

«Формула успеха»

Успех — единственный источник внутренних сил,
рождающий энергию для преодоления трудностей
В.А.Сухомлинский.

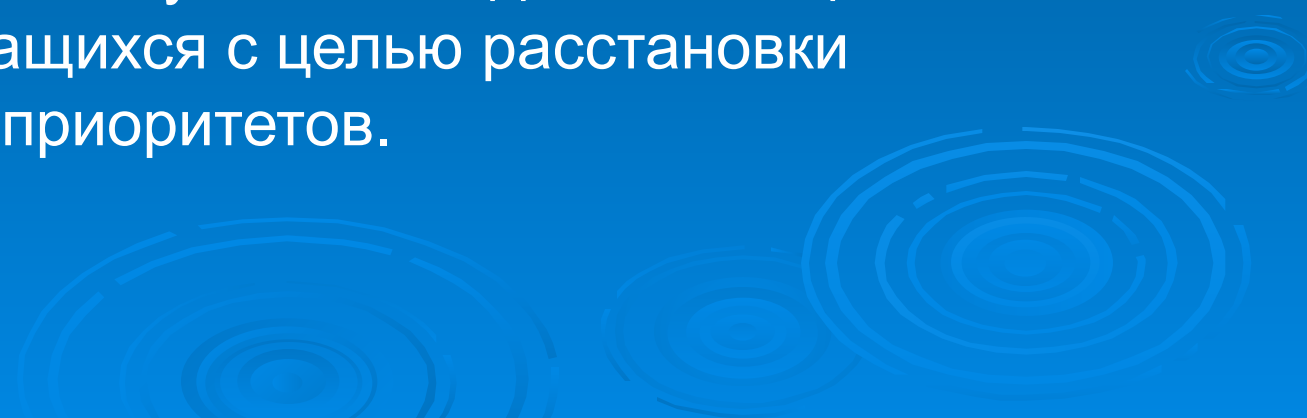


Уроки 1-3

□ Цели:

1. Познакомить учащихся с понятиями «достижение», «жизненные планы», «перспективное планирование», «успех», «ценностные ориентиры».
2. Развивать представление о личной самооценке.
3. Формировать понятие о соотношении уровня личной самооценки, притязаниями и реальными возможностями.

Задачи :

1. Диагностировать уровень самооценки и выявить соотношение уровня притязаний личности учащегося и его реальных возможностей.
 2. Проанализировать предложенные материалы к уроку и научить сопоставлять их с личностными данными.
 3. Составить индивидуальное перспективное планирование на учебный год: личных целей и ресурсов учащихся с целью расстановки ценностных приоритетов.
- 

Пояснительная записка

- Данные уроки являются частью авторской программы «Самосовершенствование личности...», которая была реализована в ООУ как элективный курс по профориентации учащихся 9-10 классов.
- Тематическое планирование составляется на основе модульной технологии из расчёта 34 часа в год (см. отчёт в моей презентации по предпрофильной подготовке).
- В ходе реализации данной программы (она написана для 1-11 классов, но практическая часть реализована только в 9-10 классах, т.к. это зависит от заинтересованности администрации школы и связано, естественно, с «нагрузкой»)

Предварительная работа

□ **Психологическая диагностика:**

Экспериментальная методика А.А. Андреева по изучению объяснения факторов собственного развития; диагностика направленности личности Басса.

□ **Задание индивидуальное:**

- Записать определения следующим понятиям: «достижение», «жизненные планы», «перспективное планирование», «успех», «ценностные ориентиры», «самооценка», «притязание» и «реальные возможности», «ресурс».
- Подготовить устное сообщение по теме: «Успешные люди, о которых говорят, пишут».

Те, о ком пишут, говорят....



Принцу все к лицу, и морская форма тоже!



