Государственное автономное образовательное учреждение
Тюменской области

«Гимназия российской культуры»

Е.М. Малых

«Азбука жизни»

Методическое пособие

для классных руководителей
по организации внеурочных занятий
по формированию элементов
духовно-нравственной культуры
у старших школьников

Тюмень 2019

Содержание

1. Введение ……..2
2. Паспорт программы формирования элементов духовно-нравственной культуры у старших школьников «Азбука жизни»……3
3. Пояснительная записка……4-7
4. Планируемые результаты реализации программы……7-8
5. Содержание курса и тематическое планирование…….8-9
6. Методика и инструментарий мониторинга развития и воспитания подростков……..10-12
7. Материалы к занятиям ……..13-31
8. Анкетирование подростков……... 32
9. Список использованной литературы…….....33

Введение

ЕСЛИ ДУМАЕШЬ О ЗАВТРАШНЕМ ДНЕ - СЕЙ ЗЕРНО,
ЕСЛИ НА ДЕСЯТЬ ЛЕТ ВПЕРЕД - САЖАЙ ЛЕС,
ЕСЛИ ЖЕ НА СТО ЛЕТ - ВОСПИТЫВАЙ ДЕТЕЙ.

народная мудрость

Вопрос духовно-нравственного воспитания детей является одной из ключевых проблем, стоящих сегодня перед обществом и государством в целом.

Под "духовно-нравственным воспитанием" понимается процесс формирования:

- нравственных чувств (совести, долга, веры, ответственности, гражданственности, патриотизма),
- нравственного облика (терпения, милосердия, незлобивости),
- нравственной позиции (способности к различению добра и зла, проявлению самоотверженной любви, готовности к преодолению жизненных испытаний),
- нравственного поведения (готовности служения людям и Отечеству, проявления духовной рассудительности, послушания, доброй воли).

Надо подчеркнуть, что формирование нравственных понятий – это очень сложный и длительный процесс. Он требует постоянных усилий, систематического и планомерного сотрудничества учителя и ученика. Представленный в пособии материал поможет классным руководителям выстроить систему внеклассной работы по формированию духовно-нравственных ориентиров у старших школьников.

Паспорт программы

Основания для разработки программы	Конституция Российской Федерации Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» (в редакции2013 года с внесёнными в него изменениями) Федеральные государственные образовательные стандарты нового поколения (ФГОС) Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России Стратегия развития воспитания в РФ до 2025года
Полное название программы	Программа формирования элементов духовно- нравственной культуры «Азбука жизни» (для подростков 15-17 лет)
Заказчик программы, разработчик программы	ГАОУ ТО «Гимназия российской культуры»
Сроки реализации программы	2018-2022
Цель программы	Поддержка становления и развития высоконравственного, ответственного, инициативного и компетентного гражданина России, способного к самовоспитанию.
Задачи	Познакомить подростков с нравственными законами жизни; научить ставить перед собой жизненные цели; научить оценивать себя как личность и составлять программу саморазвития.
Краткое содержание программы	Программа содержит цели и задачи на 2018-2022 годы, основные направления духовно- нравственного развития и воспитания обучающихся, тематическое планирование занятий, методику и инструментарий мониторинга духовно-нравственного развития подростков, приложение (разработка занятий)
Ожидаемые результаты	Осознанный выбор подростком пути нравственного совершенствования
Система контроля	Контроль за реализацией программы осуществляется в установленном администрацией школы порядке
Название организации Автор программы	ГАОУ «Гимназия российской культуры» Учитель русского языка и литературы Малых Елена Михайловна
Почтовый адрес учреждения, телефон	г. Тюмень, ул.Широтная, 47 Тел. (3452) 33-97-11
Ф.И.О. руководителя организации	Загвязинская Эвелина Владимировна, директор ГАОУ ТО «Гимназия российской культуры»

Пояснительная записка

Во все времена и при всем разнообразии социально-экономических условий предметом заботы учителя были и остаются не только фактические знания учащихся по учебным предметам, но и их духовно-нравственный облик, культура поведения, ответственность, поиск смысла жизни.

В современном обществе в связи с экономическим, образовательным и духовным расслоением существует многообразие представлений о человеке и его предназначении в жизни. Различные партии, фракции, организации, религиозные конфессии, национальные объединения формулируют свои, нередко противоположные друг другу цели воспитания. Вопрос о целях воспитания представляется особо значимым сейчас еще и потому, что идет процесс формирования нового поколения российских граждан.

Воспитание гражданина страны – одно из главных условий национального возрождения. Понятие гражданственность предполагает освоение и реализацию ребенком своих прав и обязанностей по отношению к себе самому, своей семье, коллективу, к родному краю, Отечеству, планете Земля. Формируя гражданина, мы, прежде всего, должны видеть в нем человека. Поэтому гражданин с педагогической точки зрения – это самобытная индивидуальность, личность, обладающая единством духовно-нравственного и правового долга.

Под духовно-нравственным воспитанием понимается передача детям тех знаний, которые формируют их нравственность на основе традиционной для Отечества духовности, формирование опыта поведения и жизнедеятельности на базе духовно-нравственных ценностей, выработанных отечественной культурой в течение двух тысячелетий.

Духовно-нравственное воспитание является неотъемлемой частью общего учебно-воспитательного процесса, осуществляемого в системе отечественного образования. Традиционная педагогика считает необходимым целенаправленное развитие у человека проявлений духовности, а точнее – ее светлой стороны, ориентированной на доброту, любовь, истину, уважение к другим людям, сострадание, сочувствие, что соответствует общечеловеческим ценностным ориентациям, определяющим смысл жизни человека как непрерывное духовно-нравственное совершенствование.

Представленные в программе знания и формирующиеся на их основе умения необходимы современным подросткам. Потенциал развития современных государств зависит, как известно, не столько от внешней силы, олицетворяемой органами власти, сколько от нравственного состояния государства, от сплочения личностей, его составляющих. Отсюда проблема нравственного развития личности очевидна и актуальность её бесспорна.

Процесс нравственного развития личности - один из самых сложных, длительных и трудоёмких, порою результаты кажутся незаметными, а в контексте «культуры полезности» (А.Г. Асмолов) затраты, на внешний взгляд, кажутся даже бесполезными, однако нужно понимать, что результат такой работы может иметь и отсроченной действие.

Условно процесс нравственного развития можно разделить на два взаимосвязанных и взаимообусловленных этапа: этап воспитания и этап самовоспитания. Занятия в рамках программы «Азбука жизни» ориентируют подростка на развитие способности самовоспитания, что очень важно, так как школьная система воспитания недостаточно эффективно обращается к этой стороне развития личности.

Программа духовно-нравственного развития «Азбука жизни» учащихся разработана в соответствии с Конституцией Российской Федерации, с требованиями Федерального закона Российской Федерации «Об образовании» (в редакции 2013 года с внесёнными в него изменениями), Федеральных государственных образовательных стандартов нового поколения (ФГОС); на основании Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, Стратегии развития и воспитания в РФ до 2025года, с учётом опыта воспитательной работы гимназии.

Цель программы: поддержка становления и развития высоконравственного, ответственного, инициативного и компетентного гражданина России, способного к самовоспитанию.

Задачи программы:

- познакомить подростков с нравственными законами жизни;
- научить ставить перед собой жизненные цели;
- научить оценивать себя как личность и составлять программу саморазвития.

Духовно-нравственное воспитание – это педагогически организованный процесс, в котором учащимся передаются духовно-нравственные нормы жизни, создаются условия для усвоения и принятия обучающимися базовых национальных ценностей, для освоения системы общечеловеческих, культурных, духовных и нравственных ценностей многонационального народа Российской Федерации.

Духовно-нравственное развитие детей осуществляется в процессе социализации, последовательного расширения и укрепления ценностно-смысловой сферы личности, формирования способности человека оценивать и сознательно выстраивать на основе традиционных моральных норм и нравственных идеалов отношения к себе, другим людям, обществу, государству, Отечеству, миру в целом.

Ценностные ориентиры духовно-нравственного развития и воспитания определяются требованиями ФГОС и общим представлением о современном выпускнике школы.

Основные направления духовно-нравственного развития и воспитания обучающихся

Духовно-нравственное развитие и воспитание учащихся строится на основании базовых национальных ценностей по следующим направлениям:

1. Воспитание гражданственности, патриотизма, уважения к правам, свободам и обязанностям человека.

Ценности: любовь к России, своему народу, своему краю, служение

Отечеству; ценность свободы выбора и признание закона и правопорядка, ценность мира в многонациональном государстве, толерантность, как социальная форма гражданского общества.

