

**Когато сме ядосани**

 **Павлина Божкова, преподавател в СУ Св. Паисий Хилендарски , гр. Златица**

**Часът е проведен в I „б“ клас на 24.01.2018 г.**

*„Когато съм ядосана галя котето си,*

*за да се успокоя!“-това сподели едно*

*момиченце от класа.*

**Цел на урока**

* *Да се запознаят с начини за позитивно преодоляване на чувството за гняв;*
* *Да спазват правилата за културно поведение и толерантност в общуването;*

**Описание**

 *Урокът протече в рамките на един учебен час.*

*В началото на часа попитах учениците, дали се ядосват понякога и какво правят когато се ядосат. Записах на дъската темата на урока. Децата започнаха да си споделят за какво се ядосват. Например- ако някой им счупи играчката, когато някои ги обижда, когато искат нещо ,а родителите им не позволяват и други. Тогава им обясних, че всички ние понякога се ядосваме* *и че няма нищо лошо в това да изпитваме такива чувства. Важно е обаче, как се справяме с тях, особено когато сме сред група хора, например в клас.*

 *На въпроса ми- Какво правите когато се ядосате?, децата даваха много откровени отговори. На дъската записвах всичко, което децата ми казваха.*

*Обсъдихме всички отговори и заградихме неприемливите в червено. Поставихме табло на видно място в стаята с техники за справяне с гнева.*

 *Накрая на часа изиграхме няколко ролеви игри.*

**От коментарите в час**

**Идеи за надграждане**