**ПУСТЬ ДРУЖАТ НАШИ СЕРДЦА**

**(разработка внеклассного мероприятия по предупреждению агрессии**

**у учащихся)**

*Разработала Тимошко Светлана Сергеевна,*

*бакалавр психологии,*

*учитель начальных классов*

*ГУО «Средняя школа № 10 г. Слонима»*

**Цели мероприятия:**

* предупреждение агрессивных состояний учащихся;
* обучение их способам снятия агрессивных состояний;
* воспитание терпимости друг к другу.

**Оборудование:** игрушка, маски-картинки, старые газеты, листы бумаги, фломастеры, магниты, лотки, ножницы, азбука-опора (слова на букву 3).

1. **Введение в тему занятия.**

***На доске записана пословица: «В здоровом теле*** - ***здоровый дух».***

**Учитель.** – Ребята, как вы понимаете это выражение? (Ответы учащихся.)

Современные исследователи подтверждают связь между психическим состоянием человека и его физическим здоровьем. Термин ***«здоровье»*** обозначает не только отсутствие болезней, но и состояние полного душевного и физического благополучия. Поэтому сегодня мы с вами будем говорить о нашем душевном здоровье и учиться его поддерживать.

1. **Разминка.**

**Учитель.** – Я хочу поделиться с вами радостью. Сегодня утром нечаянно повстречала необычного путника...

Утром ранним кто-то странный

Заглянул в моё окно.

На ладони появилось

Ярко-рыжее пятно.

Это солнце заглянуло,

Будто руку протянуло.

Тонкий лучик золотой.

И, как с лучшим первым другом

Поздоровалось со мной.

Необычный путник хочет погостить у нас и поближе с вами познакомиться. Он сказал мне по секрету, что мама-солнышко называла его «лучик», «лучонок», «лучишко», а когда он вырастет - станет «лучом». Обратимся вместе с ним друг к другу ласково с добрыми пожеланиями. (Учащиеся передают игрушку и говорят друг другу пожелания.)

**Учитель.** - С каким настроением вы передавали и принимали лучик?

* Какая карточка-маска ему соответствует?
* Если у человека хорошее и лучистое настроение, то может ли болеть и дрожать его сердечко?
* Давайте послушаем своё сердечко. Что слышит Даша?.. .Юля?... (Ответы учащихся.)
1. **Общение.**

**Игра «Да» и «Нет».**

**Правила игры.** Участники разбиваются на пары. Каждый выбирает позицию «да» и «нет». Вслух можно произносить только эти слова. Необходимо убедить партнёра поменять позицию на противоположную. Начинаем тихо, потом громче.

**Учитель.** - Было ли ощущение, что во время игры может вспыхнуть ссора? (Ответы учащихся.)

- Если мы злимся, то какая «Маска» подойдёт? (Ответы учащихся.)

- Изобразим злость (щёки розовеют, брови сдвинуты, дышим часто, губки сжаты...)

- Как вы думаете, что почувствует в этот момент ваше сердечко? (Ответы учащихся.)

**Игра «Воробьиные бои».**

**Правила игры.** Участники выбирают пару и превращаются в драчливых воробьёв (присесть, обхватить колени руками). «Воробьи» боком подпрыгивают друг к другу, толкаются. Проигрывает тот, кто упадёт или уберёт руки с колен.

**Учитель.** - Продолжите предложение:

***Я злюсь когда...***

***Я с трудом сдерживаю злость, если...***

- В чьих ответах злость не имела основания, скорее нужно было злиться на себя? (Ответы учащихся.)

- А как можно справиться с нахлынувшим раздражением?

Ответы учащихся:

- Заняться физзарядкой.

- Научиться медленно вдыхать и выдыхать, считая до 5.

- Скомкать и разорвать ненужную газету.

- Побить подушку.

- Постучать кулаком по стене.

**4. Заключение.**

**Упражнение «Давайте жить дружно».**

Участники делятся на пары и образуют два круга (внешний и внутренний). Если по команде ведущего игроки выкидывают пальцы:

1 - смотрят в глаза;

* пожимают руки;
* обнимаются

Количество не совпадает — команда меньшего количества.

Выполнив три задания, круги смещаются на шаг вправо.