2. Воспитание нравственных чувств и этического сознания.

Ценности: ценность человеческой жизни, смысл жизни; ценность мира как принципа жизни, ценность добра, справедливости, милосердия, чести, достоинства; свобода совести и вероисповедания; представление о вере, духовной культуре и светской этике.

3. Воспитание трудолюбия, творческого отношения к учению, труду, способности к профессиональному самоопределению.

Ценности: ценность труда и творчества; ценность познания мира; ценность таких качеств личности как целеустремленность и настойчивость, бережливость.

4. Формирование ценностного отношения к семье, здоровью и здоровому образу жизни.

Ценности: ценность семьи, уважение к родителям, забота о старших и младших; ценность здоровья (физического, нравственного и социально-психологического), стремление к здоровому образу жизни.

5. Воспитание ценностного отношения к природе, окружающей среде (экологическое воспитание).

Ценности: планета Земля – общий дом для всех жителей Земли; ценность природы, родной земли, родной природы; ответственность человека за окружающую среду.

6. Воспитание ценностного отношения к прекрасному, формирование представлений об эстетических идеалах и ценностях (эстетическое воспитание).

Ценности: дар слова, ценность красоты в различных её проявлениях, ценность творчества.

Программа формирования элементов духовно-нравственной культуры у старших школьников **«Азбука жизни»** основана на знаниях в области философии, этики, религии, психологии, литературы, истории и т. д. Эти знания обработаны автором программы и переведены в другой формат, доступный для понимания подростку.

Программа состоит из семи внеклассных занятий, которые проводятся один раз в месяц, и в зависимости от аудитории могут проходить в форме лекции, диспута, дискуссии, практикума, квеста и т.д. Продолжительность одного занятия – 45 минут. В конце каждого занятия подростки могут задать интересующие вопросы и устно, и письменно (при необходимости анонимно). Заключительным должен стать этап рефлексии, который может быть проведён в форме отзыва, рисунка, синквейна, тренинга, игры, эссе, мини-сочинения и т. д.

Результатом данной работы должен стать осознанный выбор подростком пути нравственного совершенствования. Для кого-то эти занятия станут стимулом к немедленному пересмотру своих жизненных ориентиров, на кого-то этот материал будет иметь отсроченное воздействие. На занятиях возможно присутствие родителей, педагогов, которые могут помочь подростку осознать необходимость внутреннего развития.

Планируемые результаты реализации программы

Личностные результаты:

- становление основ российской гражданской идентичности личности как чувства гордости за свою Родину, народ, историю; развитие самоуважения и способности адекватно оценивать себя и свои достижения, видеть сильные и слабые стороны своей личности;
- понимание основных моральных норм и ориентация на их выполнение на основе понимания их социальной необходимости; развитие этических чувств - стыда, вины, совести как регуляторов морального поведения;
- достижение определённого успеха в сфере коммуникативных навыков учащихся, умения работать с текстом, осуществлять информационный поиск, извлекать и преобразовывать необходимую информацию.

Метапредметные результаты:

Направленность курса на интенсивное духовно-нравственное и эмоциональное развитие создает условия для реализации надпредметной функции, которую литература выполняет в системе школьного образования. В процессе изучения курса ученик получает возможность совершенствовать универсальные учебные действия (УУД), которые базируются на видах речевой и мыслительной деятельности. В процессе занятий курса «Азбука жизни» совершенствуются и развиваются следующие УУД:

- коммуникативные (владение всеми видами речевой деятельности и основами культуры устной и письменной речи, базовыми умениями и навыками работы в группах, в различных формах ситуаций общения);
- регулятивные (умение формулировать цель деятельности, планировать ее, осуществлять самоконтроль, самооценку, само коррекцию);
- познавательные (сравнение и сопоставление, соотнесение, синтез, обобщение, абстрагирование, оценивание и классификация, умение осуществлять библиографический поиск, извлекать информацию из различных источников, умение работать с текстом).

Ожидаемый педагогический результат

По окончании обучения у старшеклассников должно сформироваться:

- высокие моральные качества;
- чувство любви к своей семье. К родному городу, к Родине;
- самостоятельность, здоровый образ жизни;
- интерес к чтению элитарной литературы.

Содержание и тематическое планирование курса «Азбука жизни»

№ п/п	кол-во часов	время проведе	Тема занятия	Основное содержание	Формы организации	Виды деятельности
1.	1	сентябрь	Что такое образование или как найти правильный путь	Понятие образованность, цели образования, как стать образованным человеком.	фронтальная парная	дискуссия беседа создание монологическог о высказывания
2.	1	октябрь	Роль языка в жизни человека	Что такое речь, как речь влияет на жизнь человека, система работы над собственной речью.	фронтальная групповая	беседа, составление памятки «План работы над собственной речью»
3.	1	ноябрь	Как стать настоящим читателем	Роль литературы в жизни человека, кто такой настоящий читатель, как развить в себе качества читателя.	фронтальная групповая фронтальная	дискуссия беседа создание монологическог о высказывания
4.	1	декабрь	Как научиться беречь себя	Важность соблюдения режима дня, экология звука, запаха, экология сна, экология эмоций.	фронтальная	лекция
5.	1	февраль	Повесть о настоящем мужчине	Понятие мужественности, чести; качества настоящего мужчины.	фронтальная индивидуаль ная	дискуссия беседа создание монологическог о высказывания
6.	1	март	Счастье быть женщиной	Качества настоящей женщины, выполнение женской программы на земле.	фронтальная индивидуаль ная	дискуссия беседа создание монологическог о высказывания
7.	1	апрель	Программа развития человеческой личности	Знание нравственных законов и условия их выполнения.	фронтальная индивидуаль ная	беседа создание монологическог о высказывания
8.	1	май	Круглый стол «Выученные уроки»	Подведение итогов работы	групповая	дискуссия

Программа «Азбука жизни» предназначена для работы с подростками 15-17 лет и может применяться в любом учебном заведении. Работать по данной программе могут педагоги и психологи, владеющие определёнными в программе знаниями, занимающиеся саморазвитием и проявляющие заинтересованность в вопросах воспитания подростков.

Программа прошла первый этап апробации в рамках классных часов в 2008-2009 годах в 10А классе лицея №81 г. Тюмени. Подростки оставили положительные отзывы о необходимости таких занятий в школе, аргументируя это тем, что они смогли улучшить свои отношения со сверстниками или с родителями, повысить дисциплину, настоять на своём выборе профессии, а в целом, посмотреть на жизнь более оптимистично.

Второй этап апробации был проведён в 2016-2017 учебном году на 9З и 9И классах МАОУ лицея № 81.До начала занятий и после их проведения подростки участвовали в анкетировании, результаты которого говорят о развитии личностных УУД учащихся, о заинтересованности подростков в темах занятий по программе «Азбука жизни» (см. в Приложении).

Методика и инструментарий мониторинга духовно-нравственного развития и воспитания подростков

Основные результаты духовно-нравственного развития и воспитания учащихся оцениваются в рамках мониторинговых процедур, в которых ведущими методами являются: экспертные суждения (родителей, партнёров школы); анонимные анкеты, позволяющие анализировать (не оценивать) ценностную сферу личности; различные тестовые инструменты, созданные с учетом возраста; самооценочныесуждения детей.

