«Воля. Характер. Судьба»

Воспитательный час

14.12.2018

КГУ «Дом Юношества» управления образования ВКО

Удовик Анна Геннадьевна

**Воспитательный час «Воля. Характер. Судьба.»**

 **Аннотация**
Методическая разработка посвящена одной из серьезных и актуальных проблем современности – проблеме самопознания и самовоспитания личности. В ней содержатся различные упражнения по самовоспитанию, анкетирование по определению уровня самоорганизации, беседа по различным вопросам, рекомендации по воспитанию воли и характера. Данный воспитательный час поможет воспитанникам выбрать пути, способы, средства, с помощью которых могут заниматься самовоспитанием.

**Содержание**
Введение\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 4 стр.

Основная часть\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 6 стр.

Использованная литература\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 14 стр.

Приложение\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_15 стр.

Рецензия\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_16 стр.

**Введение**
Трудно представить человека, который не мечтал бы о личном успехе, об исполнении желаний, о достижении каких- либо целей, об улучшении своей жизни, своего положения среди людей, в обществе. Это стремление к более высоким результатам своей деятельности, стремление переживать успех, становиться в чем – то лучше, удачливее других, обращать их внимание, одобрение, уважение, восхищение, любовь и составляет сущность самовоспитания. Самовоспитание – сложное слово: само и воспитание. Оно означает, что человек воспитывает, делает, формирует сам себя. Самовоспитание – это работа над собой. Все силы направлены на себя, и результатом этой работы становится человек, только он уже другой, уже в другом качестве. Человек сам ставит цель этой работы, сам ее проектирует, сам действует и сам получает результат. Бывает, человеку не нравятся некоторые черты его характера, они ему мешают в жизни, он стремится от них избавиться и хочет, чтобы других, добрых качеств, было больше. Тогда он сам, разобравшись в себе, ставит цели, ищет пути их достижения, начинает работать над собой и получает результат - нового, лучшего себя. То, что это, возможно, подтверждается многочисленными свидетельствами людей, буквально сделавших самих себя (это М.В. Ломоносов, Ю.В. Власов, В.И. Дикуль и другие).

Академик Б. М. Кедров на склоне лет говорил: «Если б я мог начать свою жизнь сначала, то шел бы тем же путем, но уже со знанием того, как надо идти к цели».

**План воспитательного часа**
**Тема**. **Учитесь властвовать собой.**
**Цель**. Помочь воспитанникам Дома юношества в процессе самовоспитания и самопознания.
**Участники.** Воспитанники и воспитатель.
**Форма проведения**. Мастерская общения.
**Оборудование и оформление**. Плакаты с высказыванием известных людей.

Высказывания: «Всегда будь своей воли хозяином, совести же своей рабом

( М. Эшенбах).

«Упрямство есть слабость, имеющая вид силы; она происходит от нарушения равновесия в союзе с разумом» ( В. А. Жуковский ).

«У кого характер упорядочен, у тех жизнь благоустроена» (Демокрит).

**Основная часть**
**Ход классного часа**
**Вступительная беседа воспитателя.**
Ребята! Сегодня мы поговорим о самовоспитании. Попрошу вас высказать свое мнение по теме воспитательного часа. Значим ли для вас эта проблема? Нужно ли заниматься самовоспитанием и для чего это нужно делать?

Подытоживая ответы воспитанников, воспитатель обращает их внимание на написанное на слайде определение: « Самовоспитание – это деятельность, направленная на совершенствование своей личности». Самовоспитание необходимо не только для развития в себе высоких нравственных и профессиональных качеств, но для того, чтобы суметь использовать громадные резервы нашего мозга и тела. Из чего складывается система воспитания? Прежде всего, необходимо выбрать себе достойную цель. Даже если спустя какое – то время ваши жизненные планы изменятся, вы к этому моменту сумеете обрести важное качество – целеустремленность. Но для нравственного самовоспитания одной целеустремленности недостаточно, что еще нужно? Необходимо развивать свою волю.

Обратить внимание воспитанников на определение, записанное на доске: «Воля – это способность человека к выбору деятельности и внутренним усилиям, необходимым для ее осуществления». Волевой человек – это какой человек, на ваш взгляд?

