

Z wykorzystaniem wkładek do lapbooka
nr 2 - Nasze hasło
nr 3 - Wehikuł czasu - ja w 2035 roku
nr 4 - Mapa marzeń

Autorki:

dr Emilia Aksamit
mgr Marta Giziewska



Cel główny



**Rozwój motywacji wewnętrznej uczniów
i uczennic do samorozwoju w oparciu o ich marzenia.**

Cele szczegółowe

W trakcie zajęć uczniowie i uczennice mają możliwość doskonalenia oraz rozwijania:

- ☑ poczucia własnej wartości,
- ☑ wiary we własne możliwości,
- ☑ motywacji wewnętrznej,
- ☑ sprawczości,
- ☑ odpowiedzialności za podejmowane decyzje,
- ☑ samorealizacji,
- ☑ poczucia skuteczności własnego działania,
- ☑ umiejętności pracy w zespole.



Czas pracy: 90 minut



Forma pracy: grupowa i indywidualna



Metody pracy



Metody czynne:

- metoda samodzielnych doświadczeń,
- metoda kierowania własną działalnością dziecka,
- metoda zadań stawianych dziecku.

Metody oglądowe (oparte na obserwacji):

- obserwacja.

Metody słowne (oparte na słowie):

- rozmowy,
- opowiadania,
- objaśnienia.

Materiały:



- ☑ sprzęt z dostępem do Internetu, umożliwiający odtworzenie muzyki,
- ☑ lapbook dla każdego ucznia i uczennicy (w tym: wkładki do lapbooka nr 2 – Nasze hasło, nr 3 – Wehikuł czasu – ja w 2035 roku oraz nr 4 – Mapa marzeń),
- ☑ kącik inspiracji załączony do lapbooka.



Przebieg zajęć:

Przywitanie uczestników i uczestniczek



Czas na wykonanie zadania: 10 minut

Na przywitanie zaprosz uczniów i uczennice do gry słownej – **mówmy o marzeniach**. Niech dobiorą się samodzielnie, losują lub zostaną podzieleni przez Ciebie w zespoły czteroosobowe i stworzą rym/okrzyk/hasło dotyczące marzeń. Następnie w szybkiej rundzie zaprezentują swoje pomysły na forum klasy. Wybierzcie wspólnie hasło, które zostanie wpisane do lapbooków.

Wkładka do lapbooka



Wkładka do lapbooka nr 2 – Nasze hasło

Ćwiczenie 1

Wehikuł czasu



Czas na wykonanie zadania: 35 minut

Zaprosz uczniów i uczennice do podróży w czasie. W tym celu przed zajęciami warto przygotować do odtworzenia, nagranie z muzyką relaksacyjną na minimum 15 minut, znaleźć je możesz na przykład na YouTube:

www.youtube.com/watch?v=hlWil4xVXKY

www.youtube.com/watch?v=LEfWmpkx8Qs

www.youtube.com/watch?v=kY1F_Y0GniQ

Zamknij oczy, zrelaksuj się i nie bój się marzyć!

Podążaj za dźwiękiem muzyki i za słowami, które, w wolnym, spokojnym tempie do Ciebie wypowiem, tworząc w swojej wyobraźni odpowiedzi na zadawane przeze mnie pytania. Zaczynamy (włącz muzykę i wolnym tempem odczytaj poniższą wizualizację):

Wyobraź sobie, że mamy rok 2035. Masz wtedy lat.

Zastanów się jak wyglądasz.

Jaki kolor mają Twoje włosy, jak się układają, są długie, krótkie?

Proste, a może kręcone?

Jak wygląda Twoja twarz?

Przyjrzyj się swoim oczom, jakie emocje się za nimi kryją?

Jak wyglądają Twoje usta? Co dzieje się z kącikami?

Jak się one układają?

Rozejrzyj się dookoła. Gdzie jesteś?

Co widzisz? Co Cię otacza?

Kto jest przy Tobie?

Co robisz? Jak ta czynność na Ciebie wpływa?

Jakich emocji Ci przysparza?

Pomyśl, co udało Ci się już osiągnąć?

Jak się z tym czujesz?

Jak udało Ci się dotrzeć w to miejsce, w którym właśnie siebie widzisz?

Jakie są Twoje dalsze cele, marzenia.

Pomyśl, co powiedziałabyś/powiedziałabyś sobie z dawnych lat...

Jakich rad byś udzielił/udzieliła osobie, którą kiedyś byłeś/byłaś?

