

200

ЛЕТНЕ
СИСТЕМЫ
ОБРАЗОВАНИЯ
В КУЗБАССЕ



Укрепление социального и психологического здоровья обучающихся 2-х классов общеобразовательных организаций Кемеровской области – Кузбасса



Кемерово 2026

Министерство образования Кузбасса
Институт развития образования Кузбасса

**Укрепление социального и психологического здоровья
обучающихся 2-х классов
общеобразовательных организаций
Кемеровской области – Кузбасса**

Сборник сценариев

Кемерово
Издательство ИРО Кузбасса
2026

УДК 373.3
ББК 74.2
У46

*Рекомендовано
учебно-методическим советом
Института развития
образования Кузбасса*

Составители:

С. Н. Ненилин, кандидат педагогических наук, проректор по учебно-методической работе ИРО Кузбасса, г. Кемерово;

Т. В. Кедярова, методист отдела по внедрению современных образовательных технологий ИРО Кузбасса, г. Кемерово;

А. А. Касьяненко, кандидат культурологии, методист отдела по внедрению современных образовательных технологий ИРО Кузбасса, г. Кемерово

Рецензенты:

Е. Ю. Брель, доктор психологических наук, доцент, и. о. академика–секретаря отделения среднего общего образования РАО, член-корреспондент РАО;

Э. И. Забнева, доктор философских наук, кандидат социологических наук, доцент, ректор ИРО Кузбасса;

О. В. Петунин, доктор педагогических наук, профессор, профессор кафедры педагогики и психологии Института образования КемГУ, отличник народного просвещения

У46 Укрепление социального и психологического здоровья обучающихся 2-х классов общеобразовательных организаций Кемеровской области – Кузбасса : сборник сценариев / сост. : С. Н. Ненилин, Т. В. Кедярова, А. А. Касьяненко ; оформление Ю. В. Жилка.– Кемерово : Изд-во ИРО Кузбасса, 2026. – 95 с. – ISBN 978-5-7148-0866-1. – Текст : непосредственный.

В издании представлены сценарии классных часов по укреплению социального и психологического здоровья обучающихся 2-х классов общеобразовательных организаций Кемеровской области – Кузбасса в рамках регионального проекта «Психолого-педагогическое сопровождение деятельности педагогических работников по укреплению социального здоровья обучающихся образовательных организаций Кемеровской области – Кузбасса в 2024/2027 гг.». Методический сборник сформирован на основе требований ФГОС, ФООП НОО и содержит сценарии девяти тематических классных часов с мультимедийным контентом, а также двух родительских собраний, направленных на развитие навыков здорового образа жизни, коммуникации, жизнестойкости, эмоционального интеллекта, социальной активности обучающихся 2-го класса. Особое внимание уделяется вопросам профилактики девиаций и социально-психологического здоровья детей младшего школьного возраста.

Сборник сценариев адресован классным руководителям, педагогам-психологам, социальным педагогам, руководителям образовательных организаций и всем, заинтересованным в укреплении социального и психологического здоровья обучающихся.

**УДК 373.3
ББК 74.2**

ISBN 978-5-7148-0866-1

- © Ненилин С. Н., Кедярова Т. В., Касьяненко А. А., сост., 2026
- © Жилка Ю. В., оформление, 2026
- © Институт развития образования Кузбасса, 2026

Введение

Настоящий сборник сценариев классных часов, подготовленных ИРО Кузбасса и Школой креативных индустрий филиала РГИСИ в г. Кемерово – Сибирская высшая школа музыкального и театрального искусства, является логическим продолжением методических материалов для 1-го класса и направлен на реализацию системного подхода по укреплению социально-психологического здоровья обучающихся начальной школы общеобразовательных организаций Кемеровской области – Кузбасса.

Содержательная и методическая преемственность с предыдущими материалами, сохраняя единую логику построения и системность изложения материала, обеспечивает переход от первичных представлений, сформированных в 1-м классе, к их осознанному применению и закреплению в повседневной жизни второклассников.

Каждый классный час для 2-го класса предлагает новое содержание, специфические формы работы и актуальные задачи, соответствующие возрастным особенностям второклассников. Специфика содержания данного сборника, отличающая его от методических материалов, предназначенных для работы с обучающимися 1-го класса, обусловлена возрастными изменениями, происходящими с ребёнком при переходе от 1-го ко 2-му классу, и новыми вызовами, с которыми сталкивается второклассник в учебной и социальной среде, что определяет отбор средств, форм и методов работы, соответствующих возросшим возможностям и потребностям детей данного возраста.

Развивая заложенные в методических материалах для работы с обучающимися 1-го класса векторы работы по укреплению социально-психологического здоровья (рис.), настоящий сборник последовательно раскрывает логику перехода содержания и методов педагогической деятельности на новую ступень: от знакомства с понятиями – к их осознанному применению в повседневных ситуациях, от внешней регуляции поведения – к внутренней саморегуляции, от простого следования групповым правилам – к осознанному принятию личной ответственности. Девять сценариев, включённых в сборник, выстроены таким образом, чтобы способствовать развитию учебной самостоятельности и произвольности действий, опираясь на опыт адаптации, который дети получили в 1-м классе.

Учитывая, что в возрасте 8–9 лет учебная оценка начинает восприниматься ребёнком как характеристика его личности в целом, составители сборника сосредоточили особое внимание на формировании у второклассников умения разграничивать отметку за конкретную выполненную работу и собственную самооценку, видя прежде всего в учебной оценке ориентир для дальнейшего роста и конструктивную обратную связь от учителя.

Понимание возрастных особенностей второклассника, выступающее отправной точкой для составителей при выборе средств, форм и методов работы, определяет логику построения каждого классного часа, поскольку именно в этот период учебная деятельность, ставшая ведущей в 1-м классе, выходит на качественно новый уровень зрелости. При переходе во 2-й класс у ребенка развиваются учебная самостоятельность, произвольность и способность действовать по внутреннему побуждению, формирующиеся на основе опыта адаптации, приобретённого в 1-м классе.



Рис. Основные векторы развития социально-психологического здоровья обучающихся с 1-го по 4-й класс

Процесс социализации обучающегося во 2-м классе продолжается и характеризуется следующими аспектами:

а) самооценка. В 1-м классе, в условиях безотметочного обучения, самооценка формируется преимущественно под влиянием эмоциональной поддержки учителя и родителей, оставаясь в целом завышенной, что полностью соответствует возрастной норме данного этапа развития. С переходом во 2-й класс и введением балльной системы оценивания самооценка ребёнка становится более зависимой от внешних критериев, в связи с чем возникает психологический риск смыслового слияния учебной отметки с личностной ценностью, когда ребёнок начинает воспринимать низкий балл как характеристику собственной личности. В данной ситуации перед педагогом встаёт содержательная задача – помочь вто-

рокласнику провести чёткую границу между оценкой конкретной учебной работы и самооценкой собственной личности, обеспечивая восприятие учебной отметки исключительно как инструмента обратной связи и ориентира для дальнейшего развития.

б) социальная ситуация. В отличие от 1-го класса, когда маршрут «дом – школа» осуществлялся преимущественно в сопровождении взрослых, а круг общения регулируется родителями и учителем, во 2-м классе наблюдается существенный рост самостоятельности, проявляющийся в том, что многие дети начинают самостоятельно посещать школу, организации дополнительного образования и спортивные секции, сами организуют своё питание вне дома (что особенно характерно для жителей городов), круг их общения существенно расширяется за счёт новых социальных контактов, появляются устойчивые дружеские связи и возникают ситуации выбора, требующие от ребёнка принятия решений без постоянного присутствия значимых взрослых.

в) регуляция поведения. Сохраняя значимость внешней поддержки (в том числе оценки за поведение) со стороны учителя и родителей, во 2-м классе осуществляется постепенный переход к внутренней регуляции, в рамках которого у ребёнка формируется произвольность поведения и развивается волевая сфера, благодаря чему он начинает самостоятельно оценивать собственные поступки, осознавать их последствия и контролировать своё поведение в условиях возрастающей автономии, опираясь на сформированные в 1-м классе первичные представления о школьных правилах и нормах поведения, а также на осваиваемые учебные действия контроля и самопроверки.

г) понимание эмоций. Продолжая линию 1-го класса, в контексте которой дети осваивали распознавание и называние базовых эмоций (радости, печали, страха, злости, удивления), во 2-м классе эмоциональное развитие углубляется и выходит на более зрелую ступень, включающую понимание сложных социальных эмоциональных состояний (обида, стыд, гордость, благодарность), освоение приёмов произвольной регуляции собственных эмоций и дальнейшее развитие эмпатии как способности осознанно понимать и разделять чувства других людей, расширяя круг сопереживания от близких к одноклассникам и окружающим.

Следовательно, возрастной переход от 1-го ко 2-му классу характеризуется качественными изменениями в психологическом развитии ребёнка, выражающимися в интериоризации регуляции, обретении самостоятельности и развитии управления эмоциями, что определяет логику построения классных часов и требует от педагога учёта новых возрастных возможностей и рисков.

Инструкция по работе с медиаконтентом представлена в приложении 3.

Организация работы по укреплению социально-психологического здоровья обучающихся 2-го класса: ключевые элементы

Целевой характер. Если программа 1-го класса была направлена преимущественно на адаптацию ребёнка к школе и формирование первичных представлений о правилах школьной жизни, здоровья, дружбы и эмоций, то новизна 2-го класса заключается в смещении акцента на углубление полученных навыков, развитие самостоятельности и осознанное применение усвоенных правил в повседневных учебных и социальных ситуациях.

Сквозной сюжет. В отличие от темы 1-го класса «Школа – наш общий дом», объединявшей детей вокруг освоения социальных норм, базовой идеей 2-го класса выступает сюжет «Рюкзак достижений», в рамках которого на протяжении всего учебного года дети накапливают личностные качества, необходимые для успешного обучения, причём каждое занятие завершается получением символического предмета, который в финале трансформируется в осознанное личностное качество, становящееся опорой для перехода в 3-й класс.

Сюжетная линия. Персонажи Аня и Ваня, выступавшие в 1-м классе в роли наставников, объяснявших детям новые понятия, во 2-м классе переходят в позицию партнёров, с которыми ученики уже хорошо знакомы, благодаря чему сюжетная линия усложняется: герои сталкиваются с трудностями, совершают ошибки и учатся их исправлять, вовлекая школьников в активный процесс решения проблемных ситуаций и создавая эффект соучастия.

Тип занятий. Если в 1-м классе занятия строились преимущественно как знакомство с понятиями через игры, обсуждения и творческие задания, то во 2-м классе акцент переносится на моделирование реальных жизненных ситуаций, отработку алгоритмов действий и создание функциональных практических продуктов с использованием элементов геймификации (интерактивные игры, медиаконтент, напоминалки с кармашками, наклейки-напоминалки, рюкзаки-оригами), которые дети могут использовать в повседневной жизни для планирования дня, запоминания правил и поддержания позитивного настроения.

Таким образом, 1-й класс заложил фундамент социально-психологических знаний, а 2-й класс надстраивает на этом фундаменте практические навыки, превращая полученные представления в устойчивые модели поведения.

Сравнение тематического наполнения классных часов в 1-м и 2-м классах позволяет увидеть, как углубляется и усложняется работа над каждым из девяти направлений социально-психологического здоровья. Новизна классных часов для обучающихся 2-го класса состоит в том, что каждая тема рассматривается на

новом уровне: от знакомства с понятием – к осознанному применению, от внешних правил – к внутренней регуляции, от групповой работы – к личной ответственности.

Нормы социального общения. Если в 1-м классе данное направление было представлено темой «Школа – наш общий дом», в рамках которой дети знакомились с общими правилами поведения в школе, то во 2-м классе эта тема развивается в сценарии «Навигатор безопасности», где внимание переключается с общих школьных правил на конкретную жизненную ситуацию самостоятельного пути ребёнка в школу, а второклассники применяют усвоенные правила в реальных условиях, распознают опасности и выбирают безопасный маршрут.

Здоровье как семейная ценность. Продолжая линию 1-го класса, в рамках которой в теме «Путешествие в Страну Здоровья» у детей формировались общие представления о здоровом образе жизни, правильном питании, гигиене и физической активности, во 2-м классе эта тема конкретизируется в сценарии «Спорт и здоровье – семейная ценность», где второклассники выполняют конкретные двигательные упражнения на равновесие, координацию и дыхание, осваивают навыки саморегуляции и осознают прямую связь между физической активностью и успешностью в школе.

Общечеловеческие ценности. Если в 1-м классе на занятии «Ценности, которые нас сближают!» дети знакомились с понятиями уважения, вежливости и ценности труда через внешние примеры и наблюдения, то во 2-м классе внимание смещается во внутренний план: тема «Оценка и самооценка» помогает второклассникам различать учебную отметку и собственную ценность как личности, способствует формированию адекватного восприятия своих успехов и неудач.

Дружба, помощь, общение. Если в 1-м классе занятие «Мы разные, но мы – вместе!» было посвящено знакомству с понятием дружбы, её ценностью и важностью единства в коллективе, то во 2-м классе тема «Наш дружный класс» углубляется до отработки конкретных правил взаимодействия, в ходе которого дети учатся уважать личные границы, отличать «моё» от «чужого», вежливо просить разрешения, осваивают вежливый отказ и защиту собственных границ.

Эмоциональный интеллект. Продолжая линию 1-го класса, в рамках которой занятие «Калейдоскоп эмоций» было направлено на распознавание и называние базовых эмоций (радости, печали, страха, злости, удивления), во 2-м классе тема «Мир эмоций: познай себя и пойми других» выходит на качественно новый уровень, включающий управление эмоциями, освоение приёмов саморегуляции и развитие эмоциональной отзывчивости.

Личные границы и ответственность. Если в 1-м классе на занятии «Азбука Жизни» дети знакомились с правами и обязанностями в общем виде, то во 2-м классе тема «Сам себе помощник» смещает акцент на готовность отвечать за свои действия: дети учатся признавать ошибки, предлагать способы исправления ситуации и осознают ответственность как возможность сделать лучше.

Стрессоустойчивость и жизнестойкость. Если в 1-м классе в рамках занятия «Что делать, если...?» формировалось первичное представление о стрессе и возможности обращения за помощью в трудных ситуациях, то во 2-м классе тема «Учусь быть собранным и спокойным» предлагает активную стратегию, в контексте которой режим дня и планирование рассматриваются как эффективное средство снижения стресса и тревоги, а дети учатся управлять своим временем и состоянием.

Профилактика девиаций. Если в 1-м классе занятие «Радость жизни» способствовало формированию общего ценностного отношения к жизни, хорошего поведения и заботы об окружающих, то во 2-м классе тема «Моё здоровье — моя крепость» выводит работу на уровень профилактики, когда дети осваивают конкретный навык уверенного отказа от опасных предложений, учатся говорить «нет» в ситуациях давления и осознают заботу о здоровье как защиту собственных границ.

Самореализация. Если в 1-м классе занятие «Лесенка вверх» подводило итоги года и помогало детям осознать свои достижения, то во 2-м классе тема «Рюкзак достижений» выполняет интегрирующую функцию: все качества, приобретённые в течение года, собираются в единый образ, и дети осознанно присваивают их как личностные опоры для перехода в 3-й класс.

Таким образом, содержательные направления 2-го класса развивают и углубляют темы, заложенные в 1-м классе, обеспечивая преемственность и новизну на каждом этапе.

Методический инструментарий

Сравнение методических инструментов, используемых в работе с обучающимися 1-го и 2-го классов, показывает, как усложняются формы работы, сохраняя при этом игровую и деятельностьную основу, соответствующую возрастным возможностям детей. Новизна 2-го класса в методическом плане заключается в переходе от простых заданий к многоступенчатым конструкциям, от информационных роликов — к эмоционально насыщенным историям, от рисования — к созданию функциональных продуктов.

Интерактивные игры. Если в 1-м классе игры строились преимущественно как простые задания на распознавание, соотнесение и выбор, в рамках которых дети соединяли картинки с правилами, выбирали полезные продукты и определяли эмоции по мимике, то во 2-м классе появляются интерактивные игры с многоступенчатыми конструкциями (лабиринты с препятствиями, поиск десяти различий, сборка качеств из фрагментов), где дети проходят последовательный путь, в котором каждое правильное решение открывает следующий этап, что развивает концентрацию, аналитическое мышление и умение удерживать цель.

Видеоконтент. Если в 1-м классе видеоролики с участием Ани и Вани выполняли преимущественно информационную функцию, в рамках которой герои

знакомили детей с новыми понятиями, объясняли правила и показывали примеры, то во 2-м классе сюжеты становятся более динамичными и проблемными: поскольку Аня и Ваня уже хорошо знакомы детям, их истории строятся вокруг конкретных жизненных ситуаций, в которых герои сталкиваются с трудностями, совершают ошибки и учатся их исправлять, вовлекая школьников в процесс решения, а видеоконтент превращается в эмоционально насыщенную историю, требующую от зрителя сопереживания и активного участия.

Практические упражнения. Если в 1-м классе практическая деятельность была представлена преимущественно рисованием, раскрашиванием и аппликацией, в ходе которых дети создавали рисунки, плакаты и коллективные работы, отражающие их понимание темы, то во 2-м классе практика становится более разнообразной и функциональной: появляются сложные двигательные упражнения (равновесие, дыхательные техники) и многоступенчатые поделки (напоминалка с кармашками, наклейки-напоминалки, рюкзак-оригами), каждый из которых имеет практическое назначение для планирования дня, запоминания правил и поддержки позитивного настроения, превращая практику в инструмент, который ребёнок применяет в реальной жизни.

Рефлексия. В 1-м классе рефлексия осуществлялась преимущественно через простые вопросы, а во 2-м классе рефлексивные техники расширяются за счёт цветowych индикаторов, выражения состояния через позы тела (подбородок вверх, руки в стороны – интересно; обнять себя – трудно) и блиц-опросов с поднятием рук, что позволяет более точно отслеживать эмоциональное состояние каждого ребёнка и предоставляет возможность выбора способа выражения своих чувств.

Работа с сюжетом. В 1-м классе занятия представляли собой эпизодические истории, где каждая тема имела отдельный сюжет, во 2-м классе все занятия объединены сквозным сюжетом «Рюкзак достижений». На каждом занятии дети получают символический предмет (свисток, кроссовки, дневник, ластик, смайлик, пенал, расписание, конструктор), превращающийся в финальном занятии в личностное качество, благодаря чему эта сюжетная линия создаёт ощущение целостности, поддерживает мотивацию на протяжении всего года и помогает детям увидеть свой рост, измеряемый накопленными качествами.

Следовательно, методический арсенал 2-го класса становится более сложным, разнообразным и функциональным. Сохраняя игровую основу, он включает задания, требующие более высокого уровня мышления, саморегуляции и практического применения, что соответствует возрастным возможностям второклассников и отвечает задачам их развития.

Участие родителей (законных представителей)

Сравнение форматов и содержания взаимодействия с родителями обучающихся 1-го и 2-го классов показывает, как меняется характер вовлечения семьи в процесс укрепления социально-психологического здоровья детей. Новизна 2-го класса в работе с родителями заключается в переходе от пассивного информирования к активному вовлечению в совместную практическую деятельность.

Характер взаимодействия. Если работа с родителями обучающихся 1-го класса строилась преимущественно как информирование и поддержка адаптационного периода, в рамках которой родители знакомились со школьными правилами, получали рекомендации по созданию комфортной домашней обстановки и советы по обсуждению с ребёнком тем классных часов, то во 2-м классе характер взаимодействия становится более активным и практическим: родители включаются в выполнение конкретных заданий вместе с детьми (создание наклеек-напоминалок, ведение дневников добрых дел, составление семейных планов здоровья), переходя из позиции получателей информации в позицию активных участников образовательного процесса.

Форматы работы. Если в 1-м классе основными форматами являлись папки, родительские собрания и рекомендации по совместному просмотру мультфильмов, в ходе которых родители получали готовые материалы для закрепления тем дома, то во 2-м классе спектр форматов расширяется за счёт совместных проектов («Карта маленьких обязанностей», «Семейный план здоровья»), дневников наблюдений для фиксации прогресса ребёнка и практических заданий по изготовлению семейных артефактов, в которых родители выполняют конкретные действия вместе с ребёнком, укрепляя семейные связи и делая процесс воспитания совместным.

Содержательный акцент. Если в 1-м классе акцент был сделан на поддержку адаптации ребёнка к школе и создание безопасной, предсказуемой среды дома, в контексте которой родителям рекомендовалось обсуждать школьные правила, поддерживать режим дня и поощрять успехи, то во 2-м классе акцент смещается на закрепление навыков в семье: родители помогают ребёнку соблюдать режим дня, участвуют в его рефлексии, создают условия для применения полученных в школе знаний в повседневной жизни, обращая внимание на формирование ответственности, самостоятельности и эмоциональной устойчивости через семейные практики.

Работа с родителями обучающихся 2-го класса становится более глубокой и деятельностной. От информирования и поддержки адаптации педагог переходит к вовлечению семьи в совместное проживание и закрепление тех ценностей и навыков, которые формируются на классных часах. Это создаёт единое воспитательное пространство «школа – семья», где ребёнок получает непротиворечивые ориентиры и чувствует поддержку значимых взрослых.

Целевые педагогические ориентиры классных часов

Сравнение целевых ориентиров 1-го и 2-го классов позволяет увидеть, как смещается фокус педагогической работы: от знакомства с понятиями – к их осознанному применению, от внешнего регулирования – к внутреннему контролю. Новизна 2-го класса в целеполагании заключается в переходе от «я узнаю» к «я умею», от первичных представлений – к устойчивым навыкам, от адаптации – к подготовке к самостоятельной жизни.

Характер освоения материала. Если в 1-м классе дети преимущественно узнавали и знакомились с новыми понятиями («Я узнаю, что такое правила», «Я знакомлюсь с эмоциями», «Я понимаю, что такое дружба»), то во 2-м классе целевая установка меняется на активное использование знаний («Я умею применять правила», «Я управляю своими эмоциями», «Я строю дружеские отношения»), что предполагает переход от получения знаний к их применению в реальных ситуациях.

Соотношение знаний и навыков. Если в 1-м классе ключевой являлась задача формирования первичных представлений о здоровье, дружбе, ответственности и эмоциях, то во 2-м классе эти представления закрепляются и превращаются в устойчивые навыки и алгоритмы поведения: ребёнок может извиниться, если обидел, составляет и соблюдает режим дня, применяет усвоенные знания в повседневной жизни.

Отношение к школе. Если в 1-м классе главной являлась адаптация к школе как к новому месту и новому социальному опыту, в рамках которой дети учились ориентироваться в школьном пространстве, привыкали к учителю и одноклассникам, осваивали роль ученика, то во 2-м классе, когда адаптационные задачи решены, внимание переключается на подготовку к более самостоятельной жизни: ребёнок готовится справляться с трудностями без постоянного контроля взрослого, учится планировать свои действия и отвечать за их последствия.

Развитие самооценки. Если в 1-м классе самооценка складывалась на основе оценок учителя и родителей и ребёнок видел себя глазами значимых взрослых, то во 2-м классе начинается процесс отделения самооценки от внешней оценки, в ходе которого ребёнок может начать отождествлять учебную отметку с собственной ценностью, поэтому ключевая цель 2-го класса заключается в том, чтобы помочь детям увидеть разницу между качеством выполнения работы и собственной ценностью как личности, научить их воспринимать отметку как обратную связь и ориентир для роста.

Таким образом, целевые ориентиры 1-го и 2-го классов образуют логическую последовательность: в 1-м классе закладываются основы, а во 2-м классе эти основы превращаются в устойчивые личностные качества. Переход от «я знаю» к «я умею», от внешнего контроля – к внутреннему, от оценки других – к самооценке является главной линией развития второклассника в сфере социально-психологического здоровья.

Основные новообразования обучающегося 2-го класса

Центральным психологическим изменением, отличающим второклассника от первоклассника, становится формирование самооценки и её соотношение с учебной деятельностью. Данный переход составляет центральное новообразование возраста, определяющее задачу классных часов во 2-м классе и новизну представленного сборника.

В 1-м классе, когда ребёнок находится на начальном этапе формирования самооценки, дети получали первичные представления о том, что такое оценка, знакомились с понятием самооценки в общем виде, причём для первоклассника оценка учителя являлась ориентиром, ещё не переносимым на собственную личность как устойчивая характеристика, а дети учились отличать правильное выполнение задания от неправильного.

Во 2-м классе ситуация меняется: в возрасте 8–9 лет у детей активно формируется самооценка, и учебная деятельность становится одной из главных сфер её проявления, в результате чего учебная оценка начинает восприниматься ребёнком как характеристика его личности в целом, и существует вероятность того, что, получив низкий балл, второклассник бессознательно приравнивает его к утверждению о собственной несостоятельности, что проявляется особенно заметно у детей, испытывающих трудности в освоении учебной программы.

Ключевая задача 2-го класса заключается в том, чтобы помочь ребёнку увидеть разницу между отметкой за конкретную работу и собственной ценностью как личности, сформировать у второклассника восприятие учебной оценки как ориентира для роста и конструктивной обратной связи. Именно поэтому во 2-м классе появляется классный час «Оценка и самооценка», отсутствовавший в программе 1-го класса, в контексте которого дети учатся анализировать свои результаты, отделять свои усилия от итогового балла, видеть связь между стараниями и прогрессом, а также осознавать ошибку как естественную часть образовательного процесса.

