

Önértékelés fejlesztése

Submitted by Almássy-Földváry Zsófia on 2024. 06. 25., k - 20:27

Tipologia di piano

Piano di lezione

Settore

Egészségügy és jólét

Argomento / Materia

Önértékelés, önkép, reziliencia

Materie tecniche/professionali

Pszichológia

Voto

9. évfolyam

10. évfolyam

Obiettivi di apprendimento

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

Strumenti necessari

okostelefon, dixit kártyák, mood card, önértékelési teszt

Introduzione e preparazione della lezione / project task

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

1. Hogy érzi magát? Mood card választása.

Realizzazione della lezione / project task

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

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

Applicazioni utilizzate

Google Forms

Wordart

OneNote

Canva

Programma di valutazione

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

Compiti a casa, project task

OneNote alkalmazással hálanapló készítése.