

ВНЕШНОСТЬ И ХАРАКТЕР

*Посеешь поступок – пожнешь привычку,
посеешь привычку – пожнешь характер,
посеешь характер – пожнешь судьбу.*

- Человек, живя в обществе и занимаясь деятельностью, проявляет себя как личность, выражая свое отношение к окружающему миру, к самому себе.

Особенности личности каждого проявляются в его характере.

- Давайте подумаем, что такое *характер*"? (Характер - это свойства человека, которые проявляются в его отношении к людям, к себе, к вещам).

У каждого человека есть свой характер. Нет двух людей с абсолютно одинаковыми характерами. Бывают у разных людей одинаковые черты характера, но все равно каждый будет проявлять их по-разному.

- Хорошо ли мы знаем друг друга

- Что вы увидели?

- Чем вы похожи друг на друга?

- В чем отличие?

- Что вы можете сказать о внешнем виде своих одноклассников?

- А что такое внешний вид?

Внешний вид - это внешность, лицо, волосы, глаза, одежда, обувь, тело, т.е. наружность человека.

Лицо - передняя часть головы человека.

Тело - организм человека, его внешние физические данные, его формы.

- Посмотрите теперь все друг на друга.

- Чем, прежде всего, отличаются люди один от другого? (Внешним видом.)

- На что мы в первую очередь обращаем внимание, когда встречаемся с человеком?

- На его лицо, а потом уже на одежду, т.е. на то, что мы видим в человеке, - внешний вид.

- Какой внешний вид должен быть у человека, чтобы с ним хотелось общаться?

(Привлекательным, добрым, аккуратным.)

Прочитаем стихотворение К. Чуковского «Мойдодыр»

Одеяло убежало,

Улетела простыня

И подушка, как лягушка,

Убежала от меня.

Я - за свечку,

Свечка - в печку,

Я - за книжку,

Та - бежать

И вприпрыжку - под кровать!

Я хочу напиться чаю,

К самовару подбегаю,

Но пузатый, от меня,

Убежал, как от огня.

Боже, Боже, что случилось?

От чего же все кругом

Завертелось, закружилось

И помчалось колесом?

Вдруг из маминой из спальни

Кривоногий и хромой

Выбегает умывальник

И качает головой:

«Ах ты гадкий, ах ты грязный.

Не умытый поросенок!
Ты чернее трубочиста –
Полюбуйся на себя:
У тебя на шее вакса,
У тебя под носом клякса,
У тебя такие руки,
Что сбежали даже брюки,
Даже брюки, даже брюки
Убежали от тебя...

Да здравствует мыло душистое
И полотенце пушистое,

И зубной порошок,
И густой гребешок!
Давайте же мыться, плескаться,
Купаться, нырять, кувыркаться
В ушате, в корыте, в лохани,
В реке, ручейке, океане,
И в ванне, и в бане
Всегда и везде –
Вечная слава воде!

- Почему это случилось с мальчиком?

- Что же было дальше?

- Обращаем внимание на то, чем заканчивается стихотворение и почему?

- Сколько раз надо чистить зубы? Почему?

- А какие предметы обихода нам помогают быть аккуратными и опрятными?

Загадки

Зубов много, а ничего не ест. (Расческа)

Улыбнешься - улыбнется,

Засмеешься - засмеется.

Бровь нахмуришь - повторит,

Жалко, что не говорит. (Зеркало)

Кирпичик розовый, душистый,

Помой его - сам станешь чистый. (Мыло)

Вафельное и полосатое,

гладкое и лохматое,

всегда под рукой - что это такое? (Полотенце)

- От чего еще зависит внешний вид человека?

- Что еще нужно делать для того, чтобы поддерживать в отличном состоянии внешний вид?

(Делать зарядку, закаляться, следить за осанкой и т.д.)

- От кого зависит внешний вид ученика?

Может быть только от мамы, которая старается, чтобы вы ушли в школу чистыми и опрятными?

- А всегда ли вы возвращаетесь такими домой?

- Цените ли мамины усилия и сами помогаете ли ей?

- Так от кого же зависит внешний вид человека?

(Прежде всего, от самого человека, от самого себя, от нашего желания быть аккуратными и опрятными.)

- Хорошо, а теперь скажите, неужели «Я» - это только внешний вид?

Прочитаем стихотворение М. Цветаевой

Одна половинка окна растворилась,

Одна половинка души показалась.

Давай-ка откроем и ту половину,

И ту половину окна!

«Я» - это не только внешний вид, но еще и внутренний мир. Человек может быть чистым, аккуратным, но общаться с ним не хочется: он груб, невежлив, невоспитан, не уважает маму, папу, учителя и т.д.

