

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр развития творчества детей и юношества»
Ленинского района г. Барнаула

Конспект просветительско-профилактического занятия

«Я и моя мечта»

Автор-составитель:
Шамарина Наталья Викторовна,
педагог-психолог

г. Барнаул, 2025

Просветительско-профилактическое занятие «Я и моя мечта»

В современном мире, насыщенном информацией и возможностями, особенно важно научить подрастающее поколение различать реальные перспективы от воздушных замков. Формирование критического мышления и способности адекватно оценивать свои желания становится ключевым фактором успешного развития личности.

Детское восприятие мира отличается особой эмоциональностью и впечатлительностью. Дети часто не видят границы между желаемым и действительным, что может приводить к:

разочарованию при столкновении с реальностью,
формированию нереалистичных ожиданий,
снижению мотивации к достижению целей,
развитию неуверенности в собственных силах

Обучение обучающихся различению мечты и реальности способствует:

развитию реалистичного мышления,
формированию целеполагания и планирования,
пониманию механизмов достижения целей,
развитию эмоциональной устойчивости,
умению находить баланс между желаниями и возможностями.

Цель: актуализировать представления о понятии «мечта», мечты участников и пути их воплощения.

Задачи:

систематизировать представления участников о значении слова «мечта»;
развивать навыки саморефлексии, самооценки, сотрудничества, умения слушать друг друга;
формировать эмоционально – ценностное отношение к своей мечте и мечтам своих друзей, наметить пути реализации и достижения своей мечты;
создать атмосферу эмоционального комфорта.

Возраст обучающихся: 9-12 лет.

Необходимое оборудование и материалы: кабинет, стулья по количеству обучающихся, картинки, на которых изображено три стакана с водой (чистой, грязной и с блестками), мяч, альбомные листы по количеству участников, фломастеры или цветные мелки.

Вводная часть

1. «Приветствие»

Цель: создать положительный эмоциональный настрой, установить зрительный, слуховой и тактильный контакт.

«Добрый день, ребята! Я рада всех вас сегодня видеть! Я вам предлагаю поздороваться друг с другом необычным способом:

спинами,
плечами,
пальчиками,

ладошками.

Разминка «Покружитесь все, кто...»

Цель: объединить детей в группу, раскрепостить и стимулировать к активности каждого ребенка.

А сейчас «Покружитесь все, кто...»

любит бегать,

радуется хорошей погоде.

А теперь «Поменяйтесь местами все, те кто...»:

любит сладости,

любит смотреть мультфильмы.

Основная часть

1. Рассказ стихотворения «Мечты»

Каждый на свете о чем-то мечтает,

Всем нам чего-то чуть-чуть не хватает.

Кто-то мечтает скорей подрасти,

Кто-то - смешного щенка завести.

Новую куклу ты хочешь иль книжку,

Может, мечтаешь понянчить братишку,

Может, к далеким уплыть островам,

Может, к высоким подняться горам.

Кто-то мечтает, чтоб все улыбались,

Вместе дружили и чаще встречались.

Знай, не бывает неважной мечты!

Верь и надейся, и к ней стремись ты!

Я же мечтаю, чтоб сбылись скорей

Все мечты честных и добрых детей!

Когда я была маленькой, то очень любила мечтать. А вы любите мечтать?
Помогают ли мечты сделать людей счастливыми?

2. Диалог на тему: «Значение слова мечта».

Ребята, давайте подумаем, что такое мечта, как вы понимаете это слово?

Какие синонимы на ваш взгляд подойдут к слову «Мечта».

Участники по очереди высказывают свое мнение.

Когда все ребята высказались, ведущий обобщает ответы участников.

Вывод: Мечта есть у каждого человека. Мечта – заветное желание, исполнение которого сулит счастье.

