

Temat: Ja dzisiaj i jutro

CELE:

- rozwinięcie samoświadomości
- podniesienie samooceny i poczucia własnej wartości

POMOCE DYDAKTYCZNE:

- kartki papieru
- duże arkusze białego papieru
- flamastry
- karty pracy
- klej
- nożyczki
- kolorowe magazyny, gazety

CZAS TRWANIA: 2 x 45 min

PRZEBIEG ZAJĘĆ:

1. Wprowadzenie. Nauczyciel wprowadza uczniów do tematu lekcji wyjaśniając, że na dzisiejszych zajęciach będą zastanawiali nad tym, kim i jacy chcieliby być w przyszłości. Pyta uczniów, czy kiedyś myśleli już o tym? Jeżeli tak, to prosi osoby chętne o podzielenie się swoimi zamiarami lub planami.

2. Ćwiczenie. Praca indywidualna. Nauczyciel rozdaje uczniom karty pracy oraz kredki. Na karcie narysowanych jest pięć doniczek. Każdy uczeń wybiera pięć umiejętności. Każda doniczka oznacza jedną z nich. Uczniowie podpisują nimi wszystkie doniczki. Zamalowują taką część doniczki, która odzwierciedla stopień, w którym posiadają daną umiejętność.

Podczas omówienia ćwiczenia nauczyciel zwraca uwagę na odczucia i refleksje uczniów wywołane zadaniem. Pytania pomocnicze:

- *Co myślicie o waszych doniczkach? Czy według was są one wystarczająco wypełnione?*
- *Co myślicie, kiedy patrzycie na wasze prace?*
- *Jak myślicie, czy jest możliwe, żeby doniczki były pełne?*
- *Co moglibyście zrobić, żeby wypełnić je po brzegi?*

Następnie nauczyciel prosi uczniów, aby wyobrazili sobie, że ukończyli pierwszy rok życia. Jak wyglądałyby wówczas ich doniczki? Uczniowie pisakami zaznaczają linią z boku doniczek poziom danej umiejętności, którą prawdopodobnie mieli w wieku jednego roku. Następnie nauczyciel prosi, aby przypomnieli sobie, jak radzili sobie z poszczególnymi umiejętnościami, kiedy rozpoczęli pierwszą klasę. Poziom ówczesnych umiejętności ponownie zaznaczają na odpowiedniej wysokości doniczki.

Pytania pomocnicze:

- *O czym myślicie, kiedy patrzycie na wasze prace?*
- *Czy widzicie różnice pomiędzy tym, jacy byliście kiedyś, a teraz?*
- *Jakie można wyciągnąć z tego wnioski?*

W podsumowaniu ćwiczenia nauczyciel podkreśla, że każdy może rozwijać w sobie różne umiejętności i cechy. Nie są nam dane z góry i niezmiennie. Nawet gdy w danym momencie czegoś nie potrafimy albo nie potrafimy wystarczająco dobrze, możemy się tego nauczyć. Na co dzień trudno nam zauważyć postępy, ale kiedy spojrzymy na siebie z dłuższej perspektywy, widać, jak dużo możemy nauczyć się nowych rzeczy.

3. Ćwiczenie. Praca indywidualna. Nauczyciel rozdaje uczniom kartki (mogą to być sklejone wcześniej dwie kartki A4), klej i nożyczki. W jednym miejscu wyklada przyniesione przez siebie gazety i magazyny. Nauczyciel wyjaśnia uczniom, że teraz zajmą się przygotowaniem mapy marzeń. Pyta jednocześnie o skojarzenia uczniów z pojęciem „mapa marzeń”. Uczniowie dzielą się pomysłami. Nauczyciel tłumaczy, że marzenia i wyrastające z nich cele pomagają w pracy nad mocnymi i słabymi stronami. Kiedy wiemy, do czego dążymy, wtedy lepiej rozumiemy, czego potrzebujemy. Cwi-

czenie ma pomóc im zorientować się w tym, co jest dla nich ważne i jakie umiejętności czy cechy mogą być im potrzebne.

Nauczyciel wyjaśnia, że mapy marzeń można wykonywać na różne sposoby. Dzisiaj wykonają uproszczoną wersję. W tym celu uczniowie dzielą swoje kartki na cztery części:

- *jaki(a) chcę być?*
- *co chcę mieć?*
- *czego chcę się nauczyć?*
- *jak chcę się czuć z innymi ludźmi?*

Uczniowie podpisują swoje ćwiartki. Następnie wybierają zdjęcia z magazynów i gazet, które, ich zdaniem, ilustrują to, co chcieliby osiągnąć w dorosłym życiu*.

***Uwaga.** Jeżeli uczniowie będą mieli trudność w wyobrażeniu siebie jako dorosłych, nauczyciel prosi, aby przywołali swój obraz w gimnazjum albo w szkole ponadgimnazjalnej. Podczas wykonywania zadania nauczyciel pomaga uczniom, jeżeli zgłoszą trudności związane ze znalezieniem odpowiedniej ilustracji.

Po wykonaniu prac, nauczyciel pyta, czy wszyscy chcą powiedzieć kilka słów o swojej mapie. Zaznacza jednocześnie, że jeżeli ktoś nie chce, nie musi tego robić. Ze względu na ograniczoną ilość czasu uczniowie przedstawiają jedną lub dwie wybrane przez siebie ćwiartki mapy marzeń**. Podczas omówienia zadania nauczyciel zwraca uwagę na to, jak przebiegała praca i jakie refleksje wzbudza w uczniach efekt końcowy.

Pytania pomocnicze:

- *Na jakie trudności natrafialiście szukając ilustracji?*
- *Czy od razu wiedzieliście, jak odpowiedzieć sobie na postawione pytania?*
- *Czy jesteście zadowoleni ze swoich mapek?*
- *Jak się czujecie, patrząc na wasze mapy?*

****Uwaga.** Uczniowie zabierają mapy marzeń do swoich domów. Nauczyciel tłumaczy, że mogą schować je do szafy i co jakiś czas do nich zaglądać. Takie mapy mogą – kontynuując – wykonywać regularnie, co jakiś czas, np. raz w roku. Marzenia się zmieniają i z biegiem czasu mogą pojawić się nowe.

4. Podsumowanie zajęć. Nauczyciel w ramach podsumowania zajęć dzieli klasę na grupy. Każda z grup ma za zadanie przygotować hasło reklamujące potrzebę posiadania marzeń. Uczniowie przygotowując hasło korzystają z wiedzy i informacji, które pojawiły się na zajęciach oraz z własnych przemyśleń. Zespoły przedstawiają swoje prace. Nauczyciel pyta, która osoba będzie miała więcej marzeń i celów: ta, która lubi siebie, czy ta, która nie lubi siebie? Nauczyciel, dziękując grupom za prezentacje, podsumowuje, że dzięki marzeniom precyzują się nasze cele. Jeżeli nie lubimy siebie i nie wierzymy w swoje możliwości, jest nam bardzo trudno rozwijać swoje mocne strony.