

Сценарий «День психологического здоровья «Каждый важен»

Цель: формирование духовно-нравственного и психологического здоровья уч-ся.

Задачи:

- показать индивидуальность и неповторимость каждого человека;
- показать значимость каждого члена коллектива;
- воспитывать нравственные качества уч-ся;
- сплочение коллектива.

Ход проведения:

Здравствуйте ребята! Сегодняшний день психологического здоровья пройдет под название «Каждый важен!»

Оборудование: ватман, фломастеры, карандаши, клей, цветная бумага, белая бумага, картинки ваз, кувшинов из журналов, ножницы.

Духовно-нравственный блок №1.

- С каждым годом вы взрослеете, становитесь мудрее и рассудительнее. Меняетесь вы, меняются ваши представления о мире вокруг, об окружающих людях, друг о друге. С каждым днем каждый из вас наполняется новыми знаниями, новыми представлениями о жизни, новыми впечатлениями, новыми эмоциями.

И сегодня мы как раз постараемся увидеть то, КТО ЧЕМ из нас НАПОЛНЕН, кто чем богат в своей душе, и кто чем бы хотел поделиться с другими. Это, кстати, и есть цель нашей встречи.

Надеюсь, наша сегодняшняя встреча даст вам новой мудрости, новый заряд добрых эмоций, доброго начала в ваших новых добрых делах и отношениях друг к другу.

Мы всегда говорим о том, что такое быть ЧЕЛОВЕКОМ, как важно уметь быть ЧЕЛОВЕКОМ. Ребята, что это такое: «Быть человеком». Дети сами вспоминают нравственные законы и их составляющие и называют их:

- относиться к другим так, как ты хотел бы, чтоб относились к тебе,
 - уметь прощать,
 - быть терпеливым к недостаткам других,
 - быть внимательными друг к другу, дарить тепло своей души,
 - помнить, что лучший бой – это тот бой, которого удалось избежать, в любой ссоре –постараться мирно решить ситуацию, уступить, первым помириться...
 - не оставаться равнодушным к беде или печали другого человека и одноклассника своего в первую очередь, ведь именно с одноклассниками вы проводите почти половину своей жизни. И именно одноклассники оказываются для вас самыми близкими...
- Приносит ли радость вам ваша школьная жизнь, есть ли радость от общения с одноклассниками, насколько интересна и насыщена ваша жизнь в классе, насколько вы дружны, терпимы к друг к другу, насколько умеете прощать друг друга, мириться и радоваться друг другу, и как складываются у вас отношения друг с другом в классе, с учителями, с учениками других классов - во многом зависит от вас самих, от каждого лично. А то часто бывает так,

как говорил Лев Толстой – все хотят изменить мир, но никто не хочет измениться сам.

Если сравнить каждого из нас с сосудом, то по нашим словам и поступкам будет ясно, чем сосуд нашей души наполнен. Ведь то, чем мы наполняемся и переполняемся – то из нас и переливается через край. Порой переполняется душа добротой, любовью, сочувствием, желанием помогать... А порой обидой, злостью и даже ненавистью... Каждый наполняет свой сосуд сам..., по своему... Кто чем богат-тот тем и делится....

Игровой блок. Игры на разогрев и сплочение (любые).

1. Например игра «Занавес».

Прежде, чем продолжить нашу встречу, я предлагаю вам поиграть. Игра называется «Занавес». (Класс делится на две команды. Двое натягивают покрывало, за которым на корточках прячутся все члены команды. Участники неслышно должны между собой определить, кто будет водящим. Водящий придвигается на центр к занавесу. На счет раз-два-три занавес опускается и водящие, кто быстрее, должен вслух назвать имя водящего из другой команды. Кто успел первый, забирает к себе в команду этого игрока. Снова поднимается занавес, выбираются новые водящие в каждой команде и все повторяется сначала. И так несколько раз, пока все или большинство игроков не побудут в качестве водящего.)

2. Что я люблю делать?

В этом упражнении дети имеют возможность рассказать о себе, проявив при этом оригинальность и артистизм. Участие в игре должно быть добровольным.

Инструкция

Давайте познакомимся друг с другом поближе. Один из вас выберет то, что он больше всего любит делать, и начнет без слов показывать нам это. Остальные внимательно смотрят и пытаются угадать, что он хочет нам сказать. Как только он завершит пантомиму, можно начать высказывать свои догадки. Выступающий оценит, кто понял его правильно. Имеет смысл помочь детям и начать первой.

Анализ упражнения.

- Кто любит делать то же, что и ты сам?
- Кто из выступавших удивил тебя своими увлечениями?
- Трудно ли было объяснять что-либо другим без слов?
- Трудно ли было отгадывать?

