., он умеет..., он ценит в людях...». <i>Обсуждение:</i> Что нового вы узнали о своих одноклассниках? Что было легче: задавать вопросы или отвечать на них? 3. Создание правил класса. <i>Цель:</i> формирование чувства ответственности за атмосферу в классе.

			<i>Ход:</i> Педагог говорит: «Мы уже не первый год вместе. Давайте подумаем: что помогает нам быть дружными и комфортно чувствовать себя в классе? Какие правила мы хотим установить для себя?» Учащиеся предлагают варианты. Педагог записывает их на доске. Затем вместе выбирают 5–7 самых важных правил. Например: «1. Уважаем друг друга. 2. Помогаем, если просят. 3. Не перебиваем, когда говорит другой. 4. Не дразним и не обзываемся. 5. Миримся, если поссорились». Правила записываются на красивом плакате и вывешиваются в классе. <i>Обсуждение:</i> Почему важно иметь правила в классе? Что будет, если их не соблюдать? Кто отвечает за то, чтобы правила соблюдались?
2	Эмоциональный интеллект	Развитие способности распознавать и дифференцировать различные эмоциональные состояния, понимать их связь с чувствами и переживаниями.	1. Найди отличия. <i>Цель:</i> закрепление понимания различий между эмоциями и чувствами. <i>Ход:</i> Педагог задаёт вопросы в кругу. После 2–3 ответов (правильных или ошибочных) педагог сообщает правильный ответ и кратко поясняет: — «Чем отличается гнев от агрессии?» (Гнев — это эмоция, а агрессия — это действия, которые наносят вред). — «Чем отличается радость от удовольствия?» (Радость — очень активная эмоция, хочется двигаться, смеяться. А удовольствие — спокойное, расслабленное переживание). — «Чем отличается грусть, печаль от тоски или горя?» (Грусть и печаль — тихие чувства, иногда даже приятные. А тоска и горе всегда сопровождаются душевной болью, напряжением, страданием). <i>Обсуждение:</i> Какая эмоция, по вашему мнению, самая сложная? Почему важно уметь различать эмоции и чувства? 2. Работа с пиктограммами. <i>Цель:</i> развитие умения распознавать эмоции по мимике. <i>Ход:</i> Педагог раздаёт учащимся карточки с пиктограммами (схематичные изображения лиц, выражающих разные эмоции). Задание: «Подпишите, какая эмоция изображена на каждой пиктограмме». Затем педагог показывает пиктограмму, а учащиеся хором называют эмоцию. Можно усложнить: «А теперь покажите эту эмоцию на своём лице и скажите, в какой ситуации вы её испытываете».

			<i>Обсуждение:</i> По каким признакам вы определяли эмоцию на пиктограмме? (брови, глаза, рот). Какая эмоция узнавалась легче всего? Какая — сложнее? 3. Цвет моего дня. <i>Цель:</i> развитие рефлексии, осознание собственного эмоционального состояния. <i>Ход:</i> Педагог раздаёт учащимся листы и цветные карандаши. «Вспомните свой сегодняшний день. Какие эмоции вы пережили? Какие события вызвали эти эмоции? А теперь закрасьте лист тем цветом, который, по-вашему, лучше всего отражает ваш сегодняшний день. Можно использовать несколько цветов если сложно одним цветом передать». Учащиеся выполняют задание. Затем несколько желающих показывают свой цвет и объясняют выбор. <i>Обсуждение:</i> У кого день оказался ярким и солнечным? У кого — спокойным? У кого — тревожным? Может ли цвет дня измениться? От чего это зависит?
3	Дружба как ценность	Осознание дружбы как важной личностной ценности, формирование умения анализировать и оценивать свои дружеские отношения.	1. Настоящий друг — это.... <i>Цель:</i> осознание дружбы как личностной ценности. <i>Ход:</i> Педагог делит класс на 3–4 группы. Каждая группа получает лист бумаги и маркер. Задание: «За 5 минут напишите как можно больше определений: «Настоящий друг — это...»». Затем группы зачитывают свои варианты. Педагог обобщает: «Друг — это не просто тот, с кем весело. Это тот, кто всегда придёт на помощь, кто скажет правду, даже если она неприятная, кто не предаст, кто порадуется твоим успехам». <i>Обсуждение:</i> Какое определение вам кажется самым точным? Есть ли у вас такой друг? Что вы сами делаете, чтобы быть настоящим другом? 2. Как помириться? <i>Цель:</i> формирование практических навыков восстановления дружеских отношений после ссоры. <i>Ход:</i> Вызываются два добровольца. Педагог даёт им ситуацию: «Вы были лучшими друзьями, но вчера поссорились. Сегодня вы встретились в классе. Вам обоим грустно без друга. Ваша задача — помириться». Они разыгрывают диалог примирения. Остальные наблюдают. Затем обсуждают: «Какие слова помогли помириться? Что было самым трудным? Какие способы примирения вы знаете?»

			<i>Обсуждение:</i> Почему важно уметь прощать и просить прощения? Что помогает быстрее помириться? 3. Дерево дружбы класса. <i>Цель:</i> создание символа классной дружбы. <i>Ход:</i> На доске заранее нарисован ствол дерева. Педагог раздаёт учащимся листочки из цветной бумаги (каждый выбирает свой цвет). «Напишите на листочке своё имя и одно качество, которое вы цените в своих друзьях, или фразу, которая символизирует вашу дружбу. Например: «Я ценю честность», «Дружба — это когда вместе». Затем приклейте листочек на наше Дерево дружбы». Учащиеся выполняют. Получается дерево с разноцветными листьями. <i>Обсуждение:</i> Посмотрите на наше Дерево дружбы! Оно цветёт и растёт, как наши дружеские отношения. Что мы можем сделать, чтобы это дерево никогда не засохло?
4	Конфликты в классе	Обучение распознаванию признаки начинающегося конфликта и способам его конструктивного разрешения, формирование навыков «мирного» поведения.	1. Запретные слова. <i>Цель:</i> выработка умения контролировать свою речь, излагать мысль разными способами. <i>Ход:</i> Педагог становится «журналистом» и по очереди задаёт учащимся вопросы любого содержания (например: «Какая сегодня погода?», «Что ты ел на завтрак?», «Было вкусно?», «Какой твой любимый урок?», «Тебе жарко?»). Но отвечать можно любыми словами, кроме «да» и «нет». Тот, кто случайно сказал «да» или «нет», выбывает или становится водящим. <i>Обсуждение:</i> Насколько сложно было не говорить «да» и «нет»? В каких ситуациях важно уметь контролировать свои слова? Когда лучше говорить коротко и просто, а когда — развёрнуто? 2. Что делать, если.... <i>Цель:</i> формирование алгоритмов поведения в типичных конфликтных ситуациях. <i>Ход:</i> Педагог зачитывает ситуации и просит учащихся предложить решение: <i>Кейс 1:</i> «Твой одноклассник случайно толкнул тебя, и ты упал. Он извинился, но тебе всё равно обидно. Как ты поступишь?» <i>Кейс 2:</i> «Ты хочешь играть в футбол, а твой друг — в настольный теннис. Что вы будете делать?»

