

Önértékelés fejlesztése

Almássy-Földváry Zsófia küldte be 2024. 06. 25., k - 20:27 time időpontban

Terv típusa

Óraterv

Szektor

Egészségügy és jólét

Témakör, tanulási terület

Önértékelés, önkép, reziliencia

Szakmai tantárgy(ak)

Pszichológia

Évfolyam

9. évfolyam

10. évfolyam

Tanulási, fejlesztési célok

A diákok önismeretének és önértékelésének fejlesztése, az önbizalom növelése. A reális és a vágyott énkép összevetése.

Szükséges eszközök

okostelefon, dixit kártyák, mood card, önértékelési teszt

Az óra / projekt bevezető része, előkészítése

Óraterv vizuális elkészítése, a pszichológiai foglalkozáson használt eszközök előkészítése, segédanyag nyomtatása.

1. Hogy érzi magát? Mood card választása.

Az óra / projekt megvalósítása

1. Önismereti kérdőív kitöltése, kiértékelése, átbeszélése.
2. Önértékelési technikák játékos megismerése. Erősségek feltérképezése. Reális és vágyott énkép összevetése.
3. Önbizalomnövelő játékok pl.: "Készíts listát az eredményeidről!"

4. Szófelhő készítés az erősségekről és gyengeségekről. Ami jellemzi a személyt.
5. Dixit kártya választás: Hogy látod magad?

Tananyag készítéséhez használt alkalmazás

Google Forms

Wordart

OneNote

Canva

Értékelési terv

1. Összegzés és reflektálás.
2. Útravaló kiadása átbeszélése.

Házi feladat, projektfeladat

OneNote alkalmazással hálanapló készítése.