Проявление этого новообразования в содержании сборника прослеживается через все направления: дети применяют правила в моделируемых ситуациях, осваивают способы управления эмоциями, учатся признавать ошибки и исправлять их, благодаря чему вся работа 2-го класса направлена на то, чтобы ребёнок начал воспринимать себя как активного субъекта собственной жизни, способного влиять на свои результаты и нести ответственность за свои выборы.

Это новообразование является фундаментом для дальнейшего развития личности в 3-м классе, где самооценка становится более устойчивой, следовательно, ребёнок оказывается готовым к более сложным формам учебной деятельности и социального взаимодействия.

Оба сборника представляют единую систему и логически выстроены, где на каждом этапе решаются определенные задачи. Если в 1-м классе закладывается фундамент социально-психологических знаний: дети знакомятся с правилами,

ценностями, эмоциями и ответственностью, то во 2-м акцент смещается на практические навыки: дети учатся применять полученные знания в реальной жизни, осознанно регулировать своё поведение, отвечать за свои поступки и отделять учебную оценку от самооценки.

Переход от «я знаю» к «я умею», от внешнего контроля к внутреннему, от оценки других к самооценке – главная линия развития второклассника в сфере социально-психологического здоровья. Именно этот процесс определяет содержание каждого из девяти классных часов и требует от педагога особого внимания к формированию у детей адекватной самооценки и личной ответственности.

Работа во 2-м классе требует от педагога углубления, усложнения и перевода знаний в практическую плоскость с учётом возросших возрастных возможностей и новых рисков. Понимание этой логики позволит учителю выстроить эффективную воспитательную деятельность в процессе реализации классных часов по укреплению социального и психологического здоровья обучающихся и помочь каждому второкласснику перейти на новую ступень личностного развития.

Таким образом, представленный сборник предлагает педагогу целостную систему внеклассной работы, учитывающую возрастные особенности второклассников и направленную на углубление и закрепление навыков социально-психологического здоровья, заложенных на предыдущем этапе обучения.

Сценарии классных часов по укреплению социального и психологического здоровья обучающихся 2-го класса

Сценарий классного часа по направлению «Нормы социального взаимодействия»



Тема «Навигатор безопасности»

Актуальность тематики классного часа обусловлена изменением социальной ситуации развития и характера самостоятельности младшего школьника при переходе из 1-го во 2-й класс. В 1-м классе маршрут «дом – школа» преимущественно осуществляется в сопровождении взрослых. Во 2-м классе наблюдается рост самостоятельности ребенка, значительная часть второклассников ходит в школу самостоятельно. В данном контексте возникает объективное противоречие между уровнем самостоятельности ребёнка и его готовностью к безопасному поведению в окружающей среде. У детей данного возраста наблюдается недостаточность опыта в распознавании рисков: они не способны дифференцировать конкретные угрозы (например, опасность дорожного движения, контакты с незнакомцами). Данный классный час направлен на формирование у обучающихся устойчивых поведенческих моделей и алгоритмов действий в потенциально опасных ситуациях.

Цель: формирование у обучающихся осознанного и ответственного отношения к правилам и нормам безопасного поведения на маршруте «дом – школа».

Задачи:

Образовательные: актуализировать знания о правилах поведения в транспорте и на улице.

Воспитательные: способствовать формированию чувства взрослости и осознанию своей ответственности с помощью освоения навыков безопасного передвижения.

Развивающие: способствовать развитию навыков принятия решений в ситуациях, требующих соблюдения правил.

Формируемые ценности	Основные смыслы
• <i>Ответственность за собственную безопасность.</i> Осознание, что жизнь и здоровье во многом зависят от собственных действий: соблюдения ПДД, выбора безопасного маршрута, внимательности на дороге. • <i>Самостоятельность и уверенность.</i> Повышение самооценки и развитие чувства	• <i>Правила</i> – это основа комфорта и безопасности: правила поведения на улице рассматриваются не как ограничения, а как необходимые условия для безопасной среды, для того чтобы чувствовать себя уверенно и спокойно.

взрослости за счет освоения навыков безопасного передвижения. • <i>Дисциплинированность.</i> Умение следовать установленным нормам вопреки импульсивным побуждениям или автоматическому копированию поведения окружающих. • <i>Умение анализировать ситуацию.</i> Развивается способность выделять опасные и безопасные участки маршрута, предвидеть возможные риски.	• <i>Опасные зоны:</i> выявление потенциально опасных мест на маршруте: участков с интенсивным движением, плохой видимостью из-за припаркованных машин, кустов и т. п. • <i>Безопасный маршрут:</i> определение пути с наименьшим риском для жизни.
---	--

Планируемые результаты (УУД):

Личностные:

– формирование внутренней установки на соблюдение правил безопасного поведения как необходимого условия сохранения жизни и здоровья.

Регулятивные:

– целеполагание и планирование: умение самостоятельно составлять и анализировать алгоритм безопасного маршрута от дома до школы, выделяя в нём ключевые этапы и потенциальные риски;

– контроль и коррекция: способность соотносить свои действия с установленными правилами и корректировать поведение в соответствии с изменяющейся обстановкой.

Коммуникативные:

– инициация диалога: умение вступать в учебное сотрудничество, задавая уточняющие вопросы учителю и одноклассникам для прояснения информации;

– взаимодействие: способность работать в парах или малых группах при обсуждении проблемных ситуаций, аргументируя свою точку зрения и учитывая мнения других.

Познавательные:

– логические действия: установление причинно-следственных связей между нарушением правил и возможными негативными последствиями;

– решение проблем: применение полученных знаний и личного опыта для решения практических задач, связанных с безопасностью на дороге.

Оборудование и средства обучения:

– проектор или интерактивная доска, аудиоколонки;

– медиаконтент (видеоролик, интерактивная игра) с участием главных героев Ани и Вани;

– памятки-раскраски с изображением канализационного люка, стройки, незнакомого человека, собаки и двух чистых страниц;

– листы бумаги с изображенной план-схемой школы и близлежащих домов (для домашнего задания).

Ход классного часа

1. Приветствие и начало (5 минут)

Учитель (или классный руководитель) приветствует детей, представляет тему классного часа и включает медиаконтент (видеоролик), где детей приветствуют герои Ваня и Аня.

Сценарий видеоролика к классному часу

«Навигатор безопасности»

Аня. Добрый день, ребята! Как мы рады снова вас видеть!

Ваня. Вот и начинается новый учебный год.

Аня. За лето мы отдохнули, выросли, стали намного серьезнее и самостоятельнее.

Ваня. Сейчас вы уже сами ходите в школу. А нужно ли соблюдать какие-нибудь правила по дороге в школу?

Аня. Конечно! Если необходимо переходить проезжую часть, то идти нужно по пешеходному переходу или на зеленый свет светофора, посмотреть, что водители транспортных средств тебя пропускают.

Ваня. А еще не разговаривать с незнакомыми людьми.

Аня. Когда идёте – не отвлекайтесь на игры или видеоролики в телефоне. Вы можете запнуться или не заметить автомобиль, который выезжает со двора, или столкнуться с другим человеком.

Ваня. Знаешь, Аня, школа находится возле моего дома, и я не трачу много времени на дорогу, но я хочу тебе признаться, что часто иду с телефоном в руке и отвлекаюсь на что-то интересное в нем. Но теперь я знаю, насколько это опасно, и с сегодняшнего дня никогда так делать не буду.

Аня. Ребята, мы с Ваней предлагаем вам сыграть в игру под названием «Дорога в школу». По пути мы столкнемся с разными трудностями и опасностями, и очень надеемся, что вы нам поможете их преодолеть.

Ваня. Если вы справитесь с трудностями, то в конце задания в качестве приза получите предмет. И таких предметов будет много!

(«Рюкзак социального здоровья» – это девятимесячное путешествие, в котором ребёнок шаг за шагом собирает инструментарий для перехода в 3-й класс. В первый месяц он кладёт в рюкзак свисток – умение заботиться о себе и позвать на помощь в мире, полном рисков.)

Аня. Ваня, а для чего нужны будут эти предметы в рюкзаке?

Ваня. Это будет сюрприз, об этом вы узнаете в конце года. Ну что, ребята, давайте скорее сыграем в игру.

На экране появляется интерактивная игра – лабиринт с препятствиями и заданиями, дети говорят, куда нужно повернуть и почему необходимо обойти эти препятствия.

Инструкция для проведения интерактивной игры (до 10 минут)

На экране появляются фигуры Ани и Вани в левом нижнем углу. В правой части расположено изображение школы. По дороге в школу перед героями возникают препятствия. Для того чтобы их преодолеть, дети должны правильно выбрать ответы из предложенных вариантов поведения в сложной ситуации.

Учитель на интерактивной доске выбирает варианты, предложенные обучающимися. Если школьники выбирают правильный ответ, то загорается зеленый свет, неправильно – красный. Если выбран правильный ответ – герои проходят дальше, и таким образом доходят до конечной точки маршрута – «Школа».

Препятствия:

1. Полуоткрытый канализационный люк

Над люком высвечиваются варианты ответов:

- А) Наступить
- Б) Перешагнуть
- В) Обойти
- Г) Заглянуть

Правильный вариант: Обойти.

2. Стройка

Варианты ответов:

- А) Зайти и посмотреть, что там происходит
- Б) Обойти
- В) Зайти и поиграть
- Г) Спрятаться

Правильный вариант: Обойти.

3. Незнакомый человек

Варианты ответов:

- А) Взять предложенное угощение
- Б) Пойти с ним посмотреть котят (щенков)
- В) Вместе поискать потерянную вещь
- Г) Не разговаривать и пройти мимо

Правильный вариант: Не разговаривать и пройти мимо

4. Зброшенный дом

Варианты ответов:

- А) Спрятаться
- Б) Поиграть
- В) Пройти мимо

Правильный вариант: Пройти мимо.

Аня и Ваня доходят до станции «Школа», получают рюкзак достижений, состоящий из определенных понятий (безопасность, внимательность, осторожность, ответственность).

2. Основная часть (20 минут)

Учитель. Ребята, вы молодцы! Помогли Ане и Ване дойти до школы и получить свисток. С помощью него всегда можно привлечь внимание окружающих.

Задача упражнения: отработать осознанные действия при нападении собаки (не бежать, а отходить спиной), обеспечить контроль за собственным эмоциональным состоянием.

Однако это не все опасности, которые могут вас подстергать. Например, на вас напала собака, что же делать?

Ученики дают свои варианты ответов.

Вот здесь как раз может пригодиться свисток, но самое главное действие – это не бежать, а отходить спиной. Сейчас мы с вами потренируемся.

На полу круг, нарисованный мелом, или обруч. В кругу – игрушечная собака.

Дети встают рядом с кругом.

Собака рычит, смотрит на вас. Ваши действия.

Дети медленно отходят спиной, не поворачиваясь к собаке, не смотрят ей в глаза.

Прекрасно, ребята, именно так и нужно действовать.

Задача упражнения: отработать алгоритм действий при отсутствии телефона и возникновении опасности, сформировать чувство уверенности в себе (важно, чтобы ребёнок не стеснялся, не шептал, а мог правильно и четко сформулировать свою просьбу).

А бывают случаи, когда вы потеряли телефон или он разрядился, а вы столкнулись с опасностью. Поднимите руку, кто знает номер телефона своих родителей?

Дети поднимают руки.

А кто знает номер экстренной службы? Правильно – 112. Если нет телефона – найди взрослого, но обязательно взрослого с ребёнком и попроси набрать 112. А сейчас мы потренируемся.

Дети по очереди подходят к учителю, громко и чётко говорят:

«Я потерялся. Позвоните, пожалуйста, моей маме по номеру... или наберите 112».

3. Заключительная часть (5 минут)

Учитель. Сегодня мы с вами отлично поработали! Было ли трудно? Перед вами три кружка: красный, жёлтый, зелёный. Я буду задавать вопросы, а вы, если уверены в ответе, поднимаете зелёный кружок, жёлтый – сомневаетесь в ответе, красный – не знаете ответ. Не бойтесь поднять красный кружок, если что-то не поняли или забыли, мы учимся правильно оценивать свои возможности. Кто может назвать одно опасное место и сказать, что там может случиться? Кто может сказать, что делать, если незнакомый человек вас зовёт? Кто может сказать, что делать, если ты потерял телефон? Кому сегодня было трудно?

Учитель обсуждает с обучающимися проведенный классный час, закрепляя знания, полученные младшими школьниками.

Итак, ребята, мы вспомнили правила поведения на улице, определили безопасный путь до школы и поняли, насколько важно поступать правильно. Увидели, что разные опасности могут привести к плохим последствиям.

Постразговор: используйте литературные произведения о героях, которые нарушали правила безопасного поведения, и о том, к чему это привело, например, «Сказку о потерянном времени», «Дядя Степа» и т. д. Можно пригласить на классный час инспекторов ГИБДД для разговора о соблюдении ПДД. Придумать математические задачи по расчёту оптимального расстояния или времени, потраченного на дорогу в школу с учетом соблюдения правил безопасности.

Взаимодействие с родителями: детям раздаются памятки-раскраски с изображением различных опасных ситуаций (*открытый канализационный люк, стройка, незнакомый человек, собака и т. д.*), а также несколько чистых листов. Дома совместно с родителями дети их раскрашивают и рядом обозначают возможные опасности. На чистых листах рисуют возможные риски по дороге в школу и пишут правила реагирования в трудных ситуациях. Детям выдается план-схема маршрута «дом – школа», где они вместе с родителями прокладывают безопасный маршрут.

Сценарий классного часа по направлению «Здоровье как семейная ценность»



Тема «Спорт и здоровье – семейная ценность»

Актуальность. Современный образ жизни младших школьников подразумевает низкую физическую активность: уроки физкультуры, перемены и редкие прогулки не покрывают возрастную потребность в движении. Во 2-м классе увеличивается объём учебной нагрузки, требования к усидчивости и концентрации детей на уроках, что без достаточной двигательной активности приводит к накоплению внутреннего напряжения. В возрасте 8 лет дети не умеют переключаться из возбуждённого состояния в спокойное, не владеют техниками дыхания и расслабления. Занятия спортом позволяют снимать накопленное напряжение, овладевать навыками саморегуляции, уверенного поведения, умением справляться с волнением, а не только поддерживать себя в хорошей физической форме.

Мотивирующая составляющая физической активности закладывается в семье, которая является примером понимания значимости занятий спортом. Классный час направлен на формирование у обучающихся конкретных двигательных навыков (дыхание, равновесие, координация), понимания их связи с успешностью в школе и внутренней мотивации к занятиям спортом вместе с семьёй.

Цель: формирование у обучающихся понимания важности регулярной физической активности как семейной ценности, укрепляющей здоровье и помогающей в учебной деятельности.

Задачи:

Образовательные:

- актуализировать и расширить знания детей о разнообразных видах спорта и их пользе для здоровья;
- способствовать формированию представления о связи между физической активностью и успешностью в школе (внимание, спокойствие, концентрация).

Воспитательные:

- способствовать формированию устойчивой мотивации к регулярной физической активности вместе с семьёй;
- воспитывать уважение к семейным традициям, связанным со здоровьем и активным досугом.

Развивающие:

- способствовать формированию навыка саморегуляции (умение успокаиваться, концентрироваться, справляться с волнением);
- способствовать развитию умения работать в паре и рассказывать о семейных традициях.

Формируемые ценности и основные смыслы

Формируемые ценности	Основные смыслы
• <i>Ценность здоровья.</i> Понимание здоровья как многогранной ценности (физическое, психическое, социальное благополучие). • <i>Ответственность за своё здоровье.</i> Выполнение регулярных физических упражнений зависит от самого ребёнка. • <i>Ценность здорового образа жизни.</i> Привычка к регулярной физической активности и активному досугу. • <i>Командный дух и совместный досуг.</i> Умение работать в группе, поддерживать друг друга, выбирать активный отдых всей семьёй.	• <i>Здоровье – общая ответственность семьи.</i> Совместные занятия спортом, прогулки, активный отдых создают фундамент для благополучия всех поколений. • <i>Единство поколений через совместную активность.</i> Общие цели, эмоции и достижения сплачивают родителей и детей. • <i>Спорт помогает в школе каждый день.</i> Даже маленькие упражнения делают ребёнка спокойнее и внимательнее. • <i>Спорт формирует личностные качества.</i> Ловкость, выносливость, умение концентрироваться переносятся на учёбу и общение.

Планируемые результаты (УУД):

Личностные: бережное отношение к своему физическому и психическому здоровью, а также окружающих людей.

Регулятивные: самоконтроль при выполнении физических упражнений.

Коммуникативные: уважительное отношение к собеседнику, соблюдение правил ведения диалога.

Познавательные: связь между выполнением физических упражнений и успешностью в школе.

Оборудование и средства обучения:

- проектор или интерактивная доска, аудиоколонки;
- медиаконтент (видеоролик, интерактивные игры) с участием главных героев Ани и Вани;
- шаблоны раскрасок, цветные карандаши, фломастеры, ножницы, клей (<https://disk.360.yandex.ru/d/AYvL2g1RNBAsdw>).

Ход классного часа

1. Приветствие и начало (3–4 минуты)

Учитель приветствует детей, представляет тему классного часа и включает видеоконтент, где детей приветствуют герои Ваня и Аня.

Сценарий видеоролика к классному часу

«Спорт и здоровье – семейная ценность»

Аня и Ваня (вместе). Здравствуйте, ребята! С вами снова мы – Аня и Ваня.

Аня. Ваня, я смотрю, у тебя в руках мяч. Ты идешь на волейбол?

Ваня. Аня, да ты что, это же футбольный мяч! Я люблю футбол и сейчас иду на спортивную площадку поиграть с друзьями.

Аня. Мой папа рассказывал мне, что футбол – это не просто игра. В футболе надо быть умным, чтобы придумывать ходы и помогать своей команде. Вот почему это полезная игра.

Ваня. Ты совершенно права!

Аня. А я люблю коньки и лыжи. Мы с мамой часто ходим на каток. А иногда берём бабушкины коньки — она каталась на них в детстве. Они уже совсем старые, но я их берегу, ведь это память о нашей семье. А у меня современные, удобные, блестящие!

Ваня. А мы с папой катаемся часто на велосипедах. Я уверен, что почти все второклассники занимаются спортом. Кто-то ходит в секцию, кто-то играет во дворе, кто-то занимается вместе с семьёй. И это здорово!

Аня. Ваня, представляешь, я сейчас видела спортсменов, они так быстро бежали на тренировку, что перепутали одежду и инвентарь.

Ваня. Ребята, давайте поможем спортсменам быстро найти свои вещи и не опоздать на занятия!

Инструкция для проведения интерактивной игры (до 10 минут)

На экране появляются Ваня и Аня на спортивной дорожке с шестью последовательными этапами. Внизу экранов три блока с надписями видов спорта. В середине экрана появляются изображения трех элементов инвентаря или экипировки. Задача детей – переместить картинку к блоку с надписью соответствующего вида спорта.

Экран 1: надписи: футбол, волейбол, баскетбол. Изображения: футбольный, баскетбольный, волейбольный мячи

Экран 2: надписи: хоккей с шайбой, хоккей с мячом, хоккей на траве. Изображения: клюшка для хоккея с мячом, с шайбой, на траве

Экран 3: надписи: большой теннис, настольный теннис, бадминтон. Изображения: ракетка для настольного тенниса, для большого тенниса, для бадминтона

Экран 4: надписи: футбол, хоккей, каратэ. Изображения: футбольная форма, хоккейная форма, кимоно

Экран 5: надписи: бокс, ушу, вольная борьба. Изображения: боксерская форма, кимоно, борцовская форма

Экран 6: надписи: конькобежный спорт, фигурное катание, хоккей. Изображения: конькобежные, фигурные, хоккейные коньки. После успешного выполнения всех заданий появляется изображение кроссовок в обрамлении фейерверков, звездочек, звукового сопровождения.

2. Основная часть (20 минут)

Учитель. Ребята, давайте поблагодарим Аню и Ваню. Мы узнали, как много видов спорта и какой разнообразный для них нужен инвентарь. А еще в каждом виде спорта есть свои тренировочные упражнения, но есть и такие, которые подходят для любого вида спорта, а также пригодятся и вам в жизни.

Есть упражнение, которое любят гимнасты и фигуристы. Давайте назовем его «Десять секунд тишины».

Задача упражнения: отработать навыки самоконтроля, опоры на внутренние ориентиры и терпения.

Это упражнение учит нас быть спокойными и внимательными. Ребята, встаньте рядом с партой, поставьте ноги вместе, опустите руки вдоль туловища. Закройте глаза, удерживайте равновесие. Если сложно, закрывайте глаза ненадолго.

Дети выходят из-за парт, встают в проходе, ноги вместе, руки вдоль туловища.

Закрывают глаза, учитель отсчитывает 10 секунд.

Продолжаем. Теперь тренируем внимание и ловкость. Упражнение называется «Цапля».

Задача упражнения: отработать навыки бесконфликтного поведения и групповой поддержки.

Ребята, развернитесь лицом друг к другу, чтобы получились пары. Возьмитесь за руки, поднимите одну ногу, как цапля. Поймайте равновесие, я считаю до 5, стойте в положении цапли пять счетов. А теперь закройте глаза, стойте пять счетов с закрытыми глазами.

А теперь попробуйте самостоятельно, без поддержки, я считаю до 10.

Дети разворачиваются друг к другу лицом, чтобы получились пары, берутся за руки, встают на одну ногу, вторую сгибают в колене, ловят равновесие, учитель считает до 5, потом предлагает детям закрыть глаза, снова считает до 5. Дети открывают глаза и меняют ногу, и упражнение повторяется. Затем учитель предлагает повторить упражнение еще раз индивидуально. Дети разъединяют руки, ставят руки на пояс и повторяют упражнение. Далее дети садятся за парты.

Какие вы молодцы, все справились. Устройте соревнование с родными – кто дольше удержит равновесие. Делайте это упражнение каждый день, и вы почувствуете, как станете увереннее в себе.

Ребята, представьте, что вы – спортивные тренеры. Я вам раздам картинки, где нарисованы мальчик и девочка, которые пока еще не выбрали вид спорта.

Задача упражнения: способствовать формированию эмоционально-позитивного отношения к спорту.

Помогите им собраться на тренировку, выбрать нужную форму и инвентарь: раскрасьте, вырежьте, наклейте, подпишите вид спорта, которым они будут заниматься.

Дети разрезают лист, вырезают экипировку и инвентарь, наклеивают, раскрашивают, подписывают.

3. Заключительная часть (5 минут)

Учитель. Ребята, вы отлично поработали! Узнали много нового о спорте и здоровье. Давайте снова встанем из-за парт и покажем, как прошло наше занятие. Если вам было весело, интересно и полезно, то вы показываете вот так (*показывает*): подбородок вверх, руки в стороны, ноги на ширине плеч. Если остались вопросы, что-то непонятно, то покажите своим телом знак вопроса. Если ничего не успели, было трудно, опустите голову и обнимите себя руками.

Постразговор:

- Пригласить на классный час спортсмена или тренера, который расскажет о своём виде спорта и ответит на вопросы детей.
- Провести викторину на тему спорта и здоровья.
- Организовать выставку рисунков «Моя спортивная семья».

Взаимодействие с родителями: предложить детям составить расписание спортивных занятий на неделю для всей семьи. Спросить родителей, какими видами спорта они занимались в детстве.

Сценарий классного часа по направлению «Общечеловеческие ценности»



Тема «Оценка и самооценка»

Актуальность тематики классного часа обусловлена комплексом психолого-педагогических, социальных и образовательных факторов. Позитивное отношение к учебной оценке снижает тревожность, связанную с контролем и оцениванием, и способствует формированию внутренней учебной мотивации и устойчивой положительной самооценки. Адекватная самооценка выступает одним из ключевых регуляторов учебной деятельности. Напротив, неадекватная самооценка (завышенная или заниженная) может приводить к избеганию сложных задач и снижению познавательной активности.

Цель: формирование у обучающихся адекватной самооценки через позитивное отношение к учебной оценке.

Задачи:

Образовательные: способствовать формированию умения анализировать собственные учебные результаты с опорой на чёткие критерии, а не на субъективное восприятие.

Воспитательные: способствовать формированию позитивного отношения к оценкам как средству самосовершенствования и адекватного восприятия неудачи без обесценивания себя.

Развивающие: способствовать развитию навыков объективного, а не эмоционального оценивания своих знаний и умений.

Формируемые ценности и основные смыслы

Формируемые ценности	Основные смыслы
• <i>Ценность знаний.</i> Понимание, что главная цель учёбы — получение знаний и умений, а не просто высокие отметки. • <i>Ценность учебы.</i> Восприятие обучения как непрерывного процесса, в котором ошибки и неудачи ведут к дальнейшему росту. • <i>Самоуважение.</i> Осознание собственной ценности вне зависимости от текущих учебных результатов. • <i>Ответственность за собственные успехи и неудачи.</i> Осознание связи между собственными усилиями и полученными результатами. • <i>Оценка как инструмент самосовершенствования.</i> Понимание, что отметка дает информацию о текущем уровне знаний и направление для роста, а не является приговором.	• <i>Осознанное целеполагание.</i> На основе адекватной самооценки постановка обучающимися реальных учебных целей. • <i>Оценка как инструмент обратной связи.</i> Восприятие отметки как ориентира правильности усвоенных знаний, а не оценки личности. • <i>Важен процесс, а не только результат.</i> Стремление не к положительной оценке как внешней мотивации, а к получению знаний как внутренней мотивации. • <i>Открытость к конструктивной критике.</i> Обучающийся учится воспринимать замечания учителя как помощь, формируя положительную самооценку.

