Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение

кадетская школа-интернат «Томский кадетский корпус»

Авторы:

педагог-психолог Т.А.Савинова

педагог-библиотекарь Н.В.Воронова

социальный педагог А.В.Костюхина

«Если человек не знает

к какой гавани он держит путь,

то ни один ветер не будет ему попутным»

(Древнегреческий философ Сенека)

**Сценарий классного часа на тему «Стратегия постановки цели».**

**Цель:** Осознание своих жизненных целей, личных ресурсов, которые могут помочь в достижении цели; формирования личной ответственности за свое будущее.

**Задачи:**

1. Сформировать у подростков понимание слова «цель».
2. Познакомит участников с принципами постановки целей.
3. Разработать на практике стратегию достижения целей личных или групповых.

Ход классного часа.

1. Упражнение «Линия жизни». Участникам предлагается на листе бумаги начертить горизонтальную линию, которая называется «Линия жизни». Разделить ее на 3 части: **прошлое, настоящее, будущее.** На каждом отрезке поставить оценку (можно в %), которая могла бы отразить степень удовлетворенности этим отрезком жизни. Критериями оценки могут быть такие качества как: радость, удача, успешность, полученные результаты и т.д. Обратить внимание участников на затруднение оценки такого отрезка как «будущее». Объяснить, что затруднения возникли из-за того, что на этом отрезке жизни не определены **цели.**

2.Не имея ясности в выборе направления деятельности (**отсутствие цели**), у человека возникает чувство неуверенности, нерешительности. Он не может использовать свои способности и возможности, развивать их, использовать те шансы, которые ему будут предложены.

3. «Мозговой штурм» на тему «Что такое цель?».

По окончании работы дать определение: «Цель – это **образ желаемого результата,** который:

- побуждает к реальным действиям (а не «фантазиям» на тему как это могло бы быть….);

- результат можно в чем-то измерить (не то, что вы делаете, а для чего вы это делаете);

- конечный результат обязательно определен во времени (когда необходимо его достичь).

4. Почему важно научиться ставить цели?

4.1. Построение жизненных планов и планирование целей жизни является **ведущей потребностью** юношеского возраста (Ж.Ж. Руссо, Э. Эриксон, Л.И. Божович, И.С. Кон, И.В. Дубровина).

4.2. Отсутствие цели жизни, является основным психотравмирующим фактором, причиной неврозов (В. Франкл, А. Маслоу, Ш. Бюлер, С.Л. Мольц, С.Л. Рубинштейн, Э. Эриксон).

4.3. Время юности самое благоприятное для развития умений целеполагания и развития “фантазий”. Это время когда задуманные мечты могут быть реализованы в будущем (Ж.Ж. Руссо, Э. Эриксон, Л.И. Божович, И.С. Кон, И.В. Дубровина).

4.4. Цели могут быть личными или коллективными.

«Если цель ясна и сильна, она будет действовать сама»

5.Принципы постановки целей.

Предложить участникам определить **одну цель**, и проанализировать ее реализацию исходя из принципов постановки целей.

Принцип 1.Цель должна быть ясной и четкой (участники должны объяснить, соответствует ли выбранная цель этому принципу).

Принцип 2. Необходима личная заинтересованность в достижении цели (в чем это проявляется относительно выбранной цели).

Принцип 3. Цель должна быть реальной (так ли это?).

Принцип 4. Цель должна иметь конкретный, конечный результат (есть ли такой результат у выбранной цели?).

Принцип 5. У цели должны быть временные пределы (за какой период времени можно добиться задуманного результата?).

Принцип 6. Успешное продвижение к цели возможно «мелкими шагами» (даже маленькие результаты могут вас приблизить к достижению главной цели!).

6. Все цели имеют временные пределы.

Цели бывают:

- краткосрочные – (до 3 месяцев);

- среднесрочные – (от 3 месяцев до 1 года);

-долгосрочные – (от 1 года до 3 лет).

Все остальные цели относятся к категории «жизненные планы».

7. Для реализации любой цели важно составить пошаговый план.

Пошаговый план - это те самые «мелкие шаги», с помощью которых можно достичь желаемой цели.

8. Практическая работа.

В практической работе рекомендовано использовать методику «Лестница».

8.1.Можно предложить каждому участнику выбрать личную цель, и составить пошаговый план ее реализации.

8.2. Можно предложить классу выбрать коллективную цель (придерживаясь принципов постановки цели), и также составить пошаговый план ее реализации.

9.Рефлексия.

Обсудить с участниками те трудности, с которыми они столкнулись в процессе постановки целей. Определить причины, которые мешают постановке целей.

10. Рекомендации по направлениям постановки целей, с учетом возраста участников.

10.1. Подросткам 7, 8 классов – «Мои права и обязанности», «Кодекс чести настоящего мужчины», «Хочу быть личностью», «Человек активный – человек успешный!».

В практической части работы рекомендовано использовать методику составления коллажа на выбранную тему постановки цели (коллаж может быть индивидуальным или коллективным).

10.2. Подросткам 9 классов – «Мой первый экзамен (стратегия подготовки к экзаменам)», «Экзамен в школе – как экзамен жизни», «Куда пойти учиться…», «Хочу быть Лидером!»

10.3. Подросткам 10, 11 классов – «Профессия – как цель жизни», «Социальная роль – как образ жизни», «Моя семья – как цель жизни».