Классный час – 4 класс

Классный час в 4 классе на тему «Как стать лучше?»

Цель: содействовать стремлению учащихся к самопознанию и самовоспитанию.

Оборудование: листы с перечнем нравственных качеств личности по количеству учащихся.

План классного часа

I. Вступительная беседа.

II. Мини-лекция «Что такое самовоспитание?».

III. Тест «Сильная ли у тебя воля?».

IV. Практическая работа.

V. Подведение итогов.

Ход классного часа

I. Вступительная беседа

Классный руководитель. Прочитайте тему нашего классного часа. Как вы думаете, надо ли человеку становиться лучше? Для чего? (Ответы детей.)

Действительно, идеальных людей не бывает. С одной стороны, это напоминание о том, что своих друзей и близких надо принимать такими, какие они есть. С другой стороны, это утверждение может стать призывом к действию - у каждого из нас есть недостатки, над которыми нужно работать.

- А как человек может стать лучше?

(Дети высказывают предположения.)

Чтобы стать лучше, человек должен заниматься самовоспитанием.

II. Мини-лекция «Что такое самовоспитание?»

Классный руководитель. Самовоспитание - это самостоятельное и целенаправленное развитие в себе тех способностей и черт характера, которых нам недостает.

Самовоспитание необходимо не только для развития в себе высоких нравственных и профессиональных качеств, но и для того, чтобы суметь использовать громадные резервы нашего мозга и тела.

Средних дарований человек использует лишь 4% своих нервных клеток. Талантливыми и гениальными людьми становятся те, кому удается пробудить и вовлечь в работу хотя бы часть своих дремлющих клеток. У каждого есть возможность сделаться в 5, 10, 20 раз умнее и способнее, особенно если с самого раннего детства начинать развитие своих способностей.

Велики и ресурсы нашего тела. Люди могут поднимать тяжести, многократно превышающие их собственный вес, преодолевать вплавь большие расстояния, переносить высокие температуры и находиться в ледяной воде.

Из чего же складывается система самовоспитания? Прежде всего, необходимо выбрать себе достойную цель. Только она придаст смысл всем вашим усилиям, направит в одну сторону ваши помыслы и деяния. Даже если спустя какое-то время ваши жизненные планы изменятся, вы к этому моменту уже успеете обрести очень важное качество - целеустремленность. Именно целеустремленность позволяет держать все системы нашего организма в состоянии высокой активности. И наоборот, бесцельно живущие люди быстро стареют, и их способности рано гаснут.

Для нравственного самовоспитания, помимо целеустремленности, необходимо развитие воли. Воля - наш главный инструмент в борьбе за себя. Волевые люди средних способностей нередко достигают многого. Безвольные таланты, как правило, остаются ни с чем.

Что же такое воля? Умение делать то, что надо. И тренировать ее можно, как мышцы, методом все возрастающих нагрузок, начиная с минимальных. Не хочется ставить на место книгу - поставьте.

Не хочется звонить по делу - позвоните. Вскоре вы с удивлением обнаружите: стоит вам приказать самому себе - и какой-то механизм внутри вас быстро, даже радостно выполнит команду.

III. Тест «Сильная ли у тебя воля?»

Классный руководитель. Сейчас попробуйте ответить себе на вопрос, волевой ли вы человек и насколько развита ваша воля.

(Предлагает детям записать в столбик номера вопросов и поставить против каждого из них черточку. Учащиеся через черточку ставят номер выбранного ответа, он соответствует количеству баллов.)

1. Делаешь ли ты по утрам зарядку?

1) нет;

2) иногда;

3) да.

2. Кто тебя будит по утрам?

1) мама;

2) будильник;

3) встаю сам.

3. Если тебе приходится выбирать между тем, что надо делать (уроки), и тем, что интересно (фильм), что ты выбираешь?

1) делаю то, что интересно;

2) когда как;

3) делаю дело.

4. Можешь ли ты отказаться пойти с друзьями, например на каток, если у тебя запланировано другое занятие?

1) не могу;

2) иногда могу;

3) могу.

5. Всегда ли выполняешь свои обещания?

1) нет;

2) иногда;

3) да.

6. Можешь ли ты заставить себя сдержаться, если кто-то тебя обидел?

1) нет;

2) иногда;

3) да.

(Подведение итогов: нужно сложить все полученные баллы, если сумма меньше 12, ученику необходимо укреплять свою волю.)

Классный руководитель. Каждый человек способен разработать для себя положительную программу внутренней перестройки, используя для этого и самопознание, и самовнушение, и самоанализ. Но самое главное заключается в том, чтобы у вас сформировалась положительная система действий, поступков. Вы сколько угодно можете считать себя передовым, положительным, но если вы бездельничаете, ничего положительного в вашем поведении обнаружено быть не может.

IV. Практическая работа

Классный руководитель. В каждом из нас природой заложены большие дарования. Нужно стремиться раскрыть их. Давайте попытаемся разобраться в себе. Из предложенного перечня нравственных качеств личности выберите положительные и, используя трехбалльную систему, отметьте степень их сформированности у себя.