Критерии сформированности ключевых компетенций обучающихся как показатели уровня духовно-нравственного развития и воспитания

Компетенции	В старшем звене (10-11кл.)	средний уровень	хороший уровень	высокий уровень
Учебно-познавательная	Самостоятельно изучает тему			
	Передача содержания материала в графических и других формах свёртывания информации			
	Самостоятельно планирует свою деятельность			
	Систематизирует понятия, поясняет своими словами, использует в речи и при ответах			
	Воспроизводит основную мысль прослушанного, прочитанного, использует его содержание в речи			
	Владеет самоконтролем, взаимоконтролем			
	Имеет навыки самооценки и взаимооценки			
	Умеет использовать знания в нестандартной ситуации, осуществлять творческий подход			
	Имеет скорость чтения, списывания, вычисления согласно программе			
	Умеет дать рецензию на ответ, интервью по теме, составить план, тезисы, конспект, протокол, заявление, автобиографию,			

	характеристику			
	Применяет различные виды чтения в зависимости от поставленной цели			
	Устанавливает межпредметные связи			
	Делает выводы, умозаключения, проводит аналогии			
	Умеет связно излагать материал из разных источников			
Коммуникативная	Ведёт диалог с целью получения, уточнения, систематизации информации			
	Имеет коммуникативные навыки, навыки сотрудничества, навыки объединения для выполнения задания			
Общекультурная	Осознанно соблюдает правила поведения			
	Соблюдает правила мужского и женского этикета			
	Умеет эстетично, со вкусом одеться			
	Умеет строить бесконфликтные отношения			
	Имеет информацию о классических произведениях искусства, знает художественные и музыкальные произведения			
	Участвует в различных конкурсах, творческих проектах			
	Имеет достаточный уровень начитанности, эрудиции			
Личностного самосовершенствования	Выполняет возрастные нормы по физической подготовке			
	Выполняет правила личной гигиены в соответствии с возрастом			
	Имеет потребность в здоровом образе жизни			
	Умеет составить режим дня, корректировать его			

	Умеет отстаивать свои интересы			
	Умеет ценить чужой труд, принимает посильное участие в создании материальных ценностей			
	Осознаёт ценность нравственных человеческих качеств и положительных сторон характера			
	Имеет навыки саморегулирования, самовоспитания, самосовершенствования в соответствии с нормами нравственности и морали			
Социально-бытовая	Имеет понятие о рынке труда			
	Имеет представление о семейном бюджете, обязанностях детей и родителей			
	Умеет применять навыки самообслуживания и обеспечения безопасности			
	Владеет навыками обустройства быта, обеспечения себя всем необходимым			

Материалы к занятиям

Что такое образование или как найти правильный путь

Добрый день, уважаемые слушатели. Сегодня мы попробуем разобраться в очень простой, на первый взгляд, теме- что значит быть образованным человеком и как выбрать направление своего образования. Приведу результаты опроса пятиклассников: на вопрос «зачем вы ходите в школу?» практически все ответили: «Чтобы сдать ЕГЭ, потом поступить в ВУЗ, потом найти работу, чтобы кормить семью». А как бы вы ответили на этот же вопрос? Почему в нашей стране неполное среднее образование считается обязательным? Если ваша цель просто кормить себя, то зачем так долго учиться и учить столько всего, казалось бы, ненужного?

Начнём с науки. Учёные утверждают, что человеческий организм обновляется каждые 7 лет. Психологи говорят о том, что человек каждые 7 лет проходит личностный кризис – своеобразный экзамен жизни. В 7 лет человек идёт в школу. В христианской традиции с 7 лет ребёнок без исповеди не допускается до причастия, т.е. он с 7 лет несёт ответственность перед Богом. В 14 лет гражданин получает паспорт, и с 14 лет наступает уголовная ответственность, Т.е. человек уже должен отвечать за свои поступки перед законом. Этот кризис называют «переходным возрастом». Чего только подростки не пробуют в этом возрасте, иногда пробуют такое, что может сломать им всю жизнь. Казалось бы, следующий экзамен должен быть в 17, когда мы выбираем ВУЗ, а нет, экзамен наступает тогда, когда мы его заканчиваем. Почему?

Кто-то диплом получил. А образование не сумел, и вроде на лекциях был и экзамены неплохо сдавал. Обучение начинается после обучения (пример парикмахера или водителя). Так в любой профессии. В школе и в ВУЗе ты должен научиться обучаться САМ. Обучаться всю жизнь, чтобы в своей профессии стать мастером, чтобы работа для тебя стала не источником денег на кусок хлеба, а вдохновением (пример: дворник, библиотекарь).

Вы не потеряли нить нашей беседы? В конце разговора мы обобщим всё сказанное.

Суфийская притча

К одному учителю пришёл человек и спросил:

- Что мне сделать, чтобы стать мудрым?

Учитель ответил:

- Выйди и постой на улице.

А там лил дождь. Человек постоял. Постоял, весь промок, решил зайти обратно. Он сказал:

- Я постоял там, что дальше?

- Что произошло с вами, когда вы там стояли, было ли какое-нибудь открытие?

- Открытие? Я просто думал, что стою там как дурак.

- О! Это великое открытие, вы на правильной дороге. Если вы знаете, что вы дурак, изменения уже начались.

В чём смысл сказанного? Мы всегда должны чувствовать, что мы не всё знаем, не всё умеем. И поэтому в нас горит жажда знаний. Я приведу пример такой жажды. Это отрывок автобиографической книги Джека Лондона, он описывает своё самообучение (слайд).

В Гарвардском университете везде стоят доски с мелом: на выходе из столовой, в коридорах, в парке. Чтобы любой студент или профессор, занимающийся наукой, мог записать свою гениальную мысль, своё озарение, иначе мы просто можем этого не вспомнить уже через минуту.

Носите с собой всегда блокнот. Фиксируйте свои мысли. Составляйте план дел, записывайте новые слова, Неизвестные строки, книги, которые нужно прочесть, крылатые выражения и т.д.

Говорят: «Что написано пером, того не вырубишь и топором», т.е. ваши идеи, мысли планы будут иметь дополнительную силу.

От блокнота перейдём к главному моменту: планируйте своё развитие. Посмотрите, какие задачи ставил перед собой Лев Толстой в восемнадцатилетнем возрасте. Именно умение планировать и осуществлять своё развитие помогло ему, не окончившему университета, стать образованнейшим человеком своего времени (слайд).

Обратимся к главной христианской молитве. Многие думают, что «хлеб насущный» - это еда, на самом деле христианин просит и духовной пищи от Господа. Это руководство, здесь книга попалась нужная, человек встретился интересный, внезапно пришёл ответ на давно мучивший вопрос. В Коране тоже написано, что мусульманин должен учиться всю жизнь.

"Хлеб наш насущный дай нам на сей день"

Хлеб насущный – это все необходимое для нашего существования: пища, одежда, дом, тепло, работа, образование и т.д. Также это нужды души и духа в правильном питании Словом Божьим для гармоничного развития.

Подведём небольшой итог: заниматься развитием, планировать своё развитие, а верующий человек ещё и Господа просит в жизненном руководстве, в жизненном материале.

Самое главное: как выбрать то направление? Цитаты из разных книг, даже не буду называть авторов, важны сами цитаты.

1. В нашей стране 35 млн. человек живут за чертой бедности, т.к. не ищут призвание, не занимаются саморазвитием.
2. Желание получить такую профессию, которая бы гарантировала «кусок хлеба» - путь вникуда…
3. Работа должна превратиться в подвижничество, миссионерство, в проповедь. Это даёт удовлетворение главному аспекту нашей личности – душе.
4. Когда мне не хватало денег, я садился думать, а не бежал зарабатывать. Идея – самый дорогой товар (Стив Джобс).
5. Образованный человек не думает о том, как найти хорошую работу, он думает о том, как создать рабочие места (Роберт Кийосаки).

Вывод: прежде, чем стремиться на какой-то престижный факультет, побольше узнайте об этой профессии, подумайте, сможете ли вы развиваться в этой профессии, представьте свой рабочий день.

Немаловажное значение в профессиональном успехе имеет наше умение контактировать с другими людьми, учиться у других людей. В Академии Платона готовили философов. В центре воспитания идея о совместном проживании мудрецов, идея о том, что, прежде чем строить идеальное общество, нужно воспитать добродетель в каждом отдельном человеке. Экзамен в школу Платона (слайд)

Чтобы быть успешным в образовании, общайтесь с образованными людьми. Стив Джобс сказал, что отдал бы всё своё состояние (технологии) за одну встречу с Сократом, древнегреческим бродячим философом, который большую часть жизни провёл на площадях Афин. А какая личность вас поразила, ваш эталон? (пример сочинения «мой жизненный идеал»).

Итог нашей беседы (на слайде)

1. Осознавайте смысл своей жизни, планируйте своё развитие, занимайтесь саморазвитием.
2. Выбирайте профессию не из мысли заработать, а из мысли принести пользу людям, стране, городу, миру… Ставьте перед собой высокие цели. («Все мои сочинения должны издаваться и распространяться безвозмездно» Л.Н. Толстой)
3. Будьте позитивными, улыбайтесь, живите в мире с людьми, общайтесь с интересными людьми, не прожигайте время с пустыми «друзьями».

