

Государственное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования  
Республиканский детский образовательный технопарк

«Утверждаю»  
Директор ГБУ ДО РДОТ  
\_\_\_\_\_ О.Е. Семенова  
« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023 г.

**Методическая разработка сценария мероприятия для детей**  
**«Как сделать жизнь радостней»**  
(по профилактике негативного влияния окружающей среды)

Программа воспитания принята  
на методическом совете  
протокол № \_\_\_\_\_  
« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023 г

Уфа - 2023 г.

## Пояснительная записка

В данной методической разработке мероприятия для детей представлена форма работы внеклассного мероприятия с целью создания хорошего настроения, снижения уровня агрессивности и оптимизации межличностного общения в детском коллективе.

Данная методическая разработка была опробована, как внеклассное мероприятие с обучающимися детского технопарка «Кванториум Башкортостана» в январе 2023 года. Предназначена для работы с детьми от 8 до 14 лет.

Современные дети живут в эпоху, полную противоречий, насыщенную информацией, постоянными переменами, быстротечностью событий. Живое общение со взрослыми или другими детьми постепенно заменяется проведением времени в интернете, смартфонах, за просмотром телевизора, компьютерными играми. Гаджеты опасны для психики детей и развивают агрессивность, сужают круг интересов, обедняют эмоциональную сферу. Также обучающиеся испытывают чрезмерную нагрузку в школе, которая может привести к ряду отрицательных последствий, включая плохие оценки, значительное снижение интереса к учебе, усталости, что может вызвать плохое настроение и заставить чувствовать себя более уязвимыми. У детей не хватает запасов физического, психического здоровья, чтобы справляться с такими нагрузками, и они становятся импульсивными, им трудно контролировать свои эмоции, понимать собственные переживания и чувства других людей. А без этого невозможно становление гармонично развитой личности.

Данное внеклассное мероприятие направлено на эмоциональную разгрузку, на развитие способностей к самопознанию и саморазвитию, повышение самооценки, настроения, формирование навыков конструктивного поведения в сложных жизненных ситуациях и в преодолении кризисов, на устранение негативных эмоций и чувств, агрессивного поведения.

**Актуальность** выбранной темы обусловлена объективной реальностью увеличения количества детей, переживающих кризисные состояния и необходимостью предупредить их обострение и предотвратить опасные последствия, которыми они чреваты.

**Основная цель** мероприятия - формирование положительных чувств и эмоций, создание хорошего настроения

**Основные задачи:**

- создание позитивного настроения, дружеской атмосферы;
- овладение навыками разрешения конфликтных ситуаций;
- овладение способами борьбы со стрессом;
- развитие позитивной картины будущего.

**Ожидаемые результаты:** в результате реализации данного мероприятия мы хотим привлечь внимание обучающихся к позитивным сторонам жизни, создать благоприятный психологический климат в коллективе обучающихся.

**Методы и приемы:** словесные, творческие, наглядные, практические, игровые, ответы на вопросы, педагогическая оценка и поощрения.

**Длительность:** 50 минут

**Возраст:** 8 – 14 лет

**Материально техническая база:**

- интерактивный экран;
- мультфильм «Барашек и кролень»;
- ватман, жетоны, ручки, карандаши, листочки, краски;
- компьютер;
- музыкальная аппаратура, микрофон;
- сладкие призы.

## Ход мероприятия.

Добрый день!

Когда мы произносим эти слова, то искренне желаем тем, с кем встречаемся, добра и радости. И наше сердце открывается для искренних и добрых людей.

Давайте подарим частичку своего хорошего настроения друг другу. Посмотрите, ребята, друг на друга и улыбнитесь! Ведь жизнь прекрасна!

Но иногда человек попадает в такие ситуации, из которых нелегко найти выход, и кажется, что теперь все будет плохо. Но как любить жизнь в самых тяжелых ситуациях? Давайте посмотрим видеоролик.

*просмотр видеоролика*

*«Барашек и кролень»*

[https://www.youtube.com/watch?v=r\\_Y2I9vl3IE](https://www.youtube.com/watch?v=r_Y2I9vl3IE)



Ребята, чему учит нас этот мультфильм?

Смысл тут в том, что бывают и счастливые дни, а бывают и "полосы невезения", никогда нельзя отчаиваться и унывать. Нужно быть оптимистом - и тогда мир улыбнется вам!

Что помогает человеку справляться с трудными ситуациями в жизни, переживать неудачи с меньшими душевными потрясениями?

*(Ответы детей: позитивное мышление, близкие люди, друзья, семья и т.д.)*

Как нужно относиться к жизни? *(Ответы детей: позитивно)*

Как называют людей с позитивными мыслями? *(Ответы детей: оптимистами)*

Какие они позитивно мыслящие люди? (*Ответы детей: радостные, счастливые, добрые, красивые*)

Давайте узнаем какие вы? Добрые, счастливые, везучие или красивые?

*Дети достают жетоны из коробки с надписями «добрый», «везучий», «счастливый», «красивый»*



А сейчас приглашаю за первый стол самых «добрых», за второй самых «везучих», а за третий самых «счастливых» и за четвертый самых «красивых»!

Вот и у нас образовались четыре команды.

