

Projekt „Szkoła młodych geniuszy” został współfinansowany ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Warmińsko-Mazurskiego na lata 2014-2020.

Małgorzata Jaskułowska

**Scenariusz zajęć  
Godzina wychowawcza  
– spotkanie z psychologiem szkolnym**

**Temat: Ja wczoraj i dzisiaj.**

**Umiejętności ogólne**

- Zwiększanie znajomości siebie, umiejętności samooceny.
- Rozwijanie umiejętności komunikacyjnych.
- Rozwijanie kreatywności.
- Współdziałanie w zespole.

**Cele lekcji**

- Odkrywanie bogactwa własnej osobowości.
- Umożliwienie lepszego poznania i zrozumienia siebie.
- Kształtowanie pozytywnego obrazu własnej osoby.
- Pobudzenie do refleksji nad zmianami w życiu każdego człowieka.
- Wzmocnienie poczucia własnej wartości.

**Metody i formy pracy**

- ćwiczenie rozwijające myślenie dywergencyjne,
- praca w grupach,
- praca indywidualna,
- praca w parach,
- pogadanka.

**Środki dydaktyczne i materiały**

- karty zawierające tabelkę „Ja obecnie – Ja w 7 roku życia”,
- karty „Ja dzisiaj”.

**Przebieg lekcji**

**I. Wprowadzenie**

Informacja dla uczniów, że na dzisiejszej lekcji będziemy przyglądać się sobie takim jakimi jesteśmy dzisiaj i jakimi byliśmy jeszcze parę lat temu. Jednak najpierw jako wstęp proponujemy zanim zabawę – Każdy ma powiedzieć głośno swoje imię i dodać do niego słowo, które go określa, charakteryzuje dzisiaj (prowadzący pilnuje, aby były to pozytywne określenia).

Projekt „Szkoła młodych geniuszy” został współfinansowany ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Warmińsko-Mazurskiego na lata 2014-2020.

## II. Część zasadnicza

Praca w małych grupach

Uczniowie mają wypełnić tabelkę, w której zamieszczą różnice między tym jak spostrzegają siebie dzisiaj, a jak pamiętają siebie sprzed kilku lat. Co robią teraz, a co robili, gdy mieli 7 lat. Np. jakie są, a jakie były w tamtym wieku zainteresowania, zabawy, gusta kulinarne, aktywności, ulubione zajęcia, sposób spędzania wolnego czasu, oglądane filmy, słuchana muzyka, marzenia, plany, ulubiona osoba itp.

Każda z grup dostaje wcześniej przygotowaną tabelkę (załącznik nr 1).

JA OBECNIE	JA W 7 ROKU ŻYCIA

Omówienie dokonanych wpisów. Zwrócenie uwagi na zmiany i ich kierunek.

Każdy człowiek jest na określonym etapie rozwoju oraz dojrzewania. Są to zmiany, które dokonują się celowo i przez całe życie. Warto je poznawać, aby mieć szansę zaakceptować oraz korzystać z nich.

### Praca indywidualna – Ja dzisiaj.

Uczniowie opracowują otrzymane karty indywidualnie. Prosimy, aby zbyt długo nie zastanawiali się nad odpowiedziami.

Każdy uczeń dostaje wcześniej przygotowaną kartę (Załącznik nr 2).

<p style="text-align: center;"><b>JA ..... dzisiaj</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>najczęściej myślę o .....</b> .....</li> <li>• <b>najczęściej patrzę na .....</b> .....</li> <li>• <b>najczęściej mówię .....</b> .....</li> </ul>
---

Projekt „Szkoła młodych geniuszy” został współfinansowany ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Warmińsko-Mazurskiego na lata 2014-2020.

<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>najczęściej przeżywam uczucia</b> .....</li><li>• <b>najczęściej robię</b> .....</li><li>• <b>najczęściej przebywam</b> .....</li></ul>
--

Po zakończeniu uczniowie mają w parach podzielić się refleksjami, jak im się wypełniało karty, czy jakaś myśl ich zaskoczyła, czy mieli jakiś kłopot, trudność w wypełnianiu. Nikt nie musi ujawniać wbrew swojej woli wpisów w karcie.

Można podzielić się również refleksjami na forum klasy.

### III. Podsumowanie

Ważne jest stałe poznawanie siebie, aktualizowanie posiadanego obrazu siebie, swego miejsca w świecie, bo ma to wpływ na samoakceptację i odniesienie sukcesu w życiu.

Projekt „Szkola młodych geniuszy” został współfinansowany ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Warmińsko-Mazurskiego na lata 2014-2020.

Załącznik nr 1

JA OBECNIE	JA W 7 ROKU ŻYCIA

Projekt „Szkola młodych geniuszy” został współfinansowany ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Warmińsko-Mazurskiego na lata 2014-2020.

Załącznik nr 2

**JA ..... dzisiaj**

- **najczęściej myślę o .....**  
.....
- **najczęściej patrzę na .....**  
.....
- **najczęściej mówię .....**  
.....
- **najczęściej przeżywam uczucia .....**  
.....
- **najczęściej robię .....**  
.....
- **najczęściej przebywam .....**  
.....