Тема: «Вверх по лестнице жизни».

Цели: определить жизненные ценности учащихся, сформулировать главные из них; профилактика самовольных уходов; развивать социальную активность, пробуждать и прививать осознание значимости образования, как важнейшего из факторов в профессиональном самоопределении подростка.

Оборудование: мультимедийное оборудование с интерактивной доской, карточки с заданием, ручки.

Форма проведения: интегрированное занятие.

Ход занятия.

I. Вводная часть.

1.Интерактивная беседа «Что такое счастье?»

Ребята, поднимите руки, кто хочет стать счастливым.

А что такое счастье?

А как стать счастливым?

2. Проблемная ситуация. (Слайд 1).

Нет, наверное, на Земле человека, который не мечтал о счастье. Иногда мечта становится жизненной целью, достигнув которую человек чувствует себя счастливым. Тогда возникают новые мечты и новые цели. Жизнь как лестница, ведущая в будущее. Каждая ступенька – наши желания и мечты. Как построить свою лестницу жизни, чтобы чувствовать себя счастливым? Об этом мы и будем говорить сегодня на нашем занятии.

II. Основная часть.

1. *Беседа. (Слайд 2).*

Я предлагаю вам построить свою жизненную лестницу и взбираться по

ней постепенно, от ступеньки к ступеньке. Каждая ступенька – это маленькая цель, достигнув которой, вы должны будете испытывать счастье так, перемещаясь от ступеньки к ступеньке, пока не доберетесь до своего заветного Пика счастья. Материал для своей лестницы каждый выбирает сам – это ваши жизненные ценности.

Ценности – общее название для мнимых ценностей, имеющих свою цену, и для ценностей подлинных, которые становятся мнимыми, как только им назначается цена. *(Слайд 3)*.

У каждого человека, маленького и большого, взрослого и ребенка есть удивительная возможность – возможность мечтать. Пока человек живет, он всегда о чем-то мечтает. Иногда его мечты становятся явью, превращаясь в жизненные цели. Давайте представим себе нашу жизнь в виде лестницы, по которой мы идем вверх, в будущее, во взрослую жизнь. Ваше право – выбрать, какой будет ваша лестница, большая или маленькая, из каких ступенек она будет состоять. Вы можете считать, что каждая ступенька – это то, к чему вы стремитесь в вашей жизни и давайте назовем эту лестницу лестницей желаний. *(Слайд 4)*.

ФИЗМИНУТКА

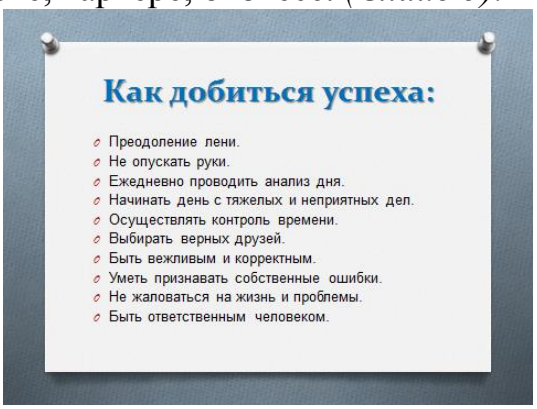
Каждое упражнение выполнять 5 раз.

- Скольжение подбородком по грудине вниз.
- «Черепаха»: наклоны головы вперёд-назад.
- Наклоны головы вправо-влево.
- «Собачка»: вращение головы вокруг воображаемой оси, проходящей через нос и затылок.
- «Сова»: поворот головы вправо-влево.
- «Тыква»: круговые движения головой в одну и другую сторону.