Сегодняшнее мероприятие называется «Как сделать жизнь радостней». Выполняя задания мы с вами сегодня должны узнать секреты как это можно сделать. Побеждает та команда, которая при прохождении испытаний больше всех остальных наберет «секретов».

### **«Доскажи словечко»**

*(каждой команде ведущий задает по 2 вопроса)*

1. Растает даже ледяная глыба от слова теплого (спасибо)
2. Зазеленеет даже пень, когда услышит (добрый день)
3. Когда вас ругают за шалости, вы говорите (простите, пожалуйста)
4. Если друг попал в беду (помоги ему)
5. Решай споры словами (а не кулаками)
6. Если больше есть не в силах, скажем маме мы: (Спасибо!)
7. Если солнышко садиться, по деревьям золотиться. Говорим тогда при встрече всем знакомым: (Добрый вечер!)
8. Мальчик, вежливый и развитый говорит встречаясь: (Здравствуйте!)

## «Позитивный выход из ситуации»

*Участникам ведущий раздает листочки с разными ситуациями, на которые дети должны предложить позитивный выход*



- Если я получил двойку;
- Если родители не соглашаются покупать вещь, о которой мечтал;
- Если у меня конфликт с учителем;
- Если мне одноклассники дали кличку;
- Если я поссорился с лучшим другом (подругой);
- Если у меня имеются проблемы со здоровьем;
- Если у меня конфликты с одноклассниками (ребятами старшего возраста);
- Если я потерял большую сумму денег и т.д.

Не нужно бояться трудностей. Главное, чтобы принятое решение вело вверх, а не тянуло вниз.

## «Продолжи пословицу»

*на листочках написаны пословицы, вам нужно их продолжить и объяснить, как они это понимают*



1. Добрые дела красят ..... человека.
2. Злой не верит, что есть добрые ..... люди.
3. Доброе сердце лучше ... богатства.
4. Свет не без добрых ..... людей.

### «Рисуем настроение»

*Перед участниками на столах лежат по 2 листа бумаги, им необходимо нарисовать на одном из них хорошее настроение, на другой – плохое. Ведущий объясняет, что рисунки могут быть похожи на погоду, или на пейзаж, или это будет какой-нибудь цветок или абстрактный рисунок*



Какое настроение вам нравится больше?

Какая из двух рисунков отражает ваше настроение сейчас?

Какое настроение у вас бывает чаще?

Давайте рисунок отражающий плохое настроение положим вот в этот волшебный ящик, который называется «Уничтожение плохого настроения», чтобы эмоционально неприятное состояние, если оно было у вас, исчезло. Чтобы в вашей жизни чаще было только хорошее настроение и добрые, позитивные эмоции рисунок с хорошим настроением сохраним и повесим его на видное место.

А сейчас давайте узнаем у какой команды больше получилось секретов и самое главное узнаем, как сделать жизнь радостнее!

*Команды по очереди зачитывая секрет приклеивают к смайлику*



### **Секреты «Как сделать жизнь радостнее»:**

- ❖ Не живите прошлым. Прошлыми эмоциями, обидами, переживаниями. Невозможно планировать будущее, постоянно оглядываясь в прошлое.
- ❖ Не тратьте свою жизнь на жалобы и негативные переживания.
- ❖ Прекратите плакать и осуждать всех кто, по вашему мнению, мешает вам жить и двигаться вперед.
- ❖ Не завидуйте. Зависть не приносит ничего кроме вреда и саморазрушения. Приучайте себя радоваться за людей и желать им добра!
- ❖ Чем больше будете радоваться, тем больше добра и радости вы привлечете в свою жизнь!
- ❖ Обратите внимание на то, что вы говорите! Слова играют огромную роль! Попробуйте хотя бы неделю говорить добрые, хорошие слова. Говорите о своих мечтах и желаниях, но только в положительном ключе, а не в отрицательном. Не говорите плохо о людях. Постарайтесь говорить только о хорошем, замечать только хорошее.



- ❖ Прощайте своих врагов. Это нужно научиться делать не для них, а, в первую очередь, для себя. Ненависть, как и зависть, разрушительна.
- ❖ Не тратьте свою энергию попусту, копя обиды и ненависть недоброжелателей. Этим вы наносите удар, прежде всего, себе.

Команду, которая собрала больше всех секретов поздравляем с победой, а остальным участникам хочется сказать, что это не последняя игра, конкурс в вашей жизни. Будет еще много побед и будут поражения, это вполне нормально. Трудности делают нас сильнее и закаляют характер...

Желаем всем удачи! Живите с улыбкой и никогда с ней не расставайтесь. Пусть вам всем, везде и во всем будет хорошо. Тем более вы сегодня узнали секреты как жить радостнее и счастливее!

А у меня есть мешочек с хорошим настроением! Сейчас я поделюсь с вами!

*Ведущий раздает сладкие призы  
всем участникам мероприятия*



## Список используемый литературы

Ссылки на интернет ресурсы:

- [https://www.youtube.com/watch?v=r\\_Y2l9vl3lE](https://www.youtube.com/watch?v=r_Y2l9vl3lE)
- <https://infourok.ru/razrabotka-po-samopoznaniyu-tema-radostney-sdelat-zhizn-2678639.html>
- <http://collegy.ucoz.ru/load/39-1-0-8346>
- <https://konspektum.ru/radostney-sdelaty-ghizny.html>