Классный час в 8 классе «Путь к себе»

         Эпиграф:  Важно не то, кем тебя считают,

                                           а кто ты на самом деле.  
                                                                                            Публий Сир.

**Цели:**

·        Расширить представление детей о самопознании, саморазвитии, самоопределении.

·        Формировать положительную нравственную оценку таких качеств, как целеустремленность, воля, настойчивость, желание работать над собой.

·        Способствовать формированию адекватной самооценки; побуждать детей к анализу своих поступков, мыслей, чувств, к самонаблюдению, самопознанию, самосовершенствованию.

К.р. Добрый день. Сегодня мне бы хотелось пригласить вас к разговору, который волнует всех: «Каков путь к себе?» Ещё древние говорили, что самый загадочный сфинкс на Земле – это человек. Мыслители говорили, что человек – это самое простое и самое сложное. Как научиться понимать самого себя? Если спросить об этом каждого из вас, то мы получим разные ответы, и все вы по-своему будете правы, потому, что каждый из вас индивидуален и неповторим. Итак, давайте вместе попробуем сделать несколько шагов на пути к себе. Первый этап этого движения научиться делать выбор (Я и мой выбор).

Я приглашаю вас в картинную галерею. Перед вами три зала. Пусть каждый из вас выберет тот зал, в который ему хотелось бы войти. А теперь давайте узнаем, в какой зал вы захотели войти. Идеи зала:

1. Жизнь как наслаждение

2. Жизнь как общение с другими людьми.

3. Жизнь как поиск  смысла жизни.

В такие залы вы хотели попасть? Теперь, узнав идею зала, вы уверены в своём выборе? Если нет, у вас есть возможность изменить своё решение. Что побудило вас к новому выбору? Давайте попробуем провести аналогию с человеком. А. Экзюпери говорил: «… Не всегда первое впечатление бывает верным. Чтобы понять человека, нужно поближе познакомиться с ним, получше узнать его, увидеть его в разных жизненных ситуациях». Вы согласны с этим? (обсуждение)

Кл.р: Как вы думаете, важно ли познание человеком самого себя? (Ответы). Дорога к самому себе – это дорога в целую жизнь.

А сейчас я предлагаю вам высказаться по предложенным вопросам:

1. Думаю, что я достаточно способен, чтобы…

2. Для меня очень важно …

3. Что лучше иметь сто рублей или сто друзей?

4. Надеюсь на…..

5. В будущем я хочу…

6. Хорошая жизнь – это…

7. Когда другие делают что-то лучше чем я….

8. Моя основная цель в жизни…

 Кл.р: Великий немецкий поэт И.В. Гете утверждал: "Умный человек не тот, кто много знает, а кто знает самого себя". Можете ли вы считать себя умными людьми? (Дети отвечают.}

Что можно узнать о себе?

Примерные ответы детей:

1.     Свои физические возможности, состояние здоровья.

2.     Свои таланты, способности (умственные, творческие).

3.     Свой характер, темперамент, волю.

4.     Свои вкусы, привычки.

5.     Свои сильные и слабые стороны.

Кл. р: Узнавать себя нужно, чтобы объективно оценить свои способности и возможности. А что это даст? Зачем вообще нужна правильная самооценка?

Примерные ответы детей:

1.     Узнать призвание, выбрать профессию.

2.     Избежать ошибок и разочарований.

3.     Правильно вести себя с окружающими.

4.     Не браться за невыполнимые дела.

5.     Правильно определить цель в жизни.

