

Активная работа «Я люблю себя»

Тема: Самосознание

Подтема: Я и отношение к себе. Индивидуальность и ценность

Результаты обучения. Ученик

- ценит индивидуальность каждого человека в отношении его внешности, интересов и сильных сторон*;
- может объяснить важность позитивного отношения к самому себе*.

Необходимые материалы. Рабочие листы, предварительно найденные изображения Человека-паука и Бэтмена, дополнительный материал для учителя.

Проблематика урока. Высокая самооценка – это один из факторов, защищающих от употребления психоактивных веществ. Удовлетворенные собой дети и молодежь лучше сопротивляются давлению сверстников, поскольку они без затруднений вливаются в группу и находят друзей. Кроме того, дети и молодежь с высокой самооценкой меньше употребляют психоактивные вещества с целью справиться со стрессом и проблемами.

Введение. Начните урок с показа ученикам изображений Человека-паука и Бэтмена. Спросите их, чем отличаются друг от друга эти персонажи (внешность, умения, сильные стороны, слабости). Обсудите с учениками, можно ли оценить, кто из героев умнее или чьи умения нужнее. Придите к заключению, что хотя в определенных качествах они сильно отличаются, они оба являются персонажами комиксов и совершают в этих историях много добра. Спросите учеников, чем люди обычно отличаются друг от друга. Обсудите, почему хорошо, что люди разные.

Основная деятельность

1. Попросите учеников подумать, какие занятия или виды деятельности они умеют выполнять, и назвать их. Запишите названное на доске. Для начала назовите какой-нибудь свой собственный навык – что вы умеете делать хорошо. В качестве заключения темы скажите, что разные люди имеют разные навыки, и каждый человек не может уметь делать все. Попросите учеников обосновать, почему необходимо, чтобы люди были умелыми в различных областях. Подтвердите, что это придает нам ценность и оригинальность. Обсудите с учениками, почему важно относиться к себе хорошо.
2. Раздайте ученикам рабочие листы и попросите выполнить задание №1. Разъясните инструкцию к заданию. Ходите во время выполнения задания по классу и при необходимости давайте инструкции тем ученикам, которые не могут самостоятельно подобрать подходящие для себя виды деятельности, занятия или навыки. Когда ученики закончат выполнять задание, спросите их, каждый ли нашел в списке хотя бы одну вещь, которую он умеет делать. Попросите добровольцев привести примеры того, что они умеют.
3. Зачитайте ученикам инструкцию ко второму заданию с рабочего листа и попросите записать рассказ зеркала. Если на уроке не будет времени это сделать, то пусть ученики напишут рассказ дома.

Заключение и основная идея. Все люди разные. Наши различные качества и умения как раз и придают нам ценность. Мы все умеем что-то делать, но у каждого из нас есть области, в которых нужно больше упражняться. Самооценка – это то, как мы относимся к самим себе. Важно видеть свою ценность и ценность других людей и относиться хорошо к себе и другим. Высокая самооценка помогает нам лучше справляться с различными ситуациями, приобретать новые навыки и упражняться в них. Важно понимать, что для того, чтобы уметь делать что-то еще лучше, нужно больше упражняться – навык мастера ставит.

Возможности интеграции. Данная работа включает в себя возможности интеграции с русским и эстонским языком (составление текста).



Использованная литература

1. Botvin, G J. Life Skills Training. Promoting Health and Personal Development. Level One: Grades 3/4. Teacher's Manual.

Рабочий лист

Задание № 1. Мы все умеем что-то делать хорошо, но каждый из нас может назвать и такие виды деятельности или занятия, которые он хотел бы уметь делать лучше. Оцени в себе следующие умения. Если этот вид деятельности или занятие получается у тебя хорошо, то закрась кружок зеленым цветом. Если ты полагаешь, что для развития этого навыка нужно еще упражняться, то закрась кружок желтым цветом.

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> играть в мяч | <input type="checkbox"/> играть с младшими детьми |
| <input type="checkbox"/> быть другом | <input type="checkbox"/> помогать в работе по дому |
| <input type="checkbox"/> улыбаться | <input type="checkbox"/> искать информацию в интернете |
| <input type="checkbox"/> помогать другим | <input type="checkbox"/> говорить на другом языке |
| <input type="checkbox"/> танцевать | <input type="checkbox"/> кататься на велосипеде |
| <input type="checkbox"/> делать бутерброды | <input type="checkbox"/> играть в компьютерные игры |
| <input type="checkbox"/> читать | <input type="checkbox"/> учиться в школе |
| <input type="checkbox"/> выполнять домашние задания | <input type="checkbox"/> находить друзей |
| <input type="checkbox"/> бегать | <input type="checkbox"/> играть на музыкальном инструменте |
| <input type="checkbox"/> смешить других | <input type="checkbox"/> дожидаться своей очереди |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

