

Temat: Wybór szkoły i kierunku rozwoju zawodowego - budowanie samoświadomości

Cel główny: otwarcie się w grupie, podchodzenie do siebie pozytywnie

Cele szczegółowe: umiejętności dostrzegania w kolegach/koleżankach z grupy pozytywnych cech, stymulowanie otwartości w komunikacji

Metody/formy pracy: gry dydaktyczne/metody aktywizujące, tekst przewodni, metaplan

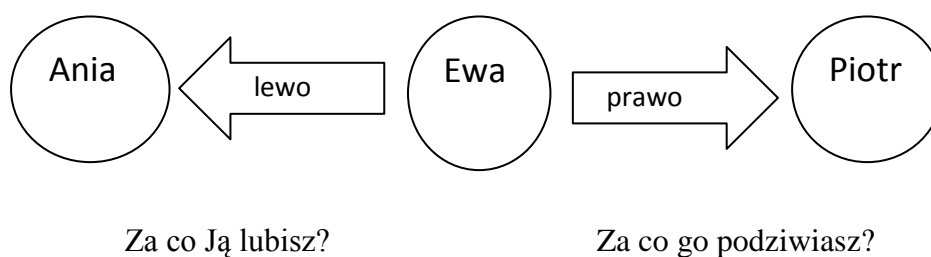
Grupa docelowa: grupa uczniów technikum, 10 - 12 osób

Czas trwania: 45 min

Materiały środki dydaktyczne: tablica/flip chart, papier, mazaki

Przebieg/tok lekcji

1. Rozpoczęcie zajęć, czynności skupiające uwagę
2. Ćwiczenie na powitanie



Następnie przesuwamy się o jedną osobę np. w prawo. Przeprowadzamy pełną rundę wśród uczestników.

Podsumowanie ćwiczenia: np. proszę popatrzcie, każdy z nas ma w sobie duży potencjał, który najlepiej widać gdy stoi się z boku.

3. Ćwiczenie praca z tekstem.

Rozdajemy przygotowany tekst wszystkim uczestnikom.

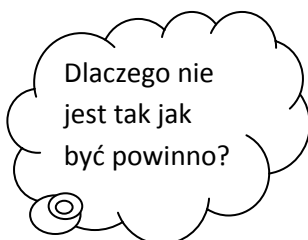
Posłuchaj historii - Anna, lat 20

"Ciągle zastanawiam się, jak powinien wyglądać normalny dzień. Do czerwca wszystko było ustalone. Wstawałam rano, biegłam do szkoły, potem spotkania ze znajomymi, lekcje itd. Dziś dzień już tak fajnie się nie zaczyna. Wstaję i No właśnie jestem już absolwentką, skończyłam szkołę i poszukuję pracy. Trochę się na siebie denerwuję. Wydawało mi się, że wszystko o sobie wiem. Jednak tylko jedno pytanie pracodawcy o moje umiejętności spowodowało, że zaczęłam się zastanawiać, które wybrać i podać jako pierwsze. Zaczęłam nerwowo ruszać się na krześle. Poczułam się bezsilna. Przez chwilę wydawało mi się, że jestem przeźroczysta, że widać przeze mnie na drugą stronę. Dzisiaj znów idę na rozmowę w sprawie pracy. Na pewno będzie lepiej. Trochę nad sobą się zastanowiłam i pewnie takie pytanie już mnie nie zaskoczy."

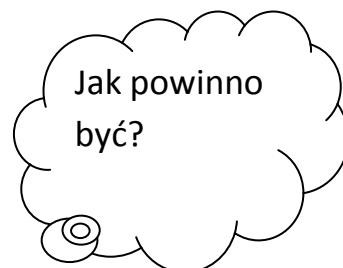
Na podstawie tekstu uporządkuj uzyskane informacje i doświadczenia osobiste. Następnie uporządkuj je w trzy kolumny wg następujących pytań.



1.
2.
3.



1.
2.
3.



1.
2.
3.

Jakie nasuwają się Wam wnioski?

Wnioski

1.
2.
3.

Ćwiczenie aktywizujące "Magia imion"

Piszemy pionowo swoje imię i dopisujemy do liter imienia pozytywne cechy charakteru, odpowiadające własnej osobie.

Np. A - *ambitna*

G - *gadatliwa*

A - *afiliacyjna*

T - *trudna*

A - *ambitna*

Ćwiczenie na podsumowanie - "Odkrywanie siebie"

Zastanów się chwilę i odpowiedz na pytania:

1. Jaki/jaka jestem ?
2. Moją mocną stroną jest
3. Ludzie postrzegają mnie jako

Prezentujemy i omawiamy efekty ćwiczenia.