

# САМООЦІНКА І ЗДОРОВ'Я

1. Прочитай ситуацію і запиши, яка у хлопчика самооцінка: завищена, занижена чи адекватна.

Шестикласник Сергійко нещодавно записався до басейну, і тренер вважає його талановитим. Хоча хлопець займається плаванням не так давно, та вже виграв змагання. Але він думає, що тренер помиляється щодо його здібностей, а свою перемогу у змаганнях вважає випадковою.

---

2. Познач літерою К короткострокові цілі, Д — довгострокові.

Вивчити нову пісню

Підтягнути математику

Стати архітектором

Підкорити Еверест

Освоїти графічний редактор

Навчитися готувати борщ

3. Встав пропущені слова.

Той, кого незаслужено захвалюють, кому дозволяють робити, що заманеться, може мати \_\_\_\_\_ самооцінку.

Той, хто поважає себе та реалістично оцінює свої можливості, має \_\_\_\_\_ самооцінку.

Той, кому приділяють мало уваги чи ставляться до нього занадто вимогливо, може мати \_\_\_\_\_ самооцінку.