

Муниципальное образовательное учреждение
Олойская средняя общеобразовательная школа

**Внеклассное мероприятие для
старшеклассников
по теме
«ЖИЗНЬ ПРЕКРАСНА!...И МЫ ГОЛОСУЕМ ЗА
ЖИЗНЬ!»**

Провел: социальный педагог
Харандаева М.К.

с. Олой

Внеклассное мероприятие для старшекласников по теме: «ЖИЗНЬ ПРЕКРАСНА!...И МЫ ГОЛОСУЕМ ЗА ЖИЗНЬ!»

Цели: помочь подростку заглянуть в себя, осознать себя Личностью, осознать свои цели и смысл в жизни.

Задачи: развивать у подростков способность к саморефлексии и содействовать осознанию их жизненных целей; помочь подросткам сформировать активную жизненную позицию; развивать целеполагание и стремление к реализации личностного потенциала.

Участники: 10 класс

Оформление кабинета для проведения мероприятия

На доске большими буквами лозунг: «Жизнь прекрасна!...И мы голосуем за жизнь!»; плакаты с наклеенными листочками-опросниками; пословицы, поговорки, афоризмы, цитаты и суждения знаменитых людей о жизни, о смысле жизни и жизненных ценностях.

ХОД мероприятия:

1. Организационный момент

1. **Упражнение:** Учащиеся должны вслух произнести пословицу или поговорку о жизни (или здоровье).

*Наша жизнь – путешествие,
цель – путеводитель.
Нет путеводителя, и всё остановилось.
Цель утрачена, и сил как не бывало.
В. Гюго*

*Тот, кто имеет зачем жить,
Может вынести любое как.
Ф. Ницше*

2. Теоретическая часть.

21 век. Век скорости и движения. Время решительных шагов и достижения поставленных целей. Какая цель в вашей жизни? К чему стремитесь вы? Думаю, что такие вопросы себе не раз задавал каждый из вас.

7 апреля был всемирный день здоровья. В этот день человечество ещё раз призывает каждого задуматься о своём здоровье, о смысле жизни.

Сегодня мы посвящаем нашу акцию смыслу нашей жизни и проведём её под лозунгом «Мы голосуем за жизнь!».

Что же является двигателем наших успехов, удач, физического и психологического здоровья, и просто хорошего настроения? (*называют учащиеся*). Правильно, это – ЗОЖ: качественное и правильное питание, активная жизненная позиция, занятия спортом, физической культурой. А так же, приятное общение, занятия по интересам, здоровый сон, бережное отношение друг к другу, умение управлять своими эмоциями, своим настроением, позитивное отношение к себе и своей жизни, определение истинных ценностных ориентаций.

Упражнение «Продолжи предложение»: разделить класс на группы. Каждой группе раздаётся задание. Определите, что для вас значит жизнь, и продолжите фразу: «Жизнь – это ...», «Смысл моей жизни», «Для чего я живу?», «Чего я могу достигнуть в жизни?», «Вредители» моей

жизни». Ответы оформляются на разноцветных листках-опросниках. Каждая группа может представить несколько вариантов. Защита.

Здоровье – бесценное достояние не только каждого человека, но и всего общества. При встречах, расставаниях с близкими и дорогими людьми мы желаем им доброго и крепкого здоровья т.к. это – основное условие и залог полноценной и счастливой жизни. Здоровье помогает нам выполнять наши планы, успешно решать основные жизненные задачи, преодолевать трудности. Каждому из нас присуще желание быть сильным и здоровым, сохранить как можно дольше подвижность, бодрость, энергию и достичь долголетия. Эта главная ценность жизни. Его не купишь ни за какие деньги, его надо сохранять, оберегать и улучшать смолоду, с первых дней жизни ребенка.

В настоящее время **актуальной проблемой** современного общества становится формирование здорового образа жизни людей, который, в свою очередь является не только основой хорошего самочувствия человека, но и путём к оздоровлению нации. При этом необходимо учесть, что здоровый образ жизни человека не складывается сам по себе в зависимости от обстоятельств, а формируется в течение жизни целенаправленно и постоянно.

Пока горит свеча

Бывают дни, когда опустишь руки,
И нет ни слов, ни музыки, ни сил.
В такие дни я был с собой в разлуке,
Но никого помочь мне не просил.
И я хотел идти куда попало,
Закрыть свой дом и не найти ключа...
Но верил я: не все еще пропало,
Пока не меркнет свет, пока горит свеча...

А. Макаревич

Думаю, что у каждого из вас бывают такие моменты в жизни, а может и целые дни, когда не покидает плохое настроение, печаль, тоска. Как помочь себе в такие минуты? (слайд-примеры)

К сожалению, не каждый может контролировать свои слова, действия, поступки. Часто это неумение держать себя в руках приводит к конфликтам, раздражению, агрессии. Человек в таком состоянии вредит не только своему здоровью, но и здоровью окружающих его людей. Но самое страшное, когда такое «ужасное» настроение становится постоянным и привычным. Тогда подросток уже не отдаёт отчёт о своих действиях, не контролирует свою жизнь.

