



Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа № 294 Центрального района Санкт-Петербурга



УРОК ОРКСЭ

МОДУЛЬ : ОСНОВЫ СВЕТСКОЙ ЭТИКИ

УЧИТЕЛЬ: ВАЦУРА В. Е.

Светская этика



Альберт Швейцер:

Нам необходимо подняться до духовности, являющейся этической, и до этики, включающей в себя всю духовность.

Нравственные категории

ПЛОХО	ХОРОШО
ВОЙНА	МИР
ЗЛО	ДОБРО
ВРАГИ	ТОВАРИЩИ
НЕНАВИСТЬ	ЛЮБОВЬ
ПРЕДАТЕЛЬСТВО	МУЖЕСТВО
ГОРЕ	СЧАСТЬЕ
ЛЕГКОМЫСЛИЕ	МУДРОСТЬ
ЛОЖЬ	ПРАВДА
ОБИДА	ПРОЩЕНИЕ

Прослушайте текст стихотворения Эммы Мошковой и ответьте на вопросы:

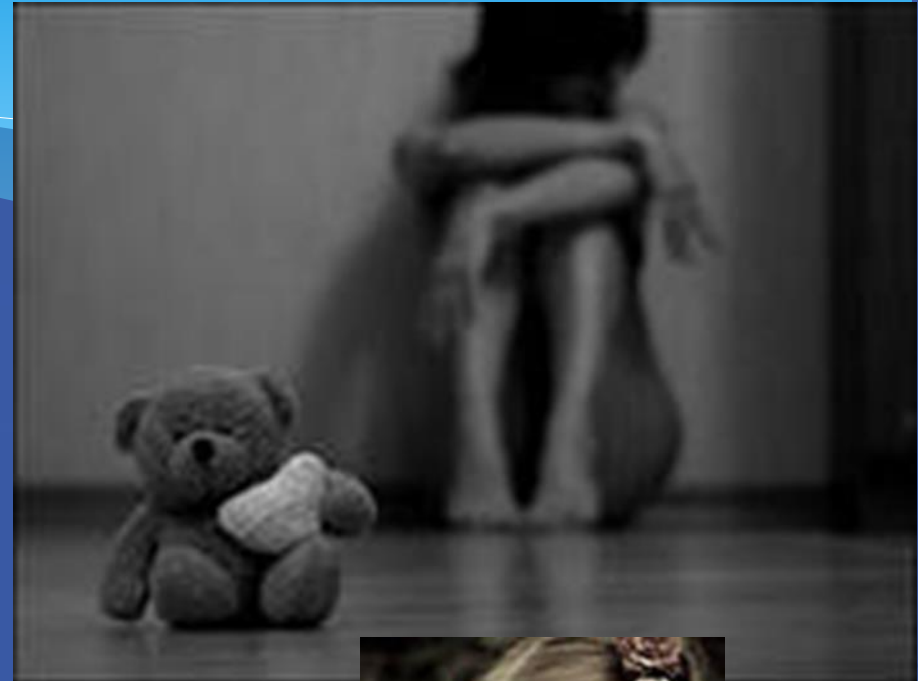
- **1. О чем рассказывается в стихотворении?**
- **2. Чем заканчивается история, изложенная в стихе?**

Как вы думаете, о чем мы сегодня поговорим?

- Я ушел в свою обиду
И сказал, что я не выйду.
Вот не выйду никогда!
Буду жить в ней все года!

И в обиде я не видел
Ни цветочка, ни куста...
И в обиде я обидел
И щеночка и кота...

