18.03.2021г в 6 классе прошел классный час.
Тема: «Как справиться с плохим настроением?»

Цель: развивать у детей умение выражать своё настроение и чувствовать состояние другого; учиться контролировать своё настроение, улучшать его и помогать улучшить своим друзьям.

В ходе классного часа учащиеся искали ответы на вопросы:

- Что означают слова "у меня хорошее настроение" или "мне грустно?" Почему одни люди всегда улыбаются, а другие – грустят?

- Человек может радоваться и огорчаться, веселиться и страдать. От того, какое настроение у человека, зависит, как он будет трудиться, общаться с окружающими, и даже зависит здоровье.

Игра « Добрые слова».

Дети выходили по два человека и говорили друг другу добрые слова. Произносили с улыбкой, с теплом, искренно. Заранее готовили подсказки. Начинали по команде:

«Грубых слов не говорите,

Только добрые дарите»

Игра « Интонация»

- Иногда от того с какой интонацией вы сказали или ответили человеку, зависит настроение. Вы можете улучшить себе и своему собеседнику настроение или испортить.

Детям предлагается повторить с разными интонациями предложение (радостно, зло, задумчиво, с обидой): «Хорошее настроение не покинет больше нас».

Игра «Нарисуй настроение»

Дети по желанию выходят к доске. Учитель на ушко говорит какое-то душевное состояние (радость, грусть, страх, гнев, удивление). Ребенок рисует на доске.

Игра « Закончи рассказ.»

- Вы вышли на улицу. Навстречу бежал мальчик из соседнего дома. «Доброе утро!»- крикнул он и улыбнулся. Вам захотелось…

- Подошел автобус. Вы хотите войти, но всех отталкивает подросток и грубо говорит: «Куда лезешь?» Настроение ваше…

- *Вы больны. Болит голова, кашель, насморк. За окном дождь и ветер. Настроение…*

- *Друг поделился с вами радостью. Вы…*

Тест.

Детям предлагается закрасить уроки в таблице разными цветами, в зависимости от того какой урок самый любимый, какой меньше нравится и какой совсем не любимый.

Красный – не люблю.

Синий – не люблю, но терплю.

Желтый – менее любимый.

Зеленый – любимый.

Итог.

Учитель: Чтобы у нас все получалось, было хорошо, интересно и не скучно жить, мы должны всегда быть в …*(хорошем настроении)!*

- Почему? *(Потому что от этого зависит даже наше здоровье.)*

- А что мы можем сделать для хорошего настроения? *(улыбаться, говорить хорошие слова, относиться с уважением к друг другу, любить себя и окружающих вас людей.)*

- Я желаю вам, ребята, всегда хорошего настроения и здоровья, а также следите за своей речью, не говорите плохих слов. Любите своих близких, учитесь прощать им обиды.