Волевой человек – это человек с твердым характером. Самая большая победа - это победа над самим собой. Человек должен быть хозяином своей воли.

Приходилось ли вам проявлять свою волю?

Знакома ли вам такая ситуация: трое ребят, одинаково недолюбливают химию.

Володя выполнил домашнее задание по этому предмету в первую очередь. Дима начал готовить урок, придя вечером после тренировки. Сергей вообще не выполнил домашнее задание, а весь вечер просидел в беседе с друзьями.

Что вы можете сказать о воле этих ребят?

Волю, как и тело, можно тренировать. Вот несколько упражнений, которые могут вам помочь.

**Упражнение «Прогулка»**

Выйдя из дома, вернуться ровно через час (ошибка должна составлять не более одной минуты). Это упражнение требует точного расчета времени, поэтому оно не такое легкое, как может показаться на первый взгляд. Время может меняться (от 40 минут до 2-х часов).

**Упражнение «Музыкальный час**».

Включите и слушайте музыку в течение 45 минут. Ошибкой считается любое отвлечение, возникающее по вашей вине. Очень трудно в таких случаях ни разу не отвлечься на что– то другое.

**Упражнение « Телевизор»**

Отметьте в недельной программе 1-3 передачи, которые можете посмотреть до конца. Зато другие передачи имеете право смотреть не более 7 минут ( можно меньше). Опыт показывает, что для некоторых это самое трудное упражнение.

**Упражнение « Письменный стол»**

Это трудное упражнение, вырабатывающее – привычку, но оно самое важное.

Следует четко обозначить время, когда вы сядете за уроки (скажем, в 16 или 17 с колебаниями в 1-3 минуты). Ровно через 40 минут перерыв на 20 минут.

Если упражнение не получается, то проанализируйте его по схеме:

- какова ошибка во времени в момент начала упражнения;

- соблюдаются ли временные рамки, есть ли отвлечения;

-каков общий объем сделанной работы.

Давайте попробуем определить ваш уровень самоорганизации при помощи анкеты.

**Анкета**
1.В какой мере сформированы у вас основные бытовые навыки (уборка постели, поддерживание порядка в комнате, соблюдение основных требований к внешнему виду)? а- в основном навыки сформированы устойчиво; б- сформированы, но недостаточно устойчиво; в- не сформированы.

2.Умеете ли организовывать свое время самостоятельно? а- в основном умею; б- умею, но не всегда делаю; в- практически не умею.

3.Способны ли вы самостоятельно, без внешнего принуждения, организовать свое время? а- в основном способен; б- делаю это не регулярно; в- практически никогда этого не делаю.

4. Садитесь ли без всякого напоминания за приготовление домашних заданий? а- практически всегда; б- только иногда; в- только при напоминании.

5.Способны ли вы длительно (в течение нескольких недель или даже месяцев) заниматься каким – либо делом? а - в основном способен; б- только иногда; в- не способен.

6. Проявляется ли у вас интерес к самовоспитанию? а- постоянно; б- от случая к случаю; в- не проявляется.

7. Если проявляется интерес к самовоспитанию, то в какой мере этот интерес носит действенный характер? а- регулярно; б- от случая к случаю; в- никаких попыток не предпринимаю.

8. Имеется ли у вас какая – либо программа самовоспитания? а- да имеется; б- есть небольшие элементы; в- никакой программы нет.

9. Свойственна ли вам привычка, доводить все свои дела до конца? а- да, в достаточной мере; б- не всегда довожу дела до конца; в- очень редко довожу дела до конца.

10.Планируете ли вы свое свободное время (особенно на воскресенье и каникулы) или действуете как придется? а- в основном планирую; б- планирую только иногда; в- практически никогда не планирую.

11. Достаточно ли вы внимательны при выполнении интеллектуальной деятельности? а- внимателен всегда; б- не достаточно внимателен; в- как правило, очень невнимателен.

12. Умеете ли сдерживаться в эмоциональных ситуациях? а- в основном умею; б- иногда не могу сдержаться; в- как правило не сдерживаюсь.

