

Классный час в 11 классе на тему: «Хочешь быть счастливым - будь им»

Подготовила учитель физики:
Ловцова А.Ф.

Задачи: расширение знаний учащихся по теме; показать значимость проблемы счастья для всей последующей жизни; воспитывать чувство оптимизма, любви к жизни, уверенности в себе, развивать творческие способности.

Оборудование: фильм «Доживём до понедельника», песня А. Пугачёвой «А знаешь?», слова к песни «Мне звезда упала на ладошку», чаша в виде большого бокала, поднос со стаканчиками, птица счастья, подкова.

Ход мероприятия

Оформление



(звучит композиция А. Пугачевой «А знаешь?», учащиеся проходят в зал, занимают свои места, стулья поставлены в виде подковы)

I. Вступление

- Счастье ржавое, тяжёлое
И держу в руках подкову я
Как всё просто получается,
Что хочу то и сбывается.
Может быть в подкове счастье?
Но, а как же чувства страсти,
Доброта, любовь, удача?
Ведь не может быть иначе.
Нам от счастья много надо?
Лишь был любимый рядом?
На работе всё в порядке?
И проверены тетрадки?
Нет не знаю в чём секрет.
Есть вопрос, ответа нет!

На протяжении всего жизненного пути людей волнует вопрос, что такое счастье?, какое оно?, как его найти и не потерять. Философы говоря о счастье пытались выразить свою мысль о счастливом человеке. (учитель зачитывает разные высказывания философов)

- А вот как написал ваш ровесник о счастье 40 лет назад, но тема счастья актуальна и в современном мире и наш с вами разговор пойдёт сегодня о счастье.

- (Просмотр фрагмента фильма «Доживём до понедельника»)

- Что такое счастье?

Что же такое счастье?

Одни говорят: - Это страсти:

Карты, вино, увлечение –

Все острые ощущения.

Другие верят, что счастье –

В окладе большом и власти,

В глазах секретарш пленённых

И трепете подчинённых.

Третьи считают, что счастье –

Это большое участие:

Забота, тепло, внимание

И общность переживания.

По мнению четвертых, это
С милой сидеть до рассвета,
Однажды в любви признаться
И больше не расставаться.

Ещё есть такое мнение,
Что счастье – это горение:
Поиск, мечта, работа
И дерзкие крылья взлёта!

А счастье, по-моему, просто
Бывает разного роста:
От кочки и до Казбека,
В зависимости от человека!

Э. Асадов.

II. Основная часть.

- Как вы понимаете строки стихотворения, что счастье бывает «просто разного роста»?

- Оно действительно бывает «разного роста» в зависимости от человека. Потому, что кто-то бывает счастлив, когда реализует свои личные цели, а другой человек – когда делает счастливыми своих родных близких, друзей и т.д

- Думаю, что каждый вкладывает в понятие «счастье» именно то, чего ему в этой жизни недостаёт, что пока недоступно.

- Счастье человека зависит от размеров той цели, которую он ставит перед собой, от значения этой цели и от желания быть счастливым. Это своеобразная награда, которая ожидает человека на не простых дорогах жизни. С детских лет человек стремится пережить чувство счастья. Стремясь к нему, он преодолевает преграды жизненного пути, мобилизует свои силы, идёт по жизни целеустремлённо и уверенно.

Но счастье – это не простое и беззаботное переживание эмоционального удовольствия. Это, прежде всего поиск смысла жизни, огромный труд, а также концентрации всех душевных сил. Все мы стремимся к счастью. Кто-то в его поисках стремится обрести семью, кто-то, наоборот сделать карьеру, кто-то преуспевает в бизнесе, а кто-то творит для души.

Принципиально важным является другое: возьмёт ли на себя человек ответственность за то, чтобы быть счастливым или предпочтёт плыть по течению волн, полагаясь на счастливый случай, который сможет удовлетворить его претензии к жизни? Претензии у всех разные, но как же всё-таки надо жить.

*- В жизни по-разному можно жить
В горе можно и в радости
Вовремя есть. Вовремя спать*

*Вовремя делать гадости,
А можно и так: на рассвете встать
И помышляя о чуде,
Рукой, обнажённой солнце достать
И подарить его людям!*

- Счастье – это субъективное состояние, которое всё-таки определяется. Прежде всего, личным выбором. Козьма Прутков говорил: «Хочешь быть счастливым - будь им!» А известный психолог Дейл Карнеги предлагает свою программу под названием «Именно сегодня». Давайте послушаем её:

- 1. Именно сегодня я буду счастлив. Это означает, что я буду руководствоваться словами Авраама Линкольна, который сказал, что большинство людей счастливы примерно настолько, насколько они полны решимости быть счастливыми». Счастье заключается внутри нас; оно не является результатом внешних обстоятельств.