Азы навигации Уильям постигает вместе с офицерами из разных стран

Принц Уильям уходит в море

Младший лейтенант **УЭЛЬС**, которому как будущему королю придется возглавить вооруженные силы Великобритании, начал последний этап подготовки к роли главнокомандующего

Уильям, как его часто называют в Британии, уже прошел подготовку пехотного лейтенанта и получил "крылышки" военного летчика из рук отца, принца **Чарльза**. Покорив небеса и сушу, он взялся за освоение морей и океанов.

Морской этап военной карьеры принца Уильяма начался с забавного эпизода. Ему, как и другим новичкам, приказали выбить 6-килограммовой кувалдой стопор 30-метровой цепи, чтобы опустить якорь в реку Дарт. Сделать это необходимо одним ударом. Но, увы, 25-летний принц, кстати, отличный спортсмен, справился с задачей только со второй попытки и по традиции должен был купить товарищам ящик пива. Зато следующее задание, вождение 12-метрового катера, принц выполнил на "отлично".

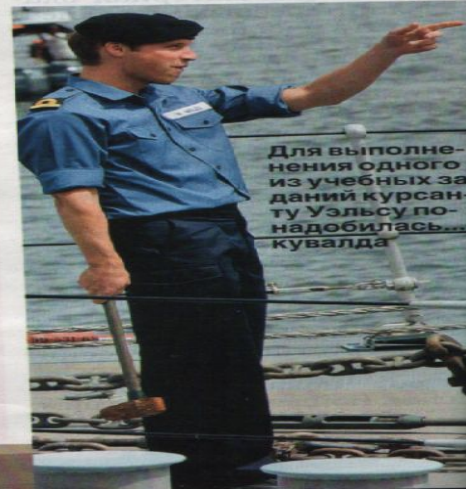
Обучение младшего лейтенанта Уэльса продлится два месяца. Первые три недели пройдут в Британском морском королевском колледже в Дартмуте, где учились его отец, дед и дядя **Эндрю**. Морской колледж в Дартмуте считается не менее престижным, чем военное училище в Сэндхерсте. Кстати, именно в Дартмуте в июле 1939 года 13-летней принцессе Елизавете, совершавшей официальный визит с родителями, представили красивого морского офицера, который через 8 лет стал ее мужем.

На старом минном тральщике, пришвартованном к

берегу и превращенном в учебные классы, Уильям постигает азы навигации, безопасности и другие премудрости морской науки. Подготовку принц проходит с офицерами из разных стран, которым обучение обходится довольно дорого. Условия жизни и распорядок дня младшего лейтенанта Уэльса ничем не отличаются от условий для других. Спит он в двухместной комнате, подъем в 6.00, завтрак в 7.15. В 8 часов начинаются занятия.

Вооружен и опасен для пиратов

После теоретической подготовки будет практика. Ее принц Уильям пройдет на



Для выполнения одного из учебных заданий курсанту Уэльсу понадобилась кувалда

Задание 1

- -Прочтите газетные заметки. Ответьте на вопросы:
- 1) Почему, как вы думаете, личности принца Уильяма, учителя английского языка Татьяны Давыдовой, спортсмена Евгения Плющенко привлекает внимание людей?
- 2) Какие личностные качества этого молодого человека являются основополагающими для его личного успеха?
- 3) Как вы думаете, каковы реальные шансы на достижение успеха у этих молодых людей?
- 4) Какие «ценностные ориентиры» могут способствовать достижению успеха, а какие тормозить развитие?

Будем учиться говорить по-английски

Татьяна Давыдова преподает иностранный язык в столичной школе №128 всего три года, но уже стала финалистка конкурсов "Педагог года" и "Поколение будущего"

Звонок на перемену — тот же стартовый флажок. "Внимание!" — и в классах усиливается рокот. "Марш!" — и в коридор лавиной вырывается шумная, многоголосая толпа. Едва успеваем прижаться к стене — "детки" под два метра ростом мчатся, как армия греков-ахейцев по территории Трои. Под их ногами дрожит пол, и мы с ужасом вспоминаем законы физики — о разрушительной силе вибраций. А заодно биологии — об акселерации. "Здравствуй, племя младое, знакомое!"

