

План-конспект занятия на тему: «Твой мир в твоих руках»

Разработка М.Г. Бабаловой

«У каждого человека есть свобода выбора. И выбор этот должен быть разумен. Выбор существует ежедневно, сиюминутно. Шагнуть или не шагнуть? Промолчать или ответить? Стерпеть или не стерпеть? Да или нет? Куда пойти учиться? Как жить? Что делать?» Роберт Рождественский.

Цель:

Формирование у учащихся установки на саморазвитие. Повышение уровня ответственности и осознанности в ситуации жизненного выбора.

Задачи:

- актуализировать у подростков необходимость постоянного выбора
- проанализировать ситуации выбора на примерах
- отработать навыки осознанного выбора на примерах
- познакомить подростков с методами устранения чувства неопределенности и тревоги
- развивать умение взаимодействия в группе, умения вести диалог
- способствовать развитию рефлексии участников группы.

Возрастная категория: учащиеся 10 класса

Количество участников: 10-12 человек

Время проведения: 30 минут

Форма работы: групповая

Методы и приемы работы: дискуссия, психологическое упражнение, рефлексия (обсуждение).

Оборудование и материалы для занятия: стулья и парты по количеству участников, бейджи для каждого участника, карточки с ситуациями, whiteboard (белая доска для маркера), магниты, маркеры, бумага, ручки.

Ход занятия:

Шаг 1. Приветствие. Вступительное слово

Ведущий сообщает о важности и актуальности темы для подростков. Информирование о цели занятия.

Шаг 2. Знакомство.

Подростки представляются по кругу и говорят одно из качеств, которое они ценят в себе.

Шаг 3. Принятие правил работы в группе и ведения диалога:

1. Мы слушаем и слышим друг друга.
2. Каждый имеет возможность высказаться.
3. Учитываются все мнения и предложения.
4. Поддерживается атмосфера дружелюбия и уважения.
5. Обсуждение не выходит за рамки выбранной темы.

Шаг 4. Беседа о выборе

Подросткам предлагается представить, что они встретили человека, который не знает, что такое выбор и объяснить ему значение этого слова. После высказанных мнений, психолог обращает внимание детей на определение понятия «выбор» в словаре С.И.Ожегова: «Выбор – взять, отобрать, определить для себя нужное, предпочитаемое».

Шаг 5. Работа в группах. Актуализация темы.

Класс делится на 3 группы. Каждой группе необходимо обсудить и записать ответы на следующие вопросы («мозговой штурм»):

1. Кто может повлиять на выбор человека?
2. Что может повлиять на выбор человека?
3. Что может быть препятствием для выбора?

Далее каждая группа высказывает свое мнение, ответы на доске записываются. Затем происходит общее обсуждение упражнения.

Вывод:

- Любой человек может оказать влияние на выбор.
- Любое качество, событие может оказать влияние на выбор
- Любое препятствие может заставить принять выбор / отказаться от выбора.

Шаг 6. Работа с ситуациями выбора.

Подросткам предлагаются ситуации, в которых необходимо сделать обоснованный выбор.

1. Пойти гулять с лучшим другом или с любимым человеком?
2. Поступить в ВУЗ на престижную специальность или на ту, о которой всегда мечтал?
3. Встретить Новый год в кругу семьи или с друзьями?
4. Взять бездомного котенка домой или оставить его на улице?

Шаг 7. Определение ценностей, которыми руководствовались подростки для решения проблемной ситуации. Ответы фиксируются на доске. Возможные варианты ответов:

- права человека;
- ответственность;
- личная безопасность;
- гуманизм;
- умение поставить себя на место другого человека;
- нравственные нормы;
- закон;
- наличие хороших и верных друзей;
- творчество;
- счастливая семейная жизнь;
- материально обеспеченная жизнь;
- здоровье;
- любовь.
- другое

Шаг 9. Притча «Юноша и кольцо».

На примере притчи происходит осознание индивидуального, личного выбора, снижение напряженности и тревоги при выборе.

Дискуссия по вопросам и содержанию притчи:

1. Как вы думаете правильно ли поступил юноша?
2. Что он чувствовал?
3. Был ли у него выбор?
4. Кто ответственен за выбор?

Шаг 10. Упражнение «Мои ресурсы», направленное на привлечение личных и внешних ресурсов при выборе.

Детям предлагается продолжить предложение: «Я могу сделать выбор потому что (благодаря чему-то, кому-то...)»

Шаг 11. Вывод по занятию.

Выводы ведущего.

Повлиять на выбор может множество факторов: нравственные ценности человека, значимые люди, общество, СМИ, обстоятельства и др., но ответственность за выбор в той или иной ситуации остается за человеком. Каждый может совершать верные для себя выборы в жизни. Каждый человек обладает силой для воплощения их в реальность. У каждого человека есть точки опоры при принятии решения в трудной ситуации.

Пожелания подросткам.