



План на урок за учители

Развитие на емоционални
умения на ученици

Инструмент 1

Самооценка

Дейност за
ученици в клас

Име на инструмента

Ролева игра – Моите силни и слаби страни

Цели

Учениците ще могат да разпознават и да представят своите положителни черти на характера. Развитие на положителни взаимоотношения.

Връзка между дейността и умениято

Знания



Умения





Нагласи






План на урок за учители

 Знания: Учениците разпознават действията си по време на ситуацията и противоречивите елементи.

 Умения: Учениците анализират поведението си, като могат да разграничават приемливо и неприемливо поведение.

 Нагласи: Анализиране на отношението към емоционалното състояние и поведение.

Резултати

Учениците могат да разпознаят своите силни позитивни черти.

Представяне на инструмента

Учителят раздава на учениците четири малки карти. На три от тях учениците написват своите силни черти на характера, а на четвъртата - слабите. Всеки ученик застава пред съучениците си, като останалите трябва да отгатнат какво е написано. Ученикът може да им помогне с жестове и пантомима. Ако съучениците дадат идеи за предложения, може да се добавят към картата. Ученикът може да сподели само слабите си черти, а останалите могат да дадат съвет как да се пребори с тях.

Забележка: Най-добрият модел или пример ще бъде учителят. Именно по негова инициатива може да започне играта.



План на урок за учители

Продължителност

30 минути

Необходими ресурси и материали

Текст, цветни моливи, карти

Съвети за изпълнение

Връзките с други учебни предмети, извънкласни и училищни форми, български език, четене с разбиране, изобразително изкуство и часа на класа.

Обсъждане. Мултимодален подход (работа с текст, видео уроци, изображения), беседа.

Възрастова група

10-12 г.



План на урок за учители

Приложимост на инструмента (възможни проблеми, изпълнение офлайн/онлайн, адаптиране на инструмента за специфични среди, ученици със специални нужди и др.)

Темата припомня за взаимоотношенията с хората в обществото.

Този метод е подходящ за прилагане в класната стая или в открития урок. Не е необходимо да се използват специфични среди. Учениците, които се включват в дейността ще осъзнаят своите силни и слаби черти на характера.



План на урок за учители

Развитие на емоционални
умения на ученици

Инструмент 2

Самооценка

Дейност за ученици в
клас


Име на инструмента


Мога да се справя сам


Цели

Учениците познават и прилагат стратегии за самомотивация.

Връзка между дейността и умениято

 **Знания** – Учениците знаят какво ги мотивира и демотивира и разпознават стратегиите за самооценка.

 **Умения** – Учениците могат да прилагат стратегии за самооценка и да преодоляват състояния на демотивация.

 **Нагласи** – Нагласи за растеж и развитие.





План на урок за учители

Кои са най-подходящите методи, които учителите могат да прилагат?

Обсъждане. Размисъл.

В кои образователни форми може да се осъществи?

Самостоятелен урок или част от урок по всички предмети от училищната програма.

Кога е подходящо да се реализира?

Ежегодно и периодично да се повтаря, за да се види техният напредък.

Какви материали са необходими?

- ✓ Работен лист

Връзка с други предмети в извънкласни и училищни форми.

Темата има връзка с всички учебни предмети.

Резултати

- Учениците осъзнават индивидуалната си отговорност за изграждане на своето благосъстояние;
- Изготвят реалистични задачи за последствията от различни действия;
- Определят решения за лични и социални проблеми;
- Изграждат умения за практикуване на стратегията за самооценка и напредване със състоянието на демотивация;
- Развиват нагласа за растеж и напредък;





План на урок за учители

- Наличието на добра самооценка подобрява способността на ученика да изгради положителни социални взаимоотношения.

Представяне на инструмента

Тема: Мога да се справя сам		
Време	Дейност	Описание
5 минути	Гледане на анимация	на Video „Uzair“ Може да го откриете в Youtube: UZAIR Най-добри късометражни анимационни филми 2021 - Мотивационни и вдъхновяващи
15 минути	Дискусия	Въпроси: 1. Хареса ли ти анимацията? 2. Какво ти направи впечатление? 3. Има ли успех Пайпър в ситуацията? 4. Какво го притеснява? Какво му е помогнало? 5. Какво можеш да направиш сега, което не си могъл да направиш преди: " Ако ученикът се затруднява, учителят трябва да му помогне с примери: Да пише / да чете / да се облича сам / да прави закуска / да изхвърля боклука"). 6. Как се чувстваш, когато извършваш тези действия? 7. Какво искаш да научиш да правиш самостоятелно? Защо?
15-20 минути	Работен лист	Резюме: Колкото повече неща се научим да правим сами, толкова по-добър напредък постигаме.



План на урок за учители

1-2 минути	Размисъл	Какво ново научи от тези дейности? С кое упражнение се справи самостоятелно? Кои упражнения бяха трудни за теб, за да се усъвършенстваш в бъдеще?
---------------	----------	--

Продължителност

40 минути

Необходими ресурси и материали

✓ Работен лист

Съвети за изпълнение

Учителите имат основна роля във формирането и насърчаването на самооценката на своите ученици. Един от основните начини за постигане на тази цел е чрез положително и приобщаващо развитие на средата в класа. Ефективната комуникация е основният елемент на разговорите между учениците. Учителите могат да подпомагат изграждането на самооценка и да насърчават нагласата за умствено и интелектуално израстване. Създаването на възможности за участие на е причина да се превърнат в лидерска роля в класа и да повишат самооценката си. Стратегиите на учителите подпомагат учениците в развитието на техните умения. Това се случва, благодарение на позитивното насърчаване, конструктивната обратна връзка и поощряването за



План на урок за учители

постигане на определена цел.

Възрастова група

10-12 г.

Приложимост на инструмента (възможни проблеми, изпълнение офлайн/онлайн, адаптиране на инструмента за специфични среди, ученици със специални нужди и др.)

Създаване на приобщаваща практика в класната стая:

- Самосъзнание и самоувереност; Самоуправление на емоциите и поведението.



План на урок за учители

Работен лист

1. Нарисувай и опиши едно или повече неща, които можеш да направиш сам и с които се гордееш.

2. Нарисувай и опиши едно или повече неща, които искаш да се научиш да правиш сам.

Гордея се, че мога ...	Това, което искам да се науча да правя, е...
1.	1.
2.	2.
3.	3.