**《做更好的自己》教学案**

**王海丽**

1. **学习目标**

（一）懂得认识、探索自己是一个不断深化的过程；学会用理性的态度面对他人的评价：要以积极的态度接纳自己、欣赏自己。

（二）掌握正确对待他人评价的方法，能够客观地认识自己；能够积极接纳自己，形成客观、完整的自我概念；掌握改正缺点、激发潜能的方法。

（三）了解认识自己的内容和途径；明确一个人要接纳、欣赏自己的具体要求；明确做更好的自己可以落实的行动。

**二、学习重点、难点**

（一）教学重点：如何做更好的自己

（二）教学难点：如何做更好的自己

**三、必背考点**

1、如何做更好的自己？（综合题）

①要全面认识自己，学会接纳自己的全部，需要乐观的心态、勇气和智慧。

②学会欣赏自己的独特、优点和为他人的奉献，善于向他人学习和与他人合作。

③学会扬长避短，主动改正缺点，不断激发自己的潜能，并为他人、社会带来福祉。

**四、教学过程**

（一）新课导入

展示树叶、双胞胎的图片，引出知识点——

（二）新课教授

环节一：情境探究

外号是“孙大圣”的孙鸿胜，让世界看到了无臂也能从高山之巅滑行，他说：“不用手滑雪也是我的优势，我觉得我表现得很好。”他提到不用手滑雪是跟专业教练团队一同训练了多年才成功。无论是否夺冠，上场即是强者。

思考：从孙鸿胜的经历，启示我们如何欣赏自己？

环节二：互相夸夸活动

思考：欣赏自己=骄傲自大吗？

环节三：合作探究：阅读分析（重难点突破）

前几天朋友小明向我诉苦，说自己很沮丧。老师和同学评价他是个调皮鬼，经常在教室里打闹，所以总是被批评！而且因为他的语文成绩不好，内心很想放弃，在同学们面前很自卑。其实小明的数学学得不错，篮球打得又好，还喜欢帮助同学，只要改正缺点就行了。

请你找一找小明的优点和不足，思考如何帮小明做更好的自己？（8分）

**五、我学我思**

找找自己的优点和不足，如何让自己变得更好：

**六、课后作业**

课后小测