**Классный час на тему «Зищите себя от буллинга!»**

Цель: формирование адекватной самооценки личности обучающихся и их поведения, ориентируясь на существующие законы.

Задачи: познакомить обучающихся с понятием «буллинг», с типичными особенностями детей, которые становятся преследователями и жертвами преследования; выработать навыки поведения при столкновении с преследованием; способствовать воспитанию законопослушного гражданина.

Ход классного часа

1. ВСТУПИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ

- Добрый день. Наш классный час сегодня посвящена проблеме взаимоотношений в подростковой среде. Как вы думаете какова цель мероприятия?

**На классном часе есть определенные правила**

Правило «Один голос» *(одновременно может говорить только 1 человек)*

Правило «Конфиденциальность» *(любая информация личного характера об*

*участниках должна остаться здесь и не обсуждаться за пределами этого круга после окончания встречи).*

Правило «Активность*» (участие во всех упражнениях).*

Сегодня мы поговорим о таком явлении как буллинг. Думаю, что не каждый из вас слышал это слово, однако многие сталкивались с его проявлением и это явление, к сожалению, нам хорошо известно…

Сегодня попробуем найти ответы на вопросы:

- Что такое буллинг»?

 - Является ли буллинг правонарушением и есть ли за это ответственность?

- Как избежать буллинга в своей жизни?

**2. ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ**

В переводе с английского языка буллинг (bullying) означает преследование, запугивание, третирование, что часто можно встретить в школьной среде. Такое давление на личность может быть, как психологическим, таки физическим…

БУЛЛИНГ – запугивание или же своеобразный физический и психологический террор одних людей поотношению к другим с целью подчинения их себе на почве страха, преднамеренно вызванного преследователями у их жертв.

**«Буллинг: понятие и особенности»**

Наиболее распространены два типа буллинга: «непосредственный» - физический и «косвенный» (психологический)– социальная агрессия.

Непосредственный (физический) буллинг – это агрессия и преследование с физическим насилием.

Косвенный (психологический) буллинг может выражаться по-разному. Так, например, если преследователь вынуждает жертву пережить различные оскорбительные для неё и унижающие её чувство собственного достоинства обстоятельства, говорят о поведенческом буллинге. Это чаще всего проявление вербальной агрессии – от сплетен и интриг до вымогательств и шантажа. Кроме этого, преследователи могут объявить бойкот жертве и на фоне моральных издевательств, вплоть до похищения тетрадей с домашними заданиями либо личных вещей жертвы. Когда человека унижают всевозможными непристойными словами, обзывая и дразня его, приклеивая издевательские ярлыки, мы имеем дело со словесным буллингом. В последние годы появилась новая разновидность школьного буллинга, так называемый кибербуллинг, когда жертва получает оскорбительные послания на свой электронный адрес в Интернете или через другие электронные устройства.

Обычно в буллинг вовлечены преследователи и жертвы, между которыми нередко возникают даже своеобразные стабильные отношения, позволяющие одному подростку властвовать над другим.

Для того, чтобы ответить на наш второй вопрос, давайте вспомним:

- Что такое правонарушение?

Ответы студентов. Правонарушение – это нарушение закона, за которое предусмотрено наказание для взрослых людей и подростков.

- Какие виды ответственности существуют и наказания для несовершеннолетних. (Выступления студентов)

**1.Уголовная ответственность** – ответственность за нарушение законов, предусмотренных Уголовным кодексом. Преступление, предусмотренное уголовным законом общественно опасное, посягающее на общественный строй, собственность, личность, права и свободы граждан, общественный порядок. (убийство, грабёж, изнасилование, оскорбления, мелкие хищения, хулиганство).

За злостное хулиганство, кражу, изнасилование уголовная ответственность наступает с 14 лет.

**2. Административной ответственности** подлежит физическое лицо, достигшее ко времени совершения правонарушения шестнадцатилетнего возраста, за исключением случаев, предусмотренных Кодексом об административных правонарушениях РБ: умышленное причинение телесного повреждения, мелкое хищение, умышленное уничтожение либо повреждение имущества, жестокое обращение с животными, разжигание костров в запрещённых местах, мелкое хулиганство, нецензурная брань в общественном месте, оскорбительное приставание к гражданам, незаконные действия в отношении газового, пневматического или метательного оружия, незаконные действия в отношении холодного оружия. За данные правонарушения ответственность наступает с 14 лет.

