**Примерная матрица**

**для проведения занятия по программе «Я. МОЯ СЕМЬЯ. МОЯ РОДИНА»**

**7 класс**

**Тема: Мои жизненные цели**

**Время проведения:** октябрь

**Целевая установка:**

создать условия для осознания учащимися важности осознанного целеполагания;

формирование понимания важности построения жизненной траектории;

формирование ответственности за свою жизнь, действия.

**Методическая установка:**

Предложенная матрица занятия является примерной, при ее реализации необходимо учитывать особенности класса, традиции учреждения образования.

При проведении занятия рекомендуется использовать активные формы организации деятельности учащихся: активное обсуждение, дискуссия и др.

В качестве гостей можно пригласить участников проекта «Территория лидеров», актив пионерской дружины учреждения образования.

**Оформление помещений:**

Классный час может быть проведен в учебном кабинете, библиотеке, комнате общественных организаций. В помещении, в котором будет проходить занятие, могут быть представлены материалы реализации проекта «Территория лидеров».

**Материалы для подготовки и проведения занятия:**

1. Сайт ОО «Белорусская республиканская пионерская организация» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [https://brpo.by](https://brpo.by/). – Дата доступа: 26.09.2025.

2. Презентация к занятию.

|  |  |
| --- | --- |
| **Структурный компонент** **классного часа** | **Содержательный компонент классного часа** |
| **Вводный этап** | **Вступительное слово педагога.** В процессе взросления каждый сталкивается с необходимостью ставить перед собой четкие цели и искать оптимальные способы их реализации. Однако не менее важным является осознание возможных препятствий и умение своевременно реагировать на возникающие трудности. Осмысленный подход к постановке целей помогает избежать распространенных ошибок, характерных для молодых людей, начинающих самостоятельную жизнь. |
| **Основной этап**  | *Основной этап занятия конструируется на основе информационных материалов, предложенных в приложениях и презентации.*Важно организовать обсуждение информации, высказывание учащимися собственных суждений.**Примерные вопросы для обсуждения с учащимися:**1.Как вы считаете, надо ли планировать свое будущее и зачем это делать?2.Почему важно планировать свое ближайшее и отдаленное будущее, мечтать и ставить перед собой цели?3.Как выбирать цели и как помочь себе следовать своему выбору?4.Как вы думаете, почему важно подводить итоги сделанному? 5.Сталкивались ли вы с ситуациями, когда цель, которая казалась важной и привлекательной, позже становилась совершенно неинтересной и вы отказывались от нее? Как вам кажется, почему так может происходить?6. Как стать лучше, развиваться, расти и стать успешным?7.Как можно помочь себе двигаться к намеченной цели? Что помогает достигать успеха?8.Подумайте о своем опыте – часто ли вы сами подводите итоги, хвалите себя за выполненные дела и реальные достижения? Анализируете свои поступки и делаете выводы на будущее?**Упражнение «Ладошка»** (Приложение2)*Упражнение помогает учащимся уточнить личные цели и осознать ресурсы, которые могут помочь в достижении поставленных целей.***Знакомство с республиканским проектом пионерских поручений «Территория лидеров»** (Приложение 3)ОО «БРПО» через участие в проектах дает возможность ее членам научиться ставить цели и их достигать, развивать свои лидерские качества. |
| **Заключительный этап** | *Подводя итоги занятия, педагог подчеркивает важность осознанного подхода к жизненным целям и выбору путей их достижения. О*бращает внимание учащихся на необходимость осознания последствий принимаемых решений. Большинство обстоятельств находятся под контролем человека, и именно сознательный выбор определяет будущее каждого человека. Важно учитывать долгосрочные перспективы и стремиться минимизировать негативные факторы, влияющие на путь к успеху.  |

**Приложение 1**

**Информационные материалы**

**Цель** – запланированный и измеряемый по определенным критериям результат какой-либо деятельности. Достижение цели требует определенных действий, физических и умственных, решения промежуточных задач. Чем дальше человек заглядывает вперед и планирует, тем он успешнее.

Наличие жизненных целей сопряжено с переживанием осмысленности своего существования, ощущением ценности того, что было в прошлом, происходит в настоящем и будет происходить в будущем. Отсутствие целей в жизни влечет за собой ощущение бессмысленности, тоски, скуки.

Цель, которую ставит человек должна быть:

***конкретная*** (человек должен понимать, какого результата он хочет достичь; цель должна подразумевать один конкретный результат, а не несколько разных);

***измеримая*** (результат должен иметь критерии для оценки);

***достижимая*** (укладываться в реалистичные сроки, опираться на возможности человека, но в тоже время может быть в чем-то амбициозной, чтобы была возможность «расти» человеку);

***значимая*** (тогда у человека будут силы и желание преодолевать трудности на пути к их достижению);

***ограниченная во времени*** (человек должен достичь каких-то значимых результатов за обозначенный срок. Без указания срока о цели можно забыть или она потеряет смысл).