Значит, мы отличаемся не только внешним видом, но и своим неповторимым внутренним миром.

Притча. Плохой мальчик.

А какими качествами должен обладать человек? Подумаем об этом. Хочу в подарок подарить вам притчу.

Жил-был мальчик с ужасным характером. Его отец дал ему мешочек с гвоздями и сказал забивать по гвоздю в садовую ограду каждый раз, когда он будет терять терпение и с кем-то ссориться. В первый день мальчик забил 37 гвоздей. В течение следующих недель он старался сдерживаться, и количество забитых гвоздей уменьшалось день ото дня. Оказалось, что сдерживаться легче, чем забивать гвозди... Наконец наступил день, когда мальчик не забил в ограду ни одного гвоздя. Тогда он пошел к своему отцу и сказал об этом. И отец сказал ему вытаскивать по одному гвоздю из ограды за каждый день, в который он не потеряет терпения. Дни шли за днями, и наконец мальчик смог сказать отцу, что он вытащил из ограды все гвозди. Отец привел сына к ограде и сказал: "Сын мой, ты хорошо вел себя, но посмотри на эти дыры в ограде. Она больше никогда не будет такой, как раньше. Когда ты с кем-то ссоришься и говоришь вещи, которые могут сделать больно, ты наносишь собеседнику рану вроде этой. Ты можешь вонзить в человека нож, а потом его вытащить, но рана все равно останется..." Не важно, сколько раз ты будешь просить прощения, рана останется. Душевная рана приносит столько же боли, сколько телесная. Друзья - это редкие драгоценности, они приносят тебе улыбку и радость. Они готовы выслушать тебя, когда тебе это нужно, они поддерживают тебя и открывают тебе свое сердце. Покажи своим друзьям, как ты их любишь.

Давай людям больше, чем они ждут от тебя, и делай так со всем. Когда говоришь "я люблю тебя", говори это серьезно. Когда говоришь "мне очень жаль", смотри человеку в глаза. Не смейся над чужими мечтами. Ты можешь получить много душевных ран, но это единственный способ прожить свою жизнь. Не суди людей по их близким. Говори медленно, но думай быстро. Если тебе задают вопрос, на который тебе не хочется отвечать, улыбнись и спроси: "Почему ты хочешь это узнать?" Помни, что величайшая любовь и величайший успех несут очень большую опасность. Когда ты проигрываешь и теряешь многое, не потеряй урока. Помни о триаде: уважение к себе, уважение к другим, ответственность за свои поступки. Не позволяй маленькому различию разрушить большую дружбу. Улыбайся, когда говоришь по телефону. Тот, кто тебе звонит, почувствует это по твоему голосу. Читай между строк. Помни: иногда не получить что-то, когда ты этого хочешь, это удача.

Вопросы к беседе:

Почему отец посоветовал сыну вбивать гвозди в садовую ограду?

Что понял мальчик, когда стал сдерживать себя?

Почему отец предложил мальчику вытаскивать вбитые гвозди?

Какой совет дал отец сыну?

Игра «Словесный портрет»

Дать словесный портрет одного ученика из своего класса и предложить отгадать, кто это. В характеристике отразить физические данные, внешность, положительные черты характера, увлечения, привычки, выразительность поведения. Одноклассники должны узнать, о ком идет речь, и оценить, насколько словесный портрет соответствует действительному облику ученика.

Изменить свой характер - это значит, что человек смог освободиться от отрицательных качеств; это очень тяжелый труд. Для этого человек должен поставить перед собой цель - воспитывать волю

Идеальных людей не бывает. Необходимо стараться, чтобы плохие черты характера не мешали другим. Человек должен работать над собой, заниматься самовоспитанием.

Характер у большинства людей закладывается от рождения. Ученые выявили четыре типа характера: холерики, сангвиники, флегматики и меланхолики. От этого зависит выражение твоего настроения и отношения к людям.

Чаще всего, черты характера человека формируются под действием тех людей, которые его окружают: мамы, папы, бабушки, дедушки, учителя. Но самое главное, что все черты характера каждый человек может воспитывать в себе сам.

Черты характера бывают разными. Бывают положительными, а бывают отрицательными.

- Давайте подумаем, какие черты характера положительные, а какие отрицательные.

Учитель делит доску пополам. В одну колонку записывает положительные, а в другую - отрицательные черты характера.