Сделали ли вы какие-нибудь заметки для себя? Оцените одним словом данный материал, ваше состояние, ваше впечатление, пользу

Не одинаковое слово скажешь: иное оживит, а иное убьёт душу твою и, может быть, душу брата твоего. Потому и сказано: слово ваше да бывает всегда во благодати, солию растворено, да даст благодать слышащим. (*Послание к Колоссянам Святого Апостола Петра 4.6)*

Всякое слово гнило да не исходит из уст ваших *(Послание Ефесянам Святого Апостола Павла 4.29)*

Роль языка в жизни человека

Язык – визитная карточка человека. Представьте себе, что вы слышите разговор двух человек, но не видите их (они за высоким забором громко разговаривают). Сможете ли вы определить возраст людей, их социальный статус, уровень образованности и воспитанности? Конечно, слушая человека, мы можем его представить, ведь наша речь отражает мышление, внутренние процессы, как человек говорит, так он и думает. Так он и действует. Сократ говорил: «Заговори со мной, и я скажу, кто ты». И если перед собой вы видите красавицу, да ещё и со вкусом одетую и накрашенную, не торопитесь, пообщайтесь с ней, и всего за несколько минут вы поймёте, кто перед вами: «гений чистой красоты» или обыкновенная кукла.

Наша речь имеет два аспекта – содержание и выражение. Содержание – это мысль, а выражение – это слова, которыми мы пользуемся для выражения мысли. Два разных человека одну просьбу (одно содержание) могут выразить разными словами, разной интонацией, и результат просьбы может быть разным. Если вы начнёте работать над средствами выражения мыслей, усовершенствуете эту сторону речи, то постепенно будет меняться и наполнение её. В этом и есть волшебная сила слова: нам кажется, что умные мысли рождают красивые слова, а на самом деле грамотное изящное слово развивает ум и помогает рождаться возвышенным мыслям и чувствам.

Роман *Джека Лондона* «Мартин Иден» – захватывающая история молодого моряка, который захотел изменить свою жизнь и стать писателем. В отличие от абсолютного большинства своих товарищей, Мартин обладал впечатлительной, тонкой натурой и развитым воображением. Его душа подсознательно тянулась к прекрасному, и однажды Мартин осознал, что может и должен стать лучше, чем он есть, получить образование, изучить науку и искусство.

Его перерождению способствовала встреча с девушкой из богатой семьи. В гостях у Артура Морза Мартин познакомился с его сестрой *Руфью*. Руфь показалась юноше олицетворением духовной красоты и ума. Чтобы стать хоть немного ближе к любимой, Мартин стал много и упоенно читать, осваивать правила этикета, изучать философию и грамматику. Руфь, которую привлекала мужественность и сила воли юноши, решила помочь ему стать образованней. Поначалу она смотрит на его скудные знания со снисхождением, но вскоре понимает, что он догоняет ее и демонстрирует поразительную глубину суждений. «Чем больше она интересовалась моряком, тем сильнее ей хотелось переделать его жизнь». Руфь, которая привыкла смотреть на родителей и знакомых как на пример для подражания, стремится навязать Мартину идеалы стяжательства, корысти, высокомерия. Но Мартин не приемлет таких кумиров: «*Юноша, одержимый любовью, может умереть за поцелуй, но не за тридцать тысяч долларов в год!*»

Но самое главное: он выписал два абонемента, купил толковый словарь, постоянно посещал библиотеку, 8 месяцев занимался грамматикой, когда находился в плавании. Однажды они разговорились о произведении живописи, и Руфь осознаёт, насколько изменился этот молодой человек, её поражает глубина его суждений. Не просто слова поразили, а мысли. Т.е. работая над словом, простой моряк изменил себя, свою судьбу. Джек Лондон описывает историю моряка, который стал писателем.

Воспитываясь в определённой речевой семейной среде, мы с молоком матери впитываем родительскую речь как образец, а вместе с ней и мыслим так же, как родители. И очень трудно начинать речевое саморазвитие, не вырвавшись из устоявшихся семейных норм. Но если вы поймёте, что ваша судьба зависит от речи, да и атмосфера в семье практически всегда зависит от умения её членов разговаривать. Пример: мама будит дочь в школу: «Вставай быстро, мы опаздываем, просыпайся же ты наконец!»; «Доченька, вставай, моя красавица,

доброе утро, я тебя люблю!» Посмотрите, одно содержание, но разное выражение. В какой речевой ситуации вы хотели бы оказаться и почему?

Каждое слово имеет своё вибрационное звучание, свою окраску. Пример: на музыкальном инструменте мы складываем ноты в гармонию, звучит аккорд, если сложить дисгармонию – слушать это неприятно. Так и слова. Самое красивое слово – любовь, люблю. А все грубые, низкие слова, жаргоны, слова-паразиты, нецензурная брань – это речевые шлаки, вибрационная дисгармония, и если человек использует такой способ речи – его жизнь – круг проблем.

Пути работы над собственной речью:

1. Читать.
2. Учить наизусть.
3. Работать со словарями.
4. Вести дневник, перечитывать и сравнивать свои записи.
5. Создавать небольшие высказывания на любые темы, формулировать свою точку зрения и выступать перед зеркалом.
6. Искать красивые, изящные слова, записывать. Пробовать использовать в речи.
7. Вести цитатник.
8. Избавляться от речевых шлаков.
9. Расширять разговорную практику. Искать грамотных, начитанных собеседников.
10. Работать над речью членов своей семьи (пропагандировать грамотную речь).

Речевой тренинг:

- Разговор за завтраком.
- Как попросить, чтобы тебе не отказали.
- Как наладить общение с одноклассницей, которая тебя недолюбливает.

Вся мудрость народа заключена в его фольклоре. Очень много пословиц о языке существует, выделю лишь несколько, чтобы указать на ещё один аспект речи:

Молчание – золото.

Слово не воробей, вылетит – не поймаешь.

Больше дела – меньше слов.

Верёвка хороша длинная, а речь короткая.

Поменьше говори, побольше услышишь.

Все эти выражения предостерегают нас от пустословия, говорят о необходимости управлять своей мыслью.

Я искренне желаю вам встать на путь совершенствования себя, развивать у себя языковой вкус, эстетическое чутьё языка. Закончить наше занятие хочу поразительными словами Сухомлинского: «Слово – это тончайшее прикосновение к душе…». Учитесь с помощью слова общаться на уровне душ.

Как стать настоящим читателем?

Цели:

1. поработать над понятием настоящий читатель, творческий читатель;
2. продолжить работу по формированию навыков работы с текстом;
3. продолжить работу по воспитанию творческого, думающего читателя.

(слайд тема занятия, эпиграф)

Ход занятия:

1.Вступление. Поговорим о читателе. О нём говорят редко и мало. А между тем читатель – лицо незаменимое. Без него не только современные книги, но и произведения Гомера, Данте, Шекспира, Гёте, Пушкина – всего лишь немая и мёртвая груда бумаги. Сегодня на уроке мы попытаемся создать портрет настоящего читателя.

2.Работа в группах с предложенными текстами.

Задание:

- прочитайте тексты и составьте портрет настоящегочитателя;
- назовите, какими синонимичными выражениями можно заменить выражение «настоящий читатель».

3.Выступление групп (слайд портрет настоящего читателя.)

4.Чтение стихотворения В.Кочеткова (слайд о Кочеткове). Подумайте, о каком качестве современного читателя идёт речь? (умение творить, сотворчество).

5.Новое в сетелитературе – создание гипертекстовых произведений (слайд с произведениями).

6.Рефлексия. Вопрос каждой группе: Как стать настоящим читателем? Что нового вы узнали, что почувствовали о чём хотелось бы поразмышлять, на какой вопрос не получили ответа? (слайд)

7.Эмоциональное состояние. Каждый в группе представляет одно слово, отражающее его внутреннее состояние.

8.Домашнее задание: (слайд) составить план работы над повышением собственной читательской культуры.

Материалы к занятию

****

Кто самый главный враг для писателя?

Читатель.

Не другой писатель.

Не чудак-любитель или графоман.

А именно – Читатель.

Потому что Читатель умеет писать.

А научили его этому – писатели.

Раньше как было?

Так.
Писатель – пишет.
Читатель – читает.
Друг другу не мешают.
Вообще друг друга знать не знают.
Идиллия!
А потом появился интернет.
Вещь – о-го-го!
Хорошая.
Для писателей.
Они так сначала думали.
«Ну, теперь-то мы нашему любимому Читателю всё-пре-всё дадим почитать!»
Радовались они.
«Господи, пусть только он не ленится - в интернет почаще ходит пусть!.. Ага?..»
Молились они.
«Читалюшка ты наш!.. Тута мы!.. Цып-цып-цып!..»
Зазывали они.
И он - пришел!..
Боль..шо-ой!..
Лох..ма-атый!..
Хотя с виду от писателя и не отличишь.
В халате и домашних та-апочках!..
С клавиатурой и мы-ышкой!..
А пальцами-то как в клавиши попадал - лег-ко!..
Особенно одним, указательным, у него хорошо получалось.
Писатели обрадовались.
Читай! – сказали ему.
И отметки ставь, что прочитал.
Угу, - сказал Читатель.
И стал ставить отметки.
Такие: прочитал… прочитал… прочитал…
Эй, ты чего?! – удивились писатели.
Не понравилось, что ли?.. Подробнее пиши!..
Угу, - снова сказал Читатель.
И стал писать так: прочитал, понравилось… прочитал, понравилось… прочитал, понравилось…

Да что же ты такой?!.. – возмутились писатели, - Заладил, как попугай!..
Обо всём пиши: что понравилось; что не понравилось!