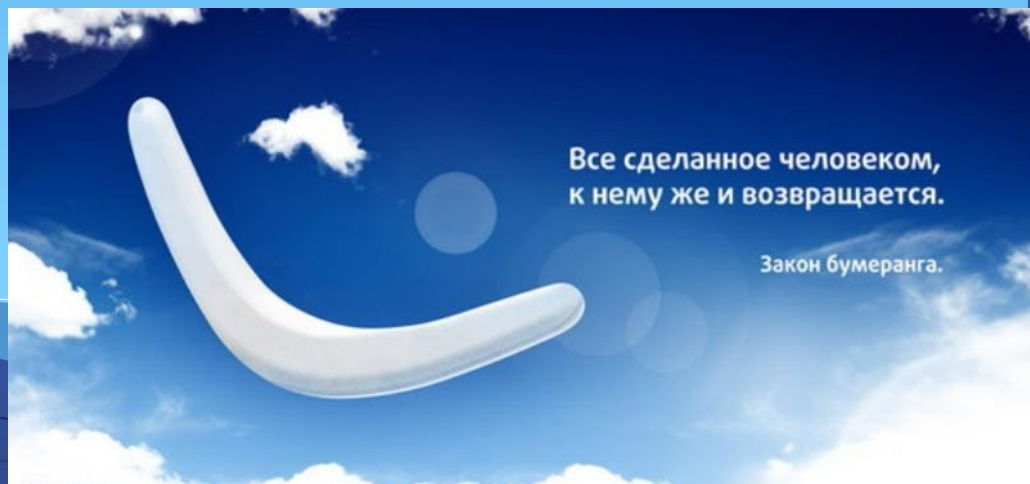
Я в обиде съел пирог,
И в обиде я прилег,
И проспал в ней два часа.
Открываю я глаза...
А она куда-то делась!
Но искать не захотелось.





ОБЩЕНИЕ И ИСТОЧНИКИ ПРЕОДОЛЕНИЯ ОБИД

Раздел 3. Посеешь поступок – пожнешь характер



Задание (работа в парах)



- Вглядитесь в лица детей. Кто из них обижен?
- Как вы догадались?
- Обижали ли вас?
- Что вы чувствовали в это время?
- Что вы делаете, когда вас обижают?

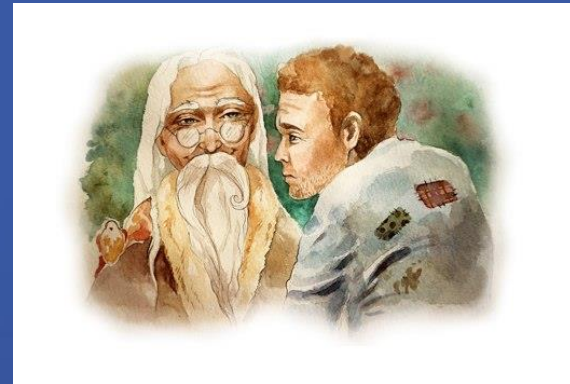
Чем ответить на обиду

Однажды старец вел разговор со своим учеником, наставляя его на верный и истинный путь мудреца. Говорили на этот раз они о важном для человека умении – смирять гнев в сердце своем, не позволяя опускаться до низшего – до мести другому человеку.

Внимательно выслушав старца, ученику пришлось признаться, что он не смог ещё ни разу простить своему врагу то горе, которое тот причинил ему:

- Есть у меня один враг, - сказал ученик, - и в глубине души своей, я хотел бы его простить, видит Бог... Я очень старался, но вырвать жало гнева из моего сердца я не могу никак.

- Я знаю, как помочь тебе, - сказал старик, доставая из-под печи треснувший глиняный кувшин, - возьми в руки этот кувшин и сделай с ним то, что ты хочешь сделать с врагом своим.

