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 листкахЗавышенная: 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.     Родители2.     Здоровье3.     Образование4.     Хобби5.     друзья6.     работа7.     Собственные силы (знания, умения, навыки).Работа с понятиями: цели, принципы, идеалыКл. 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.ПринципыКл. 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 итоговКл. 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.                              |

 |