3. Упражнение-проекция «Мечты, похожие на салют»

Цель: учить детей представлять хорошие и плохие мечты посредством метафоры, развивать умение управлять своим настроением и мыслями, ориентировать детей на собственные возможности в улучшении настроения, формировать установку на возможность внутреннего самосовершенствования.
Ведущий показывает участникам по очереди картинки, на которых изображено три стакана с водой (чистой, грязной и с блестками).

Ребята, представьте, что наши мечты и мысли – это сосуд с водой.

Когда вы чувствуете себя хорошо, у вас все получается, вы всем довольны и спокойны, то какая будет вода в сосуде? (Ответы участников)

Верно, если мечты и мысли ясные и чистые, то и вода чистая. Дети рассматривают стакан с чистой водой.

Но мечты и мысли могут быть очень грустными. Когда это случается? Какая будет вода в сосуде? Грязная, мутная...

Верно, если мечты грустные, то и вода грязная, мутная.

Ребята, а когда в голову приходят отличные идеи, на что похожи наши мечты и мысли? (Ведущий показывает картинку сосуд с блестками)

Вы видели, что мечты бывают разными. Попробуйте определить, какие были мечты у детей.

4. Упражнение «Определи мечту»

Егор мечтал вырасти силачом, чтобы его все боялись.

На сосуд с какой водой похожа эта мечта? Ответы детей. (на мутную воду)

Полина мечтала о том, чтобы все были здоровы.

На сосуд с какой водой похожа эта мечта? Ответы детей. (на чистую, с блестками)

Матвей мечтал, чтобы был мир на земле.

На сосуд с какой водой похожа эта мечта? (на чистую, с блестками)

5. Беседа «О чем мечтают люди»

На свете очень много людей и мечты у них разные, но все мечты людей можно объединить в группы.

Группы:

1. О будущей профессии.
2. О семье.
3. О достижении каких-либо успехов.
4. О поездке, посещении какого-то места.
5. О какой-то вещи.

Все ли мечты сбываются?

Что нужно сделать, чтобы твоя мечта сбылась?

Вывод: Чтобы мечта сбылась нужно сделать ее своей целью и начать двигаться к ней, т. е. начать что-то делать для ее осуществления. Ученые говорят, что жизненная цель дает человеку силы, он начинает что-то делать для достижения этой цели, и, в конце концов, его мечты сбываются.

6. Игра «Вопрос-ответ» на тему: «Какие качества человека помогают достичь мечты, а какие мешают»

Ведущий бросает участникам мячик, а они по очереди высказывают свое мнение.

<i>Качества помощники:</i> упорство старание аккуратность целеустремленность умение планировать свою работу	<i>Качества, которые мешают:</i> лень безразличие зависть
--	--

Мечта, зафиксированная на бумаге, имеет больше шансов воплотиться **в жизнь**. **Нарисованное** желание более понятно нашему подсознанию. **Рисуя**, человек реально представляет результат, поэтому желание становится ясным и конкретным.

7. Нарисовать рисунок «Моя мечта»

Ведущий предлагает каждому участнику нарисовать рисунок «Моя мечта». После выполнения работы нужно повесить рисунок на самое видное место, чтобы как можно чаще обращать на **него** внимание.

Ведущий предлагает взглянуть на рисунок со стороны и вместе обсудить способы воплощения каждой **мечты**; главное – **чтобы она** была искренняя и реалистичная. А все остальное зависит уже от действия или бездействия каждого из нас!

Достичь **мечты** очень непросто. Необходимо терпение и вера в то, что вы достигнете своей **мечты**.

Итоговая часть

Рефлексия:

Наше занятие подошло к концу. Давайте обсудим, что нового и полезного вы сегодня узнали? Чем наполнили свою книгу жизни?

Ответы участников обобщаются: мы с вами вспомнили, что такое мечта, о чем бывают мечты и озвучили собственные заветные желания, узнали, какие качества человека могут помочь и помешать в достижении своей мечты.

Что на занятии вам больше всего понравилось?

Что для вас было сложно на занятии?