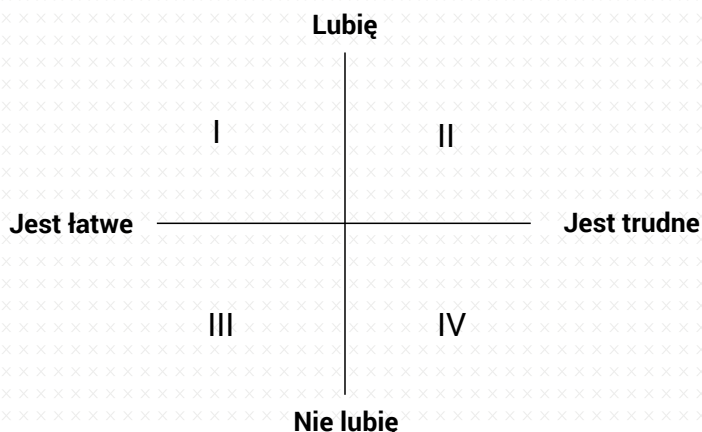


Ćwiczenie MOJE MOCNE STRONY

Wykonanie ćwiczenia wspólnie z dzieckiem zajmie około 30-40 minut.



INSTRUKCJA:

Uzupełnijcie wspólnie schemat, jak na przykładzie obok, biorąc pod uwagę, że:

Pole I to moje mocne strony. Rzeczy, których wykonywanie czy nauka sprawiają mi przyjemność i są dla mnie łatwe.

Pole II to rzeczy, które lubię robić, bądź których lubię się uczyć, ale sprawiają mi trudność.

Pole III to rzeczy, które są dla mnie łatwe, ale ich wykonywanie/nauka nie sprawiają mi radości, nie lubię ich.

Pole IV to rzeczy, których nie lubię i które sprawiają mi trudność.

Możecie korzystać z haseł pomocniczych podanych na stronie obok, lecz nie musicie. Śmiało wpisujcie przedmioty lub kompetencje, które uważacie za słuszne. Postarajcie się wpisać **minimum po 2 kompetencje** na pole.



Przykład:



HASŁA POMOCNICZE - KOMPETENCJE:

- j. polski
- matematyka
- fizyka
- j. obcy
- historia
- biologia
- chemia
- geografia
- otwartość w poznawaniu nowych osób
- komunikatywność
- praca w zespole
- praca indywidualna
- wystąpienia publiczne
- wypracowania, eseje
- informatyka
- nowinki technologiczne
- zdolności analityczne
- myślenie przestrzenne
- pomaganie innym
- asertywność
- przywództwo
- zdolności manualne
- zmysł estetyczny
- zdolności organizacyjne
- zwracanie uwagi na detale – szczegółowość, skrupulatność
- hobby – motoryzacja, kino, robotyka, fotografia itp.
- pomysłowość, kreatywność
- punktualność
- odporność na stres
- odporność na presję czasu
- organizacja własnego czasu
- odpowiedzialność
- zdolności plastyczne
- umiejętność planowania
- cierpliwość, wytrwałość

UWAGA:

Zastanów się, czy odpowiedzi jakich udziela Twoje dziecko, wynikają z przyczyn wewnętrznych, czy może tylko z chęci zadowolenia Ciebie bądź otoczenia, czy np. z sympatii do nauczyciela.

Poproś, by udzielane odpowiedzi były zgodne z rzeczywistością i prawdziwymi odczuciami. Zapewnij, że nie ma w ćwiczeniu odpowiedzi błędnych, liczą się tylko te szczerze.

Pamiętaj, by nie negować przemyśleń dziecka. Jeśli wskazuje dany przedmiot jako łatwy, a nie świadczą o tym oceny na ostatnim świadectwie – zastanówcie się, jaka jest tego przyczyna.

Jako Rodzic pełnisz ważną rolę w tym ćwiczeniu – Twoim zadaniem jest dopytać, drążyć temat i nie akceptować odpowiedzi „bo tak”, „bo nie”. Ważne będzie wspólnie odnaleźli prawdziwe powody, dla których pewne rzeczy są dla dziecka łatwe, a inne sprawiają mu trudność.

