



Jaki jestem? Wzmacnianie poczucia własnej wartości

Jaki jestem? Wzmacnianie poczucia własnej wartości

Autor/autorka

Monika Ruszkiewicz

1. Etap edukacyjny i klasa

edukacja wczesnoszkolna - klasa III

2. Przedmiot

spec_funkcjonowanie osobiste i społeczne

3. Temat zajęć

Jaki jestem? Wzmacnianie poczucia własnej wartości

4. Czas trwania zajęć

45 minut

5. Uzasadnienie wyboru tematu

Temat zgodny z programem wychowawczo- profilaktycznym szkoły. Jego realizacja pozwoli uświadomić uczniom znaczenie poczucia własnej wartości w realizacji celów życiowych. Dziecko, które ma mocne i stabilne poczucie własnej wartości jest pewne siebie, nie boi się nowych wyzwań, a w przypadku niepowodzeń lepiej znosi porażkę. W efekcie lepiej radzi sobie w wypełnianiu różnych ról społecznych: w domu, w szkole, w grupie rówieśniczej.

6. Uzasadnienie zastosowania technologii

Zastosowane nowoczesnych technologii informacyjno- komunikacyjnych uatrakcyjni realizację tematu. Sprzyjają pobudzeniu ciekawości u uczniów, poszerzeniu wiedzy oraz zachętą do aktywnego zaangażowania się w tok zajęć.

7. Cel ogólny zajęć

Kształtowanie pozytywnej samooceny i podnoszenie poczucia własnej wartości.

8. Cele szczegółowe zajęć

1. Uczeń potrafi pozytywnie wypowiadać się o sobie i o innych.
2. Uczeń rozumie znaczenie pojęcia poczucia własnej wartości.

3. Uczeń dostrzega prawo do szacunku dla drugiego człowieka.
4. Uczeń zna swoje mocne strony i dostrzega je też u innych.
5. Uczeń dostrzega wagę pozytywnego myślenia w podnoszeniu poczucia własnej wartości.

9. Metody i formy pracy

burza mózgów
wykład w formie filmu edukacyjnego
dyskusja
wizualizacja
rundka - niedokonczona zdanie
Forma pracy- grupowa, zespołowa, indywidualna

10. Środki dydaktyczne

youtube
Wordwall
kartki samoprzylepne
mazaki
jednorazowe kubki
ryż

11. Wymagania w zakresie technologii

Tablica multimedialna podłączona do sieci Internet
Tablety/ smartfony z dostępem do Internetu .

12. Przebieg zajęć

• Aktywność 1

- **Temat:** Wprowadzenie do tematu zajęć
- **Czas trwania:** 10
- **Opis aktywności:**

Ćwiczenie „*Jestem dumny...*” Prowadzący prosi, by dzieci przypomniały sobie, co w ostatnim czasie udało im się zrobić dobrze, z czego mogą być dumne. Zaczynając od chętnego dziecka, każdy kolejno kończy zdanie „*Jestem dumny z tego, że ...*” W prowadzenie do tematu- *Czym według was jest poczucie własnej wartości? Czy spotkaliście się takim określeniem? Z czym wam się to kojarzy?* - swobodne wypowiedzi uczniów.

• Aktywność 2

- **Temat:** Jakie są moje mocne i słabe strony
- **Czas trwania:** 10 min
- **Opis aktywności:**

Wspólne obejrzenie filmu edukacyjnego zrealizowanego przez Fundację „Uniwersytet Dzieci”, „Jakie są moje mocne i słabe strony?”

https://www.youtube.com/watch?v=b_hpAo7N8XY

Rozmowa na temat obejrzanego filmu. *Czy potrafimy dostrzec u siebie zalety?* – swobodne wypowiedzi uczniów.

- **Aktywność 3**

- **Temat:** Moje mocne strony
- **Czas trwania:** 8
- **Opis aktywności:**

Uczeń samodzielnie wykonuje ćwiczenie dopasowując różne umiejętności do odpowiednich kategorii. Wspólne omówienie ćwiczenia.

<https://wordwall.net/pl/resource/14422594/psycholog/moje-mocne-strony>

- **Aktywność 4**

- **Temat:** Kubek pełen wartości
- **Czas trwania:** 12
- **Opis aktywności:**

Prowadzący odczytuje tekst: *„Wyobraźmy sobie nasze poczucie wartości, jako kubek. Kiedy jesteśmy z siebie zadowoleni nasz kubek jest pełny. Kiedy jesteśmy niezadowoleni, kubek jest pusty. Nasz kubek może być napełniany przez innych ludzi, kiedy mówią o nas dobrze. Z kolei możemy napełniać ich kubki, mówiąc dobrze o nich. Kubki opróżniają się, jeżeli mówimy o innych złe rzeczy lub bolesne. Jeśli ciągle będziemy opróżniać kubki innych, nasze też nie będą napełnione. Kiedy mówimy komuś coś miłego, ale sami w to nie wierzymy, nie napełniamy jego kubka. Człowiek ten słucha nas, ale do jego kubka nic nie wpada. Ważne jest, by mówić dobre rzeczy o innych wierząc, że tak jest naprawdę !”* Każdy uczeń trzyma kubek napełniony ryżem, przesypuje do kubka kolegi odrobinę ryżu, mówiąc pozytywne stwierdzenia, np.: *Lubię Cię, bo* Wszyscy uczniowie powinni się ze sobą spotkać.

Krótkie omówienie ćwiczenia- *Jak się czuliście, kiedy dosypywaliście ryż do kubków kolegów? Jak się czuliście, kiedy wam ktoś dosypywał ryż, mówiąc przy tym pozytywne rzeczy o was?*

13. Sposób ewaluacji zajęć

Rundka- dokończenie zdania: *Kiedy myślę o sobie dobrze, to.....”*

14. Licencja

CC BY-NC 4.0 – Uznanie autorstwa-Użycie niekomercyjne 4.0 Międzynarodowe. [Przejdź do opisu licencji](#)

15. Wskazówki dla innych nauczycieli korzystających z tego scenariusza

Scenariusz zajęć może być wykorzystany na zajęciach socjoterapeutycznych w klasach II-IV

16. Materiały pomocnicze

17. Scenariusz dotyczy Zintegrowanej Platformy Edukacyjnej

Nie

18. Forma prowadzenia zajęć

stacjonarna