

Разработка урока по теме: «Самооценка и самовоспитание» (7 класс)

Разработчики занятия: Анашкина Е.Б.

Место проведения: МАОУ СОШ №12 г. Томска.

Оборудование: интерактивная доска, маркеры, листы А4, карточки с заданиями. Раздаточный материал (Лесенка).

Цель урока:

1. Ознакомление с факторами, влияющими на самооценку.

Задачи:

1. Дать понятие самооценки и ее содержания.
2. Показать роль самовоспитания в становлении личности.
3. Развить коммуникативные, личностные, регулятивные компетенции.

Компетенции:

Коммуникативные: умение слушать и слышать и выражать свои мысли, умение отстаивать свое мнение.

Личностные: самопознание и самоопределение, мотивация.

Регулятивные: выработка правил и норм поведения на уроке и в жизни. Знание прав (право на самовыражение).

Познавательные: умение сравнивать обобщать, делать выводы.

Ход урока.

I. Организационный момент.

II. Ритуал приветствия:

- Упражнение «Эпитет». Дети называют по очереди свое имя и самую яркую положительную черту характера. Например: Валерия - великолепная, Слава - щедрый, Володя - смелый и т.д.

Мы сейчас смогли выразить свои качества при помощи прилагательных. Это свидетельствует о том, что мы все имеем

право на самовыражение, право на самоопределение и право на высказывания своей точки зрения. И ваше право выражается в Конвенции о правах ребенка.

В предыдущем упражнении вы выбрали те эпитеты, которыми сами себя оценивали, а сейчас мы поговорим о самооценки.

III. Актуализация.

Что такое самооценка? На что она влияет? Как выглядит уверенный в себе человек? (Дети называют качества и признаки уверенного человека, записываем их на доске).

Вызываются два добровольца. Один скульптор, второй глина. Слепи, пожалуйста, из «глины» сначала неуверенного человека, а затем уверенного в себе.

Получился у вас уверенный человек?

Самооценка (термин на доске) - Самооценка, оценка личностью самой себя, своих возможностей, качеств и места среди других людей.

IV. Диагностика.

Хотите проверить свою самооценку? (раздается карточка с лесенкой).

Методика «Лесенка»

Методика предназначена для выявления системы представлений ребёнка о том, как он оценивает себя сам, как, по его мнению, его оценивают другие люди и как соотносятся эти представления между собой.

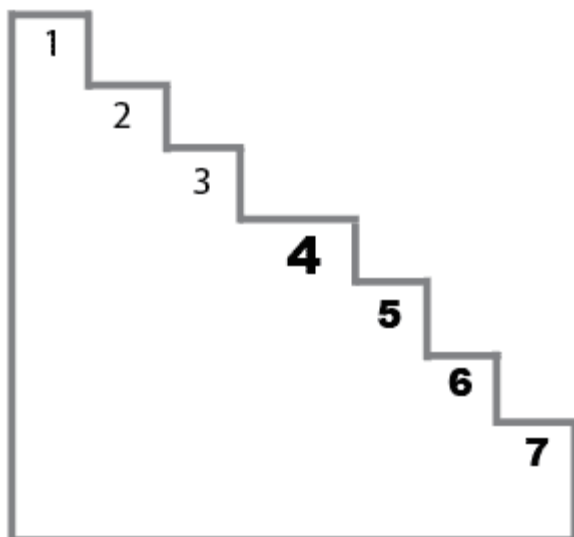


Рисунок «лесенки» для изучения самооценки раздается каждому ребенку.

Инструкция (групповой вариант)

Представьте, что на верхней лестнице находятся самые хорошие ребята, а на нижней самые плохие.

Нарисуйте человечка на ступеньке, которая вам подходит. Как оценили бы вас ваши родители? Как оценили бы вас ваши учителя? Сверстники?

При анализе полученных данных исходите, из следующего:

Ступенька 1 - завышенная самооценка.

Она чаще всего характерна для первоклассников и является для них возрастной нормой. В беседе дети объясняют свой выбор так: «Я поставлю себя на первую ступеньку, потому что она высокая», «Я самый лучший», «Я себя очень люблю», «Тут стоят самые хорошие ребята, и я тоже хочу быть с ними». Нередко бывает так, что ребенок не может объяснить свой выбор, молчит, улыбается или напряженно думает. Это связано со слабо развитой рефлексией (способностью анализировать свою деятельность и соотносить мнения, переживания и действия с мнениями и оценками окружающих).

Ступеньки 2, 3 - адекватная самооценка

У ребенка сформировано положительное отношение к себе, он умеет оценивать себя и свою деятельность: «Я хороший, потому что я помогаю маме», «Я хороший, потому что учусь на одни пятерки, книжки люблю читать», «Я друзьям помогаю, хорошо с ними играю», - и т.д. Это нормальный вариант развития самооценки.

