

Классный час «Сила без насилия»

Цель: профилактика агрессивного поведения среди подростков
Продолжительность: 45 минут

Ход мероприятия

1. Вступительное слово (5 минут)

Вопрос классу:

- Что такое сила?
- Всегда ли сила связана с физическим превосходством?

Вывод:

Настоящая сила — это умение контролировать свои эмоции и поступки.

Можно привести мысль, которую часто высказывал Махатма Ганди:

«Слабый никогда не прощает. Прощение — признак сильного».

2. Понятие агрессии (7 минут)

Обсуждение:

Агрессия — это поведение, направленное на причинение вреда.

Виды агрессии:

- Физическая
- Вербальная
- Косвенная (сплетни, игнорирование)
- Цифровая (оскорбления в интернете, в соцсетях, например в ВКонтакте или Telegram)

Вопрос:

Почему подростки могут проявлять агрессию?

(ответы: эмоции, стресс, желание самоутвердиться, влияние среды)

3. Упражнение «Лёд и пламя» (10 минут)

Учитель описывает ситуации:

1. Тебя толкнули в коридоре.
2. В чате написали обидный комментарий.
3. Тебя несправедливо обвинили.

Ученики предлагают два варианта реакции:

- «Пламя» — агрессивный ответ
- «Лёд» — спокойная, конструктивная реакция

Обсуждение последствий каждого выбора.

4. Работа в группах «Конфликт без насилия» (10 минут)

Группы получают задачу:

Придумать 3 способа решения конфликта без применения агрессии.

Возможные варианты:

- Спокойный разговор
- Обращение к медиатору (учителю, психологу)
- Временная пауза
- Использование «я-высказываний»

5. Мини-тренинг «Я-высказывания» (8 минут)

Пример:

Вместо:

«Ты всегда меня перебиваешь!»

Сказать:

«Мне неприятно, когда меня перебивают. Я хочу договорить».

Отработка на примерах.

6. Рефлексия (5 минут)

Закончить фразы:

- Сильный человек — это...
- Когда я злюсь, я могу...
- В конфликте я попробую...

Ожидаемые результаты:

- Осознание последствий агрессивного поведения
- Развитие эмоционального самоконтроля
- Формирование навыков мирного общения
- Снижение конфликтности в коллективе

СПРАВКА
о проведении классного часа

Дата проведения: 05.03.2026 года

Класс: 9 «б»

Тема: «Сила без насилия»

Цель мероприятия: профилактика агрессивного поведения среди обучающихся, формирование навыков конструктивного разрешения конфликтов и самоконтроля.

В ходе классного часа были рассмотрены понятие агрессии и её виды. Учащиеся приняли участие в обсуждении причин возникновения агрессии, выполнили упражнения «Лёд и пламя» и «Я-высказывания», работали в группах над поиском способов мирного разрешения конфликтов.

Обучающиеся проявили активность, заинтересованность, готовность к обсуждению личного опыта. В ходе занятия сформулированы правила поведения в конфликтной ситуации без применения насилия.

Поставленные цели достигнуты. Атмосфера мероприятия способствовала открытому и уважительному диалогу.

Педагог-психолог: Лазимова Т.В.

СПРАВКА

о проведении классного часа

Дата проведения: 03.03.2026 года

Класс: 8 «б»

Тема: «Сила без насилия»

Цель мероприятия: профилактика агрессивного поведения среди обучающихся, формирование навыков конструктивного разрешения конфликтов и самоконтроля.

В ходе классного часа были рассмотрены понятие агрессии и её виды. Учащиеся приняли участие в обсуждении причин возникновения агрессии, выполнили упражнения «Лёд и пламя» и «Я-высказывания», работали в группах над поиском способов мирного разрешения конфликтов.

Обучающиеся проявили активность, заинтересованность, готовность к обсуждению личного опыта. В ходе занятия сформулированы правила поведения в конфликтной ситуации без применения насилия.

Поставленные цели достигнуты. Атмосфера мероприятия способствовала открытому и уважительному диалогу.

Педагог-психолог: Лазимова Т.В.

СПРАВКА

о проведении классного часа

Дата проведения: 03.03.2026 года

Класс: 9 «а»

Тема: «Сила без насилия»

Цель мероприятия: профилактика агрессивного поведения среди обучающихся, формирование навыков конструктивного разрешения конфликтов и самоконтроля.

В ходе классного часа были рассмотрены понятие агрессии и её виды. Учащиеся приняли участие в обсуждении причин возникновения агрессии, выполнили упражнения «Лёд и пламя» и «Я-высказывания», работали в группах над поиском способов мирного разрешения конфликтов.

Обучающиеся проявили активность, заинтересованность, готовность к обсуждению личного опыта. В ходе занятия сформулированы правила поведения в конфликтной ситуации без применения насилия.

Поставленные цели достигнуты. Атмосфера мероприятия способствовала открытому и уважительному диалогу.

Педагог-психолог: Лазимова Т.В.