**ЦЕЛИ. УСПЕХ. ИЗУЧЕНИЕ ЯЗЫКОВ.**

1. **Познакомьтесь с лексикой.**

Реализовать

Сформулировать

Определять

Добиваться

Цель

Достичь, достижимый

Долговременный

Кратковременный

Ставить

1. **Дополните предложения, используйте слова**

**«цель»:**

- У нас были прекрасные \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_(множ. число).

- Она работали над нашими \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_(множ.число) и своей \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

- Он ходил по лесу без \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

- К \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ спортсмен добежал первым.

- Ученые рассказывали о \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ своего эксперимента.

- В \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ (мн.число) реализации проекта надо много работать.

**«добиваться»:**

- Я \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ больших успехов в спорте.

- Мы \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ всего, чего хотим.

- Он \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ встречи с директором.

- Они \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ хороших результатов.

**«достичь»:**

- Я \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ хороших результатов.

- Он \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ своего.

- Мы \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ успеха.

- Они \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_своей цели.

**3. Спросите коллегу о целях в учебе, в этом семестре, в жизни, в спортивном соревновании.**

1. **Прочитайте текст.**

**5 способов правильно ставить цели и добиваться их**

Мы ставим перед собой много целей, но реализуем не все. Причина не в том, что мы ленивые и недисциплинированные. Мы не всегда умеем правильно сформулировать задачи и определить приоритеты.

Вот несколько советов, которые помогут вам добиваться целей.

* Если вы поставите много целей, у вас не будет времени и сил их реализовать. Выберите и напишите 5-6 самых важных целей. Время на их реализацию – 90 дней. Почему именно 90 дней? За это время вы добьетесь успеха, увидите конкретные результаты. Это поможет вам сохранить мотовацию и далее успешно работать над своими целями.
* Добиваться успеха помогает сама цель: она должна быть интересной, важной для вас. Не ставьте перед собой нереальные и абстрактные цели. Цель должна быть конкретной, сложной, но достижимой, вам должно быть интересно над ней работать.
* А вы знаете, какие бывают цели? Например, ключевая цель – это основная цель, которая поможет вам реализовать все остальные цели. К долговременной цели мы идем более длительное время, а кратковременной цели добиваемся за короткое время.
* Важную роль при реализации целей играет мотивация. Подумайте, что вам даст реализация конкретной цели: вы станете умнее, сильнее, увереннее в себе, богаче? И какой будет ваш шаг после достижения поставленной цели?
* Последний совет: запишите свои цели, а еще лучше – нарисуйте рисунки, создайте картинки, в реализации целей нашему мозгу помогают визуализации.

1. **Выпишите из текста словосочетания со словом ЦЕЛЬ.**
2. **Прокомментируйте каждый совет. С чем вы не согласны? Выразите свое мнение.**
3. **Как вы ставите перед собой цели? Что помогает вам их реализовывать?**
4. **Ваша задача: поставить себе цели в изучении русского языка до конца 2024 г.**
5. **Посмотрите видео** <https://www.youtube.com/watch?v=77zydLbrkFA> 0:13 – 2:13

**и ответьте на вопросы:**

* Что помогает некоторым людям достигать целей быстрее, чем другим?
* Какой должна быть постановка целей?
* В каких областях жизни можно ставить цели?
* В чем главная причина неудач, неуспешности?
* Сколько людей записывает свои цели на бумаге?
* Что помогает достичь успеха?

1. **Дополните предложения:**

* Сегодня я хочу рассказать, как создать эффективный план \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ ваших целей.
* У многих людей есть цели, но некоторые люди \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ гораздо большего, чем другие.
* Люди, которые \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ целей быстрее, чем средний человек, используют проверенный системный метод.
* \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ – это самое важное качество постановки целей и, вероятно, самое важное качество для достижения \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ .
* \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ (ставьте) разноплановые цели.
* Цели могут быть в каждой \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ вашей жизни.
* \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ цели в сферах: вашего здоровья, вашей работы, ваших финансов, ваших отношений, ваши личные цели, цели вашего профессионального, социального и духовного развития.
* Если вы не \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ четких конкретных целей, то вы не можете и \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ их, потому что они слишком размыты.
* Шаг два: напишите \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ на бумаге.
* Успех \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ с листа бумаги, ручки и нескольких минут вашего времени.