- 2. Именно сегодня я постараюсь приспособиться к той жизни, которая меня окружает, а не пытаться приспособить всё к моим желаниям. Я приму мою семью, мою работу и обстоятельства моей жизни такими, как они есть и постараюсь приноровиться к ним.

- 3. Именно сегодня я позабочусь о своём организме. Я сделаю зарядку, буду ухаживать за своим телом, правильно питаться. Постараюсь не наносить вред своему здоровью и не пренебрегать им, чтобы мой организм стал идеальной машиной для выполнения моих требований.

- 4. Именно сегодня я постараюсь уделить внимание развитию своего ума. Я изучу что-нибудь полезное. Я не буду леняться в умственном отношении. Я прочитаю то, что требует усилия, размышления и сосредоточенности.

- 5. Именно сегодня я займусь нравственным самосовершенствованием. Для этого я рассчитываю осуществить три дела: я сделаю кому-нибудь что-то полезное, так чтобы он не знал об этом; я сделаю по крайней мере два дела, которые мне не хочется делать, - просто для упражнения, как советует Уильям Джеймс.

- 6. Именно сегодня я буду ко всем доброжелательно настроен. Я постараюсь выглядеть как можно лучше; по возможности надену то, что мне больше всего идёт, буду разговаривать тихим голосом. Любезно вести себя, буду щедрым на похвалы, постараюсь никого не критиковать, ни к кому не придираюсь и не пытаюсь кем-то руководить или кого-то исправлять.

- 7. Именно сегодня я постараюсь жить только нынешним днём, не буду стремиться решить проблему всей своей жизни сразу. В течение двенадцати

часов я смогу сделать такие же вещи, которые привели бы меня в ужас. Если бы мне пришлось заниматься ими всю жизнь.

- 8. Именно сегодня я намечу программу всех своих дел. Я запишу, что собираюсь делать каждый час. Возможно, я не смогу точно следовать этой программе, но я составлю её. Это избавит меня от двух зол - спешки и нерешительности.

- 9. Именно сегодня я полчаса проведу в покое и одиночестве и постараюсь расслабиться.

- 10. Именно сегодня я не буду бояться, в особенности не буду бояться быть счастливым, наслаждаться красотой, любить и верить, что те, кого я люблю, любят меня

*- Покой и счастье – это умонастроенье.
Прими от умных мира поученье:
Будь жизнерадостным, не грустным,
Ты жизни полноты получишь чувство.*

*- С врагами счёты не своди.
Вреда ты больше принесёшь себе.
О них не думай, поверх них гляди,
Считай – они ничто в твоей судьбе.*

*- О счастье мы всегда лишь вспоминаем,
А счастье всюду. Может быть, оно
Вот это сад осенний за сараем
И чистый воздух, льющийся в окно.*

*- Ах, неудачи, неудачи, -
Все жизни нерешённые задачи...
Забудь о них, веди удачам счёт,
И счастье обязательно придёт!*

*- Не можешь быть большой дорогой,
Так будь тропинкою лесной.
И если ты не дуб могучий,
То стань красавицей-сосной.*

*И, другим не подражая,
Найди лучшее в себе,
Беспокойство отменяя,
Счастье в друг придёт к тебе.*

- Вас судьба и мяла, и учила,
А вместо сладкого лимон вручила?
Так не печальтесь, друг и брат,
И не забудьте, из лимона
Мы можем сделать лимонад!

- Счастливым в жизни быть не просто,
Но ты запомни, дорогой,
Если решил ты быть счастливым,
Так просто будь в ладу с собой.

- Каким же должно быть счастье?

- Счастье это состояние внутренней эмоциональной удовлетворённости.

- Счастье земное – оно многолико.

- Счастье это умение не обращать внимания на досадные мелочи.

- Я хочу сказать, что не так просто понять. Что всё-таки оно есть это счастье.

- Я пока нахожу своё счастье в друзьях и общении с ними. И хотела бы выразить это такими словами:

В вас, друзья, нахожу я
И надежду, и радость
Пред вами открою
Свою душу и слабость.

Только б были вы рядом,
Чтоб могла опереться,
Только б билось подольше
Ваше чуткое сердце!

Позовите, я тоже
Ринусь в помощь, как в битву.
Постараюсь и делом,
И душой, и молитвой.

- А я чувствую себя счастливым человеком, когда после трудовой недели наша семья отдыхает на природе.

Когда на зорьке розовой
Встаёшь ты, умываешься,
То шелестом берёзовым
Природа отзывается.

И рощей соловьиною
И капелькой дождя
Весь мир тебя приветствует,

Ликуя и любя.

