

## Школа самоуважения

*В период адаптации при переходе от начальной школы к старшей важной задачей для ребенка является сохранение самоуважения. Правовой и психологический аспект этой темы нашёл отражение в данном сценарии.*

*Основное содержание классного часа – создание ситуаций, которые дают детям возможность высказаться, сравнить свое поведение с поведением героев, сформулировать нравственные оценки поступков и характеров.*

*В сценарии использован и эпизод с «открытым микрофоном», который побуждает детей размышлять о себе, осознавать свои мотивы и побуждения, уметь формулировать оценочные суждения о себе, о том, как они представляют себя в сравнении с другими учащимися, своим идеалом ученика.*

**Цели:** дать представление о принципах, на которых основано уважение к себе и к другим, и об элементах, из которых складывается внешняя сторона самоуважения; обосновать право любого человека на самоуважение и уважение со стороны окружающих; обучить простейшим приемам формирования адекватного поведения.

### **Предварительная подготовка.**

#### **1. Работа с детьми.**

Предложить трем ученикам подготовить сценку (по тексту сценария).

#### **2. Реквизит.**

Приготовить 5-7 (по количеству участников) карточек (полосок бумаги), на которых записать по одной фразе для игры «Утверждаю себя»:

#### **Фразы для карточек:**

1. *(Берет лист бумаги, комкает, бросает в сторону)* Эй, малой, подними бумажку!
2. Слышь, малой, дай пять рублей, на пирожок не хватает.
3. *(Берет рюкзак)* На, спрячь рюкзак, пусть *(имя ученика или ученицы класса)* поищет, поприкальваемся на математике!
4. Сегодня с шестого урока все смываемся, усёк?
5. У тебя есть часы (телефон, наушники, ручка, часы)? Дай посмотреть. *(Берет, рассматривает)*. Хорошая труба *(наушники, ручка, часы и т.п.)*. Будет моя!!!
6. Чё ты тут встал? Я первый это место занял!
7. Домашнее сочинение написал? Дай скатать.

### **План классного часа**

1. **Мини-лекция «Конвенция о твоих правах»**
2. **Интерактивная беседа «Что такое самоуважение?»**
3. **Разбор и оценка ситуаций «Самоутверждение».**
4. **Ролевая игра «Утверждаю себя».**
5. **Подведение итогов.**

#### **1. Мини-лекция «Конвенция о твоих правах».**

**Классный руководитель.** Ребята, всем вам приходилось сталкиваться с ситуациями, когда нарушались ваши права. К сожалению, права детей нарушаются во всем мире. Но не каждый ребенок знает, что он может защитить себя и отстаивать свои права в суде. В этом ему поможет специальный документ – Конвенции «О правах ребенка». Этот документ был принят Организацией Объединенных Наций 20 ноября 1989 года.

Конвенция – это соглашение. Это значит, что все государства, которые подписали эту Конвенцию, согласились защищать права детей.

А дети, как записано в Конвенции, - это все человеческие существа до 18 лет (Статья 1.)

Какие же есть у них права?

Согласно Конвенции, каждый ребёнок имеет право на жизнь, на родительскую заботу, на медицинскую помощь, право на образование и отдых. Все дети имеют право свободно перемещаться и свободно выражать свои взгляды. Все дети имеют право на личную жизнь, на всестороннее развитие. Ни один ребенок не должен подвергаться жестокому обращению, насилию и оскорблению. И, наконец, каждый ребёнок имеет право на уважение человеческого достоинства.

Сегодняшний классный час мы и посвятим этому праву – праву на уважение.

## 1 Интерактивная беседа «Что такое самоуважение?»

**Классный руководитель.** Итак, каждый ребёнок имеет право на уважение. Но, чтобы тебя уважали, нужно иметь самоуважение. Как вы понимаете это слово?

### **Примерные ответы детей:**

- Самоуважение – это уважение человека к самому себе.
- Это уважение к своим родителям, к своей семье.
- Это когда человек ведет себя так, чтобы его все уважали.

**Классный руководитель.** Как вы думаете, что дает человеку самоуважение?

### **Примерные ответы детей:**

- Человек, который уважает себя, всегда имеет свое мнение, не зависит от мнения других.
- Самоуважение дает уверенность в себе, спокойствие.
- Человек, который себя уважает, никому не подражает, ни под кого не подделывается.
- Только человек, который уважает себя, может уважать других людей.

**Классный руководитель.** По каким признакам вы определяете, уважает себя человек или нет? Вот, например, наши знаменитые спортсменки: Татьяна Нафка, Арина Шарапова, Анна Курникова – в чем проявляется их уважение к себе?

### **Примерные ответы детей:**

- Они уверены в себе.
- Хорошо одеваются.
- Не боятся высказывать свое мнение.
- Никому не подражает.
- Постоянно тренируются, чтобы победить.
- Могут постоять за себя.