Планируемые результаты (УУД):

Личностные:

– формирование понимания ценности знаний и саморазвития, связи между усилиями и результатами;

– позитивное восприятие учебной оценки как инструмента развития.

Регулятивные:

– целеполагание и планирование: умение ставить учебные цели на основе адекватной самооценки и составление плана действий для достижения учебных целей;

– контроль и коррекция: способность соотносить способ действия и его результат с заданным эталоном и работа над ошибками с учётом полученных замечаний; объективное отношение к полученным отметкам.

Коммуникативные:

– инициация диалога: умение вступать в учебное сотрудничество, задавая уточняющие вопросы учителю и одноклассникам для проявления информации;

– взаимодействие: способность работать в парах или малых группах при обсуждении проблемных ситуаций, аргументируя свою точку зрения и учитывая мнения других.

Познавательные:

– логические действия: анализ собственных результатов с выделением причин успехов и неудач;

– решение проблем: формулирование учебных проблем на основе самооценки и выбор оптимальной стратегии для преодоления затруднений.

Оборудование и средства обучения:

- проектор или интерактивная доска, аудиоколонки;
- медиаконтент (видеоролик, интерактивная игра) с участием главных героев Ани и Вани;
- картинка светофора и стикеры;
- лист бумаги и цветные карандаши;
- заготовки в виде дерева и листьев.

Ход классного часа

1. Приветствие и начало (5 минут)

Учитель (или классный руководитель) приветствует детей, представляет тему классного часа и включает медиаконтент (видеоролик), где детей приветствуют герои Ваня и Аня.

Сценарий видеоролика к классному часу

«Оценка и самооценка»

Аня. Добрый день, ребята! Вот мы снова вместе!

Ваня. Аня, что у тебя в руках?

Аня. Дневник с оценками.

Аня стоит с дневником в руках, затем открывает его:
в нем только оценки 4 и 5.

Ваня. Для чего нужны оценки?

Аня. Учебная оценка показывает, насколько хорошо мы выполнили задание или усвоили урок.

Ваня. Ты молодец, Аня, у тебя в дневнике четверки и пятёрки, а вот у меня бывают тройки.

Ваня опускает голову.

Аня. Ничего страшного, бывает, что не все у нас получается и какие-то задания нам даются с трудом. Но низкую отметку учитель ставит не для того, чтобы нас расстроить, а чтобы мы увидели, где у нас есть трудности в знаниях и где нам нужно больше приложить усилий, чтобы понять тему. И не нужно на учителя обижаться или считать, что ты плохой.

Ваня. Просто сейчас у тебя не получилось, но ты постарайся и усвоишь все знания. Бывает, что начинаешь подробно изучать что-то и понимаешь, насколько это легко и интересно.

И думаешь: «Я хорошо постарался, мне понравилось решать эту задачу», и это уже самооценка.

Аня. Да, самооценка – это то, как вы сами оцениваете свои успехи. Это ваше мнение о том, хорошо ли вы справились.

Ваня. Чтобы правильно оценивать свои результаты – этому нужно учиться.

Аня. Ребята, помогите нам пройти препятствия и получить хорошие оценки.

На экране появляется интерактивная игра – карта островов с заданиями, дети говорят, что нужно сделать.

Инструкция для проведения интерактивной игры (до 10 минут)

На экране появляются Аня и Ваня, путешествующие по карте островов.

Ребятам необходимо пройти пять этапов испытаний. Если вводится неправильный ответ на соответствующее задание, то появляется отметка 2, если правильный, то отметка 5.

1. Остров Математики

Возникает пример на сложение и вычитание: $34 - 12 + 21$.

Учащиеся говорят ответы, учитель вводит варианты ответов, если он верен – герои попадают на следующий остров (правильный вариант ответа: 43).

2. Остров Литературного чтения

На экране появляется текст сказки «Каша из топора», дети отвечают на вопрос о ключевом зашифрованном слове из данной сказки. Учитель вводит ответ «Соль» («Солить», «Посолить») в отведённом окне, и герои проходят дальше.

3. Остров Русского языка

Возникает набор слов *робот, конструктор, собрать, из, ребята*. Учащимся необходимо из них правильно составить предложение (*Ребята собрали из конструктора робота.*) Учитель печатает ответ: «Ребята собрали из конструктора робота» в отведённое окно, и герои попадают на следующий остров.

4. Остров Окружающего мира

Возникают пронумерованные картинки: 1. Комар. 2. Грибы. 3. Медведь. 4. Муха. 5. Заяц. 6. Ель. Необходимо назвать номера картинок, на которых изображены насекомые. Дети называют варианты. Учитель вводит правильные варианты ответа: 1, 4 – и герои проходят дальше.

5. Остров «Дневник»

Аня и Ваня оказываются на последнем острове, и на экране появляется школьный дневник с отметками.

2. Основная часть (25 минут)

Учитель. Ребята, вы молодцы! Помогли Ане и Ване справиться с заданием. А мы сами сделаем «Дерево успехов нашего класса». У каждого из вас в руках листочек. Напишите на листочке одно своё достижение за последнее время (например, «выучил стихотворение», «решил сложную задачу»). Прикрепите листочек к дереву.

Задача упражнения: сформировать адекватную самооценку и осознать свои учебные достижения, показать, что каждый ребёнок успешен в чём-то, а обучение – это процесс роста. Это наглядное подтверждение усилий ребенка. Дети осознанно формулируют свой успех и замечают положительные моменты в учёбе.

Детям раздаются заготовки в виде листьев дерева, на которых они пишут свои достижения, по очереди выходят к доске и прикрепляют листочки к дереву.

Ребята, посмотрите, какое дерево у нас получилось. Вначале на нем не было листьев, а теперь они распустились. Так и наши успехи в учебе постепенно растут, как дерево, становятся крепче и выше, если мы упорно занимаемся и трудимся. Но бывает так, что у нас не получается.

Задача упражнения: познакомить детей с элементарными навыками само-анализа учебной деятельности, научить выделять сильные и слабые стороны в освоении школьных предметов, сформировать позитивное отношение к процессу обучения и ошибкам как части развития.

Нарисуйте три круга. В первом напишите или нарисуйте то, что у вас получается лучше всего в школе. Во втором – то, что даётся с трудом. В третьем – чему бы вы хотели научиться.

А теперь посмотрите на свои круги. Видите? У каждого из вас есть то, что получается хорошо, и то, что пока не очень. Это совершенно нормально. В классе нет ни одного человека, у которого всё получается идеально, даже у меня. И нет ни одного, у которого ничего не получается.

Если у вас что-то не получается сегодня, это не значит, что вы плохой ученик или плохой человек. Это значит только одно: вы ещё не научились, но можете научиться. Ошибка – подсказка, куда направить свои усилия.

3. Заключительная часть (5 минут)

Учитель. Сегодня мы с вами отлично поработали! Посмотрите, пожалуйста, на доску. Перед вами «светофор». Возьмите стикер и прикрепите его на тот свет, который лучше всего подходит к вашему настроению после занятия:

зелёный – «Я справился легко»;

жёлтый – «Было сложно, но я справился»;

красный – «Мне нужна помощь».

На доска закреплен светофор, дети по очереди подходят и крепят свои стикеры.

У тех обучающихся, которые закрепили стикеры возле красного света, учитель спрашивает: «С какой трудностью ты столкнулся?».

Помните, каждый из вас особенный и способен на многое! Главное – стараться и верить в себя, а оценки – это лишь показатель, насколько правильно вы усвоили знания, и ориентир для новых достижений.

Постразговор: завести «Тетрадь достижений», где ребёнок будет фиксировать учебные успехи, личные достижения, усилия. Написать с ребёнком «Письмо в будущее», где он описывает, чего он хочет добиться, пишет пожелания себе. Затем запечатать его и открыть через четко зафиксированное время (месяц, полгода и т. д.).

Взаимодействие с родителями: регулярно (раз в неделю или после контрольных) делать совместный анализ оценок с ребёнком: Что получилось? Где были сложности? Как исправить? Составить план действий по работе над ошибками.

Сценарий классного часа по направлению «Дружба, помощь и общение»



Тема «Наш дружный класс»

Актуальность тематики классного часа обусловлена интенсивным развитием социальных связей младшего школьника во 2-м классе. 2-й класс – это время, когда дети начинают активно формировать устойчивые модели взаимодействия: учатся договариваться, уступать, просить разрешение и отказывать. Но без целенаправленного педагогического сопровождения эти модели могут складываться стихийно и не всегда конструктивно.

Наряду с ростом потребности в общении у второклассников часто отсутствуют чёткие представления о границах личного пространства и собственности. Дети могут не осознавать разницу между «моим» и «чужим», руководствуясь импульсивным желанием взять понравившуюся вещь, не спросив разрешения. Это порождает конфликты, обиды и недопонимание в коллективе.

Данный классный час направлен на то, чтобы помочь детям осознанно подойти к правилам общения, научиться уважать чужие вещи как часть личности другого человека и выстраивать дружеские отношения на основе доверия и взаимопомощи.

Цель: формирование у обучающихся представлений о правилах уважительного общения в детском коллективе, понимания границ личной собственности и основ конструктивного взаимодействия со сверстниками.

Задачи:

Образовательные:

- актуализировать знания о правилах общения в коллективе;
- сформировать алгоритм действий в ситуациях, связанных с чужими вещами (просить разрешения, благодарить, возвращать).

Воспитательные:

- воспитывать чувство ответственности за свои слова и поступки перед одноклассниками;
- способствовать сплочению детского коллектива через осознание ценности дружеской поддержки.

Развивающие:

- способствовать формированию навыков эмпатии (понимание чувств другого человека);
- развивать умение анализировать конфликтные ситуации и находить конструктивные способы их разрешения;
- формировать навыки самоконтроля и рефлексии собственного поведения.

Формируемые ценности и основные смыслы

Формируемые ценности	Основные смыслы
• <i>Уважение к личным границам и собственности.</i> Понимание, что у каждого человека есть своё личное пространство и вещи, которые нельзя брать без спроса. Это основа доверия и комфортных отношений в классе. • <i>Дружелюбие и взаимопомощь.</i> Осознание того, что настоящий друг – это тот, кто поддерживает, делится и помогает в трудной ситуации, но при этом не нарушает твоих границ. • <i>Ответственность за свои поступки.</i> Понимание, что каждое действие имеет последствия. • <i>Умение слушать и слышать.</i> Способность внимательно относиться к словам и эмоциям одноклассников, замечать, когда человеку нужна помощь или поддержка.	• <i>«Моё» и «чужое»</i> – осознание чёткой границы между своей и чужой собственностью. Умение остановиться, оценить ситуацию и спросить разрешения, прежде чем взять чужую вещь. • <i>Вежливость как инструмент общения.</i> Слова вежливости («можно?», «пожалуйста», «спасибо», «извини») не просто формальность, а способ показать уважение к собеседнику и избежать конфликтов. • <i>Дружба – это ответственность.</i> Дружить – значит заботиться о другом человеке, уважать его чувства, радоваться его успехам и поддерживать в неудачах.

Планируемые результаты (УУД):

Личностные:

- формирование внутренней установки на уважительное отношение к ответственности других людей и личным границам;
- развитие эмпатии — способности понимать чувства другого человека (обида, радость, огорчение) в ситуациях, связанных с нарушением правил общения;
- осознание себя частью коллектива и понимание ответственности за свои поступки перед одноклассниками.

Регулятивные:

- контроль и коррекция: способность оценивать свои действия на предмет соответствия правилам вежливости и корректировать поведение;
- оценка: умение адекватно оценивать правильность выполнения действия.

Коммуникативные:

- инициация диалога: умение вступать в разговор, вежливо обращаться с просьбой;

– аргументация и взаимодействие: способность работать в паре или группе, умение договариваться, слушать мнение другого и приходить к общему решению.

Познавательные:

- логические действия: установление причинно-следственных связей между неправильным поведением и его последствиями;
- анализ ситуаций: умение анализировать примеры из жизни или из предложенных задач, выделять в них правильные и неправильные действия;
- осознанное построение речевого высказывания: умение чётко и вежливо формулировать свои мысли, просьбы или отказы.

Оборудование и средства обучения:

- проектор или интерактивная доска, аудиокolonки;
- медиаконтент (видеоролик или презентация) с участием главных героев Ани и Вани (продолжение серии);
- 3 мяча;
- разноцветные листы бумаги;
- мелкие личные вещи детей.

Ход классного часа

1. Приветствие и начало (5 минут)

Учитель (или классный руководитель) приветствует детей
представляет тему классного часа и включает медиаконтент (видеоролик),
где детей приветствуют герои Ваня и Аня.

Сценарий видеоролика к классному часу

«Наш дружный класс»

Аня. Добрый день, ребята! Мы снова с вами.

Аня держит в руках листы с наклейками.

Ваня. Аня, это что у тебя в руках?

Аня. Это наклейки. Правда, красивые? Мне мама вчера купила.

Ваня. Ух ты! Классные! Подари мне одну, какую не жалко, у тебя их все равно много.

Аня. Конечно, Ваня, держи. Ты молодец, что попросил, а не взял без спроса то, что тебе понравилось.

Ваня. Знаешь, раньше я брал чужие вещи без спроса, потому что стеснялся просить. Один раз друг обиделся и не разговаривал со мной целый день. Я тогда понял: брать чужое без разрешения – значит делать человеку плохо.

Аня. А я боялась просить. Думала, что откажут. Но потом научилась говорить: «Можно мне, пожалуйста!» – и оказалось, что все любят делиться, если вежливо попросить.

Ваня. Главное правило: «Попроси разрешения – поблагодари – верни». Или вежливо скажи: «Извини, но мне это сейчас нужно».

Аня. Если каждый будет брать вещи без спроса, даже если мы друзья, то у меня скоро ничего не останется. Так нечестно! Дружба – это когда ты уважаешь то, что дорого другому.

Ваня. А если все-таки случайно обидел – не бойся извиниться. Скажи: «Прости, я нечаянно».

Аня. Ребята, мы с Ваней предлагаем вам игру «Путь к дружбе». Мы будем сталкиваться с разными ситуациями, а вы поможете нам выбрать правильные ответы. Если справитесь – в конце вас ждёт сюрприз для рюкзака!

Ваня. Ну что, готовы? Поехали!

Инструкция для проведения интерактивной игры (до 10 минут)

На экране – серые неподвижные фигуры Ани и Вани.

Они выглядят застывшими и заколдованными, как статуи. Над ними текст:

«Ребята! Нас заколдовал злой волшебник Незнайка-Неумейка. Мы забыли все правила общения. Расколдуйте нас! Научите нас правильно действовать – и мы оживём!»

Вокруг фигур в хаотичном порядке плавают облачка-действия (с пиктограммами и короткими подписями в 2–3 слова).

Задача детей: выбрать для Ани и Вани ПРАВИЛЬНЫЕ действия (по 5 на каждую фигуру), чтобы расколдовать их. Учитель кликает на облачко.

- Правильное действие заполняет фигуры персонажей цветом.
- Неправильное – лопается, и герои остаются застывшими.

Качества (действия) для фигур:

Для фигуры мальчика (5 правильных действий):

- Прошу разрешения
- Помогаю, если просят
- Прошу прощения, если не прав
- Говорю «нет», если не хочу
- Слушаю и не перебиваю

Для фигуры девочки (5 правильных действий):

- Говорю «нет», если не хочу
- Помогаю, если просят

- Прошу прощения, если не права
- Слушаю и не перебиваю
- Говорю: «Мне это неприятно»

Неправильные действия (исчезают):

✗ Лопаются

Беру без спроса

Обзываюсь

Дерусь

Не слушаю, перебиваю

Молчу, если обижают

Позволяю трогать свои вещи, даже если не хочу

Прохожу мимо, если кому-то плохо

Делаю, что другие говорят, даже если сам не хочу

Финал: Когда в каждую фигуру «попадает» по 5 правильных действий – фигуры **ОЖИВАЮТ**: становятся цветными, улыбаются, машут рукой, появляются подписи «Аня» и «Ваня».

Аня и Ваня (*голоса или текст*):

Аня. Ура! Мы снова с вами! Спасибо, что научили нас правильно действовать!

Ваня. Теперь мы знаем, как просить разрешение, как помогать и как защищать себя. А главное – мы запомнили, что уважать других так же важно, как уважать себя!

Аня. Вы – настоящие друзья!

Появляется картинка с изображением ластика.

Учитель. Ребята, ластик – это возможность исправить ошибку в тетради, стереть и написать заново. Но в жизни, к сожалению, нельзя просто стереть плохой поступок, но его можно исправить с помощью слов – подойти и попросить прощения, вернуть чужую вещь. Ошибку в тетради мы стираем ластиком, а ошибку в жизни исправляем поступками и честными словами. Ведь это значит, что мы сами управляем тем, как всё исправить.

2. Основная часть (20 минут)

Учитель. Ребята, вы молодцы! Расколдовали Аню и Ваню, научили их правильным действиям. Но теперь давайте проверим, как вы сами умеете применять эти правила в жизни. Сейчас мы с вами поиграем в игру «Топ-хлоп».

Задача упражнения: развивать умение оценивать поступки с позиции «правильно – неправильно», осознанно определять границы допустимого поведения в общении со сверстниками.

Я буду называть разные действия, а вы внимательно слушать. Если я называю правильный поступок – вы хлопаете в ладоши. Если неправильный – топаете ногами. Начинаем!

Попросил разрешения – хлоп.

- Взял без спроса – топ
- Сказал «спасибо» – хлоп
- Обозвал друга – топ
- Помог поднять упавшее – хлоп
- Извинился – хлоп
- Дерётся – топ
- Сказал «нет», если не хочет делать – хлоп
- Перебивает и не слушает – топ
- Прошёл мимо, когда кому-то плохо – топ

Молодцы, ребята! Вы отлично справились, сразу видно – вы знаете, что хорошо, а что плохо. А теперь следующее упражнение – «Волшебный мяч».

Задача упражнения: способствовать формированию навыка использования вежливых слов и фраз в повседневном общении, закреплять умение выражать просьбу, отказ, благодарность и извинение в социально приемлемой форме.

Встаём из-за парт. Я передаю три мяча, по одному на каждый ряд, вы передаёте мяч впереди стоящему ученику. Когда я скажу «Стоп!», тот, у кого мяч, говорит вежливую фразу. Если фраза действительно вежливая, все хлопаем. Готовы? Начинаем. Например:

- «Можно мне, пожалуйста?»
- «Спасибо!»
- «Извини, я нечаянно»
- «Будь добр, передай»
- «Мне это неприятно, перестань»
- «Давай играть вместе»

Отлично, ребята! Вы справились. Вежливые слова помогают нам договариваться, уважать друг друга и не ссориться. Запомните: говорить их легко, а приятно становится всем. Молодцы!

Ребята, сейчас мы поиграем в игру «Границы моего дома».

Задача упражнения: способствовать формированию представления о личных границах и уважения к чужим вещам через практическое моделирование си-

туаций вежливой просьбы и отказа, развивать умение уважать выбор другого человека и понимать, что каждая вещь принадлежит её хозяину.

Я раздаю вам яркие листы. Положите их перед собой на парту. Класс – это город, а ваш лист – это ваш дом. Всё, что лежит внутри этого листа – ваша личная собственность. Никто не имеет права зайти в ваш дом и взять вещь без вашего разрешения. Вы – хозяин! Теперь я кладу на каждый лист вашу личную вещь – ручку или карандаш. Запомните: это ваше, и только вы решаете, дать её другому или нет.

А теперь работаем в парах. Повернитесь к соседу по парте. Сейчас вы по очереди будете просить друг у друга вещь. Тот, кто просит, говорит: «Можно мне войти в твой дом и взять ручку?» или «Можно мне взять твой карандаш?». Хозяин отвечает: «Да, возьми» или «Извини, но мне это нужно сейчас». Потом меняетесь ролями. Начинаем.

А теперь давайте обсудим. Скажите, когда вы были хозяином своего дома, что вы чувствовали? Приятно было, когда у вас вежливо попросили разрешения? А когда просили сами – легко было сказать вежливую фразу? Как вы думаете, почему важно уважать чужие вещи? Запомните: каждая вещь в классе имеет хозяина. И прежде чем взять чужое, всегда спрашивай разрешения. Уважать чужие границы – значит уважать другого человека. Так мы сохраняем дружбу и хорошие отношения в классе.

Заключительная часть (5 минут)

Учитель. Сегодня мы отлично поработали! Научились просить разрешения, говорить «нет», защищать свои границы и уважать чужие.

А теперь – наши кружки (зелёный, жёлтый, красный). Я задаю вопросы, вы поднимаете кружок:

- зелёный – уверен
- жёлтый – сомневаюсь
- красный – не знаю

Вопросы:

- «Можно брать чужое без спроса?»
- «Что сказать, если случайно обидел друга?»
- «Как правильно попросить вещь?»
- «Что сказать, если не хочешь что-то делать?»
- «Кому сегодня было трудно?»
- «Что нового узнали?»

Ребята, встаньте, пожалуйста. Сейчас я буду задавать вопросы. Если ваш ответ «ДА» – поднимаете руку и машете. Если «НЕТ» – отпускаете руки.

Итак:

Вы сегодня узнали что-то новое?

Вам было трудно?

Вы теперь точно знаете, что без спроса брать нельзя?

Вы запомнили, как вежливо попросить?

Вы чувствуете, что сегодня стали чуточку добрее?

Наш класс самый лучший?

Молодцы, садитесь.

Я вами горжусь! Уважать чужие вещи, уметь извиняться, защищать свои границы и помогать другим – вот что делает нас не просто учениками, а хорошими людьми, делает наш класс дружным и уютным для каждого.

Постразговор: рекомендуются литературные произведения: В. Осеева «Волшебное слово», «Почему?», Л. Толстой «Косточка». Можно пригласить школьного психолога для тренинга по общению. Организовать выставку рисунков «Наши правила дружбы».

Взаимодействие с родителями: детям раздаются памятки-раскраски с изображением ситуаций: «Как попросить разрешения», «Как извиниться», «Как сказать "нет"». Дома вместе с родителями дети раскрашивают, обсуждают каждую ситуацию.

«Дневник добрых дел» — в течение недели записывать или зарисовывать ситуации, где ребёнок правильно попросил, вежливо отказал или помог кому-то. В конце недели — обсуждение в классе.

Сценарий классного часа по направлению «Эмоции. Эмоциональный интеллект. Эмпатия»



Тема «Мир эмоций: познай себя и пойми других»

Актуальность тематики классного часа заключается в активном осознании второклассниками своих эмоций и эмоций окружающих. Однако не всегда они их могут адекватно идентифицировать и контролировать. Это создаёт потребность в навыках саморегуляции и эмоционального контроля. Происходит понимание чужих эмоций, предугадывание реакции других, регуляция своего поведения в зависимости от ситуации. Возникает важность интеграции работы над эмоциональным интеллектом в образовательный процесс. Неспособность распознавать и управлять эмоциями может приводить к импульсивным реакциям, конфликтам, социальной дезадаптации, риску развитию неврозов и психосоматических нарушений.

Цель: формирование у обучающихся навыков распознавания, понимания и управления своими эмоциями.

Задачи:

Образовательные: научить распознавать и называть собственные эмоции и эмоции других людей.

Воспитательные: способствовать формированию бережного отношения к собственным эмоциям и эмоциям других людей.

Развивающие: способствовать развитию эмоциональной отзывчивости и чувствительности к эмоциональному состоянию других людей.

Формируемые ценности и основные смыслы

Формируемые ценности	Основные смыслы
• <i>Уважение к собственным чувствам и эмоциям других людей.</i> Признание права каждого человека испытывать и выражать эмоции. • <i>Сопереживание.</i> Способность понимать и разделять чувства другого человека, откликаться на его эмоциональное состояние. • <i>Ответственность за свои эмоции и реакции.</i> Понимание широкого спектра способов выражения эмоций. • <i>Самоконтроль.</i> Способность регулировать свои эмоциональные реакции, выбирать конструктивные способы поведения.	• <i>Осознание себя.</i> Умение замечать, понимать собственные эмоции и связь этого понимания с поведением. Это основа самопознания и самооценки. • <i>Эмоциональная грамотность.</i> Освоение названия разных эмоций, умение их различать и точно описывать. • <i>Уверенность в себе.</i> Понимание, что эмоции нормальны и ими можно управлять, формирование ощущения контроля над ситуацией и повышение психологической устойчивости.

Планируемые результаты (УУД):

Личностные: проявление терпимости и уважительного отношения к различным эмоциональным проявлениям окружающих.

Регулятивные: умение распознавать своё текущее эмоциональное состояние, проявлять волевое усилие для сдерживания негативных реакций и выбирать социально приемлемые формы реагирования.

Коммуникативные: умение выразить свои чувства словами и понимать невербальные сигналы окружающих.

Познавательные: умение различать основные эмоции, анализировать причины возникновения собственных эмоций и эмоций других людей.

Оборудование и средства обучения:

- проектор или интерактивная доска, аудиоколонки;
- медиаконтент с диалогами главных героев Ани и Вани;
- карточки с примерами ситуаций;
- разноцветный пластилин, дощечки или клеёнки для работы с пластилином, стеки.

Ход классного часа

1. Приветствие и начало (5 минут)

Учитель (или классный руководитель) приветствует детей, представляет тему классного часа и включает медиаконтент (видеоролик), где детей приветствуют герои Вania и Аня.