			<i>Кейс 3:</i> «Кто-то из класса распускает про тебя слухи. Ты знаешь, кто это делает. Что ты предпримешь?» Учащиеся предлагают варианты. Педагог обобщает и записывает на доске универсальные шаги: «Остановись и подыши», «Выслушай другого», «Скажи о своих чувствах («Я обижен, потому что...»)», «Предложи решение», «Если не получается — обратись к взрослому». <i>Обсуждение:</i> Какой способ решения конфликта самый эффективный? Почему важно уметь договариваться? 3. Мирилки. <i>Цель:</i> закрепление практических навыков примирения. <i>Ход:</i> Педагог раздаёт учащимся готовые заготовки памятки (бланк с пунктами). Учащиеся вместе с педагогом заполняют её: 1. «Если я поссорился(лась) с другом, я ...» 2. «Чтобы помириться, я скажу: ...» 3. «Если мне трудно, я могу обратиться к ...» Памятки Учащиеся забирают с собой. <i>Обсуждение:</i> Как вы думаете, легко ли просить прощения? Почему иногда трудно сказать «прости»? Что помогает сделать это легче?
5	Секреты общения	Совершенствование коммуникативных навыков, развитие умения устанавливать и поддерживать контакт с разными людьми.	1. Говорящий и слушающий. <i>Цель:</i> отработка навыков активного слушания и ясного выражения мыслей. <i>Ход:</i> Учащиеся разбиваются на пары. Один получает роль «говорящего», другой — «слушающего». Задание: «Говорящий» рассказывает о своём выходном дне в течение 2 минут. «Слушающий» должен внимательно слушать, не перебивая, и затем пересказать услышанное максимально точно. Затем роли меняются. <i>Обсуждение:</i> Что помогало вам запоминать рассказ партнёра? Что мешало? В каких жизненных ситуациях важно уметь внимательно слушать? 2. Разбор ситуаций непонимания. <i>Цель:</i> осознание причин коммуникативных ошибок и способов их преодоления. <i>Ход:</i> Педагог зачитывает ситуации:

			<i>Ситуация 1:</i> «Учитель сказал: «Садись, два». Ученик обиделся и ничего не ответил. Оказалось, что учитель имел в виду, что он садится за парту № 2, а не получил отметку «два»». <i>Ситуация 2:</i> «Ты сказал другу: «Я занят». Друг обиделся, решив, что ты не хочешь с ним общаться. А на самом деле ты просто доделывал домашнее задание». Учащиеся обсуждают: «Почему возникло непонимание? Что можно было сделать по-другому?» <i>Обсуждение:</i> Что помогает избежать непонимания? (уточнять, переспрашивать, говорить более ясно). Почему важно проверять, правильно ли вас поняли? 3. Дружный диалог. <i>Цель:</i> практика конструктивного диалога, умения договариваться. <i>Ход:</i> Вызываются два добровольца. Педагог даёт им задание: «Вы хотите выбрать фильм для совместного просмотра. Один хочет смотреть комедию, другой — приключенческий фильм. Ваша задача — за 3 минуты прийти к общему решению, чтобы оба были довольны». Они разыгрывают диалог. Затем обсуждают: «Как они договаривались? Какие фразы помогали? (называть аргументы, идти на уступки, предлагать альтернативы)». <i>Обсуждение:</i> Какие слова помогают вести дружный диалог? Какие слова могут испортить разговор?
6	Мои ресурсы и опоры	Формирование осознанного отношения к способам совладания с трудностями, развитие умения самостоятельно находить ресурсы для восстановления.	1. Мои опоры. <i>Цель:</i> осознание круга поддержки, формирование чувства безопасности. <i>Ход:</i> Педагог раздаёт учащимся листы, на которых нарисован круг. «Представьте, что круг — это ваша жизнь. Кто и что поддерживает вас, делает вашу жизнь устойчивой? Впишите в круг людей, места, занятия, которые придают вам сил. Это может быть мама, папа, друг, учитель, ваша комната, любимая книга, спорт, прогулка в парке». Учащиеся заполняют круги. Затем несколько желающих зачитывают. <i>Обсуждение:</i> «Посмотрите на свои круги. Что вы чувствуете, когда видите, сколько у вас опор? Есть ли у вас кто-то, кто всегда рядом, когда трудно?» 2. Список помощи. <i>Цель:</i> формирование навыка обращения за помощью в трудной ситуации.