*Потом – поярче солнышко
И пенье птиц звенящее –
Вот где минуты радости
И счастье настоящее.*

-А я знаю, что не которые люди не задают себе вопрос: «Счастлив я или нет?» Они просто живут, работают, общаются с друзьями, любят своих родных. Уверен, что они бы подумали и сказали:

*Я живу, работаю, творю,
Я рассвет встречаю и зарю...
В этой жизни столько в моей власти.
Жив, здоров, - и значит,
Уже счастлив!*

- Даже опросив тысячу человек. Пытаясь выяснить, что такое счастье можно услышать тысячу разных ответов. Опросив миллион человек в поисках рецепта счастья, можно получить многотомное собрание сочинений на заданную тему. Все очень просто, у каждого своё понимание этого состояния и свой способ. У нашего класса он тоже свой.

Я вас просила дома выполнить несложное задание у каждого из вас в руках ладошка. Ведь любой человек оставляет на земле след после себя. А этот след зависит от того, насколько счастлив сам, и можешь поделиться счастьем с другими. Счастье наше разног цвета. Вот таким его вижу я, и с удовольствием прикрепляю его на дерево жизни нашего класса. А какого цвета ваше счастье?

(учащиеся по одному подходят и прикрепляют свою ладошку на дерево жизни).

- Галина Анатольевна нам нужна ваша помощь. Помогите нам разобраться в цветовой гамме нашего класса.

(психолог анализирует цветовую гамму)

- Счастье оно многогранно, оно разноцветно и для большинства из нас счастье – это вовсе не материальное понятие. Именно таким оно было и для маленького принца из философской сказки Антуана Сент-Экзюпери. Маленький принц путешествовал по планетам стараясь даже в самые горькие минуты не терять веру в торжество добра: нельзя чтобы будничные дела заслонили от тебя судьбы мира заставили забыть о маленьких и больших заботах твоих соседей по вселенной пусть волнует тебя всё, что происходит в мире... Нравственный урок, который преподаёт маленький принц весьма поучителен: мы понимаем отпусти каждую из нитей за которые держался маленький принц странствуя по вселенной, можно упустить частичку счастья. (перечисляются афоризмы о счастье, которые расположены на доске в звёздочках).

- И каждого из нас есть своя капелька счастья. Если бы у вас была такая возможность поделиться этим счастьем с другими, смогли бы вы отдать его и кому? Как, по-вашему, кто нуждается в счастье?

-(дети выливают в чашу счастья капельку своего счастья)

- А моё счастье в том, что мы с вами сейчас все вместе, в том, что вы у меня такие хорошие, такие взрослые готовые всегда прийти на помощь и поддержать друг друга. От этого на душе становится так спокойно за вас, что вы не затеряетесь в этом сложном мире, а будете стараться с чувством оптимизма находить решения преградам, стоящим у вас на пути.

**- Был вопрос, ответ искали
И по капли собирали,
Разное у всех оно
Получилось как в кино
Вот в руках у нас синица,
А в мечтах у всех жар-птица.
Мы её поймать хотим,
И за ней вперёд летим
Хоть оно так быстротечно,
Но, а всё же счастье вечно!
Что же в чаше – счастье наше**

- (учащиеся вместе с классным руководителем поют песню)

*Мне звезда упала на ладошку,
Я её спросил: - «Откуда ты?»
Дайте мне передохнуть немножко, -
Я с такой летела высоты.
А потом добавила, сверкая,
Словно колокольчик прозвенел:
Не смотрите, что невелика я,
Я умею делать много дел.
Вам необходимо только вспомнить,
Что для вас важней всего на свете.
Я могу желание исполнить,
Я все время занимаюсь этим.*

*То, что в жизни мне необходимо,
Мне не надо долго вспоминать.*

*Я хочу любить, и быть любимым,
И хочу, чтоб не болела мать.
Чтоб на нашей горестной планете
Только звёзды падали с небес.
Были б все доверчивы, как дети,
И любили дождь, цветы и лес.
Чтоб траву, как встарь, косой косили,
Каждый день летали до Луны.
Чтобы женщины на руках носили,
Не было б болезней и войны.*

*Чтобы дружба не была обузой,
Чтобы верность в тягость не была.
Чтобы старость не тяжёлым грузом,
Мудростью бы на сердце легла.
Чтобы у костра, пропахнув дымом
Эту песню тихо напевать.
А ещё хочу я быть любимым,
И хочу, чтоб не болела мать.
Долго говорил я, но напрасно,
Долго, слишком долго говорил.
Не ответив мне, звезда погасла,
Было у неё немного сил.*

- Счастье общее может состоять из счастья каждого. Люди вечно мечтали о счастье, многого хотели от жизни, а оно порой так мимолётно и недостижимо, как свет упавшей на ладошку звезды.