Почему понравилось – не понравилось.
Вот так пиши!
Так я же… Не знаю я, не умею... – сказал Читатель.
А ты - учись! – ответили писатели. – Справочники, энциклопедии читай!
Тебе всё равно делать нечего.
Не то, что нам…
Читатель ты!.. так что – иди, и читай!..
И Читатель пошел…
И шел он словарями широкими.
Плыл он энциклопедиями глубокими.
Чудищ там всяких насмотрелся!..
Одни их имена чего только стоят!
Клаузула, Анакруса, Цезура.
Анафора, Эпифора, Эпанода.
А ещё, эта… Зе-в-г-ма… бр-р!!
Но – выжил Читатель!
Потому что хотя и смотрел на всё чудное-заморское, но питался только экологически чистым.
Яблочками да рыбками молодильными.
Стихи и сказки детские читал - этим.
Вернулся – не узнать!
Румяный, стройный, красивый!
Теперь - ну, совсем как писатель!
Когда тот долго ничего не пишет.
Вернулся, и – ай-да!..
К писателям.
Читать.
И рассказывать им всё подробно.
Как они и просили.
И тут-то до писателей дошло…
Что они натворили - это дошло.
Читатель. Начал. Писать.

Владимир Кочетков

***

Наверное, многие думают, что читатели только читают бумажные и электронные накопители. Это далеко не так. Читатели очень странный и проницательный народец. Он не может просто сидеть и думать. Что где-то есть новая книга, ему обязательно надо её прочитать. Настоящий читатель обладает способностью к сотворению параллельных литературных миров, к сотворению

совместно с писателем. По мнению писателя, настоящий читатель – это тот, у которого хорошо развиты память, воображение, словарный запас и который наделён художническим чутьём. Читает всегда и везде, независимо от положения, места и времени года.

А что думают о читателях другие писатели?

- Автор пишет половину книги, вторую пишет читатель.

(Д. Конрад)

- Читатель – лицо незаменимое. Без него не только наши книги, но и все произведения Гомера, Данте, Гёте, Шекспира, Пушкина – всего лишь мёртвая груда бумаги. Отдельные читатели иной раз могут ошибочно судить о книгах, но за Читателем в большом, собирательном значении этого слова – и притом на протяжении более или менее продолжительного периода времени – всегда остаётся последнее слово в оценке литературного произведения.

(С. Маршак)

- Читатель, снизу или сверху,

Ты за моей следишь строкой,
Ты тоже — всякий на поверку,
Бываешь — мало ли какой…
Да, ты и лучший друг надежный,
Наставник строгий и отец.
Но ты и льстец неосторожный,
И вредный, к случаю, квасец.
И крайним слабостям потатчик,
И на расправу больно скор.
И сам начетчик
И цитатчик,
И не судья,
А прокурор.
… Да, и такой ты есть и всякий,
Но счастлив я, что ты, брат, есть!

(А. Твардовский)

Тексты для работы

Творческий читатель в процессе чтения художественного произведения, согласно концепции Бахтина М.М., вживается в условный мир, созданный автором, и выходит за пределы этого мира, пытаясь увидеть его глазами автора, понять его позицию. Такое прочтение художественного текста не только даёт читателю возможность соучаствовать, сопереживать герою, но и делает читателя собеседником автора, позволяет ему вступить в заочный диалог, в результате которого у читателя формируются взгляды на мир, общество, другого человека и самого себя.

А.И.Пантелеев

***

«В узеньком стенном шкафу висела одежда и лежали книги, которые не помещались уже не на столе, ни под столом. Читая, Мартин имел обыкновение делать заметки, и их накопилось так много, что пришлось притянуть через всю комнату веревки и развесить на них тетрадки наподобие сохнущего белья. Вследствие этого передвигаться по комнате стало довольно затруднительно. Мартин нередко стряпал сидя, так как, пока кипела вода или жарилось мясо, он успевал прочитать две-три страницы. Работал он за троих. Спал всего пять часов, и только железное здоровье давало ему возможность выносить ежедневную девятнадцатичасовую напряженную работу.

Мартин не терял не одной минуты. За рамку зеркала он затыкал листочки с объяснениями некоторых слов и с обозначением их произношения: когда он брился или причесывался, он повторял эти слова. Такие же листочки висели над керосинкой, и он заучивал их, когда стряпал или мыл посуду. Листки все время сменялись. Встретив при чтении непонятное слово, он немедленно лез в словарь и выписывал слово на листочек, который вывешивал на стене или на зеркале. Листочки со словами Мартин носил и в кармане и заглядывал в них на улице или дожидаясь очереди в лавке.

Эту систему Мартин применял не только к словам. Читая произведения авторов, достигших известности, он отмечал особенности их стиля, изложения, построения сюжета, характерные выражения, сравнения, остроты – одним словом, все, что могла способствовать успеху. И все он выписывал и изучал. Он не стремился подражать. Он только искал какие – то общие принципы. Он составлял длинные списки литературных приемов, подмеченных у разных писателей, что позволяло ему делать общие выводы, и, отталкиваясь от них, он вырабатывал собственные новые и оригинальные приемы и учился применять их с тактом и мерой. Точно так же он собирал и записывал удачные и красочные выражения из живой речи – выражения, которые жгли как огонь или, напротив, нежно ласкали слух, яркими пятнами выделяясь среди унылой пустыней обывательской болтовни.

Мартин всегда и везде искал принципы, лежащие в основе явления. Он старался понять, как явление возникает, чтобы иметь возможность самому создавать его. Мартин мог работать только сознательно. Такова была его натура; он не мог работать вслепую, не зная, что выходит из – под его рук, полагаясь только на случай и на звезду своего таланта. Случайные удачи не удовлетворяли его. Он хотел знать, «как», и «почему».

Из книги Дж. Лондона «Мартин Иден»

***

Талантливый читатель обладает острым, подвижным, живым умом. Он бросается в бой вместе с писателем- трибуном, грустит и удивляется вместе с лириком, смеётся сквозь слёзы вместе с сатириком. Талантливый читатель –

владелец тонкой души, обладатель незашоренной головы, он готов принимать новое. Неожиданное, непонятное. Но талантливый читатель – это и взыскательный судья, умеющий отделять зёрна от плевел.

Из книги Ольги Ивановой «Книга для таких, как я»

Как научиться беречь себя

Судя по опросам, проведённым среди старшеклассников, практически каждый из них выделяет здоровье как важную ценность (образование, атмосфера в семье, любовь, свобода и независимость и т.д.). Но в этом возрасте о здоровье мало кто задумывается, если оно не беспокоит. Разговор о здоровом образе жизни в подростковой среде чаще всего ожидается как разговор о вредных привычках. Сегодня мы не будем затрагивать эту тему, потому что начинается здоровье с других не менее важных вещей.

Если понаблюдать за девятиклассниками. Создаётся впечатление, что они чем-то сильно измучены. Они выглядят усталыми, опаздывают, не успевают выполнять работу на уроке и т.д. Всё это обычно списывают на большую загруженность в связи с подготовкой к экзаменам, но на самом деле – это вовсе не главная причина. Вся причина в несоблюдении режима дня. А именно несоблюдение режима сна. Очень многие в этом возрасте переносят режим бодрствования на ночное время, тем более, что сейчас очень модно причислять себя к «совам», хотя, по мнению учёных, сов среди людей не более трёх процентов, а все остальные – лишь нарушение естественного для организма режима сна переводят в привычку. Особенно хорошо бодрствовать, когда все домашние уснут, тогда всё пространство становится твоим. Никто тебя не пытается контролировать. Одна девятиклассница, которая вечно всё доделывает и «доносит» в отчаянии сказала, что «просто она всегда хочет спать». Оказывается, что она ложится спать каждый день в два-три часа ночи, а в выходные может и позже, зато спит в субботу и воскресенье до обеда.