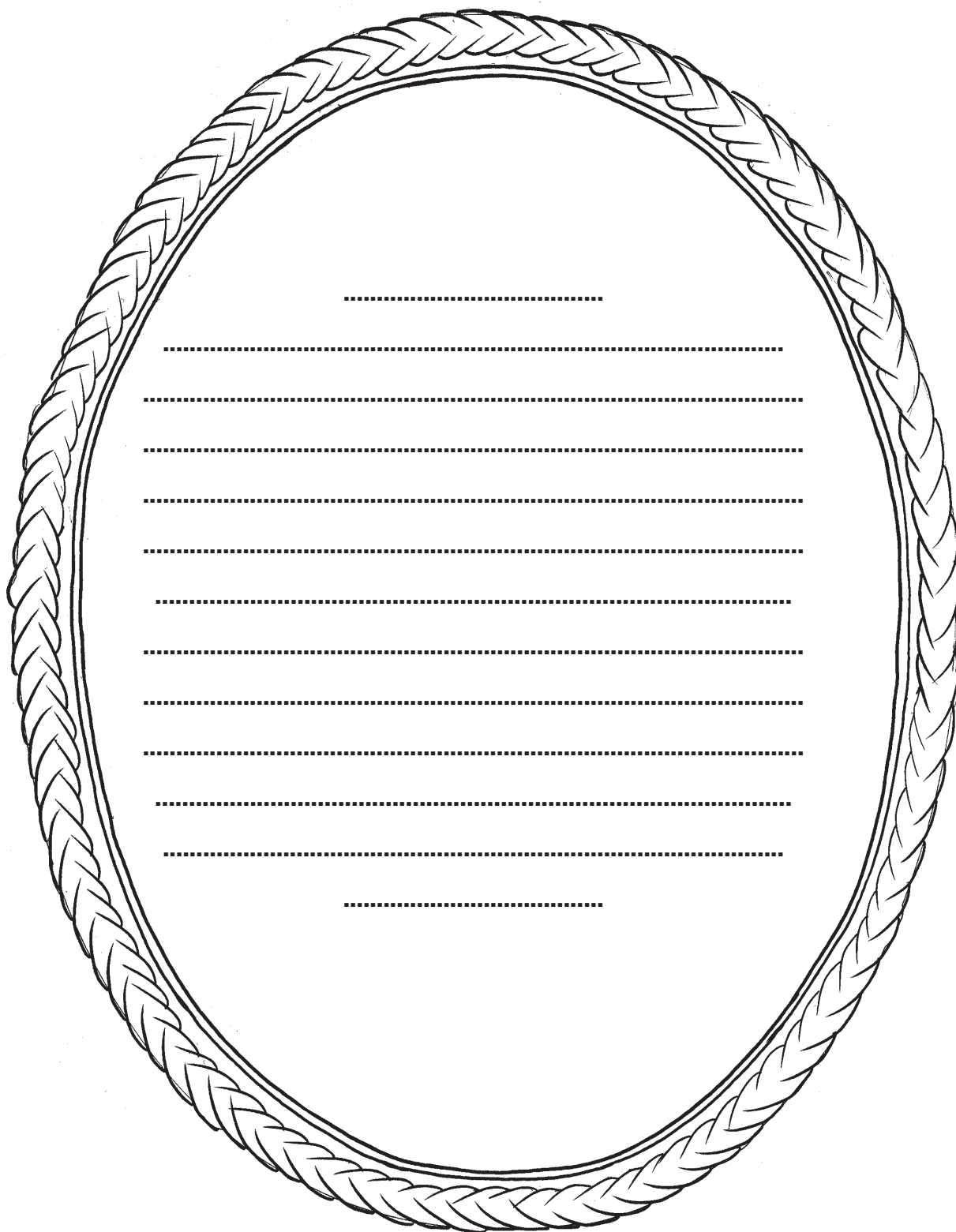
Добавь в список другие виды деятельности или занятия, которые ты умеешь делать.



Задание № 2.

Свет мой, Зеркальце, скажи...

Представь себе, что однажды утром, когда ты одеваешься, чтобы идти в школу, и бросаешь взгляд в зеркало, оно вдруг начинает с тобой разговаривать. Оно описывает все, что в тебе есть хорошего, и говорит, какой ты стоящий и особенный человек. Запиши, что скажет тебе зеркало.



.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....