3. Все мы чем-то похожи.

В ходе этой игры проявляются как своеобразие каждого ребенка, так и черты, объединяющие его с другими. Каждого успокаивает мысль, что в чем-то он не одинок.

Инструкция. Разбейтесь на четверки или пятерки. Каждая группа составит список того, что объединяет ее членов. Например, в этот список можно включить наличие брата и сестры, любимый цвет или блюдо, поездки, занятие в каникулы и т. д. У вас есть 15 минут. Победит та команда, которая найдет и

запишет наибольшее количество общих черт.

Анализ упражнения.

- Узнал ли ты что-нибудь интересное о других?
- Как вы работали в команде?
- Есть ли что-нибудь такое, что объединяет всех детей в классе?
- Нравится ли тебе быть похожим на других или ты предпочитаешь от всех отличаться?
- Какими должны быть твои друзья – похожими на тебя или совсем другими?

4.Интервью в день рождения.

День рождения – это удобный случай для повышения самооценки и укрепления чувства собственного достоинства ребенка. «Именинник» окажется в центре внимания и получит возможность поддержать позитивное представление о себе.

Инструкция. Сегодня у тебя, (имя), день рождения. Я хочу поздравить тебя и взять у тебя интервью. Для всех это приятная возможность узнать о тебе немного больше. (Вопросы подбираются в соответствии с возрастом и уровнем развития ребенка.)

Например, вопросы для ребенка 10-11 лет могут быть такими:

- Что из того, чему ты научился, кажется тебе самым важным?
- Какое самое смешное событие произошло с тобой за последний год?
- Какая ситуация в прошедшем году потребовала от тебя мужества?
- Какой цели ты хотел бы достичь в следующем году своей жизни?
- Если бы добрая фея согласилась выполнить любое твоё желание, что бы ты пожелал в новом году своей жизни?
- Если бы можно было снова прожить какой-нибудь один день прошедшего года, какой день ты выбрал бы?

Духовно-нравственный блок №2. Притча о яблоках...

Садимся на места. Возвращаемся к душевным размышлениям. Я хочу рассказать притчу. Притча о яблоках.

Купил человек себе дом новый, большой, красивый. И сад с фруктовыми деревьями – все хорошо, аккуратно.

Рядом в кривеньком, стареньком домике жил завистливый сосед, который постоянно пытался испортить ему настроение: то мусор под ворота подбросит, то еще какую гадость. И однажды проснулся человек в хорошем настроении, вышел на крыльцо...а там ведро с...

Прежде, чем озвучить окончание притчи, задается вопрос классу:

- Как вы думаете, что предпринял этот человек?
- А как бы ты поступил на его месте?

(Ответы могут послужить диагностикой душевного состояния уч-ся, «Я-концепции», отношения к миру и людям вокруг).

Продолжение притчи. Человек взял ведро, помой вылил, ведро вычистил до блеска, насобирав в него самых больших, самых спелых и вкусных яблок и пошел к соседу. Сосед, услышав стук в дверь, злорадно подумал: «Наконец-то я достал его!».

Открывает дверь в надежде на скандал, а человек протягивает ему ведро с яблоками и говорит: «Кто чем богат, тот тем и делится!».

Вывод ребята делают сами и озвучивают.

Педагог, подводя итог, приводит к мысли: если метафорически представить, что душа каждого из нас сосуд, то чем наш сосуд наполнен и переполнен – то из нас и переливается через край. Кто чем богат, тот тем и делится.

Вопрос классу: А для того, чтобы у вас сложились и поддерживались добрые отношения в коллективе, и ваш коллектив, класс, объединение стали для вас вашей дружеской коллективной семьей, как вы думаете, чем лучше наполнять свои сосуды своей души? (ответы уч-ся)

Педагог резюмирует: Уметь прощать, быть терпеливым к недостаткам других, дарить тепло своей души. Помнить, что лучший бой – это тот бой, которого удалось избежать, в любой ссоре – постараться мирно решить ситуацию, уступить, первым помириться. Не оставаться равнодушным к беде или печали другого человека и одноклассника своего в первую очередь, ведь именно с одноклассниками вы проводите почти половину своей жизни. И как будут складываться события в вашей классной семье, как будут складываться ваши отношения друг с другом в классе, объединении, с учителями, с учениками других классов во многом будет зависеть от вас самих, от каждого лично. Будет ли вам приносить радость ваша школьная жизнь, будет ли радость от общения с одноклассниками, насколько интересной и насыщенной будет ваша классная жизнь и будет ли она по-настоящему КЛАССНОЙ – во многом зависит от вас самих.

