**** Копбаева Лязат Хамитжановна,**

учитель самопознания,

КГУ «СОШ №59»,

г. Караганда

**С радостью в сердце**

План урока «Самопознание»

**Ценность**: любовь

**Качества**: радость, забота о родных, близких и окружающих, отзывчивость.

**Педагог: Копбаева Л.Х** Класс 8 Б Кол-во уч-ся: 25

|  |  |
| --- | --- |
| ***Цель:***расширять представления учащихся о любви как об общечеловеческой ценности через стремление к ежедневной радости общения с родными и окружающими людьми.  ***Задачи:***   * углублять представления учащихся об ответственности перед людьми, умение проявлять любовь и заботу; * развивать умения и способности радовать других и радоваться самому; * воспитывать желание проявлять отзывчивость, внимание и доброту по отношению к людям. | ***Ресурсы:****(материалы, источники)* |
| **Ход урока:**   1. **Орг.момент. Позитивный настрой.**   Пожалуйста, сядьте удобно. Спину держите прямо, руки и ноги не скрещивайте. Расслабьтесь. Пожалуйста, закройте глаза.  Представьте, что солнечный Свет проникает в вашу голову и опускается в середину груди. В середине груди находится бутон цветка. И под лучами Света бутон медленно раскрывается, лепесток за лепестком. В вашем сердце расцветает прекрасный цветок, свежий и чистый, омывая каждую мысль, каждое чувство, эмоцию и желание.  Представьте, что Свет начинает всё более и более распространяться по вашему телу. Он становится сильнее и ярче. Мысленно опустите Свет вниз по рукам. Ваши руки наполняются Светом и освещаются. Руки будут совершать только добрые, хорошие действия и будут помогать всем. Свет опускается вниз по ногам. Ноги наполняются Светом и освещаются. Ноги будут вести вас только к хорошим местам для совершения добрых дел. Они станут инструментами света и любви.  Далее Свет поднимается к вашему рту, языку. Язык будет говорить только правду, и только хорошие добрые слова. Направьте Свет к ушам, уши будут слушать хорошие слова, прекрасные звуки. Свет достигает глаз, глаза будут смотреть только на хорошее, и видеть во всем хорошее. Вся ваша голова наполнилась Светом, и в вашей голове только добрые, Светлые мысли.  Свет становится всё интенсивнее и ярче и выходит за пределы вашего тела, распространяясь расширяющимися кругами. Направьте Свет всем вашим родным, учителям, друзьям, знакомым. Пошлите Свет и тем, с кем у вас временное непонимание, конфликты. Пусть Свет наполнит их сердца. Пусть этот Свет распространится на весь мир: на всех людей, животных, растения, на всё живое, повсюду… посылайте Свет во все уголки Вселенной. Мысленно скажите: «Я в Свете… Свет внутри меня… я есть Свет». Побудьте ещё немного в этом состоянии Света, Любви и Покоя…  Теперь поместите этот Свет снова в ваше сердце. Вся Вселенная, наполненная Светом, находится в вашем сердце. Сохраните её такой прекрасной.  Потихонечку можно открывать глаза. Спасибо.  Анализ состояния:  • Какие чувства вы испытали?  • Поделитесь своими впечатлениями?  **Сообщение темы урока: «С радостью в сердце».**   1. **Проверка домашнего задания.**   **«ЛИШНИЙ БИЛЕТ»** А. Алексин (в сокращении) учебник с 44 (пересказ учениками).  Вопросы:  • Почему внук решил пригласить бабушку в театр?  • Счастье другого человека делает тебя счастливым?  • Расскажите, как часто вы проводите время с близкими людьми, говорите им слова благодарности?  • Как можно помочь одиноким пожилым людям, живущим рядом с вами? | ***Примечания***  *музыка*  *Волшебная композиция. Хрустальная грусть* |
| 1. **Позитивное высказывание (цитата).**   **«Учитесь находить в жизни радость – вот лучший способ привлечь счастье».**  Хун Цзычен - (XVII в.)- китайский писатель  • Как вы понимаете цитату?  • Что для вас значит счастье? |  |
| 1. **Рассказывание истории (беседа).**   Притча «**Уважение к матери»**    Первый богач города устроил праздник в честь рождения сына. Были приглашены все знатные горожане. Только мать богача не приехала на праздник. Она жила далеко в деревне и, видимо, не смогла приехать. По поводу замечательного события на  центральной площади города поставили столы и приготовили угощение для всех желающих. В разгар праздника в ворота богача постучала старая женщина, покрытая покрывалом.  — Все нищие угощаются на центральной площади. Иди туда, — велел слуга нищенке.  — Мне не нужно угощения, разреши только одну минуту на младенца посмотреть, — попросила старая женщина, а потом добавила:  — Я тоже мать, и у меня тоже когда-то родился сын. Теперь я уже давно живу одна, и много лет не видела своего сына.  Слуга спросил хозяина, как ему быть. Богач выглянул в окно и увидел плохо одетую женщину, покрытую старым покрывалом.  — Ты же видишь — это нищенка. Гони ее прочь, — сердито приказал он слуге. — У каждого нищего есть своя мать, но я не  могу всем им разрешить на моего сына смотреть.  Заплакала старая женщина и грустно сказала слуге:  — Передай хозяину, что я желаю своему сыну и внуку здоровья и счастья, а еще скажи: «**Кто свою мать уважает, чужую не обругает».**  Когда слуга передал слова старой женщины, понял богач, что это его мать к нему приходила. Выскочил он из дома, но матери  уже нигде не было видно.  **Вопросы:**   * Почему пожилая женщина сразу не сказала, что она мать и   пришла к сыну?   * Как вы понимаете слова: **«чужую не обругает»?** * Как нужно воспитывать детей, чтобы они проявляли   уважение к другим людям?   * Что в общении с близкими людьми доставляет вам наибольшую радость? * Почему нужно заботиться о людях? Расскажите о своем личном опыте? * Чем недавно вы радовали близких или знакомых? |  |
| 1. **Творческая деятельность.**   - Нарисуйте то, что доставляет вам самую большую радость и любовь? (задание №1- тетрадь). | *Мелодия Дудук и кларнет* |
| 1. **Групповое пение.**   Песня «**А на земле быть добру»** | *Текст песни и фонограмма* |
| 1. **Домашнее задание.**   Задание в тетради стр 18. Объясните смысл утверждения **«Счастье – это состояние устойчивой радости».** Напишите небольшое рассуждение на эту тему. |  |
| 1. **Заключительная минута тишины.**   Закройте глаза. Представьте, что в вашем сердце зажегся маленький огонек Любви...и этот огонек Любви разгорается все ярче и ярче...Постарайтесь сохранить то тепло, которое излучает огонек Любви в ваших сердцах и дарите тепло всем, кто вас окружает.  Откройте глаза и подарите это добро друг друг. Спасибо всем! | *Классическая музыка* |