Сценарий видеоролика к классному часу
«Мир эмоций: познай себя и пойми других»

Аня. Добрый день, ребята! Мы рады снова вас видеть!

Ваня. Сегодня мы отправимся в увлекательное путешествие в мир эмоций!

Аня. В прошлом году мы с вами учились распознавать эмоции. Давайте вспомним и назовем основные эмоции.

Дети называют базовые эмоции: радость, удивление, спокойствие, печаль, страх, гнев. На экране высвечиваются картинки с основными эмоциями.



Аня. Эмоции – это то, что мы чувствуем, когда что-то происходит или когда о чем-то думаем. Например, если тебе подарили конфету, ты радуешься, а если ты потерял любимую игрушку – грустишь. Эмоции помогают нам понять, что нам нравится, а что нет, что делать дальше.

Ваня. Все ли эмоции важны? Можно ли сказать, что есть плохие и хорошие эмоции?

Аня. Все эмоции важны и нужны! Даже те, которые мы считаем «плохими», например, злость или страх. Злость помогает нам защищаться, а страх – избегать опасности. Не надо прятать свои чувства – лучше разобраться, что ты сейчас чувствуешь, и сказать о этом по-доброму, чтобы никого не обидеть.

Ваня. Теперь мне все понятно. Аня, а только эти шесть эмоций бывают? Или есть еще?

Аня. А знаешь, Ваня, помимо простых эмоций существуют и другие, более сложные, например: обида, разочарование, восторг, гордость, благодарность, сочувствие, зависть...

Ваня. Ух ты, как много на самом деле у нас эмоций!

Аня. Все они влияют на нашу жизнь, и очень важно научиться понимать свои эмоции и эмоции других людей.

Ваня. Ребята, а давайте поиграем. Мы с Аней будем показывать эмоции, а вы их угадывать.

На экране появляется интерактивная игра.

Инструкция для проведения интерактивной игры (до 10 минут)

На экране появляются фигуры Ани и Вани.

1. Ваня топает ногами, хмурит брови, грозит кулаком.

Ученики предлагают свои варианты.

Учитель мышью нажимает на фигуру Вани, он останавливается, и возникает рядом надпись эмоции – **ЗЛОСТЬ**.

2. Аня улыбается, хлопает в ладоши, прыгает.

Ученики предлагают свои варианты.

Учитель мышью нажимает на фигуру Ани, персонаж останавливается, и возникает рядом надпись эмоции – **РАДОСТЬ**.

3. Ваня спокойно стоит с закрытыми глазами.

Ученики предлагают свои варианты.

Учитель мышью нажимает на фигуру Вани, герой открывает глаза, и возникает рядом надпись эмоции – **СПОКОЙСТВИЕ**.

4. Аня широко открывает глаза и рот, руки подносит к лицу.

Ученики предлагают свои варианты.

Учитель мышью нажимает на фигуру Ани, она принимает свое обычное состояние, и возникает рядом надпись эмоции – **УДИВЛЕНИЕ**.

5. Ваня опускает глаза, уголки губ опущены, брови приподняты и сведены к переносице.

Ученики предлагают свои варианты.

Учитель мышью нажимает на фигуру Вани, персонаж принимает свое обычное состояние, и возникает рядом надпись эмоции – **ПЕЧАЛЬ**.

Возникает фейерверк, и появляется надпись: «Ура! Вы молодцы!».

2. Основная часть (20 минут)

Учитель. Ребята, вы молодцы! Как хорошо вы смогли определить эмоции, которые показывали Аня и Ваня. А сможете угадать, какие эмоции мы испытываем в разных ситуациях? У меня есть коробка, в которой лежат карточки с разными ситуациями. Давайте по очереди доставать карточки и думать, какие эмоции может испытывать человек в каждом случае.

Задача: развивать способность распознавать, анализировать и осмысленно относиться к эмоциям (своим и других людей).

Дети по очереди достают карточки и называют возможные эмоции.

Примеры ситуаций:

- Ты получил подарок. (*Радость, благодарность, удивление*)
- Тебя обидели. (*Грусть, злость, обида*)
- Ты выиграл в конкурсе. (*Радость, гордость, восторг*)
- Ты потерял любимую игрушку. (*Грусть, печаль, разочарование*)
- Тебе сделали комплимент. (*Радость, смущение, благодарность*)
- Тебя похвалил учитель при всём классе. (*Гордость, радость, благодарность*)
- Ты опоздал на урок. (*Разочарование, тревога, растерянность*)
- Ты случайно разбил любимую вазу мамы. (*Вина, стыд, сожаление*)

- В темноте кто-то неожиданно дотронулся до твоего плеча. (*Испуг, шок, тревога*)
- Ты заблудился в городе. (*Беспокойство, растерянность, страх*)
- Ты заблудился в незнакомом городе. (*Беспокойство, растерянность, страх*)
- Кто-то помог тебе в трудной ситуации. (*Благодарность, облегчение, теплота*)
- Тебя пригласили на день рождения. (*Радость, предвкушение, воодушевление*)
- Ты увидел бездомного котёнка на улице. (*Жалость, сочувствие, желание помочь*)

Ребята, как вы думаете, зачем нам нужно понимать свои эмоции и эмоции других людей?

Дети делятся своими мыслями.

Ребята, а еще понимать эмоции нужно, чтобы ими управлять. Представьте, у вас плохое настроение. Что можно сделать в этой ситуации?

Задача упражнения: способствовать формированию навыка эмоциональной саморегуляции через телесную обратную связь.

Давайте попробуем. Встаньте, пожалуйста. Представьте, что вы – победители. Вы только что выиграли важное соревнование. Примите позу победителя – расправьте плечи, поднимите подбородок, вдохните глубоко, руки – на пояс, улыбнитесь. Постоите так несколько секунд, почувствуйте себя уверенными и сильными. Запомните это состояние. Даже когда настроение плохое, эта поза помогает стать спокойнее и увереннее. Садитесь.

Понимание своих эмоций и эмоций других людей помогает нам лучше общаться, избегать конфликтов, выстраивать хорошие отношения с окружающими.

Задача упражнения: развивать эмоциональный интеллект, мелкую моторику и творческие способности через создание пластилиновых образов эмоций.

А теперь я предлагаю вам «вылепить» свои эмоции. Возьмите пластилин и вылепите ту эмоцию, которую вам хочется. Сделайте из пластилина смайлик, с какой эмоцией он будет – решите сами. Вспомним, какие детали передают ту или иную эмоцию: радость – широкая улыбка, прищуренные глаза, приподнятые уголки губ; грусть – опущенные уголки губ, слегка прищуренные или печальные глаза; злость – нахмуренные брови, сжатые губы, прищур; удивление – широко раскрытые глаза, открытый рот; страх – приподнятые брови, широко открытые глаза, приоткрытый рот; спокойствие – расслабленные черты лица, лёгкая улыбка или нейтральное выражение. Используйте разные цвета пластилина, чтобы было ярче и интереснее.

3. Заключительная часть (5 минут)

Учитель. Сегодня мы с вами отлично поработали! Покажите, что у вас получилось. Почему вы вылепили эту эмоцию? В каких ситуациях вы испытываете эти эмоции?

Спасибо вам за вашу активность и внимание! Сегодня мы много узнали нового об эмоциях, научились распознавать и понимать их. Помните, что мир эмоций – это интересный и важный мир, который стоит изучать и понимать!

Постразговор: предложить детям вести «Дневник эмоций», в котором они будут записывать свои чувства и мысли в течение дня. В классе можно создать «Уголок эмоций», где будут размещены карточки с эмоциями, правила управления ими и полезные советы. Использовать сказки и рассказы, в которых герои переживают различные эмоции, и обсуждать их с детьми.

Взаимодействие с родителями: создать дома «Театр эмоций», где родители с ребёнком по очереди изображают разные эмоции (радость, страх, удивление) с помощью мимики и жестов и угадывают. Придумайте вместе сказку или историю, где главный герой испытывает конкретную эмоцию (например, «Как зайчонок преодолел страх темноты») для преодоления эмоциональных зажимов. Создать в классе выставку эмоций, на которой будут фотографии детей, когда они испытывают разные эмоции (во время игры, общения, просмотра мультфильма), с подписями: «Когда я радуюсь...», «Когда я удивляюсь...».

Сценарий классного часа по направлению «Ценности и потребности. Личные границы. Личная ответственность»



Тема «Сам себе помощник»

Актуальность тематики классного часа обусловлена тем, что в младшем школьном возрасте понимание ответственности еще фрагментарно. Еще не все дети способны признать за собой вину, а если и признали, то не всегда готовы к самостоятельным шагам по исправлению создавшейся ситуации. Кроме того, формирование ответственности прямо соотносится с целями и требованиями ФГОС начального общего образования. Однако основной педагогической задачей является не требовать от ребенка во 2-м классе полной ответственности, а поэтапно формировать её через понятные алгоритмы и безопасные ситуации выбора.

Цель: формирование у младших школьников понимания личной ответственности за свои поступки.

Задачи:

Образовательные: способствовать формированию у младших школьников понимания связи между конкретным поступком и его возможным результатом.

Воспитательные: способствовать развитию готовности признавать действия и их результаты, не перекладывая ответственность на других.

Развивающие: способствовать развитию навыков планирования для достижения поставленной цели и оценивания полученных результатов.

Формируемые ценности

• *Обещание.* Важность и ценность данного слова. Принятие ответственности за сказанное и формирование доверия в коллективе.

Основные смыслы

• *Признание своих ошибок.* Понимание, что признание в неправ-

• <i>Честность и справедливость.</i> Понимание того, что за каждым действием следуют определённые последствия, и они должны быть соразмерны поступку, что дает возможность ребенку не бояться признаваться в своих действиях. • <i>Сострадание и эмпатия.</i> Умение ставить себя на место другого помогает осознать, как поступок влияет на окружающих. • <i>Самостоятельность.</i> Готовность принимать решения и отвечать за их результаты.	вильных поступках – это не наказание, а первый шаг к решению проблемы. • <i>Любой поступок имеет последствия.</i> Осознание, что любое действие имеет причинно-следственные связи. • <i>Ответственность проявляется в повседневных делах.</i> В обычных рутинных делах формируется ответственность.
--	---

Планируемые результаты (УУД):

Личностные:

- осознание ответственности как основы нравственного поведения и проявления уважения со стороны окружающих;
- умение честно оценивать свои поступки и способность признавать свои ошибки;
- умение руководствоваться внутренними установками, а не только внешними требованиями.

Регулятивные:

- целеполагание и планирование: умение самостоятельно ставить перед собой цель, планировать последовательность для достижения результатов;
- контроль и коррекция: способность соотносить свои действия с образцом и корректировать при возникновении трудностей;
- умение анализировать результаты своей деятельности, признавать успехи и ошибки, делать выводы.

Коммуникативные:

- инициация диалога: умение вступать в учебное сотрудничество, договариваться о распределении задач и учитывать мнения других для достижения результата;
- взаимодействие: способность замечать и ценить усилия окружающих, а не только конечный результат, координировать действия для общего результата.

Познавательные:

- логические действия: проявление интереса к самому процессу поиска решения, определяя причинно-следственные связи;
- решение проблем: умение прогнозировать, как тот или иной поступок повлияет на ситуацию, окружающих людей и самого себя.

Оборудование и средства обучения:

- проектор или интерактивная доска, аудиокolonки;
- медиаконтент (видеоролик, интерактивная игра) с участием главных героев Ани и Вани;
- карточки с короткими ситуациями и наборы карточек: «Поступок», «Последствие», «Что я могу сделать»;

- цветные карандаши, ножницы;
 - прозрачные обложки от тетрадей, широкий скотч;
 - шаблоны для наклеек-напоминалок
- <https://disk.360.yandex.ru/d/AYvL2g1RNBAasdw>).

Ход классного часа

1. Приветствие и начало (2 минуты)

Учитель (или классный руководитель) приветствует детей, представляет тему классного часа и включает медиаконтент (видеоролик), где детей приветствуют герои Ваня и Аня.

Сценарий видеоролика к классному часу

«Сам себе помощник»

Аня (*с печальным лицом и опущенными глазами*). Здравствуйте, ребята.

Ваня. Аня, что с тобой? Что-то случилось? Тебя кто-то обидел?

Аня. Нет. Мне очень стыдно.

Ваня. За что? Расскажи, может, я смогу тебе помочь.

Аня. Вчера я пообещала учительнице, что на урок по окружающему миру принесу кактус. Я за ним ухаживала, и он зацвел.

Ваня. Здорово! Наверное, красиво!

Аня. Очень! Но я его дома забыла! И даже не вспомнила, пока учительница на уроке не сказала: «А сейчас Аня нам покажет свой кактус. Иди, Аня, к доске». И все на меня посмотрели. Мне так стыдно стало. Получается, я слово не сдержала и всех подвела.

Ваня. Понятно. Это неприятно, когда все смотрят. Но знаешь, моя мама говорит: самое трудное – это когда ты сам понимаешь, что неправ. Это называется ответственность.

Аня. Ответственность? Это когда ругают?

Ваня. Нет. Это когда ты сам знаешь, что должен был сделать, а не сделал. Вот ты обещала – значит, это была твоя ответственность. Но самое главное, что ответственный человек не прячется, а старается всё исправить.

Аня. Исправить? А как? Кактус всё равно дома.

Ваня. Ну, можно прямо сейчас подойти к учительнице и сказать: «Простите, я забыла кактус, сама не рада. К следующему уроку обязательно принесу!» Знаешь, когда честно признаёшься, люди меньше сердятся. Они понимают, что ты не специально.

Аня (*улыбаясь*). Ваня, ты прав. Прятаться и плакать – это только хуже. Надо пойти и сказать. Хоть и страшно немножко, но лучше извиниться сразу, чем переживать целый день.

Ваня. Ого, это прямо как у взрослых! Давай вместе пойдём. Я побуду рядом, и тебе не будет страшно.

Аня. Спасибо, Ваня. Ты самый лучший друг, пошли.

На экране появляется интерактивная игра.

Инструкция для проведения интерактивной игры (до 10 минут)

На экране появляются фигуры Ани и Вани. Перед ними лабиринт.

В середине лабиринта находится кактус, в конце – учитель. Персонажам необходимо дойти до кактуса, забрать его и дойти до учителя.

Перед каждой развилкой появляются варианты ответов. Правильный ответ – персонажи поворачивают в нужном направлении, неправильный – заходят в тупик.

Задания на поворотах появляются в виде текста и дублируются озвучиванием.

1-й Поворот. «Я забыла кактус. Мне так стыдно...» – «Это не я виновата, мама не напомнила!»

2-й Поворот. «Ой, я неаккуратно поливал цветы, сейчас всё вытру. Можно тряпку взять?» – «Лейка сама протекла, она дырявая! Я тут ни при чём!»

3-й Поворот. «Я не успел доделать, увлекся игрой. Завтра с утра допишу и сдам, можно?» – «У нас свет дома выключали, я не мог ничего сделать!»

4-й Поворот. «Прости, я случайно сильно нажал, сломал твой карандаш. У меня есть запасной – бери мой» – «Ты сам его плохо положил, вот он и сломался, когда я мимо проходил!»

5-й Поворот. «Я не успел закончить свою часть, простите, ребята. Давайте я сейчас быстро доделаю» – «А они начали без меня, я не понял, что делать! Это они виноваты, что не подождали!»

6-й Поворот. «Я неаккуратно пил компот, вот и капнул. Дома постираю сам, чтобы мама не волновалась» – «В столовой такие узкие столы, там невозможно не испачкаться! Это не моя вина!»

Персонажи доходят до учителя, появляется фраза над Аней
«Простите, раньше я забывала, а теперь буду стараться быть ответственной».

Аня передает цветущий кактус учителю, фейерверк, аплодисменты, и появляется предмет или картинка, на которой нарисован «ПЕНАЛ».

2. Основная часть (25 минут)

Учитель. Ребята, вы молодцы! Помогли Ане и Ване, и у вас появился ещё один предмет – пенал. Ответственность – это не груз, а набор инструментов, которые делают тебя сильнее. Как в пенале: чем больше предметов у тебя в нём, тем он тяжелее, но при этом ты лучше готов к уроку. Так и в жизни: если ты умеешь отвечать за свои поступки, тем сильнее и увереннее ты становишься. А теперь давайте проверим, как мы умеем брать на себя ответственность за свои действия. Для этого мы поиграем в «Паровозик ответственности».

Задача упражнения: показать, что любой поступок имеет последствия, но их можно исправить, если взять на себя ответственность; развивать навык

анализа последствий своих действий и умение предлагать конструктивные способы исправления ситуации; формировать командное взаимодействие при работе в группах.

Вы разделитесь на тройки. Каждая тройка будет разбираться с определенной ситуацией, например: «Рассыпали коробку с карандашами», «Не успели закончить работу, потому что отвлекались», «Кто-то обиделся, потому что его не позвали играть».

Роли вы распределите сами внутри тройки. Первый берёт карточку «Поступок» и рассказывает, что случилось. Второй берёт карточку «Последствие» и объясняет, что стало хуже или кому от этого неприятно. Третий берёт карточку «Что я могу сделать» и предлагает, как лично он может помочь всё исправить. Так мы соберём несколько паровозиков. Потом каждая тройка выйдет к доске и «озвучит» свой паровозик перед всем классом – мы послушаем все варианты и обсудим их.

Ответственность – это когда я вижу, что я неправильно сделал, и понимаю, что кому-то от этого может быть плохо, исправляю свою ошибку.

Ребята, главное помните: если в чём-то были не правы или плохо поступили, нужно обязательно попросить прощения, а если что-то пообещали – выполнить. А сейчас, чтобы мы не забывали об этом, мы с вами сделаем наклейки-напоминалки.

Задача упражнения: закрепить представление о личной ответственности через создание наклейки-напоминалки; развивать мелкую моторику и творческие способности.

На них будут такие фразы: помогай другу, поливай цветы, убирай за собой мусор, если что-то разбил или намусорил – убери за собой, пролил – вытри, сломал игрушку – почини. Эти наклейки будут напоминать нам о наших маленьких, но важных делах.

Учитель раздает шаблоны, которые нужно раскрасить и вырезать.

Получившиеся картинки раскладываются на прозрачную обложку от тетради (можно использовать старую) и сверху приклеиваются широким скотчем.

Затем картинки вырезаются с отступом примерно 5мм. Такие картинки можно приклеить на любой предмет, достаточно с обратной стороны убрать обложку.

Получится картинка с липкими краями от скотча.

Ребята, посмотрите, какие замечательные наклейки у вас получились! Теперь они всегда будут у вас перед глазами – на пенале, на тетради или на дневнике. Каждый раз, когда вы будете на них смотреть, вспоминайте: если что-то сделал не так – поправь, если что-то обещал – выполни, если кому-то нужна помощь – помоги. Маленькие дела делают нас большими и ответственными людьми. Носите свои наклейки с гордостью и не забывайте про свои обещания!

3. Заключительная часть (3 минуты)

Учитель. Итак, ребята, мы сегодня узнали, что ответственность – это не когда тебя ругают, а когда ты сам понимаешь, что неправ, и стараешься всё исправить. Мы научились анализировать свои поступки, видеть их последствия и находить способы сделать лучше. Запомните: быть ответственным – значит держать

слово, признавать ошибки и не бояться извиняться. Это делает нас сильнее, взрослее и надёжнее в глазах друзей и учителей. Помните: маленькое дело, сделанное честно, – уже большой шаг к тому, чтобы стать настоящим человеком. Вы сегодня отлично поработали, я вами горжусь! Спасибо за занятие!

Постразговор: анализ сказок или рассказов в рамках литературного чтения: (Л. Толстой «Котёнок», Н. Носов «На горке»), назвать 1–2 конкретных шага, которые ведут к исправлению поступков, за что герои несли ответственность и на что не могли повлиять.

Взаимодействие с родителями: с семьёй составляют «Карту маленьких обязанностей», где прописываются конкретные дела, которые ребенок выполняет без напоминаний (полив цветов, кормление хомячка и т. п.); провести День ответственного помощника (родители делают фото, где ребенок дома выполняет свою обязанность без напоминаний), в качестве вознаграждения в классе ребенок получает значок.

Сценарий классного часа по направлению «Стрессовая устойчивость, жизнестойкость»



Тема «Учусь быть собранным и спокойным»

Актуальность тематики классного часа связана с возрастной несформированностью произвольного поведения и саморегуляции, а также с высокой интенсивностью эмоциональных реакций. В этот период детям крайне важны предсказуемые внешние опоры – чёткий режим и порядок, которые снижают уровень тревоги и дарят ощущение защищённости. Именно режим дня в данном случае является надёжным средством профилактики переутомления, позволяет ребёнку эффективно распределять силы и сводит к минимуму стресс от неопределённости.

Цель: формирование у обучающихся основ стрессоустойчивости и жизнестойкости через осознание важности режима дня и порядка в жизни.

Задачи:

Образовательные: способствовать осознанию обучающимися прямой взаимосвязи между соблюдением порядка в течение дня и собственным эмоциональным состоянием.

Воспитательные: способствовать развитию ценностного отношения к порядку и ответственности за свое здоровье.

Развивающие: способствовать развитию навыков планирования своего времени и эмоциональной регуляции как способов формирования жизнестойкости.

Формируемые ценности • <i>Самодисциплина.</i> Формирование ответственного отношения к собственным привычкам через соблюдение режима дня.	Основные смыслы • <i>Предсказуемость снижает тревогу.</i> Режим дня становится «картой безопасности»: он не ограничивает свободу, а даёт уверенность в завтрашнем дне и стабильность в эмоциях.
--	---

• <i>Бережное отношение ко времени.</i> Понимание времени как ценного ограниченного ресурса, который нужно использовать бережно. • <i>Общность и следование правилам.</i> Ценность принадлежности к коллективу, которая укрепляется через совместное соблюдение общего распорядка и правил, что даёт каждому чувство безопасности и уверенности.	• <i>Соблюдение режима дня</i> – ответственное отношение к своему здоровью. • <i>Гибкость</i> – способность осознанно реагировать на меняющиеся обстоятельства, оставаясь верным своим ценностям, и удерживать внутреннюю опору даже в неопределённости.
---	---

Планируемые результаты (УУД):

Личностные:

- осознание ценности порядка и предсказуемости как факторов, снижающих тревожность и помогающих справляться с трудностями;
- осознание связи между соблюдением режима дня и собственным эмоциональным состоянием.

Регулятивные:

- целеполагание и планирование: умение самостоятельно ставить перед собой цель, планировать и распределять цель;
- контроль и коррекция: способность соотносить свои действия с составленным планом и вносить изменения в план, если возникли непредвиденные обстоятельства.

Коммуникативные:

- инициация диалога: умение вступать в учебное сотрудничество, договариваться о распределении обязанностей в рамках общего распорядка, учитывать мнения других;
- взаимодействие: способность работать в парах или малых группах при распределении временных ресурсов.

Познавательные:

- логические действия: установление причинно-следственных связей между соблюдением режима дня и эмоциональным состоянием;
- решение проблем: наблюдать за своим состоянием и составлять индивидуальный эффективный график.

Оборудование и средства обучения:

- проектор или интерактивная доска, аудиокolonки;
- медиаконтент (видеоролик, интерактивная игра) с участием главных героев Ани и Вани;
- карточки с короткими ситуациями;
- лист бумаги А4, листочки-помощники (4 полоски с таблицей для отметок на 5 дней), раздаточные материалы с шаблонами-заготовками кармашков и кошки/собаки (ссылка <https://disk.360.yandex.ru/d/AYvL2g1RNBAsdw>);
- клей, ножницы, цветные карандаши.

Ход классного часа

1. Приветствие и начало (2 минуты)

Учитель (или классный руководитель) приветствует детей, представляет тему классного часа и включает медиаконтент (видеоролик), где детей приветствуют герои Ваня и Аня.

Сценарий видеоролика к классному часу «Учусь быть собранным и спокойным»

Аня. Здравствуйте, ребята! Вот мы снова вместе!

Ваня. Аня, скажи, ты соблюдаешь режим дня?

Аня. Конечно. Это, как план, он помогает нам выспаться, правильно питаться, заниматься спортом и находить время для отдыха и развлечений. Я знаю, что и когда мне нужно делать, я чувствую себя увереннее и спокойнее.

Ваня. То есть режим дня помогает нам бороться с НЕуверенностью?

Аня. Да. Например, если ложиться спать вовремя, мы успеваем выспаться и просыпаемся бодрыми.

Ваня. А если делать перерывы между делами, то мозг отдыхает и с большими силами ты приступаешь к работе.

Аня. Заниматься спортом, не пропускать тренировки. Это укрепляет тело и дух!

Ваня. Обязательно завтракать, обедать и ужинать.

Аня. Когда у нас есть расписание, что мы должны сделать в течение дня, то у нас есть время на общение с друзьями и на отдых.

Ваня. Находить время для любимых игр – лучший способ расслабиться и повеселиться!

Аня. Когда я заранее знаю, что будет дальше, я почти не волнуюсь.

Ваня. Аня, а ты уверена, что режим дня помогает?

Аня. А сейчас мы это проверим.

На экране появляется интерактивная игра.

Инструкция для проведения интерактивной игры (до 10 минут)

Экран разделён на две половины. Слева – Аня, которая не соблюдает режим дня. Справа – такая же Аня, которая живёт по режиму. Девочки стоят в одинаковой позе, смотрят на настенные электронные часы. У каждой в руках – рисунок. У ног – рюкзак. Рядом стоит стол, на столе – книга и цветок в горшке.