			<i>Ход:</i> Педагог говорит: «Когда нам трудно, мы можем обратиться к разным людям. Давайте составим «Список помощи», чтобы знать, к кому можно прийти». Педагог рисует на доске таблицу: <table><tr><td></td><td>Проблемы в учёбе</td><td>Ссора с другом</td><td>Мне грустно или тревожно</td><td>Кто-то меня обижает</td><td></td></tr><tr><td><i>К кому обратиться?</i></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> Учащиеся заполняют таблицу. <i>Обсуждение:</i> Легко ли вам просить о помощи? Почему важно не бояться просить помощи? 3. Как попросить о помощи. <i>Цель:</i> обучение конкретным фразам и способам обращения за помощью. <i>Ход:</i> Педагог спрашивает: «Какими словами можно попросить о помощи? Как сделать так, чтобы вас услышали и поняли?» Учащиеся предлагают варианты. Педагог записывает на доске полезные фразы: — «Мне нужна твоя помощь». — «Я не справляюсь. Можешь мне помочь?» — «Ты не мог бы...?» — «Мне очень трудно, и я хочу попросить совета». <i>Обсуждение:</i> Что вы чувствуете, когда кто-то просит вас о помощи? Что вы чувствуете, когда просите сами? Важно ли говорить «спасибо» после помощи?		Проблемы в учёбе	Ссора с другом	Мне грустно или тревожно	Кто-то меня обижает		<i>К кому обратиться?</i>					
	Проблемы в учёбе	Ссора с другом	Мне грустно или тревожно	Кто-то меня обижает											
<i>К кому обратиться?</i>															
7	Мои сильные стороны	Развитие позитивной самооценки и самопринятия, формирование умения видеть и ценить свои личностные качества.	1. Разборка имени. <i>Цель:</i> развитие самоанализа, формирование позитивной самооценки. <i>Ход:</i> Педагог говорит: «Сейчас вы станете «расшифровщиками» своих имён. Запишите своё имя по буквам. К каждой букве подберите слово, которое вас характеризует. Например: «Андрей — А (активный), Н (надёжный), Д (добрый),												

			Р (решительный), Е (естественный), Й (яркий)». На размышления даётся 4–5 минут. Затем каждый называет своё имя и характеристики. <i>Обсуждение:</i> Кто хотел бы добавить ещё качества, которые не начинаются на буквы вашего имени? Что было труднее: подбирать слова на каждую букву или называть их вслух? 2. Мои сильные стороны. <i>Цель:</i> развитие самопринятия, умения видеть и ценить свои достоинства. <i>Ход:</i> Педагог задаёт вопросы: «Какие ваши сильные стороны помогают вам в учёбе? В общении с друзьями? В семье? Какие качества вы в себе особенно цените?» Учащиеся по кругу высказываются. Педагог подбадривает и помогает тем, кто затрудняется. <i>Обсуждение:</i> Что вы чувствовали, когда говорили о своих сильных сторонах? Почему иногда трудно говорить о себе хорошо? 3. Звездная карта класса. <i>Цель:</i> формирование чувства принадлежности к классу и ценности каждого его члена. <i>Ход:</i> На доске рисуется большое поле, разделённое на сектора: «Таланты», «Доброта», «Юмор», «Спорт», «Учёба», «Дружба». Педагог говорит: «Давайте создадим звёздную карту нашего класса. Каждый из вас — звезда. В какой сектор вы бы себя поместили? (если трудно выбрать один — можно несколько)». Учащиеся по очереди выходят к доске и пишут своё имя в соответствующий сектор. В результате получается карта класса, где видно, какие «звёзды» в каких сферах сияют. <i>Обсуждение:</i> «Посмотрите, как много разных талантов в нашем классе! Почему важно, чтобы у нас были и те, кто хорошо учится, и те, кто весёлый, и те, кто добрый?»
8	Не оставайся в стороне	Формирование активной гражданской и человеческой позиции, готовности защищать и поддерживать тех, кто	1. Не оставайся в стороне. <i>Цель:</i> формирование активной позиции в ситуациях несправедливости. <i>Ход:</i> Педагог рассказывает короткую историю: «Представьте, что вы идёте по коридору и видите, как старшеклассник отбирает у первоклассника телефон и