Практический блок. Создание коллажа «Портрет группы»

А сейчас я предлагаю показать, как выглядит ваш сосуд души.

-Вы можете выбрать имеющуюся картинку сосуда или нарисовать свою.

- Выстригите ее.

-Подпишите имя на своем сосуде.

-Подумайте и расскажите нам, чем наполнен ваш сосуд, чем вы можете поделиться с другими.

-Напишите прямо на сосуде то *свое лучшее качество, которым вы хотите поделиться.*

- После обсуждения: ребята, я предлагаю наклеить образ вашей души в виде сосуда за общим столом, создав таким образом, общий портрет класса в виде коллажа на ватмане.

- Можно впоследствии оформить этот коллаж эстетически. Нарисовать большой сосуд, а в нем маленькие, детские. Пусть этот получившийся общий «портрет души» будет вам напоминанием, чем вы хотите делиться друг с другом. И если вдруг, когда-то возникнет какая-то ссора или произойдет неприятность, побыстрее старайтесь исправить ее, глядя на этот «портрет» - коллаж, вспоминая, чем же вы хотели делиться: добротой, помощью, щедростью, радостью, милосердием, прощением, терпением...

Помните, что в нашей коллективной семье, в семье «Синей птицы» так же, как и в вашей собственной – **КАЖДЫЙ ВАЖЕН!**

Недельная Акция «Река добрых дел». Каждое объединение делает какие-то добрые дела или поступки всю неделю для других. Записывает их на листе под номерами. В конце недели листы прикрепляются на общий стенд, где всем видно и оценивается, какое объединение сделало больше добрых дел за неделю. Победителей поощряют и награждают. Проговаривая, что дела всех и каждого важны. Что бывает одно такое доброе дело, которое важнее 5 добрых дел. Но они все важны и все нужны.

Акция «Спасибо». (Думаю можно сделать 2 цветка)

1. Сегодня для вас пройдет небольшая, но очень интересная, добрая акция под названием: «Спасибо».

Как часто вы говорите людям «спасибо»? Благодарите ли вы человека за то, что он вам помогает, поддерживает?

Возможно, вы никогда не замечали, но у каждого из нас есть своя индивидуальность. У каждого есть уникальные качества и черты характера, которые делают нас уникальными. И наша сегодняшняя акция поможет вам разглядеть эту «уникальность» не только в людях, с которыми вы дружите и общаетесь, но и в тех, кто является для вас обычным знакомым.

Сейчас вы получили 5 лепестков, а также центр вашего «цветка добра». Подпишите, пожалуйста, на каждом лепестке свое имя.

Ваша задача очень проста – в конце дня собрать 5 лепестков от разных людей. Как их можно получить? Очень просто!

Подойдите к человеку, которого вы *не очень хорошо знаете, не поддерживаете общение* и поблагодарите его за что-нибудь хорошее. Например, за то, что он всегда улыбается, поднимает вам настроение, очень активен. Важно! Ваша благодарность должна идти от всего сердца.

Когда вы поблагодарили человека, он должен отдать вам один из своих лепестков, который вы крепите на свою серединку цветка.

Помните, что не обязательно ограничиваться пятью людьми. Можно подойти и сказать «спасибо» просто так. Будьте уверены, вы сделаете большое дело и человеку от вашего поступка будет очень приятно.

Надеюсь, участие в этой акции поднимет вам настроение и поможет найти новых друзей. Успехов!»

2. В течение дня обучающиеся должны обмениваться благодарностями друг с другом. Детям не обязательно ограничиваться «5 лепестками». Важно то, чтобы они смогли разглядеть друг в друге уникальность и увидеть хорошие качества.

3. После занятий организатор акции приглашает обучающихся для подведения итогов. Получившиеся цветы можно рассмотреть всем вместе, взять домой или повесить на стенд. Чтоб все полюбовались. Сколько «Спасибо» кто получил.

Вывод:

Организатор акции благодарит всех за участие. Детей можно спросить.

1 Опиши акцию «Спасибо» 3-мя словами.

2 Какой вывод ты для себя сделал, поучаствовав в акции?

3 Почему так важно говорить людям: «Спасибо»?

«Наша акция «Спасибо» подошла к концу. Надеюсь, что вам удалось разглядеть уникальность каждого человека и, возможно, завести новых друзей. Спасибо за вашу активность и за то, что вы сделали этот мир чуточку добрее!»

Вырезаются из цветной бумаги по шаблону. На каждого обучающегося необходимо:

-1 кружок

-5 лепестков