Задача – найти 10 различий между двумя картинками. При клике на правильное различие оно подсвечивается зелёным. При ошибке герои отрицательно качают головами и раздаётся звуковой сигнал.

Когда все 10 различий найдены, на экране появляется поздравление и надпись: «Режим дня дарит время и спокойствие!».

Левая картинка «Аня НЕ соблюдает режим дня»

Время на часах: 7:57

На столе: закрытый дневник с крупной надписью «ДНЕВНИК»

Рюкзак: открыт, из него торчит тетрадь

Бант: отсутствует

Волосы: одна прядь выбилась и торчит в сторону

Гольфы: один спущен гармошкой, второй ровный

Пуговица: оторвана, висит на нитке

Цветок: завял, листья поникли

Рисунок в руках: нарисованы три дерева, но они без листьев, не раскрашены. Солнца нет. Рисунок недоделанный.

Выражение лица: испуганное, тревожное, смотрит на часы с ужасом

Правая картинка «Аня ДА, соблюдает режим дня»

Время на часах: 7:40

На столе: закрытая книга с крупной надписью «РУССКИЕ НАРОДНЫЕ СКАЗКИ»

Рюкзак: закрыт, стоит аккуратно

Бант: аккуратно завязан

Волосы: гладкие, причёсанные

Гольфы: оба ровные, натянутые

Пуговица: на месте, пришита

Цветок: живой, зелёный, свежий

Рисунок в руках: нарисованы три дерева с зелёными листьями, всё раскрашено. Есть жёлтое солнце. Рисунок законченный и аккуратный.

Выражение лица: спокойное, уверенное, лёгкая улыбка

Учитель кликает по месту предполагаемого различия, при правильном ответе различия подсвечиваются, при ошибке – раздаётся звуковой сигнал.

Список различий для проверки

1. Время на часах: 7:57 / 7:40
2. Что лежит на столе: дневник/книга сказок
3. Рюкзак: открыт/закрыт
4. Бант: отсутствует/есть, завязан
5. Волосы: прядь торчит/гладкие
6. Гольфы: один спущен/оба ровные
7. Пуговица: оторвана/на месте
8. Цветок: завял/живой
9. Рисунок: недоделанный (нет солнца, не раскрашен)/законченный (есть солнце, раскрашен)
10. Выражение лица: испуганное/спокойное

Когда найдены все 10 различий, на экране появляется салют и возникает звук аплодисментов, проявляется картинка с распорядком дня школьника.

Режим дня школьника	
Подъем	7:00
Утренняя зарядка	7:00 – 7:15
Уборка постели, личный туалет	7:15 – 7:30
Завтрак	7:30 – 7:45
Занятия в школе	8:30 – 14:10
Обед	14:30 – 14:45
Внеурочные занятия	15:00 – 17:00
Подготовка домашнего задания	17:00 – 19:00
Ужин	19:00 – 19:30
Прогулка	19:30 – 20:00
Свободное время	20:00 – 21:30
Подготовка ко сну	21:30 – 22:00
Сон	22:00 – 7:00

2. Основная часть (25 минут)

Учитель. Ребята, вы молодцы! Вы нашли все различия, давайте обсудим, чему нас научила эта короткая игра.

«Первая» Аня опаздывает. Часы показывают 7:57 – до выхода осталось мало времени. Она не успела заполнить дневник, не собрала рюкзак с вечера, забыла завязать бант, причелась плохо, надела гольфы кое-как и даже оторвала пуговицу. А ещё она не полила цветок и не доделала рисунок. Её лицо испуганное и растерянное.

А «вторая» Аня живёт по режиму. У неё всё готово с вечера, она спокойно позавтракала, успела почитать и доделать рисунок. Её лицо спокойное и уверенное.

Так кто из них счастливее? Конечно, та, которая соблюдает режим дня. Потому что режим дня – это способ жить без страха и паники. Когда всё делаешь вовремя, остаётся время и на учёбу, и на творчество, и на любимые занятия.

Ребята, сегодня мы сделаем «Мою напоминалку».

Задача упражнения: изготовить напоминалку с кармашками для ежедневного отслеживания четырёх правил самоорганизации (дневник, рюкзак, одежда, время). Упражнение поможет ребёнку самостоятельно следить за своими действиями, развивает ответственность и привычку к порядку.

Это ваш личный помощник, который будет «жить» у вас дома и помогать вам ничего не забывать.

У каждого из вас на столе лежит основа – это большой лист, на котором вы будете собирать свою напоминалку. Ещё у вас есть второй лист – на нём напечатаны детали: картинки для украшения и кармашки. Всё это нужно вырезать и приклеить. Ещё у вас есть листочки-помощники – они уже готовы, их вырезать не надо, они просто вкладываются в кармашки.

Давайте всё сделаем по порядку.

Шаг 1. Раскладываем материалы

Разложите перед собой всё, что у вас есть: большой лист-основу, второй лист с деталями, листочки-помощники, клей, ножницы, карандаши.

Посмотрите на второй лист. Там напечатаны картинки для украшения и кармашки. Всё это мы будем вырезать.

Шаг 2. Раскрашиваем картинки и кармашки

Прежде чем вырезать, давайте раскрасим наши картинки.

Возьмите карандаши. На втором листе напечатаны кармашки – на каждом есть картинка, которую можно раскрасить. Раскрасьте их так, как вам нравится. Сделайте их красивыми и весёлыми.

Также на листе есть картинки-шаблоны с питомцами, которые нужно собрать для украшения основы. Их тоже можно раскрасить – тогда ваша напоминалка будет ещё ярче и красивее. Раскрашиваем прямо на листе, потом будем вырезать.

Шаг 3. Украшаем основу

Возьмите основу – большой лист. Положите его перед собой горизонтально. Теперь давайте сделаем основу красивой. Сначала напомним название. Напишите крупно сверху «Моя напоминалка». Можно украсить основу по краям – нарисовать рамку или маленькие узоры.

Шаг 4. Вырезаем картинки с питомцами и приклеиваем

Теперь найдите на листе картинки с шаблонами мордочек питомцев. Выберите ту, которая вам нравится. Вырежьте её и приклейте посередине.

Шаг 5. Вырезаем кармашки

Теперь найдите на листе кармашки. Это прямоугольники. Их должно быть четыре штуки. На каждом уже есть картинка, которую вы раскрасили. Аккуратно вырежьте все четыре кармашка по контуру.

Шаг 6. Приклеиваем кармашки

Теперь нужно приклеить кармашки на основу. Расположите их так, чтобы они поместились все в ряд или в два ряда – как вам больше нравится.

Важно! Кармашек приклеивается только по бокам и снизу. Верхний край остаётся свободным, чтобы в кармашек можно было положить листочек-помощник. Не заклейте вход в кармашек!

Приклейте все четыре кармашка.

Шаг 7. Подписываем кармашки

Теперь подпишите кармашки. На каждом кармашке или рядом с ним напишите название правила. Вот наши правила:

Дневник – веду дневник, всё записываю.

Рюкзак – рюкзак собран с вечера.

Одежда – одежду проверила заранее.

Время – прихожу в школу без опозданий.

Можно написать просто коротко: «Дневник», «Рюкзак», «Одежда», «Время».

Шаг 8. Вкладываем листочки-помощники

А теперь самое главное. Возьмите листочки-помощники – это четыре полоски. На каждой написано одно правило и нарисована таблица на пять дней (с понедельника по пятницу).

Вложите каждый листочек-помощник в свой кармашек. Тот, где написано «Дневник», – в кармашек «Дневник». Тот, где «Рюкзак», – в «Рюкзак». И так далее.

Листочек должен лежать внутри кармашка, но выглядывать сверху, чтобы вы могли его достать, когда понадобится.

Шаг 9. Смотрим, что получилось

Ваша напоминалка готова! Посмотрите, какая она красивая. Теперь это ваш личный помощник. Он будет жить у вас дома на видном месте и помогать вам ничего не забывать.

Шаг 10. Как пользоваться наминалкой

Каждый вечер вы подходите к своей наминалке, достаёте первый листочек-помощник из кармашка «Дневник» и спрашиваете себя: «Я сегодня заполнил дневник? Всё записал?»

Если да – ставите галочку в столбик «ДА» напротив сегодняшнего дня.

Если нет – ставите галочку в столбик «НЕТ». Ничего страшного. Это не оценка. Это вы просто честно отмечаете, как прошёл ваш день.

Потом достаёте следующий листочек из кармашка «Рюкзак» и спрашиваете: «Я сегодня собрал рюкзак с вечера?» И так все четыре листочка.

Каждый вечер вы проверяете все четыре правила и отмечаете.

В пятницу вы достаёте все листочки и смотрите, сколько у вас получилось галочек в столбике «ДА». Это и есть ваша победа над беспорядком в делах.

Ребята, запомните главное: никто не будет вас проверять. Это не соревнование. Это ваш разговор с самим собой. Вы сами решаете – быть вам собранным или нет. Напоминалка просто помогает вам это увидеть.

Вот и всё. Вопросы есть? Тогда приступаем!

3. Заключительная часть (3 минуты)

Учитель. Ребята, скажите, вы сегодня всё успели из того, что планировали? Если нет – что помешало и что нужно было бы сделать заранее? Что сегодня было трудного на занятии?

Учитель обсуждает с обучающимися проведенный классный час, закрепляя знания, полученные младшими школьниками.

Итак, ребята, мы узнали, как меньше уставать и не нервничать из-за уроков. Секрет прост – это режим дня! Когда мы знаем, что за чем идет, наш мозг чувствует себя спокойно и уверенно. Важно чередовать дела и отдых. А если делать уроки в одно и то же время, то запоминать всё станет гораздо легче. Попробуйте – и вы заметите, что стали меньше отвлекаться, а сил на игры и прогулки остается гораздо больше.

Постразговор: создать в классе общий плакат, где приёмы режима дня становятся общей нормой. Через анализ текстов и ситуаций на уроке литературного чтения, где герои сталкиваются с перегрузкой, спешкой, тревогой, а порядок и планирование помогают справиться, показать взаимосвязь между уверенностью и режимом дня. На уроке математики распланировать день героя, через измерение времени сравнить хаотичный и плановый день.

Взаимодействие с родителями: дать родителям памятку «Режим дня как инструмент снижения стресса у ребёнка». Говорить не о жестком контроле, а о понятных алгоритмах действий. Выработать с родителями график общения с учителем (временные промежутки).

Сценарий классного часа по направлению «Социально-психологическое здоровье. Профилактика девиаций»



Тема «Мое здоровье – моя крепость»

Актуальность тематики классного часа обусловлена необходимостью формирования гибких навыков для решения повседневных и нестандартных задач. С увеличением объема информации и ускоренным темпом жизни повышается нагрузка на психику ребенка, создавая предпосылки для возникновения социально-психологических проблем. Умение прогнозировать последствия, управлять своими импульсами и принимать решения связано с профилактикой девиаций. Для исключения возникновения отклоняющегося поведения важна регулярная практика уверенного, не агрессивного отказа от рискованных и социально неодобряемых действий для профилактики возможных рисков.

Цель: формирование у обучающихся представлений о социально-психологическом здоровье, профилактике девиаций и способах заботы о своем здоровье.

Задачи:

Образовательные: способствовать формированию у младших мальчиков базовых понятий «здоровье», «полезные привычки», «безопасное поведение» на доступном для возраста уровне.

Воспитательные: способствовать формированию внутренней установки на отказ от рискованных действий и следования вредным советам, в том числе под давлением сверстников.

Развивающие: способствовать формированию навыков анализа типичных бытовых ситуаций и выбору безопасных вариантов поведения.

Формируемые ценности	Основные смыслы
• <i>Ценность собственного здоровья.</i> Осознание здоровья как важного ресурса, который помогает учиться, играть, общаться и достигать цели. • <i>Умение отстаивать личные границы.</i> Отказ от потенциально вредоносного действия как рациональная стратегия самозащиты и поддержания благополучия. • <i>Профилактика и забота.</i> Принятие полезных привычек не как скучных обязанностей, а как способов формирования здорового образа жизни.	• <i>Умение сказать «нет»</i> – это навык заботы о себе и понимания права на отказ от опасного или неприятного. • <i>Полезные привычки</i> – проще предотвратить проблемы, чем справляться с их последствиями. • <i>Здоровье</i> – это не отсутствие болезней, а интегральное состояние, включающее физическое, психическое и социальное благополучие.

Планируемые результаты (УУД):

Личностные:

- формирование понимания здоровья как интегрального состояния, включающего физическое, психическое и социальное благополучие;
- развитие ценностно-смысловой сферы: формирование установки на личную ответственность за свои поступки и здоровье, включая умение делать осознанный выбор в пользу безопасных и здоровых моделей поведения;
- развитие навыков саморегуляции, умение говорить «нет» в опасных или неприятных ситуациях и обращаться за помощью ко взрослым при необходимости.

Регулятивные:

- целеполагание и планирование: умение ставить цели, связанные с заботой о своем здоровье;
- контроль и коррекция: умение оценивать своё состояние, корректировать действия в случае необходимости, преодолевать трудности.

Коммуникативные:

- инициация диалога: умение вежливого и уверенного формулирования отказа, выражения своих мыслей и чувств;
- взаимодействие: способность работать в парах или малых группах при обсуждении проблемных ситуаций, аргументируя свою точку зрения и учитывая мнение других;
- восприятие: умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли, а также слушать и слышать собеседника.

Познавательные:

- работа с информацией: способность находить информацию о здоровье, безопасности и социально приемлемых моделях поведения, оценивать её достоверность;
- логические действия: умение анализировать ситуации, выявлять потенциально опасные факторы и риски.

Оборудование и средства обучения:

- проектор или интерактивная доска, аудиокolonки;
- медиаконтент (видеоролик, интерактивная игра) с участием главных героев Ани и Вани;
- карточки с различными способами заботы о своём здоровье («Копилка полезных советов»);
- чистые листы бумаги, карандаши, фломастеры, краски.

Ход классного часа

1. Приветствие и начало (5 минут)

Учитель (или классный руководитель) приветствует детей, представляет тему классного часа и включает медиаконтент (видеоролик), где детей приветствуют герои Вани и Ани.

Сценарий видеоролика к классному часу

«Мое здоровье – моя крепость»

Ваня. Добрый день, ребята! Как мы рады снова вас видеть!

Аня. Посмотрите на название нашего классного часа: «Мое здоровье – моя крепость». И сегодня мы поговорим о том, как сделать свою жизнь такой, чтобы она была счастливой, интересной и веселой. Будем строить свою крепость здоровья!

Ваня. А что значит быть здоровым? Какого человека можно назвать здоровым?

Аня. Здоровье – это не только когда ничего не болит. Здоровье – это когда у нас хорошее настроение, когда мы полны сил и энергии, когда мы любим учиться, когда у нас много друзей и когда мы чувствуем себя счастливыми.

Ваня. Здоровье тела – это когда ты радуешься, думаешь о хорошем и не грустишь, если что-то не получается.

Аня. Здоровье души – это хорошее настроение, позитивные мысли, умение справляться со стрессом.

Ваня. Здоровье отношений – это когда ты любишь свою семью, дружишь с ребятами и умеешь что-то вместе делать и разговаривать.

Аня. Поэтому здоровье – это когда тебе хорошо рядом с друзьями и другими людьми, когда ты умеешь общаться, когда мы не делаем ничего плохого и не вредим себе и другим. Это когда мы умеем делать правильный выбор.

Ваня. Ребята, помогите нам сделать правильный выбор и построить свою крепость.

На экране появляется интерактивная игра – отдельные кубики, из которых необходимо построить крепость.

Инструкция для проведения интерактивной игры (до 10 минут)

На экране появляются фигуры Ани и Вани, рядом находится контур крепости, состоящей из слотов-категорий. Необходимо переместить кубики в нужные слоты-категории. Задача детей – отобрать только «полезные» кубики и распределить их по категориям («Режим дня», «Питание», «Физическая активность», «Гигиена», «Эмоции и общение», «Здоровье и безопасность»).

«Питание»: «Ем фрукты и овощи», «Пью воду», «Ем мало сладкого», «Ем только конфеты», «Ем фастфуд».

«Физическая активность»: «Делаю зарядку», «Гуляю на улице», «Играю в подвижные игры», «Сижу весь день у экрана телефона».

«Гигиена»: «Мою руки», «Чищу зубы», «Слежу за чистотой одежды», «Не умываюсь утром», «Забываю мыть руки».

«Эмоции и общение»: «Могу успокоиться», «Говорю „нет“ плохому предложению», «Дружу и помогаю», «Часто злюсь», «Кричу и топаю ногами».

«Здоровье и безопасность»: «Надеваю шапку в холод», «Смотрю по сторонам на переходе», «Сообщаю взрослому, если что-то беспокоит», «Разговариваю с незнакомыми людьми».

«Режим дня»: «Ложусь спать вовремя», «Просыпаюсь по будильнику», «Дневной отдых», «Играю в компьютерные игры на телефоне».

Персонажи выстраивают крепость, на ней поднимается флаг, и рядом появляется предмет или картинка, на которой нарисован «Конструктор».

2. Основная часть (20 минут)

Учитель. Ребята, вы молодцы! Помогли Ане и Ване построить крепость здоровья. А мы с вами построим свою. И вам в помощь у меня есть «Копилка полезных советов», давайте посмотрим, что там лежит.

Задача упражнения: познакомить детей с основными способами заботы о здоровье через доступные действия.

Учитель достаёт из «Копилки полезных советов» карточки с различными способами заботы о своём здоровье, развешивает на доске и зачитывает их содержание вслух:

- *Правильно питайся;*
- *Занимайся спортом;*
- *Высыпайся;*
- *Больше гуляй на свежем воздухе;*
- *Не бери в рот ничего вредного;*
- *Умей говорить «нет», если тебя уговаривают сделать что-то плохое;*
- *Общайся с хорошими друзьями;*
- *Занимайся любимым делом;*
- *Умей справляться со своими эмоциями;*
- *Проси помощи, если тебе трудно.*

Ребята, посмотрите на доску. Здесь – наши блоки здоровья, правила, которые помогают нам быть сильными, бодрыми и здоровыми. А теперь каждый из вас построит свою собственную крепость здоровья. Возьмите лист бумаги и нарисуйте крепость – она может быть похожа на замок, на башню или на любой другой домик, который вам нравится. В каждом блоке этой крепости напишите одно правило здоровья, которое вы выбрали с доски. Можете выбрать все правила или самые важные для вас. Раскрасьте свои блоки так, чтобы ваша крепость получилась яркой и прочной. Помните: чем больше полезных правил вы запомните и будете выполнять, тем крепче будет ваша крепость здоровья. Приступайте.

Ученики по окончании рисования прикрепляют свои рисунки к доске.

Молодцы, ребята, какие красивые рисунки у вас получились. Как вы видели, одним из полезных советов было «Умей говорить «нет», если тебя уговаривают сделать что-то плохое». Умение говорить «нет» – очень важный навык! Он помогает нам защитить себя от плохих поступков и сохранить здоровье. Давайте научимся говорить «нет» в разных ситуациях.

Задача упражнения: отработать алгоритм действий и уверенного отказа при неблагоприятных просьбах.

Учитель предлагает детям разыграть несколько ситуаций, в которых нужно уметь говорить «нет». Дети тренируются говорить «нет» твердо и уверенно:

- Незнакомый человек предлагает тебе лакомство.
- Тебя уговаривают прогулять урок.
- Тебя просят ударить кого-то.
- Приятель просит тебя соврать родителям.
- Кто-то просит написать плохое слово на стене.
- Предлагают взять чужую вещь без спроса.
- Тебя просит незнакомый человек пойти с ним.
- Тебя просят украсть лакомства из магазина.
- Тебя зовут играть на стройку.
- Тебя просят взять деньги у родителей.

3. Заключительная часть (5 минут)

Учитель. Итак, ребята, чему вы сегодня научились на классном часе? Что было самым сложным?

Учитель обсуждает с обучающимися проведенный классный час, закрепляя знания, полученные младшими школьниками.

Сегодня мы с вами отлично поработали! Спасибо вам за вашу активность и внимание! Помните, что ваше здоровье – в ваших руках! Будьте здоровы, счастливы, умейте говорить «нет» и совершайте только хорошие поступки.

Постразговор: используйте сказки и рассказы о героях, которые заботились о своём здоровье и побеждали зло, например Г. Цыферов «Как стать большим», «Сестрица Алёнушка и братец Иванушка» и др. Проведите викторину на тему здорового образа жизни. В классе создайте «Уголок здоровья», где будут размещены полезные советы и информация о здоровом образе жизни.

Взаимодействие с родителями: создать «Семейный план здоровья»: родители вместе с ребёнком выбирают 2–3 простых привычки (ложиться спать в одно время, гулять 1 час, делать паузу между уроками и т. п.) и фиксируют их. «Карточки-подсказки»: набор из 5–6 карточек с фразами уверенного отказа. Родителям дают инструкцию, как потренировать фразы дома в спокойной обстановке (в форме игры). Совместная поделка в виде крепости, где каждый член семьи добавляет свой «кирпичик» (привычку). В классе устраивают мини-презентации.

Сценарий классного часа по направлению «Успешность в обучении, социальная активность и самореализация»



Тема «Рюкзак достижений»

Актуальность тематики классного часа обусловлена особенностями возрастного периода, когда доминирует внешняя мотивация, что может приводить к поверхностному усвоению знаний. Именно в это время закладываются основы отношения к обучению, которые определяют учебную успеваемость и вовлечённость в образовательный процесс, а соответственно, способствуют переходу к внутренней мотивации. Установка на ценность усилий и результатов помогает ребёнку осознать связь между прилагаемыми стараниями и достигаемыми успехами, что становится фундаментом для саморазвития и самообразования. А также напрямую связана с задачами, заложенными в Федеральном государственном образовательном стандарте (ФГОС), среди которых указано формирование основ умения учиться, способности к организации своей деятельности: принимать, сохранять цели и следовать им, планировать деятельность, осуществлять её контроль и оценку.

Цель: формирование у младших школьников ценностного отношения к собственным усилиям во всех видах деятельности и осознание их определяющей роли в достижении желаемых результатов и личностном росте.

Задачи:

Образовательная: содействовать осмыслению младшими школьниками прямой зависимости между приложенными усилиями и полученным результатом.

Воспитательная: воспитывать уважение к труду (своему и окружающих) и способствовать формированию готовности конструктивно воспринимать неудачи, сохраняя настойчивость в достижении поставленных целей.

Развивающая: способствовать формированию навыков планирования деятельности и самоанализа своих действий.

Формируемые ценности	Основные смыслы
• <i>Старания и усилия.</i> Если результат пока неидеален, сам факт приложения сил важен и достоин уважения. • <i>Прогресс и рост.</i> Смещение акцента с социального сравнения на личностный рост и индивидуальную динамику. • <i>Труд и ответственность.</i> Достижения требуют определенных усилий, времени и ответственности за свои действия, а также признания усилий других людей. • <i>Настойчивость и преодоление.</i> Трудности преодолимы, и ошибки являются частью обучения, а настойчивость является качеством, которое помогает добиваться цели, преодолевая трудности.	• <i>Переориентация критериев успешности.</i> Ценность деятельности определяется не только итоговым результатом, но и вложенными усилиями, старанием, преодолением трудностей. • <i>Формирование адекватной самооценки.</i> Отделение оценки собственных действий от оценки своей личности. • <i>Отношение к ошибкам и неудачам.</i> Ошибка не воспринимается как провал, а становится стимулом для достижений.

Планируемые результаты (УУД):

Личностные:

- установка на ценность собственных усилий;
- способность к дифференцированной самооценке;
- конструктивное отношение к ошибкам.

Регулятивные:

- целеполагание и планирование: умение самостоятельно ставить перед собой цель, планировать последовательность для достижения результатов;
- контроль и коррекция: способность соотносить свои действия с образцом и корректировать при возникновении трудностей.

Коммуникативные:

- инициация диалога: умение вступать в учебное сотрудничество, договариваться о распределении задач и учитывать мнения других для достижения результата;
- взаимодействие: способность замечать и ценить усилия окружающих, а не только конечный результат; координировать действия для общего результата.

Познавательные:

- логические действия: проявление интереса к самому процессу поиска решения, определяя причинно-следственные связи;
- решение проблем: проявлять инициативность в поиске дополнительной информации или способов решения при столкновении с трудностями.

Оборудование и средства обучения:

- проектор или интерактивная доска, аудиоколонки;
- медиаконтент (видеоролик, интерактивная игра) с участием Ани и Вани;
- цветная бумага для оригами (по количеству детей);
- маленькие листочки для записи качеств (по количеству детей);
- ножницы, клей (по необходимости);
- образец готового рюкзака-оригами для показа (<https://disk.360.yandex.ru/d/AYvL2g1RNBAsdw>).

Ход классного часа

1. Приветствие и начало (2 минуты)

Учитель (или классный руководитель) приветствует детей, представляет тему классного часа и включает медиаконтент (видеоролик), где детей приветствуют герои Ваня и Аня.

Сценарий видеоролика к классному часу «Рюкзак достижений»

Аня. Здравствуйте, ребята! Как мы рады снова вас видеть!

Ваня. Вот и подошел к концу учебный год.

Аня. За этот год мы многое узнали, научились новому и стали лучше понимать друг друга.

Ваня. Да, чтобы достигнуть хороших результатов, пришлось много потрудиться.