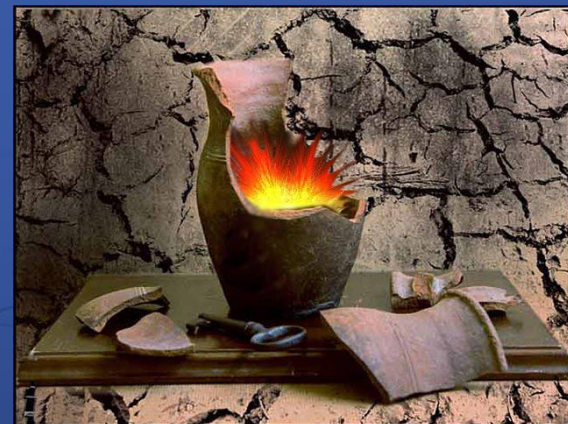


- Ученик поднял кувшин высоко над головой и со всей силой, со всей яростью швырнул его об пол - кувшин разлетелся на мелкие черепки.

Старец посмотрел на пол, усеянный осколками разбитого сосуда, и сказал:

- Смотри же, что получилось: разбив кувшин, ты не избавился от него, а лишь превратил во множество осколков, о которые даже ты сам или твоё окружение могут порезать ноги.

- Последуй моему совету: каждый раз, не находя сил уничтожить гнев в своём сердце, вспомни об этих осколках и об их количестве, а еще лучше - **старайся делать всё для того, чтобы не допускать появления трещин там, где их не должно быть.**





- Встаньте в круг и сделайте пантомиму «Я обиделся»
- А теперь, расправьте плечи, губы улыбаются, ладони - свободны, живот мягкий, голова высоко поднята, лицо веселое - такие мы бываем, когда мы умеем прощать!

