

Общешкольное мероприятие «Все в твоих руках!» для обучающихся 5-9 классов .

Цель: формирование активной жизненной позиции учащегося, умения планировать будущую жизнь и добиваться успеха.

Задачи:

1. Осознание воспитанниками ценностей и целей, дающие человеку смысл жизни.
2. Осознание собственных позитивных целей и стремлений
3. Актуализация представлений о своих сильных сторонах, развитие эмпатии и способности к конструктивному взаимодействию в группе.
4. Знакомство с навыками целеобразования
5. Формирование мотивации к личностным изменениям.
6. Формирование навыков осознания себя как уникальной и полноправной личности, со своими взглядами, убеждениями, ценностями
7. Формирование навыков принятия ответственности за свои действия, свою жизнь, развитие навыков самостоятельности.

Прогнозируемые результаты: развитие способности учеников увидеть и понять тот путь, по которому они пойдут в этом мире.

1. Правила работы группы:

- искренность в общении (давайте говорить здесь не то, что «требуется», а то, что мы на самом деле думаем).
- активное участие в происходящем (Вы и Ваше мнение нужны нам и важны для нас).
- право на своё мнение и уважение мнения другого (участник говорит «от себя», от своего имени и не критикует мнение другого.)
- неразглашение происходящего за пределы группы (действуем по принципу «здесь и сейчас»).

Содержание занятия:

1. Вводная часть.

Добрый день, уважаемые ребята!

Внимание на экран! Просмотр видео. Притча «Все в твоих руках»

1. Упражнение приветствие

Цель: создать положительный настрой на совместную работу, развивать навыки саморефлексии.

Считается что имя каким-то образом связано с характером человека, и по нему можно прогнозировать поведение. Верно это предположение или нет, нельзя не согласиться с тем, что имя человека значит для него немало. Ведь так приятно, когда Вас называют по имени, когда упоминают Ваше имя в хорошем смысле!

А еще образ дерева часто сравнивают с человеком и его жизнью. Это не случайно, потому что между человеком и деревом много общего — в характерах, жизненном цикле, среде и условиях обитания. Деревья, как и люди, рождаются, растут, развиваются, переживают периоды расцвета, зрелости, увядания. Так же, как и люди, они болеют, противостоят ветрам, дождям, засухам и прочим непогодам.

Задание: Рассмотрите карточки с изображением деревьев. Выберите дерево, про которое вы сможете сказать: «Это я». Прокомментируйте свой выбор.

2. Упражнение «Передача уверенности в успехе»

- Сегодня вам предстоит решать проблемы не индивидуально, а в группе. Успех этой работы во многом зависит от вашего настроения и веры друг в друга. Давайте приободрим друг друга следующим образом. По очереди посмотрите на своего соседа справа, назовите его по имени вслух и скажите: «Я верю в тебя». Передайте эту веру через дружеское похлопывание по плечу. А теперь давайте повторим упражнение в обратную сторону, можно похлопывать соседа левой рукой.

Деление на команды

Участникам сообщается: "Вам необходимоделиться на 3 малые группы следующим образом. У меня в руках шкатулка, в которой лежат карточки со словами (яблоко, апельсин, груша). Каждый возьмет из шкатулки карточку и найдет тех, кому досталось такое же слово. Искать надо тихо, любым невербальным способом. И занять место.

Ведущий: Продолжая наше занятие я хочу рассказать вам притчу.

Творец слепил человека из глины, и остался у него неиспользованный кусок.

— Что ещё слепить тебе? — спросил Творец.

— Слепи мне счастье, — попросил человек.

Творец положил человеку в ладонь оставшийся кусочек глины и сказал:

— Ты можешь сделать всё, что ты захочешь. Всё в твоих руках.

Ведущий: Народная мудрость гласит: «Судьба судьбой, а выбор за тобой». Наверное, вы не раз слышали выражение: «"Я сам строю свою жизнь"».

Человека всегда волновали вопросы, касающиеся его будущего: что ждёт меня в будущем, как сложится моя жизнь, смогу ли я достигнуть поставленных целей и что мне для этого нужно делать?

Конечно же, готовых ответов на поставленные вопросы нет.

Но несмотря на это, многие психологи сходятся во мнении, что будущая жизнь человека во много зависит от того, как человек представляет своё будущее, какие цели он ставит перед собой, что предпринимает для их достижения, умеет ли использовать предоставленные возможности и др.

На сегодняшнем тренинге мы попробуем заглянуть в своё будущее, представить себя в будущем в определённой социальной роли, определить свои жизненные цели и условия, необходимые для их достижения.

Упражнение «Мои достижения»

Цель: развитие умения находить в себе сильные стороны и опираться на них при достижении поставленных целей.

Ведущий:

В каждом из вас уже сейчас есть то, чем вы можете гордиться, чего достигли уже сейчас.

Нужно гордиться своими успехами и не бояться о них заявить. Ваши успехи сейчас – это ваши внутренние ресурсы, которые могут вам помочь в достижении поставленных целей. Учащимся предлагается по кругу достать из сундучка записку и рассказать о своих успехах и достижениях, используя незаконченные предложения:

-Я горжусь тем, что я

- Особенно хорошо мне удаётся....

-У меня хорошо получается.....

- Своим успехом я считаю....

По окончании круга ребята рассказывают, появилось ли у них чувство гордости за себя, когда они рассказывали о своих достижениях.

