

Практичне заняття.

Розвіток успішності дівчат-учнів через гендерночутливу освіту.

Навчальна мета. Навчити оцінювати позитивно свої набуті риси характеру чи вміння. Сприяти підвищенню власної самооцінки.

Методичне забезпечення: посібник URL.

http://www.wicc.net.ua/media/ne_kradit_konflikty_2015.pdf

Хід практичного заняття.

Опис вправи.

Вправа «Я пишаюся...» 15-20 хвилин

1. Попросити по черзі кожен присутню людину сказати про себе: «Я пишаюся...» назвавши свою власну позитивну набуту рису, вміння, характеристику, якість.

- Техніка “Закінчити речення...” передбачає, що речення треба сказати повно без скорочень (приклад невдалого початку вправи, коли тренер чи тренерка каже: “Ну, скажіть – я пишаюся” – а учасник або учасниця лише додають “...що я..”).

- Обговорити, - Чи легко було виконувати цю вправу.

Якщо ні, то в чому саме були складнощі.

- Що ви відчували, коли самі говорили цю фразу? Коли слухали інших?

- Чи має людина пишатися собою?

- Чи відрізняється гордість від гордині? Чим?

- В яких життєвих ситуаціях можна використати цю вправу?

2. Вправа «Герб» (Бланк із зображенням герба завантажити за посиланням

<http://www.wicc.net.ua/media/ee-book-2ed-ukr.pdf> (С.71) 25-50 хвилин

Опис вправи.

Мета:

- Визначати власні життєві цінності, орієнтири, успіхи
- Вміти аналізувати власне життя
- Спитати, - Що таке герб і хто має герби?
- Дати деякі визначення гербів.

Герб – це емблема держави, зображена на печатках, бланках, грошових одиницях. Це складова частина державного прапора

- Попросити створити свій власний герб.

Для цього треба виконати наведені нижче завдання. Пам'ятати, що в цьому випадку художня досконалість герба – не головне.

1. Зобразити дві речі, які ви робите добре.
2. Зобразити свій найбільший успіх у житті.
3. Зобразити місце, яке є “ідеальним домом” (місцем відпочинку і спокою) для вашої душі.
4. Зобразити трьох людей, які найбільше вплинули на вас у житті.
5. Написати три слова, які б ви хотіли почути про себе.
6. Зобразити, як би ви провели рік, якби дізналися, що він останній у вашому житті.

- По завершенні творчого процесу попросити розповісти про свої герби. Залежно від наявного часу, розмірів групи, інших складових можна розповідати про весь герб, деякі вікна на вибір тренера чи учасниць і учасників, а також робити це у великій групі, в парах, в малих групах.

- Якщо вправа виконується у великому колі, тоді усі по черзі “відкривають” одне вікно, тобто відповідають на одне питання.

- Розрахунок кількості відкритих “вікон” герба залежить від часу, витраченого групою на одне коло. Порівнюючи цей час із загальним часом, відведеним на вправу, можна визначитися, скільки таких кіл доцільне в групі.

- Безумовно, обговорення всього герба у великій групі найемоційніше, проте якщо зробити це немає можливості, неповне обговорення слід також зробити комфортним, глибоким і цікавим для присутніх.

- Розповідати про герби пропонується за такою схемою: я намалювала чи намалював в такому-то віконці те і те, бо я...

- Спитати:

- Що відчували учасники і учасниці, коли малювали герби?
- Коли розповідали про них?

- Чи легко було робити цю вправу?
- Які з віконець було складно малювати? Чому?
- Які складніше? Чому?
- Для чого ми робили цю вправу?
- Для чого її треба робити? При обговоренні успіху варто звертатися до наявного в присутніх досвіду, допомагаючи їм краще ідентифікувати ті досягнення, які вже були в їхньому житті, а не відкладати повторення цієї вправи на тривалий час, тим більше, на кілька років.

Рекомендована література:

1. Не крадіть конфлікти, краще полюбіть їх і відпустіть / За заг. редакцією О. Суислової. – К.: Москаленко О.М., 2015. – 80 с.
http://www.wicc.net.ua/media/ne_kradit_konflikty_2015.pdf