**Классный час «Жизнь даётся один раз».**

Цели: формировать у школьников позитивную адаптацию; научить ценить жизнь в любых её проявлениях; осуществлять деятельность, направленную на профилактику суицида; развивать навыки участия в дискуссии, выражения собственной позиции и отстаивания собственного мнения.

Ход классного часа:

Музыка:

Как хорошо на свете жить:  
Смеяться, плакать и любить,  
Идти по снегу босиком,  
Мечтать и думать ни о ком,  
Вдыхать сиреневый дурман  
И верить в дружеский обман,   
Мять колесом ковыль степей,  
Кормить с ладони голубей…  
Не сетовать и не брюзжать,  
А каждый день в руках держать,  
Как бесконечно ценный [дар](http://dargame.ru/),  
Который нам от бога дан.

В жизни мы часто слышим выражения: Как удачно сложилась жизнь», « Жизнь преподнесла сюрприз», Жизнь не задалась. Задумывались ли вы, что каждый из вас вкладывает в понятие - жизнь?

Что есть человеческая жизнь?

Я думала с чего начать наш классный час и решила с притчи. Помните, жил мудрец, который знал всё. Один человек захотел доказать, что мудрец знает не всё.

Зажав в ладонях бабочку, он спросил: «Скажи, мудрец, какая бабочка у меня в руках: мёртвая или живая?»

А сам думает: «Скажет живая – я её омертвлю, скажет мёртвая – выпущу». Мудрец, подумав, ответил: **«Всё в твоих руках».**

* Жизнь бабочки была в руках человека. Но как вы считаете, вправе ли он распоряжаться жизнью бабочки? А почему?

**Жизнь – это дар, его надо беречь.** **И никто не вправе распоряжаться ею.**

Итак тема нашего классного часа – **«Жизнь даётся один раз».** И предлагаю сегодня поговорить о самом важном – о нашей жизни.

**Словарь Ожегова** дает следующее определение слова жизнь: «Совокупность явлений происходящих в организме, особая форма существования материи».

**Словарь Даля:** «Жизнь - живот, житие, бытие, состояние особи, существование отдельной личности».

**Словарь Кузнецова** «Особая форма существования материи, возникающая на определенном этапе ее развития, основным отличием которой, от неживой природы является обмен веществ.»

- Какое определение нам ближе и почему?

Вывод: у каждого человека свое понимание жизни, потому что все мы разные. Каждый со своими взглядами, интересами, представлениями и правилами жизни.

Для меня жизнь поезд, который никогда не возвращается обратно.

В жизни много прекрасных вещей. Но жизнь – это не поле, усыпанное розами. В жизни бывает всякое.

В природе, а человек часть природы, устроено всё так, что всё живое рождается, растёт, старится и умирает. Жизнь заканчивается по-разному. Кто-то умирает от старости и болезней, кто-то попадает в катастрофы, погибает при землетрясениях, наводнениях, пожарах, терактах или при исполнении служебного долга. Причины бывают разные.

Маленький мальчик, лет 6, вырывая руку из руки мамы, раздражённым голосом кричал, что хочет побегать по лужам. Мама спокойно объяснила сыну, что это опасно для его здоровья, он может промочить ноги, простудиться и заболеть.

На что сын ответил: «Ну и пусть. Лучше заболею и умру». Ребёнок ранил мать в самое сердце.

Как вы думаете, почему маленький мальчик сказал маме такие страшные слова?

**В этом мире каждый из нас просто человек,**

**но для кого-то – весь мир.**

Выдающийся русский учёный – академик И.И.Срезневский, воспитывая своих 8 детей, внушал, что жизнь наполнится смыслом если:

* любить своих близких,
* помогать людям,
* стараться быть счастливым,
* заниматься спортом и физическим трудом,
* полностью отдаваться любимому делу,
* если случится несчастье, не впадать в отчаяние.

Переживание обиды, безысходность, чувство одиночества, недовольство собой толкает человека на губительный шаг.

Лишение себя жизни называется (шёпотом) – суицид. Это страшное слово невольно произносишь шёпотом. Но у нас одна единственная жизнь… и мы должны это понять раз и навсегда.

Суицид – это горе родным и близким, это оборванная жизнь. Из любой самой сложной жизненной ситуации всегда есть выход, нужно его найти и помнить:

Мы живем среди людей и поэтому вокруг нас, происходит сложная неисчерпаемая жизнь.

Меняя каждый миг свой образ прихотливый,  
Капризна как дитя, и призрачна как дым,  
Кипит повсюду жизнь в тревоге суетливой,  
Великое смешав с ничтожным и смешным. 

Притча «След на земле»

Старый мастер возвел дом. Стоит, любуется. А в это время мальчик прыгнул на ступеньку и оставил след своей маленькой ножки на не успевшем застыть цементе. Ничего не сказал мастер, а маленький мальчик засмеялся и убежал.

Прошло много лет. Мальчик стал взрослым человеком. Жизнь у него не сложилась, так как он часто переезжал из города в город, нигде долго не задерживался, ни к чему не привязывался ни руками, ни душой.

Наступила старость. Вспомнил свое село, приехал на родину. Встречается с людьми, называет свою фамилию - никто не помнит его.

-Что ты оставил после себя? – спрашивают люди.

-Есть ли у тебя сын или дочь?