В чём пагубность этого замкнутого круга? В то время, когда мы должны быть умственно активны и работоспособны, мы не можем усвоить и половины материала из-за усталости организма, который не успел восстановиться. Хотя нам кажется, что спать не хочется, на самом деле организм не может работать в полную силу. После уроков мы спешим домой, чтобы отдохнуть, а кто-то заваливается спать до вечера, зато вечером мы полны сил, бодры. Кажется, что все дела можно будет переделать за этот вечер: успеть пообщаться в сети, послушать музыку, посмотреть фильм… А ближе к ночи мы садимся за уроки. И так каждый день, усталость накапливается, растёт тревога и напряжение. Мы думаем, что ещё достаточно времени до экзаменов, но необходимо осознать, что, не поменяв режим дня, мы ничего не сможем догнать, и результат будет гораздо хуже, чем мог бы быть. Задумайтесь, почему за ночную работу доплачивают? Потому что ночью организм устаёт сильнее и «изнашивается» быстрее. В Японии не принято задерживаться на работе после окончания рабочего дня. Потому что начальник хочет видеть сотрудника отдохнувшим. А, следовательно, работоспособным.

Это касается не только экзаменов, но и успешности человека в целом. Кто рано встаёт, тому Бог даёт. Как понимать эту народную мудрость? Что даёт человеку Бог? Силу, энергию, здоровье. Такой человек легче преодолевает трудности, решает проблемы, а секрет прост – он лишь больше получил зарядки во время ночного сна, а тот, кто не выспался или отсыпался днём, батарею заряжают не полностью. По мнению психологов, перевести свой сон в нормальный режим вы можете за пять дней, нужно только правильно расставить приоритеты.

Следующая важная проблема из разряда ЗОЖ – это экология организма. Необходимо каждый день около часа проводить на свежем воздухе, проветривать комнату или оставлять форточку на ночь открытой. Проводить влажную уборку в своей комнате, обязательно мыть пол под кроватью, выбивать от пыли одеяла, пледы, подушки на улице. Не реже одного раза в неделю менять постельное бельё, следить за своей гигиеной, не пользоваться химическими освежителями в квартире.

Очень важное значение для человека имеют звуки, которые он слышит. Современный человек окружён звуками, поэтому очень важно устраивать для себя режим тишины. Хотя очень часто наоборот мы пытаемся отгородиться от шума с помощью музыки в наушниках, таким образом успокаиваемся или отвлекаемся или поднимаем себе настроение. На самом деле мы ослабляем свой организм и своё здоровье, ведь вся коммерческая музыка создана на очень низких частотах. Поэтому она лишь загрязняет наш организм и ведёт к болезням. Музыка создаёт модель мышления, музыка лечит, музыка настраивает на диалог с подсознанием, но, к сожалению, в наше время произошёл переход от музыки к технологиям, которые манипулируют человеком, вызывая в нём лишь низменные инстинкты. Поэтому нужно с осторожностью выбирать звуковой материал, воспитывать в себе эстетический вкус (представьте: еда с помойки и еда из изысканного ресторана). Для отдыха можно использовать музыку природы, релакс музыку, которая позволит отдохнуть организму за 15-20 минут, и вы можете выполнить какую-то работу по дому, прогуляться, чтобы сесть за уроки пораньше и выполнить их быстрее.

Также, если вы устали, можно использовать точечный массаж, который займёт у вас 3 минуты и позволит вам восстановить силы после уроков.

Ещё один очень важный аспект человеческого самочувствия – это его эмоциональное состояние. Вспомним мультфильм Ох и Ах. Весельчак и хохотун Ах, у которого всё получается легко и быстро и ворчун Ох, который жизни не рад, потому что всё у него идёт наперекосяк. Конечно, очень трудно быть всегда в хорошем настроении, но чувствовать душевное равновесие необходимо.

Имеется определённая разница в физиологической сущностистенических, положительных эмоций и эмоций отрицательных, астенических. Положительные эмоции – радость, воодушевление, восторг, наслаждение, ликование усиливают «зарядку из подкорки» (И.П.Павлов), повышая тонус коры головного мозга, улучшают процессы ассимиляции, функции дыхания, кровообращения,

пищеварения. Они положительно действуют на работоспособность человека, могут почти мгновенно снять чувство усталости.

Астенические эмоции (страх, тоска, печаль, горе, ненависть), снижая тонус коры головного мозга, ослабляют процессы ассимиляции, неблагоприятно сказываются на функциях дыхания, кровообращения, пищеварения и др. Угнетающе действуя на высшую нервную деятельность, отрицательные эмоции могут настолько нарушать жизнедеятельность организма, что иногда приводят к возникновению болезней, в том числе и трудно излечимых.

Есть люди, которые вообще не улыбаются, нет этого навыка улыбки, его необходимо развивать, учиться перед зеркалом, учиться «делать» лицо. Например, когда идёшь утром в школу, улыбка поднимет твой эмоциональный фон, поможет перейти в другое психологическое состояние. Есть такое понятие в психологии – гигиена эмоций. Это значит избегать шокирующих сенсаций, не смотреть фильмы про убийства, ужасы, передачи криминальной направленности, шоу о скандалах и т.д. Гигиена эмоций позволит вам сохранить своё психическое здоровье, чистоту мысли и чувства, а следовательно, избежать многих физических болезней.

Закончить наш разговор хотелось бы словами В.В.Путина: «Люди должны осознать, что здоровый образ жизни – это личный успех каждого».

Повесть о настоящем мужчине

1. Слушаем стихотворение В.Высоцкого «Баллада о борьбе», в котором представлены все качества настоящего мужчины.
2. Главное качество – мужественность, но соседствующая с добротой (не агрессивность, не наглость – пример былинных богатырей).
3. Ответственность и надёжность. А следовательно, способность создать семью.
4. Целомудрие – мужчина должен устоять против женщины-искусительницы, развратницы, выбрать в жёны целомудренную деву.
5. Способность защитить родную землю и понимание, что это основное предназначение мужчины. (Русские святые: Дм.Донской, С.Радонежский, А.Невский и т.д.)
6. Великие исторические личности – люди, послужившие Родине.
7. Способность к товариществу, противоположность индивидуализму.
8. Герои современной России (Раушан Абдуллин – самый молодой Герой России из Нариманово.

Родился 26 июня 1988 года в деревне Нариманово Тюменского района Тюменской области. В 2006 году окончил среднюю школу, в декабре того же года был призван в Вооружённые силы Российской Федерации. Отслужив полтора года в рядах Российской Армии в Краснодарском крае, он остался служить по контракту в составе российских миротворческих сил в Южной Осетии. В августе 2008 года грузинские войска начали необъявленную войну против непризнанной республики Южная Осетия. 8 августа 2008 года в составе отряда специального назначения 10-й отдельной

бригады специального назначения Северо-Кавказского военного округа рядовой Р. М. Абдуллин находился в составе батальона миротворческих сил, который принял первые удары грузинских войск. Осколок снаряда перебил ему ноги. Получив осколочное ранение, рядовой Р. М. Абдуллин, с помощью ручного противотанкового гранатомета ценой своей жизни уничтожил танк противника, обстреливающий позиции военнослужащих батальона и мирных жителей. Солдат погиб от потери крови на поле боя. Похоронен на кладбище в родной деревне Нариманово. Указом Президента Российской Федерации № 1026 от 9 сентября 2009 года за мужество и героизм, проявленные при исполнении воинского долга в Северо-Кавказском регионе, рядовому Абдуллину Раушану Мухамедовичу присвоено звание Героя Российской Федерации (посмертно). Это самый молодой Герой России. Ему было всего 20 лет.

11 Слушаем отрывки из аудиокниги Виктора Николаева «Живый в помощи»

Вывод: Мир в руках женщины!

Береги честь смолоду или счастье быть женщиной

Сегодня мы попытаемся ответить на вопрос, что такое женское счастье и как стать настоящей женщиной.

Огромную роль в этом вопросе имеет родительское воспитание, потому что кого- то уже родительская любовь и родительский образец поведения делают самодостаточной женщиной .

