



Как стать лучше?

Цель:

помощь учащимся в процессе самопознания и самовоспитания характера, содействие их стремлению стать лучше.



Чтобы стать лучше, человек должен заниматься самовоспитанием.



Что такое самовоспитание?

Самовоспитание - это самостоятельное и целенаправленное развитие в себе тех способностей и черт характера, которых нам недостает.

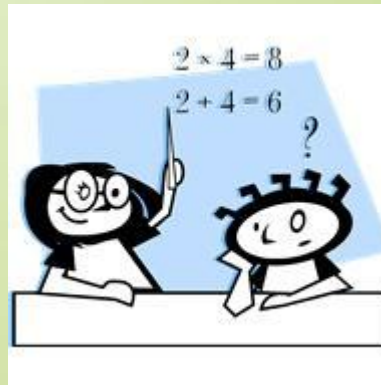
У каждого есть возможность сделаться в 5 - 10 - 20 раз умнее и способнее, особенно, если с самого раннего детства начинается развитие его способностей.





Велики ресурсы нашего тела.

Самовоспитание необходимо не только для развития в себе высоких нравственных и профессиональных качеств, но и для того, чтобы суметь использовать громадные резервы нашего мозга и тела.





Из чего же складывается система самовоспитания?

Прежде всего, необходимо выбрать себе достойную цель.

Необходимо развитие воли.

Самовоспитание начинается с самопознания.



Попробуйте ответить на вопрос, волевой ли вы человек, насколько развита ваша воля?

1. Делаешь ли ты по утрам зарядку?

- 1) нет;
- 2) иногда;
- 3) да.

2. Кто тебя будит по утрам?

- 1) мать;
- 2) будильник;
- 3) встаю сам.

3. Если тебе приходится выбирать между тем, что надо делать (уроки, например), и тем, что интересно (фильм), что ты выбираешь?

- 1) делаю то, что интересно;
- 2) когда как;
- 3) делаю дело.

4. Можешь ли ты отказаться пойти с друзьями, скажем, на каток, если у тебя запланировано другое занятие?

- 1) не могу;
- 2) иногда могу;
- 3) могу.

5. Всегда ли выполняешь свои обещания?

- 1) нет;
- 2) иногда;
- 3) да.

6. Можешь ли ты заставить себя сдержаться, если кто-то тебя обидел?

- 1) нет;
- 2) иногда;
- 3) да.

**Если сумму баллов меньше 12, ученику
много надо работать, укрепляя свою волю.**





Из чего же складывается система самовоспитания?

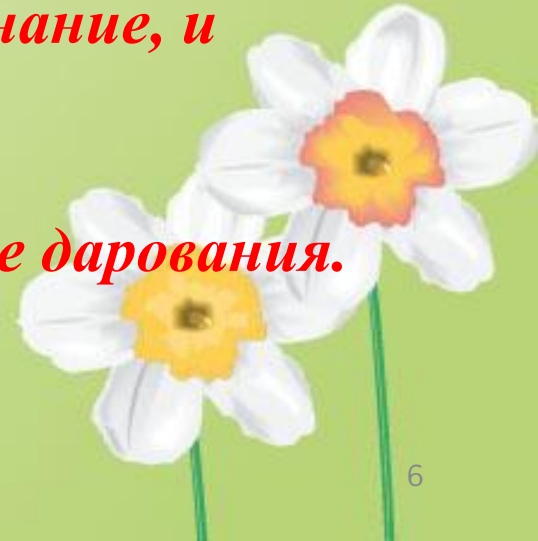
Прежде всего, необходимо выбрать себе достойную цель.

Необходимо развитие воли.

Самовоспитание начинается с самопознания.

Разработать для себя положительную программу внутренней перестройки, используя для этого и самопознание, и самовнушение.

В каждом из нас заложены природой большие дарования. Нужно стремиться раскрыть их.





Из предложенного перечня нравственных качеств личности выберите положительные и отметьте по 3-х бальной системе степень сформированности их у себя.

Это - прямота, трудолюбие, трусость, сознательность, уважение к людям, самокритичность, справедливость, сила воли, моральная надежность, смелость, отвага, требовательность (к себе, к другим), постоянство, вспыльчивость, честолюбие, скромность, доброта, самолюбие, самостоятельность, собранность, верность слову, правдивость, простота, неуверенность, самоуверенность, тщеславие, себялюбие, застенчивость, чванство, хвастовство, честность, лживость, активность, доброжелательность, способность к самопожертвованию, альтруизм, свободолюбие, гордость, стыдливость, деловитость, горделивость, любознательность, целеустремленность, человеколюбие, угодничество, подхалимство.



Попробуйте ответить на вопросы:

***совпадает ли то, что ты думаешь о себе,
с тем, что думают о тебе другие?***

Чьим мнением о себе ты больше всего дорожишь?

Какую черту своего характера ты считаешь главной?

