

План-конспект занятия по внеурочной деятельности

Учитель: Храмова Елена Сергеевна, учитель начальных классов МБОУ «Белая СОШ», педагог дополнительного образования.

Класс: 4 в.

Тема: «Как сказать «нет» и отстоять свое мнение».

Занятие по внеурочной деятельности проводится в рамках программы профилактики вредных привычек и формирования ценностного отношения к здоровью у младших школьников «Все цвета, кроме черного». Занятие направлено на воспитание преодоления явлений социальной дезадаптации обучающихся, ведь умение сказать «нет» обеспечивает ребенку личностную устойчивость к любым внешним негативным влияниям.

В соответствии с Федеральными государственными стандартами начального общего образования, занятие направлено на развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций, формирует установку на безопасный, здоровый образ жизни.

Используемая педагогическая технология – технология сотрудничества.

Цель занятия: формирование умения отстаивать свое мнение и сопротивляться негативному влиянию со стороны взрослых и сверстников.

Задачи: развивать умение строить отношения с окружающими в разных ситуациях, избегать конфликтов; формировать умение противостоять негативному давлению со стороны окружающих.

Планируемые результаты:

Личностные:

- учиться исследовать свои качества и свои особенности;
- учиться рассуждать, строить логические умозаключения с помощью учителя;
- моделировать ситуацию с помощью учителя.

Метапредметные:

- овладевать навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми;
- учиться осознавать свои трудности и стремиться их преодолеть;
- учиться работать в группе, паре;

Предметные:

- уметь правильно оценивать ситуацию;
- делать правильный выбор в сторону безопасной линии поведения.

Используемые методы: словесный (рассказ, беседа, дискуссия), наглядный (использование презентации), метод формирования знаний, умений и навыков (познавательная, коммуникативная, практическая деятельность учащихся), метод самоконтроля (рефлексия), метод психологической коррекции (сказкотерапия).

Формы работы: фронтальная, групповая, индивидуальная.

Ход занятия:

I. Организационный этап (создание доброжелательной атмосферы)

- Здравствуйте, ребята! Любите ли вы сказки? Предлагаю вам сегодня послушать сказку иркутской писательницы, психолога, проживающей в городе Ангарске, Ирины Константиновны Семёиной.

II. Реализация технологии сотрудничества

II.1. Этап «погружение» (создание представления по теме занятия, постановка проблемы, формулирование темы и цели занятия)

- Сказка называется «Вежливый отказ».

Жил-был Вежливый Отказ. Его часто посылали с поручением — сказать кому-нибудь «нет». Но он был такой мягкий и нерешительный, что сказать «нет» ему бывало невероятно трудно. Практически невозможно. Поэтому перед тем, как пойти, куда послали, он долго репетировал перед зеркалом.

- Видите ли... Прошу меня извинить... Я бы с радостью, но увы.... Ах, не сердитесь на меня... — виновато бормотал он, краснея и запинаясь. — Ах, да что же за наказание такое? Ну почему мне достается такая неприятная миссия — отказывать?

Вежливый Отказ страшно не любил никого огорчать отказом, ему самому от этого становилось больно. Поэтому Вежливый Отказ что-то там невнятно лепетал, а если уж очень уговаривали — порой махал рукой и соглашался. А если все-таки кого-нибудь огорчал, ему становилось и вовсе неловко. Тогда он переживал и долго чувствовал себя ужасно виноватым.

- Случаются ли в вашей жизни подобные ситуации? Когда вам приходится говорить «нет»? (Возможные варианты ответа: когда что-то предлагают или просят, заставляют сделать, когда мы имеем собственное мнение, отличное от других.)

Кто догадался, о чем пойдет речь на занятии? (о том, что иногда бывает трудно сказать «нет»)

Кому случается отвечать отказом? (родителям, друзьям, незнакомому человеку) Почему бывает трудно отказать? Я начну фразу, а вы продолжите. «Сложно отказать, потому что...» (можно встретить обиду друга или знакомого, недовольство родителей, осуждение со стороны собеседника)

- Действительно, многим из нас по-настоящему трудно сказать «нет». Нам часто тяжело отказать тем, кто просит сделать что-то, чего нам делать не хочется, особенно, если речь идет о нашем здоровье и безопасности. Порой без слова «нет» просто не обойтись, но, произнося его, мы часто испытываем большую неловкость или опасаемся последствий. Предположите, чему мы сегодня будем учиться?

-Верно, мы постараемся найти такие способы отказа, которые помогут нам избежать конфликта или неловкой ситуации.

II.2. Этап «овладение» (освоение способами действия)

- Давайте продолжим чтение сказки и узнаем, что дальше произошло с ее героем.