Ведущий:

- Что ещё может помочь вам в достижении поставленных целей?

Чтобы достичь поставленной цели, человек может усовершенствовать себя на протяжении всей жизни. Чтобы ощутить себя творцом собственной жизни, нужно выработать умения правильного самопознания, поскольку только через познание своей личности можно переходить к усовершенствованию себя. Важно научиться позитивно, воспринимать себя. Те, кому это удастся - верят в себя, уважают себя обычно чувствуют себя счастливыми. Успешный человек мыслит позитивно он верит в себя и свой потенциал, может наладить добрые взаимоотношения с другими; берет ответственность за свои поступки и даже в сложных обстоятельствах приобретает опыт, который способствует ее возрастанию.

Упражнение «Успех — это...»

Цель: сплочение группы, повышение самооценки.

Материалы: бумага, цветные карандаши, фломастеры.

Инструкция. Ведущий предлагает подобрать ассоциации к слову «Успех». Задача детей: повторить то, что сказал предыдущий участник, и назвать свою ассоциацию к слову. Затем ведущий предлагает детям нарисовать ассоциацию к слову «Успех». После этого организуется выставка рисунков.

Анализ упражнения

— Трудно ли было подбирать слова?

— Что было легче — подбирать слова или сделать рисунок?

— Что вы чувствовали, когда рассказывали об успехе?

Ведущий. Молодцы, сейчас мы с вами попробуем почувствовать радость от своей деятельности

Упражнение «Волшебное зеркало».

Цель: актуализация жизненных целей, развитие навыков целеполагания.

Представьте: «Путник шел по дороге, которая называлась "Жизнь". Дорога привела его к перекрестку. Путник остановился, осмотрелся и задумался. По какому пути идти дальше?

Представьте себя на месте этого путника... Загляните в «Зеркало», что вы там «увидели».

Детям нужно представить, что они на минутку заглянули в своё будущее с помощью «волшебного зеркала», в котором они смогут себя увидеть в какой-либо социальной роли).

По окончании ребята делятся впечатлениями, насколько трудно было представить себя взрослыми в какой-либо социальной роли.

Задание: перед вами карточки. Возьмите понравившуюся. Расскажите свою историю, свой вариант будущей жизни. Используйте свои фантазии и мечты.

- Куда вы хотите прийти?

- Что вы возьмете с собой в дорогу?

- С чем встретитесь на своем пути?

- Чему вам предстоит научиться?»

- Какие пути получились?

- Какова цель этого пути?

- Как вы узнаете, что ваша цель достигнута?

- Что вам необходимо для того, чтобы достичь поставленной цели?

- Какие условия, средства, возможности?

Ведущий: путь к успеху у каждого может быть свой, но существуют определенные условия достижения цели. Чтобы достичь поставленной цели, человек может усовершенствовать себя на протяжении всей жизни. Чтобы ощутить себя творцом собственной жизни, нужно выработать умения правильного самопознания, поскольку только через познание своей личности можно переходить к усовершенствованию себя. Важно научиться позитивно, воспринимать себя. Те кому это удастся - верят в себя, уважают себя обычно чувствуют себя счастливыми. Успешный человек мыслит позитивно он верит в себя и свой потенциал, может наладить добрые взаимоотношения с другими; берет ответственность за свои поступки и даже в сложных обстоятельствах приобретает опыт, который способствует ее возрастанью. Чтобы достичь поставленной цели, необходимо также развивать волевые качества, которые помогают продвигаться к любой цели: целеустремленность, настойчивость и самоорганизация.

Работа в группах

Упражнение «Формула успеха»

Ведущий: Завершая наше занятие, я предлагаю вам поработать в группах. Ваше задание - создать формулу жизненного успеха и представить ее всем.

4. Завершение работы.

Обратная связь – заключительный обмен впечатлениями (рефлексия)

Ведущий: Я предлагаю завершить нашу сегодняшнюю встречу упражнением, которое называется «Чемодан, мясорубка, корзина»

Цель применения: активизация интеллектуальной, личностной рефлексии, осмысление учащимися процесса и результатов учебной деятельности.

На экране проектора рисунки чемодана, мясорубки, корзины.

Чемодан – всё, что пригодится в дальнейшем.

Мясорубка – информацию переработать.

Корзина – всё выброшу.

Ученикам предлагается выбрать, как они поступят с информацией, полученной на уроке.

На чемодан вы приклеиваете стикер с ответом «Что я возьму с собой с урока?»

На мясорубку вы приклеиваете стикер с ответом «Что мне стоит переработать (над чем еще подумать)?»

На корзину вы приклеиваете стикер с ответом «Какая информация с занятия не пригодится?»

Прощание. Упражнение «Свеча»

Ведущий: Наше занятие заканчивается. Я вас всех благодарю. Мне было приятно с вами работать.

А сейчас я зажгу свечу, и все мы будем по очереди передавать ее друг другу и говорить спасибо за совместную работу.

Заключительное слово участникам

Ребята! Вы стали немного мудрее и внимательнее к себе и другим, открыли новые возможности. Вы начали восхождение на гору «Жизнь» на поезде «Самопознание». Вы сели в поезд на станции «Настоящее» и держите путь на станцию «Будущее». Желаю вам останавливаться на самых интересных станциях этого маршрута и вовремя добраться до конечной остановки. Ваше будущее зависит от вас! Желаю вам успехов! И не забывайте, что все в ваших руках!