Актуализировав свои знания, давайте ответим на вопрос:

- Буллинг – это правонарушение? Ответы и обоснование.

Жертва буллинга не появляется случайно. Для преследователя это целенаправленный поиск того, на кого можно навесить «ярлык». Выбор жертвы и навешивание «ярлыка» не всегда зависит от того, какими способностями, характером и поведением выделяется человек. Иногда жертва и сама не понимает, почему она стала жертвой. Каково жить с «ярлыком»? Давайте попробуем это прочувствовать на себе в следующем упражнении…

-Оказавшись жертвой буллинга, человек не всегда способен спокойно оценить ситуацию и принять правильное решение для защиты себя. Здесь, сегодня, в этой эмоционально комфортной обстановке есть возможность дать объективную оценку героям ситуаций, которые оказались жертвами давления и преследования. Давайте обсудим эти ситуации и попробуем высказать свою позицию в каждой из предложенных историй…

***Метод «Четыре угла»***

Описание метода. На четырёх углах (стенах) комнаты вешаются таблички формата А4 с надписями: «Я поступил бы также», «Это не всегда работает», «У меня своя позиция», «Не одобряю такое решение». Затем участникам зачитываются по одному истории, участники анализируют и выбирают позицию у той или иной таблички. После каждой истории предлагается обсуждение выбранных участниками встречи позиций.

-Сейчас я буду зачитывать вам реальные истории из жизни подростков, которые оказались жертвами буллинга и по-своему справились со сложившейся ситуацией. После прослушивания истории, вам необходимо занять позицию возле одного из углов, табличка на котором совпадает с вашим мнением.

***История 1.***

«Перевелась в другое учебное заведение, влилась в коллектив замечательно – по началу. Но, когда стала находить друзей, завоёвывать авторитет, лидеры почувствовали конкуренцию и ополчились против меня. Моих новых друзей стали перетягивать на свою сторону в качестве союзников. Ну и начались дразнилки. Сначала отшучивалась, потом стала драться. Все прекратилось, когда избила одного из лидеров. Потом зауважали, трогать перестали».

***История 2.***

 «Меня травили целый год. Травила одногруппница, с помощью своих старших подружек. Потом эти подружки «выпустились» из колледжа. Поддержки у неё теперь не стало, никто за неё задачи по математике не решал, а у неё с этим большие проблемы. И ей не оставалось ничего делать, как извиниться передо мной и попросить у меня помощи. Я не смогла ей отказать. Сейчас нормально общаемся, но обиду помню. Потому что было тяжко, дома рыдала, боялась в колледж идти. А травлю я пережила просто полным «игнором».

***История 3.***

Я уверен, что как только начинают тебя травить –сразу переходи в другое учебное заведение. У нас в группе девочку обижали все, особенно один парень. Она ему отпор давала, а он еще хуже лез. Потом она ему врезала по физиономии, на что он ударил ее в живот изо всей силы. Но эти не закончилось. Он её фотографию в непристойном виде с пошлой надписью разместил в сети. Конечно он там что-то «подфотошопил», но не все это поняли. Её потом все позорили и гнобили в колледже. Она взяла и перешла в другой колледж и все пока вроде нормально, У нее там друзья и даже любовь с одним из одногруппников.

Вопросы для обсуждения:

- Что вы чувствовали, слушая чужие истории?

- Легко ли вам было представить себя на месте героя?

- Какая из ситуаций оказалась вам наиболее близкой?

- Какие модели поведения вы для себя отметили как самые эффективные?

3. ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ

- В завершении нашей встречи давайте подумаем о том, как избежать попадания в ситуацию буллинга…

**Упражнение «Логическая цепочка»**

*Описание упражнения*. Педагог предлагает первому участнику в кругу продолжить ключевую фразу: «Чтобы не стать участником буллинга, нужно…». Ключевую фразу следующему участнику в кругу тренинг строит на основе той фразы, которую построил предыдущий участник. Например, «Чтобы не стать участником буллинга, нужно… уметь защитить себя в любой ситуации». Затем «Чтобы уметь защитить себя в любой ситуации, нужно… быть уверенным в себе». Таким образом, фраза, обращённая к следующему участнику, будет звучать так: «Чтобы быть уверенным в себе, нужно…». Упражнение проводится до тех пор, пока логическая цепочка не пройдёт по всему кругу участников. В завершении тренер ещё раз повторяет свою первую ключевую фразу и заканчивает её той мыслью, которую озвучил последний участник.

- Вы, конечно, убедились в том, что состояние наших проблем зависит оттого, как мы к ним относимся. В ситуации давления и преследования тоже очень важно, как мы реагируем на вызов, брошенный нам. Чтобы не стать жертвой буллинга, учитесь давать себе только позитивные установки и отвечать уверенно и с юмором тем, кто пытается манипулировать вашими эмоциями. Давайте потренируемся…

Рефлексия. **Упражнение «Мои ожидания»**

Давайте вспомним, с какими целями и ожиданиями вы пришли на эту встречу, насколько ваши цели оказались в итоге реализованными, какие вы испытали эмоции и какой вывод сделали?

- Мы с вами сегодня очень плодотворно поработали, и поэтому мы все - большие молодцы! Надеюсь, что полученные на встрече знания и практический опыт помогут вам в дальнейшей жизни. Но, а для тех, кто не уверен, что сможет самостоятельно справиться с проблемой буллинга я предлагаю взять памятку «**Что делать ребёнку – жертве травли?**» Всем большое спасибо и до новых встреч!

**ПОМНИТЕ!**

"**НЕТ НИ ОДНОЙ ПРИЧИНЫ, ПО КОТОРОЙ ЧЕЛОВЕКА МОЖНО БЫЛО БЫ ТРАВИТЬ".**

***Урок безопасности (10 минут)***

**№ 21-УРОК:**

**« Телефонные номера экстренных служб и телефон доверия».**

Мы живем в мире, в котором, к сожалению, случаются беды:  пожары, болезни, человеческие несчастья.В своей жизни каждый, пожалуй, становился очевидцем чрезвычайного происшествия.  Естественное желание каждого нормального человека - помочь пострадавшим. Как сделать это правильно и не навредить?

Существуют службы спасения, которые оказывают людям незамедлительную помощь, помогают в беде. Включая сирены, они быстро мчатся на помощь на специальных машинах.

- Кто догадался, что же это за машины и службы?

**Разбор ситуаций:**

**Ситуация 1.**

- Если люди неаккуратно обращаются с огнем или происходит замыкание в проводке, что происходит?

- Куда необходимо звонить в таком случае?

В такой ситуации незамедлительно нужно позвонить в пожарную часть по телефону 01 или 112.

Говорить по телефону нужно четко, спокойно и не торопясь: по звонку пожарная команда уже поднята по тревоге и выезжает, а все дополнительные сведения ей передадут по рации.

При звонке в экстренную службу необходимо сообщить:
1.Адрес – называть нужно в первую очередь: даже если связь прервется, спасатели все равно будут знать, куда ехать.
2.Объект – где это случилось: во дворе, в квартире, в подвале, на складе и т.д.

3.Что случилось – сообщить конкретно: горит телевизор, мебель; чувствуется запах газа.
   Если диспетчер попросит, нужно уточнить номер дома, подъезда, квартиры, код для входа в подъезд и т. д. Назвать свою фамилию и телефон.

**Ситуация 2.**

Если вашей жизни угрожает опасность, кто-то лезет в дом, стучится в дверь, пристает на улице, потерялись в городе или у вас отобрали личную вещь.

- К кому нужно обратиться за помощью?

В такой ситуации необходимо звонить 02 или 112. Звоня в полицию, вам нужно будет представиться и объяснить случившуюся ситуацию.

**Ситуация 3.**

Если вдруг вы упали с качели и сильно поранились, дома съели что – то не то и разболелся живот, может ваш друг попал в беду.

