**Классный час «Моя жизнь в моих руках», 7-9 класс**

**Цели:**

- осознание личных ценностей;

- формирование умения видеть перспективы собственного будущего от принятия решений в настоящем;

- развитие представлений о методах противостояния негативному влиянию сверстников и взрослых на формирование интереса к наркотическим веществам.

**Подготовка к проведению мероприятия**: ватман для фиксирования высказываний участников группы; лист формата А4 на каждого участника для рисунка линии жизни; листочки для определения ценностей (5 штук на каждого); ручки, список ценностей.

**Ориентировочное время:**1 час 30 минут.

**Участники:**учащиеся 7-9 классов.

**Ход занятия**

**I. Знакомство. Разминка.**

**Ведущий.** Я рада приветствовать вас. Предлагаю и вам поприветствовать друг друга следующим образом.

**Упражнение «Мировое приветствие».**

Все участники пересчитываются на 1, 2, 3-й и делятся на три подгруппы: европейцы, японцы и африканцы. Каждая подгруппа здоровается своим способом: японцы - кланяются; европейцы - пожимают руку; африканцы - касаются друг друга кончиками носов. По условному сигналу все участники, передвигаясь по комнате, начинают приветствовать друг друга согласно своей роли.

**II. Основная часть.**

**Ведущий**. Тема нашей сегодняшней встречи «Моя жизнь в моих руках». Паше занятие будет посвящено осознанию построения своей линии жизни и того, что руководит нами в моменты выбора.

**Упражнение «Линия моей жизни».**

Ведущий предлагает участникам занятия нарисовать на листе бумаги линию своей жизни такой, какой они ее себе представляют (кривая, пунктирная, ломаная, прямая и т. п.). Затем каждый участник отмечает, где на этой линии он находится в данный момент. Ведущий предлагает вспомнить ситуации, когда необходимо было сделать выбор и обозначить, что повлияло тогда на этот выбор.

**Ведущий.** В нашей жизни мы постоянно сталкиваемся с ситуацией выбора, начиная с того, что надеть утром, чем перекусить в столовой, принимать ли предложение пойти на вечеринку, выпить и т. п. От чего же зависит наш выбор?

**Упражнение «Незаконченное предложение».**

«Мой жизненный выбор зависит от...»

Каждый участник занятия продолжает высказывание. (Высказывания участников, повторяющиеся наиболее часто, фиксируются на доске.)

**Ведущий**. Да, наш выбор зависит от многого, но прежде всего от тех ценностей, которые важны для нас, от умения ставить цели и достигать их, а также от степени личной ответственности за последствия сделанного выбора.

**Упражнение «Жизненные ценности».**

Ведущий предлагает каждому участнику по пять листочков, на которых в течение трех минут участники должны написать те ценности, которые важны для них в данный момент. Если ребята затрудняются, то им предлагается список, из которого они могут выбрать:

- интересная учеба;

- спокойная обстановка в стране;

- признание со стороны других;

- материальный достаток;

- любовь;

- семья;

- друзья;

- справедливость;

- удовольствие и развлечения;

- самосовершенствование;

- здоровье;

- вера;

- целеустремленность;

- свобода;

- доброта;

- честность;

- законопослушание;

- искренность.

Затем ведущий предлагает представить, что на их жизненном пути встретился человек, зависимый от наркотиков. Какие чувства по отношению к нему у вас возникают? (Варианты ответов.)

**Упражнение «Скульптура зависимости».**

Группа разбивается на четверки. Ведущий предлагает им построить «скульптуру зависимости». Можно использовать стулья, подручные средства, которые необходимы для передачи образа. (Время на подготовку 5-7 минут).

*Презентация скульптур.*

**Ведущий.** А теперь представьте, что этот зависимый человек - кто-то из значимых для вас (друг), и он предлагает вам присоединиться к нему, попробовать и испытать то, что привлекает его в наркотиках. Ваши действия: отказать или попробовать? (Варианты ответов.)

- Как сказать нет и не обидеть этого человека? (Варианты ответов, и фиксация их на доске.)

- А теперь посмотрите на свои ценности, противоречат ли ваши действия им? Какой ценностью вы поступитесь, если примете предложение этого человека? (Варианты ответов.)

- Посмотрите на линию жизни, которую мы рисовали в самом начале нашего занятия. Если вы примете то решение, которое озвучили, как оно может повлиять на вашу жизнь? (Варианты ответов участников занятия.)

**III. Подведение итогов.**

**Ведущий.** Спасибо вам за вашу откровенность! По время приближается к завершению нашей встречи, и я предлагаю ее закончить следующим образом.

**Упражнение «Мне сегодня...».**

Каждый участник занятия продолжает фразу, высказывая свое отношение к занятию, тому, что понравилось или вызвало чувство дискомфорта.

<https://ped-kopilka.ru/klasnomu-rukovoditelyu/klasnye-chasy-v-5-8-klasah/klasnyi-chas-moja-zhizn-v-moih-rukah-7-9-klas.html>