Кл. р: Действительно, человек, который объективно оценивает свои способности и возможности, сможет безошибочно выбрать свое призвание, определить цель в жизни. Такому человеку легче избежать крушений жизненных планов, разочарований, ошибок. И если возникнут неприятности, он будет искать причину не в других, а в себе.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | |  |  |  | | --- | --- | --- | | Самооценка | | | | Завышенная | Заниженная | Объективная | | Уверенность в себе Вспыльчивость Скромность Трусливость | Высокомерие Нахальство Обидчивость Чувство собственного достоинства | Пассивность Уравновешенность Самоуверенность Внушаемость |     Работа в группах по теме "Определение уровня самооценки"  Кл. р: А как же можно узнать человека с правильной самооценкой? На доске я составила таблицу признаков людей с разной самооценкой. Но кто-то перепутал признаки. Как правильно разместить слова в колонках? Предлагаю обсудить этот вопрос в группах. Нужно собрать по 4 признакам людей с разной самооценкой. Первая группа - с завышенной, вторая - с заниженной и третья - с объективной самооценкой. Выбранные признаки вы должны записать на листочках бумаги. Правильные ответы мы прикрепим к таблице. Дополнительное условие - обосновать свой выбор.  (В течение 1-2 минут дети работают.)  Время истекло, слушаем мнения групп.  Записи на листках  Завышенная: высокомерие, самоуверенность, нахальство, вспыльчивость.  Заниженная: пассивность, обидчивость, внушаемость, трусливость.  Объективная: уравновешенность, уверенность в себе, скромность, чувство собственного достоинства.  Кл. р. Что можно посоветовать человеку с завышенной самооценкой? (Быть более самокритичным, научиться видеть свои слабости, не считать себя выше других и т. п.)  - Что можно посоветовать человеку с заниженной самооценкой? (Заняться спортом, победить свою трусость, научиться говорить "нет" и т. п.)  - Что можно посоветовать человеку с объективной самооценкой? (Не терять уверенности в себе, продолжать работать над своими недостатками, не хвастаться своими достоинствами и т. п.)  Расположите по степени важности, что, по-вашему мнению, служит для вас опорой в жизни:  1.     Родители  2.     Здоровье  3.     Образование  4.     Хобби  5.     друзья  6.     работа  7.     Собственные силы (знания, умения, навыки).  Работа с понятиями: цели, принципы, идеалы  Кл. р. Многие не могут определить свои цели, принципы, идеалы. Мне кажется, они просто плохо представляют себе, что это такое. Давайте разберемся с этими понятиями. Жизненные цели - что это такое?  (Это - мечта. То, к чему человек стремится).  Зачем нужно ставить перед собой цели? (Чтобы к чему-то стремиться, чтобы был смысл жизни.)  Какие же бывают цели в жизни? (Могут быть краткосрочные, долгосрочные цели.)  Примерные ответы:  - Богатство, слава, власть.  - Стать мастером своего дела, чтобы все тебя уважали.  - Быть просто хорошим человеком, любить людей.  - Создать хорошую семью, построить дом, посадить дерево, вырастить детей.  - Жить для себя: учиться, развиваться, путешествовать.  - Принести пользу людям, жить для людей.  - Найти свою любовь.  - Жить для удовольствия, наслаждения.  - Совершить научное открытие, найти лекарство от неизлечимой болезни.  - Жить для Бога. Не грешить, бороться со своими страстями.  Кл. р: Ученые говорят, что жизненная цель дает человеку силы, он начинает что-то делать для достижения этой цели, и в конце концов его мечты сбываются. Но жизненные цели бывают разные. Одни дают силы на всю жизнь, а другие только на короткий период. Как вы думаете, какие цели могли бы стать целями всей жизни? (Дети отвечают.)  Говорят, что достигнуть цели совсем не трудно: надо просто каждый день делать к этой цели хотя бы один шаг. Иначе эта цель так и останется мечтой.  Принципы  Кл. р:  Но даже самая красивая цель может быть человеком отвергнута, если нужно поступаться принципами. Жизненные принципы - это убеждения, взгляд на вещи, жизненные правила. Какие бывают принципы? Прежде всего, это 10 христианских заповедей. Давайте их вспомним. (Дети поднимают руки, отвечают.)  Есть люди, которые руководствуются другими принципами, например: "Человек человеку - волк" (закон джунглей) "Не верь, не бойся, не проси" (тюремный закон), "Бери от жизни все!", "После нас - хоть потоп!" и т. п. Какие еще вы знаете принципы? (Высказывания детей.)  Зачем нужны принципы? Может ли человек изменять свои принципы в течение жизни? Бывают ли люди без принципов? Дети дают ответы.  В истории много примеров, когда за принципы люди сознательно шли на смерть, если ценой жизни было предательство веры, Родины или друзей, ведь изменить своим принципам - значило потерять себя как человека, потерять уважение к себе. Можете ли вы привести примеры? (Высказывания детей.)  Идеалы.  Кл. р: Идеал - совершенное воплощение чего-то, что составляет высшую цель деятельности, стремлений. Я прочитаю качества идеальных людей. Представьте себе, что нужно выстроить их в порядке убывания. Какие качества вы бы поставили на первое место?  Идеал мужчины:привлекательность, верность, мужественность, мастеровитость, деликатность, понимание.  Идеал женщины: обаяние, верность, женственность, хозяйственность, уступчивость, понимание.  Идеал гражданина**:** коллективизм, патриотизм, национальная честь и достоинство, совесть, мужество, ответственность.  Идеал работника**:** профессиональная компетентность, высокая работоспособность, организованность и деловитость, деловое сотрудничество и самодисциплина, требовательность к себе и другим, культура труда и бережливость, потребность к самообразованию, самосовершенствованию.  Кл. р. Как известно, все люди уникальные, но осознать эту уникальность многие не могут или не хотят. А для этого нужно всего лишь познать себя, дать себе объективную оценку. Оказывается, это совсем непросто. Процесс познания себя у каждого свой, индивидуальный, неповторимый. Он будет длиться всю жизнь. С познания себя начинается и познание других людей, и познание мира, и познание смысла жизни.  Подведение итогов  Кл. р. Что дал вам сегодняшний классный час? Удалось вам узнать что-то новое о себе и других? Я думаю, что сегодня между нами протянулась нить взаимопонимания, и чтобы эта связь не оборвалась, закрепим её. Я приглашаю вас в круг.  Игра «Паутинка» Передавая клубок ниток, участник говорит своему соседу доброе пожелание.  Кл. р: Посмотрите, на эту нить она хрупка и непрочна. И только от нас зависит, сделаем ли мы основу для прочного ковра взаимопонимания. | |