WAŻNE:

Ćwiczenie, które wykonacie jest jedynie wskazówką do dalszej pracy i analizy. Warto umówić się na spotkanie ze szkolnym pedagogiem lub profesjonalnym doradcą zawodowym, który pomoże dziecku wybrać odpowiednią ścieżkę dalszej edukacji i kariery zawodowej.



Do każdej wymienionej kompetencji zadajcie poniższe pytania i ustalcie wspólny plan działania. Poproś dziecko o jego zapisanie! Dzięki temu, łatwiej będzie Wam do niego wrócić w przyszłości.

Pole I

KOMPETENCJE:.....
.....
.....

- ☞ Dlaczego lubię to robić – co sprawia mi w tym radość?
- ☞ Czy chcę nauczyć się więcej?
- ☞ Czy lubię to robić również w wolnym czasie?




Podpowiedź: Obszar mocnych stron to obszar, który należy stale rozwijać. Ważne jest zapewnienie dziecku sprzyjających warunków do jego wzmocnienia, podtrzymywanie zaangażowania oraz wspieranie dodatkowych aktywności z tym obszarem związanych. Warto kierować się predyspozycjami dziecka, zamiast przekonaniem osób trzecich.

Plan działania:
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Przykład: 

Pole I

KOMPETENCJE: *motoryzacja, praca w grupach, elektronika, fizyka, matematyka, technika*

-  Dlaczego lubię to robić – co sprawia mi w tym radość?
-  Czy chcę nauczyć się więcej?
-  Czy lubię to robić również w wolnym czasie?





Plan działania:

- wspólnie poszukamy zajęć pozalekcyjnych w dziedzinie elektroniki, motoryzacji i może robotyki

- poziom nauczania matematyki jest w szkole za niski - lekcje są dla mnie łatwe, ale zaczynają być nudne, razem znajdziemy korepetytora, który nauczy mnie czegoś więcej, tak żebym był do przodu z materiałem

Pole II

KOMPETENCJE:

-  Dlaczego lubię to robić – co sprawia mi w tym radość?
-  Co sprawia mi największą trudność? Która część jest dla mnie najtrudniejsza?
-  Czy chcę żeby było to dla mnie łatwiejsze?
-  Co musiałbym zrobić, żeby było to dla mnie łatwiejsze?

Podpowiedź: W tym obszarze najważniejsze jest nazwanie przyczyn, z których wynikają trudności. O ile to możliwe, warto wesprzeć dziecko w pokonaniu przeciwności, które nazwało. Może się okazać, że drobna pomoc w ich przewycięzeniu sprawi, że dziecko odkryje swoje kolejne mocne strony.

Plan działania:

.....

.....

.....

.....

.....





.....

.....

Pole II

Przykład: 

KOMPETENCJE: *judo, chemia, prezentacje*

-  Dlaczego lubię to robić – co sprawia mi w tym radość?
-  Co sprawia mi największą trudność? Która część jest dla mnie najtrudniejsza?
-  Czy chcę żeby było to dla mnie łatwiejsze?
-  Co musiałbym zrobić, żeby było to dla mnie łatwiejsze?

Plan działania:

- prezentacje są trudne, bo za bardzo się stresuję - następnym razem przećwiczę swoje wystąpienie przed rodzicami lub rodzeństwem i poproszę o opinie o tym, co powinienem poprawić

- judo jest trudne, ponieważ ćwiczę ze starszymi kolegami, ale wiem, że wystarczy bardziej się postarać - sam poproszę trenera o dodatkowe wskazówki

- chemia jest dla mnie niezrozumiała, ale lubię Pania, nauczycielkę - potrzebuję dodatkowego wytłumaczenia ostatnich kilku tematów, sam poproszę Pania, nauczycielkę o wyjaśnienie wątpliwości

KOMPETENCJE:

- ☞ Co sprawia, że jest to dla mnie łatwe i zrozumiałe?
- ☞ Co sprawia, że nie lubię tego robić?
- ☞ Co sprawiłoby żebym to polubił?

Podpowiedź: W tym obszarze ważne jest zarówno określenie przyczyn, dla których nauka przedmiotu przychodzi dziecku z łatwością, jak i nazwanie powodów, które rodzą jego niechęć. Jeżeli niechęć wynika tylko i wyłącznie z przyczyn wewnętrznych takich jak: brak zainteresowania daną dziedziną, czy nauka dla wyniku lub satysfakcji osób trzecich, warto skupić się na mocnych stronach. Usilne rozwijanie kompetencji, które nie przynoszą dziecku zadowolenia i nie rodzą jego zaangażowania to strata czasu i frustracja wszystkich zainteresowanych. Jeżeli natomiast niechęć wynika z czynników zewnętrznych, warto je nazwać i popracować nad ich zmianą.

