

ВЫБОР



КАК ПОМОЧЬ РЕБЁНКУ ВИДЕТЬ ВАРИАНТЫ, ПОНИМАТЬ ПОСЛЕДСТВИЯ И ДЕЛАТЬ ВЫБОР?

Слово недели — «выбор»

Выбор — это мыслительный процесс и волевой акт, в ходе которого человек отдаёт предпочтение одному из вариантов.

1. ТРИ ВОЗРАСТНЫХ КАТЕГОРИИ — ТРИ ЗАДАЧИ

1–4 классы

Показать связь между количеством доступной энергии и качеством принимаемых решений.

5–9 классы

Продемонстрировать наличие выбора в одной и той же ситуации, расширить понимание последствий за сделанный выбор.

10–11 классы и СПО

Дать представление, что выбор приоритетов в настоящем времени отражается на будущем.

2. ДЛЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ 1–4 КЛАССЫ

Цель

Показать связь между количеством доступной энергии и качеством принимаемых решений.

Как провести

1. Каждому ребёнку выдайте карточку в виде шкалы с 10 единицами энергии.
2. Взрослый зачитывает варианты, на что может ребёнок потратить свою энергию в течение одного дня.

Правила

Выбор необходимо делать сразу, закрасив часть карточки. Возвращаться к предыдущему выбору нельзя. Когда шкала закончится, выбор больше делать невозможно.



Список задач

- | | |
|--|--|
| ☐ Помочь маме разложить продукты — 2 деления. | ☐ Погулять с папой в парке — 3 деления. |
| ☐ Позаниматься спортом, сходить на тренировку, сделать зарядку — 2 единицы. | ☐ Сделать уроки — 2 деления. |
| ☐ Погулять с друзьями — 3 деления. | ☐ Позаниматься дома любимым хобби — 2 деления. |
| ☐ Пройти сложный уровень в игре — 3 деления. | ☐ Прочитать новую интересную историю — 2 деления. |

В завершение обсудите:

- Какие дела оказались более важными и значимыми?
- Удалось ли на них выделить энергию?
- Был ли выбор, о котором кто-то пожалел, так как не смог сделать более лучший из-за нехватки энергии?

3. ДЛЯ МЛАДШИХ ПОДРОСТКОВ 5–9 КЛАССЫ

Цель

Продемонстрировать наличие выбора в одной и той же ситуации, расширить понимание последствий за сделанный выбор.

Как провести

1. Поставьте в разных углах комнаты два стула. На один прикрепите надпись «Вариант 1: Безопасность», на другой – «Вариант 2: Риск/Приключение».
2. Взрослый зачитывает ситуации (дилеммы). Задача участников — занять место у того угла, чей выбор им ближе. После распределения взрослый выборочно спрашивает участников о причинах их решения.

ПРИМЕРЫ СИТУАЦИЙ

Идти по освещённому тротуару вдоль главной дороги.

или

Срезать путь через тёмную лесополосу.

Пойти на дополнительное занятие перед контрольной или проверочной.

или

Прогулять занятие, сам всё сделаю.

Промолчать, когда одноклассник обижает младшего, и уйти.

или

Вступить за слабого прямо сейчас.

Проверять информацию в официальных источниках, прежде чем пересылать сообщение в чат класса.

или

Незамедлительно переслать новость друзьям в общий чат класса.

Есть ситуации, в которых есть оправданный риск и он может защитить более слабых. В завершение подчеркните: любой выбор значим, поскольку имеет отложенные последствия, которые неизбежно отразятся на будущем.

4. ДЛЯ СТАРШИХ ПОДРОСТКОВ 10–11 КЛАССЫ И СПО

Цель

Дать представление, что выбор приоритетов в настоящем времени отражается на будущем.

Как провести

1. Предложите каждому участнику набор карточек с перечислением ценностей и две фигуры чемоданчиков с надписями «Моё настоящее» и «Моё будущее».
2. В перечне важно использовать как традиционные духовно-нравственные ценности, так и материальные, социальные и эстетические.

Задача

Распределить ценности — определить, какие из них актуальны и имеют значение в данный момент, а какие станут важными через 15 лет.

ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ЦЕННОСТЕЙ ДЛЯ КАРТОЧЕК

Здоровье

Семья

Гаджеты

Личная выгода

Самостоятельность

Саморазвитие

Деньги

Свобода

Честность

Время на хобби

Дружба

Качество быта

Признание сверстников

МОЁ НАСТОЯЩЕЕ

МОЁ БУДУЩЕЕ

5. ОБСУЖДАЕМ ВЫБОР И ЕГО ПОСЛЕДСТВИЯ

Шаг 3

Если участнику потребуется продублировать карточку, выдайте дополнительную или предложите написать её от руки.

ШАГ 4. ПОСЛЕ РАСПРЕДЕЛЕНИЯ КАРТОЧЕК ОБСУДИТЕ

- 1 В чём заключаются отличия между двумя наборами?
- 2 Какие ценности повторяются в обоих списках?
- 3 Как выбор сегодняшних ценностей влияет на формирование будущего?
- 4 Возможно ли полностью изменить систему ценностей через 15 лет, если не уделять им внимания уже сейчас?

Примечание

В конце упражнения важно сделать вывод о том, что именно выборы в настоящем времени формируют благополучное будущее и чем больше разрыв между ценностями настоящего и желаемого будущего, тем сложнее их воплотить.

ГЛАВНОЕ

Выбор — это сравнение возможных вариантов и принятие решения в определённый момент. Каждый сделанный выбор имеет последствия и влияет на будущее.