Аня. Конечно. Даже есть пословицы на эту тему.
Герои произносят с экрана пословицы,
рядом появляется надпись с картинками.
Ваня. Учение – свет, а неученье – тьма!



Аня. Без труда не вытащишь и рыбку из пруда!



Ваня. Терпение и труд все перетрут!



Аня. Кто много читает, тот много знает!



Ваня. Мы с вами вспомнили главные мудрости про учебу и упорство. А ведь вы помните, ребята, что весь учебный год мы трудились на классных часах и получали предметы, чтобы собрать рюкзак достижений и отправиться с ним в 3-й класс.

У ног героев стоит открытый школьный рюкзак.

Аня. На первом классном часе мы изучали безопасный маршрут до школы и в награду получили свисток.

Аня кладет свисток в рюкзак.

Ваня. На втором – поняли, насколько важен в жизни спорт, и получили кроссовки.

Ваня кладет кроссовки в рюкзак.

Аня. Третий урок был посвящен нашим оценкам, которые мы получаем за наши знания и старания, и у нас появился дневник.

Аня кладет дневник в рюкзак.

Ваня. Затем мы изучали, как правильно разговаривать друг с другом, что нельзя брать чужие вещи без спроса, и у нас появился ластик.

Ваня кладет ластик в рюкзак.

Аня. Пятый урок был посвящен эмоциям, которые мы проявляем в разных ситуациях. За это нам дали наклейку, и сейчас я ее приклею на рюкзак.

Аня приклеивает смайлик-наклейку на рюкзак.

Ваня: Потом разобрались, насколько важно признаваться в своих ошибках и брать на себя ответственность за свои поступки. И у нас оказался большой пенал.

Ваня кладет пенал в рюкзак.

Аня. Затем составили свой режим дня и узнали, что его соблюдение делает нас спокойными и уверенными в себе. И вот наше расписание занятий.

Аня складывает расписание в рюкзак.

Ваня. И на прошлом классном часе узнали, из чего состоит здоровье и как его поддерживать. Теперь у нас есть конструктор, чтобы строить крепость своего здоровья.

Ваня кладет конструктор в рюкзак.

Аня. Но это еще не все!

Ваня. А что же еще?

Аня. Все предметы – это символы важных качеств, которые нам пригодятся и мы возьмем их в 3-й класс.

Ваня. Ребята, помогите нам превратить эти предметы в качества!

На экране появляется интерактивная игра.

Инструкция для проведения интерактивной игры (до 10 минут)

На экране фигуры Ани и Вани с рюкзаком, перед ними – карта с остановками, которые оформлены в виде предметов с каждого классного часа.

На каждой остановке – задания, подобные тем, что были в тематической игре.

1-я остановка «Свисток». Персонажи оказываются на остановке «Свисток». Фрагмент с заданием из игры первого классного часа («Встреча с незнакомцем» – дети выбирают правильный вариант). Свисток превращается в медаль «Осторожность».

2-я остановка «Кроссовки». Фрагмент – отнести мяч к конкретному виду спорта. Кроссовки превращаются в медаль «Активность».

3-я остановка «Дневник». Появляется задание из математики, решение примера. Дневник превращается в медаль «Уверенность».

4-я остановка «Ластик». Появляется почти собранная фигура, нужно дособрать последнее качество. Ластик превращается в медаль «Уважение».

5-я остановка «Смайлик-наклейка». Угадать одну эмоцию. Смайлик-наклейка превращается в медаль «Чуткость».

6-я остановка «Пенал». Один из поворотов лабиринта. Пенал превращается в медаль «Ответственность».

7-я остановка «Расписание». Фигура девочки (без комнаты!), найди различия. Расписание превращается в медаль «Собранность».

8-я остановка «Конструктор». Фрагмент части крепости из игры. Конструктор превращается в медаль «Забота».

На каждой остановке предмет превращается в качество, персонажи получают медали с надписями приобретенных качеств.

В конце игры появляются фигуры Ани и Вани с рюкзаками.

Аня говорит (*текст в облаке*). Теперь мы готовы к 3-му классу!

Ваня говорит (*текст в облаке*). Ребята, увидимся с вами в следующем учебном году!

2. Основная часть (25 минут)

Учитель. Ребята, вы молодцы! Помогли Ане и Ване. Мы узнали, какими качествами и способностями должен обладать выпускник 2-го класса! А теперь мы сделаем свой «Рюкзак достижений» – как у Ани и Вани.

Задача упражнения: закрепить понимание, что за каждым предметом стоит качество, присвоить эти качества себе через создание рюкзака своими руками и сохранить их как опору на будущий учебный год.

Учитель раздаёт цветную бумагу. Дети складывают рюкзак-оригами по образцу учителя.

Ребята, а теперь возьмите маленькие листочки и напишите все качества, о которых мы с вами говорили: «осторожность», «активность», «уверенность», «уважение», «чуткость», «ответственность», «собранность», «забота». Все до одного!

Дети пишут качества на листочках.

Аккуратно сложите все свои листочки с качествами внутрь вашего рюкзака.

Дети складывают бумажки в рюкзак-оригами.

Я сохраню все ваши рюкзаки до 1 сентября следующего учебного года. В 3-м классе вы откроете их и вспомните, какие качества вы приобрели во 2-м классе. А главное – вы это сами написали, а значит, вы по-настоящему повзрели в свои силы!

Учитель собирает рюкзаки.

3. Заключительная часть (до 3 минут)

Учитель. Спасибо за работу, отдам вам рюкзачки в 3-м классе! Всем хорошего летнего отдыха!

В конце занятий учитель каждому ученику пишет послание с пожеланием на новый учебный год (достаточно одной фразы) от имени Вани и Ани.

Пожелания, способствующие формированию учебной мотивации и заинтересованности учеников 2-го класса, можно написать на небольших красивых карточках или стикерах от имени Вани и Ани. Стикеры необходимо положить в рюкзак достижений каждому ученику. Можно добавить фото Вани и Ани (их изображения есть в видеоконтенте). Чтобы пожелания звучали искренне и по-доброму, лучше всего адаптировать их под характер каждого ребенка. Ниже представлен список предполагаемых вариантов с обязательным указанием имени ребенка:

«Ира, желаю тебе, чтобы школьный звонок всегда звучал как начало увлекательного приключения! Используй рюкзак достижений!»

«Катя, пусть в твоём дневнике живут только «пятерки», а если вдруг заглянет «четверка» – не беда, это повод стать внимательнее!»

«Коля, желаю тебе найти в этом году самого верного друга, с которым можно и задачки решать, и на переменке весело бегать!»

«Наташа, желаю тебе, чтобы учительница всегда хвалила, а сложные темы по математике или русскому языку щелкались, как орешки!»

«Сережа, пусть каждый твой день в школе будет наполнен смехом, интересными историями и новыми открытиями, о которых захочется рассказать родителям!»

«Олеся, желаю тебе не бояться поднимать руку, даже если ты не уверена в ответе. Ошибки – это просто ступеньки к успеху, учитель всегда поможет!»

«Милана, старайся и верь в себя, друзья всегда помогут справиться с трудностями!»

«Нина, желаю тебе научиться чему-то такому, чего ты совсем не умела во втором классе: писать красивее, читать быстрее или решать самые хитрые примеры!»

«Влад, главное – верь в себя! Ты уже стал старше и умнее, и новый учебный год обязательно принесет тебе много радости и побед!»

Постразговор: на уроке русского языка показать достигнутые результаты по улучшению почерка и письма. На уроке труда сделать акцент на старание. На физкультуре – достижения по отработке упражнений. На уроке математики показать, что достижения – как задачи (необходимо выполнить вначале первое действие, потом второе).

Взаимодействие с родителями: сделать семейный лист наблюдений «Мой старания» (на 1–2 недели); совместный мини-проект «Лестница моего прогресса» (семья + класс)

Сценарии тематических родительских собраний

Сценарий родительского собрания «Отметка как инструмент развития» (в начале года)

Цель: ознакомление родителей с системой оценивания, актуализация роли семьи в формировании у ребенка устойчивой мотивации и навыков самостоятельной учебной деятельности.

Участники: родители обучающихся, классный руководитель, педагог-психолог (по возможности).

Оборудование:

- проектор и экран (для презентации);
- презентация для родителей;
- раздаточный материал: памятки с советами для родителей, критериями оценивания.

Продолжительность: 1 час.

План собрания

1. Приветствие и открытие собрания (5 минут).
2. Выступление классного руководителя «Отметка как инструмент развития: учимся видеть прогресс и ценить усилия» (15 минут):

Переход к оцениванию, критерии оценивания.

Стратегии поддержки и развитие мотивации к учебе.

Важно подчеркнуть, что именно семья является первым и самым важным источником поддержки. Ваша вера в силы ребенка, ваше спокойствие и уверенность передаются ему, помогая справиться с любыми трудностями.

3. Выступление школьного психолога или классного руководителя «Психологическая поддержка ребенка: как избежать страха ошибок и низкой оценки» (15 минут):

Что может вызывать тревогу и страх при получении первых оценок.

Как помочь ребенку справиться с негативными эмоциями. Родительская поддержка и контроль.

Важность обсуждения школьных оценок в семье и комфортные условия для выполнения домашнего задания.

Формирование у ребенка установки на личностное развитие.

Формирование ответственности за собственные достижения.

Ответы на вопросы родителей.

Контактная информация и рекомендации по обращению за психолого-педагогической помощью.

4. **Классные часы как форма воспитания и развития детей** (10 минут).
5. **Вопросы и ответы** (10 минут).
6. **Заключение и подведение итогов** (5 минут).

Приложение

Содержание родительского собрания

Приветствие и открытие собрания

Классный руководитель приветствует родителей. Объявление темы и плана собрания.

Отметка как инструмент развития: учимся видеть прогресс и ценить усилия

Переход к оцениванию и его критерии

Переход во 2-й класс знаменуется главным отличием – дети начинают получать учебные оценки по пятибалльной шкале. В 1-м классе используется только положительная мотивирующая составляющая: «хорошо», «молодец», «отлично», «старайся». Часто учителя сталкиваются с тем, что ученики, а часто и родители недовольны полученной ребенком отметкой, считают её не совсем справедливой. Однако критерии учебной оценки знаний учащихся прописаны во ФГОС.

В школе ребёнок впервые сталкивается с оценкой своих знаний. Когда его не только хвалят и положительно оценивают, но и когда незнания тоже оцениваются. Бывает, что родители ориентированы именно на самую положительную оценку, а не на знания ребенка. И тогда мы сталкиваемся с тем, что родители сами, например, делают за ребенка домашнее задание. Или же заставляют своих детей часами, без перерыва делать домашние задания и заниматься дополнительно ради пятерки. В результате у ребёнка не остается времени для прогулки или общения с друзьями, что приводит к переутомлению, нервным срывам и потере интереса к учению. Не забывайте: свои требования вы должны соотносить с возможностями ребенка. Прекрасно, когда ученик стремится именно получать знания, интересуется дополнительными литературой и занятиями, а не для того, чтобы быть впереди других и ради похвалы. Когда ребенок ориентирован на пятерки, получение более низкого балла приводит к истерикам, стремлению обмануть родителей или учителя, выклянчить высокий балл. Другой вариант, когда хвастовство приводит к развитию эгоцентризма, конфликту с одноклассниками.

Стратегии поддержки и развитие мотивации к учебе

Для многих детей отметка – это оценка не его работы, а его личности. И от этого нужно отходить, объясняя ребенку, что оценивается его работа или знания. И чтобы получить более высокую оценку, нужно приложить больше усердия, и если не получилось сейчас, то от этого он не становится хуже. Иначе у ученика формируется зависимость от мнения окружающих, заменяется внутренняя мотивация на внешнюю.

Именно со стороны семьи ребенку необходима поддержка. Возвращаясь домой со школы, второкласснику исходя из возрастных особенностей хочется поделиться с родителями информацией из школьной жизни. Вопросы «Что вы сегодня изучали? Что ты узнал нового? С кем играл на перемене?» дают понять ребенку, что родители заинтересованы в его знаниях и межличностном взаимодействии, чтобы ему было интересно обучаться в школе. А такие вопросы, как: «Как дела?», «Что получил?», приводят к односложным ответам. Вопросы «Почему четыре, а не пять?», «За что снизили оценку?» заставляют ребенка оправдываться.

Проявляйте интерес в целом к школьной жизни, участвуйте в делах школы и класса. Когда ребенок видит вашу причастность к делам и небезразличие к школе, он и сам старается проявить инициативу. Школа становится не отдельным враждебным институтом, а входит как значимая структура в жизнь ребенка.

А сейчас, уважаемые родители, вы сами попробуете выступить в роли учителя и оценить предложенные вам работы.

Упражнение для родителей «Попробуй оценить, как учитель»

Цель: помочь родителям прочувствовать, насколько непросто объективно и бережно оценивать школьные работы: видеть не только ошибки, но и прогресс, подбирать слова, учитывать возраст и индивидуальные особенности ребёнка. Данное упражнение снижает напряжение в разговорах про оценки и помогает выстраивать партнёрство со школой.

Родителям раздаются по одной типичной работе младшего школьника (анонимные) с просьбой посмотреть и оценить данную работу по пятибалльной шкале.

Учитель. Расскажите какие оценки вы поставили, обоснуйте их. Насколько было легко? С какими сложностями столкнулись?

Не забывайте, при оценивании вы должны исключить эмоции. Ваша задача – не просто поставить отметку, а дать обратную связь, которая обеспечивает личностный рост ребёнка. Каким бы образом вы дали обратную связь ребенку, учитывая его возраст? Мы видим, что даже при оценивании одной работы у нас появляются разные мнения. Поэтому школа использует единые критерии оценивания и старается давать детям понятную обратную связь. Наша общая цель – по-

мочь ребёнку развиваться, а не просто ставить отметки. Давать ребенку обратную связь таким образом, чтобы не отбить желание учиться и сформировать в нем страх перед оценками.

Психологическая поддержка ребенка: как избежать страха ошибок и низкой оценки

Что может вызывать тревогу и страх при получении первых оценок.

Тревога – это ситуативное проявление, связанное с ожиданием и неопределенностью. Для второклассника первые оценки – это неопределенность, ученик еще не знаком с критериями оценивания. Для него положительная оценка – это когда он ведет себя хорошо и все правильно делает, а не то, что он чего-то знает. Так почему возникает тревога у ученика перед оценками?

1. *Родители сами сильно переживают из-за оценок.* Родительские страхи передаются детям.

2. *Боязнь огорчить и разочаровать родителей.* Не соответствовать ожиданиям, например, когда родители возложили на ребенка ответственность за престиж семьи.

3. *Сравнение со сверстниками.* Боязнь, что другие будут более успешными и начнут насмехаться над ним.

4. *Негативный опыт.* Когда ребенка уже ругали за низкие оценки или невыполненное задание и он боится повторения ситуации.

5. *Незнание критериев оценивания.* Неопределенность приводит к беспокойству.

6. *Переутомление.* Уроки, домашнее задание, дополнительные занятия, неправильно распределенное время приводят к тому, что ребенок боится не успеть и получить плохую отметку.

Часто одна причина наслаивается на другую, и ситуативная тревога перерастает в личностную тревожность.

Как помочь ребенку справиться с негативными эмоциями. Родительская поддержка и контроль.

1. *Выстраивать доверительные отношения с ребенком.* При любых негативных ситуациях или трудностях ребенок, прежде всего, ищет поддержки у значимых взрослых. В том числе и при получении низкой отметки ребенок не будет скрывать и уходить от разговора, а честно расскажет, что и почему у него не получилось.

2. *Не проявлять излишней строгости.* Ребенок только начинает получать учебные отметки, для него это впервые и уже является стрессовой ситуацией.

3. *Проявить понимание и поддержку.* Получив положительную оценку, ребенок стремится поделиться своими успехами с родителями. Правильное закрепление достигнутого успеха позволяет акцентировать внимание не на самой оценке, а на знаниях и усердии, которые были приложены для достижения результата. В отношении же низкой отметки поддержка и помощь помогут ребенку понять, где у него пробелы в знаниях и с чем ему нужно поработать, а самим родителям определить причины неуспеваемости.

4. *Помочь ребенку найти и развить свои способности.* Быть успешным во всем – достаточно сложная работа. И на начальных этапах важно помочь своему ребенку увидеть, в чем он может показать высокую результативность и что поможет ему не разочароваться в себе и окружающих.

5. *Помогите осознать ценность учебы и знаний.* Дайте понять ребенку, что главная цель – это получение знаний, а не просто высокие оценки. Не формируйте у ребенка «синдром отличника», именно учебная отметка показывает направление для роста.

6. *Воспринимать оценку как обратную связь, а не как оценку личности.* Учебная отметка – это оценка знаний ученика, а не личное отношение учителя к нему.

7. *Не обсуждайте личность и компетентность учителя в присутствии ребенка.* Об объективности выставленной оценки поговорите напрямую с учителем, без ребенка. Учитель для младшего школьника является авторитетным взрослым, который определяет ценностное отношение к окружающему миру.

8. *Чаще обнимайте своих детей.* Ребенку нужен физический контакт для того, чтобы успокоиться. Ведь родитель – это опора и надежность, которые дают чувство безопасности.

9. *Будьте внимательны к изменениям в поведении ребенка.* Если для вас возникли какие-то тревожные сигналы в поведении ребенка и вы чувствуете, что не можете справиться, не бойтесь обратиться за консультацией к школьному психологу.

10. *Давать возможность полноценного отдыха.* Организм второклассника продолжает интенсивно расти и нуждается в полноценном отдыхе, сне и правильном питании. Стремление к более высоким отметкам и дополнительные занятия могут привести к перенагрузке, эмоциональным срывам и нервному истощению.

Важность обсуждения школьных оценок в семье и комфортные условия для выполнения домашнего задания.

Обсуждение оценок в семье очень важно. Это возможность снизить тревожность, развить доверие и поддержать ребенка. Оценки – это не индикатор того, насколько хороший плохой ребенок и не показатель успешности родителей. Она помогает увидеть связь между результатом и приложенными усилиями, которую в силу своей неопытности ребенок не видит. Родители могут помочь разобраться, за что поставлена оценка, что получилось, что нет, над чем нужно поработать. И

соответственно, вовремя увидеть трудности, с которыми столкнулся ребенок, где ему нужна дополнительная помощь.

Ребенок боится получить низкую оценку, так как считает, что его тогда родители перестанут любить. Важно помнить, что учебная отметка – это не оценка личности. Родители тебя любят и во всем постараются помочь, но и ты тоже должен приложить усилия. И тогда вместо стремления получить одобрение ребенок развивает учебную и познавательную мотивацию.

Стремление к новым знаниям приводит к самостоятельности в выполнении домашнего задания. Однако на первых этапах от родителей требуется терпение и последовательность. Не делайте домашние задания за своего ребенка, ваша задача – помочь направить на правильный ответ, даже дать возможность ошибиться, увидеть и исправить эту ошибку самостоятельно. Таким образом, у ребенка формируется ответственность и желание самому добраться до правильного ответа, перепроверить его.

Приучите ребенка ежедневно показывать родителям дневник. Это не только контроль успеваемости, но и отслеживание правильности записанного домашнего задания, а соответственно, и его выполнения.

Формирование у ребенка установки на личностное развитие.

Установка на личностное развитие проявляется в любознательности, готовности пробовать новое, умении ставить небольшие цели, брать посильную ответственность и извлекать опыт из ошибок.

В этом возрасте мы формируем мотивацию к познанию и обучению. Ребёнок задаёт вопросы, интересуется «как это устроено», не боится сложных задач. Ребёнок учится планировать шаги, следовать правилам, соотносить цель и результат.

Отношение к ошибкам как к части обучения. Спокойное восприятие неудачи, способность сказать «Не получилось, попробую ещё» или попросить помощи.

Формирование ответственности за собственные достижения.

Ответственность за посильные действия. Умение доводить до конца простые дела, отвечать за свои решения в бытовых и учебных ситуациях.

Наличие дошкольного фундамента. Если до школы ребёнок имел опыт выбора и ответственности (например, «Ты решаешь, какую футболку надеть, и сам её складываешь»), в школе ему легче принимать учебные задачи. Давайте задачи, которые чуть сложнее привычного уровня, но решаемы с минимальной помощью.

Посильные обязанности с правом на ошибку. Например, «Ты отвечаешь за свой пенал: проверяешь, всё ли на месте, и если чего-то нет – говоришь мне». Важно не делать за ребёнка, а помогать планировать!

Моделирование отношения к трудностям. Рассказывайте о своих небольших ошибках и о том, как вы их исправляли: это снижает страх неудачи.

Классные часы как форма воспитания и развития детей

Уважаемые родители, мы продолжаем работу по формированию социального здоровья обучающихся с помощью внеклассных часов. В этом учебном году на внеклассных занятиях по-прежнему будем использовать в работе интерактивных героев Аню и Ваню, которые помогут детям разобраться в сложных и важных темах.

Тематические классные часы будут проводиться также один раз в месяц. Их тематика и распределение по месяцам представлены на рисунке.

Тематическое направление	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май
Нормы социального общения в школьном коллективе	«Навигатор безопасности»								
Здоровье как семейная ценность		«Спорт и здоровье – семейная ценность»							
Общечеловеческие ценности			«Оценка и самооценка»						
Дружба. Помощь. Общение				«Наш дружный класс»					
Эмоции. Эмоциональный интеллект. Эмпатия					«Мир эмоций: познай себя и пойми других»				
Ценности и потребности личности. Личные границы. Ответственность						«Сам себе помощник»			
Стрессовая устойчивость и жизнестойкость							«Учусть быть собранным и спокойным»		
Социально-психологическое здоровье. Профилактика девиаций								«Мое здоровье – моя крепость»	
Успешность в обучении. Социальная активность и самореализация									«Рюкзак достижений»

Рис. Циклограмма классных часов для 2-го класса по укреплению и развитию социального и психологического здоровья школьников (учебный год)

Заключение

Уважаемые родители, благодарю вас за открытый разговор и за то, что делитесь своими переживаниями: вопросы оценок, домашних заданий, поведения. Сегодня мы вместе попробовали посмотреть на оценку глазами учителя – и убедились, что любая отметка – это не характеристика ребёнка, а прежде всего возможность для личностного развития. Именно поэтому так важно не сводить разговор об учёбе к цифрам, а говорить о прогрессе, усилиях и ошибках как о части развития. Оценка – это ориентир, а не приговор, и самое ценное, что мы можем дать ребёнку, – это поддержку и понятную обратную связь.

Важной опорой в этом становятся классные часы по укреплению социального-психологического здоровья: именно на них дети учатся понимать свои эмоции, договариваться и справляться со стрессом, а значит – становиться самостоятельнее и увереннее. Впереди у нас цикл таких занятий. Буду держать вас в курсе и делиться идеями, как поддержать эту работу дома. Спасибо, что вы с нами!

Сценарий родительского собрания «Подведение итогов учебного года»

Введение

Настоящий сценарий итогового родительского собрания разработан как завершающий этап системной работы по укреплению социально-психологического здоровья обучающихся. Мероприятие интегрирует традиционные организационные вопросы окончания учебного года с содержательными элементами программы, позволяя родителям через практическую реализацию упражнений осознать значимость формируемых у детей навыков. Предлагаемый формат взаимодействия с родителями (законными представителями) позволяет создать условия для осознания ими личностных изменений своих детей и формирования единых ориентиров развития при переходе в 3-й класс. Ключевыми материалами для проведения собрания служат рюкзачки-оригами с записями детей о приобретённых за учебный год качествах.

Цель: подведение итогов учебного года, информирование родителей о результатах личностного развития обучающихся в рамках реализации системы классных часов по укреплению социально-психологического здоровья обучающихся 2-го класса, формирование единых педагогических ориентиров для подготовки детей к переходу в 3-й класс.

Задачи:

Организационные: представить статистику успеваемости и достижений класса и его обучающихся в учебном году; информировать родителей о требованиях и задачах на летний период; обсудить организационные вопросы окончания учебного года; вручить благодарности родителям за активное участие в жизни класса.

Содержательные: выполнить с родителями ряд упражнений, которые дети осваивали на классных часах в течение учебного года, показать содержание и значимость представленной системы классных часов по укреплению социально-психологического здоровья обучающихся 2-го класса, а также дать родителям возможность на собственном опыте оценить сложность и ценность формируемых навыков (эмоциональная регуляция, безопасное поведение, уважение личных границ); создать условия для осознания родителями своей роли в закреплении приобретённых детьми качеств в рамках летнего каникулярного периода и в преддверии 3-го класса; сформировать у родителей понимание ключевых возрастных изменений, ожидающих детей в 3-м классе, и способов конструктивной поддержки.

Ход собрания

1. Вступительная часть

Учитель. Добрый вечер, уважаемые родители! Сегодня нам предстоит обсудить итоги учебного года, а также поговорить о том, что изменилось в ваших детях за этот год и что ждёт их впереди. Собрание построено таким образом, что мы решаем формальные вопросы сначала, после чего я приглашу вас в практическую часть, где вы сможете сами попробовать те упражнения, которые выполняли ваши дети на классных часах, призванных укрепить их социально-психологическое здоровье. Это позволит вам лучше понять, чему и как мы учились весь год, и осознать, какие навыки формировались у детей.

