Приложение №11

**Классный час**

**Главная сила человека – это сила духа**

***Трещева М.В.,***

*учитель русского языка и литературы*

*МАОУ «Средняя школа №19 – корпус кадет «Виктория»*

**Цель:** воспитание у учащихся чувства патриотизма, развитие и углубление знаний об истории и культуре России и родного края, становление многосторонне развитого гражданина России в культурном, нравственном и физическом отношениях.

**Формирующиеся ценности**: любовь к малой Родине, приобщение к духовной культуре родного края.

**Основные смыслы:** человек может принести обществу максимальную пользу только тогда, когда воспитает в себе положительные черты характера.

**Форма:** эвристическая беседа, работа в парах, дискуссионные качели, составление кластера.

**Целевая аудитория:** учащиеся 9-11 классов.

**1. Актуализация жизненного опыта**

Здравствуйте, ребята. Уверена, что все любят и ценят свою малую Родину – Белгородчину. Это железорудный, хлебный край в центральной России, богатый и щедрый. Самая большая ценность Белогорья – люди, способные прийти в любую минуту на помощь, целеустремленные, миролюбивые, сильные духом. Сегодня мы поговорим об одном из них, человеке удивительной судьбы. Жизнь нашего выдающегося земляка Василия Яковлевича Ерошенко вызывает глубокое уважение и преклонение перед безграничными возможностями. Посмотрите на портрет писателя. Давайте с вами произведем физиогномический анализ. Определим тип характера (волевой, сильный, творческий), психологические качества (трудолюбие, независимость, целеустремленность) и уровень здоровья (на первый взгляд, крепкий). Обратите внимание на глаза писателя.



После болезни корью Василий в раннем детстве потерял зрение, но этот факт не стал преградой на пути развития мальчика. Он научился читать и писать рельефно-точечным шрифтом по системе Брайля, освоил несколько ремесел, великолепно играл на скрипке, балалайке, гитаре, знал более двадцати европейских и восточных языков. Писатель знаменит во всем мире: от берегов Восходящего Солнца до острова Туманного Альбиона. И везде Василий Ерошенко помогал слепым: учил их не просто выживать - жить полноценной жизнью. Как вы думаете, какие качества личности помогали ему справиться с недугом и добиться таких результатов? (сила духа)

**2. Формулировка темы и целей занятия**

Как вы думаете, о чем мы сегодня будем говорить?

Да, **тема** нашего разговора – **«Главная сила человека – это сила духа»**.

Актуальна ли эта тема для вас, старшеклассников? Почему?

Какую цель мы поставим? (Выяснить, почему сила духа- главная сила человека)

Какие задачи надо решить для достижения цели?

**3. Беседа с учащимися**

а) Наверняка, среди ваших земляков есть люди, которые не раз проявляли силу духа.

Расскажите о них. (Ответы детей)

Составим кластер «Сила духа». (На доске)

Что же такое сила духа? Давайте сформулируем определение.

б) **Проблемный вопрос**: сила духа - главная сила человека?

Кто считает, что сила духа - главное в человеке?

Кто считает, что сила духа – не главное качество?

(Прием дискуссионных качелей).

(Ответы учащихся)

в) Сила духа – врожденное качество или ее можно в себе развить?

**4. Работа в парах**

Предлагаю вам разработать индивидуальную траекторию воспитания в себе силы духа. (Работа в парах с опорой на карточки)

**Карточки**

### 1. Действовать, не жалея себя

Когда вы жалеете себя, то укрепляете привычку сдаваться. Ваше тело обрастает властью, вы потакаете его желаниям. В следующий раз, когда будет выбор – сделать или не сделать – вы будете руководствоваться прошлым поведением. Это значит, что ваша копилка будет постепенно пополняться негативным опытом и отговорками. Чувство вины соответственно притупится, вы разрешите себе не выкладываться в полную силу.

* «А ладно, не готов я пока…»
* «Эх, слабак, опять не получилось. Ну ладно, это все из-за……»
* «Да ничего, со следующего раза выйдет»

Не жалейте себя, боритесь с привычками. Полюбите процесс преодоления. Чем чаще вы поступаетев соответствии с внутренним голосом (совестью, душой), тем больше развиваете силу духа. Помните, что вы довольны собой ровно настолько, насколько можете контролировать свою жизнь.

### 2. Ставить проблемы и решать их

Вместо негативного опыта в копилку **лучше класть свои победы.** Можно преодолевать привычки и развиваться по мере возможностей, а можно искусственно создать дискомфорт. Так вы быстрее начнете двигаться и нарабатывать аргументы для повышения самооценки.

Если у вас накопилась злость и сил терпеть свои слабости больше нет, это идеальный способ выпустить энергию. Поместите себя в экстремальные условия, [начните хоть что-то делать](https://uspeshnick.ru/kak-zastavit-sebya-chto-to-delat/). Как только вы зашевелитесь, силы придут, и желание жить и развиваться вернется.

Можно попробовать, например:

* начать с мелочей (следить за осанкой, перестать «таскать куски», [почистить свою речь](https://uspeshnick.ru/kak-pravilno-i-krasivo-vyrazhat-svoi-mysli/));
* постепенно усложнять задачи (прочитать 4 книги за месяц (по 1 в неделю), познакомиться с десятью людьми).

После этого вы сможете **сосредоточиться на своих победах.** Они придадут вам уверенности для дальнейшего развития силы духа.

### 3. Уметь начинать все с чистого листа

Иногда просто не хватает смелости на решительный шаг. [Мало энергии](https://uspeshnick.ru/upravlenie-energiej-cheloveka-kak-vsegda-byt-svezhim-i-bodrym/), чтобы сдвинуться с места.

В таких случаях надо совершить маленькую «революцию». Безжалостно разломать все старое и на его месте начать строить новое. Этим способом вы мгновенно ворветесь в **настоящую жизнь**.

Если делать на совесть, будет сложно. Но есть ряд преимуществ:

* массовость изменений
* ощущение полноты жизни
* повышение веры в свои возможности

**Не ждите момента**, живите здесь и сейчас. Ваша жизнь — не репетиция перед чем-то важным, поэтому не бойтесь меняться. Именно в такие моменты тренируется сила духа и крепость характера.

**5. Презентация индивидуальных траекторий**

**6. Рефлексия**

Какую пользу обществу вы принесете, реализовав эти индивидуальные маршруты развития? Закончите фразу (по цепочке)

Нужно быть сильным духом, потому что …

Список источников:

1. Менс физик.ru: [сайт]. – URL: https://mens-physic.ru/4-uprajneniya-chtoby-vnov-poverit-v-sebya-70354.html/(дата обращения: 16.02.2024)
2. Дом- музей В.Я. Ерошенко: [сайт]. – URL: http://eroshenko.org.ru/eroshenko-glazami-ego-sovremennikov/(дата обращения: 16.02.2024)