- Ах, ну почему же мне никто не хочет помочь? — сетовал Вежливый Отказ.

- Может быть, я смогу помочь? — осведомилась незаметно появившаяся Болезнь.

- А вы способны? — обрадовался Вежливый Отказ.

- Еще как способна! — уверила его Болезнь. — Я все могу! И жизнь осложнить могу, и вообще уморить. Мне возразить никто не посмеет. Так что дружи со мной, не прогадаешь!

- Но вы, наверное, заняты своими делами?

- Конечно, дружочек. Но это не беда. Если тебя кто-нибудь обижать будет, ты сразу смело говори: «Нет, мол, Болезнь не дает». В общем, перекладывай ответственность на меня. Я сильная, я все вынесу.

- А я, выходит, слабый? — расстроился Вежливый Отказ.

- Не то чтобы слабый... Просто какой-то нерешительный, — оценила его Болезнь. — Вот если бы ты был Решительный Отказ, то и вопросов бы не возникало. Сказал свое веское «нет» и дальше пошел. А ты, дружочек, уж прости, какой-то мямля. Сказала Болезнь и бодро ринулась прочь.

- Считаете ли вы, что в некоторых ситуациях умение сказать «нет» требует от человека проявления определенных качеств характера? (высказывания учащихся)

- Выберите их из предложенных вам качеств, те, которые часто необходимы в данной ситуации: слабохарактерность, твердость, решительность, трусость, безволие, уверенность, упрямство, смелость, настойчивость.

Вежливый Отказ задумался. Болезнь ему понравилась. Она была такая... основательная! И главное, на нее можно было переложить ответственность, ведь она сама разрешила. Он кинулся к зеркалу — порепетировать.

- Извините, мы не можем, Болезнь не позволяет, — внушительно проговорил он. — Так что простите — нет, нет и еще раз нет!

Результат ему понравился — переключать ответственность на Болезнь оказалось очень приятно. По крайней мере, виноватым он себя не чувствовал.

Вежливый Отказ стал радостным.

- Да, забыла сказать! — проговорила внезапно вернувшаяся Болезнь. — Ты имей в виду: я бесплатно ничего не делаю. Взамен буду безжалостно забирать время, энергию и силы. Зато никакой ответственности! Устраивают такие условия?

- Устраивают! — обрадовался Вежливый Отказ.

...Но вот только через короткое время стал он чувствовать постоянное недомогание. То хромает, то скрипит, то голова кружится. Пожаловался Болезни — вроде как энергии ни на что нет.

- А ты что думал? — пожала плечами она. — Я предупреждала. Это плата за мое покровительство. Я ж за тебя твою работу выполняю. За все надо платить, дружочек, а бесплатным бывает только сыр в мышеловке!

- Что произошло с героем сказки после того, как он подчинился, пошел на поводу? (Он стал хворать, плохо себя чувствовать). Вывод: подчиняясь воле других людей, мы можем рисковать своей безопасностью и здоровьем.

Упражнение «Убедительная просьба».

Цель упражнения: формирование умения устанавливать контакт с собеседником, формулировать просьбу.

(Выбирая наиболее скромного ученика и прошу его станцевать перед всем классом, но ученик отказывается.)

- Саша, умеешь ли ты танцевать? (вероятный ответ: «нет») Но я предлагаю тебе сейчас все-таки станцевать перед всем классом. (ученик по-прежнему отказывается)

- Ребята, теперь попробуйте вы сделать это разными способами. (дети уговаривают одноклассника)

- Какие способы вы использовали?

а) лесть, похвала

б) шантаж, подкуп

в) уговоры, обещания, обман

г) угроза, запугивание

д) дружеское давление, авторитет взрослого.

Вот видите, сколько существует разных способов давления на человека.

- Давайте вспомним, какие формы отказа использовал Саша? Как еще другими способами можно было отказать в просьбе?

(На слайде - начала фраз, с помощью которых можно ответить «нет»)

1) - С удовольствием, но...

2) - Нет! Я предлагаю вместо этого...

3) - Нет! Потому что...

4) - Не буду! Не хочу!

5) Отказ-игнорирование: уйти, не вступая в диалог.

Способы отказа тоже бывают разные. И применять их можно в зависимости от ситуации.

- Какие из этих способов можно применить в беседе с другом? (1, 2, 3) Если вы аргументируете свой отказ или предложите альтернативное решение, сможете избежать обиды друга.

- А какие способы можно применять тогда, когда чувствуете угрозу вашей жизни или здоровью? (4, 5)

- Давайте дочитаем сказку.