Родители, воспитывающие девочку, не всегда понимают, что они воспитывают, прежде всего, будущую мать (не фотомодель, не жену олигарха, не бизнес-леди). Поэтому её главные качества – это доброта, нежность (не путать с изнеженностью), терпеливость, умение любить. Очень интересен вопрос о способности любить. Оказывается, не каждый на это способен. И основная задача девушки – развивать в себе это умение. Сейчас слово любовь в смысловом плане очень искажается, почти приравнивается к слову секс. Современные девушки становятся жертвами СМИ, которые задают образец, какой должна быть девушка. На первый план ставится сексуальность, внешность, хитрость, притворство и т.д. Для девушек печатаются всевозможные обучающие заманки: «Как выйти замуж за миллионера», «Как стать стервой»… Если бы А.С.Пушкин увидел бы эти пособия, он, писавший «как гений чистой красоты», сошёл бы с ума… Реклама, всевозможные шоу, показывают, что раздеться перед всеми – это норма, это всего лишь раскрепощение. Всё это унижает женское достоинство, обесценивает женское начало. Даже индустрия моды сейчас направлена не на создание стиля и вкуса в одежде, а пропагандирует разврат, искажая красоту(случай на экзамене).

Потому девушка, начиная искать суженого, ориентируясь на ложные ориентиры, старается понравиться всем, одевается для всех, красится для всех, желая, чтобы каждый обратил на неё внимание, тем самым лишь растрачивая свою чашу любви, которая практически всем дана при рождении. Этот метафорический образ любовной силы и энергии представлен в лекциях

А.И.Осипова. Молодые люди уверены, что до свадьбы нужно искать свою вторую половину, пробовать строить близкие отношения и интимные в том числе, что главное, чтобы устраивал партнёр тебя с этой интимной стороны. Такая разгульная жизнь чаще всего приводит к тому, что несчастный расплёскивает свою чашу любви до брака. Даже если какой-то мужчина смотрит на вас с вожделением – это тоже расплёскивание драгоценного напитка любви, драгоценной любовной энергии. Сексуальной нужно быть лишь для своего законного мужа и только после свадьбы.

А как же он тогда в меня влюбится? – спросите вы. В том-то и дело, что мужчина, влюблённый по-настоящему, ведёт себя очень скромно: стесняется, смущается, краснеет, кажется неуверенным. Если парень ведёт с вами себя развязано и нагло, добивается запретного, значит чистой любви он к вам не испытывает, берегите себя и идите от такого прочь. Очень часто девушка в поисках настоящей любви раздаривает себя, становясь пустышкой. Это как конфета, с которой сняли обёртку, каждый откусил понемногу и выбросил. Кому теперь эта конфета будет нужна?

Итак, первая задача женщины – сберечь эту чашу любви для своего возлюбленного, своего законного мужа. Это очень важное условие женского счастья.

Если вы встретили своего суженого, свою вторую половинку, вы должны понимать, выходя замуж, для чего вы это делаете. Очень важный момент состоит в понимании того, что давая своё согласие в горе и в радости…, вы принимаете программу развития или программу изменения двух людей. Муж и жена соединяются этой программой. Поэтому должны пережить все трудности трансформации и стать единым целым. Недаром говорят: муж и жена – одна сатана. А чтобы стать единым целым, женщина должна иметь эту способность любить: терпеть, прощать, учить с любовью и лаской. А многие сыграли свадьбу, родители ещё не успели кредиты выплатить, а молодые уже разошлись – не сошлись характерами.

Как создать крепкую семью

«Небольшая разница в характерах супругов помогает создать гармоничную семью, потому что один из супругов дополняет другого. В автомобиле необходимы обе педали: и газ, для того чтобы ехать, и тормоз, чтобы вовремя остановиться».

«Бог премудро распорядился всем. Мужчину он наделил одними дарованиями, женщину - другими, чтобы женщина повиновалась ему. Ведь если бы Бог дал такое же мужество женщине, то семья не могла бы устоять».

«Между собой супруги должны иметь очищенную любовь - для того чтобы получать друг от друга взаимное утешение и быть в состоянии исполнять свои духовные обязанности».

«Терпение начинается с любви. Чтобы ты терпел человека, тебе должно быть за него больно. Терпение спасает семью от разрушения».

«…самые большие скандалы - и не только в семьях, но и в жизни государств - происходят от малозначащих вещей».

Паисий Святогорец

Нужно хорошо понимать, что отношения в семье или «погода в доме» полностью зависит от мудрости женщины, от её умения склеить семью.

Вторая задача женщины – создать атмосферу любви между всеми членами семьи.

В каждой религии существует таинство, которое совершается над вступающими в брак молодыми людьми (венчание), и если подойти к этому с искренней верой, то Господь даёт помощь, даёт беспроцентный и невозвратный кредит энергии на создание крепкой семьи, и очень жаль, что не многие этим кредитом пользуются.

Третья задача женщины – родить детей и научить их любить, передать им частичку своей мудрости. В такой семье будет всем хорошо, каждый будет чувствовать психологический комфорт.

Но это вовсе не значит, что женщина не должна заниматься собой, своим развитием, своим образованием, своим карьерным ростом. Эти задачи тоже стоят перед женщиной, но любовь и материнство – это главные, природные, естественные задачи, которые женщина воплощает на земле, ориентируясь на путь Богородицы.

«Единственная ценность жизни – это семья. Как только погибнет семья, погибнет мир. Когда разрушится семья, будет разрушено всё: и духовенство, и монашество»,- говорил Старец Паисий Святогорец.

Спасибо за внимание! Мир в руках женщины, хоть правят им мужчины.

Программа развития человеческой личности

Вы бывали на кладбище? Видели, что там лежат умершие в 20 лет, в 90, и в 7? Почему нам на земле каждому дан свой срок? Каждая душа на земле проходит свой путь, свои уроки. А кто-то лишь коснулся земли и ушёл. Самое дорогое на свете – человеческая душа (слайд - отрывок из книги Астрид Линдгрен «Малыш и Карлсон»)

У каждой души своя программа на земле, и каждая программа составлена с максимальной любовью для человека. Ведь Бог есть любовь. Страна, город, семья, братья и сёстры, друзья – всё подобрано с максимальной пользой для данной души. Есть такая шутка: боги очень смеялись над человеческим выражением «случайная встреча».

Что необходимо, чтобы выполнить свою программу? Слышали: посадить дерево, построить дом, родить сына… Это внешние цели. А мы будем говорить о развитии души. Необходимо выполнять духовные законы, переданные Иисусом Христом в Нагорной проповеди (слайд) Мы называем эти законы заповедями. Я бы хотела напомнить вам эти заповеди (слайд). Каждый день мы сдаём жизненные экзамены. Как простые ситуации относятся к заповедям? Ссора с другом, опоздал в класс, не уступил место в маршрутке, унизил другого человека. Почти в каждом коллективе есть отверженные, они как магнит притягивают на себя человеческую злость и агрессию, являясь своеобразными очистителями этого мира (слайд Платонов «Юшка»).

Философия Ницше и Гитлера отражена в «Преступлении и наказании» Ф.М.Достоевского. И к чему приводит своего героя писатель в конце романа? Каждое гениальное произведение показывает, прежде всего, программу развития или деградации человеческой души. Если в произведении этого нет, то это уже не классика (пример с Гарри Поттером). Вернёмся к Раскольникову.

«И хотя бы судьба послала ему раскаяние — жгучее раскаяние, разбивающее сердце, отгоняющее сон, такое раскаяние, от ужасных мук которого мерещится петля и омут! О, он бы обрадовался ему! Муки и слезы — ведь это тоже жизнь. Но он не раскаивался в своем преступлении.

Вот в чем одном признавал он свое преступление: только в том, что не вынес его и сделал явку с повинною.

Как это случилось, он и сам не знал, но вдруг что-то как бы подхватило его и как бы бросило к ее ногам. Он плакал и обнимал ее колени. В первое мгновение она ужасно испугалась, и всё лицо ее помертвело. Она вскочила с места и, задрожав, смотрела на него. Но тотчас же, в тот же миг она всё поняла. В глазах ее засветилось бесконечное счастье; она поняла, и для нее уже не было сомнения, что он любит, бесконечно любит ее и что настала же наконец эта минута.

Они хотели было говорить, но не могли. Слезы стояли в их глазах. Они оба были бледны и худы; но в этих больных и бледных лицах уже сияла заря обновленного будущего, полного воскресения в новую жизнь. Их воскресила любовь, сердце одного заключало бесконечные источники жизни для сердца другого.

Они положили ждать и терпеть. Им оставалось еще семь лет; а до тех пор столько нестерпимой муки и столько бесконечного счастия! Но он воскрес, и он знал это, чувствовал вполне всем обновившимся существом своим, а она — она ведь и жила только одною его жизнью!

