*Урок самопознания тема: «Выбор пути»

Класс:11

Ценность: Истина

Качества: ответственность за мысли, слова и действия, бескорыстное служение обществу, вера в себя и собственные силы.

Цель: расширять представления учащихся о выборе своего жизненного пути через общечеловеческую ценность истину, руководствуясь голосом совести.

Задачи:

- расширить знания о важности познания себя при выборе жизненного пути, выполнение гражданского долга перед собой и обществом, веря в себя и собственные силы;
- развивать потребность раскрыть свое истинное предназначение в единстве мысли, слова, действия;
- воспитывать, социальную и гражданственную ответственность, целеустремленность и настойчивость в достижении поставленной цели, бескорыстное служение обществу.

* Позитивный настрой: Концентрация на Свет.

https://youtu.be/LCiAfCCwc7A

Пожалуйста, сядьте удобно, спинку держите прямо. Руки и ноги не скрещивайте. Руки можно положить на колени или на стол. Расслабьтесь.

Представьте, что солнечный свет проникает в вашу голову и отпускается 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.

Представьте, что свет начинает распространяться по всему 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.

Свет поднимается к вашему рту, языку. Язык будет говорить только правду и только хорошие, добрые слова. Направьте свет к ушам, уши будут слушать только хорошие слова, прекрасные звуки. Свет достигает глаз, глаза будут смотреть только на хорошее и видеть во всем хорошее. Вся ваша голова наполнилась светом, и вашей голове только добрые, светлые мысли.

Свет становится все 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 все живое повсюду... Посылайте свет во все уголки Вселенной. Мысленно скажите: «Я в Свете... Свет внутри меня... Я есть Свет». Побудьте еще немного в этом состоянии Света, Любви, Покоя...

Теперь поместите этот Свет снова в ваше сердце. Вся Вселенная, наполненная Светом, находится в вашем сердце. Сохраните ее такой прекрасной.

Потихонечку можно открывать глаза. Спасибо.

* Цитата урока:

Вы должны делать то, от чего поет ваше сердце.

(Б. Шер)

- **Как вы понимаете это высказывание?**
- **Согласны ли в с ним?**

Подарок учителя: просмотр видеоролика «Выбор профессии – выбор судьбы»

Пройдите по ссылке: https://youtu.be/1-GifAgFLPc

* ВОПРОСЫ:

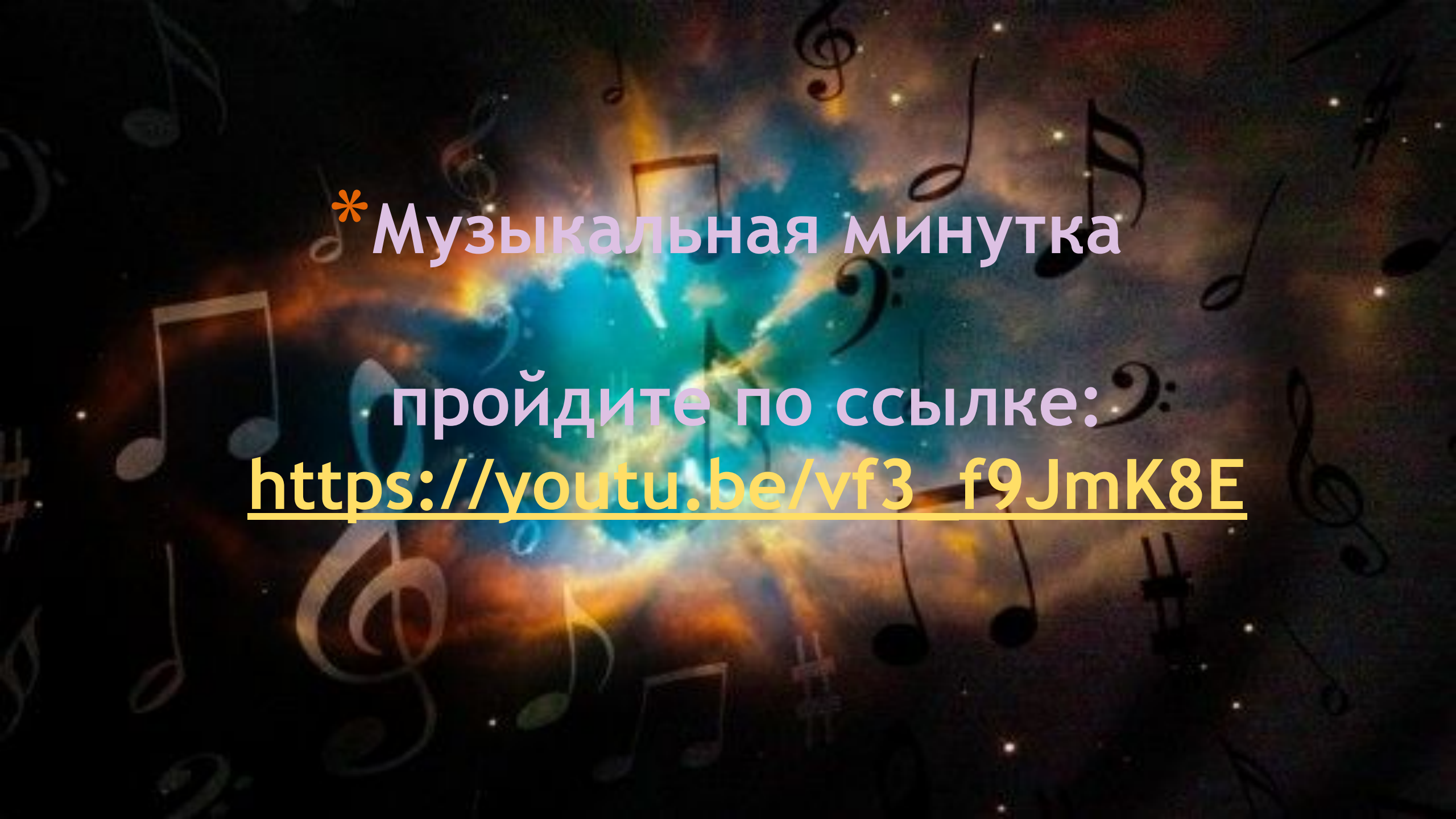
1. Важно ли воплощать свои мечты в жизнь?
2. Какая из историй вас больше всего вдохновила?
3. Что является самым важным в выборе будущей профессии?

Творческая деятельность.

Основными факторами или условиями выбора профессии являются интересы, способности, состояние здоровья выбирающего профессию и потребности общества. Условно, эти составляющие можно обозначить как «хочу», «могу», «надо».

«Хочу» - это интересы и склонности.
«Могу» - это способности, состояние здоровья.
«Надо» - это потребности общества.
Сочетания этих трех важных аспектов при обдумывании профессионального плана поможет определить оптимальные пути выбора профессии для каждого человека. Заполните таблицу и вы узнаете, какие профессии вам подходят больше всего.

ХОЧУ +	МОГУ +	НАДО =	Правильный выбор профессии
Напишите все, что вам нравится, к чему лежит ваша душа	Напишите все, что вам по силам, по способностям	Это все, что нужно для общества, страны	


*Музыкальная минутка
пройдите по ссылке:
https://youtu.be/vf3_f9JmK8E

* Заключительная минута тишины

Обманчива жизнь, но она не игра.
Мучительна истина, хоть и стара.
Чтоб жизнь оправдалась, до горького пота
Ты должен трудиться на благо Добра.
Не бойся, плыть через бурю вперед.
Не жди, пока яблоко в рот упадет.
По суше ладья не скользит, лишь в движении
И только в труде все живое живет.

- Спасибо за
внимание! -