

Karta pracy nr 1

Zajęcia projektowe: Akademia SMART

Temat: „Zrobiliśmy to razem”

Karta pracy zawiera szereg elementów z omawianej tematyki. Służy ona podsumowaniu analizowanej treści: nabywanie pewności siebie, samoocena, komunikacja interpersonalna, podejmowanie rozważnych decyzji, sprawne zarządzanie czasem, budowanie motywacji, innowacyjność i twórcze myślenie. Zagadnienia na karcie są formą przypomnienia, uporządkowania, utrwalenia oraz rozrywką.

1. Napisz własną definicję samooceny. Co rozumiesz poprzez termin „samoocena”?

Samoocena-.....

2. Przedstaw swoje mocne strony:.....

Słabe strony:.....

W zadaniu bardziej należy skupić się na wypisaniu swoich mocnych stron (pozytywne postawie wobec siebie) czyli: ocenę własnej atrakcyjności, umiejętności komunikacyjnych, poczucia humoru, umiejętności, zainteresowań, pasji itp.

3. Analizując swoją samoocenę warto wspomnieć o wartościach, które składają się na naszą osobowość. Podkreśl 10 wartości, które są dla Ciebie ważne, którymi się w życiu kierujesz.

MIŁOŚĆ, AKCEPTACJA, ZAUFANIE, WIARA, ZDROWIE, WIARA, PIĘKNO, SPOKÓJ, SZCZEROŚĆ, WOLNOŚĆ, MĄDROŚĆ, WYGODA, DOBRA ZABAWA, HUMOR, ROZWÓJ OSOBOSTY, WYKSZTAŁCENIE, KREATYWNOŚĆ, WYOBRAŹNIA, KOMFORT, BEZPIECZEŃSTWO, RODZINA, MARZENIA, SATYSFAKCJA, RADOŚĆ, SZCZĘŚCIE, WDZIĘCZNOŚĆ, WSPARCIE, HARMONIA, WRAŻLIWOŚĆ, PASJA, NAUKA, MOTYWACJA, BOGACTWO, DOSTATEK, SUKCES, NIEZALEŻNOŚĆ, PERFEKCJONIZM, SPOKÓJ, PEWNOŚĆ, SPRAWIEDLIWOŚĆ, LOJALNOŚĆ, DUMA, PRZYGODA, RYZYKO, WYZWANIA

Podkreślone wartości przedstaw od najbardziej istotnych do mniej istotnych i zapisz je.

4. Wykreśl w tabeli wyrazy związane z komunikacją interpersonalną. Zaznaczone litery czytane w kolejności poziomej utworzą rozwiązanie.

P	O	R	O	Z	U	M	I	E	N	I	E	S	I	K	L	O	U	T	Y
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

W	E	E	M	D	U	R	O	Z	M	O	W	A	C	D	I	A	L	O	G
N	I	N	F	O	R	M	O	W	A	N	I	E	O	O	I	P	L	I	K
J	S	P	O	R	O	Z	U	M	I	E	W	A	N	I	E	S	I	Ę	A
C	R	J	A	T	W	Y	P	O	W	I	A	D	A	N	I	E	T	I	O
U	S	Y	G	N	A	L	I	Z	O	W	A	N	I	E	I	M	N	M	K
D	F	G	H	J	K	P	O	T	W	I	E	R	D	Z	A	N	I	E	N
O	Ś	W	I	A	D	C	Z	A	N	I	E	T	C	E	I	R	E	P	W
E	I	R	S	W	O	R	O	B	W	I	E	S	Z	C	Z	A	N	I	E
N	Y	Z	A	P	O	W	I	A	D	A	N	I	E	A	G	L	H	N	A

Hasło:.....

5. Połącz litery tego samego koloru (utwórz wyraz bądź wyrażenie), a przypomnisz sobie jakie są bariery komunikacyjne. Wypisz je poniżej.

O W K D S Y A O W A R N R G I O
R E Z

D A Y C Z N T E Y I Z N Y A K M D
A O O O Z R Y

I W A N N K A I R O E N E A Ś W A L
D A Ż I M N E N O L I Z I D E A W R K

W I R Z N A O O I A E W N Z E A N C N N I I
I E E E E Z

W I I A R Ł I O E O E I Z A E Z U E A W
W N A A Ś N I U M U Ż I E A N Z
M M Ć E I C J

E G Ł I I Y E J E T E N Z

Y E O N Ś K I Ć E

S Ł U C H A N

I A

.....
.....

.....
.....

6. Z rozsypanych liter ułóż wyrazy dotyczące kreatywności, innowacyjności i twórczego myślenia. Zapisz je pod rozsypanymi literami.

TĆŚAWNKOY

KAJSEPRES

.....
.....

WJACINEN

.....
.....

TZAJFANA

.....
.....

GLŚĆORINNYOA

.....
.....

ABNAIYŻWOR

.....
.....

WBKOŁYĆOŚTILS

OŁPMĆYOŚWSO

WOWTARSTNOO

OĆŚWTÓRZC

Miłej pracy!