Plan działania:

Przykład: 

KOMPETENCJE: *motoryzacja, praca w grupach, elektronika, fizyka, matematyka, technika*

- ☞ Co sprawia, że jest to dla mnie łatwe i zrozumiałe?
- ☞ Co sprawia, że nie lubię tego robić?
- ☞ Co sprawiłoby żebym to polubił?

Plan działania:

- informatyka w mojej szkole to tylko praca na programie Word, lekcje są nudne i nie uczą, mnie niczego nowego, chcę nauczyć się więcej i polubić ten przedmiot. Poszukam w Internecie kursów i filmików szkoleniowych, dzięki którym będę umiał stworzyć stronę internetową.

- j. angielski jest na poziomie III klasy podstawówki, uczymy się tylko słówek i zwrotów na pamięć. Wyszukam w Internecie kursy online, dzięki którym będę mógł porozmawiać z native speakerem - osobą, która mówi w j. angielskim od urodzenia. Dzięki temu rozwinię tę umiejętność i pewnie polubię uczenie się jej.

Pole IV

KOMPETENCJE:

- ☞ Co sprawia mi największą trudność? Która część jest dla mnie najtrudniejsza?
- ☞ Co sprawia, że nie lubię tego robić?
- ☞ Czy chcę to polubić?
- ☞ Czy chcę żeby było to dla mnie łatwiejsze?
- ☞ Jakiej pomocy potrzebuję, żeby było to dla mnie łatwiejsze?

Podpowiedź: W tym obszarze znów ważne jest określenie przyczyn, dla których nauka przedmiotu jest dla dziecka trudna, jak i nazwanie powodów, które rodzą jego niechęć. Jeżeli niechęć wynika z przyczyn wewnętrznych takich jak: brak zainteresowania daną dziedziną, czy brak predyspozycji, warto skupić się na mocnych stronach. Zmuszanie dziecka do rozwijania kompetencji, które nie przynoszą mu zadowolenia i nie rodzą jego zaangażowania to frustracja i niechęć wszystkich zainteresowanych. Jeżeli natomiast niechęć wynika z czynników zewnętrznych, warto je nazwać i popracować nad ich zmianą z uwzględnieniem naturalnych predyspozycji dziecka, jego zainteresowań i mocnych stron.

Plan działania:

Pole IV

Przykład: 

KOMPETENCJE: *praca indywidualna, j. niemiecki, wypracowania, historia, j. polski*

- ☞ Co sprawia mi największą trudność? Która część jest dla mnie najtrudniejsza?
- ☞ Co sprawia, że nie lubię tego robić?
- ☞ Czy chcę to polubić?
- ☞ Czy chcę żeby było to dla mnie łatwiejsze?
- ☞ Jakiej pomocy potrzebuję, żeby było to dla mnie łatwiejsze?

Plan działania:

- historia, j. polski to najnudniejsze lekcje w szkole. Nie zależy mi na poprawie ocen, bo te przedmioty w ogóle mnie nie interesują. Postaram się mieć jak najlepszą ocenę na koniec roku, ale wiem, że nie będą to nigdy moje ulubione przedmioty. Żeby rozwinąć umiejętność czytania, ze zrozumieniem wolę poczytać książki, które mnie interesują, w wolnym czasie - fantastykę lub kryminały. Znajdę w Internecie kilka ciekawych tytułów i poproszę rodziców o ich zakupienie

- praca indywidualna jest dla mnie trudna, w zespole jest zdecydowanie łatwiej, bo można podzielić się zadaniami. W przyszłości chciałbym pracować z ludźmi, ale mimo to postaram się lepiej radzić sobie z pracą indywidualną

- wypracowania są trudne i nie lubię ich pisać, przede wszystkim dlatego, że nie interesują mnie tematy zadawane przez nauczyciela. Żeby poprawić tę umiejętność poproszę o możliwość napisania wypracowania o czymś co lubię i co mnie interesuje