



Ефективна комунікація	Самоконтроль	Емпатія	Кооперація	Розв'язання проблем	Запобігання конфліктам та розв'язання їх	Асертивність	<b>Самооцінка, самоповага</b>	Повага до прав людини	Гендерна чутливість	Активне громадянство
-----------------------	--------------	---------	------------	---------------------	--	--------------	-------------------------------	-----------------------	---------------------	----------------------

## Самооцінка характеру



### Мета

Мотивувати учнів до самовдосконалення, розвивати навички самооцінки, постановки і досягнення мети.



### Очікувані результати

Наприкінці заняття учні:

- *наводять* приклади загальнолюдських цінностей;
- *аналізують* вигоди, які можна отримати від удосконалення характеру;
- *демонструють* вміння ставити перед собою мету і досягати її.



### Обладнання і матеріали

- Класна дошка і кольорова крейда або фліпчарт і фломастери, папір формату А 4.
- Комп'ютер, доступ до інтернету, мультимедійний проектор (*бажано*).



### Що підготувати заздалегідь

- Роздрукувати Роздавальні матеріали для учнів.
- Перевірити презентацію до теми.

## Орієнтовний план уроку

Стартові завдання	15 хв
Руханка «Сонце світить для тих, хто...»	2 хв
Практична робота «Оцінюємо свій характер»	23 хв
Підсумкові завдання	5 хв
<i>Усього тривалість</i>	<i>45 хв</i>

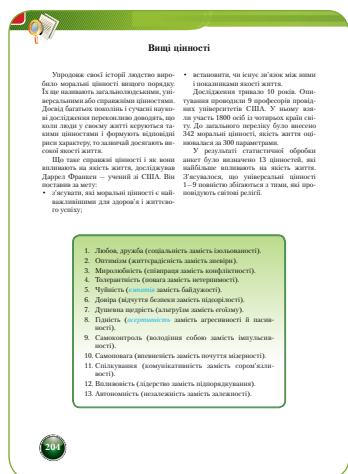
## Рекомендації щодо проведення уроку

*Відкритий мікрофон*

Якщо у класі понад 20 учнів або не вистачає часу, виконайте вправу в парах.

**Стартові завдання (повторити попередній матеріал і перейти до нового)**

1. Зворотний зв'язок. Запитайте учнів: «Про що ми говорили на минулому уроці»? Вислухайте відповіді охочих і підсумуйте їх.
2. Оголосіть тему уроку: «Сьогодні ви дізнаєтеся про загальнолюдські цінності та оціните ваші особистісні якості».
3. Інформаційне повідомлення «Вищі цінності». За допомогою інформації у Роздавальних матеріалах для учнів розкажіть про вищі цінності. Запропонуйте учням по черзі зачитати 13 цінностей, які найбільше впливають на життя.



4. Вправа на знайомство «Острів» (усвідомлення цінностей).

- Роздайте парам учнів (або трійкам учнів, залежно від кількості присутніх на занятті) по одному аркушу формату А4, на яких написана одна із 13 цінностей, і запропонуйте зобразити її за допомогою малюнка або символів. Відтак попросіть учнів ходити до дошки, називати своє ім'я, прикріпити аркуш на дошці за допомогою цінників чи скотчу і розповісти, що вони зобразили на малюнку.

**Підсумуйте:** «Коли люди у своєму житті керуються такими цінностями і формують відповідні риси характеру, то зазвичай досягають високої якості життя».

**Руханка «Сонце світить для тих, хто...»**

- Запросіть учнів сісти в коло.

**Слово вчителя:** «Сонце світить для тих, хто вважає себе життєрадісним». Усі, хто вважає себе життєрадісним(-ою), міняються місцями.

- «Сонце світить для тих, хто вважає себе щедрим(-ою)».
- «Сонце світить для тих, хто вважає себе впевненим(-ою) (асертивним(-ою))».
- «Сонце світить для тих, хто вважає себе комунікабельним(-ою)».
- «Сонце світить для тих, хто вважає себе стриманим(-ою)».
- «Сонце світить для тих, хто вважає себе поважаним(-ою)».
- «Сонце світить для тих, хто вважає себе соціальним(-ою)».

**Підсумуйте:** «За допомогою цієї руханки ви оцінили деякі риси свого характеру. Наступна вправа дасть змогу вам точніше оцінити їх за допомогою спеціально розроблених анкет».

**Практична робота «Оцінюємо свій характер» (оцінювання особистісних якостей, що відповідають загальнолюдським цінностям)**

1. Запропонуйте учням виконати Завдання 1 у Роздавальних матеріалах для учнів.