Сложные цели лучше разделять на этапы.

**Как правильно поставить цели:**

- подумать, что именно вы хотите;

- записать свои цели;

- установить четкий срок их достижения;

- составить список всего, что поможет достичь поставленные цели;

- делать что-то каждый день для их достижения.

Когда человек ставит цели, описывает для них план действий, он сразу понимает, в каком направлении нужно двигаться и что предпринимать для нужного результата. Человек не действует хаотично, а следует плану – так можно быстрее достигать целей и не тратить силы на лишнее.

Полезно периодически подводить итоги сделанному, чтобы отслеживать достижение поставленных целей. Например, в конце месяца или в конце учебного или календарного года можно отмечать на календаре свои достижения и самые радостные и интересные события за последний год.

Привычка обращать внимание на простые и подчас незаметные, но такие приятные и хорошие события, отмечать собственные успехи и достижения, а не проходить мимо них, позволяет человеку чувствовать себя счастливым, помогает верить в свои силы и дает энергию для достижения его целей.

Ставя определенные цели и достигая их, человек становится успешным в жизни. Цели, которые ставит перед собой человек, должны быть важными для него, тогда у него будут силы и желание преодолевать трудности на пути к их достижению. Чтобы достичь успеха в жизни, надо иметь определенное образование (не обязательно высшее), хорошее здоровье, уметь строить отношения с людьми.

Что может помешать достижению цели? Болезни, употребление наркотиков, алкоголя, ранний брак и рождение детей до того, как получили образование и начали хорошо зарабатывать. Есть обстоятельства, не зависящие от нашей воли, но во многих случаях мы все же можем влиять на ход событий и делать осознанный выбор. Оценив ситуацию, мы способны предвидеть вероятные последствия своих действий. Каждый принимает решение, и в его интересах, чтобы оно оказалось правильным.

**Приложение 2**

**Упражнение «Ладошка»**

*Упражнение помогает учащимся прояснить, уточнить личные цели и осознать ресурсы, которые могут помочь в достижении поставленных целей.*

Каждый участник кладет на лист бумаги свою ладонь с разведенными в стороны пальцами и обводит ее контур. После этого предлагается в контуре, изображающем каждый из пальцев, написать какую-либо собственную цель, которую хотелось бы достигнуть в ближайший год (*ваши пальцы показывают на то, чего вам хочется достичь*).

Необходимо распределить цели по степени значимости и последовательности достижения.

А на самой ладошке написать свои ресурсы – то, на кого или на что можно опереться при достижении этих целей, кто или что поможет на пути к ним («за что можно ухватиться ладошкой, продвигаясь к своим целям»).

***Обсуждение.*** Каждый из участников говорит, что нового он понял о себе в процессе выполнения этого упражнения. По желанию участники также могут продемонстрировать свои рисунки группе и более подробно рассказать, какие именно цели они поставили и какие условия необходимы для их достижения.

Необходимо периодически пересматривать свои «списки» ресурсов для того, чтобы убедиться, что двигаешься в выбранном направлении. Можно корректировать свой путь, возможно даже менять направление, но главное – это будет позволять видеть, как идет движение к поставленным целям.

**Приложение 3**

**Республиканский проект пионерских поручений «Территория лидеров»** – место, где идеи воплощаются в жизнь.

Получить умения ставить цели и их достигать, развить свои лидерские качества можно приняв участие в ***республиканском патриотическом проекте пионерских поручений «БРПО – территория лидеров».*** Здесь можно попробовать себя в роли лидеров, организаторов, креативщиков, блогеров, фотографов, журналистов, спикеров, наставников, волонтеров.

С октября по апрель необходимо выполнять постоянные и временные поручения, следуя специально разработанному плану, расширяя деятельность Детской палаты и углубляя свои навыки ([https://brpo.by/wp-content/uploads/2025/09/09\_-Об-утверждении-Положения-Территория-лидеров\_removed.pdf](https://brpo.by/wp-content/uploads/2025/09/09_-%D0%9E%D0%B1-%D1%83%D1%82%D0%B2%D0%B5%D1%80%D0%B6%D0%B4%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B8-%D0%9F%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B6%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D1%8F-%D0%A2%D0%B5%D1%80%D1%80%D0%B8%D1%82%D0%BE%D1%80%D0%B8%D1%8F-%D0%BB%D0%B8%D0%B4%D0%B5%D1%80%D0%BE%D0%B2_removed.pdf)).