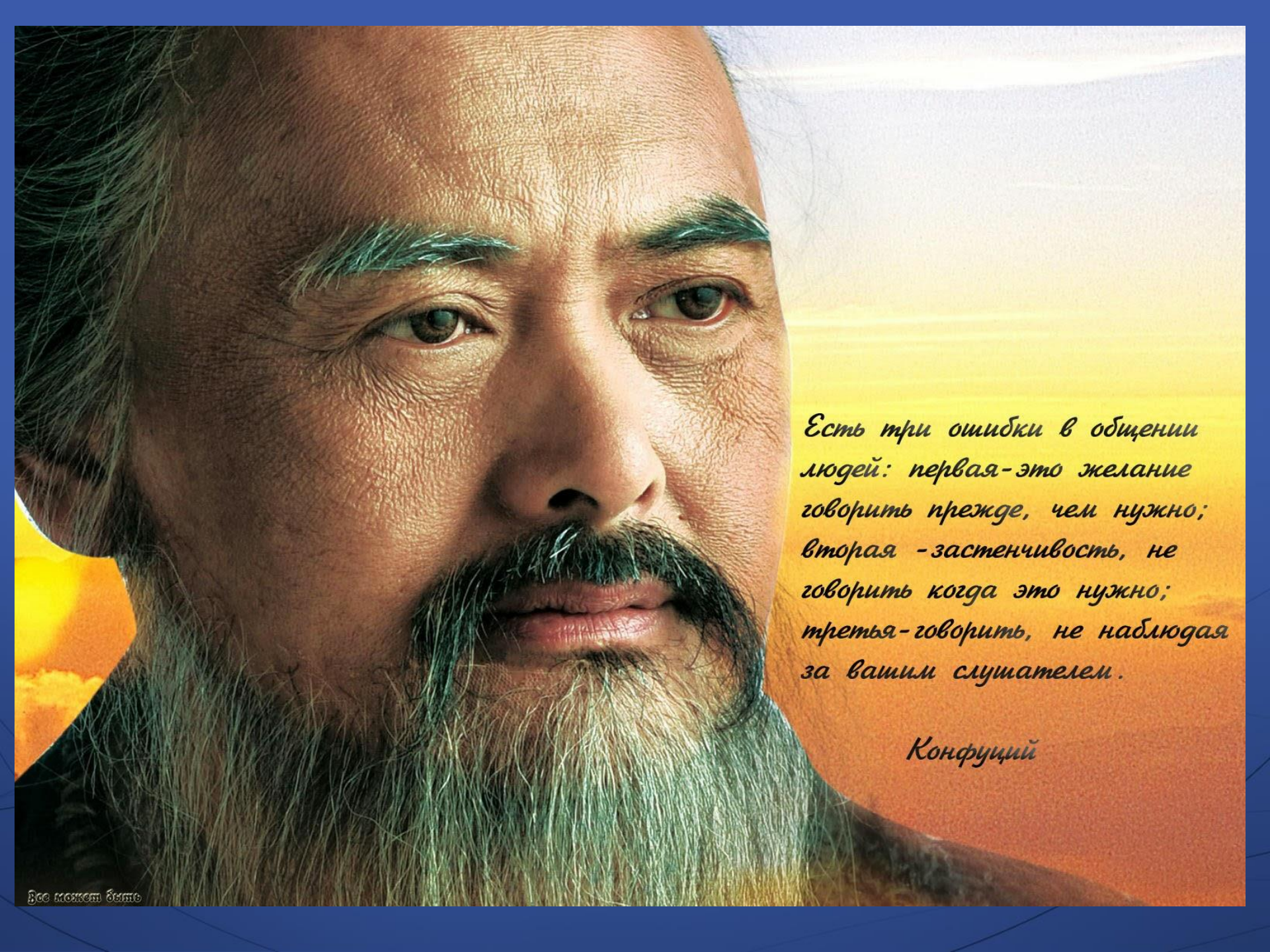


Физкультминутка



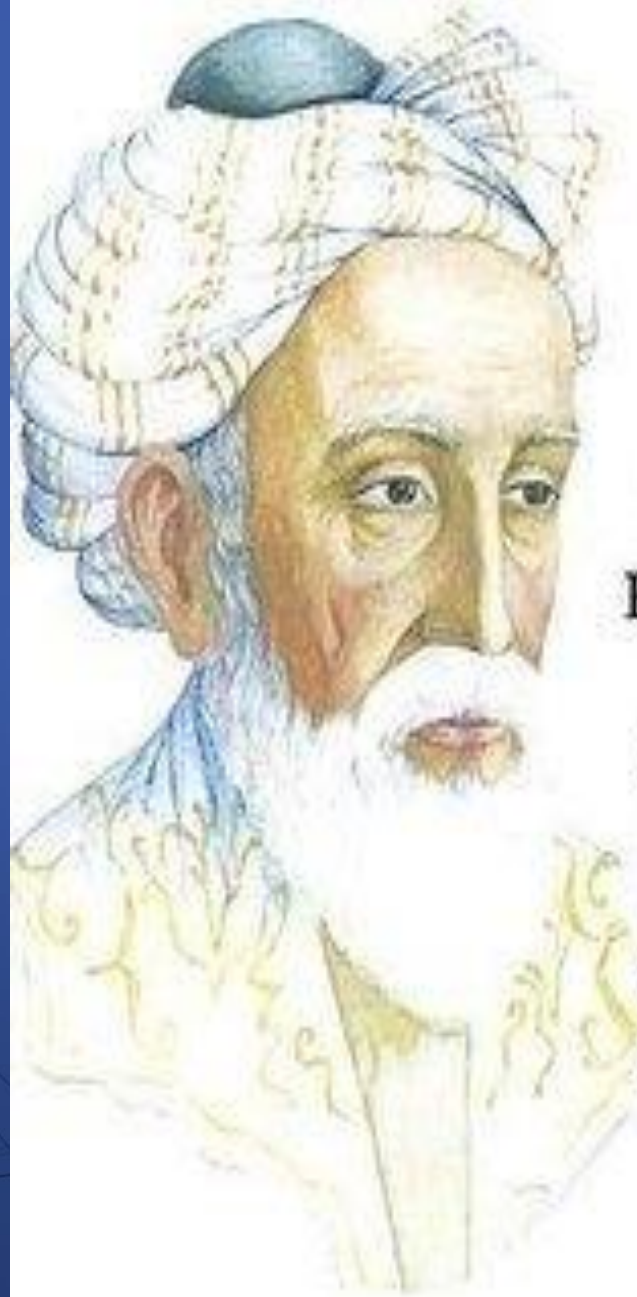
Общение и источники преодоления обид

Странички мудрости



*Есть три ошибки в общении
людей: первая-это желание
говорить прежде, чем нужно;
вторая -застенчивость, не
говорить когда это нужно;
третья-говорить, не наблюдая
за вашим слушателем.*

