***Разработка классного часа « Нет наркотикам»***

Мусажарова М. Э.

**Задачи *к***лассного часа

- продолжить воспитание отрицательного отношения детей к наркотическим веществам;

- выяснить вместе с учащимися, какие качества личности повышают риск возникновения наркотической зависимости, а какие помогают воздерживаться от употребления наркотических веществ;

- учить учащихся находить у одноклассников положительные 4ачества личности, ценить позитивные свойства и достоинства своей личности.

**Ход**

*Информация для размышления*

Обсуждение проблемы: « Самооценка как регулятор поведения»

1. ***Тестирование*** ( уч-ся не сообщается, что целью его яв-ся определение самооценки.

 На доске:

беспечность, вспыльчивость, жизнерадостность, застенчивость, капризность, медлительность, мнительность, настойчивость, нервозность, осторожность, пассивность, смелость, терпеливость, увлекаемость, упрямство, уступчивость, холодность, нерешительность, энергичность, энтузиазм.

- Приведён ряд полож. и отр. качеств личности. Разделите страницу на три колонки таким образом:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1. Идеал | 2. Антиидеал | 3. Я - реальное |
|  |  |  |

- В колонку № 1 выпишите из написанного на доске списка те качества, которые, по-вашему мнению, соот-т идеальной лич-ти.

В колонку № 2 выпишите отицат. кач. , которыми идеальный человек, по- вашему мнению, не должен обладать.

В колонку № 3 выпишите те кач., которыми, по-вашему мнению, обладаете вы сами.

- Теперь в списке № 3 обозначьте знаком «+» те кач., которые совпадают с идеалом, и знаком «-« те кач., кот. совпадают с антиидеалом. Подсчитайте след. значения:

Н – кол-во качеств, совпадающих с идеалом.

М – кол-во слов в столбце « Идеал»

Вычислите коэффициент К по формуле: К = Н : М

- С помощью этого теста вы определили свою самооценку. Давайте проанализуруем результаты по следующим критериям:

Если К>0,5 – самооценка завышена.

Если К < 0, 5 – самооценка занижена.

Пределы нормы К от 0, 45 до 0, 55 – в этом случае самооценка считается адекватной.

2. ***Обсуждение проблемы: « Как можно повысить самооценку?»***

Класс разбивается на подгруппы по 5 – 7 человек. Уч-ся даётся задание написать суждение о каждом из членов своей подгруппы, включая себя, в которых речь шла быо пол. сторонах личности каждого. Затем один человек из подгруппы садится в центре на « горячий стул», он будет получать « мощные бомбардировки» - слушать, как остальные говорят в его адрес то, что ценят в нём превыше всего. Слушающий д. благодарить каждого из говорящих, выбирая один из трёх вариантов ответов: « Благодарю вас», « Спасибо, я с вами согласен». « Спасибо, это звучит так хорошо, что хочется услышать ещё раз». Затем каждый человек из группы.

- Что вы переживали, слушая полож. оценки в свой адрес?

- Что из сказанного было для вас неожиданностью?

- Какое из высказанных мнений вам понравилось больше всего?

- Трудно ли обдумывать то, что вы цените в однокл-х?

- Трудно ли говорить об этом?

- Как вы считаете, влияют ли мнения и высказывания других в ваш адрес на то, что вы думаете о себе?

- Как , по – вашему, ход наших мыслей о самих себе влияет на наши поступки?

- Считаете ли вы, что люди, которые о себе хорошего мнения, склонны воздерживаться от употребления наркотических веществ?

- У каждого человека имеются все основания чувствовать хорошее отношение к себе. Мы должны заботиться о себе, что предполагает отказ от одурманивающих веществ.

3. ***Подведение итога.***

- А теперь подумайте, какие кач. лич. помогают воздерживаться от употреб. одурманивающих в-в?

9 Внутренний самоконтроль, целеустремлённость. чувство юмора, умение сказать « нет». умение постоять за себя, умение обращаться за помощью к другим людям, умение стать на сторону другого человека, умение прогнозировать последствия своих поступков и т. д.)