2. Официальная часть

2.1. Итоги успеваемости. *Ознакомление родителей с итогами успеваемости, адаптация к балльной системе оценивания.*

2.2. Внеучебные достижения. *Ознакомление родителей с участием и достижениями класса и отдельных детей в конкурсах, праздниках, соревнованиях.*

2.3. Организационные вопросы. *Обсуждение насущных вопросов класса.*

2.4. Безопасность в летний период. *Напоминание правил безопасности.*

3. Практическая часть, посвященная системе классных часов по укреплению социально-психологического здоровья обучающихся 2-го класса

Учитель. Уважаемые родители, официальная часть завершена. Теперь я хочу пригласить вас в мир ваших детей. Весь год с детьми на классных часах по укреплению их социально-психологического здоровья мы осваивали важные жизненные навыки. Сейчас я предлагаю вам самим попробовать то, чему учились ваши дети. Мы выполним несколько упражнений, которые хорошо знакомы вашим детям. Упражнения не обязательны к выполнению. Вы можете участвовать в них по своему желанию. Я буду предлагать их по очереди, а вы решаете, готовы ли вы попробовать. Некоторые упражнения мы делаем стоя, некоторые сидя. Главное условие – постараться отключить контроль и просто попробовать, как это было у детей. Мы сейчас не взрослые, мы – ученики 2-го класса.

Упражнение 1. «Поза победителя»

Учитель. Первое упражнение называется «Поза победителя». Встаньте, пожалуйста, прямо. Расправьте плечи. Поднимите подбородок. Руки поставьте на

пояс. Улыбнитесь. Постоите так пятнадцать секунд. Просто постоите, почувствуйте своё тело. А теперь медленно сядьте. Скажите себе честно, что изменилось в вашем состоянии за эти секунды? Стало ли вам спокойнее? Увереннее? Чувствуете ли вы себя немного иначе? Это упражнение мы делали с детьми на одном из занятий. Мы учились определять, как тело влияет на настроение. Если ребёнок волнуется перед контрольной или ответом у доски, эта поза помогает ему успокоиться и собраться. Она работает не потому, что мы придумали, а потому, что тело действительно посылает сигнал в мозг. Я выпрямился, значит я сильный. Я улыбнулся, значит я спокоен. Дома вы можете напоминать детям об этом приёме. И теперь вы испробовали его сами.

Упражнение 2. «Волшебный мяч»

Учитель. Второе упражнение называется «Волшебный мяч». Сейчас я возьму мяч. Мы будем передавать его по кругу. Когда мяч окажется у вас в руках, я попрошу вас сказать одну вежливую фразу. Не придумывайте сложное, просто скажите то, что вы говорите детям или что дети говорят вам. Например, «Можно мне, пожалуйста», «Спасибо», «Извини, я нечаянно», «Будь добр», «Передай, пожалуйста», «Мне это неприятно», «Перестань», «Давай играть вместе». Когда я скажу «Стоп», тот, у кого в руках окажется мяч, скажет свою фразу. Все остальные слушают. Если фраза действительно вежливая, мы хлопаем.

Учитель даёт команду «Стоп» через несколько секунд. Тот, у кого мяч, говорит фразу. Все хлопают, если фраза вежливая. Игра повторяется два-три раза.

Отлично! Вы только что сделали то же, что делали ваши дети, когда мы учились быть вежливыми и уважать друг друга. Самое сложное в этом упражнении для детей – не только придумать или вспомнить фразу, а произнести её вслух, когда на тебя смотрят. Чем чаще мы делаем это упражнение, тем легче дети используют вежливые слова в повседневной жизни. Эти слова помогают нам не ссориться, договариваться и чувствовать себя уверенно в коллективе.

Упражнение 3. «Умей сказать "нет"».

Учитель. Это упражнение – самое важное для безопасности. Сейчас я подойду к кому-то из вас и предложу что-то, от чего по правилам безопасности нужно отказаться. Я буду настойчивой, я буду уговаривать. А ваша задача – сказать «нет» твёрдо, громко, без извинений. Готовы?

Педагог подходит к родителю, протягивает предмет (конфету) и настойчиво говорит: «Возьмите, пожалуйста, это вкусно. Ну давайте, берите, не стесняйтесь.

Вкусно же, попробуйте». Родитель должен ответить твёрдым «нет».

Если родитель замаялся или взял, педагог мягко останавливает.

А теперь представьте, что это предлагает незнакомец вашим детям. Как вы думаете, легко ли им отказаться? Мы взрослые, и даже нам трудно сказать «нет», когда на нас оказывают давление, а ребёнку еще сложнее. На одном из занятий мы говорили, что у каждого есть право сказать «нет». Если предлагают что-то опасное, если зовут куда-то, если уговаривают сделать то, что тебе не нравится, ты имеешь право отказаться. Это не грубость. Это забота о себе. Пожалуйста, поддерживайте этот навык дома. Проговаривайте ситуации. Спрашивайте, что бы ты сделал, если бы тебе предложили. Не запрещайте им говорить «нет» вам.

Если ребёнок говорит «нет», он учится защищать себя. И если придёт настоящая опасность, ребенок не растеряется.

Уважаемые родители, мы рассмотрели несколько упражнений, которые мы выполняли с детьми. Каждый месяц мы делали подобные упражнения. Всего мы провели девять классных часов по самым разным темам, посвященным вопросам по укреплению социально-психологического здоровья обучающихся ваших детей. Надеюсь, что наши дети стали увереннее, спокойнее и внимательнее!

4. Завершение

Учитель. Уважаемые родители, хочу познакомить вас с рюкзачками-оригами, которые дети складывали на последнем классном часе!

Учитель раздает рюкзачки-оригами каждого ребенка
его родителю для ознакомления.

Внутри каждого из них лежат листочки с приобретенными вашими детьми качествами в этом учебном году! Поддержите ваших детей в формировании и укреплении этих качеств. На следующий год они пригодятся ребятам!

Уважаемые родители, мы завершаем наше родительское собрание. Спасибо, что пришли сегодня и включились в нашу работу! Этот год был важным. Дети стали взрослее, самостоятельнее, научились многим навыкам, которые не измерить оценками. Они научились замечать свои эмоции, говорить «нет» в опасных ситуациях, просить прощения, уважать чужие границы. И главное – они научились видеть себя не через оценки, а через свои усилия и качества. В 3-м классе их ждут новые вызовы. Новые предметы, новая нагрузка, новые отношения с друзьями. Желаю вам хорошего, тёплого, безопасного лета! Отдыхайте, но помните: поддерживайте ритм дня, гуляйте, разговаривайте с детьми! В сентябре мы встретимся с новыми силами! До встречи в 3-м классе!

Заключение

Представленный методический сборник выступает целостным интегративным элементом институциональной структуры по сохранению и укреплению социального и психологического здоровья обучающихся начальных классов общеобразовательных организаций Кемеровской области – Кузбасса. Сборник обеспечивает единое содержание и преемственность данной работы во 2-м классе, продолжая логику, заложенную в методических материалах для первоклассников, и закладывая содержательный фундамент для последующих этапов психолого-педагогической деятельности классного руководителя в 3–4-х классах.

Реализация системы предложенных сценариев классных часов и родительских собраний призвана создать в образовательной организации такие педагогические условия, при которых у второклассников постепенно формируются и закрепляются ключевые личностные качества: внимательность и осторожность в оценке окружающей среды, физическая и эмоциональная активность, уверенность в собственных силах, уважение к личным границам – своим и чужим, эмпатия и способность понимать чувства других, ответственность за собственные поступки и их последствия, собранность и умение планировать собственное время, забота о здоровье как осознанная жизненная позиция. Именно этот набор качеств, накапливаемый не декларативно, а через проживание конкретных ситуаций, игровые и практические задания, должен стать личностным ресурсом ребёнка в дальнейшей учебной и социальной жизни.

Процесс сбора «Рюкзака достижений», интегрированный в девять классных часов, выполняет важную дидактическую функцию: способствует превращению воспитательных целей в осязаемый, визуальный и прикладной инструмент, когда к концу учебного года каждый второклассник оказывается обладателем символического рюкзака, наполненного не предметами, а освоенными личностными качествами (внимательность, активность, уверенность, уважение, эмпатия, ответственность, собранность, забота). «Рюкзак достижений» как педагогическое средство становится не просто итогом проделанной работы, а осознанной опорой, с которой ребёнок делает шаг в 3-й класс – на новый уровень учебной самостоятельности и социального взросления. В помощь классному руководителю подготовлен дидактический материал и медиаконтент – мультфильмы и интерактивные игры с персонажами Аней и Ваней, которые проживают различные жизненные ситуации и взрослеют вместе с обучающимися 2-го класса.

Особую методическую новизну сборнику придает выстроенная система взаимодействия с родителями (законными представителями), в результате использования которой семья из односторонней позиции получателя информации

переходит в позицию активного соучастника образовательного процесса. Этому способствуют совместные проекты («Карта маленьких обязанностей», «Семейный план здоровья»), интерактивные родительские собрания, в рамках которых взрослые примеряют на себя детские упражнения, домашние задания, выполняемые вместе с ребёнком, что формирует единое воспитательное пространство «школа – семья». В данном пространстве ребёнок получает согласованные ориентиры от значимых взрослых, что многократно усиливает педагогический эффект, снижает риски и отклонения в социально-психологическом поведении младшего школьника.

Таким образом, представленный методический сборник – это не просто набор сценариев девяти классных часов и двух родительских собраний, а практический инструментарий, позволяющий педагогам Кемеровской области – Кузбасса выстроить целостную, преемственную, соответствующую требованиям ФГОС и ФООП НОО систему работы с младшим школьником по укреплению его социального и психологического здоровья.

Уверены, заложенные в методических материалах идеи, формы и приемы воспитательной работы найдут отклик у классных руководителей, педагогов-психологов, социальных педагогов и руководителей образовательных организаций и станут надёжной основой для дальнейшего развития региональной модели психолого-педагогического сопровождения деятельности педагогических работников по укреплению социального здоровья обучающихся образовательных организаций.

Список рекомендованной литературы

1. Байкова, Л. А. Психология здоровья: социальное здоровье детей и молодежи : учебник для вузов / Л. А. Байкова. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Юрайт, 2026. – 216 с. – (Высшее образование).
2. Болотова, А. К. Социальные коммуникации. Психология общения : учебник и практикум для вузов / А. К. Болотова, Ю. М. Жуков, Л. А. Петровская. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Юрайт, 2025. – 272 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-08188-6 // Образовательная платформа Юрайт : [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/560190> (дата обращения: 12.04.2026).
3. Бонкало, Т. И. Здоровьесберегающие технологии в учебной и профессиональной деятельности : учебник для обучающихся по направлениям медицинского и психологического образования / Т. И. Бонкало, О. Б. Полякова. – Москва : Государственное бюджетное учреждение города Москвы «Научно-исследовательский институт организации здравоохранения и медицинского менеджмента Департамента здравоохранения города Москвы», 2023. – 206 с.
4. Венгер, А. Л. Психологическое обследование младших школьников : практическое пособие / А. Л. Венгер, Г. А. Цукерман. – Москва : Владос, 2001. – 160 с.
5. Диагностика эмоционально-нравственного развития / под ред. и сост. И. Б. Дермановой. – Санкт-Петербург : Речь, 2002. – С. 47–60.
6. Колпина, Л. В. К вопросу об определении понятия «социальное здоровье» / Л. В. Колпина, И. Н. Сербай // Среднерусский вестник общественных наук. – 2011. – № 1. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/k-voprosu-ob-opredelenii-ponyatiya-sotsialnoe-zdorovie> (дата обращения: 12.04.2026).
7. Корягина, Н. А. Социальная психология: теория и практические методы / Н. А. Корягина. – Москва : Юрайт, 2024. – 317 с.
8. Костина, А. В. Россия: путь к будущему. Технологии формирования нового общества: цивилизационная идентичность. Информатизация жизни. Культурные ценности и «общество потребления». – Москва : Ленанд, 2019. – 200 с.
9. Лебедева-Несевря, Н. А. Социология здоровья : учеб. пособие для студ. вузов / Н. А. Лебедева-Несевря, С. С. Гордеева ; Перм. гос. нац. исслед. ун-т. – Пермь, 2011. – 238 с.
10. Леонтьев, А. Н. Деятельность. Сознание. Личность : учебное пособие / А. Н. Леонтьев. – 2-е изд., стер. – Москва : Смысл : Академия, 2005. – 352 с. : ил. – (Высшее образование) (Классическая учебная книга).
11. Лескова, А. А. Методика «Мой класс» / А. А. Лескова. – URL: https://www.elibrary.ru/query_results.asp (режим доступа: 20.05.2026).
12. Лескова А. А. Проективная методика «Мой класс» как инструмент изучения социально-психологической адаптации младших школьников / А. А. Лес-

кова // Психологическая диагностика в социально-культурном обслуживании и коррекционно-развивающей работе : сб. науч. тр. – Москва, 2007. – С. 102–115.

13. Лусканова, Н. Г. Анкета «Оценка уровня школьной тревожности» / Н. Г. Лусканова // Информационно-методические материалы для специалистов психологической службы по применению диагностического инструментария по направлению адаптации обучающихся в общеобразовательных организациях / сост.: А. Х. Бубнова, Т. В. Шевцова, Т. И. Игнатенко. – Донецк : ДРУМЦ ПС СО, 2021. – 123 с. – URL: https://sh-spc-int25-gorlovka-r897.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/193/3833/3_21_Pis_mo_DRUMTs_PS_SO_01_03_31_ot_02_02_2021_DP_5_Adaptatsiya.pdf. (дата обращения: 20.05.2026).

14. Лусканова, Н. Г. Методы обследования речи младших школьников / Н. Г. Лусканова // Методы обследования речи детей / под ред. И. Т. Власова, Ю. Ф. Поляковой. – Москва : Просвещение, 1984. – С. 78–91.

15. Морев, М. В. Социальное здоровье как категория социологии / М. В. Морев // Siberian Socium / Тюменский государственный университет ; главный ред. В. Г. Немировский. – Тюмень : ТюмГУ-Press, 2022. – Том 6, № 2(20). – С. 65–80.

16. Нартова-Бочавер, С. К. Введение в психологию развития : учебное пособие / С. К. Нартова-Бочавер, А. В. Потапова ; гл. ред. Д. И. Фельдштейн. – 4-е изд., стер. – Москва : ФЛИНТА, 2022. – 216 с. – (Библиотека психолога). – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id.> – ISBN 978-5-89349-759-5 94688 (дата обращения: 12.04.2026).

17. Обухова, Л. Ф. Возрастная психология : учебник для вузов / Л. Ф. Обухова. – Москва : Юрайт, 2024. – 411 с.

18. Орехова, О. А. Цветовая диагностика эмоций ребенка / О. А. Орехова. – Санкт-Петербург : Речь, 2003 (Тип. ИПК Бионт). – 108 с. – (Практикум по психодиагностике).

19. Панченко, С. Проективная рисуночная методика «Школа зверей» / С. Панченко // Школьная тревожность: диагностика, профилактика, коррекция / А. В. Микляева, П. В. Румянцева. – Санкт-Петербург : Речь, 2004. – 248 с.

20. Полякова О. Б. Психологическое здоровье: дайджест / О. Б. Полякова, Т. И. Бонкало. – Электрон. текстовые дан. – Москва : ГБУ «НИИОЗММ ДЗМ», 2023. – URL: <https://niiioz.ru/moskovskaya-meditsina/izdaniya-nii/daydzhest-meditsinskiyturizm-i-eksport-meditsinskikh-uslug/> – Загл. с экрана. – 54 с. (дата обращения: 12.04.2026).

21. Пономаренко, Л. П. Психологическая профилактика дезадаптации учащихся в начале обучения в средней школе : методические рекомендации для школьных психологов / Л. П. Пономаренко. – Одесса : АстроПринт, 1999. – 367 с.

22. Психология здоровья : учебник для вузов / под ред. Г. С. Никифорова. – Санкт-Петербург : Питер, 2006. – 607 с. : ил. – (Серия «Учебник для вузов»).

23. Развитие мотивов учения у детей 6–7 лет // Особенности психологического развития детей 6–7-летнего возраста / под ред. Д. Б. Эль-конина, А. Л. Венгера ; Науч.-исслед. ин-т общей и педагогической психологии

Акад. пед. наук СССР. – Москва : Педагогика, 1988. – 136 с. – (Педагогическая наука – реформе школы). – URL: [https://psychlib.ru/mgppu/opr/opr-001-.htm#\\$p1](https://psychlib.ru/mgppu/opr/opr-001-.htm#$p1) (дата обращения 12.04.2026).

24. Садчикова, Я. О. Психологическое здоровье как показатель психологической безопасности образовательной среды / Я. О. Садчикова // Молодой ученый. – 2023. – № 25 (472). – С. 293–295. – URL: <https://moluch.ru/archive/472/104448>. – ISBN 978-5-9758-1942-0 (дата обращения: 12.04.2026).

25. Самооценка детей младшего школьного возраста : метод. рекомендации / И. В. Сычевич. – Могилев : МГУ им. А. А. Кулешова, 2007. – 40 с.

26. Социальная психология развития : учебник для вузов / под ред. Н. Н. Толстых. – Москва : Юрайт, 2024. – 544 с.

27. Социально-психологические проблемы взаимодействия в группах и коллективах : методическое пособие для студентов. – Саранск, 1990. – 53 с.

28. Социология личности // Социология : энциклопедия / сост. : А. А. Грицанов, В. Л. Абушенко, Г. М. Евелькин и др. – Минск : Книжный дом, 2003. – 1311 с.

29. Справочник заместителя директора школы по воспитательной работе / Л. А. Байкова, Л. К. Гребенкина, О. В. Еремкина и др. – Москва : Образовательный центр «Педагогический поиск», 1999. – 160 с.

30. Столяренко, Л. Д. Социальная психология личности и групп : учебник / Л. Д. Столяренко. – Москва : Феникс, 2024. – 320 с.

31. Усанова, О. Н. Комплект диагностических материалов «Лилия» / О. Н. Усанова. – Москва : Изд. НПЦ «Коррекция», 1995. – 12 с.

32. Фролова, Ю. Г. Медицинская психология : учеб. пособие / Ю. Г. Фролова. – 2-е изд., испр. – Минск : Выш. шк., 2011. – 383 с.

33. Шкиндер, В. И. Понятие «социальное здоровье» и его значение для социальной теории и практики / В. И. Шкиндер, Н. Л. Шкиндер // Современные проблемы подготовки специалистов по социальной работе и социальной педагогике : материалы 4-й Всероссийской научно-практической конференции (Екатеринбург, 30–31 марта 2004 г.). – Екатеринбург : РГППУ, 2004. – С. 279–285.

34. Щербатых, Ю. В. Психология стресса и методы коррекции : учебное пособие / Ю. В. Щербатых. – 3-е изд. – Санкт-Петербург : Питер, 2025. – 432 с.

35. Щур, В. Г. Методика изучения представлений ребенка об отношениях к нему других людей / В. Г. Щур // Психология личности: теория и эксперимент : сб. науч. тр. / АПН СССР, НИИ общ. и пед. психологии ; сост. М. П. Гинзбург. – Москва : АПН СССР, 1982. – 170 с.

Приложения

Приложение 1

Рекомендуемые диагностические материалы для младших школьников (2-й класс)

Диагностический комплекс для младшего школьного возраста ориентирован на всестороннюю оценку личностного развития обучающихся. Методология исследования позволяет верифицировать сильные стороны и проблемные аспекты развития, проанализировать структуру учебной мотивации, а также оценить уровень сформированности коммуникативных навыков в процессе взаимодействия с социумом.

Перед исследованием важно собрать предварительные данные: понаблюдать за ребёнком на уроках, поговорить с педагогом и изучить анамнез. Это позволит учесть индивидуальные особенности ученика при разработке плана обследования и сделать выводы более достоверными. В ходе диагностики следует документировать специфику поведения и деятельности ребёнка – такие наблюдения помогут точнее оценить его состояние.

Данный комплекс методик носит рекомендательный характер. Важно не перегружать учащихся диагностикой, учитывая возрастные особенности младших школьников. Педагогу-психологу необходимо выбрать две-три методики, позволяющие дать максимально полную информацию, не приводя детей к переутомлению. Предлагаемые методики по возможности максимально охватывают сферу исследования личности ребенка в плане взаимодействия с окружающими, мотивации к учебе и самооценке. Также возможно использование методик, предложенных в сборнике сценариев «Укрепление социального и психологического здоровья обучающихся 1-х классов общеобразовательных организаций Кемеровской области – Кузбасса».

Исследование проводится два раза в год: первичное – в начале учебного года и контрольное – в конце второго полугодия.

Тест «Дерево с человечками»

Тест П. Уилсона «Дерево с человечками» создавался для важной цели – исследования эмоционального состояния обучающихся в период учебы. Эта же методика представлена под авторством Д. Лампена в адаптации Л. П. Пономаренко.

Содержание методики:

Ученикам предлагаются листы с готовым изображением сюжета: дерево и располагающиеся на нем и под ним человечки. Каждый учащийся получает лист с изображением дерева и расположенных на нем человечков (но без нумерации фигурок).



Инструкция:

«Рассмотрите это дерево. Вы видите на нем и рядом с ним множество человечков. У каждого из них разное настроение, и они занимают различное положение. Возьмите красный фломастер и разукрасьте того человечка, который напоминает вам себя, похож на вас, ваше настроение в школе и ваше положение. Возможно, чем выше на дереве находится человек, тем выше его достижения, тем более он успешен в школе. Теперь возьмите зеленый фломастер и разукрасьте того человечка, которым вы хотели бы быть и на чем месте вы хотели бы находиться».

Бывает так, что некоторые дети просят разрешения обозначить позиции двух человечков.

В этом случае не следует ограничивать их выбор, но необходимо зафиксировать, какой человек был отмечен в первую очередь, какой – во вторую, так как соотношение этих выборов может быть достаточно информативным.

Для контроля можно посмотреть и художественный аналог теста дерева с человечками. Здесь уже присутствует некоторая расшифровка характеров, эмоций, возраста и настроения. Если результат неизменен, читаем дальше.



Интерпретация результатов:

Интерпретация результатов методики «Дерево с человечками» проводится исходя из того, какие позиции выбирает данный ученик, с положением какого человечка отождествляет свое реальное и идеальное положение, есть ли между ними различия.

Интерпретация разработана с учетом опыта практического применения методики и сравнения ее результатов с наблюдениями за поведением учеников, данных, полученных от учителей и родителей, из беседы с ребенком.

Для удобства объяснения каждой фигурке присвоен свой номер:

№ 1, 3, 6, 7 – поза целеустремленного человека, который ничего не боится – ни препятствий, ни преград на пути;

№ 2, 11, 12, 18, 19 – настрой на общительность, дружескую поддержку, коммуникабельная личность, нацеленная на помощь друзьям и близким;

№ 4 – устойчивость положения (желание добиваться успехов, не преодолевая трудностей), устойчивая жизненная позиция помогает достигать высоких результатов в делах, особенно если на пути не возникают серьезные трудности;

№ 5 – утомляемость, общая слабость, небольшой запас сил, застенчивость;

№ 8 – отстраненность от учебного процесса, уход в себя, любит погружаться в свой мир, уходить в себя, мечтать и размышлять;

№ 9 – мотивация на развлечения, просто очень веселый по жизни человек, любитель развлечений;

№ 10, 15 – нормальная адаптация к текущей жизненной ситуации, полный комфорт и довольство окружающим миром;

№ 13, 21 – тревожность и замкнутость ведут к минимизации круга общения и снижению коммуникабельности;

№ 14 – кризисное состояние, эмоциональные проблемы;

№ 16 – устал от необходимости поддерживать других; или же: люди не всегда понимают как позицию человечка, который несет на себе человечка
№ 17 – они склонны видеть в ней человека, поддерживаемого и обнимаемого другим;

№ 17 – неспособность самостоятельно справиться с возникающими проблемами;

№ 20 – завышенная самооценка и установка на лидерство, требует максимального внимания окружающих к себе.

Методика «Рукавички» (Г. А. Цукерман)

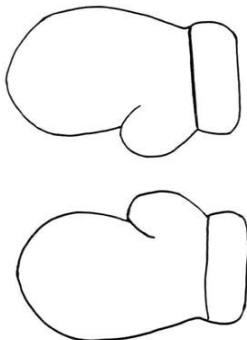
Методика предназначена для выявления коммуникативного уровня и сформированности действий по согласованию усилий в процессе организации и осуществления сотрудничества. Умение слышать, слушать и понимать партнера, планировать и согласованно выполнять определенные действия, контролировать действия друг друга, уметь договариваться, вести дискуссию, правильно выражать свои мысли.

Учащиеся рассаживаются парами, каждому дают по одному изображению рукавички и просят украсить их одинаково, т. е. так, чтобы они составили пару.

Дети могут сами придумать узор, но сначала им надо договориться, какой узор они будут рисовать. Каждая пара учеников получает изображение рукавичек в виде силуэта (на правую и левую руку) и одинаковые наборы цветных карандашей.

Инструкция:

«Дети, перед вами лежат две нарисованные рукавички и карандаши. Рукавички надо украсить так, чтобы получилась пара, – для этого они должны быть одинаковыми. Вы сами можете придумать узор, но сначала надо договориться, какой узор рисовать, а потом приступить к рисованию».



Критерии оценки:

- продуктивность совместной деятельности оценивается по степени сходства узоров на рукавичках;
- умение детей договариваться, приходить к общему решению, умение убеждать, аргументировать и т. д.;
- взаимный контроль по ходу выполнения деятельности: замечают ли дети друг у друга отступления от первоначального замысла, как на них реагируют;
- взаимопомощь по ходу рисования, эмоциональное отношение к совместной деятельности: позитивное (работают с удовольствием и интересом), нейтральное (взаимодействуют в силу необходимости) или отрицательное (игнорируют друг друга, ссорятся и др.).