Разглядеть за спинами малолетних титанов преподавателя английского языка Татьяну Сергеевну — непростая задача.

Собираемся спросить у миниатюрной светловолосой девушки: "Может, ты подскажешь номер кабинета Давыдовой?" — как та нас опережает: "Вы из редакции "Лизы"? Сейчас отпущу ребят домой, и в тишине пообщаемся".

После этих слов 23-летняя учительница, скорее похожая на примерную ученицу, терпеливо отвечает на вопросы окруживших ее тинейджеров.

Ее первые победы

Проводы затягиваются на несколько минут — в комнату друг за другом приходят шести-семивосьмиклассники — подростки явно ищут повод лишний раз увидеть любимого педагога.

Татьяна — выпускница Московского гуманитарного педагогического института. Из двадцати пяти сокурсников Давыдовой в системе образования остались... пять человек. Еще трое в скором будущем планируют сменить профессию. Грустно, но, увы, факт.



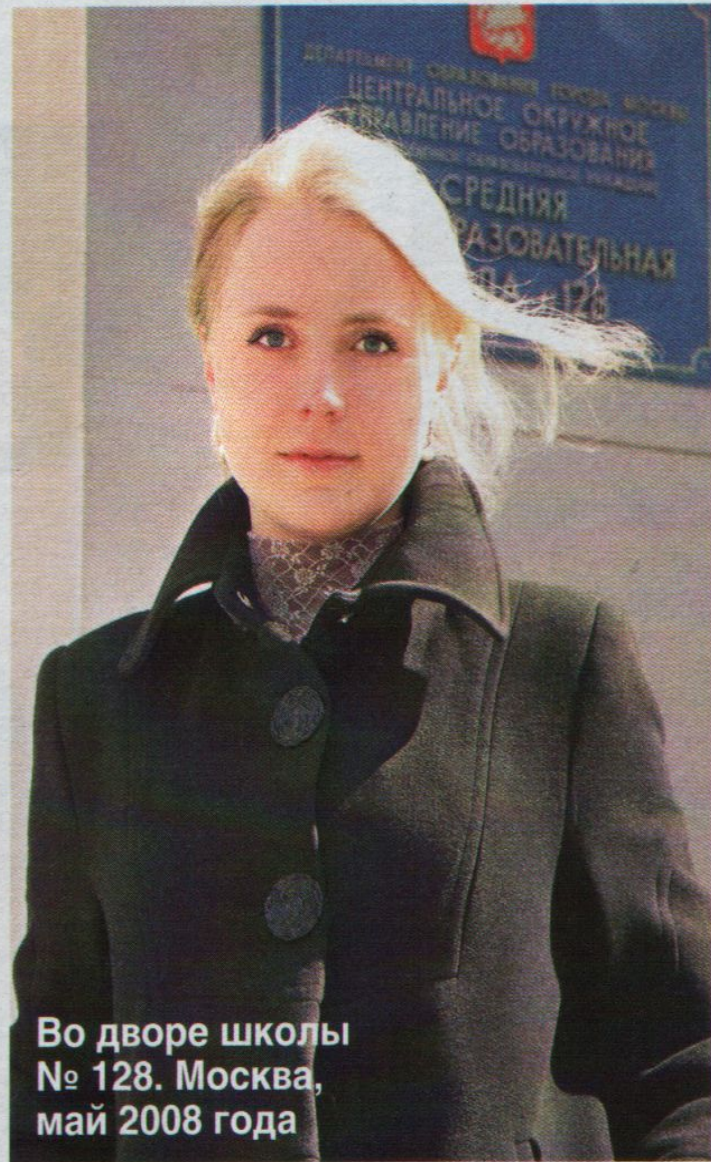
В детском оздоровительном центре. Евпатория, август 2007 года



На совете молодых педагогов. Москва, июль 2007 года

Татьяна Давыдова — учитель английского языка

Давыдова со своими
учениками. Москва,
май 2008 года



Во дворе школы
№ 128. Москва,
май 2008 года

Ролики и джинсы

Закончились занятия, дети разошлись по домам. Кроме взрослых, на этаже никого нет. Короткая передышка между уроками, проверкой тетрадей и подготовкой к следующему учебному дню.

