

Mysle pozytywne



Spotkanie 4

„Ważne – nieważne”

Grupa docelowa Uczniowie klas 2-3

Czas zajęć/warsztatu do 45 min.

Wykorzystywane metody metoda planowania własnej pracy i organizowania czasu

Cele spotkania

1 / Rozwijanie umiejętności:

- planowania i organizowania własnej pracy
- zarządzania sobą w czasie
- refleksyjnego myślenia o sobie

2 / Rozwijanie samokontroli i wytrwałości.

Cele kształcenia wg podstawy programowej dla I etapu edukacyjnego – klas I-III

Cele spotkania

1 / W zakresie poznawczego obszaru rozwoju uczeń osiąga umiejętność:

- umiejętność stawiania pytań, dostrzegania problemów, zbierania informacji potrzebnych do ich rozwiązania, planowania i organizacji działania, a także rozwiązywania problemów

2 / W zakresie społecznego obszaru rozwoju uczeń osiąga umiejętność:

- umiejętność samodzielnej organizacji czasu przeznaczonego na odpoczynek indywidualny i w grupie

Cele szczegółowe opisane w formie efektów

Edukacja polonistyczna:

1 / Osiągnięcia w zakresie słuchania. Uczeń:

- słucha z uwagą wypowiedzi nauczyciela, innych osób z otoczenia, w różnych sytuacjach życiowych, wymagających komunikacji i wzajemnego zrozumienia; okazuje szacunek wypowiadającej się osobie

- słucha i czeka na swoją kolej, panuje nad chęcią nagłego wypowiedziania się, szczególnie w momencie wskazywania tej potrzeby przez drugą osobę

2 / Osiągnięcia w zakresie mówienia. Uczeń:

- formułuje pytania dotyczące sytuacji zadaniowych, wypowiedzi ustnych nauczyciela, uczniów, lub innych osób z otoczenia

- dobiera stosowną formę komunikacji werbalnej i własnego zachowania, wyrażając empatię i szacunek dla rozmówcy

3 / Osiągnięcia w zakresie samokształcenia:

- uczeń wykorzystuje nabyte umiejętności do rozwiązywania problemów i eksploracji świata, dbając o własny rozwój i tworząc indywidualne strategie uczenia się

Etyka:

1 / Osiągnięcia w zakresie rozumienia podstawowych zasad i pojęć etyki. Uczeń:

- odkrywa, że jego wybór rodzi konsekwencje, które dotyczą jego samego

– dostrzeżę, że każdy powinien brać odpowiedzialność za swoje wybory

2 / Osiągnięcia w zakresie stosowania poznanych zasad. Uczeń:

– wchodzi w relacje w innymi osobami (rówieśnikami, nauczycielami), szanując to, co jest wartością dla nich i nazywając to, co jest wartością dla niego.

Opis przebiegu
z opisem poszczególnych
ćwiczeń/zadań

Krok 1:
Wprowadzenie

Nauczyciel dzieli uczniów na grupy trzyosobowe. Każda grupa otrzymuje zestaw kart obrazkowych z przykładami różnych zajęć. Nauczyciel prosi ich o ułożenie tych czynności od najważniejszej (takiej, którą koniecznie musimy się zająć) do najmniej istotnej (takiej, którą możemy przełożyć na inny dzień lub nie powinniśmy poświęcać jej zbyt dużo czasu).

Następnie, wszystkie grupy wspólnie omawiają listy i uzasadniają swoje decyzje dotyczące stopnia ważności wybranych zajęć. Warto tu zwrócić uwagę uczniów, że o ile są pewne obowiązki, które powinniśmy wykonać (np. sprzątanie, odrabianie pracy domowej, nakarmienie psa), takie czynności jak czas spędzony z rodziną i relaks są bardzo ważne dla naszego zdrowia psychicznego i dobrego samopoczucia. Warto również zwrócić uwagę na różne formy spędzania wolnego czasu w domu i na świeżym powietrzu i poruszyć takie kwestie jak ilość czasu spędzanego przed telewizorem lub komputerem.

