**Классный час «Тайм Менеджмент или как эффективно организовать своё время»**

**(СЛАЙД)** Здравствуйте ребята! Сегодня мы поговорим с вами об очень важном в жизни явлении.

Скажите, - что возвратить нельзя? *(молодость, вре*мя)

- что быстрее мысли? (*время*)

- вчера было, сегодня есть и завтра будет (*день, время*)

Ученики отвечают: **время.** (Под музыку – тикают часы)

-Ребята, посмотрите на стол, что вы видите? (*часы*)

**(СЛАЙД)** Давайте запустим время нашего классного часа…И вместе с вами почувствуем ход времени.

**Учитель:** У каждого есть часы. Они всюду, они показывают наше время. А что такое время? В чем особенность времени? (***Ответы учащихся***)

Конечно, время - это не часы, не будильник. Оно невидимо, оно без запаха, без цвета. И руками его не потрогаешь. И спрятать не сумеешь, и другу не подаришь. А потерять можно! А неуловимое время очень дорого стоит. А планировать его может не каждый.

Как вы думаете, о чём мы будем говорить на классном часу? Какова наша **тема** разговора?

Большинству учащихся никогда не хватает времени. Раз времени мало, тратить его надо с умом. Для этого существует **тайм-менеджмент** – приемы и стратегии экономии времени. **(СЛАЙД)** И тема нашего классного часа **«Тайм – менеджмент, или как эффективно организовать своё время»**

А какие **задачи** мы перед собой поставим?

Один успевает всё, а другой ничего, значит первая задача **узнать**....(как правильно распределить свое время). Вторая задача **научиться** правильно распределять свое время.

**(СЛАЙД)** Поэтому главная **цель** нашего занятия - **научиться ценить каждую минуту**.

Мы определили, что одна из ценностей у человека – это время. Но всегда ли мы используем время правильно? Не тратим ли мы его впустую?

***Внимание на экран (Мультфильм про хронофагов)***

Давайте же разберемся с понятием хронофагов. Кто же такие хронофаги?

***(ответы детей – поглотители времени, пожиратели времени)***

**(СЛАЙД)** Правильно ребята, обратимся к словарю

***Хронофаг***— один из современных, распространенных терминов управления временем, дословно переводится «время поглощать», обозначающий любые отвлекающие объекты, мешающие и отвлекающие от основной деятельности.

Хронофаги могут быть одушевленными (например, друзья с пустыми звонками, разговорами) или неодушевленными (интернет, компьютерные игры, телевизор и др.).

Предлагаю провести небольшой эксперимент, который называется

**(СЛАЙД) *«Внутренний хронограф»***

На экране секундомер. Ваша задача, закрыв глаза, отсчитать про себя 30 секунд. Открываете глаза, когда, по вашему мнению, пройдут 30 секунд и запомнить, на какой секунде вы открыли глаза. Затем посмотрите на результаты.

**(СЛАЙД) *Результаты на слайде***

Поднимите руки у кого вариант 1? 2? 3? 4?

Идеальный вариант ваших внутренних часов четвёртый – жить здесь и сейчас.

Когда мы распределяем своё время на то, что мы тратим, то, прежде всего, мы оцениваем ту сферу жизни, ради которой мы тратим столь драгоценное время. Очень важно определить свои жизненные приоритеты.

***На доске ЯБЛОНЯ***

Сейчас мы поиграем. Одни учащиеся будут хронофагами и покажут нам причины, по которым теряется драгоценное время

А другие – тайм-менеджерами, которые дадут нам полезные советы для рационального использования времени.

**Задача хронофагов 1 и 2 группы** выбрать таблички и наклеить на червяков – поглотителей времени, причины, по которым теряется драгоценное время

**Задача 3 и 4 группы тайм-менеджеров** – наклеить таблички на яблоки – плоды, которые мы получаем при организованном использовании времени. Время работы **1 минута.**

Один из участников группы прикрепите свои таблички на дерево. Озвучивает.

Ребята. Смотрите, какое красивое дерево получилось! Дерево –это жизнь человека, И в реальности хороших плодов на дереве должно быть больше. Следуйте советам наших тайм-менеджеров и рационально используйте своё время.

Мы узнали, как правильно распределить свое время? (***Ответы детей***). Значит выполнили первую задачу нашего занятия?

Как Вы думаете, а какого человека называют самоорганизованным? ***(Ответы детей)***

Для каждого ученика очень важен процесс самоорганизации.

**(СЛАЙД) Самоорганизация** - это процесс четкого регулирования собственного времени и дисциплины.

Как вы думаете, людям каких профессий необходим тайм-менеджмент?

(Ответы детей)

По данным анализа профессий, на 1 месте стоят профессии пожарных и МЧС, затем врачей и медсестёр и, конечно же, педагогов. Их труды нельзя переоценить.

2023 год Указом Президента России Владимира Путина объявлен Годом педагога и наставника.

И педагоги используют рационально время и учат учеников (особенно старших классов) правильно распределять учебную и творческую жизнь: уроки, элективные курсы, подготовка к экзаменам, посещение различных секций во внеурочное время.

А чтобы стать самоорганизованным человеком, какие качества необходимо развивать в себе? (***Ответы детей***) Правильно силу воли, ответственность и обязательность.

Когда человек умеет организовать свое время, у него многое получается.

Ребята, а минута- это много или мало? Что можно успеть сделать за одну минуту?

Внимание на экран.

***Просмотр «Фильм за 1 минуту» ОЗВУЧИВАТЬ!***

За 1 минуту происходит множество событий. И ни в коем случае нельзя её терять, чтобы не тратить свою жизнь зря.

Вспомним **пословицы о времени**. На партах у вас лежат листы с пословицами. Ваша задача соединить начало и конец, поработав в паре. На работу Вам 1 минута.

***Проверим работу (слайд)***

***Пословицы о времени***

Время всему научит.

Время как воробей: упустишь - не поймаешь

Время не ждет.

Делу время, потехе час

Минута час бережет

**Озвучить**

Каждая пословица учит ценить время, формирует такие качества характера, которые помогают стать самоорганизованной личностью.

***Учитель.*** Сегодня мы узнали секреты самоорганизации своего времени. Эти секреты помогут нам стать хозяином своего времени. А значит, везде успевать. Я вам дарю памятку ***«Тайм-менеджмент для школьника»***, которая поможет вам правильно распределить свое время. (***Ответы детей***)

**На слайде, зачитать Памятку «Тайм-менеджмент для школьника»**

Теперь главное, чтобы вы следовали всем правилам.

Выполнили еще одну **задачу** **научиться** **правильно распределять свое время.** Значит мы достигли **ЦЕЛИ** нашего занятия **научиться ценить каждую минуту**

***Учитель.*** Сегодня мы узнали секреты самоорганизации своего времени. Эти секреты помогут нам стать хозяином своего времени. А значит, помогут везде успевать.

**СЛАЙД (Звук биения сердца)** Ребята, послушайте, сердце стучит. Стучит как часы, отстукивая секунды, минуты, годы нашей жизни. Время – это сама жизнь. Научитесь любить свое время, и вы научитесь любить саму жизнь.

Время- жизнь!

Спасибо за работу.