Задумался Вежливый Отказ. Выгоды в дружбе с Болезнью, конечно, имелись, и немалые. Но на тот свет тоже не больно-то хотелось, ему и на этом вполне нравилось.

- А подумать можно? — опасливо спросил он.

- *Думай!* — разрешила Болезнь. — *Только недолго. Некогда мне с тобой тут прохлаждаться.*

Болезнь временно отступила, а Вежливый Отказ стал думать. С одной стороны, выгодно. А с другой — слишком плата высока. Вот он думал, маялся, а потом принял все-таки окончательное решение.

И когда Болезнь пришла снова, он ей вполне твердо сказал:

- *Знаешь что? Я тут подумал и решил: попробую сам со своими делами разобраться. Тебе, конечно, спасибо, только я и сам могу «нет» говорить, без твоей помощи. Я теперь буду Очень Решительный Отказ. Вот!*

- *Ишь как заговорил!* — удивилась Болезнь. — *Ладно, без проблем. Пробуй, упражняйся. Но если что — я тут как тут, только свистни.*

Но Вежливый Отказ твердо решил поменять свою жизнь. С тех пор он все чаще выглядит Твердым и Решительным. Иногда еще начинает по привычке мямлить, но вспоминает Болезнь и быстро берет себя в руки. Перестал оправдываться, только говорит вежливо: «Извините, не могу!». И ничего страшного не произошло! Оказывается, и без Болезни слово «нет» вполне выговаривается.

- Что же помогло герою сказки сохранить свою жизнь? (умение твердо и решительно говорить «нет»)

III. Этап применения знаний

Упражнение «Моделирование ситуаций»

Цель упражнения: формирование умения делать правильный выбор (принимать решения) и нести за него ответственность, разработать новые модели поведения в сложных ситуациях.

- А сейчас я предлагаю вам упражнение «Вежливый отказ». Нужно разыграть ситуации, воспользовавшись разными формами давления и отказа. Вы будете работать парами. Один из вас оказывает давление, хочет добиться своей цели, а другой должен найти безопасный способ отказа.

Ситуация 1.

Ты идешь в гости к другу, который живет на 8 этаже. Ожидаешь лифт. В это время подходит незнакомый мужчина. Двери лифта раскрываются, мужчина заходит в кабину и ждет, когда ты зайдешь следом. Ты подумал, что находиться в лифте с малознакомым человеком небезопасно и решил отказаться. Но тот, мило улыбаясь, просит тебя войти в лифт. Как ты поступишь?

Ситуация 2.

Тебе звонит друг (подруга) и говорит: «Дай списать задачу, а то я в этой математике ничего не понимаю. А если не дашь, то я обижусь на тебя! Какой ты после этого друг?!» Как отказать другу так, чтобы не поссориться с ним?

Ситуация 3.

Однажды во время прогулки вы с друзьями нашли на улице целую пачку сигарет. «Возможно, кто-то обронил», - решили вы. И тут один из ребят предложил покурить. Остальные согласились. Но тебе эта затея совсем не понравилась. И ты решил отказаться. «Да ты слаб, - сказали ребята, - маменькин сынок!» Что ты предпримешь в этой ситуации?

Ситуация 4.

Ты вышел во двор погулять. И тут к тебе подходит расстроенная женщина, говорит о том, что впервые в этом городе, приехала к знакомой, а телефон у нее не отвечает. Незнакомка просит проводить ее, показать, где находится улица Ленина, дом 15. Твои действия?

Ситуация 5.

После уроков ты спешишь на занятия в музыкальную школу. А твоя подруга просит тебя помочь продежурить. Как следует вежливо отказать подруге, чтобы она не обиделась?

- вспомните или придумайте свои ситуации, которые могут произойти с вами.

- сделайте вывод: можно ли в разных ситуациях найти вежливый и безопасный способ отказа?

IV. Этап рефлексии

- Ребята, чему вы учились сегодня на занятии? Правильно, учились делать отказ в разных ситуациях)

Прием «Акрослово»

Цель приема: осмысление учащимися содержания занятия.

- Я предлагаю вам игру «Расшифруй слово». (на доске в столбик вывешиваются буквы слова ОТКАЗ). Подберите слова-ассоциации по теме занятия на каждую букву этого слова.

Примерные ответы:

О – ответственность (за свои поступки)

Т – твердость (решения)

К – категоричность

А – актуальность

З – задуматься (о последствиях)

Вывод занятия: Очень важно научиться делать правильный выбор, научиться противостоять давлению со стороны, особенно, если это угрожает вашей жизни или здоровью. И помните: умение сказать «нет» и отстоять своё мнение – это поступок, который порой требует большой силы воли, смелости и решительности.