Теперь Татьяна не строгий преподаватель, а совсем юное создание. Вспоминает, как в первый месяц работы ей пришлось сменить привычные джинсы на платья и юбки: "Ох, до сих пор их не люблю! Ну ничего — в выходные надеваю старенькие брюки, ролики и катаюсь, пока не надоест!"

Разговор плавно меняет направление — свободное время, хобби, театр... Оказывается, Давыдова — большая поклон-

ница этого вида искусства. Разоткровенничавшись, Таня озвучивает давнюю мечту — она планирует получить британский сертификат для оценки своего уровня владения английским языком. Потом, смеясь, описывает, как дома с мамой они наперебой рассказывают друг другу о школьных событиях.

"Для меня и мамы школа — второй дом, — улыбается девушка. — Один мальчик как-то пожаловался: "Взрослые нас не понимают". А понять можно — если смотреть на детей не сверху вниз, а глаза в глаза".

■ УДАЧЛИВ И ЗНАМЕНИТ

За что Плющенко били в раздевалке

Это и многое другое рассказал о своем звездном подопечном легендарный тренер по фигурному катанию **АЛЕКСЕЙ МИШИН**, благодаря которому Евгений Плющенко поднялся на вершину спортивного Олимпа. Недавно герой Олимпиады в Турине объявил о возвращении в большой спорт. А, значит, и для Мишина наступает пора новых надежд и новых побед...



фото: PhotoXPress.Ru, РИА-НОВОСТИ, В. Берлов

Победа на Олимпиаде-2006 в Турине стала настоящим триумфом не только Евгения Плющенко, но и его выдающегося тренера

О суровом характере Алексея Николаевича в спортивном мире ходят легенды. Вот и на просьбу прокомментировать возвращение **Евгения Плющенко**, с которой начался наш разговор со знаменитым тренером, Мишин отреагировал сдержанно: "Пока рано о чем-то говорить. Недавно Женя сформулировал желание продолжить любительскую карьеру и попросил меня вновь стать его соратником. Мы начнем активные тренировки с августа. А пока Женя ездит по стране с туром "Золотой лед Страдивари", который продлится всю весну. В его шоу участвуют замечательные люди: **Ирина Слуцкая** и другие уникальные спортсмены, а также венгерский композитор **Эдвин Мартон**. Тур пройдет по 30 городам России, так что сейчас Женя занят. С Плющенко мы работаем давно, и я очень уважаю этого талантливого фигуриста. Если бы мы оба не рассчитывали на новые победы, не стали бы возобновлять тренировки".

— Не связано ли желание Плющенко вернуться в большой спорт с неприятностями в его личной жизни? Ведь он сейчас разводится с женой...

— Браки совершаются на небесах, а разводы — на земле... Больше по этому поводу мне сказать нечего.

"Мальчику было негде жить..."

Мишин не любит разговоров о личной жизни своих подопечных, среди которых кроме Плющенко олимпийские чемпионы **Алексей Урманов** и **Алексей Ягудин**. Зато об их личных качествах говорит охотно. "Никого из моих учеников пай-мальчиками не назовешь", — рассказывает Мишин. — Только обладая твердым характером, можно достичь спортивного Олимпа". Его метод — строгость. "Тренер не может заменить родителей", — говорит Мишин. — Я своим воспитанникам, как некоторые другие тренеры, постель не стелил, белье не стирал, щи не варил. Для поддержания авторитета с учениками нужно соблюдать дистанцию". (Знаменитый тренер **Татьяна Тарасова** не раз говорила в интервью, что и в быту заботится о своих учениках. — Ред.)