**Завдання 1**

На наступних сторінках наведено анкети для оцінювання таких особистих якостей, пов'язаних із загальнолюдськими цінностями:

- душевність;
- соціальність;
- оптимізм;
- асертивність;
- самоконтроль;
- самоповага;
- комунікабельність.

Дай відповіді на запитання анкети і вкажи свій результат за допомогою класів.

**Параметри:** класи на осях анкет – Оцінювання рівня душевної щедрості: отримав 23 балів, рівень вищої душевної щедрості – 35 %. Де більше, але у 45 % опитаних рівень душевної щедрості вищий за цей.

**Оцінювання рівня душевної щедрості**

Прочитайте наведені твердження. Оберіть відповідь, яка вам найбільше підходить. Запишіть номер цієї відповіді у відповідну колонку. Підсумуйте результати.

0 – ніколи; 1 – дуже рідко; 2 – іноді; 3 – час від часу; 4 – часто; 5 – майже завжди.

- ... Я щиро люблю.
- ... Школу роблю не лише для членів мого родини, а й для інших людей.
- ... Сподіваюся, що допоможу, якщо це буде потрібно.
- ... Думаю, щоб спокійно здійснювати потреби інших, а відтак класів.
- ... Роблю внесок у добрі справи.
- ... Купую для своїх друзів квитки на концерт або спектакль.
- ... Мій рай чи скарб коштує менше грошей, ніж життя.
- ... Роблю більший внесок у добрі справи, ніж моя сім'я.
- ... Працюю достатньо швидко і мушу тим, кого люблю.
- ... Віримо і в інших і співробітників (а) за інших.
- ... Ніколи бачив.

**Класи до анкети**

Клас	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11
2	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11
3	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11
4	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11
5	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11
6	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11
7	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11
8	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11
9	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11
10	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11
11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11
12	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11
13	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11
14	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11
15	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11
16	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11
17	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11
18	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11
19	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11
20	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11

**Висновок від оцінювання рівня душевної щедрості**

Якщо результати знаходяться у верхній третині (66–99 %), то порівняно з регуляцією у вашій групі (1–32 %) означає такі:

- стурбованість (у шкільній) знижується на 8,8 %;
- у вищому ступені, ніж інші в фінансової незалежності, зменшується на 21,8 %;
- кількість днів перебування на лікарняному зменшується на 40 %;
- покращення умов життя (зокрема, підвищується на 52 %;
- покращення якості життя (зокрема, підвищується на 36,8 %;
- покращення якості життя (зокрема, підвищується на 42,8 %;
- рівень розуміння (у шкільному) зменшується на 35 %;
- покращення (випередити) зростає на 45 %.

За допомогою анкет оцініть рівень:

- душевної щедрості;
  - соціальності;
  - оптимізму;
  - асертивності;
  - самоконтролю;
  - самоповаги;
  - комунікабельності.
- Рівень душевної щедрості визначте у класі всі разом.
  - Далі об'єднайте учнів у п'ять груп, розрахувавши їх за назвами пальців (*великий, вказівний, середній, безіменний, мізинець*). Усі члени однієї групи аналізують одну й ту саму особистісну рису, яку запропонує вчитель.
  - Запропонуйте учням виконати Завдання 2 (частково) у Роздавальних матеріалах для учнів.
  - Поясніть, що, відклавши свої результати якостей на осях номограми, вони дізнаються актуальний рівень свого розвитку та які в них є резерви для самовдосконалення.
  - Запропонуйте групам по черзі зачитати вигоди від підвищення рівня тієї риси характеру, яку вони оцінювали.

Запитання для обговорення:

- Які труднощі виникли під час виконання цього завдання?

Підсумуйте: «Кожен має потенціал для самовдосконалення».

Підсумкові завдання (закріпити отримані та набуті знання)

1. Зачитайте висновки:
  - Моральні цінності вищого порядку називають загальнолюдськими, або універсальними.
  - Люди, які сповідують загальнолюдські цінності, мають вищу якість життя за багатьма показниками: краще, ніж у середньому, здоров'я, менш стресове життя, більшу впевненість у собі, стабільніше подружнє життя, більшу за середню впливовість, вищий рівень фінансового добробуту, відчуття самоповаги і сенсу життя.
  - Ви можете отримати чимало додаткових переваг, якщо систематично і послідовно працюватимете над собою.
2. Домашнє завдання (*діти виконують за бажанням*)

- Запропонуйте учням виконати проект самовдосконалення Завдання 3 у Роздавальних матеріалах для учнів (*обрати мету і спланувати проект самовдосконалення*).
  - Почати виконувати Завдання 4 у Роздавальних матеріалах для учнів. Завдання: принести свій «портрет характеру» на наступне заняття.
3. Завершальна вправа «Відкритий мікрофон». Попросіть учнів по черзі назвати одну рису характеру, яку вони хочуть удосконалити.

