



„Jestem, jaki jestem”

Cele zajęć:

- rozwijanie samoświadomości uczniów;
- rozwijanie świadomości własnych wad i zalet;
- kształtowanie umiejętności mówienia dobrze o innych.

Metody: zajęcia o charakterze warsztatowym.

Formy: praca indywidualna, grupowa i zbiorowa.

Pomoce dydaktyczne: kartki z bloku rysunkowego, kredki, mazaki, karty ćwiczeń „Moje zalety i wady”.

Przebieg i sposób realizacji zajęć:

1. Przywitanie, sprawdzenie obecności, przedstawienie i uzasadnienie tematu zajęć.

Podanie i omówienie zasad zachowania się w czasie zajęć, uczniowie i prowadzący siadają w kółku.

2. Rundka rozgrzewająca, budująca empatię, każdy z uczestników kończy zdanie:

Dziś czuję się.....

3. Przeprowadzenie ćwiczenia „Zwierzęta”:

Prowadzący rozdaje uczestnikom kartki z bloku oraz kredki, mazaki. Na kartkach uczestnicy przedstawiają siebie jako zwierzęta, które powinni posiadać takie cechy jak rysujący je uczestnicy. Nie należy niczego pisać.

Kiedy rysunek jest gotowy, papier należy złożyć tak, by rysunek był niewidoczny i położyć go na podłodze.

Każdy uczestnik losuje jeden rysunek (nie swój). Na wylosowanych kartkach uczestnicy wpisują wszystkie pozytywne cechy, jakie ich zdaniem, posiadają przedstawione na rysunkach zwierzęta.

Uczestnicy kolejno pokazują wszystkim wylosowane rysunki i odczytują wypisane cechy. Grupa odgaduje autorów rysunków.

Podsumowanie, rundka:

- czy trudno było się zdecydować, jakie zwierzę najlepiej cię reprezentuje?



- czy trudno było odgadnąć autorów poszczególnych rysunków?

- czy ćwiczenie ci się podobało?

4. Przeprowadzenie ćwiczenia „Moje zalety i wady”.

Prowadzący rozdaje karty ćwiczeń i omawia kolejność działań, które muszą podjąć uczestnicy.

Uczestnicy wypełniają karty. Osoba prowadząca podkreśla, że więcej uwagi należy poświęcić rubryce „Zalety”.

Omówienie kart w czteroosobowych grupach. Gdyby zdarzyło się, że ktoś z grupy ma kłopoty z określeniem swoich zalet, grupa wymienia zalety jakie widzą u danego uczestnika.

Na zakończenie ćwiczenia rundka: czy zdziwiła was ilość zalet, jakie posiadacie, jakie są proporcje zalet i wad?

5. Podsumowanie zajęć:

Prowadzący, krótko omawia znaczenie znajomości samego siebie, swoich zalet i wad.

6. Zakończenie zajęć:

Rundka: każdy z uczestników kończy zdania:

- na tych zajęciach dowiedziałem się, że.....;

- te zajęcia oceniam.....



Załącznik 1

Moje wady	Moje zalety



Łomżyńskie Centrum Rozwoju Edukacji
Samorządowy Ośrodek Doradztwa Metodycznego
i Doskonalenia Nauczycieli
w Łomży

