Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение

кадетская школа-интернат «Томский кадетский корпус»

Авторы:

педагог-библиотекарь Н.В.Воронова

педагог-психолог Т.А.Савинова

 «Чего не следует делать,

Того не делай даже в мыслях…»

Сценарий классного часа «Думай до.., а не после!»

(Как сделать правильный выбор?)

 Цель: сформировать у подростков умение делать осознанный выбор в разных жизненных ситуациях, и нести за него ответственность.

 Задачи:

1.Познакомить подростков с основным значением слова «выбор».

2.Определить области жизнедеятельности, где чаще и важнее всего нужно делать выбор.

3.Разработать совместно с подростками технологию правильного выбора, и нравственной оценки последствий своего выбора.

Ход классного часа.

Ведущий: стихотворение.

«Я раньше часто раздражался,

Иногда на крик срывался.

Сказала мама: «Погоди,

сосчитай до десяти!»

И пока я так считал,

Весь мой гнев уже пропал.

Не обидел я сестру,

Не грублю я маме.

Вы не верите мне? Ладно,

Попробуйте сами.

У меня же есть прогресс,

Смог же силы я найти.

Не нужна мне цифра 10,

Мне хватает и 5.

 Вопрос ведущего: «О чем это стихотворение?» (Из всех ответов выбрать те, которые подходят под тему классного часа).

 Ведущий: «Тема нашего классного часа о том, как часто нам в жизни приходится делать какой-нибудь выбор. Кто может сказать, какое значение у слова «выбор»?» (Варианты ответов участников).

 Ведущий: Выбор — это принятие кем-либо одного решения из имеющегося множества вариант. Слово **выбор** – мужского рода и обозначает **действие (**Словарь русского языка: Институт лингвистических исследований; Под ред. А. П. Евгеньевой)

Ведущий: «Есть множество пословиц и поговорок на тему «выбора». Кто может их назвать?» (Например: «семь раз отмерь – один отрежь», «кабы знал, где упал – соломки бы подостлал», «не спросясь броду – не суйся в воду», «поспешишь – людей насмешишь».

 Ведущий: «О чем говорят эти пословицы и о чем предупреждают?»

1.Прежде, чем что-то сделать, надо хорошо подумать.

2.Если не подумаешь, результат может быть плохим.

3.Если не знаешь, как поступить – спроси совета (лучше у старших).

4.При принятии решения – не надо торопиться.

 Ведущий: «А что значит – обдумать, что это за действие?» (**Это мыслительный процесс**, в результате которого человек может выстроить у себя в голове цепочку определенных действий, и задумать желаемый результат. Затем, эти действия воплотить в жизни, и получить уже реальный результат. Вот почему, так важно сначала обдумывать свои действия, а затем принимать какое-либо решение.)

 Ведущий: «Прежде, чем совершить какой-то поступок, человек ставит перед собой цель. Он придумывает, для чего ему нужна эта цель, затем он планирует какие действия он должен совершить, чтобы ее достигнуть. Иногда, на пути достижения цели возникает препятствие. И тогда человек может отказаться от этой цели, несмотря на то, что эта цель очень важна для его жизни (Привести примеры из жизни: получению очередной 5, может помешать незапланированная прогулка с друзьями, и т.д….). Какое качество поможет справиться, если человек сталкивается с препятствием?» (Это качество называется «воля». Ее характеристика звучит **как «сила воли»,** «сильная воля, или волевой человек, «слабая воля, безвольный человек». Безвольный человек всегда находит оправдание своим поступкам, и причину своих неудач в других людях. Человек с сильной волевой всегда несет ответственность за свои поступки, а причину своих неудач ищет в себе.)

 Ведущий: «А как вы поступаете, если сталкиваетесь с трудностями, и что вам помогает добиваться положительных результатов? (Ответы участников). Всегда ли у вас хватает силы воли, чтобы преодолеть недоброжелательность к кому-то из своих одноклассников, или умение не нагрубить родителям или просто другим людям? Что вам мешает, или что помогает?».