Поднимаясь по лестнице, мы не всегда идем уверенно, можем ошибаться, можем оступиться и даже упасть. В жизни тоже бывает всякое: нас сопровождают болезни, разочарования и даже потери. Наш подъем зависит во многом от того, как мы будем вести себя по отношению к другим людям, которые идут вместе с нами по лестнице: будем толкаться, переступать через

кого-то, пропускать вперед, идти рядом. Давайте попробуем подумать над тем, каким будет наше движение? (*Ответы детей.)*

Существует немало рекомендаций специалистов самых разных областей, как добиться успеха в работе, карьере, бизнесе. *(Слайд 5).*



Но основные, базовые принципы примерно одинаковы:

• Первое, что стоит на пути к достижению успеха - это наша собственная лень. *(Слайд 5-1).*

Если вы хотите чего-то добиться в жизни, совершенно необходимо избавиться от привычки бесцельного времяпрепровождения, и в первую очередь прекратить тратить время на просмотр бессмысленных телепередач и сериалов. За те «убитые» несколько часов можно сделать массу полезных дел, заняться спортом, составить план на завтра, повесить наконец-то полку в коридоре и т.п.

• Что бы ни случилось, нельзя «опускать руки». *(Слайд 5-2).* Недостаток настойчивости серьезно мешает успеху. В любой ситуации надо продолжать работать, здоровое упорство неизбежно приведет к победе.

• Очень полезно взять за привычку записывать интересные идеи и мысли. В повседневной суете они часто забываются, а проанализировав их вечером, вы наверняка не упустите что-то важное, какой-то первый шаг на пути к достижению успеха. *(Слайд 5-3).*

• Начинайте свой день с самых тяжелых и неприятных дел. Удовлетворение, полученное после их выполнения, зарядит вас дополнительной энергией и позволит намного продуктивней провести вторую половину дня. *(Слайд 5-4).*

• Всегда, если сложилось так, что вы опаздываете на встречу или не вовремя выполнили поставленную задачу, предупреждайте об этом партнеров, начальство, коллег. Только так можно заслужить репутацию надежного человека. Но и злоупотреблять опозданиями, разумеется, не стоит. *(Слайд 5-5).*

• Учитесь выбирать верных друзей и достойных партнеров. *(Слайд 5-6).* Человек, хоть раз предавший вас, может сделать это еще раз. Не обязательно прерывать с ним всяческие отношения, но работать с таким человеком, идти с ним к поставленной цели точно не стоит.

• Вежливость и корректность - лучшие помощники во всех начинаниях. *(Слайд 5-7).* Эмоции в работе и в карьере не приведут ни к чему хорошему. Только вежливый, рабочий диалог поможет уверенно идти к успеху.

• Нужно уметь признавать собственные ошибки. *(Слайд 5-8).* Это поможет не повторять их в дальнейшем.

• Жаловаться на жизнь себе, а уж тем более другим людям - пустое и крайне вредное занятие. Так вы показываете окружающим свою слабость, неумение справляться с проблемами. К тому же жалобами на горькую судьбу вы лишь усугубите свое душевное состояние. Лучше в тяжелые минуты постараться отвлечься, дать себе небольшой, но приятный отдых, зарядиться позитивом. Либо с головой окунитесь в работу, в новые идеи. *(Слайд 5-9).* Тогда из кризиса будет выйти значительно легче.

• Чувство долга - полезное качество. *(Слайд 5-10).* Но не на пути к цели. Вы никому ничего не должны. Просто надо быть ответственным человеком и, делая что-либо, помнить, что это делается не из чувства долга, а для достижения конкретной цели. Тогда любое дело будет спориться, и выполнять его вы будете с удовольствием.

2. *Упражнение «Закончите фразу». (Слайд 6).*

Закончите фразу:

Преуспевающий в жизни человек – это человек, который…

Человек – неудачник – это человек, который…

Если человек не имеет ….., то он не состоялся. (прожил жизнь зря).

Если человек имеет….., то он состоялся.

(Слайд 7).

III. Итог занятия.

Обсуждение, как добиться успеха в работе, карьере, бизнесе, в жизни. *(Слайд 8).*

Подведение итогов.

(Слайд 9).