

## План урока самопознания

**Тема:** Мир самопознания

**№ урока:** 1

**Ценность:** истина

**Качества:** быть честным самим с собой, видеть хорошее во всем, ответственность за свои поступки

**Педагог:** Максимишина Оксана Сергеевна

**Класс:** 5

<p><b>Цель:</b> расширение представлений учащихся о духовном мире человека через общечеловеческую ценность «истина».</p> <p><b>Задачи:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- раскрытие значения процесса познания человеком самого себя;</li><li>- развитие интереса к самостоятельному познанию своего внутреннего мира;</li><li>- воспитание стремления видеть хорошее во всем, быть честным самим с собой.</li></ul>	<p style="text-align: center;"><b>Ресурсы:</b> <i>конспект, интернет ресурсы, проигрыватель, наглядные пособия</i></p>
<p style="text-align: center;"><b>Ход урока</b></p> <p><b>1.Организационный момент. Позитивный настрой</b> <b>МИНУТА ТИШИНЫ. (2мин.)</b> <b>№2 Концентрация на дыхание</b></p> <p>Учитель: Прошу вас сесть прямо, не скрещивая руки, ноги. Мы сейчас будем делать упражнение на дыхание. Когда мы концентрируемся на дыхании, у нас успокаивается ум. При вдохе мы будем вбирать в себя покой и радость. А при выдохе будем выдыхать из себя все беспокойства. Давайте подготовимся ребята. Закроем глаза, спинки прямо, руки можно положить на колени. Вдоо-оо-ох..., вы-ыыыы-ыдох. (9-10раз, медленно)</p> <p><b>2. Знакомство с классом :</b> напишите своё имя в столбик и к каждой букве подберите качество, которое бы охарактеризовало вас. (подарок от учителя) Начинает учитель с себя.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Анализ хода урока</b></p>
<p><b>3.Позитивное высказывание (цитата)</b> <i>«В каждом человеке есть солнце, только дай ему светить»</i> <i>Сократ</i></p> <p><b>Вопросы для обсуждения:</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Как вы понимаете смысл этих строк?</li></ol>	

<p>2. О каком солнце говорит автор ?</p> <p>3. А как вы думаете, а у вас есть такое солнце внутри? ( ответы учащихся)</p> <p><b>Внутренний мир</b> человека составляют его мысли, настроения, эмоции, чувства, желания.</p> <p><b>Окружающий мир</b> человека - все, с чем он взаимодействует: семья, общество, природа.</p>	
<p><b>4.Рассказывание истории (беседа)</b></p> <p><b>1 рассказ</b> Сказка о Ноте (учебник 5-7 стр.)</p> <p style="text-align: center;"><b>Вопросы для обсуждения:</b></p> <p>1. Для чего Нота отправилась путешествовать в свой внутренний мир?</p> <p>2 .Как изменилась жизнь Ноты после того, как она научилась «слышать других, чувствовать их высоту и настроение»?</p> <p>3. Можно ли назвать жизнь человека Мелодией? Объясните свой ответ.</p>	
<p><b>5.Творческая деятельность, индивидуально</b></p> <p>Учащимся предлагается выполнить коллаж на тему: «Посмотрите, это Я!». При выполнении коллажа ученики попытаются рассказать о себе, своей жизни, чувствах, мечтах и т.д.</p> <p><b>Самопознание помогает:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>лучше узнать самого себя, свой внутренний мир;</li> <li>осознать важность гармонии физического и духовного здоровья;</li> <li>постигать смысл общечеловеческих ценностей;</li> <li>развивать умение достойно и ответственно вести себя в разных жизненных ситуациях.</li> </ul>	
<p><b>5.Групповое пение</b></p> <p><b>Песня Познай себя (текст прилагается)</b></p>	
<p><b>6.Домашнее задание</b></p> <p>- Придите домой и перед сном вспомните наш урок, и ещё раз попробуйте определить для себя в чем заключается ваша истина, как важно быть ответственным.</p>	
<p><b>7.Заключительная минута тишины</b></p> <p><b>Учитель:</b> - <i>А теперь сядьте поудобней, закройте глаза.</i> <i>Вспомните, все хорошее, что было на этом уроке, все добрые слова.</i> <i>Сегодня мы с вами говорили о вере в себя.А теперь давайте откроем глаза и в наше сердце положим так необходимую всем любовь к своим близким, искренность и сострадание.</i> <i>Урок окончен и я с нетерпением буду ждать нашу следующую встречу.</i></p> <p style="text-align: center;"><i>Спасибо за урок!</i></p>	