**Классный руководитель.** Люди, уважающие себя, действуют. Они постоянно самоутверждаются, отстаивают свои права, свое мнение. Нельзя воспитать уважение к себе, лежа на диване и мечтая о том, что все тебя будут уважать. Нужно учиться утверждать себя.

## 2. Разбор и оценка ситуаций «Самоутверждение»

**Классный руководитель.** Психологи заметили, что утвердить себя может не каждый. Предлагаю вам посмотреть сценку, в которой участвуют три мальчика. Послушайте, о чем они говорят, понаблюдайте за поведением ребят и сделайте выводы, кто из них себя утверждает, кто только унижает других, а кто вообще не может себя утвердить?

**Саша.** *(Нагло, агрессивно)* Так, на диктанте я сажусь с тобой! *(Бьет Лену по плечу)*

**Лена.** *(Тоскливо)* Зачем?

**Саша.** Буду у тебя скатывать!

**Лена.** Да у меня почерк мелкий!

**Саша.** А ты крупно пиши, чтоб мне все понятно было. Будешь стараться, я у тебя и на математике все спишу!

**Сереза.** *(Спокойно)* На математике у вас будут разные варианты.

**Саша.** О! Тогда **ты** мне все решишь! Усек?

**Сереза.** *(Спокойно, без вызова)* Ничего не усек, и решать за тебя ничего не буду.

**Саша.** Чего? Ты что, наезжаешь?

**Сереза.** *(Спокойно, без вызова)* Нет, просто не хочу.

**Классный руководитель.** Как вы считаете, кто из ребят утверждает себя, кто показывает самоуважение?

### **Примерные ответы детей:**

- Лена очень пассивная, она себя не уважает, никак себя не утверждает, подчиняется сильному, постоянно извиняется, ставит себя ниже других
- Саша ведет себя очень агрессивно. Он думает только о себе, не уважает других, давит на других, унижает других.
- Сереза защищает свои права и не ущемляет права других, он может высказывать и положительные, и отрицательные чувства, уверен в себе, но не давит на других.

**Классный руководитель.** Итак, я сделаю выводы из ваших наблюдений. Саша для самоутверждения обязательно должен кого-то унижить. Так ведут себя люди неуверенные в себе, не уважающие себя. Это плохой способ самоутверждения, ведь когда Саша получит отпор, то все его мнимое самоуважение разрушится.

Лена не способна постоять за себя, она считает, что не достойна самоуважения. Это неправильно

Уважения достоин любой человек уже потому, что он родился человеком.

Ну, и, наконец, Сережа. С точки зрения психологов, Сережа утверждает себя правильно. Он может постоять за себя, не ущемляя права других, он спокойно и убедительно высказывает свое мнение, говорит то, что думает, не испытывая при этом чувства ущербности.

**Классный руководитель.** Скажите, пожалуйста, ребята, какой стиль поведения вам ближе?

*Дети высказывают свое мнение*

**Классный руководитель.** А кто-нибудь хотел бы оказаться на месте беззащитной, беспомощной Лены?

*Дети высказывают свое мнение.*

**Классный руководитель.** Что бы вы посоветовали Лене, чтобы воспитать уважение к себе? Ваши ответы я буду записывать на доске. Потом посмотрим, что у нас получилось.

**Примерные ответы детей:**

1. Пожаловаться учителю и родителям.
2. Попросить старшего брата или папу «разобраться» с обидчиком.
3. Заниматься спортом.
4. Стать чемпионом по боксу.
5. Научиться говорить «нет».
6. Победить свой страх.
7. Не подделываться под других.
8. Заняться музыкой, рисованием, танцами.
9. Стать первым в каком-то деле.

*Учитель записывает ответы детей в виде плана*

**Классный руководитель.** У нас получился план из 9 (по количеству предложений) пунктов. Как мы его назовем?

**Примерные ответы детей:**

- Как стать сильным и независимым.
- «План самоутверждения» или «Как утвердить себя».

**Классный руководитель.** Как вы считаете, нужно ли убрать из этого плана пункты, которые не помогут самоутверждению?

**Примерные ответы детей:**

- Нужно убрать пункты 1 и 2. Человек должен сам утверждать себя, не рассчитывать на других. (*Это можно обсудить*)
- Убрать пункт 4. Ведь не каждый может стать боксёром, да ещё и чемпионом. (*Можно обсудить*)
- Убрать пункт 3, 8. Человек может заниматься чем-то другим, тоже важным и интересным и так утвердить себя.

**Классный руководитель.** Как вы считаете, а стоит ли добавить в этот план такие пункты, как «Купить дорогой мобильник» или «Носить самую дорогую одежду»?

