

**Сокровища**

**моего я**

## ЦЕЛЬ КУРСА:

- обобщить полученные знания о процессе самопознания, об уникальности и богатстве внутреннего мира человека

# Задачи:

- *Обучать приемам саморегуляции своих эмоциональных состояний;*
- *Воспитывать бережное отношение к собственному Я и Я другого;*
  - *Формировать навыки самоанализа, самовыражения в процессе самопознания, группового выступления;*
- *Формировать навыки культурного общения*

# Я и Мир

*Вот Я! И вот мой Мир,  
мы похожи и разные,  
Мой личный мир не тот,  
что передо мной.*

*Могу в своем мире взлететь  
на красочные облака фантазии,  
Могу предугадать, и не случится она,  
Могу я человеку «здравствуй» сказать  
и друга обрету*

# *Разбор текста:*

- Мой Мир – показ значимости, уникальности, важности;
- Мы похожи и разные – индивидуальность каждого человека;
  - Личный мир – внутренний мир каждого;
- Красочные облака фантазии – богатство и разнообразие нашего воображения;
- Не случится она – если чувствовать и понимать другого человека;
- и друга обрету – необходимо воспитывать в себе коммуникативные качества

**Я - одна из самых  
больших загадок  
человека**

Познай себя...

Какая польза в этом?

Познаю,

а куда бежать потом?

И.Гёте

**Красота и  
здоровье**



## *Цель курса:*

- Посредством искусства, личного опыта постичь прекрасное, познать и принять через свое взаимодействие с окружающим миром и жить по законам Красоты, сохранить нравственное здоровье*

# Задачи курса:

- *Принятие себя как личности, Появление и укрепление веры в себя, ощущение своей уникальности и неповторимости;*
- *Развитие чувства красоты, чувства прекрасного и умения строить свою жизнь по законам красоты;*
- *Воспитание нравственных качеств личности*

**Визитная**

**карточка человека**

В человеке все должно  
Быть прекрасно:  
И лицо, и душа, и  
одежда, и мысли.

А.П.Чехов

# Внешний облик – визитная карточка человека

Первая – физический облик

Вторая – твои движения,  
позы, жесты, мимика

Третья – оформление  
внешности,  
прически, одежды

**Только красота,  
сочетающаяся со скромностью,  
имеет право называться красотой.  
Красота без скромности -  
это не красота,  
а всего-навсего -  
миловидность.**

**М.Сервантес**