**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 мы Просто пешки на доске или игроки Но в вечном поиске любви Так часто падали мы и мир на грани войны  Припев: Ла-ла-ла-ла-ла-ла Всё будет хорошо Ла-ла-ла-ла-ла-ла Куда бы ты не шёл  Направо - трудный бой Налево - мир пустой Но будь самим собой И всё будет хорошо  И всё будет хорошо  Ты жил, ты делал как умел Странно слушать то, что ты когда-то пел Но в вечном поиске себя Меняю 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. |  |