Нравственные качества личности

Прямота

Сила воли

Собранность

Трудолюбие

Смелость

Правдивость

Трусость

Скромность

Неуверенность

Сознательность

Доброта

Хвастовство

Уважение к людям

Самолюбие

Любознательность

Справедливость

Самостоятельность

Целеустремленность

(Обсуждение и выводы.)

V. Подведение итогов

Классный руководитель. Чем для вас был полезен классный час? (Дети отвечают.)

- Надо ли становиться лучше? Какие главные качества для этого надо развивать в себе? (Силу воли, целеустремленность, дисциплинированность.)

Дополнительный материал

О цели

Очень грустно осознавать, что некоторые люди даже не знают, куда они идут. У них нет никакого представления о том, чего бы они хотели достичь. У них, возможно, есть какие-то мечты, но они никогда не ставили перед собой ни одной реальной цели.

За один год вы можете многое изменить и достичь небывалых высот. Большинство из нас могут натренировать свое тело и добиться в этом хороших результатов меньше чем за год. Произойдет ли это? Скорее всего, нет. Может ли это произойти? Несомненно! Только если вы поставите перед собой нужную цель. Поставленная перед человеком цель стимулирует его внутренне собраться, вдохновляет и даже бросает человеку вызов.

Одна из проблем пессимистов в том, что они никогда, ни по какому поводу не воодушевляются, потому что считают, что все равно ничего не получится и они ничего не достигнут. И они правы! Потому что смотрят на все с пессимистической, негативной точки зрения и не осознают главного: с какой энергией они все делают, такой результат и получается.

С другой стороны, оптимист всегда говорит: «Я могу пойти еще дальше! Я могу сделать еще больше!» Это вдохновляет, а вдохновение высвобождает энергию, чтобы делать больше.

Позвольте себе быть оптимистом. Если вы не достигнете своей цели, то пусть это будет только потому, что цель была слишком высокой. Это нормально, вы всегда можете сделать корректировку и продолжать. Но если вы смотрите на жизнь негативно, то будете ограничивать себя просто потому, что вам не хватит воодушевления, энергии для работы сверх той, что вы уже сделали до настоящего момента.

Вот некоторые советы, которые помогут вам достичь поставленной цели. Определите ваши ежемесячные действия по ее достижению. Я думаю, что многие из тех, кто ставил цель в прошлом и не достиг ее, никогда не рассматривали этот процесс шаг за шагом, а ведь именно это привело бы их к желаемому результату. Они просто поставили цель. Это можно сравнить с семьей, которая говорит: «Мы решили, что у нас будет новый дом». А что нужно для того, чтобы иметь новый дом? Какой придется заплатить первый взнос? Сколько нужно будет платить каждый месяц? Как вы добьетесь того, чтобы суметь заплатить первый взнос, а потом ежемесячно выплачивать по счетам? Если у вас нет видения картины (а это значит: «шаг за шагом»), то вы никогда не достигнете задуманного. Вам придется решать многие проблемы по дороге.

Вы должны быть дисциплинированными каждый день, чтобы достичь желаемого результата. Слишком часто бывает, что именно в этом месте мы начинаем хромать. Нам нравится цель, но мы ненавидим делать каждый день то, что нужно для ее достижения. Дисциплинированность является проблемой в жизни многих из нас.

Что вы можете сделать сегодня, чтобы дисциплинировать свою жизнь и в результате достичь той цели, которую вы перед собой поставили? Именно это определит, достигнете ли вы ее. Вы должны жить этим ежедневно. Детали важнее глобальных планов. Не великие планы, а ежедневные маленькие обязанности. Тот, кто не устает выполнять ежедневно незначительные задачи, обязательно увидит приближение своей цели. Соблюдайте ежедневную дисциплину, которая приведет вас к вашей цели.

Человек, который говорит: «Я похудею на 10 кг», знает, что у него получится. Он знает, что будет чувствовать себя лучше. Но если это не является частью его сердца, то вкусный пирожок будет важнее его цели. Цель должна быть частью вашего сердца, а иначе у вас не будет достаточно мотивации, чтобы это работало сегодня.

У нас есть недостигнутые цели, потому что они не были частью нашего сердца. Как узнать, является ли цель частью вашего сердца? Подумайте: приводит ли она вас в действие сегодня? Заставляет ли она вас делать что-нибудь сейчас? Если цель побуждает вас действовать сегодня, тогда это на самом деле часть вас самих. Если ее можно отложить на завтра, тогда это не часть вас самих. Если ее можно отложить, значит, этого нет в вашем сердце! Когда это живет в вас, вы будете жить этим каждый день. Это то, что не даст вам лечь спать, прежде чем вы закончите работу. Это часть вашей жизни. Вам не нужно будет пытаться помнить, чтобы делать это или думать об этом, это просто в вас!

И последнее, относительно нашей ежедневной дисциплины, которая приведет нас к желанной цели. Мы должны сегодня отчетливо представлять себе, мысленно видеть и выражать словами нашу цель. Отчетливо вырисовывайте ее и говорите о ней с другими людьми. Говорите о том, что вы видите, даже если это будет только через год, говорите об этом сейчас.