## План урока самопознания

**Тема:** Мир самопознания

**№ урока:** 2

**Ценность:** истина

**Качества:** быть честным самим с собой, видеть хорошее во всем, ответственность за свои поступки

**Педагог:** Максимишина Оксана Сергеевна

**Класс:** 5

<p><b>Цель:</b> расширение представлений учащихся о духовном мире человека через общечеловеческую ценность «истина».</p> <p><b>Задачи:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- раскрытие значения процесса познания человеком самого себя;</li><li>- развитие интереса к самостоятельному познанию своего внутреннего мира;</li><li>- воспитание стремления видеть хорошее во всем, быть честным самим с собой.</li></ul>	<p><b>Ресурсы:</b> <i>конспект, интернет ресурсы, проигрыватель, наглядные пособия</i></p>
<p><b>Ход урока</b></p> <p><b>1.Организационный момент. Позитивный настрой</b> <b>МИНУТА ТИШИНЫ. (2мин.)</b> <i>Концентрация на дыхание (прилагается)</i></p> <p><b>2. Повторение</b> Что для вас значит быть ответственным</p>	<p><b>Анализ хода урока</b></p>
<p><b>3.Позитивное высказывание (цитата)</b> «Счастлив тот, кто открывает в себе внутреннее богатство». Артур Шопенгауэр</p> <p><b>Вопросы для обсуждения:</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Как вы понимаете смысл этих строк?</li><li>2. Что для человека является внутренним богатством ?</li><li>3. Счастливы ли вы? ( ответы учащихся)</li></ol> <p>Самопознание - интересный поиск ответов на вопросы о самом себе. Такой поиск может продолжаться вен жизнь.</p> <p>Благодаря самопознанию человек раскрывает свои возможности, развивает способности, выстраивает позитивные отношения с окружающим миром, стремится поняли свое предназначение.</p> <p>Жизнь человека становится ярче и интересней, если он задался целью познать себя.</p>	
	<p><b>музыкальное</b></p>

<p><b>4.Рассказывание истории (беседа)</b>  <b>1 рассказ Круги Сократа</b>  <b>Вопросы для обсуждения:</b>  1.О чем спросил ученик Сократа?  2.Как вы поняли слова Сократа?  3.Как вы поняли смысл фразы «чем больше ты станешь черпать нового, тем больше у тебя будет возникать не задавать вопросов»?  <b>2 рассказ «Счастье - это просто» Динары Тусуповой</b>  Почему счастье - это творческий процесс?  О какой гармонии говорит автор и почему называет это счастьем?</p>	<p><i>сопровождение</i></p>
<p><b>5.Творческая деятельность (групповая работа)</b>  - Инсценирование (в учебнике)  - Упражнение – тест «Что мы знаем о себе?» - индивидуально  Подведение итогов тестирования</p>	
<p><b>6.Групповое пение</b>  <b>Песня Познай себя (текст прилагается)</b></p>	<p><i>музыкальное сопровождение</i></p>
<p><b>7.Домашнее задание</b>  Напишите сочинение «Для меня счастье - это...».</p>	
<p><b>8.Заключительная минута тишины</b>  <b>Учитель:</b> - <i>А теперь сядьте поудобней, закройте глаза. Вспомните, все хорошее, что было на этом уроке, все добрые слова. Сегодня мы с вами говорили о вере в себя. А теперь давайте откроем глаза и в наше сердце положим так необходимую всем любовь к своим близким, искренность и сострадание. Урок окончен и я с нетерпением буду ждать нашу следующую встречу.</i>  <p style="text-align: right;"><i>Спасибо за урок!</i></p> <p style="text-align: center;"><b>НАЙТИ СЕБЯ</b></p> <p style="text-align: right;">Ю. Энтин</p> <p>Найти себя... Дороги нет короче.  Найти себя... Дороги нет длинней.  Найти себя в молчанье звездной ночи.  .Найти себя среди сумятиц дней.  Не унывать, когда плохие вести.  Не отступать назад на полпути,  И, может, вдруг в забытой тихой песне  Найти себя, себя найти.</p> </p>	