Под подушкой его лежало Евангелие. Он взял его машинально. Эта книга принадлежала ей, была та самая, из которой она читала ему о воскресении Лазаря. В начале каторги он думал, что она замучит его религией, будет заговаривать о Евангелии и навязывать ему книги. Но, к величайшему его удивлению, она ни разу не заговаривала об этом, ни разу даже не предложила ему Евангелия. Он сам попросил его у ней незадолго до своей болезни, и она молча принесла ему книгу. До сих пор он ее и не раскрывал.

Но тут уж начинается новая история, история постепенного обновления человека, история постепенного перерождения его, постепенного перехода из одного мира в другой, знакомства с новою, доселе совершенно неведомою действительностью. Это могло бы составить тему нового рассказа, — но теперешний рассказ наш окончен.»

Достоевский нам прямо говорит, что переродиться человеку помогает любовь и вера. Суть любой религии в том, что человек должен помнить о том, что он бессмертен на самом деле, что каждый день нужно ориентироваться на то, что он может стать последним на земле. А что потом, если ты просто прожигал жизнь, на какое бессмертие ты себя облекаешь? (Пример с Мариной Голуб).

Вы, наверное, видели, что у монахов в келье находится череп и кости. Зачем, а чтобы постоянно памятовать о смерти, не бояться её, а готовиться к ней всю жизнь.

Это очень неприятно в молодости думать о смерти, можно стать законченным пессимистом, если не умеешь об этом правильно думать, да и у многих мысль о покойнике вызывает просто ужас и животный страх, ведь тело без души ужасно.

Можно дать себе несколько другую установку: мне необходимо на земле выполнить свою программу, свою миссию. У каждого своя программа, потому что недостатки и пороки у всех разные, исправлять каждому своё, не других людей нужно исправлять, а себя. «Если человек не начнёт работать над собой, то дьявол найдёт ему другую работу – выискивать недостатки других», - сказал Паисий Святогорец (греческий монах 1924-1994гг.).

Обратимся к литературе: вспомните эпизод, когда Наташа Ростова хотела сбежать с Анатолем Курагиным.

Гове́ние – у православных приготовление к таинству причащения, заключающееся в посте и воздержании, посещении всех богослужений в продолжение по крайней мере одной недели и выполнении домашних молитв по указанию молитвослова. Гове́ть — значит предписать своему телу воздержаться, очиститься и ограничиться в пище.

Побег не удался, т.к. Соня всё рассказала княгине Ростовой, которая заперла Наташу на ключ. Когда Наташа узнала, что Анатоль уже женат, и с ней хотел лишь позабавиться, она хотела отравиться, но передумала, она сделалась больна, её лечили доктора, но признавали, что это болезнь душевная. Толстой описывает неделю говения Наташи, и только после исповеди она почувствовала лёгкость, и читатель дальше уже видит совсем другую Наташу, которая не отходила от раненого кн. Андрея, выучилась вязать чулки… Когда он умер, Наташа плакала от величия таинства смерти, которое произошло на её глазах.

Вывод какой из всего этого? Великие русские классики показывают, как молитва помогает человеку, как помогает молитва за ближнего. Советую вам посмотреть фильм в интернете «Сильнее смерти. Молитва». Прочитать книгу Даниила Сысоева «Инструкция для бессмертных»…

Наташе Ростовой помогла вера в Бога. Перед экзаменами, перед сессией можно в храмах увидеть студентов и школьников, которые пришли поставить свечку, чтобы им повезло…

Хочется вам представить модель человеческой жизни в идеале. Человек должен выстроить отношения со своей душой (кто-то душу не чувствует вообще), отношения с Богом, чтобы при создании семьи и при построении карьеры всё было в помощь человеку. Люди, которые занимаются только карьерой, приходят к разочарованию, домохозяйки всё равно чувствуют внутреннюю тоску, отношение Я и Бог строят монашествующие (случай в псковском монастыре).

Поэтому работы в жизни много, прежде всего внутренней работы. Это и есть программа человека – работать над своей душой, работа по очищению её от дурных помыслов.

«Один добрый помысл равен по силе многочасовому всенощному бдению! Он обладает великой силой. Сейчас есть такие противоракетные системы, которые лазерными лучами поражают ракету противника еще на стартовой площадке и не дают ей взлететь. Так и добрые помыслы: они предупреждают взлет злых помыслов с диавольских "аэродромов", на которых те базируются, и не дают им подняться в воздух. Поэтому, насколько можете, постарайтесь не дать диаволу успеть насадить в вас злые помыслы. Постарайтесь сами опередить его и насадить в себе помыслы добрые, чтобы ваше сердце стало цветником и вашу молитву сопровождало божественное благоухание вашего сердца. Да. Вся основа в добром помысле. Именно он возвышает человека, изменяет его к лучшему. Надо достигнуть такого уровня, чтобы видеть все чистым. Это и есть то, о чем сказал Христос: "Не судите на лица, но праведный суд судите" [4]. А потом человек входит в такое состояние, что видит все не человеческим зрением, но духовными очами. Он всему находит оправдание - в добром смысле этого слова», - говорил Старец Паисий Святогорец. Пример отношения к жизни Иоанна Крестьянкина – приятие людей предавших его и мучивших его.

Если что-то происходит в вашей жизни, всегда спрашивайте у себя, для чего, а не за что.

Выразите одним словом отзыв, что записали для себя важного?

Желаю удачи!

Анкета для подростков, посещавших занятия по программе «Азбука жизни»

(Анкета разработана совместно с группой учащихся, посещавших занятия по программе «Азбука жизни»)

1. Считаете ли вы занятия по программе «Азбука жизни» полезными?
   а) Очень насущно, о многом заставляет задуматься.
   б) Есть полезные темы, но не все.
   в) Никакой пользы.
2. Какое занятие особенно повлияло на ваше мировоззрение?
   а) …..
   б) Никакое
3. Пытаетесь ли вы изменить себя и свою жизнь в лучшую сторону?
   а) Начал(а) заниматься самообразованием.
   б) Исправил(а) режим дня.
   в) Берегу время.
   г) Учусь улыбаться.
   д) Начал(а) вести дневник, записную книжку.
   е) Учусь строить отношения с людьми, стараюсь ни с кем не ссориться.
   ж) Изменил(а) свой гардероб.
   з) Другое.
4. Охарактеризуйте занятия по программе «Азбука жизни» одним словом.

Список использованной литературы

1. Бехтерева В.М. «Личность и условие ее развития и здоровья» / Психология личности в трудах отечественных психологов. СПб., 2000.
2. Бердяев Н.А. Философия свободы // Соч. М.,1989.
3. Большой энциклопедический словарь.
4. Витрук Е.Е. Психолого-педагогические основания нравственного развития личности// Вестник ТГПУ, 2006. Выпуск 2(53) 2006, Серия «Психология».
5. Достоевский Ф.М. Преступление и наказание. М.: Наука, 1979. – 830с.
6. Иерей Дмитрий Моисеев, монахиня Нина (Крыгина). Нравственные основы семейной жизни. 10 класс. Экспериментальное учебное пособие с мультимедийным приложением. Издательство Екатеринбургской Епархии, Екатеринбург, 2010. ИНФОФОНД Ульяновск, 2010.
7. Колесникова И.А. Теоретико-методологические основы современного процесса воспитания. Л., 1988.
8. Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России.
9. Лондон Дж. Мартин Иден. Ер.: «Айстан», 1983. -320с.
10. Медведева Ирина. Татьяна Шишова. Кто соблазнит малых сих…М.: Христианская жизнь, 2006. – 39с.
11. Пушкин А.С. Евгений Онегин. М.: Художественная литература, 1967. – 220с.
12. Смирнов И.Н. Эволюция живой природы как диалектический процесс, М., 1975.
13. Сысоев Д. Инструкция для бессмертных или что делать, если вы всё-таки умерли. М., 2011. - 149с.
14. Федеральные государственные образовательные стандарты нового поколения (ФГОС).
15. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» (в редакции 2013 года с внесёнными в него изменениями).
16. Франкл В. Человек в поисках смысла. М.: Прогресс, 1990.

Электронные ресурсы

1. Житие Александра Невского. [Электронный ресурс]. http://www.bibliotekar.ru/rus/79.htm
2. Житие Сергия Радонежского. [Электронный ресурс]. http://www.bibliotekar.ru/rus/82.htm
3. Кови С. Семь навыков высокоэффективных людей. [Электронный ресурс].http://online-knigi.com/page/259016?page=2
4. Паисий Святогорец Духовная борьба. [Электронный ресурс}. - http://lib.pravmir.ru/library/book/1892.