Ступенька 4 - заниженная самооценка

Дети, ставящие себя на четвертую ступеньку, имеют несколько заниженную самооценку. Как правило, это связано с определенной психологической проблемой ученика. В беседе ребенок может о ней рассказать. Например: «Я и ни хороший и ни плохой, потому что я бываю добрым (когда помогаю папе), бываю злым (когда на братика своего кричу)». Здесь налицо проблемы во взаимоотношениях в семье. «Я ни хорошая и ни плохая, потому что пишу плохо буквы, а мама и учительница меня ругают за это». В данном случае разрушены ситуация успеха и положительное отношение школьницы, по меньшей

мере к урокам письма; нарушены межличностные отношения со значимыми взрослыми».

Ступеньки 5, 6 - низкая самооценка

Ступенька 7 - резко заниженная самооценка

Ребенок, который выбирает самую нижнюю ступеньку, находится в ситуации школьной дезадаптации, личностного и эмоционального неблагополучия. Чтобы отнести себя к «самым плохим ребятам», нужен комплекс негативных, постоянно влияющих на школьника факторов. К несчастью, школа нередко становится одним из таких факторов.

V. Анализ

У вас получилось, что оценка учителей или сверстников иногда отличаются от вашей личной оценки. Очень часто оценка окружающих влияет на нашу самооценку.

Допустим ваши сверстники (или учителя) оценили вас ниже, чем вы сами, что нужно сделать, чтобы подняться хотя бы на одну ступеньку? Как ты думаешь, что можно сделать, если твоя самооценка завышена? Запишите, что нужно сделать, чтобы подняться на одну ступеньку и придумайте три способа (или шага) преодоления этой трудности. Поделитесь с классом?

VI . Нарисуйте солнышко, в середине напишите «Я». Возле каждого лучика напишите качество, которое вы хотели бы в себе развить.

Какие эмоции вы сегодня испытали? По желанию, поделитесь ими. Нарисуйте смайлик, который вам подходит. (На доске карта эмоции)

VII. Работа в группах

Разделитесь на группы. (Раздаем карточки с заданиями на группы).
Подумайте над заданиями и выберите одного человека, который презентует ваши ответы:

Задание:

Выберите один из афоризмов и письменно объясните их смысл. Приведите примеры, подтверждающие или опровергающие их.

«Кто не уважает себя - несчастен, но зато тот, кто слишком доволен собой, - глуп.» (Г.Мопассан, французский писатель)

Чрезмерная уверенность в себе становится причиной больших бед.» (Античный афоризм)

Самомнение - враг совершенствования. (Бион Борисфенит, древнегреческий поэт)











































VIII. Заключение.

Упражнение «Великан». Задание ребятам - нарисовать великана на листочке, и наделить его теми положительными качествами, которые вы бы хотели в себе сделать больше.

Посмотрите какой он большой и сильный, и вы можете быть такими всегда, вы можете представлять себя таким великаном, когда вам не хватает уверенности в себе.

Рефлексия. Нарисовать на листочке эмоции.

Э М О Ц И И

 агрессивный	 отчужденный	 злой	 раздраженный	 удивленный	 равнодушный	 скромный
 уставший	 осторожный	 уверенный	 смущенный	 любопытный	 подавленный	 упрямый
 разочарованный	 застенчивый	 отвращение	 растерянный	 восторженный	 завистливый	 экстаз
 взволнованный	 обессиленный	 испуганный	 ужас	 недовольный	 грустный	 счастливый
 беспомощный	 надеющийся	 враждебный	 униженный	 обиженный	 опечаленный	 невинный
 интерес	 завистливый	 одинокий	 влюбленный	 недоумение	 оптимистичный	 жалкий

Карточка

Задание №1:

Ваш друг считает себя неудачником и никчемным человеком. Как можно помочь товарищу повысить свою самооценку?

Задание №2:

Выберите один из афоризмов и письменно объясните их смысл. Приведите примеры, подтверждающие или опровергающие их.

«Кто не уважает себя - несчастен, но зато тот, кто слишком доволен собой, - глуп.» (Г.Мопассан, французский писатель)

Чрезмерная уверенность в себе становится причиной больших бед.» (Античный афоризм)

Самомнение - враг совершенствования. (Бион Борисфенит, древнегреческий поэт).

Задание №1:

Ваш друг считает себя неудачником и никчемным человеком. Как можно помочь товарищу повысить свою самооценку?

Задание №2:

Выберите один из афоризмов и письменно объясните их смысл. Приведите примеры, подтверждающие или опровергающие их.

«Кто не уважает себя - несчастен, но зато тот, кто слишком доволен собой, - глуп.» (Г.Мопассан, французский писатель)

Чрезмерная уверенность в себе становится причиной больших бед.» (Античный афоризм)

Самомнение - враг совершенствования. (Бион Борисфенит, древнегреческий поэт)