**Примерные ответы детей:**

- Конечно, у кого будет самый крутой мобильник, тот сам себя уважает
- Богатая одежда нужна для самоуважения, кто плохо одевается, тот не может себя уважать
- Дорогой мобильник не добавит самоуважения, все равно у кого-то мобильник будет еще круче
- Богатая одежда – этого очень мало. Ведь не ты ее заработал, а твои родители.

**Классный руководитель.** Я согласна с теми, кто говорит, что такие пункты для самоуважения не нужны. Ведь человек должен уважать себя не за то, что он носит богатую одежду или говорит по дорогому телефону, а за то, что он человек.

### **3. Ролевая игра «Утверждаю себя».**

**Классный руководитель.** Ребята, давайте поиграем в игру «Утверждаем себя». В ней принимают участие две команды из 5-7 человек. Первая команда называется «Атака». Кто хочет участвовать в этой команде?

*К доске выходит команда из 5-7 человек.*

Итак, первая команда у нас есть. Вам предстоит сыграть роль Саши, агрессивного, самоуверенного, грубого человека, который постоянно идет в атаку на окружающих, чтобы утвердить себя. Каждый член вашей команды получает фразу, которую он должен произнести голосом Саши.

*Учитель раздает каждому члену команды карточки с фразами*

**Классный руководитель.** Пока члены команды знакомятся с фразами, которыми они будут атаковать соперников, мы соберем вторую команду. Кто хочет в ней участвовать?

*К доске выходят 5-7 ребят*

**Классный руководитель.** Ну, вот, у нас есть и вторая команда – назовем ее «Защита». Ее участникам предстоит сыграть роль Сережи. Они должны спокойно, уверенно с достоинством ответить на атакующую фразу Саши. Только вот эту фразу они должны придумать сами.

Я прошу команды построиться в две шеренги. Когда я скажу слово «Сходитесь!», два первых члена команды выходят на середину и становятся рядом. Когда я говорю слово «Ринг!», член команды «Атака» говорит свою фразу. И сразу же мы должны услышать ответ от члена команды «Защита». Все остальные ребята будут выступать в роли наблюдателей и в конце игры выскажут свои мнения о том, кому из участников команды «Защита» удалось достойно утвердить себя.

Внимание! Команды готовы?

1. **Классный руководитель.** Сходитесь!

2. *Два ученика сходятся, становятся рядом.*

3. **Классный руководитель** Ринг!

4. *Один ученик читает фразу, второй отвечает, и оба участника сразу же расходятся и становятся в конце шеренги своей команды.*

*Учитель повторяет 1-4 шага игры, пока все участники не исполнят своих ролей*

**Классный руководитель.** Спасибо, ребята. Можете сесть за парты. Давайте послушаем, что скажут об ответах команды «Защита» наши наблюдатели.

*Дети высказывают свои замечания игрокам команды «Защита»*

**Классный руководитель.** К сожалению, некоторые ребята вместо защиты шли в нападение и, вместо того, чтобы показывать спокойствие и уверенность, отвечали грубо и агрессивно. Может быть, кто-то из них сам это заметил?

*Участники команды «Защита» высказывают свои соображения*

**Классный руководитель.** А что вы можете сказать об актерской игре команды «Атака»?

*Дети высказывают свои замечания.*

#### **4. Открытый микрофон. «Поговорим откровенно»**

**Классный руководитель.** Сегодня, ребята, говоря о самоуважении, вы оценивали действия своих товарищей. А как вы оцениваете себя, есть ли у вас самоуважение? Правильно ли вы утверждаете себя в обществе?

**Примерные ответы детей:**

– Уважение к себе есть, но не знаю, как заставить себя уважать.

– Очень трудно отвечать сдержанно на «наезды», так и хочется ответить грубостью на грубость.

– Мне кажется, что утверждать себя нужно не словами, а делами.

– Я считаю, что главное – это заставить себя уважать.

– Я считаю, что уважают только сильных. Нужно, чтобы тебя боялись, тогда и сам будешь себя уважать.

– Я стараюсь чему-то научиться, стать лучше, стараюсь ко всем относиться по-доброму – в этом мое самоутверждение.

– Мне кажется, что меня недостаточно самоуважения, потому что я плохо учусь и у меня плохое поведение.

#### **5. Подведение итогов.**

**Классный руководитель.** Ребята, о чем вы узнали из нашего сегодняшнего разговора? Какие открытия сделали?

**Примерные ответы детей:**

– Мы узнали, что у каждого человека должно быть самоуважение.

– Человек должен уважать себя, просто потому что он человек.

– Кто себя не уважает, того и другие уважать не будут.

– Чтобы заслужить уважение, нужно себя утверждать.

– Нельзя самоутверждаться за счет унижения других.

– На грубость и агрессию нужно отвечать спокойно, с достоинством.