# МОИ ГОРИЗОНТЫ

**Идея**: *расширить у младших школьников горизонты самопознания.*

**<u>1-й этап. «Что такое горизонт?»</u>** (Психологический настрой)

Учитель: Здравствуйте те, кто весел сегодня!

Здравствуйте те, кто грустит!

Здравствуйте те, кто общается с радостью!

Здравствуйте те, кто молчит!

- Давайте улыбнёмся друг другу и начнём разговор о том, что волнует всех. Мы поговорим о себе, о *человеке*. Ещё древние говорили, что человек – «самый загадочный сфинкс» на Земле. Наши современники тоже считают, что человек – самое простое и самое сложное.

Закройте глаза и представьте себе, что вы стоите в большом поле и смотрите вдаль. Вы видите впереди огромное пространство, вдалеке - голубую речку. Если залезете на высокое дерево, то вы увидите за речкой большое поле, на котором колосится рожь, а еще выше заберетесь – деревушку, которая будет казаться вам игрушечной...

Как называется воображаемая линия, до которой невозможно дойти? (Линия горизонта.)

Почему линия горизонта всё время от нас «удаляется»? (Мнения детей)

Так же происходит и с *человеком* - чем выше мы «поднимаемся» над собой, тем больше мы видим возможностей собственного развития. Мы расширяем свои - *«человеческие»* - горизонты и видим то, чего ещё можем достичь.

Какой же вывод можно сделать? (человек должен учиться ставить цель и добиваться её)

**<u>2-й этап. « 5 шагов до горизонта»</u>**

У: По словам русского учёного Ивана Петровича Павлова, мы можем воспитать себя такими, какими хотим быть. Для этого нужно сделать всего 5 шагов.

Они записаны на доске. Прочитайте.

1. Посмотреть на самого себя.

2. Увидеть свои сильные и слабые стороны.

3. Поставить цель - что именно ты хочешь изменить в себе.

4. Составить план действий по достижению цели.

5. Контролировать себя (самоконтроль).

(Детям предлагается обсудить шаги.)

У: Психологи еще советуют не бояться ошибок, быть терпеливым и обязательно каждый день хотя бы несколько минут мысленно представлять себе, каким ты станешь. Как вы думаете, зачем нужен этот совет? (Дети высказывают свое мнение.)

**<u>3-й этап «Готовность к саморазвитию» (тест)</u>**

Учащимся предлагается определить наличие или отсутствие у себя приведённых ниже качеств знаком (+) или (-).

1.Иногда мне хочется побольше узнать о себе.

2. Я считаю, что мне не нужно что-либо в себе что-то менять.

3.Я всегда уверен в своих силах.

4.Я убеждён, что всё задуманное мной осуществится.

5.У меня нет желания знать свои плюсы и минусы.

6.Планируя что-либо, я больше надеюсь на удачу, чем на свои возможности.

7.Мне хочется учиться лучше и результативнее.

8.Когда мне что-то нужно, я могу заставить себя это сделать.

9. Мои неудачи связаны с тем, что я многого не умею.

10. Мне интересно мнение других о моих качествах.

11.Мне трудно себя воспитывать.

12. В любом деле меня не страшат ошибки и неудачи.

13.Мои качества и умения соответствуют требованиям к учению.

14.Обстоятельства всегда сильнее меня.

Посчитывается количество совпадений ответов с ключом.

**Ключ: 1+,2-,3+,4+,5-,6-,7+,8+,9+,10+,11-,12+,13-,14-**

**Результат:**

Хочу знать о себе - баллы 1,2,5,7,9,10,13.

Могу совершенствоваться 3,4,6,8,11,12,14.

**<u>4-й «Мои горизонты»</u>**

Учитель раздает ученикам «модель горизонта». На листе бумаги начерчен круг, разделённый на сектора.

У: Эти сектора – горизонты, ваши области жизни. Это ваши отношения с друзьями или родственниками, ваше отношение к учёбе, ваша активность в обществе, среди других людей.

Постарайтесь ответить на вопрос: «Какой я?»:

Я – дочь, сын;

Я – брат, сестра;

Я – ученик, ученица;

Я - друг, подруга;

Я - гражданин .

- Подпишите сектора – горизонты (дети подписывают название каждого сектора).

- В каждом секторе-горизонте есть шкала от 0 до 5. Подумайте и оцените себя в каждом секторе. (Дети выполняют задание)

- А теперь закрасьте каждый сектор настолько, насколько шагов вы продвинулись к линии горизонта в настоящий момент своей жизни.

**5-й «Мой план действий»**

У: Давайте составим план действий, чтобы быстрее достигнуть линии горизонта.

- В каких горизонтах меньше всего вы сделали шагов? Как Вы думаете, почему? (ответы детей)

- Подумайте, где бы вы хотели оказаться через пару месяцев, полгода? Отметьте пунктирной линией.

-В каком горизонте Вы бы хотели начать изменения уже сегодня? (ответы детей)

- В каждом секторе напишите, что вам мешает достичь этого горизонта. Подумайте и напишите рядом, как можно решить эту проблему? Укажите себе срок на её решения. Это поможет вам контролировать себя на пути к линии горизонта.

- Где можно поместить план своих действий? (в Портфолио, над рабочим столом, в дневнике...)

- Желаю вам не забывать про свой маршрут, отмечать на карте ваше продвижение вперёд!

