План урока самопознания

**Школа** КГУ «СШ им. Н. Островского» **Дата**\_\_\_\_\_\_  **Педагог** Шваб Е.А.

**Класс** 11 **Кол-во учащихся** 16 **Тема** «На пути к совершенству»

**Ценность**: истина **Качества**: ищите истину в самих себе; самоанализ, вера в себя

|  |  |
| --- | --- |
| **Цель**: содействовать раскрытию общечеловеческой ценности истина, через поиск человеком путей к совершенству.**Задачи**: - расширить представления учащихся о необходимости самоанализа, как пути к раскрытию позитивного образа «Я»; - способствовать развитию веры в себя и навыков самоанализа; - воспитывать стремление обогащать, развивать свой внутренний мир, через поиск истины в самих себе. | ресурсыАудиозапись «Арабатский конь» для позитивного настроя www music. nur. kz Учебник «Самопозние» 11 класс Л.А. Саинова, Е.М. Лосева, А.Б. Сапарбаева, Н.И. Харькова, Г.И. Калиева 11 Бобек, Алматы 2010, с 5 - 13www constructorus.ru Самосовершенствование, самообучение, самообразование.http://pritchi.ru/Тетрадь ученика для 11 кл Л.А. Саинова, Е.М. Лосева, А.Б. Сапарбаева, Н.И. Харькова Алматы Бобек 2010, с 6Культура лидерства – Бобек, Алматы 2016Запись песни «Прекрасное далеко» www music. nur. kz |
| **Ход урока:****Орг момент. Тема урока** « На пути к совершенству»**Позитивный настрой** Концентрация на свет Пожалуйста, сядьте удобно. Спину держите прямо, руки и ноги не скрещивайте. Расслабьтесь. Пожалуйста, закройте глаза. Представьте, что солнечный Свет проникает в вашу голову и опускается в середину груди. В середине груди находится бутон цветка. И под лучами Света бутон медленно раскрывается, лепесток за лепестком. В вашем сердце расцветает прекрасный цветок, свежий и чистый, омывая каждую мысль, каждое чувство, эмоцию и желание. Представьте, что Свет начинает всё более и более распространяться по вашему телу. Он становится сильнее и ярче. Мысленно опустите Свет вниз по рукам. Ваши руки наполняются Светом и освещаются. Руки будут совершать только добрые, хорошие действия и будут помогать всем. Свет опускается вниз по ногам. Ноги наполняются Светом и освещаются. Ноги будут вести вас только к хорошим местам для совершения добрых дел. Они станут инструментами света и любви. Далее Свет поднимается к вашему рту, языку. Язык будет говорить только правду и только хорошие добрые слова. Направьте Свет к ушам, уши будут слушать хорошие слова, прекрасные звуки. Свет достигает глаз, глаза будут смотреть только на хорошее и видеть во всем хорошее. Вся ваша голова наполнилась Светом, и в вашей голове только добрые, Светлые мысли. Свет становится всё интенсивнее и ярче и выходит за пределы вашего тела, распространяясь расширяющимися кругами. Направьте Свет всем вашим родным, учителям, друзьям, знакомым. Пошлите Свет и тем, с кем у вас временное непонимание, конфликты. Пусть Свет наполнит их сердца. Пусть этот Свет распространится на весь мир: на всех людей, животных, растения, на всё живое, повсюду… посылайте Свет во все уголки Вселенной. Мысленно скажите: «Я в Свете… Свет внутри меня… я есть Свет». Побудьте ещё немного в этом состоянии Света, Любви и Покоя… Теперь поместите этот Свет снова в ваше сердце. Вся Вселенная, наполненная Светом, находится в вашем сердце. Сохраните её такой прекрасной. Потихонечку можно открывать глаза. Спасибо. - Кто желает поделиться впечатлениями? **Проверка домашнего задания***дома учащиеся читали и отвечали на вопросы с 5-10* *« О Ш. Уалиханове»*- Какие качества характера помогли Ш. Уалиханову стать знаменитым ученым-путешественником? - На какие жизненные вопросы он искал ответы? - Почему профессор Н.И. Веселовский назвал Ш. Уалиханова «блестящим метеором, промелькнувшим над нивой востоковедения». Объясните это выражение. - Можно ли Ш. Уалиханова назвать уникальной личностью - Какого человека мы можем назвать уникальным  |  |
