

«От мечты к цели»

Приветствие

Здравствуйте, ребята! Рада видеть вас бодрыми и веселыми после больших летних каникул. Лето – это отдых, время без забот, время свободы, когда мы позволяем себе расслабиться и делать только, что нам так хочется. После этого очень тяжело переключаться на работу, поэтому я пока хочу чтоб вы окунулись в эти приятные воспоминания о лете и даже предлагаю вам немного «похулиганить» (но первый и последний раз в этом учебном году)

Давайте в духе нашего города - Как он называется? – Синергия
Объединим усилия и создадим газету «Из яркого лета в год.....»

«Из яркого лета в новый учебный год – год открытий!»

Для этого вам понадобятся ваши фото и ваши ладошки.

На одной части газеты вы должны оставить отпечаток своей ладони того цвета, с которым у вас ассоциируются воспоминания о лете и к своей ладошке прикрепить фото интересного места или мероприятия, которое вы посетили летом.

А на другой части газеты вы должны оставить отпечаток ладони в том цвете, которым вы бы хотели ассоциировать новый учебный год

Присядьте, пожалуйста.

Выслушать несколько человек.

Вижу вы посетили много интересных мест и, надеюсь, узнали много нового. И мне бы очень хотелось чтоб новый год стал для вас годом открытий, которые мы и будем записывать в эту газету. Хочу, чтоб это были открытия не только на уроках, но и открытия в самих себе, открытия в других людях, открытия в отношениях и др.

Сегодня на классном часе мы тоже должны будем сделать открытие

Открытие первое «Всё начинается с мечты!»

Ваше хорошее настроение – неотъемлемая часть нашего сегодняшнего мероприятия.

Наверное, вы со мной согласитесь, что в сегодняшнем ритме жизни, бесконечной погоне за всевозможными достижениями, нам очень редко удастся выделить время для дружеской беседы, создания чего-то творческого (картины, мелодии, поделки и т.д.), размышления на, казалось бы, абстрактные темы (жизни, смерти, любви, вдохновения, красоты, милосердия и т.д.). Давайте сейчас попробуем отвлечься от наших повседневных проблем, оставим их за дверью, в закрытом школьном портфеле, в кабинете физики, математики и т.п. И посвятим целый час, возможно, пустяку, а, возможно, самому главному в жизни – мечте, нашей человеческой мечте.

«А о чём мечтаете вы?»

Давайте встанем в круг. Я буду кидать вам мячик со словами «Я мечтаю о том», а вы будете возвращать его мне со словами о чем вы мечтаете.

Вам надо понять одну простую вещь: вас от мечты отделяют вовсе не годы и месяцы, вовсе не тонны усилий или километры пути, а всего лишь 15 сантиметров. Не верите? 15 сантиметров – это расстояние между вашими ушами. Только лишь образ мыслей в ВАШЕЙ ГОЛОВЕ способен позволить мечте

воплотиться в реальность.

«Мечтать нужно о великом!» - дартс

Ход игры: ведущий предлагает нескольким ребятам игру «Дартс». Затем ведущий задаёт вопрос ребятам: «Куда каждый **целился?**» Каждый **целился в «Яблочко»**, поскольку в этом случае есть вероятность попасть хоть куда-то. Никто не **целился на край поля**, так как снижается вероятность попадания вообще. Аналогично и в жизни – мы должны ставить большие **цели**, и даже, если мы остановимся на пути к их достижению, так и не достигнув, то хотя бы достигнем промежуточных целей. Если же вообще целей не ставить, то есть вероятность не достигнуть ничего.

Целься в луну. Даже если промахнешься, окажешься среди звезд"- писал Лес Браун, живший в 19 веке.

Выберите высказывание, которое вам ближе всего

- Где-то посреди жизни мы перестаём верить, что можем ВСЁ. А если у нас нет мечты — у нас нет ничего. (К-ф 'Фермер-астронавт').
- Худшее, что со мной может случиться - я стану обыкновенным (Арнольд Шварценеггер).
- Чемпионами становятся не в тренажерных залах. Чтобы стать чемпионом – нужно начинать глубоко изнутри – с желания, мечты и четкого представления своего (Мохаммед Али).
- Вера открывает в человеке способности, о которых он даже не подозревал, и любые мечты осуществляются (Юлиуш Вонтроба).