-Нет у меня ни сына, ни дочери, - отвечает.

-Может быть, ты посадил дерево?

- Нет не посадил я дерева.

-Может быть, взлелеял поле?

-Нет, не взлелеял поле.

-Ну так значит, ты песню сложил?

-Нет, и песни я не сложил.

-Так кто же ты такой? Что ты делал всю свою жизнь?

Ничего не ответил человек. Вспомнилось ему то мгновение, когда оставил он след на ступеньке. Пошел к дому. Стоит дом, будто его вчера строили, а на самой нижней ступеньке – окаменевший след маленькой ножки. «Вот и все, что останется после меня на земле!- с горечью подумал человек. – Но ведь этого мало … Не так надо было жить! Не так..»

-Как нужно прожить жизнь, чтобы вас помнили люди? (Ответы учащихся.)

- Есть ли у вас жизненные цели? Какие? (Ответы учащихся.)

- Какая самая главная цель в твоей жизни? (Ответы учащихся.)

Самая главная цель в жизни человека – это делать добро окружающим, помогать нуждающимся. Эта помощь может быть нематериальной, иногда слова гораздо важнее. Нужно, чтобы это добро шло от сердца, было внутренней потребностью человека.

Ну, а сейчас, подумайте ч**то вы можете сделать полезного, будучи школьниками?**(Ответы детей.)

- Что же самое главное для человека?

«А в жизни самое главное,  
Наверное жизнь сама».  
Эдуард Межелайтис (литовский поэт)

- Согласны ли вы с этим?

Ценность жизни зависит и от того, что человеку удалось сделать в течение жизни. Только добро творимое человеком остается и благодаря ему жизнь чего-то стоит.

**Вывод:**(Н. Островский « Как закалялась сталь»)

 «Жизнь дается один раз, и прожить ее надо так, чтобы не было больно за бесцельно прожитые годы, чтобы не жег позор за подленькое и мелочное прошлое, и чтобы, умирая, мог сказать: Вся жизнь и все силы были отданы самому прекрасному в мире.

Надо спешить жить. Ведь нелепая случайность, или какая либо трагическая случайность могут прервать ее. Берегите и цените свою жизнь.

**Просмотр видеоролика « Мама хочется пить**».

**Каждый погибший в этой трагедии ребенок или взрослый они были не просто люди, для кого-то они были – весь мир, самыми родными и близкими. Но так случилось. Размышляйте о жизни, о своем месте и предназначении, ищите смысл, цените жизнь, цените каждый ее миг!**

Притча об отношении к жизни.

Когда тебя спрашивают: «[Как дела](http://www.sotmarket.ru/product/kak-dela-medvezhonok-azbukvarik-sokolova-v.html)?» - не плачься и не жалуйся на трудности.

Если ты отвечаешь: «Плохо», то Всевышний говорит: «Это ты называешь “плохо”? Ну, так Я покажу тебе, что такое “плохо” на самом деле!»

Когда тебя спрашивают: «Как дела?», а ты, несмотря на трудности и страдания, отвечаешь: «Хорошо!!!», то Всевышний говорит: «Это ты называешь “хорошо”? Ну, так Я покажу тебе, что такое “хорошо” на самом деле!!!»

Пусть у вас всегда и все будет ХОРОШО!

**Ребята у меня в руках свеча, как символ света, теплоты и жизни.** Учитель просит зажечь её. [Смотрите, как](http://www.sotmarket.ru/product/chto-kak-pochemu-moya-pervaya-enciklopedia-rosman.html) свеча не может гореть и светить без спичек, так и человек не может жить без любви и добра.

А сегодняшний классный час, может стал для кого-то из Вас маленьким шагом на пути к осмыслению многогранного понятия «жизнь..

Природа создала всё, чтобы человек был счастлив. Деревья, яркое солнце, чистую воду, плодородную почву. И нас, людей - сильных, красивых, здоровых, разумных. Человек рождается для счастья и не должно быть места в его душе для злого духа и низменного порока.

 Любите себя, жизнь, окружающих вас людей и верьте, что все у вас получится. Ведь любовь заряжает энергией человека, вдохновляет его на подвиги и помогает жить. Любовь - основа жизни.

Берегите жизнь. Она даётся только один раз.

**Жить – видео.**

**Приложение**

**Мать Тереза**

Жизнь – это вызов, прими его.   
Жизнь – это долг, исполни его.   
Жизнь – это [игра](http://www.wildberries.ru/catalog/244697/detail.aspx), сыграй в нее.   
Жизнь бесценна, береги ее.   
Жизнь – это богатство, храни его.   
Жизнь – это таинство, познай его.  
Жизнь - это любовь, наслаждайся ею.   
Жизнь – это обещание, исполни его.   
Жизнь – это скорбь, преодолей ее.   
Жизнь – это песня, спой ее.   
Жизнь – это борьба, прими ее.   
Жизнь – это трагедия, перебори ее.   
Жизнь – это возможность, не упусти ее.   
Жизнь – это красота, восхищайся ею.   
Жизнь – это блаженство, вкуси его.   
Жизнь – это мечта, реализуй ее.   
Жизнь – это вызов, прими его.   
Жизнь – это приключение, испытай его.   
Жизнь – это удача, поймай ее.   
Жизнь драгоценна, не разрушай ее.   
Жизнь – это борьба, борись за нее.