*Е.А. Котлярова*

*социальный педагог*

*МБУДО «ЦВР г. Челябинска»*

**Занятие «Как стать успешным»**

***Вид занятия:*** развивающее.

***Цель:*** формирование у обучающихся потребности в здоровом образе жизни.

***Задачи:***

***Образовательные:***

1. Расширить знания обучающихся о природе привычки, о положительных и отрицательных сторонах данного явления.
2. Способствовать формированию здорового образа жизни.
3. Формировать адекватную самооценку;

***Воспитательные:***

1. Воспитывать доброжелательное отношение к окружающим, стремление к взаимопомощи, сотрудничеству.
2. Помочь участникам более глубоко почувствовать и пережить ситуацию социализации.
3. Формировать способность к выражению своих чувств.

***Развивающие:***

1. Развивать способность понимать эмоциональное состояние другого человека и адекватно выражать свое.
2. Развивать коммуникативные навыки и умения.

***Методы и приемы:***

1. Словесный;
2. Игровой;
3. Наглядный;
4. Практический.

**Ход занятия**

Здравствуйте! При встрече люди обычно говорят это хорошее слово, желая друг другу здоровья. Вот и я обращаюсь к вам – здравствуйте, дорогие участники, ребята.

*Упражнение: «Социометрия».* Упражнение позволяет участникам лучше познакомиться друг с другом и создает более доверительную атмосферу.

Участники свободно разбредаются по комнате. Педагог дает задание: "Найдите друг друга те, у кого одинаковый цвет глаз" (варианты: "Те у кого день рождения летом", "Те, в чьем имени 5 букв" и т.д.) Возможны другие варианты, когда участники объединяются в группы по месту проживания, знаку зодиака, любимому цвету и т.п.

**Что же такое хорошая жизнь?** Поразмышляйте об этом, пожалуйста, и закончите фразу: «Успешный человек – это…»

 Как видим, здоровый образ жизни становится всё более популярным среди подростков, однако очень многое зависит от самого человека, от того, как он относится к себе, к своему будущему.

 Сегодня речь у нас пойдёт о привычках, которые влияют как на взрослых людей, так и на подростков, и на детей.

 Мы будем говорить о том, что это за привычки, как они меняют нашу жизнь. Как сделать так, чтобы привычки работали на создание твоего успеха, поэтому нашу встречу мы назвали **«Как стать успешным»**

 **Восточная пословица гласит**: “Посеешь поступок – пожнёшь привычку, посеешь привычку – пожнёшь характер, посеешь характер – пожнёшь судьбу”. Для воспитания характера важны хорошие привычки, а их каждый человек может сформировать сам.

Привычки возникают, укрепляются и держатся на повторении. Чтобы возникла привычка, должна быть потребность в ней. Привычки именно потому так сильны, что, сформировавшись, становятся потребностью и, конечно, они влияют на нашу дальнейшую жизнь.

*Упражнение: Будь успешным.*

Обучающиеся делятся на три группы. Каждой группе выдается ватман, и они получают задание. Первая группа. Нарисуйте успешного человека: Кто он? Где он работает?, Где он живет?, С кем он общается? И самое главное, какие его привычки, личные качества помогли ему стать, тем, кто он есть сегодня. Вторая группа. Нарисуй не успешного человека: Кто он? Где он работает?, Где он живет?, С кем он общается? И самое главное, какие его привычки, личные качества помогли ему стать, тем, кто он есть сегодня.Третья группа. Вам предложены списки плохих и хороших привычек и качеств человека. Через 7-10 минут предложите нам свои рецепты: как развить хорошие качества и привычки, и соответственно, как избавиться от плохих качеств.

На работу дается 7-10 минут. Затем каждая группа выходит со своим проектом и защищает его. Все остальные могут задавать вопросы, возникающие во время обсуждения. Человек рожден быть свободным от патологической зависимости. Его выбор, право и ответственность – сохранять эту свободу всегда. Будущее человека – в его собственных руках. У человека всегда есть возможность сказать «нет» тем, чьи предложения не соответствуют его жизненной позиции, убеждениям, интересам и желаниям. Так, что же это – быть успешным? (Ответы детей).

**Быть успешным – значит быть свободным в своем выборе.**

*Просмотр видеоролика «Притча гвозди»*.

Обсуждение. Как данную притчу можно отнести к нашему, сегодняшнему занятию?

**Рефлексия:**

Обучающиеся высказываются на тему:

- Что нового произошло за время занятия?

- Что удивило, оказалось неожиданным?