«Твой путь» - текст с пропусками.

Раз вы так много знаете о мечте тогда я предлагаю вам текст с пропусками «Твой путь»

Видео «Ты готов?»

Мечта реализуется через достижение целей.

Чем мечта отличается от цели?

Игра «До черты».

Цель: привить навык формирования путей к достижению целей.

Ход игры: участники с завязанными глазами должны дойти до финишной черты, расположенной на расстоянии 5-6 м от старта, и остановиться тогда, когда они, с их точки зрения, окажутся максимально близко к ней, но не переступят её. Ведущий с помощниками следят, чтобы они не отклонились от прямолинейной траектории движения и не столкнулись с чем-либо.

После игры проводится обсуждение: «Кто чем руководствовался?» Ведущий подводит итог: «Осторожные люди останавливаются заранее, имеют мало шансов на

победу, а те, кто идёт далеко, действуют по принципу: «или победить, или проиграть». С какими особенностями личности это связано? В каких жизненных ситуациях важно умение дойти до черты?» Как правило, некоторые ребята додумываются рассчитать путь шагами. Важно подчеркнуть, что это эффективный способ достижения любой **цели** – разделить её на части.

Важно научиться ставить цели.

Цели нужно прописывать! Нужно правильно формулировать! Они должны быть конкретными! Достижимыми!

Существует также специальный метод постановки целей — SMART, который помогает разрабатывать цели как обычным людям, так и многомиллионным компаниям. Согласно такой методике при планировании целей нужно учитывать следующие характеристики:

S (specific) — конкретность: вы должны осознавать четкий результат вашей цели. На одну цель — один результат. Если получается, что при постановке цели получается несколько результатов, цель можно раздробить на несколько более мелких целей.

M (measurable) — измеримость: можно использовать цифры (статистические данные) или специально разработанные ваши критерии, с помощью которых вы бы могли понять, что цель достигнута.

A (attainable) — достижимость: если цель недостижима, то вероятность её выполнения сводится к нулю. Не следует задирать планку слишком высоко. Вы можете быть ограничены во времени, в ресурсах, в инвестициях, опыте — все это помешает успешному выполнению ваших целей. Ставьте цели, исходя из ваших сил, четко понимая, какие способы вам реально помогут приблизиться к желаемому.

R (relevant) — актуальность: загляните в себя и поймите, нужна ли вам вообще эта цель, будет ли достижение этой цели нести какую-либо ценность для вас, когда вы её достигнете?

T (timebound) — ограниченность во времени: ставьте дедлайн, превышение которого будет говорить о невыполнении цели. а Ограничения, четкие сроки стимулируют нас, держат в тонусе и не дают расслабиться, иначе бы цели так навсегда и оставались нашими мечтами.

Если вы очень долго о чем-то мечтаете, но не реализуете это, то и не стоит, потому, что ваше желание старится во времени. И даже если вы эту страстно-желаемую вещь и купите, то она не будет уже вас радовать так, как могла бы в самом начале! Она действительно состарилась". И это правда. Научно доказанный факт, что на мотивацию для исполнения своего желания дается всего лишь 100 часов! Всего лишь 100 часов, чтобы начать что-то делать. После этого энергия, выделяемая на действия, начинает быстро идти на спад, исчезает, и в результате - мечта остается лишь мечтой, она «старится» в вашей душе и в вашем намерении. Сколько у каждого из нас было (или есть) таких вот несбывшихся надежд и планов... И оглядываясь назад, порою так обидно, что вовремя не подсуетились. Не сделали хотя бы самую малость, хотя бы один маленький шагочок. То страхи мешают, то лень, то сомнения, а вдруг не получится, то окружение подзуживает и отговаривает, то денег нет, то «потом как-нибудь»... словом, мало ли "очень серьезных" причин мы находим, чтобы

не сделать этот маленький шаг к своей мечте?

Мы завтра научимся ставить цели, но дома вам нужно будет выполнить задание
Домашнее задание

Видео «Чего ты хочешь?»

Но есть еще одно очень важное условие – цель должна быть очень желанна вами.
Посмотрите видео

«3-2-1»

Подведем итог, заполните «3-2-1»

Первое открытие - на стену открытий