Krok 2:
Słoik czasu

Nauczyciel pokazuje uczniom słoik i zestaw pileczek. Tłumaczy, że słoik symbolizuje cały czas, który mamy do dyspozycji po powrocie ze szkoły, a pileczki różne czynności, które możemy w tym czasie wykonać. Podaje konkretne przykłady czynności, którym odpowiada dany rozmiar pileczki – większe pileczki to nasze obowiązki, mniejsze to rzeczy, które robimy dla przyjemności. Zwraca także uczniom uwagę na fakt, że przestrzeń w słoiku jest ograniczona, co oznacza, że pomimo najszczerzych chęci, nie uda nam się zmieścić w nim wszystkich kulek. Analogicznie, czas, który mamy do dyspozycji również jest ograniczony, musimy zatem starannie go zaplanować.

Następnie pokazuje uczniom, że jeśli do słoika włożymy najpierw wszystkie mniejsze kuleczki, na te największe nie będzie już miejsca. Tłumaczy, że tak samo jest ze wszystkimi rzeczami, które powinniśmy zrobić po szkole – jeśli skupimy się tylko na tych mniej istotnych, na te ważniejsze może nam już nie starczyć czasu. Jeśli najpierw wypełnimy szybko swoje obowiązki (włożymy do słoja duże kulki), pozostały czas możemy przeznaczyć na hobby i przyjemności.

Krok 3:
Zaplanuj swój czasu

Nauczyciel wspólnie z uczniami robi na tablicy listę czynności, które dana grupa zazwyczaj wykonuje po szkole. Następnie rozdaje uczniom karty pracy „Ważne – nieważne” i prosi ich o oznaczenie pileczek wybranymi czynnościami. Starsze dzieci mogą podpisywać pileczki, a młodsze rysować.

Nauczyciel monitoruje pracę uczniów i zadaje pytania o ich plany i wybory, a następnie prosi uczniów o rozmowę w grupach trzyosobowych, porównanie i omówienie swoich słoików czasu.

Krok 4:
Refleksja

Nauczyciel pyta uczniów o wrażenia z pracy nad ich słoikiem czasu:

—
Co zauważyliście rozmawiając z kolegami i koleżankami i ich planach? Czy wasze słoiki czasu różnią się czy są do siebie podobne? Czy zauważyliście coś ciekawego?

—
Czy łatwo było wam zaplanować swój czas? Dlaczego? Dlaczego nie?

—
Co by się stało, gdybyście zaplanowali tylko obowiązki? Jak byście się wtedy czuli? A co jeśli cały czas poświęcicie na przyjemności? Co wydarzyłoby się następnego dnia?

—
Co musimy brać pod uwagę planując swój czas?

—
Jak nasze decyzje wpływają na nas? A jak na innych?

