



Иновативен час на тема: „Моите силни страни. Какъв искам да бъда? Стъпка напред.“ С ученици от пети и шести клас.

□ Цели на урока:

- осъзнават своите силни страни и положителни качества;
- споделят с увереност какво могат добре;
- мислят за своето развитие и целите си;
- упражняват емпатия и уважение към другите



Продължителност: 45 минути



Необходими материали:

- листи и моливи/флумастери
- бяла дъска или флипчарт
- стикери (по желание)
- табло „Нашите силни страни“

□ Ход на урока:



1. Въведение – 5 минути

Учителят:

„Днес ще говорим за нещо много специално — **за теб**. Всеки от нас е различен, но всеки има свои силни страни — неща, в които е добър, качества, които му помагат да се справя и да бъде добър приятел.“

Въпрос към класа:

„Кой може да даде пример за силна страна? Какво означава според вас човек да има силни страни?“

(Учениците споделят. Учителят насочва отговорите към качества като **доброта, смелост, търпение, любопитство, упоритост, отговорност и др.**)

Учителят обобщава:

„Силните страни са нещата, които правим добре и които ни помагат да бъдем най-добрата версия на себе си.“

➡ 2. Дейност 1: „Моите суперсили“ – 10 минути

Учителят раздава листи и казва:

„Сега ще направим малко упражнение. Представете си, че сте супергерой — но вместо да летите или да стреляте с лазери, имате *истински човешки суперсили* — вашите силни страни.“

На дъската учителят записва примерни думи:

добър, търпелив, смел, любопитен, отговорен, честен, забавен, трудолюбив, приятелски настроен.

Учителят:

„Изберете три думи, които ви описват най-добре. Може да ги нарисувате като суперсили на вашия герой – например „Супер Смелост“, „Супер Усмивка“ или „Супер Помагач“.“

(Деца рисуват и надписват листите си.) След това няколко ученици споделят пред класа:

„Моята суперсила е смелостта, защото не се страхувам да пробвам нови неща.“

🧠 3. Дейност 2: „Какъв искам да бъда?“ – 10 минути

Учителят:

„Сега помислете какъв човек искате да станете, когато пораснете още малко. Не само каква професия ще имате, а какъв ще бъдете като човек.“

Пише на дъската:

- Искам да бъда човек, който...
- Искам хората да казват за мен, че...

Учениците довършват изреченията устно или писмено.

Примери:

- „Искам да бъда човек, който винаги помага.“
- „Искам хората да казват, че съм добър приятел.“

Учителят подкрепя всяко изказване с положителен коментар:

„Браво, това е чудесна цел!“

„Да бъдеш добър приятел е много важно качество.“

🚶 4. Игра „Стъпка напред“ – 10 минути

Учениците застават в редица.

Учителят обяснява:

„Сега ще играем играта *Стъпка напред*. Ще ви казвам различни изречения. Ако изречението е вярно за вас — направете една стъпка напред.“

Примери за изречения:

1. Направи стъпка напред, ако си помогнал на някого тази седмица.
2. Направи стъпка напред, ако си се опитал да научиш нещо ново.
3. Направи стъпка напред, ако си бил добър приятел.
4. Направи стъпка напред, ако си се справил с трудност.
5. Направи стъпка напред, ако вярваш, че можеш да постигнеш целите си.

След играта учениците се връщат на местата си.

Учителят пита:

„Как се почувствахте? Какво ви направи щастливи?“

Учителят обобщава:

„Виждате ли колко много силни страни има всеки от вас? Дори най-малките добрини са стъпка напред!“

🔑 5. Заключение и рефлексия – 5 минути

Учителят:

„В края на часа всеки от вас ще напише на листчето си едно изречение:

☞ *Моята следваща стъпка напред е...*“

(Учениците записват нещо конкретно:

„Ще бъда по-търпелив.“

„Ще се старая повече в училище.“

„Ще помагам на приятелите си.“)

След това всеки залепва листчето си на таблото **„Нашите стъпки напред“**.

Учителят завършва:

„Всяка малка стъпка е важна. Когато вярваме в себе си и в силните си страни, можем да постигнем всичко!“

💡 Вариант за продължение:

- Направете **колаж „Моите силни страни“** — учениците рисуват себе си и записват около образа си силните си качества.
- Изложете ги в класната стая под надпис **„Нашите суперсили“**