| **Позитивное высказывание (цитата)**«Кем бы ты ни был – стремись стать лучше»[*Авраам Линкольн*](http://icite.ru/284/biografia/linkoln_avraam) (1809 — 1865) — американский государственный деятель, национальный герой американского народа- Как вы понимаете смысл данного выражения? |  |
| **Рассказывание истории (беседа)**Два светильника— Ты такой светлый, с тобой так хорошо рядом, светло и не страшно. Позволь мне побыть с тобой? — сказал незажжённый светильник горящему.— Оставайся, но помни: я долго здесь не задержусь.Пока они были вместе, горящий светильник говорил своему другу, что и тот может быть таким же светящимся, что светом он с ним поделится, а вот очистить стёкла и держать дверцы закрытыми будет его заботой. Второй светильник постоянно находил отговорки, что, мол, он не может светить, что стёкла его не отмываются, что дверцы не закрываются, да и вообще светить — это удел избранных светильников, а не таких обыкновенных, как он.— Поверь мне. Я ведь раньше был таким же, как и ты, и думал, что не способен светить. Но я поверил другому светильнику, принял в себя его искорку, очистил стёкла, запер дверцы, и теперь продолжаю его дело.Пришло время им расставаться…— Куда же ты? А как же я? Что со мной будет без твоего света? — запричитал недоверчивый светильник.— Это уже от тебя зависит. Я поделился с тобой огнём, который был во мне, а примешь ли ты его, сбережёшь и отчистишь ли свои стёкла — выбирать тебе. - Кто главные герои притчи?- Почему так поступил первый светильник?- Какие качества помогли первому светильнику засветить?- В соответствии с какой ценностью он так поступил?- Приведите примеры из своей жизни, когда, проанализировав свои поступки, вы нашли выход. |  |
| **Творческая деятельность, групповая работа.** Работа в тетради с 6, задание 3.На каждой ступени лестницы напишите самые значимые события в вашей прошлой, настоящей и будущей жизни.- Кто хочет поделиться своими самыми значимыми событиями.- Как иначе можно назвать эту лестницу? Работа в группах Составить программу личностного развития, в которой будут определены качества или хорошие привычки, которые хотелось бы приобрести.Защита проектов |  |
| **Групповое пение**Исполнение песни «Прекрасное далеко»﻿Прекрасное далекоМузыка: Крылатов Е.Слова: Энтин Ю.Слышу голос из прекрасного далёко,Голос утренний в серебряной росе,Слышу голос, и манящая дорогаКружит голову, как в детстве карусель.Прекрасное далёко, не будь ко мне жестоко,Не будь ко мне жестоко, жестоко не будь.От чистого истока в прекрасное далёко,В прекрасное далёко я начинаю путь.Слышу голос из прекрасного далёко,Он зовёт меня в чудесные края,Слышу голос, голос спрашивает строго -А сегодня что для завтра сделал я.Прекрасное далёко, не будь ко мне жестоко,Не будь ко мне жестоко, жестоко не будь.От чистого истока в прекрасное далёко,В прекрасное далёко я начинаю путь.Я клянусь, что стану чище и добрее,И в беде не брошу друга никогда,Слышу голос, и спешу на зов скорееПо дороге, на которой нет следа.Прекрасное далёко, не будь ко мне жестоко,Не будь ко мне жестоко, жестоко не будь.От чистого истока в прекрасное далёко,В прекрасное далёко я начинаю путь.Прекрасное далёко, не будь ко мне жестоко,Не будь ко мне жестоко, жестоко не будь.От чистого истока в прекрасное далёко,В прекрасное далёко я начинаю путь. |  |
| **Домашнее задание****прочитать** с 16-18 Саморазвитие и личностный рост. **В рабочей тетради** завести дневник самоусовершенствования, взяв за основу программу личностного развития. Каждый вечер вы должны посвящать несколько минут воспоминаниям о прошедшем дне, чтобы отметить свои попытки по реализации этих целей. А потом сделать соответствующие записи или пометки о предпринятых усилий.  |  |
| **Заключительная минута урока**Закройте глаза и вспомните все хорошее, что было на занятии.Спасибо за урок. |  |