А ведь Восточная пословица гласит: “Посеешь поступок – пожнёшь привычку, посеешь привычку – пожнёшь характер, посеешь характер – пожнёшь судьбу”.

Видеофильм «Гвозди»

Учись воспитывать себя сам: свой характер, свои мысли, свои поступки. Чтобы главным лозунгом твоей жизни стали слова «Жизнь прекрасна! Я голосую за жизнь!».

Статистика утверждает, что в развитых странах средняя продолжительность жизни – 75 лет. Оказывается, с точки зрения генетического графика, - это лишь четверть предназначенного нам жизненного пути, который должен быть приблизительно 150-200 лет.

Прожив 75 лет, мы используем лишь часть времени, отпущенного нам для пребывания на этой прекрасной планете. Отыскать потерянную часть – задача достойная каждого цивилизованного человека. Важно еще и как прожить эту часть жизни! Где найти резервы здоровья – задача каждого из нас.

Задача каждого также: научиться владеть своими порывами; формировать свой характер; выбирать цель в жизни!

Будьте здоровы!!!

Вы только посмотрите, как велик человек! Уже ступил на луну и скоро побывает на других планетах. Вот-вот создаст искусственные жизнь и разум, которые будут способны контактировать с естественными, а затем и превьсят, созданное природой. И какими темпами! Ну, чем не бог?

А вот другие картины. Пройдитесь по улицам большого города: вы всегда встретите немало людей, которые шаркают подошвами по асфальту, дышат с трудом, ожиревшие, глаза потухшие. В страхе дрожат перед страданиями и смертью. Да тот ли человек покори́л космос, создал сонаты, выдвинул великие идеалы ...

1. В большинстве болезней виновата не природа, не общество, а только сам человек. Чаще всего он болеет от лени и жадности, иногда от неразумности...

2. Для здоровья одинаково необходимы 4 условия: физические нагрузки, ограничения в питании, закалка, время и умение отдыхать. И еще пятое – позитив во всем!

Если вы бережно относитесь к своему здоровью, вы проживете столько, сколько прожил Тициан. (Итальянский живописец Тициан жил с 1476 по 1576, то есть ровно 100 лет.)

Итак, в путь!

Здоровым можно назвать того человека, который верит в себя, в свои возможности, умеющий ставить перед собой цели и их добиваться. Здоровый человек, тот, который не плачет и не отступает перед преградами в жизни, ищущий решения в создавшихся трудных ситуациях. Здоровый человек тот, который несмотря на тяжёлые и порой невыносимые минуты своей жизни верит в удачу, контролирует свои эмоции и чувства и стремится своё тепло передать окружающим его людям.

Этому пример двух чемпионов Китая, которые после страшной аварии стали инвалидами, но остались такими же сильными духом и физически, не потеряли смысла жизни, а наоборот, всем своим упорством и терпением доказывают всему человечеству, что жизнь прекрасна!

Видеофильм «Балет»

Здоровый человек есть самое драгоценное произведение природы.

И в доказательство справедливости этих слов мы предоставляем возможность выступить каждому классу (домашнее задание): доказать справедливость высказываний. Время выступления – не более 3 минут.

3.Защита работ.

Темы для выступлений:

«Тайна бытия человеческого не в том, чтобы только жить, а в том, для чего жить. Без представления, для чего ему жить, человек не согласится жить и скорее истребит себя, чем останется на земле, хотя бы кругом его были все хлеба»

Ф. Достоевский

«Смысл жизни в красоте и силе стремления к целям, и нужно, чтобы каждый момент бытия имел свою высокую цель»

М. Горький

«Весь смысл жизни заключается в бесконечном завоевании неизвестного, в вечном усилии познать больше»

Э. Золя

«Понимать, что справедливо, чувствовать, что прекрасно, желать, что хорошо, - вот цель разумной жизни»

А. Платен

«Главная жизненная задача человека – дать жизнь самому себе, стать тем, чем он является потенциально. Самый важный плод его усилий – его собственная Личность»

Э. Фромм

Как в этом мире дышится легко,
Скажите мне, кто жизнью не доволен,
Скажите, кто вздыхает глубоко,
Я каждого счастливым сделать волен.
Пусть он придет! Я должен рассказать,
О том, что жить легко и неопасно.
Как сладко жить...я не могу молчать.
За жизнь я голосую, жизнь прекрасна!

Видеоролик «Что ты сделал для жизни?»

4.ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП

В завершение мероприятия учащимся предлагается на ватмане оставить отпечаток своей руки (ладошки), под которыми пишут пожелания добра под общим лозунгом: «Жизнь прекрасна!... Мы голосуем за жизнь!»