



Temat zajęć z zakresu orientacji zawodowej dla uczniów gimnazjum
„Budowanie samoświadomości z myślą o przyszłości”

Cel główny:

- właściwe odnalezienie się w grupie,
- budowanie pozytywnego podejścia do siebie

Metody/formy pracy

- metody aktywizujące,
- praca z tekstem,

Grupa docelowa:

- uczniowie gimnazjum

Czas trwania:

- 45 min

Materiały środki dydaktyczne:

- tablica , papier, mazaki

Przebieg lekcji:

1. Rozpoczęcie zajęć, czynności organizacyjne.
2. Przedstawienie uczniom celu zajęć.
3. Ćwiczenie na powitanie – „Za co Ja/ Jego lubisz, podziwiasz?”

Uczniowie stają w kole. Każdy z nich przesuwając się w prawo mówi koledze/koleżance za co go lubi/podziwia. Przeprowadzamy pełną rundę wśród uczestników.

Ćwiczenie powinno zostać podsumowane przez prowadzącego stwierdzeniem, że każdy z nas ma w sobie duży potencjał, który najlepiej widać gdy stoi się z boku.

4. Ćwiczenie praca z tekstem.

Rozdajemy przygotowany tekst wszystkim uczestnikom. (Załącznik 1)

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



- jak jest?
- dlaczego nie jest tak jak być powinno?
- jak powinno być? (Załącznik 2)

5. Proponujemy uczniom ćwiczenie aktywizujące - „Magia imion”

Każdy z uczniów pisze pionowo swoje imię, a następnie dopisuje do liter imienia swoje pozytywne cechy charakteru. Np. Ala

A – ambitna,

L - lubiana,

A – atrakcyjna.

6. Ćwiczenie na podsumowanie zajęć - "Postrzeganie siebie"

Prosimy uczniów o chwilę zastanowienia i odpowiedź na poniższe pytania:

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

Po wykonaniu ćwiczenia zachęcamy uczniów do prezentacji tego co napisali i omawiamy efekty ćwiczenia.



Załącznik 1

Posłuchaj historii Anny

"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."



Załącznik 2

Jak jest?	Dlaczego nie jest tak jak być powinno?	Jak być powinno?

Jakie nasuwają się Wam wnioski?

1.
2.
3.