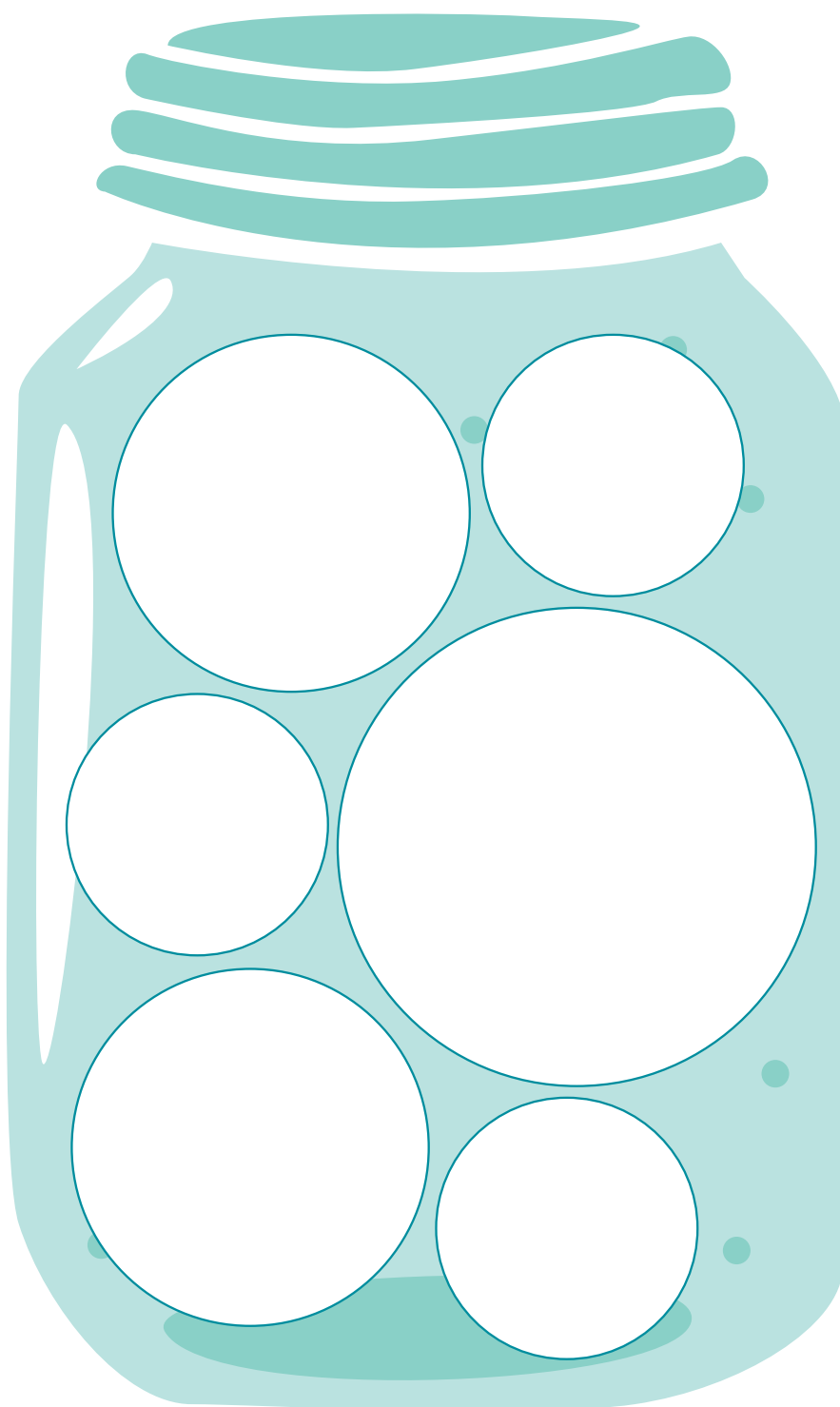
Załączniki/karty pracy/
materiały dydaktyczne

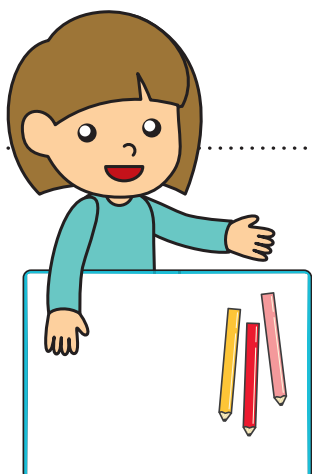
—
zestaw kart obrazkowych z przykładami czynności, które dzieci wykonują po powrocie do domu (do wydrukowania)

—
karta pracy „Ważne – nieważne” do wydrukowania

—
słoik, pileczki/kulki różnej wielkości, które będą symbolizować zajęcia o różnym stopniu ważności

WAŻNE – NIEWAŻNE





rysuję obrazki



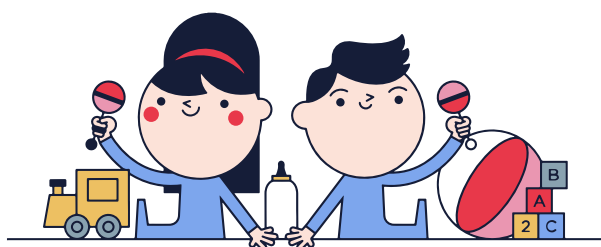
gram w piłkę z kolegami



gram w komputerze



odrabiam pracę domową



bawię się z rodzeństwem



czytam książkę



karmię psa



bawię się zabawkami



dzwonię do babci i dziadka



pomagam мамie zrobić kolację



sprzątam pokój



pakuję plecak na następný dzień



jem kolację



słucham muzyki