Конфуций



Не делай зла — вернется бумерангом,
Не плюй в колодец — будешь воду пить,
Не оскорбляй того, кто ниже рангом,
А вдруг придется, что-нибудь просить.
Не предавай друзей, их не заменишь,
И не теряй любимых — не вернешь,
Не лги себе — со временем проверишь,
Что этой ложью сам себя ты предаёшь.

Омар Хайям

Общение и источники преодоления обид

Странички психолога

Страничка психолога

Когда мы ощущаем несправедливость, у нас возникает чувство обиды и горечи, часто смешанное с яростью, направленной на обидчика. Эта гремучая смесь и называется ненавистью. А ненависть во все времена была и остаётся одним из самых разрушительных состояний. Обида, горечь и гнев — не те чувства, которые сами постепенно сходят на нет. Как же человеку исцелиться от зависти, ревности и обвинений, подкармливающих горькую обиду?



Тренинг «Как избавиться от обиды»

Сядь поудобнее и представь, что ты уже не в комнате, а там, где тебе очень хочется находиться.

Вообрази, что у твоей груди притаился солнечный зайчик. Тепло от него растекается по всему телу и согревает все вокруг тебя.

Твоя обида – льдинка. Направь на нее тепло зайчика. И вот уже льдинка начала таять!

Подожди, пока твоя грусть с обидой тоже растают.

Видишь, от них не осталось даже мокрого места!

И вот ты стоишь под солнышком. Под его светлыми и теплыми лучами, каждый из которых несет что-то приятное: радость, здоровье, хорошие новости.

Вспомни об обиде. Да! Она испарилась окончательно – и ты улыбаешься!

Научись прощать

- Кто-нибудь из вас когда-нибудь прощал кого-то?
- Расскажите об этом.
- Легко ли это сделать?

Обида похожа на камень который мы носим в сердце. И этот камень тяготит прежде всего нас самих. И если мы отвечаем злом тому, кто нас обидел, этот камень становится больше, растёт и может заполнить собою всё сердце.

Единственный способ избавиться от камня внутри – простить и не обидеть в ответ.



Научись извиняться

- Ещё очень важно нам извиниться перед теми, перед кем мы виноваты.
- Кто-нибудь из вас извинялся потому что чувствовал, что виноват?
- Какие чувства вы при этом испытали?



Доставляет ли тебе удовольствие общение с одноклассниками?

*** Чтобы ответить на этот вопрос,
выполни задание на с. 122**



Домашнее задание

- * Найдите и запишите 5 пословиц об обиде, прощении и общении **или** № 7 в рабочей тетради
- * С. 123 прочитать

Рефлексия. Закончи предложения

* Сегодня я узнал.....

* Я научился.....

* Мне было
интересно.....

* Я смог.....

* Было трудно.....

* Я попробую.....

* Я выполнял
задания...

* Урок дал мне для
жизни...

* Я понял, что.....

* Мне хочется.....

Эмоциональная рефлексия

На ваших рабочих листах нарисованы два домика.

Это **домики для Обиды и Прощения**.

Какие цвета вы выберете для каждого домика? Почему? Кто еще может поселиться в их домах? Подберите и напишите нужные понятия. Озвучьте свои предположения. В каком домике хотелось бы жить вам?

Почему?



Закончен урок, и выполнен план,
Спасибо, ребята, огромное вам
За то, что упорно и дружно
трудились,

Что на уроке вы не ленились!
СПАСИБО ЗА УРОК!