

Praktyka

Scenariusz lekcji wychowawczej

Temat: Planowanie, czyli wyznaczanie celów i skuteczne dążenie do nich

Czas: 45 minut (+ ewentualne rozszerzenie o dodatkowe 45 min.)

Cele:

Po zajęciach uczniów:

- rozumie potrzebę formułowania i zapisywania celów,
- wie, jak sformułować cel metodą SMART,
- potrafi wyznaczyć swój cel.

Metody:

- rozmowa kierowana,
- opis przypadku.

Formy:

- indywidualna,
- grupowa,
- zespołowa.

Faza wstępna [5 min]

1. Przedstaw temat oraz cele lekcji. Przypomnij o zasadach panujących na lekcji (wywieś kontrakt).

Faza realizacyjna [25 min]

2. Poproś uczniów i uczennice, aby każde z nich zapisało jeden cel, który chciałoby osiągnąć i jeden, który już osiągnęło. Następnie uczniowie dobierają się w pary i rozmawiają o tych celach - zwłaszcza o tym, dlaczego je wybrali i co pomogło lub może pomóc w ich zrealizowaniu.
3. Zachęć uczniów do rozmowy na forum klasy o tym, dlaczego warto wyznaczać sobie cele i je zapisywać. Uczniowie powinni dojść do wniosku, że dzięki temu formułujemy jasny, zrozumiały kierunek działania. Zapisanie go motywuje, niejako zobowiązuje nas do osiągnięcia go. Możesz odwołać się do własnego doświadczenia.
4. Omów, czym jest metoda SMART w określaniu celów. Informacje znajdziesz w załączniku nr 1.
5. Podziel uczniów na kilkusobowe grupy. Każdej grupie rozdaj przykład różnych celów (załącznik nr 2). Poproś, aby określili, które są określone zgodnie z koncepcją SMART, a które nie. Swoje decyzje powinni uzasadnić.
6. Sprawdź na forum klasy prawidłowość udzielonych odpowiedzi.

Faza podsumowująca [15 min]

7. Zachęć uczniów do sformułowania własnych celów zgodnie z metodą SMART.

W zależności od dojrzałości młodych ludzi możesz zaproponować sformułowanie celów krótkoterminowych lub długoterminowych (w perspektywie kilku miesięcy lub nawet lat).

8. Uczniowie w parach sprawdzają, czy ich cele spełniają kryteria metody SMART.
9. Opowiedz uczniom o zebraniu z rodzicami, na którym również będziesz rozmawiać o formułowaniu celów. Wspólnym zadaniem rodziców i uczniów będzie wyznaczenie jednego rodzinnego celu i zastanowienie się, jak chcą go osiągnąć i co jest im do tego potrzebne.

Propozycja rozszerzenia:

1. Możesz rozszerzyć zajęcia ćwiczeniem: Jak widzisz siebie za 2, 5, 10 lat? Narysuj, napisz lub zrób kolaż. Zachęć do zastanowienia się:
 - a. co zrobisz, żeby to osiągnąć?
 - b. co jest potrzebne, żeby to osiągnąć?

Prace uczniów możesz zaprezentować rodzicom na zebraniu.