 Ведущий: «А сейчас мы поиграем!» (Психологическая игра: «Сделай правильный выбор». Из участников выбирается 1 человек, ему предлагают занять место в центре класса на стуле. Слева и справа от него размещаются 2 команды по 3 человека. Задания участникам игры: одна из команд играет роль асоциальных подростков, вторая команда играет роль положительных подростков. Участник, сидящий на стуле, играет роль «общего друга» подростков обеих команд. Задача: каждая из команд должна убедить «общего друга» присоединиться к ним, приводя разные аргументы. После того, как он сделал выбор, ведущий задает вопросы: «Ты выбор сделал сам, или тебя кто-то заставил тебя, кто-то повлиял на твой выбор? (Ответ игрока).

 Ведущий: «В нашей жизни мы всегда делаем выбор сами, и сами отвечаем за последствия своего выбора! Принимать обдуманные решения – это одно из самых главных качеств человека.

 Вопрос: назовите, в каких жизненных ситуациях мы должны сделать обдуманный, осознанный выбор, и взять на себя ответственность за него? (Ответы участников). Это ситуации когда нужно выбрать профессию, когда нужно выбрать спутника жизни, и когда мы заботимся (или не заботимся) о своем здоровье. Здоровье – это богатство. И если о нем не заботиться, человек не может быть успешным в других сферах жизни. А как вы относитесь к своему здоровью? И какой выбор делаете вы, если сталкиваетесь с ситуациями, при которых неправильный, необдуманный выбор может нанести непоправимый вред здоровью. Давайте проверим!».

Участникам предлагается шуточная анкета «Доживете ли вы до 72 лет?»

Задание участникам: сделайте математические вычисления по таким условиям: возьмите число 72.

1.Если вы юноше вычтите из него3 года, если девушка прибавьте 4 года.

2.Если вы живете в большом городе – вычтите 2 года, если в маленьком городе (или поселке) – прибавьте 2 года.

3.Если вы заняты умственным трудом – отнимите 3 года, если физическим – прибавьте 3 года.

4.Если вы занимаетесь спортом ежедневно – прибавьте 4 года, если 3 раза в неделю – 2 года.

5.Если вы постоянно спите больше 10 часов (или меньше 6 часов) – отнимите 4 года.

6.Если вы спите плохо, беспокойно – отнимите 3 года.

7.Если вы нервный, вспыльчивый, агрессивный человек – отнимите 3 года, если спокойный и уравновешенный – прибавьте 3 года.

8.Если вы часто испытываете состояние счастья – прибавьте 1 год, если вы часто чувствуете себя несчастным – отнимите 2 года.

9.Если вам постоянно не хватает денег, и вы все время ищите, где бы их добыть – отнимите 2 года.

10. Если ваши родственники(бабушки, дедушки) долгожители (дожили до 85-90 лет), или живы до сих пор – прибавьте4 года.

11.Если вы выкуриваете 3 пачки сигарет в день – отнимите 8 лет, если 1 пачку – 6 лет, если меньше 1 пачки – 3 года.

12.Если вы каждый день выпиваете хоть 1 каплю спиртного (даже в лекарствах) – вычтите 1 год.

13.Если ваш вес больше нормы на 20 кг – вычтите 8 лет, если на 10 кг – 4 года, если на 5 кг – 2 года.

14.Если вы каждый год проходите профилактический медицинский осмотр - прибавьте 2 года.

 Число, которое вы получили в итоге вычислений - это и есть тот возраст, до которого вы можете дожить, если будите заботиться о своем здоровье.

Рефлексия. Вопросы ведущего.

1.«С каким важным качеством характера человека мы сегодня познакомились? (Ответы участников). Правильный ответ: умение делать осознанный выбор и отвечать за последствия этого выбора.

2. «Какая психологическая функция помогает делать выбор и не отступать от него, несмотря на препятствия?» (Ответы участников). Правильный ответ: «воля», «сила воли».

3. «Кто решает (или кто помогает) сделать выбор?» (Ответы участников). Правильный ответ: только сам человек может сделать выбор и нести за него ответственность.

4. «В каких жизненных ситуациях ваш выбор влияет на ваше будущее?» (Ответы участников).

Закончить классный час можно словами В.Гюго: «Правильные рассуждения ведут к правильным поступкам, правильность ума ведет к справедливости сердца».