

РАЗВИВАЙ СВОЁ САМОСОЗНАНИЕ

Длительность занятия:	40-60 минут
Материалы и подготовка:	Размножьте и вырежьте «карточки особенностей» из сборника «Материалы для учащихся №.1 – Развивай своё самосознание». Необходим один комплект карточек (шесть листов) для каждой группы школьников из 3-4 человек..
Цель:	Намерение этого задания расширить самосознание учащихся и получить подтверждение и мнение от своих одноклассников, и немного покритиковать самохвальство.
Метод работы:	Групповая работа

ВВЕДЕНИЕ

Обсуждая алкоголь с учащимися важно, чтобы у них был высокий уровень самосознания. Им необходим высокий уровень осознанности, чтобы противостоять давлению одноклассников и быть способными принимать собственные решения. Центральный элемент этого упражнения – тренировка самосознания, которая выполняется в небольшой группе. Учитель должен следить за дискуссиями в группах, чтобы никто не был отвержен или подвержен каким-либо агрессивным воздействиям. Это упражнение должно быть позитивным, насыщенным и весёлым.

ИСПОЛНЕНИЕ

1. Разделите учащихся на группы по 3-4 человека. Старайтесь, чтобы в группах были ученики, которые хорошо знают друг друга, тогда у них будет преимущество.
2. Раздайте каждой группе комплект «карточек особенностей», скорректируйте количество карточек относительно продолжительности занятия. Можно так же самим написать свои собственные карточки особенностей. Если у вас есть ощущение, что учащиеся не поймут некоторые характерные особенности, то выберите карточки с этими особенностями из кучки и замените их другими, теми, которые наверняка поймут.
3. Поместите карточки посередине стола, так, чтобы надписи были невидимы, внизу. Учащиеся берут по одной карточке и читают про себя, не говоря вслух остальным. Учащимся надо придумать, кто из группы наиболее соответствует как пример написанной особенности (например, кто честный). Затем учащийся кладет эту карточку надписью вниз слева от человека, которому, по его мнению, соответствует написанная особенность. Учащиеся могут оставлять и себе карточки, в таком случае её надо поместить справа от себя. Таким образом, будет видно, какие качества характера и поведения видят в человеке другие, а какие он сам. Продолжайте до тех пор, пока на столе не останется ни одной карточки.
4. Потом учащиеся громко зачитывают те карточки, которые оставили себе сами. «По моему мнению, я ...». Они могут рассказать пример или по-другому пояснить, почему они так о себе думают. Остальные в это время только слушают. Комментировать и смеяться нельзя.

5. Затем каждый учащийся зачитывает те особенности, которые оставили ему другие участники группы. Тот, кто дал эту карточку, поясняет, почему он считает эту особенность соответствующей именно этому человеку. Желательно с примерами. Тот, кто слушает о себе – просто слушает и ничего не говорит.

6. Затем попросите учащихся составить общий список своих особенностей – чтобы они прочувствовали, какие они замечательные!

ВСПОМОГАТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

Если у вас появится подозрение, что карточек будет недостаточно, вы можете:

- **Разделить учащихся на меньшие группы**
- **Принять участие в выполнении задания**
- **Следите за тем, чтобы участники группы были знакомы друг с другом**

ДВИЖЕНИЕ ВПЕРЁД

Это упражнение самосознания можно использовать как разогрев перед другими заданиями, суть которых поднять самооценку учащихся.

Велите ученикам написать текст, описав себя в соответствии с особенностями, которые получились в ходе этого упражнения. Название текста может быть «Да, я такой!». Затем ученики могут комментировать или обсудить свои особенности с другими

КАРТОЧКИ ОСОБЕННОСТЕЙ – РАЗВИВАЙ СВОЁ САМОСОЗНАНИЕ

НЕЗАВИСИМЫЙ	ВЕСЁЛЫЙ
СМЕЛЫЙ	ЧЕСТНЫЙ
ВЕЖЛИВЫЙ	ОТЗЫВЧИВЫЙ
ПРОСТОЙ	ВНИМАТЕЛЬ- НЫЙ

**СМЕЛО ЗАЩИ-
ЩАЕШЬ СВОЮ
ПОЗИЦИЮ**

СПОКОЙНЫЙ

**ВСЕГДА
ВЕСЁЛЫЙ**

ПРАВИЛЬНЫЙ

ОПТИМИСТ

**СМЕЛО
ОТСТАИВАЕШЬ
СВОЁ МНЕНИЕ**

**КОМУНИКА-
БЕЛЬНЫЙ**

**ВНИМАТЕЛЬ-
НЫЙ**

**ЛЮБОЗНАТЕЛЬ-
НЫЙ**

**НАБЛЮДАТЕЛЬ-
НЫЙ**

**ПОМОГАЕШЬ
ДРУГИМ**

**БЫСТРО
ДУМАЮЩИЙ**

ГОРДЫЙ

КРЕПКИЙ

**ЦЕЛЕУСТРЕМ-
ЛЁННЫЙ**

ГИБКИЙ

**ДУМАЮЩИЙ
О ПОСЛЕД-
СТВИЯХ**

АКТИВНЫЙ

ХОРОШИЙ ДРУГ

**ДРУЖЕ-
ЛЮБНЫЙ**

ОБЩИТЕЛЬНЫЙ

РЕАЛИСТ

ВЕРНЫЙ

**ИНТЕЛЛИГЕНТ-
НЫЙ**

НЕСГИБАЕМЫЙ

РИСКОВАННЫЙ

УМНЫЙ

ОСТРОУМНЫЙ

**ЧУВСТВИТЕЛЬ-
НЫЙ**

ЩЕДРЫЙ

СВОБОДНЫЙ

**ОЧАРОВАТЕЛЬ-
НЫЙ**

СЕРЬЁЗНЫЙ

ИСКРЕННИЙ

**ВЫЗЫВАЮЩИЙ
ДОВЕРИЕ**

НЕ ХАПУГА

**НА ТЕБЯ
МОЖНО
ПОЛОЖИТЬСЯ**

СПОКОЙНЫЙ

АККУРАТНЫЙ

**ДОБРО-
СЕРДЕЧНЫЙ**

ЛЮБЯЩИЙ

УВЛЕКАЮЩИЙ

**ПОДДЕРЖИВА-
ЮЩИЙ**

СИЛЬНЫЙ

**УМЕЕШЬ
СЛУШАТЬ**

**ЛЮБИШЬ
РАЗВЛЕКАТЬСЯ**

**ОТКРЫТЫЙ
К ИДЕЯМ
ДРУГИХ**

ВЕРНЫЙ