		оказался в сложной ситуации. грубо с ним разговаривает. Первоклассник плачет. Что вы сделаете?» Учащиеся предлагают варианты. Педагог записывает на доске: — «Подойти и спросить, что случилось». — «Сказать старшекласснику: «Это некрасиво. Оставьте его»». — «Позвать взрослого (учителя)». — «Подойти к первокласснику и успокоить его». Педагог обобщает: «Важно не проходить мимо. Иногда одно слово может остановить обидчика или помочь тому, кому плохо». <i>Обсуждение:</i> Что вы чувствовали, когда обсуждали эту ситуацию? Легко ли вмешаться, когда видишь несправедливость? Почему важно не оставаться в стороне? 2. Как защитить друга. <i>Цель:</i> отработка конкретных способов защиты и поддержки. <i>Ход:</i> Педагог зачитывает кейсы: <i>Кейс 1:</i> «Твой друг получил низкую оценку и очень расстроен. Как ты его поддержишь?» <i>Кейс 2:</i> «Твоего друга дразнят и обзывают. Что ты скажешь обидчику?» <i>Кейс 3:</i> «Ты видишь, что кто-то из класса плачет. Что ты сделаешь?» Учащиеся предлагают варианты и разыгрывают короткие сценки (по желанию). <i>Обсуждение:</i> Какие способы поддержки вам кажутся самыми эффективными? Что вы чувствовали, когда играли роль защитника? 3. Наш класс помощи. <i>Цель:</i> закрепление алгоритма действий в ситуации, когда кто-то нуждается в помощи. <i>Ход:</i> Педагог раздаёт учащимся листы бумаги и маркеры. Задание: «Сделайте плакат, который поможет каждому в классе. Напишите или нарисуйте, что делать, если кому-то нужна помощь. Добавьте телефон школьного психолога или другого доверенного взрослого». Учащиеся работают индивидуально или в парах. Затем лучшие плакаты вывешиваются в классе. <i>Обсуждение:</i> Как вы думаете, этот плакат может реально помочь? Кто может прочитать его и вспомнить, что нужно делать?
--	--	---

9	Наш класс — дружная семья!	Закрепление позитивного опыта общения, рефлексия собственного вклада в создание благоприятного климата в классе.	1. Интересные вопросы. <i>Цель:</i> тренировка навыков самопрезентации, осознания личных границ. <i>Ход:</i> Каждому участнику предлагается придумать по два вопроса: один нейтральный (не связан с личностью), другой — личный. Нейтральный вопрос записывается на белом листе, личный — на розовом. Все листочки собираются и перемешиваются. Затем каждый по очереди вытягивает один листок (выбирая цвет) и отвечает на вопрос. Если вопрос кажется неуместным, можно ответить: «Я бы предпочёл пропустить этот вопрос». <i>Обсуждение:</i> Чем руководствовались те, кто выбирал розовый листок? А белый? Какие вопросы запомнились больше всего? 2. Кодекса дружбы. <i>Цель:</i> обобщение знаний и опыта о дружеских отношениях. <i>Ход:</i> Педагог говорит: «За этот год мы много говорили о дружбе, уважении, поддержке. Давайте теперь создадим «Кодекс дружбы» нашего класса — документ, в котором будут записаны главные правила, которые мы будем соблюдать». Учащиеся предлагают пункты, педагог записывает их на большом листе. Например: 1. «Мы уважаем друг друга». 2. «Мы не смеёмся над чужими ошибками». 3. «Мы помогаем, когда просят». 4. «Мы говорим правду, но без обид». 5. «Мы умеем просить прощения и прощать». Кодекс торжественно зачитывается вслух. <i>Обсуждение:</i> Готовы ли вы соблюдать этот Кодекс? Почему это важно? 3. Благодарности друг другу. <i>Цель:</i> рефлексия, закрепление чувства благодарности и ценности друг друга. <i>Ход:</i> Учащиеся садятся в круг. Педагог раздаёт каждому маленький листочек в форме сердечка. «Напишите на этом сердечке имя того, кому вы хотите сказать «спасибо» за этот год, и за что именно. Например: «Спасибо Кате за то, что она всегда даёт мне объясняет задание если я не понял» или «Спасибо Диме за то, что он меня веселит, когда мне грустно»». Затем все сердечки складываются в коробочку, и педагог в конце занятия раздаёт их адресатам. <i>Обсуждение:</i> Что вы чувствовали, когда писали сердечко? Что вы чувствовали, когда получали его? За что вы благодарны своему классу?
---	----------------------------	--	---