**План урока самопознания** Сила мысли и слова

**Школа**

 **Дата**

 **Педагог** Живова М.В

**Класс** 9

**Кол-во уч-ся** 26

**Тема** Сила мысли и слова

**Ценность** Внутренний покой **Качества *терпение, контроль гнева, уважение к себе.***

|  |  |
| --- | --- |
| **Цель:** расширять представления учащихся об общечеловеческой ценности внутренний покой через силу мысли слова.**Задачи:*** Содействовать актуализации понимания важности качеств «терпение» и «уважение к себе»;
* Способствовать развитию убежденности у учащихся в необходимости контролировать гнев;
* Воспитывать у учащихся терпение, уважение к себе
 | Ресурсы: (материалы, источники)Самопознания. Учебник для 9 класса общеобразовательных школ Калачева И.В.Алматы ННПООЦ «Бөбек» 2010 г.Тетрадь самопознания для 9 классаАлматы ННПООЦ «Бөбек» 2010 г;Самопознания. Методическое пособие для учителей 9 класса общеобразовательных школ Калачева И.В., Алматы ННПООЦ «Бөбек» 2010 г.Музыка для позитивного настроя;Музыка для заключительной минутки;Музыка **-** Митя Фомин - Всё Будет Хорошо, текст песни<http://megalyrics.ru/lyric/mitia-fomin/vsio-budiet-khorosho.htm#ixzz4KNwwL5Ew>Картинки для деления на группы |
| **Ход урока:****Орг.момент.** **-** Здравствуйте ребята! Я рада видеть сегодня вас на уроке. Тема нашего сегодняшнего урока«Сила мысли и слова»**Позитивный настрой (Концентрация на дыхании).**Пожалуйста, сядьте удобно. Спину держите прямо, руки и ноги не скрещивайте. Расслабьтесь. Пожалуйста, закройте глаза. Мы сейчас будем делать упражнение на дыхание. Когда мы концентрируемся на дыхании, у нас успокаивается ум. При вдохе мы будем вбирать в себя **покой и радость**. А при выдохе будем выдыхать из себя все беспокойства.Давайте приготовимся, ребята. Закроем глаза, спинки прямо, руки можно положить на колени.**Вдо-о-ох…, вы – ы-ыдох**…(9-10 раз, медленно)**- Кто хочет поделиться впечатлениями?****Проверка домашнего задания.**Стр. 121 Эссе ученика «Его величество слово»* О чем говорится в рассказе»?
* Какую роль отводит автор Слову?
* Что такое слово, с вашей точки зрения?
 | **Примечания**Тема урока обозначена на мониторе компьютера. |
| **Позитивное высказывание (цитата)**Великое благо человека - общение.**Марк Аврелий**(121-180), римский император * Как Вы понимаете смысл изречения?
 |  |
| **Рассказывание истории. Притча «Пустая лодка»**Мастер рассказывал: “Когда я был молодым, мне нравилось плавать на лодке. У меня была маленькая лодочка, в одиночестве я отправлялся плавать по озеру и мог часами оставаться там. Однажды я сидел с закрытыми глазами и медитировал. Прекрасная ночь превращалась в волшебное утро.Вдруг какая-то лодка ударилась о мою. Как я разозлился! Я открыл глаза и собирался обругать побеспокоившего меня человека, но увидел, что лодка пуста. Моему гневу некуда было двигаться. На кого мне было его выплескивать?Мне ничего не оставалось, как вновь закрыть глаза и найти внутренний покой.С восходом солнца я подошел к центру внутри себя. Пустая лодка стала моим учителем. С тех пор, если кто-то пытался обидеть меня, я просто говорил себе: - И эта лодка тоже пуста»* Кто главный герой рассказа?
* Почему он назвал лодку своим учителем?
* Скажите ребята, вы можете привести пример из жизни, когда умение обретать внутренний покой помогла вам?
 |  |
| **Творческая деятельность (групповая работа)**Деление учащихся на группы картинкам (весна, лето, осень, зима)**Творческая деятельность №2. Работа в тетрадях.***Подумайте и запишите способы, которые помогают вам обрести спокойствие?(*обсужение)- Прочитать текст. Завершить его, сформулировав универсальный закон общения.*Невозможно составить правила на все случаи жизни. Не следует думать, что то, кто их выучит, станет образцом воспитания и культуры. Жизнь настолько многообразна, что предусмотреть все ее обстоятельства невозможно. Никто не сможет предсказать, в каком положении ты окажешься, когда придется тебе думать, как правильно поступить. Да и кому под силу выучить тысячи различных правил?* *Но если вы запомните, лишь один главный закон, вы всякий раз найдете, как правильно себя вести. Этот закон гласит…* |  |
| **Групповое пение.**«Все будет хорошо»Я долго думал кто же мыПросто пешки на доске или игрокиНо в вечном поиске любвиТак часто падали мы и мир на грани войныПрипев:Ла-ла-ла-ла-ла-лаВсё будет хорошоЛа-ла-ла-ла-ла-лаКуда бы ты не шёлНаправо - трудный бойНалево - мир пустойНо будь самим собойИ всё будет хорошоИ всё будет хорошоТы жил, ты делал как умелСтранно слушать то, что ты когда-то пелНо в вечном поиске себяМеняю минус на плюс, давайте вместе друзья |  |
| **Домашнее задание** Стр. 124 Прочитать размышления римского философа Эпиктета.В тетради напишите письмо самому себе. Откровенно поведайте о том, что вас волнует.  |  |
| **Заключительная минута урока (минута тишины)**- А теперь сядьте поудобней, закройте глаза, вспомните, все хорошее, что было на этом уроке, все добрые дела, о которых мы говорили, поместите это добро в свое сердце и живите с ним! А теперь откройте глаза, спасибо вам за работу. Урок окончен. |  |