- Куда нужно звонить в такой ситуации?

Вам поможет скорая медицинская помощь. Вам нужно позвонить по номеру 03 или 112.

- Что вы сообщите оператору?

Оператору нужно будет сообщить ваше имя и фамилию, сказать, сколько вам лет и обязательно сообщить адрес. А так же описать ситуацию, что произошло и с кем. Оператор отправит вам врача и расскажет, что нужно сделать, пока нет скорой помощи. Врачи обязательно окажут помощь и вылечат вас.

    Существует единый телефон экстренных служб, позвонив по которому, вы можете попросить помощи при любой ситуации. Это телефон 112. В экстренных ситуациях главное соблюдать спокойствие и суметь объяснить оператору, что с вами случилось.

Чтобы никогда не попадать в беду, нужно помнить и соблюдать правила безопасности.

Инструкции:

1. Если у тебя или соседей пожар, звони 01 или 101.

2. Если тебя обидели, обокрали или сильно напугали, то звони 02 или 102.

3. Если ты или кто-то близкий заболел, звони 03 или 103.

4. Чтобы не случилось, тебе поможет  служба 112.

ПАМЯТКА

**Что делать жертве травли?**

1.     Если вас травят, обзывают, портят одежду и вещи, обязательно расскажите об этом взрослому: родителям, педагогу, старшему товарищу.

**Запомните: попросить помощи – это не слабость, а решение взрослого человека, попавшего в беду.**

2.     Не стоит бояться, что «будет хуже», если вы кому-то расскажете о том, что происходит. Будет действительно хуже, если вы останетесь один на один со своей проблемой.

**Запомните: Всегда найдется тот, кто сильнее ваших обидчиков и сможет вас защитить.**

3.     Если вас травят в интернете, обязательно сохраняйте все переписки, видео, голосовые сообщения, чтобы в дальнейшем использовать их как доказательства совершаемого кибербуллинга.

4.     Если предмет травли можно исправить – исправьте. Если нельзя – не считайте себя виноватыми.

5.     Если не доверяете свою проблему знакомым взрослым, позвоните по телефону доверия

«Я поступил бы также»

 «Это не всегда работает»

«У меня своя позиция»

«Не одобряю такое решение»

ПАМЯТКА **Что делать жертве травли?** 1.     Если вас травят, обзывают, портят одежду и вещи, обязательно расскажите об этом взрослому: родителям, педагогу, старшему товарищу. **Запомните: попросить помощи – это не слабость, а решение взрослого человека, попавшего в беду.**

2.     Не стоит бояться, что «будет хуже», если вы кому-то расскажете о том, что происходит. Будет действительно хуже, если вы останетесь один на один со своей проблемой. **Запомните: Всегда найдется тот, кто сильнее ваших обидчиков и сможет вас защитить.**

3.     Если вас травят в интернете, обязательно сохраняйте все переписки, видео, голосовые сообщения, чтобы в дальнейшем использовать их как доказательства совершаемого кибербуллинга.

4.     Если предмет травли можно исправить – исправьте. Если нельзя – не считайте себя виноватыми.

5.     Если не доверяете свою проблему знакомым взрослым, позвоните по телефону доверия

ПАМЯТКА **Что делать жертве травли?** 1.     Если вас травят, обзывают, портят одежду и вещи, обязательно расскажите об этом взрослому: родителям, педагогу, старшему товарищу. **Запомните: попросить помощи – это не слабость, а решение взрослого человека, попавшего в беду.**

2.     Не стоит бояться, что «будет хуже», если вы кому-то расскажете о том, что происходит. Будет действительно хуже, если вы останетесь один на один со своей проблемой. **Запомните: Всегда найдется тот, кто сильнее ваших обидчиков и сможет вас защитить.**

3.     Если вас травят в интернете, обязательно сохраняйте все переписки, видео, голосовые сообщения, чтобы в дальнейшем использовать их как доказательства совершаемого кибербуллинга.

4.     Если предмет травли можно исправить – исправьте. Если нельзя – не считайте себя виноватыми.

5.     Если не доверяете свою проблему знакомым взрослым, позвоните по телефону доверия