Положительные	Отрицательные
<i>Трудолюбие, уважение, активность, тактичность, мужество, самостоятельность, аккуратность, доброта</i>	<i>Лень, высокомерие, трусость, грубость, неаккуратность, несамостоятельность</i>

Коммуникативное упражнение «Огонек общения»

На парту каждого ребенка учитель кладет три кружочка (цветочка) разных цветов. Учитель объясняет детям:

- Желтый цветочек вы дарите самому *доброму* в общении; зеленый - самому *уступчивому, покладистому*; фиолетовый - самому *скромному*, с вашей точки зрения.

Посмотрим, у кого самый большой букет получился.

Как вы думаете, почему?

Игра «Пословицы»

Собрать из отдельных слов, объяснить смысл.

- 1. Привычка - вторая натура.*
- 2. Кто сам собой не управит, тот и других не наставит*
- 3. Чужая душа - потемки.*
- 4. Вспыльчивый нрав не бывает лукав.*
- 5. На смелого собака лает, а трусливого кусает.*
- 6. Он не робкого десятка.*
- 7. У упрямого на голове хоть кол теши!*
- 8. В тихом омуте черти водятся.*
- 9. В душу влезет, а за грош продаст.*
- 10. Говорит бело, а делает черно.*
- 11. Завистливый по чужому счастью сохнет.*
- 12. Он все по чужой дудке пляшет.*

Учитель:

Вы живете среди людей. Не забывайте, что каждый ваш поступок, каждое ваше желание отражается на окружающих людях. Делайте всё так, чтобы людям, окружающим вас, было хорошо.

Самооценка - это мнение человека о самом себе, сформированное в результате сравнения с другими людьми.

Давайте посмотрим на уровень вашей самооценки.

Отвечая на вопросы, указывайте для вас перечисленные ниже состояния.

Очень часто 4балла

Часто 3балла

Редко 1балл

Никогда -0

1. Я часто волнуюсь понапрасну.

2. Мне хотелось, чтобы мои друзья подбадривали меня.

3. Я боюсь выглядеть глупцом.

4. Я беспокоюсь за свое будущее.

5. Внешний вид других куда лучше, чем мой.

6. Как жаль, что многие не понимают меня.

7. Чувствую, что я не умею как следует разговаривать с людьми.

8. Люди ждут от меня очень многого.

9. Чувствую себя скованным.

10. Мне кажется, что со мной должно случиться какая-нибудь неприятность.

11. Меня волнует мысль о том, как люди относятся ко мне.

12. Я чувствую, что люди говорят про меня за моей спиной.

13. Я не чувствую себя в безопасности.

14. Мне не с кем поделиться своими мыслями.

15. Люди не особенно интересуются моими достижениями.

Обработка результатов.

менее 10 -вам надо избавляться от чувства превосходства.

более 30-вы себя недооцениваете.

От 10 до 30-свидетельствует о психологической зрелости, адекватность самоотражения .

Информация к размышлению «Характер и воля»

Характер в переводе с греческого означает «чеканка», «отпечаток». Это индивидуальное сочетание психических, духовных свойств человека, которое проявляется в его поведении - в отношении к труду, к людям, к самому себе. Очень важным качеством характера является воля. Воля - способность человека преодолевать препятствия, добиваться поставленной цели. Она проявляется в таких качествах характера, как целеустремленность, решительность, настойчивость, мужество. Волевые люди обладают сильным характером. Они умеют ставить перед собой цели и добиваться их осуществления. Они активны, мужественны и смелы. Безвольные, слабовольные люди, наоборот, пассивны, нерешительны, несамостоятельны. Их называют слабохарактерными, бесхарактерными. Волевые качества можно воспитывать у человека. Об этом говорил знаменитый русский ученый И.П. Павлов. Он подчеркивал, что человек - это единственная система, способная регулировать сама себя в широких пределах, т. е. самосовершенствоваться.

Заключительное слово

Сегодня мы говорили о том, как работать над собой, чтобы стать лучше, совершенней. В этом вопросе нельзя дать рецептов, одинаковых для всех. Каждый человек уникален, и самовоспитание - это индивидуальный процесс. И длится он в течение всей жизни. Но одно правило - общее для всех: чтобы себя изменить, нужно усилие воли. Без этого никакие клятвы, намерения и планы не дадут результата. А воля закаляется как раз в преодолении трудностей. Именно так можно одержать победу над собой. И именно с этой победы начинаются все остальные победы.

А теперь сядьте поудобнее, закройте глаза, вспомните, все хорошее, что было на этом уроке, все добрые дела, о которых мы говорили, поместите это добро в свое сердце и живите с ним! А теперь откройте глаза, спасибо вам за работу. Урок окончен.