**6. «Дотянись до звезд»**

(Рефлексия)

Цель: укрепление уверенности в своих силах.

Упражнение выполняется под медитативную музыку. Участники стоят в кругу.

У: Закройте глаза. Сделайте три глубоких вдоха и выдоха. Представьте себе, что над вами ночное небо, усеянное звездами. Посмотрите на какую-нибудь особенно яркую звезду, которая связывается у вас с мечтой,

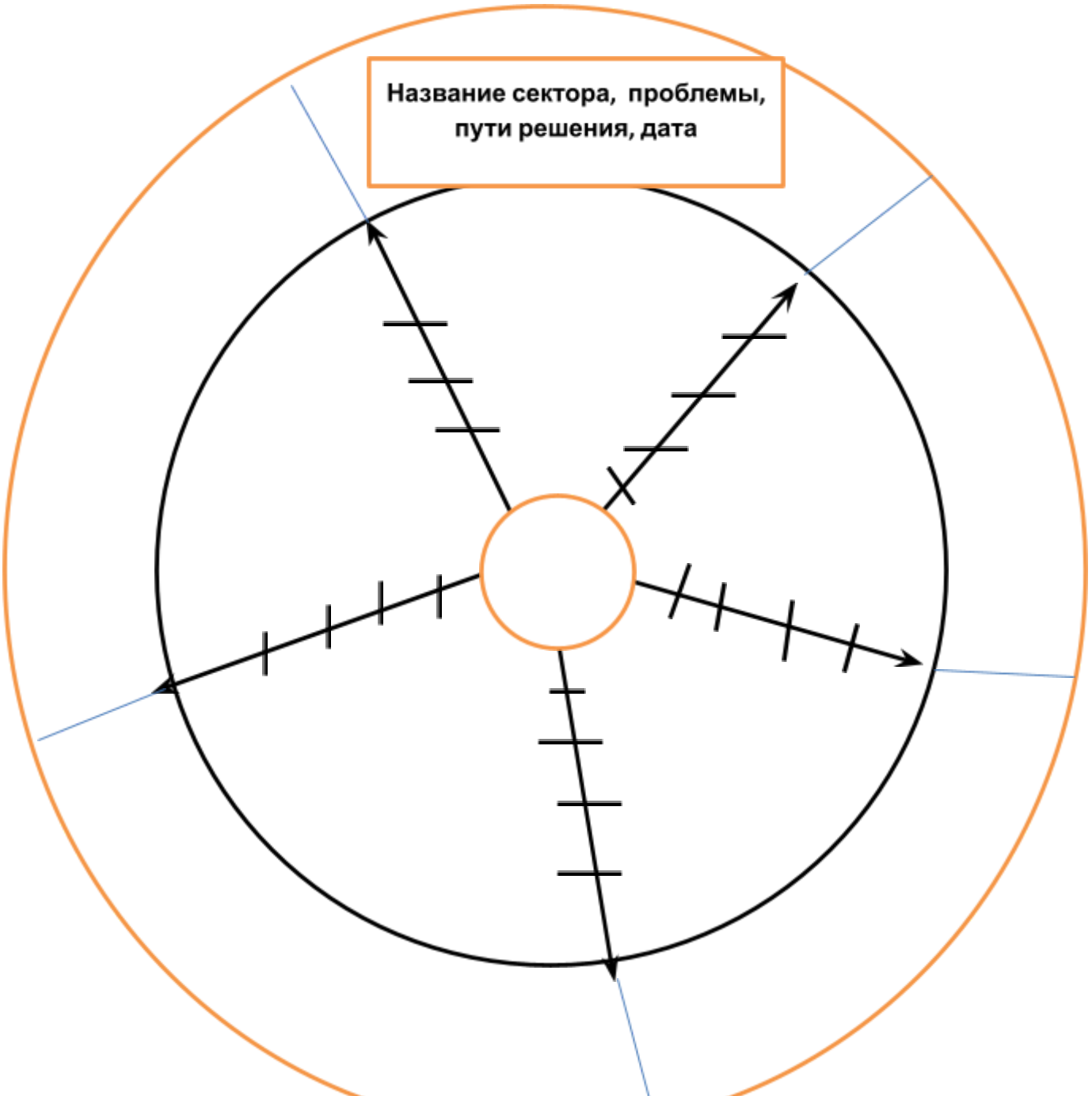
желанием или целью. Дайте ей название. Теперь протяните руки к небу и постарайтесь дотронуться до звезды. Старайтесь изо всех сил. А теперь сорвите ее с неба и положите в карман. Можно сорвать несколько звезд.

У: Трудно ли было достать свою мечту? (Ответы детей)

- Какие чувства возникли у вас, когда она оказалась в кармане? (Высказывания детей)

- Так и в жизни, когда мы достигаем желаемого, мы чувствуем себя счастливыми. Наши мечты подвигают нас к действию, а достижение мечты приносит нам радость, уверенность в себе и желание двигаться дальше к новым *«человеческим горизонтам»*. Удачи вам и терпения в достижении своих целей!

***Литература***


1. Савенков А.И. Одарённый ребёнок в массовой школе. М.: Сентябрь, 2001.
2. Селевко Г.К. Руководство по организации самовоспитания школьников. М.: Народное образование, 2000.
3. Хижнякова О.Н. Современные образовательные технологии в начальной школе. – Ставрополь, 2006.

**«Мои горизонты»**