Показатели уровня выполнения задания:

- низкий уровень – в узорах явно преобладают различия или вообще нет;
- средний уровень – сходство частичное: отдельные признаки (цвет или форма некоторых деталей) совпадают, но имеются и заметные различия;
- высокий уровень – рукавички украшены одинаковым или весьма похожим узором; дети активно обсуждают возможный вариант узора; приходят к согласию относительно способа раскрашивания рукавичек; сравнивают способы действия и координируют их, строя совместное действие; следят за реализацией принятого замысла.

Методика «Мой класс»

(А. А. Лескова)

Методика направлена на выявление социально-психологической позиции ребенка в классном коллективе.

Инструкция

Вниманию учащихся предлагается листок с рисунком класса: «Ребята! На этом рисунке схематично изображён ваш класс. За столом сидит учитель, заняты своим делом ученики. Часть ребят играет во дворе. Найдите и отметьте крестиком на рисунке себя, напишите рядом свои имя и фамилию. Затем отметьте (тоже крестиком) на рисунке своего товарища, напишите рядом его имя и фамилию» или «Ребята! На этом рисунке схематично изображён ваш класс. За столом сидит учитель, заняты своим делом ученики. Часть ребят играет во дворе. Найдите и отметьте на рисунке себя, можно обвести или раскрасить».

Учителю важно знать:

- С кем из участников ситуации отождествляет себя испытуемый?
 - Какое место в классе он отводит идентифицируемому с собой персонажу (рядом с учителем, вне классной комнаты, вместе с ребятами, один)?
 - Каково содержание занятий, эмоционально значимых для школьника?
- Краткий вариант методики предполагает выбор учащимся только своей позиции в классе.

Анализ результатов:

1. На рисунке обозначены позиции, указывающие на выраженность познавательных интересов: решение задачи у доски, совместное чтение книги, вопросы, задаваемые учителю. В данном случае идентификация в отношении этой позиции будет свидетельствовать об адекватности социально-психологического и учебного статуса младшего школьника.

2. Позиция «один, вдали от учителя» – эмоционально неблагоприятная, указывающая на трудности адаптации ребенка к пребыванию в классном коллективе.

3. Отождествление себя с детьми, стоящими в паре, вместе играющими – доказательство благополучной социально-психологической позиции ребенка.

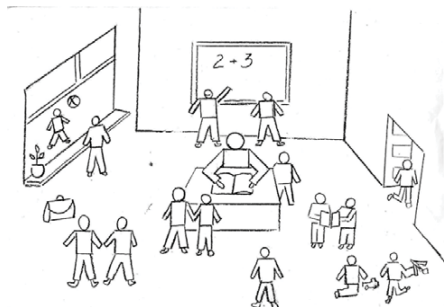
4. Место рядом с учителем: учитель в данном случае является значимым лицом для испытуемого, а испытуемый отождествляет себя с учеником, принимаемым учителем.

5. Игровая позиция: не соответствует учебной позиции.

Результаты диагностики по каждому классу могут быть представлены в соответствии с позицией, выбранной каждым учащимся на бланке класса.

Бланк методики «Мой класс»

ФИ _____ Класс _____



«Ребята, просим вас ответить на вопросы, что поможет сделать ваш класс более дружным (можно написать/сказать не более 2 фамилий твоих одноклассников)

1. Кто добросовестнее всех относится к учёбе в твоём классе?

1. _____
2. _____

2. Кто может быть старостой в классе (кто добросовестнее всех относится к любому поручению, умеет организовать трудные дела)?

1. _____
2. _____

3. Кто самый умелый в классе? (любит и умеет мастерить).

1. _____
2. _____

4. С кем тебе интереснее всего общаться в классе или сходить в гости)?

1. _____
2. _____

5. С кем тебе не хочется общаться?

1. _____
2. _____

Проективная методика для диагностики школьной тревожности (А. М. Прихожан)

Методика была разработана в 1980–1982 гг. А. М. Прихожан на основании методики Е. W. Amen, N. Renison (1954). Предназначена для диагностики школьной тревожности у учащихся 6–11 лет.

Описание теста

Для проведения теста необходимо два набора по 12 рисунков размером 18 x 13 см в каждом. Набор А предназначен для девочек, набор Б – для мальчиков.

Номера картинок ставятся на обороте рисунка.

Методика проводится с каждым испытуемым индивидуально. Требования к проведению стандартны для проективных методик. Перед началом работы дается общая инструкция. Кроме того, перед показом некоторых рисунков даются дополнительные инструкции.

Инструкция

«Сейчас ты будешь придумывать рассказы по картинкам. Картинки у меня не совсем обычные. Посмотри, все – и взрослые и дети – нарисованы без лиц.

(Предъявляется картинка № 1.) Это сделано специально, для того чтобы интереснее было придумывать. Я буду показывать тебе картинки, их всего 12, а ты должен придумать, какое у мальчика (девочки) на каждой картинке настроение и почему у него (нее) такое настроение. Ты знаешь, что настроение отражается у нас на лице. Когда у нас хорошее настроение, лицо у нас веселое, радостное, счастливое, а когда плохое – грустное, печальное. Я покажу тебе картинку, а ты мне расскажешь, какое у мальчика (девочки) лицо – веселое, грустное или какое-нибудь еще, и объяснишь, почему у него (нее) такое лицо».

Выполнение задания по картинке № 1 рассматривается как тренировочное. В ходе его можно повторять инструкцию, добиваясь того, чтобы ребенок ее усвоил.

Затем последовательно предъявляются картинки № 2–12. Перед предъявлением каждой повторяются вопросы: Какое у девочки (мальчика) лицо? Почему у него такое лицо?

Перед предъявлением картинок № 2, 3, 5, 6, 10 ребенку предварительно предлагается выбрать одного из персонажей-детей и рассказать о нем.

Обработка результатов

Оцениваются ответы на 10 картинок (№ 2–11). Картинка № 1 – тренировочная, № 12 выполняет «буферную» функцию и предназначена для того, чтобы ребенок закончил выполнение задания позитивным ответом. Вместе с тем следует обратить внимание на редкие случаи (по данным А. М. Прихожан, не более 5–7 %), когда ребенок на картинку № 12 дает отрицательный ответ. Такие случаи требуют дополнительного анализа и должны быть рассмотрены отдельно.

Общий уровень тревожности вычисляется по «неблагополучным» ответам испытуемых, характеризующим настроение ребенка на картинке как грустное, печальное, сердитое, скучное. Тревожным можно считать ребенка, давшего 7 и более подобных ответов из 10.

Сопоставляя ответы испытуемого с его интерпретацией картинки, а также анализируя выбор героя на картинках с несколькими детьми (например, на картинке № 6 – выбирает ли он ученика за первой партой, решившего задачу, или ученика за второй партой, не решившего ее), можно получить богатый материал для качественного анализа данных.

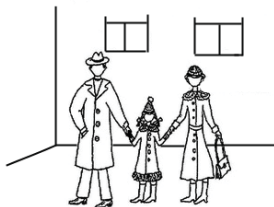


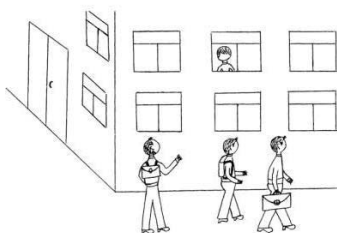
Рис. 1а



Рис. 1б

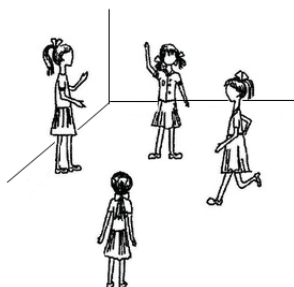


Puc. 2a

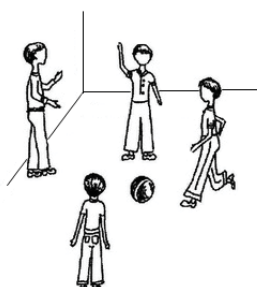


Puc. 2a

82



Puc. 3a



Puc. 3b



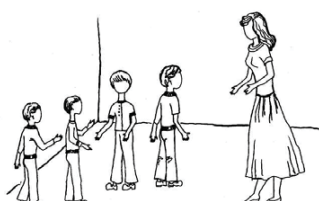
Puc. 4a



Puc. 5a



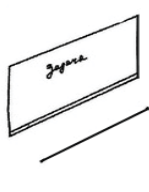
Puc. 5a



Puc. 5a



Puc. 6a



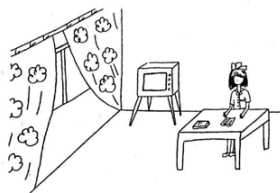
Puc. 6б



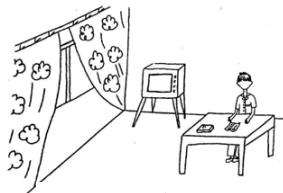
Puc. 7a



Puc. 7б



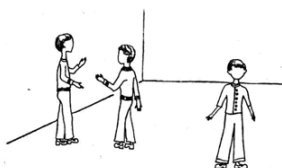
Puc. 8a



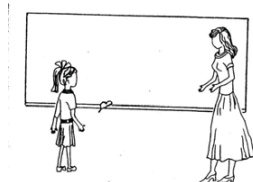
Puc. 8б



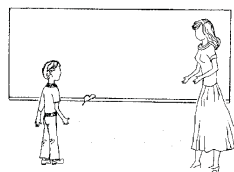
Puc. 9a



Puc. 9б



Puc. 10a



Puc. 10б



Рис. 11а

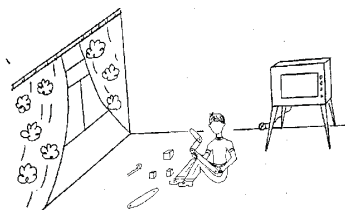


Рис. 11б



Рис. 12а



Рис. 12б

Проба Де Греефе

Цель: определение характера самооценки ребенка.

Участники: школьники 1–2-го классов.

Материал и оборудование: лист бумаги с нарисованными вверху тремя одинаковыми кругами; карандаши; для маркировки: зелёный крестик – для круга, обозначающего самого ребёнка, красный – для воспитателя, голубой – для друга.

Проба может проводиться как индивидуально, так и в группе. Детям раздают листы и карандаши. В процессе предъявления инструкции необходимо убедиться, что все дети правильно поняли, какой кружок кого обозначает.

Инструкция:

«Перед вами три кружка: кружок с зеленым крестиком обозначает тебя. Нашли такой кружок? (Проверить, все ли правильно показывают.) Кружок с красным крестиком обозначает вашего учителя. Нашли? Покажите. (Проверить, все ли правильно показывают.) Кружок с голубым крестиком обозначает твоего друга. Покажи этот кружок. (Проверить, все ли правильно показывают.) От каждого кружка надо опустить вниз линию. От того, кто из нас троих самый хороший, надо опустить самую длинную линию, от того, кто самый плохой, – самую короткую; от того, кто не хороший, но и не плохой, – среднюю».

После выполнения этого задания с каждым ребенком беседуют индивидуально и просят объяснить свое решение. Беседа с одним ребенком занимает 4–5 минут.

Обработка и интерпретация полученных результатов:

В норме уже в 1-м классе большинство детей самую длинную линию проводят от кружка, обозначающего учителя.

При выборе между кружком самого ребёнка и его одноклассника преимущество, как правило, отдаётся тому, кто лучше учится.

Если ребёнок проводит самую длинную линию от своего кружка, это может свидетельствовать о завышенной самооценке.

Если же ребёнок проводит самую короткую линию от своего кружка, это может указывать на заниженную самооценку.

В опытах Де Греефе была выявлена завышенная самооценка у детей с умственной отсталостью. Эти дети, как правило, проводили самую длинную линию от кружка, обозначающего их самих. Обнаруженный Де Греефе симптом повышенной самооценки у умственно отсталых детей Л. С. Выготский предложил назвать именем автора методики. Возникновение этого симптома у детей с пониженным интеллектом объясняется свойственной им высокой эмоциональной окрашенностью оценок и самооценок, что обусловлено общей незрелостью личности.

Однако, если результаты ребёнка отличаются от нормы, не стоит сразу делать выводы о его умственной неполноценности. На самооценку в младшем школьном возрасте влияет множество факторов: успеваемость, отношения в классе, усвоение этических норм. Например, к 3–4-му классу под влиянием усвоенной этической нормы «хвалить самого себя нескромно» дети, даже хорошо успевающие, часто проводят от своего кружка линию не длиннее, чем от кружка товарища.

Данное обследование должно обязательно сопровождаться беседой с ребёнком, в ходе которой выясняются основания его действий и решений.

У обучающихся младшего школьного возраста на протяжении обучения отмечается определенная динамика самооценки. Первоклассники и второклассники (в особенности слабоуспевающие и отличники) обнаруживают явное стремление несколько переоценивать себя: слабые, как это показывает последующая беседа, из-за несогласия быть зачисленными в «третьесортные», отличники – из-за боязни того, что в какой-то мере пошатнется их позиция в классе, которой они очень дорожат. Эти дети, проводя более длинную линию от своего кружка, весьма откровенно заявляли экспериментатору, что они лучше других, что другие хуже учатся.

Методика «Что мне нравится в школе»

(Н. Г. Лусканова)

Экспериментальный материал: чистый лист формата А4, простой карандаш, цветные карандаши, ластик, текст анкеты.

При помощи данной методики можно выявить детей группы риска с негативным отношением к школе, школьной дезадаптацией.

Исследование проводится в два этапа.

На первом этапе экспериментатор предлагает испытуемому выполнить рисунок на тему «Что мне нравится в школе».

Схема анализа детского рисунка

Рисунок можно рассматривать как своеобразное интервью, данное испытуемым при помощи изобразительных средств. Отличием этого интервью служит его проективный характер, заключающийся в том, что в рисунке нередко проявляются эмоциональные переживания детей, которые ими или полностью не осознаются, или о которых они предпочитают не рассказывать.

При анализе рисунков оцениваются следующие показатели:

- соответствие заданной теме;
- сюжет (что именно изображено);
- размеры рисунка и отдельных деталей;
- динамика изображения;
- цветовое решение.

Рисунок чаще всего отражает эмоционально-волевую сферу – тон настроения, интересы, активность и т. п. Например, очень подвижные дети чаще изображают движущиеся объекты; рисунки активных, демонстративных детей, детей с лидерскими качествами отличаются крупными форматами, яркостью красок. И наоборот, робких, застенчивых – бесцветностью и мелкостью изображения. У очень эмоциональных, импульсивных детей отмечается небрежность рисунка, размашистый штрих. Уплотненность, закрашивание всей площади, заполнение всех межконтурных пространств свидетельствуют о наличии у ребенка внутреннего беспокойства.

Несоответствие теме указывает на следующее:

а) отсутствие школьной мотивации и преобладание других мотивов, чаще всего игровых. В этом случае дети рисуют машины, игрушки, военные действия, узоры и пр., что свидетельствует о мотивационной незрелости;

б) детский негативизм. В этом случае ребенок упорно отказывается рисовать на школьную тему и рисует то, что он лучше всего умеет и любит рисовать. Такое поведение свойственно детям с завышенным уровнем притязаний и трудностями приспособления к четкому выполнению школьных требований;

в) неверное истолкование задачи, ее непонимание.

При несоответствии рисунка заданной теме проставляется 0 баллов.

Соответствие заданной теме свидетельствует о наличии положительного отношения к школе. При этом учитывается сюжет рисунка:

а) учебные ситуации – учитель с указкой, сидящие за партами ученики, доска с написанными заданиями и т. п. Свидетельствует о высокой школьной мотивации и учебной активности ребенка, наличии у него познавательных учебных мотивов (30 баллов);

б) ситуации неучебного характера – школьное здание, ученики на перемене, ученики с портфелями и т. п. Свойственны детям с положительным отношением к школе, но большей направленностью на внешние атрибуты учебной деятельности (20 баллов);

в) игровые ситуации – качели на школьном дворе, игровая комната, игрушки и другие предметы, стоящие в классе (например, телевизор, цветы на окне

и т. п.). Свойственны детям с положительным отношением к школе, но преобладанием игровой мотивации (10 баллов).

Для большей надежности оценки детских рисунков по окончании рисования целесообразно спросить ребенка, что он изобразил, почему нарисовал тот или иной предмет, ту или иную ситуацию.

На втором этапе проводится анкетирование. Ребенку дается следующая инструкция: «Я буду задавать тебе вопрос и предлагать три варианта ответов на него. Выбери один, по твоему мнению, наиболее тебе подходящий».

Анкета для определения школьной мотивации учащихся начальных классов

1. Нравится ли тебе в школе?

а) не очень; б) нравится; в) не нравится.

2. Утром, когда просыпаешься, ты всегда с радостью идешь в школу или тебе хочется остаться дома?

а) чаще хочется остаться дома; б) бывает по-разному; в) иду с радостью.

3. Если бы учитель сказал, что завтра в школу необязательно приходить всем ученикам, желающим можно остаться дома, то пошел бы ты в школу или остался дома?

а) не знаю; б) остался бы дома; в) пошел бы в школу.

4. Тебе нравится, когда у вас отменяют какие-нибудь уроки?

а) не нравится; б) бывает по-разному; в) нравится.

5. Ты хотел бы, чтобы тебе не задавали домашних заданий?

а) хотел бы; б) не хотел бы; в) не знаю.

6. Ты хотел бы, чтобы в школе остались одни перемены?

а) не знаю; б) не хотел бы; в) хотел бы.

7. Ты часто рассказываешь о школе родителям?

а) часто; б) редко; в) не рассказываю.

8. Ты хотел бы, чтобы у тебя был менее строгий учитель?

а) точно не знаю; б) хотел бы; в) не хотел бы.

9. У тебя в классе много друзей?

а) мало; б) много; в) нет друзей.

10. Тебе нравятся твои одноклассники?

а) нравятся; б) не очень; в) не нравятся.

Обработка результатов:

– ответ ребенка, свидетельствующий о его положительном отношении к школе и предпочтении им учебных ситуаций, оценивается в 3 балла;

– нейтральный ответ оценивается в 1 балл;

– ответ, позволяющий судить об отрицательном отношении ребенка к той или иной школьной ситуации, оценивается в 0 баллов.

Шкала оценок:

25–30 баллов – высокая школьная мотивация, учебная активность;

20–24 – нормальная школьная мотивация;

15–19 – положительное отношение к школе, но школа больше привлекает внеучебной деятельностью;

10–14 – низкая школьная мотивация;

ниже 10 баллов – негативное отношение к школе, школьная дезадаптация.

На основе сравнения результатов по двум этапам (рисования и анкетирования) исследования делается общий вывод об уровне школьной мотивации.

Приложение 2

Медиатека классных часов

№ п/п	Классный час	QR-код/ссылка
1	«Навигатор безопасности»	 https://disk.360.yandex.ru/d/3Hx3h6AfDW_UpA
2	«Спорт и здоровье – семейная ценность»	 https://disk.360.yandex.ru/d/96Q_nQPx3Q6iNA
3	«Оценка и самооценка»	 https://disk.360.yandex.ru/d/GVjHxhtxsY0eVw
4	«Наш дружный класс»	 https://disk.360.yandex.ru/d/ansocDZvDzK4JA
5	«Мир эмоций: познай себя и пойми других»	 https://disk.360.yandex.ru/d/rPNJV4jo6BVvkw

№ п/п	Классный час	QR-код/ссылка
6	«Сам себе помощник»	 https://disk.360.yandex.ru/d/Wz0UqCVwfC4TNg
7	«Учусь быть собранным и спокойным»	 https://disk.360.yandex.ru/d/C110iF4b9XrMMg
8	«Мое здоровье – моя крепость»	 https://disk.360.yandex.ru/d/IMrY9kS7k3NTuw
9	«Рюкзак достижений»	 https://disk.360.yandex.ru/d/-FHGBjSthxtJNg

Приложение 3

Инструкция по использованию медиаконтента

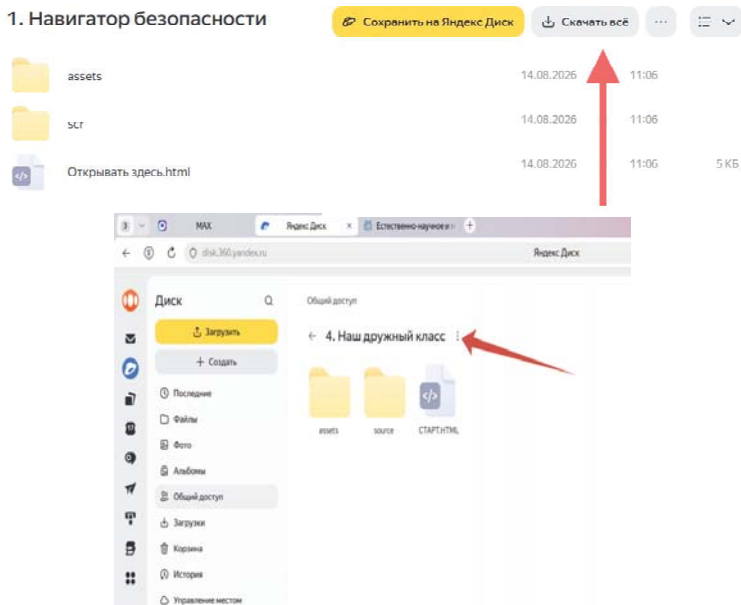
Перед вами – таблица с QR-кодами и ссылками на классные часы.

1. Наведите камеру телефона на QR-код, отсканируйте его, появится ссылка на видеоконтент.

2. Левой кнопкой мыши щелкните по ссылке классного часа, который вы хотите посмотреть.

№ п/п	Классный час	QR-код/ссылка
1	«Навигатор безопасности»	 https://disk.360.yandex.ru/d/3Hx3h6AfDW_UpA

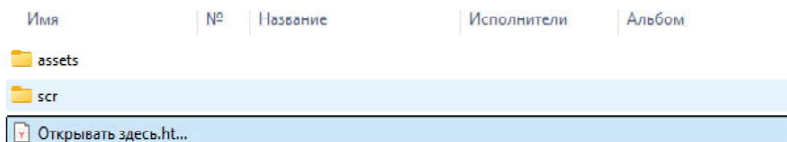
3. Появится название классного часа (например, «1. Навигатор безопасности»). В правом углу экрана левой кнопкой мыши нажмите **«Скачать всё»** или нажмите на три точки рядом с названием классного часа.



4. Левой кнопкой мыши в правом верхнем углу экрана (**«Загрузки»**) откройте скачанную папку, нажав на нее.

5. Откроется окно с подтверждением сохранения данных файлов. Левой кнопкой мыши нажмите **ОК**.

6. Нажмите левой кнопкой мыши **«1. Навигатор безопасности»** (или другое название классного часа). Далее нажмите **«Открывать здесь. html»**.



7. Нажмите **«Старт»** – видео и игра запустятся.

Приятного просмотра!

Содержание

Введение.....	3
Организация работы по укреплению социально-психологического здоровья обучающихся 2-го класса: ключевые элементы.....	6
Сценарии классных часов по укреплению социального и психологического здоровья обучающихся 2-го класса.....	14
Сценарий классного часа по направлению «Нормы социального взаимодействия».....	14
Сценарий классного часа по направлению «Здоровье как семейная ценность».....	19
Сценарий классного часа по направлению «Общечеловеческие ценности».....	23
Сценарий классного часа по направлению «Дружба, помощь и общение»	28
Сценарий классного часа по направлению «Эмоции. Эмоциональный интеллект. Эмпатия».....	35
Сценарий классного часа по направлению «Ценности и потребности. Личные границы. Личная ответственность».....	40
Сценарий классного часа по направлению «Стрессовая устойчивость, жизнестойкость».....	45
Сценарий классного часа по направлению «Социально-психологическое здоровье. Профилактика девиаций».....	52
Сценарий классного часа по направлению «Успешность в обучении, социальная активность и самореализация».....	57
Сценарии тематических родительских собраний.....	63
Сценарий родительского собрания «Отметка как инструмент развития» (в начале года).....	63
Сценарий родительского собрания «Подведение итогов учебного года».....	70
Заключение.....	74
Список рекомендованной литературы.....	76
Приложения.....	79
<i>Приложение 1. Рекомендуемые диагностические материалы для младших школьников (2-й класс).....</i>	<i>79</i>
<i>Приложение 2. Медиатека классных часов.....</i>	<i>92</i>
<i>Приложение 3. Инструкция по использованию медиаконтента.....</i>	<i>93</i>

Методическое издание

**Укрепление социального и психологического здоровья
обучающихся 2-х классов общеобразовательных организаций
Кемеровской области – Кузбасса**

Сборник сценариев

Составители:

Ненилин Сергей Николаевич
Кедряова Татьяна Викторовна
Касьяненко Анастасия Анатольевна

Редактор **Т. В. Тулупова**
Технический редактор **С. А. Стрекатов**
Дизайн обложки: **С. А. Стрекатов**

Подписано в печать 27.07.2026.
Формат 60х84 ¹/₁₆. Гарнитура Times New Roman.
Усл. печ. л. 5,5.
Тираж 200 экз. Заказ № 23

Адрес редакции и типографии:
650070, Россия, Кемеровская область – Кузбасс,
г. Кемерово, ул. Заузелкова, д. 3