

„W trosce o lepsze jutro” (16.01.2012)

Zajęcia socjoterapeutyczne

Temat: **Dostrzegam swoje zalety i wady**

Cele:

- rozwijanie u uczniów świadomości własnych wad i zalet;
- rozwijanie potrzeby pracy nad posiadanymi wadami;
- kształtowanie umiejętności dokonywania samooceny;
- uwrażliwienie uczniów na ich uczucia oraz sposoby ich wyrażania;
- uświadomienie roli pozytywnego myślenia o sobie i samoakceptacji dla optymalnego funkcjonowania w życiu;
- budowanie poczucia własnej wartości;
- głębsze, wzajemne poznanie się członków zespołu klasowego;
- integracja grupy.

Techniki:

- rundka
- zabawa
- rozmowa kierowana
- drama
- „Burza mózgów”

Środki dydaktyczne:

- karta pracy „Co wiemy o sobie” – załącznik nr 1
- karta pracy „*Moje zalety i wady*”- załącznik nr 2
- plansza z przykładowymi wypisanymi zaletami i wadami
- kartki z bloku rysunkowego
- przybory do pisania i rysowania

Przebieg zajęć:

Powitanie

1. „Komplementy” - zabawa integracyjna

Nauczyciel rozpoczyna zabawę mówiąc: „*Witam Roksanę, która ma bardzo ładny uśmiech*”. Wybrana osoba wychodzi na środek sali i kłania się

wszystkim. Następnie wita następną osobę używając komplementu. Zabawa kończy się, gdy zostanie przywitane ostatnie dziecko.

2. Rundka

„*Niedokończone zdania*” – uczestnicy siedzą w kręgu, prowadzący podaje początek zdania i prosi dzieci o ich dokończenie:

„*Podoba mi się w sobie to, ...*”

„*Nie lubię u siebie...*”

Nauczyciel: *Każdy człowiek jest dość skomplikowany. Jest w nim nieco dobra, a czasami nieco zła. Te dobre rzeczy, dodatnie cechy charakteru nazywamy zaletami, zaś złe rzeczy, ujemne cechy charakteru - to wady. Należy poznać swoje zalety i wady, aby nasze życie było lepsze. Pomogą nam w tym dzisiejsze zajęcia.*

Gry i ćwiczenia psychokorekcyjne, edukacyjne i rozwojowe

1. *Co wiemy o sobie* – każdy osoba wypełnia samodzielnie swoją kartę pracy (załącznik nr 1)

Dzieci dzielą się swoimi odczuciami po wypełnieniu kart.

2. *Moje zalety i wady* – osobiste karty pracy każdego ucznia wypełniane są kolejno przez wszystkich członków grupy (załącznik nr 2), następnie omawiane.

3. Rozmowa kierowana. Uczniowie odpowiadają m.in. na pytania:

- Czy łatwiej jest pisać o sobie, czy innych?
- Czy łatwiej było wymienić swoje wady, czy zalety?
- Czy koledzy pomogli wam zwrócić uwagę na niedostrzegane do tej pory przez was cechy waszej osobowości?
- Jaką wagę przywiązujecie do swoich zalet i wad?
- W jakim stopniu cenicie swoje wady?
- W jakim stopniu nie akceptujecie swoich wad?
- Czy można pozbyć się posiadanych wad?
- W jaki sposób można pozbyć się wad?
- Jak się czujecie, gdy inni mówią o was?

4. Karykatura

Uczniowie ilustrują swoją największą wadę w formie karykatury.

5. Drama

Losowanie karteczek z wypisanymi wadami i zaletami. Prezentacja scenek ukazujących pozytywne i negatywne zachowania. Odgadywanie, o jaką cechę chodzi.

Podsumowanie

Nauczyciel: *Każdy człowiek jest wyjątkowy i niepowtarzalny. Każdy ma dużo dobrych cech, które należy pielęgnować. Należy również odkrywać w sobie talenty, zdolności, które mogą prowadzić do osiągania sukcesów, zadowolenia i satysfakcji. Jeśli znamy siebie, swoje słabości i mocne strony, lepiej rozumiemy problemy i skuteczniej pokonujemy przeciwności losu. W tym celu należy ćwiczyć codziennie swoje dobre strony i pozbywać się wad.*

Rundka i rytualne pożegnanie

1. Każdy z uczestników zajęć kończy zdania:

- *Moje największe zalety to...*
- *Muszę jeszcze popracować nad...*

2. Pożegnanie – „Iskierka”

Załącznik nr 1

Karta pracy „*Co wiemy o sobie*”

<i>Mój wygląd zewnętrzny</i> <i>Co mi się podoba</i>	
<i>Mój wygląd zewnętrzny</i> <i>Z czego nie jestem zadowolony/zadowolona</i>	
<i>Moje uzdolnienia</i>	
<i>Moje sukcesy</i>	
<i>Moje porażki</i>	

Załącznik nr 2

Karta pracy „*Moje zalety i wady*”

[illegible]