Po zakończeniu ćwiczenia wyłącz muzykę. Pozwól uczniom oraz uczennicom wypełnić wkładkę do lapbooka nr 3 – Wehikuł czasu – ja w 2035 roku. Daj im na to zadanie 10 minut, wskazując, żeby w dowolnej dla siebie formie (rysunek, odpowiedź pisemna) zaprezentowali swoje wyobrażenia powstałe podczas wizualizacji. Następnie przejdź do omówienia zadania pytając:

- ☒ Jak czuliście się, wykonując to zadanie?
- ☒ Czego dowiedzieliście się o sobie w trakcie realizacji tego zadania?
- ☒ Co was zaskoczyło?
- ☒ Do czego ludziom w życiu potrzebne są marzenia?
- ☒ Jakie wyciągnęliście wnioski z tego zadania?



Pomysł! Dobra rada! 

Do zaproponowanej wizualizacji możesz dołączyć dodatkowe pytania. Jeżeli sala lekcyjna stwarza taką możliwość warto zaprosić uczniów do zagospodarowania przestrzeni i stworzenia sobie miejsca gdzie będą mogli poczuć się komfortowo, np. siadając na dywanie lub na poduszce.

Wkładka do lapbooka 

Wkładka do lapbooka nr 3 – Wehikuł czasu – ja w 2035 roku

Ćwiczenie 2 Mapa marzeń



Czas na wykonanie zadania: 35 minut

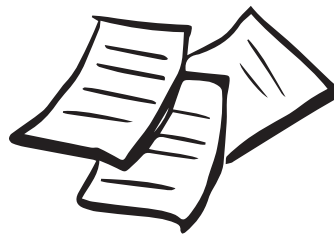
Zaproś uczniów i uczennice do pracy indywidualnej - refleksji nad własnymi marzeniami. W tym celu niezbędne jest wypełnienie mapy marzeń, czyli wkładki nr 4 w lapbooku. Mogą skorzystać również z kącika inspiracji, używając zaproponowanej dla mapy marzeń symboliki. Poinformuj, że na to zadanie mają 35 minut.

Instrukcja dla uczestników i uczestniczek:

Przed chwilą miałeś/aś okazję przenieść się w przyszłość. Zapraszam Cię teraz do wykonania zadania, które pozwoli określić ważne dla Ciebie cele w realizacji, wyznaczonego na poprzednich zajęciach, marzenia. Możesz je w przyszłości spełnić! Pomyśl o tym, co jest istotne, do czego dążysz... i zaprojektuj w lapbooku swoją wyjątkową mapę pozwalającą zrealizować Twoje marzenie! Możesz skorzystać z kącika inspiracji, gdzie znajdziesz symbole do wycięcia, pomocne w określeniu swojej drogi.

W drugiej części zadania zaproś uczniów i uczennice do rozmowy pytając:

- ☑ Jak czuliście się, wykonując to zadanie?
- ☑ Czego nowego udało się Wam o sobie dowiedzieć, wykonując to zadanie?
- ☑ Jaką rolę pełnią marzenia w Waszym życiu?
- ☑ Jak czuje się człowiek, który nie ma marzeń?
- ☑ Czy marzenia się spełniają? Jak uważacie?
- ☑ Co jest nam potrzebne do spełnienia marzeń?



Pomysł! Dobra rada! 

Warto wskazać uczniom i uczennicom, że droga do realizacji marzeń czasami bywa kręta. W tym miejscu możesz przywołać przykład realizacji własnego marzenia i opisać drogę (trudności, wyzwania), którą musiałeś/aś pokonać, chcąc spełnić to marzenie.

Wkładka do lapbooka 

Wkładka do lapbooka nr 4 – MAPA MARZEŃ

Kącik inspiracji – Symbole gór, drzew itp. do mapy marzeń

Zakończenie zajęć



Czas na wykonanie zadania: 10 minut

Podsumowując lekcję, wykorzystaj stwierdzenie: **MARZENIA SIĘ SPEŁNIAJĄ** i poproś uczniów oraz uczennice, aby na zakończenie podali przykładowe działania, które pozwalają zrealizować wyznaczone marzenia, np. systematyczna nauka, pewność siebie...
Rozpocznij rundkę od ochotnika/ochotniczki.

Pomysł! Dobra rada! 

Rekomendujemy aby po zajęciach zebrać lapbooki uczniów i uczennic. Możesz przechować je, do następnego spotkania, w pudełku supermocy.
Dzięki za Twoje zaangażowanie!

Piórnik

Jeśli potrafisz o czymś marzyć, to potrafisz także tego dokonać!

Walt Disney

Krok I: Marz! zaprasza Was i Waszych wychowanków do namysłu nad marzeniami. Podczas konwersacji z dziećmi i młodzieżą usłyszaliśmy, że w szkole nie rozmawia się o marzeniach... bardzo chcemy to zmienić! Pomożecie?! Na tym etapie podkreślone zostaje kluczowe znaczenie motywacji wewnętrznej dla procesów wychowania, nauczania i samorozwoju.

W ogólnym rozumieniu motywacje możemy zdefiniować jako system procesów, które odpowiadają za zainicjowanie, ukierunkowanie i podtrzymanie danego zachowania do momentu aż cel, względem którego to zachowanie ma charakter instrumentalny, zostanie osiągnięty (Łukaszewski, 1984).

W przestrzeniach szkoły uczniowie i uczennice są pobudzani przez aktywność zewnętrzną, jak i wewnętrzną, dlatego też warto dokonać podziału motywacji z uwzględnieniem obu wskazanych wymiarów. W literaturze, jako pierwsi, taki podział motywacji opisali, w 1957 roku, Herzberg, Mausner i Synderman, wskazując, że:

- Motywacja wewnętrzna to występujące samoczynnie bodźce, które powodują, że ludzie zachowują się w określony sposób. Bodźce te to m.in.: wolność działania, odpowiedzialność oraz szansa wykorzystania i rozwoju umiejętności.
- Motywacja zewnętrzna to tendencje do podejmowania oraz realizacji działania ze względu na pewne konsekwencje. Motywacja zewnętrzna związana jest z poczuciem, że przyczyna oraz kontrola działania są niezależne od nas samych. Dotyczy działania, które ma być nagradzane lub umożliwia uniknięcie kary.

W praktyce motywacja zewnętrzna może być związana z przebiegiem procesu uczenia się w sposób bezrefleksyjny, brakiem radości i satysfakcji z nauki oraz preferowaniem zadań o niskim poziomie trudności, aby poradzić sobie z nimi bez zbytniego wysiłku. Działania będące efektem motywacji zewnętrznej są skupione na celu, wymierzone na przykład na zdobywanie określonych ocen (zdobycie piątki, plusa, stypendium). Efekt takiego działania jest krótkotrwały, nie ma dla wychowanka większego znaczenia (Herzberg, Mausner, Snyderman, 1959, za: Griffin, 2006). Mając na uwadze powyższe, poprzez rozmowę o wewnętrznych pragnieniach, marzeniach naszych wychowanków pochylimy się nad tym, co dla nich ważne, na czym im zależy, wzmacniając i rozpoznając tym samym ich motywację wewnętrzną.

Do działań!

A hand-drawn illustration of a notepad with a pencil and a ruler. The notepad is tilted and has a scalloped top edge. A pencil is drawn across the top right corner, and a ruler is drawn below it. The page is filled with a grid of dots. The title 'Bibliografia' is written in a simple, hand-drawn font.

Bibliografia

Więcej o motywacji wewnętrznej dzieci i młodzieży można znaleźć:

- Rovira C. À., Miralles C. F. (2020). *Opowieści dla dzieci, które chcą uwierzyć w siebie. 35 historii o tym, jak pielęgnować poczucie własnej wartości.* Warszawa. Wydawnictwo: Czarna owca.
- Cope A., Whittaker A., Woodman D. (2021). *Ogarnij życie. Instrukcja podboju świata dla nastolatków.* Warszawa. Wydawnictwo: Laurum.
- Steinke-Kalembka J. (2017). *Dodaj mi skrzydeł! Jak rozwijać u dzieci motywację wewnętrzną?* Warszawa. Wydawnictwo: Edgard.
- http://www.bc.ore.edu.pl/Content/978/JO_4_1.pdf
- Tołwińska B. *Motywacja dzieci do uczenia się (problemy dzieci, rola dorosłych)*
[https://repozytorium.uwb.edu.pl/jspui/bitstream/11320/2749/1/Bo%c5%bcena%20To%c5%82wi%c5%84ska_Motywacja%20dzieci%20do%20uczenia%20si%c4%99%20\(problemy%20dzieci,%20rola%20doros%c5%82ych\).pdf](https://repozytorium.uwb.edu.pl/jspui/bitstream/11320/2749/1/Bo%c5%bcena%20To%c5%82wi%c5%84ska_Motywacja%20dzieci%20do%20uczenia%20si%c4%99%20(problemy%20dzieci,%20rola%20doros%c5%82ych).pdf)