13. Умеете ли серьезно и ответственно выполнять задание, которое сами считаете важным? а- как правило, умею; б- не всегда умею; в- не умею.

14. Обнаруживаются ли у вас попытки определить для себя серьезную жизненную цель (овладение важными навыками, выбор профессии)? а- да; б- от случая к случаю; в- нет.

Для оценки результатов подсчитайте общую сумму баллов: А – 3 балла, Б – 2 балла, В – 0 баллов.

Сравните свои результаты с результатами своих однокурсников, которых считаете людьми волевыми и целеустремленными.

Научитесь делать не любимые дела, договариваться с самим собой.

Выберите предмет в учебном заведении, который вам не нравится, представляется скучным и неинтересным. Подготовьте по нему доклад или сделайте какую – то другую самостоятельную работу.

Не хочется помогать взрослым, а надо; не хочется делать зарядку, а все равно не отступайте. Вскоре вы увидите, что не только смогли преодолеть себя, но и окружающие стали к вам относиться с большим уважением и любовью.

Сильная воля помогает человеку преодолеть любые невзгоды. И еще очень важно то, что сильная воля может обуздать не лучшие черты человека, например, вспыльчивость, нетерпимость.

Предлагаю вам послушать притчу «**Орел и пустыня».**
В угрюмой бескрайной пустыне жил одинокий орел. Кругом лежали мертвые зыбучие пески - ни кустика, ни ручейка. Однажды взлетел орел высоко, окинул взором четыре стороны света и увидел: на востоке плещется синее безбрежное море, на юге ласкает взор изумрудная зелень лугов, на западе расцветают сады. И подумал орел: « Как беден и угрюм мой край! Я хотел бы, чтобы и здесь текли полноводные реки и весело шелестели сады». И решил орел преобразовать свой край, наносить воды, удобрить землю, посадить цветы. Много дней работал орел, а по вечерам в своем песчаном гнезде подолгу не мог заснуть: он думал о своей дневной работе. Он потратил уже много сил, но конца не было видно; пустыня все также оставалась сухой и угрюмой. В такие минуты отчаяния орел говорил себе: « Да, трудное дело я затеял! Работаешь, а конца трудам и не видно! Но мое решение твердо: я перенесу в пустыню морские воды, зелень лесов, западную зарю и южную весну. Может быть, надо мной будут смеяться, но я добьюсь своего, и когда-нибудь в моей пустыне будут журчать ручьи и шуметь леса. И каждое новое утро опять заставало орла за работой.
**Вопросы воспитанникам и их обсуждение.**
1.Что такое цель? Какую цель поставил себе орел?

2.Можно ли назвать цель орла высокой?

3.Какие качества развивает стремление к высокой цели?

4.Есть ли у вас высокая цель? Как вы стремитесь ее реализовать?

5.Какие качества нужны для реализации цели?

6.А есть ли у вас цель жизни?

**Заключение воспитателя.**
Каждый человек может разработать для себя положительную программу внутренней настройки, используя самопознание. Но самое главное, чтобы у вас сформировалась положительная система действий, поступков. Если вы только говорите то, что хотите стать лучше, и ни чего не делаете для этого, – результата никогда не добьетесь.

**Использованная литература**
1.Г. К. Селевко и И. Г. Назарова. Утверждай себя.М. 2001
2.Журнал. Воспитание школьников. №2. 2010
3.Я.В. Голубева. Проблемные классные часы. Волгоград, 2006
4.Журнал. Народное образование. №7. 2000
**Приложение**
**Памятка для воспитанника.**

**Учитесь (тренируйтесь):**
- выражать свои чувства и мысли;

- более осмысленно делать нравственный выбор и принимать решения;

- определять те черты, которые вы хотели бы изменить в себе, и осуществлять эти изменения;

- четко представлять себе, свои творческие возможности и пути их применения;

- изменять отрицательные модели мышления и поведения;

- развивать и улучшать отношения с собой и с другими;

- открывать новые и разнообразные стороны своего «я» и учиться приводить их в согласие друг с другом.