— Плющенко рассказывал: когда переехал в Питер из Волгограда в 11 лет, первый год плакал практически каждый день. Кстати, он года три прожил у вас в семье, а как же пресловутая дистанция?

— Бедному мальчику просто жить было негде: он из простой семьи, родители были рабочими на одной из волгоградских строек. Они не имели возможности снять квартиру в Санкт-Петербурге и жить с ним. И мы с женой **Татьяной** взяли его к себе. А плакал он потому, что ему устроили дедовщину и дулили каждый день в раздевалке. У Жени на-

Задание 2

- Игровой тренинг: «Разрешите представиться».
- Инструкция: за 10 секунд подумайте и расскажите о себе самое главное, используя 5 слов, сообщив о себе, как вам кажется, наиболее важную информацию, которая будет вашим «ПОРТРЕТОМ».
- Игра.

Задание 3

- Запиши на каждую букву определение качеств, способствующих достижению «УСПЕХА».

Достижение—удачное завершение какого-либо дела.

Успех — 1)удачное завершение какого-либо дела
2) общественное признание.

У _____
С _____
П _____
Е _____
Х _____

Задание 4

- Подумайте и ответьте на вопрос: можно ли считать данную формулу универсальной формулой успеха?

Формула успеха

Успех

Самооценка = Притязания

Линейка жизненного успеха

Цели

Краткосрочные Среднесрочные Долгосрочные

```
graph TD; A[Цели] --> B[Краткосрочные]; A --> C[Среднесрочные]; A --> D[Долгосрочные]
```

- - Как вы понимаете смысл записанных целей?
- - Почему, как вы думаете, в планировании своих достижений важно разделять цели?

Мои цели

Задание 5

- Составьте таблицу, заполните её.

Сфера	Краткосрочные	Среднесрочные	Долгосрочные
Учёба			
Хобби			
Общение			
Здоровье			
Красота			
Спорт			
Другое (запишите важно именно для вас)			

Мои цели — мои ресурсы

Задание 6

- Чем, как вы думаете, отличаются таблицы?

Заполните данную таблицу.

	Учёба	Хобби	Общение	Здоровье	Красота	Спорт
Ресурсы						

Мои планы

Приоритет—первенство по времени в чём-либо.

Игровой тренинг: «Заполни сосуд»

Инструкция:

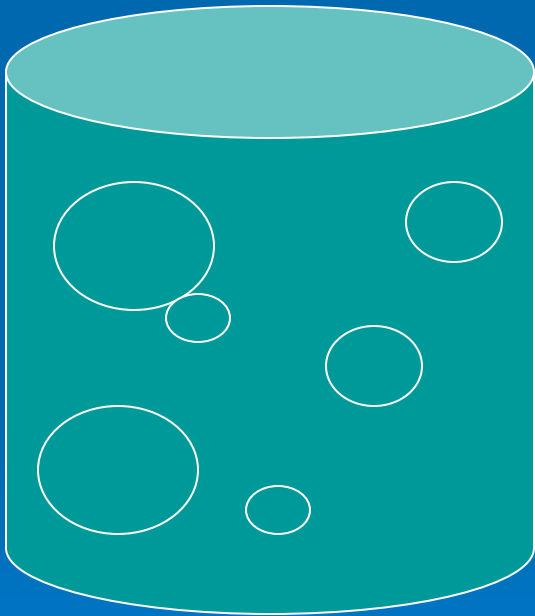
- Представь, этот сосуд — твоя жизнь.

Она наполнена крупными событиями и делами, какими-то важными для

тебя вещами. Пусть это будут самые крупные шары.

Среднего размера шары — дела менее важные. Самые мелкие шары — «мелочи жизни», которые часто отрывают нас от дел.

Пространство, которое останется, заполнится само собой, без нашего участия и желания.



*Домашнее задание: напишите эссе,
прокомментировав высказывание:*

**«Чтобы быть хозяином
своей жизни, нужно уметь
разделять дела и события
по степени их важности»...**

