


Anexa 2 - Model de Activitate de *Apel la Acțiune*

Tema: Mentalitatea de creștere

| | | | |
|---------------------------|---|-----------------------------|--|
| Domeniul tematic | Mentalitatea de creștere | | |
| Titlul activității | Mentalitatea de creștere: Cultivarea unei perspective pozitive | | |
| Tipul de resursă | Activitate independentă | | |
| Fotografie |  | | |
| Durata activității | 40 de minute | Rezultatul învățării | <ul style="list-style-type: none">• Dezvoltarea unei atitudini pozitive față de învățare și dezvoltarea personală• Dezvoltarea rezilienței și a perseverenței în fața provocărilor• Recunoașterea potențialului de |

| | | | |
|--|---|--|--|
| | | | <p>creștere și îmbunătățire personală</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Identificarea și provocarea convingerilor limitative ● Înțelegerea rolului efortului și al muncii asidue în atingerea obiectivelor. |
| <p>Scopul activității</p> | <p>Scopul acestei activități independente este de a le permite cursanților să dezvolte o mentalitate de creștere, ceea ce le va permite să creadă în potențialul lor de a-și îmbunătăți abilitățile prin efort și perseverență. Prin finalizarea acestei activități, cursanții vor fi capabili să recunoască puterea unui “Growth Mindset” și să îl aplice în viața personală și academică, ceea ce va duce la creșterea rezilienței, a motivației și a realizărilor.</p> | | |
| <p>Materiale necesare pentru activitate</p> | <ul style="list-style-type: none"> ● Un stilou sau un creion ● Un caiet sau o foaie de hârtie pentru reflecție ● O fișă de lucru | | |
| <p>Instrucțiuni pas cu pas</p> | <ul style="list-style-type: none"> ● <i>Pasul 1: Luați-vă un moment pentru a reflecta la o provocare cu care v-ați confruntat recent. Scrieți provocarea în spațiul prevăzut. (Fișa de lucru)</i> ● <i>Pasul 2: În continuare, gândiți-vă la reacția dvs. inițială la provocare. V-ați simțit descurajat? Ați vrut să renunțați? Scrieți reacția inițială în spațiul prevăzut. (Fișa de lucru)</i> ● <i>Pasul 3: Gândiți-vă la cineva pe care îl cunoașteți și care are o mentalitate de creștere. Care sunt câteva calități pe care le posedă această persoană și pe care le admirați? Scrieți aceste calități în spațiul prevăzut. (Fișa de lucru)</i> ● <i>Pasul 4: În cele din urmă, gândiți-vă la modul în care puteți încorpora aceste calități în propria viață. Scrieți în spațiul prevăzut</i> | | |

câțiva pași realizabili pe care îi puteți face pentru a dezvolta o mentalitate de creștere. (Fișa de lucru)

- *Pasul 6: Luați-vă un moment pentru a revedea ceea ce ați scris și reflectați asupra modului în care puteți aplica o mentalitate de creștere pentru a depăși provocările și pentru a vă atinge obiectivele.*
- *Pasul 7: Împărtășiți experiența cu altcineva și discutați despre cum vă puteți sprijini reciproc în dezvoltarea unei mentalități de creștere.*

Șablon

Mentalitatea de creștere

Provocare



Gândește-te la
reacția inițială la
provocare. Te-ai
simțit descurajat? Ai
vrut să renunți?



Umpleți norul cu caracteristicile unei persoane pe care o cunoașteți și care are o mentalitate de creștere:

