

Zbirka

Izobraževalnih



Learn&Play
Home Edition



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Ta publikacija je nastala v okviru strateškega partnerstva Erasmus+ "Learn & Play: Home edition", ki se financira v okviru programa Erasmus+, številka projekta 2020-1-NL01-KA226-SCH-083101.

Projektni partnerji so: Anatta Foundation (Nizozemska), Lidzdalibas platforma (Latvija), Inštitut IVIZ (Slovenija) in Euroaccion (Španija).

Podrobnosti o celotnem poročilu, njegovih prevodih, zbirki orodij in drugih rezultatih so na voljo na spletni strani: www.positivementalhealth.eu.

Usklajevanje projekta: Anatta Foundation, Nizozemska.

To poročilo so pripravili (po abecednem vrstnem redu priimkov): Thomas Albers, Natalja Gudakovska, Aleksandrs Milovs, Sara Pereira Mota, Lorenzo Longu in Adela Trunkl.

Vodilni avtor: Natalja Gudakovska

Lektoriranje: Inès Aguas

Grafično oblikovanje: Matic Holobar, Adela Trunkl

Oblikovanje logotipa: Darjan Bunta

Predlagano navajanje celotnega poročila: Gudakovska, N., Albers, T., Milovs, A., Pereira Mota, S., Longu, L., Trunkl, A. (2022). Dobro počutje šolskih otrok: Izobraževalni priročnik za učitelje in vzgojitelje. Aalten: Fundacija Anatta.

Avtorske pravice © 2022 avtorji. Vsebina ali njeni deli se lahko uporabljajo brezplačno in v nekomercialne namene le ob ustrezni akreditaciji avtorjev.

Podpora Evropske komisije pri pripravi te publikacije ne pomeni, da podpira njeno vsebino, ki odraža izključno stališča avtorjev, in Komisija ni odgovorna za kakršno koli uporabo informacij, ki jih ta publikacija vsebuje.

Logotipi partnerjev po abecednem vrstnem redu:



Anatta
FOUNDATION



INŠTITUT ZA
RAZISKOVANJE IN
USPOSABLJANJE
V VZGOJI IN
IZOBRAŽEVANJU





Kazalo vsebine:

I. DEL	4
Utemeljitev te zbirke orodij	5
Moč iger pri razvoju kompetenc	7
Srednje otroštvo: Starostne posebnosti in učenje	8
Učenje v digitaliziranem okolju v srednjem otroštvu	11
Dobro počutje otrok in prečne spretnosti	15
Kako biti z otroki: Pomen pedagoškega odnosa pri delu z otrokipočutju	19
Ključni pristopi zbirke orodij	22
Načela vrednotenja	28
Del I: Referenčni viri in publikacije	29
DEL II	32
1. Zgodba o čustvih	35
2. Veriga Vrlin	38
3. Razvijanje sočutja	48
4. Ples čustev	50
5. Jaz sem / Ti si	54
6. Optimizem in pozitivna miselnost	56
7. Drevesa hvaležnosti in čarobni svet hvaležnosti	58
8. Vrednote: Kaj je zame pomembno?	63
9. V čem sem dober?	68
10. Drugačna zgodba	76
11. Odkrijte pomen komunikacije	79
12. Čustveni muzej	82
13. Poiščite svoj zaklad	84
14. Talenti in vrednote v praksi	87
15. Celotne pite ne moreš pojesti naenkrat!	90
16. Tvoja naloga je moja naloga	93
17. LEGO Stolp	95
18. Oranžna igra	99





I. DEL





Utemeljitev te zbirke orodij

Motiviranje in vključevanje učencev na svoji učni poti je za pedagoške delavce v večini držav že od nekdaj aktualna tema. Ob pandemiji COVID-19 in ukrepih, ki so sledili, pa je to vprašanje prišlo še bolj v ospredje, saj so bile tradicionalne metode izobraževanja postavljene pod vprašaj, učitelji pa so morali dejavnosti v razredu prilagoditi digitalnemu okolju. Pandemija je močno izzvala dotedanje izobraževalne pristope in še bolj postavila pod vprašaj tradicionalne metode poučevanja ter poudarila potrebo po novih, interaktivnih in motivacijskih metodah, ki so se začele pojavljati v zadnjih letih. Tako formalne kot neformalne izobraževalne ustanove so se znašle v položaju, ko so morale in še morajo poiskati nove načine ali prilagoditi stare za delo z učenci in si prizadevati, da jih ne le naučijo določene teme, temveč tudi spodbudijo njihovo prirojeno motivacijo, zavzetost in zanimanje za učenje.

Projekt "Learn&Play: Home Edition", in zlasti ta zbirka orodij, je odgovor na izzive, s katerimi se soočajo učitelji pri delu z otroki, starimi od 6 do 11 let. V tem projektu se osredotočamo na razvoj čustvenih in socialnih spretnosti, ki so ključnega pomena za otroke te starostne skupine, in sicer z porabo iger in na igrah temelječega učnega pristopa.

Ustvarili smo to zbirko orodij v podporo učiteljem in strokovnim delavcem v izobraževanju ter našim organizacijam pri zagotavljanju kakovostnih in sodobnih učnih izkušenj za otroke, ki jim pomagajo uživati v učenju in jih podpirajo pri raziskovanju lastnih potencialov.

Ta zbirka orodij vsebuje inovativne ideje in aktivnosti ter navodila, ki izhajajo iz naših lastnih izkušenj in izkušenj učiteljev iz vseh štirih držav o tem, kako uporabljati igre in na igrah temelječe učenje pri razvijanju čustvenih in socialnih spretnosti otrok.



V prvem delu zbirke orodij boste našli opis ključnih značilnosti pristopa k učenju otrok s pomočjo iger in predloge, kako igre preoblikovati v izobraževalne dejavnosti, ki učencem omogočajo, da skozi igro razvijajo svoje socialne in čustvene spretnosti za izboljšanje svojega dobrega počutja in doseganje učnih ciljev. Skratka, ta del priročnika določa kontekst in ozadje za delo z izobraževalnimi igrami v razredu.

Drugi del zbirke orodij ponuja niz 18 izobraževalnih iger in metod, namenjenih razvijanju ključnih, mehkih spretnosti otrok, starih od 6 do 11 let, ki pozitivno vplivajo na njihovo dobro počutje. Vsaka igra je podrobno opisana in vsebuje informacije o tem, kako se pripraviti na dejavnost, navodila za izvedbo dejavnosti ter nasvete in predloge za učitelje ali vzgojitelje, da igro spremenijo v učinkovito učno izkušnjo za otroke, ter nekaj napotkov za razmislek in postopek vrednotenja.

To zbirko orodij lahko uporabite pri načrtovanju pouka, tedenskega, mesečnega ali celo daljšega programa. Zbirka je namenjena za delo na področju dobrega počutja ter z eno ali več čustvenimi in socialnimi veščinami. V tem priročniku, boste našli dejavnosti, namenjene razvijanju spretnosti v naslednjih razsežnostih:

- Kognitivna regulacija
- Čustveni procesi
- Medosebni procesi
- Vrednote
- Perspektiva/miselnost
- Identiteta / samopodoba





Bralce spodbujamo, da uporabijo metode iz tega priročnika, ki temeljijo na igrah, kot so predstavljene tukaj ali pa jih prilagodijo glede na starostno skupino učencev in njihove potrebe. Upamo, da bo naša strast do iger in na igrah temelječega učenja lahko motivirala in opolnomočila vas in vaše sodelavce, da bi podprli mlade na svoji lastni poti do dobrega počutja in uspehov v življenju, zdaj in v prihodnosti. Po naših izkušnjah so izobraževalne igre in metode, ki temeljijo na igrah, lahko učinkovita in čudovita učna izkušnja za vsakega otroka v vaši šoli, centru ali organizaciji.





Moč iger pri razvoju kompetenc

Metode, razvite v okviru projekta "Learn & Play: Home Edition" in vključene v to zbirko orodij, temeljijo na pristopu igre. Igre ljudje že tisočletja uporabljajo za zabavo in učenje. Namizne igre so v starem Egiptu uporabljali že pred 4000 leti. Tudi v kitajski kulturi najdbe kažejo, da so Kitajci igrali igre že v davnih časih.

Vsi poznamo klasične igre, kot so Scrabble, Pictionary, Človek ne jezi se in številne druge. Obstaja veliko število strateških iger, ki jih otroci in odrasli radi igrajo še danes. Poleg elementa zabave se lahko igre osredotočijo na razvoj:

- besedišča - otroci se učijo novih besed v tujem ali maternem jeziku,
- spretnosti sodelovanja – z igranjem v skupinah in iskanjem skupnih strategij za napredovanje,
- kritično razmišljanje in spretnosti reševanja problemov - soočanje s problemi in reševanje izzivov,
- spretnosti argumentiranja - predstavljanje idej drugim in pojasnjevanje mnenj,
- zmožnost izgubiti in zmagati - spopadanje z neuspehi in uspehi.

Obstajajo tudi igre, ki pomagajo pri raziskovanju sveta in različnih dejstev o zgodovini, geografiji, razvoju matematičnih spretnosti, potrpežljivosti in strpnosti, koncentraciji in pozornosti, razvoju strateškega razmišljanja, hitrosti, povratnih informacij (dajanje in sprejemanje), spomina in odločanja, odgovornosti, razmišljanja in ustvarjalnosti ter komunikacijskih in slušnih spretnosti, itd. (Vujović idr., 2020).

Igre so tudi priložnost za raziskovanje vzročno-posledične povezave. Igre so več kot le zabava. So del človekovega razvojnega procesa in imajo pomembno vlogo pri razvoju otroka. Pri ljudeh so igre že od nekdaj povezane z razvojem kompleksnejših procesov. Pomagajo nam povezati dele možganov, ki sprejemajo odločitve, s čustvenimi možgani. Z igro sodelujemo na čustveni in kognitivni ravni.

Bistvo igre sta zabava in veselje, ki pritegneta zanimanje in pozornost otrok. Otroci radi občutijo prijetna čustva. Veselje kot prijetno čustvo spodbuja ustvarjalnost, saj možgani iz kognitivnega stanja, ki temelji na pravilih, preidejo v t.i. flow oz. sproščeno stanje, ko celotno telo sodeluje pri reševanju problemov in ohranja visoko stopnjo motivacije. Raziskave kažejo, da če oseba pogosto doživlja pozitivna čustva, ima odlične rezultate na različnih področjih življenja (Diener, 2000).

Igre prav tako povečajo in ohranjajo zanimanje otrok. Delovanje in prizadevanje za tisto, kar nas zanima, osmišlja naše življenje in preprečuje, da bi nas prevzelo nezadovoljstvo.

Kljub temu bo igra preprosto ostala igra, če kot učitelji in vzgojitelji ne razmišljamo o tem, kako jo spremeniti v učni proces, kakšne učne cilje postaviti otrokom, kako podpreti proces refleksije otrok, kako spodbujati sodelovanje med igralci in samospoznavanje. Kaj narediti, da bi se to lahko zgodilo? V naslednjih poglavjih in pri vsaki dejavnosti, vključeni v to zbirko orodij, boste našli dodatna pojasnila, kako to doseči.





Srednje otroštvo: Starostne posebnosti in učenje

Pri razvoju iger v okviru tega projekta smo se osredotočili razvojno obdobje srednjega otroštva, kamor sodijo otroci, stari od 6 do 11 let. To je obdobje, ko se otrokovo okolje močno razširi. Pri šestih letih namreč otroci vstopijo v šolsko okolje in njihove izkušnje zaznamuje učenje in preizkušanje novih socialnih in akademskih spretnosti, da bi ugotovili svoje sposobnosti, tudi v primerjavi z drugimi. V srednjem otroštvu začnejo otroci spoznavati različne vidike družbenih odnosov zunaj primarne družine, in sicer prek odnosov s prijatelji in sošolci. Prijateljstva so v tej starosti zelo pomembna za otrokov razvoj, vendar so otroci tudi zelo dovzetni za pritisk vrstnikov.

V tem obdobju se rast upočasni, otroci pa zberejo energijo, da še bolj izpopolnijo svoje motorične sposobnosti. Mišljenje in učenje v srednjem obdobju se osredotoča na soočanje z novimi socialnimi in učnimi izzivi v šoli, saj otroci pridobivajo večjo neodvisnost od poznanega družinskega okolja. Opazujejo stališča drugih in to soočajo s tem, kar so ponotranjili v svoji družini. Njihov obseg pozornosti se močno poveča, da se prilagodi potrebi po pozornosti, ki jo od njih zahteva šolsko delo.

Socialni vidiki srednjega otroštva

V tem obdobju so otroci zelo osredotočeni na ohranjanje **samospoštovanja**. Želijo se dobro počutiti in iščejo načine, kako bi ta občutek okrepili. Šolska leta lahko postavijo njihovo samospoštovanje na preizkušnjo. Doživljajo lahko zmage in neuspehe; lahko se počutijo sprejete ali pa se težko vklopijo. Otroci ob podpori družine in drugih spoštovanih odraslih ter prijateljev najdejo načine, kako se spopasti s temi izzivi in najti ravnovesje. Tudi če širokega kroga podpore ni, strokovnjaki trdijo, da je bolj verjetno, da se bo otrok naučil, kako se po izzivu pobrati, če je v njegovem življenju vsaj ena pomembna odrasla oseba, ki ga podpira in s katero ima topel in zaupen odnos. **Pristop Learn & Play: Home Edition je zasnovan tako, da s spletnimi dejavnostmi, ki spodbujajo prisotnost in udeležbo, krepi samospoštovanje, kar otrokom omogoča, da preizkušajo nove stvari in si postavljajo izzive, hkrati pa odkrivajo, kaj jim je všeč in v čem so dobri.**

V tem obdobju so otroci zelo pozorni na to, da jih **imajo vrstniki radi in jih sprejemajo**. Ta želja po sprejetosti se odraža v njihovem nagnjenju, da govorijo, se obnašajo in oblačijo kot vsi drugi, hkrati pa **so drugačni**. Tako se otroci v tem obdobju naučijo uravnavati svojo željo, da bi bili del skupine, ne da bi pri tem popolnoma izgubili občutek individualnosti. Dodaten izziv v tem pogledu predstavlja spletno okolje, v katerem se otroci želijo vklopiti in biti všeč drugim: ustvarja zelo tekmovalen prostor, v katerem se otroci primerjajo z nerealnimi predstavami drugih, kar lahko negativno vpliva na njihovo individualnost. **Pristop Learn & Play: Home Edition upošteva pasti spletnega okolja in poskuša brazgotine spremeniti v zvezde s spodbujanjem zdrave, realistične individualnosti otrok v srednjem otroštvu.**

V tem obdobju se otroci začnejo zgledovati po sprejemljivih **vzorih**. Ti so lahko del popularne kulture, sorodnik, ki ga občudujejo, ali celo izmišljen lik. Otroci uporabljajo vzornike





za raziskovanje različnih sklopov vedenja in širjenje svoje identitete ter za začetek oblikovanja svojih prihodnjih ciljev. **S sodelovanjem v dejavnostih Learn & Play lahko otroci v tej starostni skupini razvijajo različne čustvene in socialne spretnosti, ki jih občudujejo pri svojih vzornikih. Z učenjem, ki temelji na igrah, raziskujejo, kako se zaradi razvijanja določenih spretnosti počutijo bolje, kar jih spodbudi k temu, da si ustvarijo model, ki spodbujajo njihovo dobro počutje, namesto da bi iskali pozornost s posnemanjem vzornikov z vprašljivim ugledom. V zbirki izobraževalnih iger Learn & Play: Home Edition so na voljo dejavnosti, ki raziskujejo ideje o vzornikih.**

V tem obdobju se otroci začnejo **spraševati o družinskih prepričanjih in sistemu vrednot**. Odhod v šolo in širjenje družabnega kroga pomenita, da izstopijo iz znanega območja udobja in se srečajo z drugimi vrednostnimi sistemi in prepričanji, ki se razlikujejo od njihovih. To odpre nov pogled na stvari in otroci začnejo dvomiti o nekaterih prej sprejetih prepričanjih ter razvijajo lastna stališča. Pri **modelu Učenje in igra: Izdaja za dom gre za spodbujanje zdravega vrednostnega sistema, ki poudarja otrokovo pozitivno samopodobo in neodvisnost. Otroci prihajajo iz različnih prepričanj in vrednostnih okolij, ki nato trčijo ob prepričanja in vrednote drugih otrok in članov družbe, s katerimi se srečujejo. Model Learn & Play: Home Edition je zasnovan tako, da otrokom v srednjem otroštvu omogoča, da z razvijanjem kompetenc, ki zagotavljajo trdne temelje za začetek oblikovanja lastnega vrednostnega sistema, razvijejo razločevanje, kaj je zanje najboljše, in spodbuja njihovo dobro počutje.**

V tem obdobju se otroci začnejo **uveljavljati v družini**. Pridobivanje spoštovanja jim veliko pomeni in poskušajo narediti vtis na druge člane družine. To lahko povzroči močno rivalstvo med brati in sestrami. Tekmovalnosti med sorojenci ne bi smeli namerno spodbujati in vse otroke v družini bi morali pohvaliti za njihove resnične dosežke. **Dejavnosti iz zbirke Learn & Play: Home Edition so zasnovane tako, da spodbujajo sodelovanje in poudarjajo načelo "Jaz sem dober, ti si dober", pri čemer je vsak posameznik s svojimi značilnostmi obravnavan kot dragocen prispevek k skupnosti.**

V tem obdobju otroci tudi **premikamo meje** in poskušamo postati bolj **samostojni**. Ko postanejo starejši v tem starostnem obdobju, se običajno bolj upirajo omejitvam, ki jim jih postavljajo starši. Konflikti, ki se v tem obdobju pojavljajo med otroki in starši, prispevajo k izgradnji odpornosti na poti do popolne samostojnosti. **Z dejavnostmi iz zbirke Learn & Play: Home Edition lahko učitelji podpirajo otroke pri njihovih prizadevanjih za starosti primerno samostojnost in tako pomagajo staršem v tem zahtevnem obdobju otrokovega razvoja.**

Otroci v srednjem otroštvu so v obdobju intenzivnega **pridobivanja znanja in osvajanja novih spretnosti**. Kadar ta proces poteka nemoteno in otroci nimajo posebnih težav pri učenju, se okrepi njihovo samospoštovanje. Po drugi strani pa, če ta proces zaznamujejo učne težave, lahko otroci v tej starosti raje zlahka obupajo, kot da bi se počutili ponižane, saj še niso razvili veščin za konstruktivno soočanje s takšnimi izzivi. Zato sta pri tej starosti tako pomembna podpora in ustrezna spodbuda ustreznih odraslih. **Vodilni element programa Učenje in igra: Domača izdaja je spodbujanje čustvene odpornosti pri otrocih. Pomoč otrokom pri razvijanju spretnosti in kompetenc za dobro spoprijemanje z nesrečami, primernimi njihovi starosti, je cilj številka ena tega projekta. Dejavnosti, ki jih ponuja ta projekt, so namenjene podpori učiteljem pri vodenju otrok k razvoju pozitivne odpornosti, tudi v spletnem okolju.**





V tem obdobju se otroci začnejo bolj **ukvarjati s svojim telesnim videzom in** morajo sprejeti svojo telesno zgradbo in telesne sposobnosti. Primerjajo se z drugimi, da bi se prepričali, da niso edini z določenimi "napakami". V tem obdobju je pričakovati tudi izrazito sramežljivost ali poskuse izogibanja družabnim dogodkom, na katerih bi lahko videli njihovo telesno zgradbo (bazeni, preoblačenje pred in po urah telesne vzgoje itd.). **Spodbujanje sprejemanja samega sebe je prav tako del pristopa Učenje in igra, saj otrokom pomaga razviti zdravo samozavest.**

V srednjem otroštvu morajo otroci izstopiti iz območja družinskega udobja, kar sproži številne strahove, ki jih prej niso sprožili. Otroci v tem obdobju **se morajo tako soočiti s svojimi notranjimi strahovi**, kot so strah pred neznanim in nepoznanim, strah pred prihodnostjo, zaradi katerega jih skrbi, kaj se bo zgodilo, strah pred neuspehom ali tem, da niso dovolj dobri, strah pred ponižanjem ali zasmehovanjem. Odhod v šolo prinaša tudi občutek izgube nadzora nad dogajanjem doma. Na tej stopnji se torej lahko pojavi strah pred izgubo družine, prijateljev in celo premoženja. **Strahovi so naravna sestavina sprememb in odraščanje pomeni prav to: spremembe. Spopadanje s strahom, razvijanje učinkovitih spretnosti obvladovanja s pomočjo iger in dejavnosti, ki temeljijo na igrah, je zabaven način soočanja z notranjimi strahovi in razvijanja notranje odpornosti., kar je natanko tisto, čemur so namenjene dejavnosti iz zbirke Learn & Play: Home Edition..**

V tem obdobju se otroci soočajo tudi s potrebo po sklepanju kompromisov in **nekakšnem obvladovanju svojih želja in hotenj**. Spoznajo, da ne morejo imeti ves čas izpolnjenih vseh svojih želja, zato začnejo prilagajati svoje želje, da bi se vklopili v skupino in v njej dobro delovali. **Dejavnosti iz zbirke Learn & Play: Home Edition so zasnovane tako, da otrokom pomagajo, da se bolj zanesejo na svoje notranje vire in sposobnosti; s tem se postopoma umiri potreba po tem, da bi jim druge osebe izpolnile vse želje, da bi se dobro počutili.**

Otroci v tej starostni skupini morajo prav tako oblikovati jasen in **realističen občutek samega sebe**, da se bodo do začetka pubertete zavedali svojih prednosti in slabosti ter samozavestno pristopili k izzivom prihajajočega razvojnega obdobja. **Z dejavnostmi in metodami iz zbirke Learn & Play: Home Edition otroci in učitelji dobijo jasne povratne informacije o tem, kako dojemajo sami sebe in katere kompetence bi lahko okrepili, da bi ohranili optimalno raven dobrega počutja.**

Predpostavka projekta Learn & Play: Home Edition je prenos dela v učilnici na spletne učilnice. Cilj projekta je ponuditi učiteljem sredstvo za prenos in uporabo vseh pristopov za razvijanje čustvene inteligence pri otrocih, ki jih imajo in so jih že uporabljali za nemoteno vpletanje v tradicionalno učilnico, v pristop, ki temelji na igri, in ponuja ideje za prilagoditev jih v spletno okolje. Metodologija tako daje učiteljem in otrokom priložnost, da obravnavajo, spremljajo in celo razvijajo kompetence, ki so bile v zadnjih dveh letih tradicionalnega šolanja in izven njega nekako postavljene v ozadje, predvsem zaradi pomanjkanja časa in sredstev za obravnavo čustev na daljavo. Projekt vse to omogoča na zabaven in enostaven način. Pomoč učiteljem, da se približajo na otrokom prek interneta in obravnavajo čustva, pomagajo otrokom razviti čustveno inteligenco in se v nekaterih primerih vsaj spopasti s težkimi trenutki.





Učenje v digitaliziranem okolju v srednjem otroštvu

Projekt Learn & Play: Home Edition je odgovor na izzive, ki jih je prinesla pandemija COVID-19, ko so morali vsi učitelji in vzgojitelji delati v digitalnem ali hibridnem okolju in poiskati nove metodične pristope. Učna paradigma se je soočila s potrebo po prilagoditvi in nadgradnji v digitalno pedagogiko, da bi jo sprejeli in bila primerna za današnje srednješolce. Digitalna pedagogika je preučevanje in uporaba sodobne digitalne tehnologije pri poučevanju in učenju. okoljih.

Vendar najprej preverimo, kaj to pomeni. Zdravstveni izziv, s katerim se sooča svet, je pospešil nujnost hitre redefinicije pedagogike, vendar je bila potreba po takšnem prestrukturiranju že prej očitna. Izraz "digitalni domorodci" ni nov: skoval ga je ameriški avtor Marc Prensky in se uporablja za označevanje ljudi, ki so se rodili po digitalni revoluciji (v osemdesetih letih 20. stoletja) in so odraščali popolnoma potopljeni v informacijsko dobo. Ti posamezniki so se glede na svojo vzgojo lahko bolj ali manj popolnoma zlili z intenzivnostjo in hitrostjo digitalnih informacij in dražljajev prek naprav in platform, kot so mobilni telefoni, tablični računalniki, računalniki itd. Njihove kognitivne sposobnosti so se prilagodile hitremu, večstimulativnemu sistemu takojšnjega zadovoljevanja in nagrajevanja, kar se odraža v izrazito krajšem trajanju pozornosti.

Ciljna skupina učnega gradiva Learn & Play - Home edition so otroci v srednjem otroštvu, stari 6 let.-11. Po naši definiciji so to "uber-digitalni domorodci", saj so se rodili v času, ko je digitalna tehnologija postala zelo dostopna. Če običajni digitalni domorodec zaradi relativno visokih stroškov in takratne omejene dostopnosti na trgu ni mogel sodelovati z digitalnimi napravami v tako zgodnjem otroštvu, imajo Uber-Digitalni domorodci "privilegij", da imajo takšne naprave na konicah prstov, praktično medtem ko še vedno opazujejo svet iz udobja svojega otroškega vozička.

Pedagogika in sistem poučevanja se torej soočata z velikim paradoksom. Glede na zdravstvene razmere v svetu in spreminjanje paradigme poučevanja nasploh so se danes učitelji, ki so v tem trenutku večinoma (z velikim številom izjem) od tistih, ki v celoti sprejemajo uporabo digitalne tehnologije v šolskem procesu, vendar se zaradi pomanjkanja znanja s tem spopadajo, do tistih, ki uporabo teh orodij v razredu zavračajo, prisiljeni nenehno učiti in prilagajati svoje metode poučevanja, da bi sledili zahtevam in spremenjenim kognitivnim sposobnostim "digitalnih in überdigitalnih domorodcev". Obstaja neizrečeno pričakovanje, da se šolske vsebine ne bodo več posredovale na starinski način, temveč bodo vanje vgrajene digitalne tehnologije in digitalne funkcije.

Če pa ta paradoks podrobneje preučimo, lahko ugotovimo, da je v njegovem jedru tudi srebrna plat. In to je dejstvo, da se strokovnjaki strinjajo, da so "digitalni domorodci" in celo "uber-digitalni domorodci" izrazito spretni v svojem družbenem digitalnem življenju, vendar bistveno manj v izobraževalnem kontekstu. (Howell, 2012)

S tega vidika digitalna orodja učiteljem nudijo povsem nov in razširjen nabor virov za motivacijo učenja in spodbujanje radovednosti "über-digitalnih domorodcev" v obdobju





srednješolskega izobraževanja. Natančneje, vključevanje digitalne pedagogike lahko koristi otrokom v njihovih razvojnih fazah. Pomaga jim lahko, da postanejo bolj dejavni v učnem procesu. Sami lahko konstruirajo svoje znanje in določajo svojo realnost glede na svoje izkušnje, kar je znano tudi kot konstruktivizem (Elliott et al., 2000).

Prednosti spletnega izobraževanja

Učitelji danes vse bolj izkoriščajo prednosti nove tehnologije, da bi bilo šolanje bolj interaktivno in zanimivo. Učitelji zato vidijo prednosti učenja na daljavo in iščejo načine, kako te možnosti vključiti v svoj učni načrt.

Toda ko so leta 2020 prvič zaprli šole zaradi pandemskih omejitev, se je zdelo, da se vsi s težavo prilagajajo novi izobraževalni realnosti. Učitelji so poskušali svoje tradicionalno posredovane vsebine prilagoditi digitalnemu kontekstu, otroci pa so se trudili sprejeti splet kot vir formalnega izobraževanja v nasprotju z večinoma neformalno uporabo v prostem času, na katero so bili navajeni.

Vendar se niso vsi spopadali s težavami. Nekateri otroci so bili pri šolskem delu, ki je potekalo prek spleta, pravzaprav uspešni. Ti otroci pa so imeli običajno težave pri usvajanju tradicionalno posredovanih šolskih vsebin.

To so bili običajno sramežljivi učenci, nekateri celo hiperaktivni in/ali zelo ustvarjalni otroci, ki jim je pri učenju na daljavo nenadoma šlo bolje kot v razredu, kjer so se učili iz oči v oči. Kot se zdi in kot opažajo nekateri učitelji, so ti učenci končno našli svojo izobraževalno nišo.

Zakaj je tako? In kaj nas lahko ti otroci naučijo o izobraževanju na daljavo in učenju?

Učitelji in strokovnjaki so ob opazovanju teh otrok odkrili nekatere skrite razloge, zakaj ima peščica učencev težave pri neposrednem delu v razredu, spoznali, da številne prednosti učenja na daljavo in spremembe izobraževalne paradigme, do katere je prišlo v zadnjem času.

Prednosti samopregledovanja

Spletno učenje omogoča učencem in študentom, da se učijo v svojem tempu, kar ima za mnoge številne prednosti. V obdobjih popolne zapore šol so bili šolski urniki zelo tekoči, kar je otrokom omogočalo več izbire glede tega, kdaj in kako bodo opravljali šolsko delo. Tudi pri spletnem pouku, ki je bil omejen na čim manj časa pred zaslonom, včasih je učitelj lahko dajal le navodila, učenje na daljavo daje občutek umirjenosti, saj tudi sošolci ne postavljajo nobenih omejitev. Tako jim ni treba skrbeti, da bi se pred drugimi počutili kot vsevedneži. Učenje na daljavo tako omogoča, da se učenec sam uči. Učenci lahko snov pregledujejo tako pogosto, kot je potrebno, in napredujejo pri že znanih temah.

Nekateri učitelji so opazili, da učenci na ta način začutijo samostojnost in odgovornost, saj niso več pod drobnogledom šolskega dne. Dan si lahko oblikujejo glede na svoje učne potrebe, si za nekatere predmete vzamejo več ali manj časa, si vzamejo odmor ali se celo dolgočasijo, vse to kar je po raziskavah koristno za učni proces. V tem smislu učenje na daljavo učencem omogoča, da razvijejo spretnosti upravljanja s časom.





Realnejša pričakovanja

Sprememba načina učenja in poučevanja neizogibno zahteva prilagoditev tega, kar se pričakuje, da se bomo naučili. To je bolj stranski učinek kot zavestno prizadevanje izobraževalnega sistema, da bi zmanjšal zahteve za učence in dijake. Ker pa je treba vsebino šolskega dela prilagoditi, da bo primerna za spletno učenje, so mnogi učitelji prisiljeni ponovno pregledati vsebine, ki jih poučujejo, in poskrbeti, da bo obremenitev bolj dostopna in manj obremenjujoča.

Številne raziskave so pokazale, da je akademski pritisk največji pritisk na šolsko mladino. Tudi učitelji so zlasti v zadnjem desetletju pod vse večjim drobnogledom, da bi svoje učence pripravili na to, da bi bili uspešni pri standardizirane pritisk, ki se prenaša na učence, ki dvakrat pogosteje poročajo o nezdravih ravneh stresa med šolskim letom v primerjavi s poletnimi počitnicami (Fleming, N., 2020). **Zdi se, da otroci pri spletnem učenju čutijo manjši pritisk zaradi neuspeha.** "Odstranitev pritiska nenehnega preverjanja znanja prinaša več prostora za dejansko učenje," je le eden od občutkov, ki jih izražajo otroci, ko jih vprašamo, kaj jim je všeč pri spletnem šolanju.

Poleg tega je treba imeti več časa za počitek. Pediatri priporočajo, da otroci, stari od 6 do 12 let, praviloma spijo najmanj 12 ur. Vendar številne študije kažejo, da otroci ne spijo dovolj, kar močno vpliva na njihovo učno uspešnost. Z učenjem na daljavo in njegovim prilagodljivim urnikom lahko mnogi otroci dobijo dodatno uro spanja, ki jo potrebujejo. Nekateri otroci na primer težko pridejo k pouku ob 8.00, vendar jim ni težko priti k pouku ob organizirano za 10:30, da bi se udeležili spletne učne dejavnosti.

Manj motečih dejavnikov, več osredotočenosti na učenje

Učenci in učitelji so poročali, da so v času zapor pogrešali osebne stike, ki jih ponuja tradicionalno šolstvo. Ne glede na to, kako dragocena sta osebno poučevanje in skupno učenje pri pridobivanju socialnih veščin, pa je veliko otrok imelo veliko koristi od osamljenosti, ki jo prinaša spletno učenje. Predvsem otroci, ki so bili pogosto tarča nasilnežev, a ne samo: tudi sramežljivi, socialno anksiozni posamezniki so bili v domačem okolju veliko bolj sproščeni in so se lahko bolj osredotočili, zaradi česar je bilo učenje in pomnjenje veliko lažje. Vendar se je zdelo, da so v digitaliziranem okolju proces socializacije in socialno-čustvene spretnosti nekako zaostale ali pa niso imele možnosti, da bi se dovolj razvile. Dejavnosti, razvite v okviru projekta "Learn & Play: Home Edition" in vključene v to zbirko orodij, so namenjene lažji obravnavi nove paradigme poučevanja in pristopu k socialnim čustvenim spretnostim pri rednem pouku, v digitaliziranih okoljih in v hibridnih sistemih.

Kljub temu se izobraževanje hitro spreminja, kar zahteva nov odnos do digitalnih orodij v učnem okolju. odnos in navdušenje nad vsemi možnostmi ki jih to novo poglavje v izobraževanju ponuja učiteljem in njihovim učencem.

Današnji otroci, seveda z nekaterimi izjemami, se skoraj brez težav prilagajajo digitalnemu učnemu okolju. Čeprav smo se zdaj vrnili v fizične učilnice, je učenje na daljavo v mnogih pogledih postalo naša nova resničnost s kopico možnosti, izzivov in pozitivnih učinkov na učni proces in njegove deležnike. Učenje na daljavo, če je ustrezno strukturirano, posameznim učencem omogoča, da učni proces prilagodijo svojim potrebam in tempu, kar zelo koristi učnim rezultatom. **Orodja in metodologija, ki jih razvija projekt Learn & Play, so namenjena prav temu, saj učiteljem približujejo lahko uporabna spletna orodja v korist njihovih učencev,**





pa tudi ob upoštevanju . dilemo, kako graditi čustvene in socialne veščine, kadar je stik z drugimi učenci omejen.





Dobro počutje otrok in prečne spretnosti

Namen metodologije in vaj, ki so na voljo v tem priročniku, je spodbujati dobro počutje učencev. Čeprav si vsak učitelj predstavlja, kaj je dobro počutje otrok, ga kot pojem ni enostavno opredeliti. Najboljša opredelitev je morda UNICEF-ova (2007), ki ga je opredelil na naslednji način: "*Pravo merilo za položaj naroda je, kako dobro skrbi za svoje otroke - za njihovo zdravje in varnost, materialno varnost, izobraževanje in socializacijo ter občutek, da so ljubljene, cenjeni in vključeni v družine in družbe, v katerih se rodijo*".

Dobro počutje je torej več kot le odsotnost slabega zdravja ali duševne bolezni. Povezano je z otrokovo sposobnostjo, da je v življenju srečen, da razvija in ohranja pozitivne odnose z drugimi ter se na starosti primeren način spopada z izzivi. Vključuje tudi sposobnost spoprijemanja z negativnimi čustvi in življenjskimi dogodki ter zmožnost odskočiti ob nesrečah, na splošno pa vključuje koncept psihološke odpornosti. (Friedli, 2009).

Za spodbujanje dobrega počutja otrok v šolskem okolju je eden od najbolj raziskanih pristopov socialno in čustveno učenje (SEL). **Ta proces SEL (Elias et al., 1997)** je pridobivanje in razvijanje niza kompetenc za:

- "prepoznati in obvladovati čustva,
- postavljanje in doseganje pozitivnih ciljev,
- ceniti poglede drugih,
- vzpostavljati in vzdrževati pozitivnih odnosov,
- sprejemati odgovorne odločitve in konstruktivno reševati medosebne situacije. "

Cilj socialnega in čustvenega učenja je pri otrocih spodbujati razvoj lastnosti, ki jim bodo pomagale ohranjati primerno raven dobrega počutja.

Katere kompetence bi lahko razvili?

V prvi fazi projekta, smo med učitelji in starši učencev, starih od 6 do 11 let, izvedli raziskavo, da bi ugotovili, katere kompetence so po njihovem mnenju pomembne za otrokovo dobro počutje. *S kompetencami* mislimo na spretnosti, stališča, znanje in vrednote. Pravo znanje o tem, kaj je dobro počutje in kaj lahko storimo za njegovo ohranjanje (tj. psihoedukacija), ni dovolj, da bi otroci razvijali in ohranjali svoje dobro počutje. Razvijanje čustvenih in socialnih spretnosti (na primer reševanje konfliktov ali sklepanje prijateljstev) ter prava miselnost (na primer optimistična in ne pesimistična naravnost) sta temeljnega pomena za življenje mladih.

Rezultati naše študije so predstavljeni v preglednici 1 spodaj. V tem pregledu kompetenc je šest različnih področij (Jones et al., 2017): kako razmišljam (**kognitivno**), kako čutim (**čustveno**), kako se povezujem z drugimi (**socialno**), pozitiven pogled na življenje (**miselnost**), zdrav občutek **identitete** in razumevanje svojih **vrednot**.





Preglednica 1. Kompetenčni model dobrega počutja

Področje / spretnost	Opis
Kognitivni	"Kako razmišljam"
Kritično razmišljanje	Sposobnost ustrezne/ustrezne analize informacij za oblikovanje presoje.
Reševanje problemov	Sposobnost prepoznati problem in možne rešitve ter razumevanje morebitnih prednosti in slabosti vsake možne rešitve.
Določanje in doseganje ciljev	sposobnost postavljanja ustreznih osebnih ciljev in njihovega doseganja z dejanji.
Sprejemanje odločitev	Sprejemanje odločitev je sposobnost sprejemanja odločitev na <u>podlagi informacij v vsakem trenutku</u> . Ta veščina od mladih zahteva, da ocenijo možne načine ukrepanja, možne posledice vsake alternative, verjetnost vsakega možnega izida ter da so sposobni izbrati najprimernejšo možnost in jo uresničiti.
Sposobnost izražanja misli in mnenj	samozavestno izražanje misli in mnenj.
Ustvarjalnost	Inovativni in novi načini razmišljanja, povezovanja in delovanja.
Agencija	Občutek posredovanja in avtonomije nad lastnim življenjem in okoljem. občutek, da je sposoben prevzeti odgovornost za svoje vedenje, čustva in misli.
Čustveni	"Kako se počutim"
Čustvena pismenost	Čustveno znanje in izražanje. Sposobnost prepoznavanja, razumevanja in razlikovanja različnih čustev ter njihovega konstruktivnega izražanja. To vključuje na primer zavedanje, da čustva sčasoma zbledijo.
Regulacija čustev	Sposobnost odzivanja na nenehne zahteve <u>izkušeni</u> z različnimi čustvi in na način, ki podpira lastno dobro počutje, je socialno sprejemljiv in dovolj prožen, da omogoča spontane reakcije, ter sposobnost odložitve spontanih reakcij, kadar je to potrebno. Vključuje tudi sposobnost ukrepanja, tudi če doživljamo strah.
Empatija in sočutje	Empatija pomeni, da smo sposobni sprejeti perspektivo nekoga drugega, razumeti in čutiti čustva drugih, tako afektivno kot kognitivno. Sočutje do drugih je občutek prijaznosti in dobrosrčnosti do drugih, ki ga spremlja želja pomagati.
Družabni	"Kakšen odnos imam do drugih"





Komunikacijske spretnosti	spodobnost jasnega komuniciranja in poslušanja. sposobnost učinkovitega sprejemanja, zaznavanja in izmenjave informacij z drugimi ljudmi in od njih. Gre za dvosmerno izmenjavo informacij in razumevanja.
spretnosti reševanja socialnih problemov	Nabor spretnosti za reševanje konfliktov, ki pomagajo pozitivno reševati težave in konflikte med posamezniki, ko se pojavijo, ter se konstruktivno pogajati o konfliktu.
Vzpostavlanje in vzdrževanje odnosov	spodobnost vzpostavljanja in vzdrževanja zdravih in koristnih odnosov z različnimi posamezniki in skupinami (vrstniki in odraslimi), biti naklonjen in samozavesten ter se znati toplo, nežno in ljubeče izražati do drugih (kadar je to primerno), na primer objemati.
Sodelovalno vedenje	Sodelovanje ali proces sodelovanja, da bi nekaj naredili ali dosegli skupni namen, ki je v obojestransko korist.
Spoštovanje potreb drugih.	Razumevanje (ne)verbalnih signalov in namigov pri drugih in v družbenem kontekstu, ki so pomembni za sodelovanje v družbeni dinamiki. Prepoznavanje in spoštovanje potreb in meja drugih (vrstnikov in odraslih).
Odpuščanje	Sposobnost odpuščanja ljudem, ki delajo napake ali stvari, ki so v nasprotju z lastnimi potrebami in pričakovanji.
Vrednosti	<i>"Kaj se mi zdi pomembno v mojem življenju"</i>
Zanimanje za skupnost	zanimanje za skupnost, katere del ste. V tej starostni skupini to ne pomeni nujno aktivnega prispevanja k skupnosti.
Družinske vrednote	dajanje pomena in prednosti vrednotam, ki vključujejo celotno družino, ne glede na njeno strukturo.
Spoštovanje družbenih vrednot in pravil	Sposobnost razumevanja in spoštovanja vrednot, ki prevladujejo v določenem družbenem okolju, kot je šola.
Perspektive / miselnost	<i>"Kako gledam na svet okoli sebe in druge ljudi"</i>
Odprtost in radovednost	Želja po spoznavanju in razumevanju sveta, zanimanje za najrazličnejše stvari in želja po boljšem razumevanju zapletenih tem ali problemov. Želja po učenju in motivacija za učenje, ki temelji na veselju in notranjih virih, ne pa na izogibanju bolečim izkušnjam, kot sta sram ali krivda, ker nečesa niste naredili (pravilno).





Biti optimističen	optimistično pričakovanje prihodnosti in optimistično gledanje na težke izkušnje.
Identiteta / samopodoba	<i>"Kako gledam nase in na podlagi tega ravnam."</i>
Samozavedanje	občutek za svojo osebnost in značaj. Poznavanje svojih prednosti in slabosti. Zavedanje in prepoznavanje lastnih potreb.
Miselnost za rast	Temeljni občutek, da se lahko človek spremeni in da lahko to spremembo doseže namerno.
Samozavest	Dobro počutje in zadovoljstvo s tem, kakšna oseba se odločimo biti. Temeljni občutek, da smo ljubljene, da se počutimo ljubljene in sprejete, občutek varnosti (brez obsojanja) v odnosu do svojega telesa, sebe in drugih.
Sočutje do sebe	Biti prijazen do sebe.
Fizični	<i>"Kako uporabljam svoje telo"</i>
Biti aktiven	Biti aktiven, se gibati in telovaditi.
Igrivost	igriv odnos in fizično aktivna igra.

Razvijanje teh kompetenc dobrega počutja pri otrocih v šolskem okolju poteka v glavnem na dva načina: z **učanjem in ujetostjo** (Blyth et al., 2019).

Pri **učanju** otroci pod vodstvom učitelja sledijo vzgojno-izobraževalni dejavnosti, ki namenoma obravnava željo ali potrebo po pridobitvi ali razvoju določenih kompetenc za dobro počutje. Ko učitelji v razredu delajo z orodji iz tega priročnika, si namenoma prizadevajo razvijati otrokove socialne in čustvene spretnosti ter jih tako razvijajo na poučen način.

Pomembni so izobraževalno okolje in kultura učilnice ter vrsta dejavnosti. Pozitivno in čustveno varno okolje ter na zaupanju temelječ in zdrav pedagoški odnos z učiteljem so ujete strategije, ki najverjetneje privedejo do kakovostnega izobraževanja. (Jacobs in Wright, 2017). Z odnosom, ki temelji na zaupanju, se bo otrok učil neposredno od učitelja, na primer s posnemanjem, kako se spopada s stresom ali neugodnimi izkušnjami. Več informacij o tem, kako spodbujati pedagoški odnos, najdete v poglavju o miselnosti učitelja.





Kako biti z otroki: Pomen pedagoškega odnosa pri delu z otrokipočutju

Večina učiteljev se zaveda, da je eden od pomembnih dejavnikov izobraževanja *način, kako* učitelj izobražuje, in ne le, *kaj* uči. Ključni dejavnik je "kako", zlasti v zvezi s temo dobrega počutja otrok v razredu. Vemo, da imajo učitelji pri tem veliko izkušenj, zato želimo v tem poglavju podati nekaj več informacij o tem, kako je to mogoče storiti.

Pri pristopu "pozitivne pedagogike" (Waters, 2021) je dobro počutje vgrajeno v vse predmete in razrede po vsej šoli in ne le v tiste trenutke, ki izrecno obravnavajo dobro počutje. To je povezano tudi z *ujetim načinom* učenja (Blyth et al., 2019), pri katerem se učenci učijo s pomočjo učiteljevega lastnega načina bivanja (npr., da je optimističen in ne pesimističen), prek tega, kako se učitelj spopada s stresnimi situacijami ali rešuje konflikte v razredu. Nekatere raziskave celo navajajo, da ima kakovost učiteljev večji vpliv na učenje učencev kot kakovost samega učnega načrta, učnih metod, šolske stavbe ali vloga staršev (Snoek et al., 2010).

Več značilnosti odnosa med učiteljem in otrokom v izobraževanju (znanega tudi kot pedagoški odnos) pomembno vpliva na otrokovo prilagajanje šolskemu okolju in na to, kako se otroci lahko počutijo dovolj varne, da se lahko razvijajo v svoje najboljše možni način. Občutek čustvene varnosti je za otroke ključnega pomena, saj to aktivira različne dele možganov. v primerjavi z ko otroci . ne počutijo varne. Otroci, tako kot odrasli, vedno najprej preverijo, ali so "varni" (kar pomeni tudi čustveno varni), preden se odprejo in si upajo vzpostaviti stik z drugimi. Pozitiven pedagoški odnos, v katerem med učiteljem in otrokom vlada zaupanje in povezanost, ne vodi le k boljšemu šolskemu uspehu, temveč tudi k večjemu otrokovemu dobremu počutju. (Ručinski et al, 2018).

Teorija samoodločanja (Ryan in Deci, 2017) nam lahko pomaga z dobrim okvirom, kako lahko spodbujamo ta pedagoški odnos. V skladu s to teorijo lahko tri osnovne potrebe otrok, tj. *avtonomijo*, *odnose* in *kompetentnost*, obravnavamo kot temeljne za kakovost pedagoškega odnosa in s tem za njihovo dobro počutje.





Avtonomija

Potreba po samostojnosti se nanaša na to, da imajo otroci določeno stopnjo lastnega odločanja o svojih nalogah in učni poti. *Radovednost* in *na raziskovanju temelječe učenje* sta dva primera pristopov, pri katerih imajo učenci razmeroma visoko stopnjo avtonomije, saj je njihova radovednost vodilna pri izobraževanju. Visoka stopnja avtonomije v izobraževanju ne bo vedno mogoča ali zaželena, vendar je pomembno, da učenci vedno dobijo določeno mero svobode in neodvisnosti pri izvajanju učnih nalog na način, ki jim najbolj ustreza. Pri delu z orodji v tem priročniku je na primer priporočljivo predlagati vsaj eno alternativno nalogo, da lahko učenci izberejo tisto, kar jim pomaga pri njihovih potrebah po samostojnosti. Če otroku omogočite, da izbere, ali bo delal sam, v paru ali v večji skupini, mu boste prav tako dali občutek samostojnosti pri njegovi učni poti.

Kompetence

Potreba po kompetencah se nanaša na to, da se učenci počutijo samozavestno in ob učenju doživljajo veselje. Avtorji, ki stojijo za teorijo samoodločanja (Ryan in Deci, 2017) menijo, da imajo (mladi) ljudje psihološko potrebo, da se razvijajo z izzivi, in da se morajo počutiti samozavestno, da se lahko učijo in razvijajo. V izobraževanju to pomeni, da je treba otrokom dati naloge, ki jim predstavljajo ustrezen in sorazmeren izziv. Če otrok dobi nalogo, ki presega njegove zmožnosti, to ne bo razvilo njegovega dobrega počutja, temveč se bo zaradi tega počutil nesposobnega, kar ima škodljive posledice. Seveda je treba otroku za učenje postavljati tudi izzive, zato lahko priporočimo, da predlagate dve ali tri igre z različnimi težavnostnimi stopnjami, in pustite otroku, da se odloči, katero bi rad počel. Nekateri otroci bodo bolj uživali v izzivih kot drugi, in nobenega otroka ni priporočljivo siliti v to. Otroku, ki izbere "lažjo" možnost, se verjetno ne počuti tako kompetentnega kot otrok, ki se takoj odloči za težjo igro. Pogosto, lučenje zaupanja v lastne lastnosti in sposobnost učenja preprosto zahteva čas in potrpežljivost. Učiteljeva sposobnost, da razume, kaj otrok potrebuje da bi se počutil samozavestnega ali da bi ga spodbuda pozitivno izzvala, je bistvenega pomena za kakovost pedagoškega odnosa.

Sorodnost

Potreba po sorodnosti ali povezanosti teorije samoodločanja pravi, da so otroci najboljši, kadar se počutijo čustveno varne in povezane z učiteljem(i), vrstniki in učnimi temami. Pomeni tudi, da so učenci cenjeni zaradi tega, kar so, zaradi svojih značajskih prednosti in vrednot.

V praksi, kot je navedeno zgoraj, bi to lahko na primer pomenilo, da bi učenci v razredu izbirali med dvema ali tremi nalogami (ki se razlikujejo po temi in/ali zahtevnosti), se odločijo, ali bodo to opravili sami ali z vrstniki, se počutijo samozavestni, da lahko opravijo vajo, in so cenjeni za pozitivne lastnosti, ki jih pri tem izrazijo.

Če učitelj razume, vidi in poskrbi za te tri psihološke potrebe, je to velika podpora otroku in njuno dobro počutje pri izobraževanju. Zagotavljanje zlasti čustvene podpore, ki se kaže z visoko stopnjo topline, spoštovanja, pozitivnega vpliva, osredotočenostjo na otroka ter učiteljevo občutljivostjo in odzivnostjo, je temeljnega pomena za vzgojo za dobro počutje (Buyse et al., 2008). Nazadnje je pri poučevanju dobrega počutja pomembna tudi *pozorna prisotnost* učitelja. Takšno prisotnost lahko opredelimo kot "stanje budnega zavedanja, dovednosti in povezanosti z duševnim, čustvenim in telesnim delovanjem posameznika in skupine v kontekstu njihovega učnega okolja ter sposobnost, da se odzove s premišljenim in sočutnim najboljšim naslednjim





korakom" (Učitelj in poučevanje, 2006). V bistvu to pomeni biti stabilen in čustveno utemeljen vir za otroka v šolskem okolju, kjer se bo naučil nekaterih najpomembnejših veščin v življenju.





Ključni pristopi zbirke orodij

To poglavje bo učiteljem in vzgojiteljem pomagalo raziskati glavne pristope, ki so osnova vseh metod, vključenih v to publikacijo: učenje z igrami, neformalno izobraževanje in izkustveno učenje. Morda boste našli podobnosti z nekaterimi drugimi pristopi, ki se že uporabljajo v šolah, kot so interaktivne metode učenja, raziskovalno in projektno učenje. Vendar se nam zdi pomembno pojasniti njihove temeljne vrednote in načela, da bodo uporabniku tega priročnika izrecno jasna. To bo učiteljem in vzgojiteljem tudi pomagalo videti možnosti za prilagoditev metod, ki temeljijo na igrah, glede na potrebe otrok, s katerimi delajo.

Učenje z igrami in igrifikacija

Učenje z igrami se nanaša na razvoj in izboljšanje spretnosti z igranjem konkretnih iger (Hellerstedt in Mozellius, 2019). Z njim je pridobivanje spretnosti in znanja bolj zabaven in privlačen proces. Učenje z igrami dopolnjuje tradicionalne učne strategije ter v metode, ki se uporabljajo pri učencih, vnaša energijo, ustvarjalnost in raznolikost. Zaradi iger sta učenje konceptov in proces razvoja za učence prijetnejša. Igre spodbujajo ustvarjalno vedenje, divergentno mišljenje in odlično služijo kot sredstvo za prebijanje ledu. S sledenjem poti igre, učenci raziskujejo koncepte in razvijajo (Edmetum, 2021).

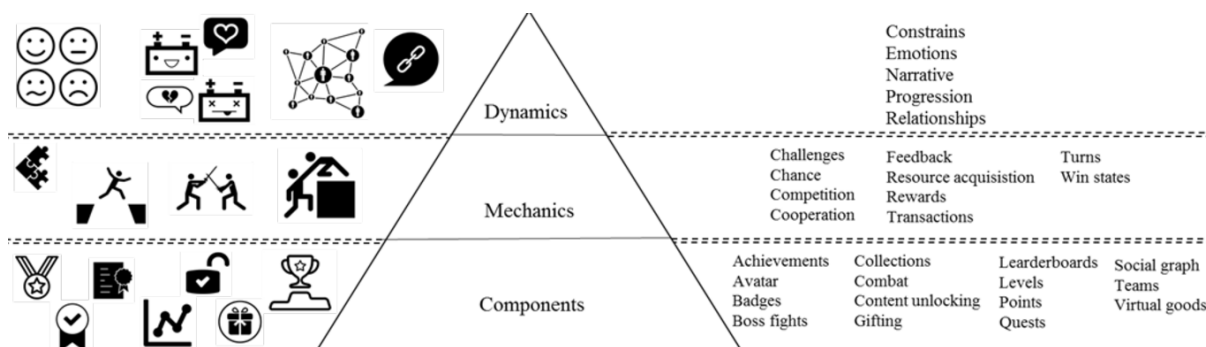
Kot pedagoško orodje, so igre zelo koristne in učinkovite ter naredijo učne teme bolj sočne. Igre učencem omogočajo, da se učijo z reševanjem problemov tako sami kot v sodelovanju z drugimi. Raziskave kažejo, da imajo "igre posebno vlogo pri krepitvi samozavesti" in "lahko zmanjšajo razliko med hitrejšimi in počasnejšimi učenci" (Ziwaga et al, 2017).

Vsaka igra ima vrsto elementov, ki jih je treba upoštevati, ko načrtujete uporabo iger v učnem procesu, in sicer:

- Cilj igre
- Kompetence, ki jih želite izboljšati ali razviti
- potrebe in posebnosti skupine (starost, stopnja izobrazbe, čustveno stanje itd.)
- Potek in vrsta igre
- Razvoj procesa in koraki, ki jih bodo učenci naredili v igri - kako je videti algoritem in kakšna je njegova dinamika.
- Kaj morate pripraviti in kako vzpostaviti okolje
- Kako boste ohranili motivacijo.

Gamifikacija se nanaša na uporabo elementov igre za spodbujanje razvoja igralnega razmišljanja in uporabe orodij, ki temeljijo na igrah, v strateškem na način. Na primer, postopek pomivanja posode je lahko za otroke dolgočasen, če pa postopku dodate nekaj igralnih elementov - npr. peščeno uro, da posodo pomijete, medtem ko pesek pada; preživeli milni mehurčki, da bi videli, kdo bo iz čistilne tekočine naredil najmanj milnih mehurčkov, ali nasprotno; mehurčki bitka, za ustvarjanje največje količine milnih mehurčkov iz tekočine za pomivanje - to bi lahko bilo bolj zanimivo in privlačno. Podobno lahko elemente igrifikacije ali igre uporabimo v izobraževalnem procesu. Piramida na spodnji sliki 1 odraža različne elemente, ki vas bodo vodili pri izdelavi igrificiranih procesov, od preprostih do zapletenih (Costa et al., 2017; Werbach in Hunter, 2012). Neovirano lahko uporabite nekatere od njih posamično ali pa razvijete obsežen gamifikacijski proces v več mesecih ali morda celo v celotnem šolskem letu.





Slika 1. Piramida elementov igrifikacije

Neformalno izobraževanje

Neformalno izobraževanje se nanaša na načrtovane, strukturirane programe in procese osebnega in socialnega izobraževanja otrok in mladih, namenjene izboljšanju različnih spretnosti in kompetenc zunaj formalnega izobraževanja. učnega načrta. V mnogih primerih neformalno izobraževanje poteka v različnih organizacijah - mladinskih klubih in organizacijah, dramskih in gledaliških skupinah itd (Brander et al, 2020). Tako kot formalno izobraževanje je tudi neformalno izobraževanje osredotočeno na učenje udeležencev (razvijanje znanja, spretnosti, vrednot in stališč), čeprav je v okoljih neformalnega izobraževanja morda težje prepoznati neposredne učne rezultate, zlasti ko govorimo o vrednotah in stališčih.

Neformalno izobraževanje omogoča otrokom in mladim, da razmislijo o svojih vrednotah in stališčih. Programi in dejavnosti, ki temeljijo na pristopih neformalnega izobraževanja, so močna orodja za osebni razvoj udeležencev. Nekatere teme, ki se obravnavajo v okviru neformalnega izobraževanja, med drugim vključujejo socialno-čustveno učenje, evropsko državljanstvo, demokracijo, migracije, reševanje konfliktov, človekove pravice, rasizem, diskriminacijo, sodelovanje, invalidnost, okolje, spol (Brander idr., 2020).

Spletna stran **načela neformalnega izobraževanja, ki jih** je treba upoštevati pri organizaciji dejavnosti z otroki (Brander et al, 2020):

- Udeleženci' glede na potrebe - izobraževalni program in delovne metode so izbrani glede na potrebe udeležencev.
- Prostovoljno sodelovanje - udeleženci sodelujejo prostovoljno.
- Osredotočenost na učenca.
- Participativni - temeljijo na aktivnem sodelovanju udeležencev v vseh fazah učnega procesa.
- Učenje je povezano s praktičnimi življenjskimi spretnostmi - učenec se uči in vadi spretnosti, ki jih bo lahko uporabil tudi po koncu izobraževanja.
- Izkustveno učenje je pomembna značilnost neformalnega izobraževanja.
- Ne-formalno učenje je usmerjeno tako v proces kot v rezultate.
- Vključevanje udeležencev na čustveni in kognitivni ravni.



- Pomembnost varnega (fizično in psihološko) okolje, v katerem lahko udeleženci delijo svoje misli in ideje, vključno z ustvarjalnim, spoštljivim, demokratičnim in neobsojajočim vzdušjem.
- Raznolikost uporabljenih interaktivnih oblik in metod povečuje motivacijo otrok za sodelovanje pri dejavnostih.
- priložnost za delo na različne načine in različnih . tempu.
- Enakovredna vloga učitelja/izobraževalca in učenca.
- Zanašanje na osebne izkušnje udeležencev, učenje z razmislekom in analizo izkušenj.
- Vzpostavitev povezave med izkušnjami udeležencev in teorijo ter koncepti - pomaga pri pridobivanju znanja iz igralnih izkušenj.

Socialno učenje

V današnjem šolskem sistemu je lik učitelja še vedno izjemno pomemben, saj ima osrednjo vlogo v razredu in pri učenčevem učenju. Sodelovalno učenje pomaga spremeniti to načelo v razredu in v učni proces vnaša nove vidike, in sicer v zvezi z učnimi dosežki, dobrim počutjem učencev in ureditvijo razreda. Sodelovalno učenje pomaga doseči skupni cilj s skupnimi močmi. Poleg tega je "(...) učenje sodelovanja že samo po sebi pomemben izobraževalni cilj. Veščine sodelovanja in timskega dela imajo pomembno mesto v vseh sklopih spretnosti 21. stoletja¹, saj se pričakuje, da bodo v prihodnosti zaradi družbenega in gospodarskega razvoja postale še pomembnejše (...)". (Veldman, Doolaard, Bosker, Snidjers, str. 1). Izobraževalne metode, ki temeljijo na igrah in so predstavljene v tem priročniku, upoštevajo in pogosto temeljijo na tem načelu.

Ko želi učitelj ali vzgojitelj razviti dejavnost, ki uporablja sodelovalno učenje, mora upoštevati naslednja načela:

- med dejavnostjo morajo učenci za dokončanje naloge potrebovati drug drugega,
- odnos in vedenje učencev do dejavnosti naj bi vplivala na celotno skupino, tj. na doseganje končnega cilja dejavnosti ali ne,
- čustva in občutki učencev bodo del poročanja in prenosa znanja.

Učenje v skupini in s skupino med poukom pomeni, da bodo učenci lahko razvili in/ali izboljšali kompetence, ki bodo izboljšale kakovost učnega in pedagoškega procesa v razredu. Te

¹ **Veščine 21. stoletja** se nanašajo na znanje, življenjske in poklicne spretnosti, navade in lastnosti, ki so ključnega pomena za uspeh učencev v današnjem svetu, zlasti pri prehodu na fakulteto, na trg dela in v odraslo življenje, na primer kritično mišljenje, komunikacijske spretnosti, ustvarjalnost, reševanje problemov, vztrajnost, sodelovanje, informacijska pismenost, tehnološke spretnosti in digitalna pismenost, medijska pismenost, globalna zavest, samousmerjanje, socialne spretnosti, pismenost, državljanska pismenost, družbena odgovornost, inovativnost, miselnost. <https://ell-being.panoramaed.com/blog/comprehensive-guide-21st-century-skills>





kompetence vključujejo ustvarjalnost, prilagodljivost, vodenje, timsko delo, sprejemanje odločitev, aktivno poslušanje, komunikacijske spretnosti, reševanje konfliktov in težav ter prijaznejši odnos - spoštovanje drugih in njihovih idej, strpnost in potrpežljivost - ter globlje razumevanje kulture in ozadja drugih. Na čustveni ravni učenci izboljšajo svoje spretnosti upravljanja čustev in čustveno pismenost, aktivirajo voljo za samouresničitev, povečajo samozavest, doživljajo manj tesnobe in strahu pred učenjem, razvijajo motivacijo, odpornost in končno večjo splošno udeležbo v razredu in zunaj njega. Sodelovalno učenje omogoča tudi praznovanje s sošolci in deljenje prijetnih občutkov, kar pripomore k sprejemanju raznolikosti in različnih zmožnosti ter spodbuja občutek pripadnosti razredu.

Urejanje skupne učilnice in dejavnosti z vsemi udeleženci vključuje naslednje kompetence in načela:

- Učitelj mora upoštevati skupino učencev, ki jo bo zbral in sestavil. Neuravnotežena skupina lahko zmoti dejavnost, čeprav je to tudi priložnost za učenje, odvisno od tega, kakšno razlago učitelj izbere. Na primer, pri likovni dejavnosti se lahko učitelj odloči, da bo skupine oblikoval naključno, zaradi česar lahko nastanejo skupine, v katerih imajo vsi radi ali neradi tovrstno dejavnost, ali pa uravnotežene skupine otrok z različnimi interesi.
- Dejavnosti morajo imeti opomnike, ki učence vrnejo k nalogi, če se raztresejo. Učenci v sedanjem šolskem sistemu imajo malo ali nič izkušenj s skupnimi dejavnostmi, zato je nujno motivirati učence, ki se počutijo zaostale v primerjavi z vrstniki.
- Sodelovanje mora spremljati spodbujanje razgradnje predsodkov v odnosu do sošolcev, sicer jih lahko še okrepi. Ta dekonstrukcija bo zmanjšala tudi socialno izolacijo in diskriminatorno vedenje ter povečala zadovoljstvo pri učenju in dobro počutje v šolskem kontekstu.
- Ob koncu dejavnosti naj bo dovolj prostora za razpravo o dejavnosti in o tem, kako so učenci sami sodelovali pri tej skupni izkušnji.

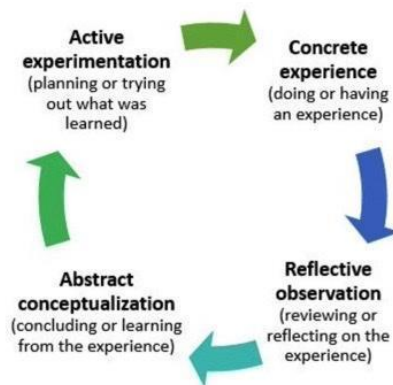
Vsi ti vidiki izboljšujejo kognitivno raven učenca, pa tudi razvoj močnih, zdravih in smiselnih družbenih in družinskih odnosov ter sposobnost državljanskega udejstvovanja v skupnosti. To je največja nagrada: Lave in Wegner v Fernandes, 1997, navajata, da je temeljnega pomena "premakniti analitično pozornost s posameznega učenca na učenca, ki sodeluje v družbenem svetu (...)". Družbena razsežnost ni obrobni pogoj učenja, temveč je neločljivo povezana z učenjem samim" (str. 565).

Izkustveno učenje

Neformalno izobraževanje temelji na izkustvenih učnih praksah. David Kolb je predlagal, da so izkušnje ključnega pomena za razvoj znanja - učenje poteka z aktivnim odkrivanjem in sodelovanjem. Kolb je učenje opredelil kot: Kolb je učenje opredelil kot "proces, v katerem se znanje ustvarja s preoblikovanjem izkušenj". (Kolb, 1984). Učenje poteka v štirih stopnjah. Kolb je verjel, da učenci napredujejo skozi posamezne stopnje in tako zaključijo cikel ter posledično svoje izkušnje preoblikujejo v znanje.

Kolb je v bistvu trdil, da lahko posamezniki dokažejo svoje znanje ali učenje, ki so ga pridobili, ko so sposobni uporabiti abstraktne koncepte v novih situacijah. Dokončanje vseh stopenj cikla omogoča preoblikovanje izkušenj v znanje. Z vsako novo izkušnjo lahko učenec nova opažanja poveže s svojim trenutnim razumevanjem. V idealnem primeru bi morali učenci imeti priložnost, da preidejo skozi vse stopnje (glejte Sliko 2).





Slika 2. Cikel izkustvenega učenja

1. Konkretne izkušnje: Kolbov učni cikel se začne s fazo "konkretne izkušnje". To je lahko popolnoma nova izkušnja, ki se je otrok udeležuje, v kateri se udeležuje, ali pa gre za preurejeno izkušnjo, ki se je že zgodila. Pri konkretni izkušnji se vsak otrok ukvarja z dejavnostjo ali nalogo. Kolb je menil, da je ključ do učenja sodelovanje. Ni dovolj, da otroci o nečem samo berejo ali gledajo, kako se to dogaja - da bi pridobili novo znanje, se morajo otroci aktivno vključiti v nalogo.

2. Reflektivno opazovanje: Otrok se umakne in razmisli o nalogi. Ta stopnja v učnem ciklu otroku omogoča, da ugotavlja, kaj se je zgodilo pri nalogi . dejavnosti, postavljati vprašanja in razpravljati o izkušnji z drugimi. Vodena komunikacija s strani učitelja ali vzgojitelja je na tej stopnji bistvenega pomena, saj otroku omogoča, da ugotovi morebitna neskladja med svojim razumevanjem in samo izkušnjo.

3. Abstraktna konceptualizacija: Na tej stopnji otrok sklepa o izkušnjah tako, da razmišlja o svojem predhodnem znanju, uporablja ideje, ki jih pozna, ali razpravlja o novih "odkritjih" in "spoznanjih." z drugimi udeleženci. Otrok ob podpori učitelja in v skladu s svojimi starostnimi zmožnostmi prehaja od reflektivnega opazovanja k možni konceptualizaciji. Prav tako začnejo oblikovati sklepe o dogodkih, ki so se zgodili. To vključuje razlago izkušnje in primerjavo z njihovim trenutnim razumevanjem pojma (na primer prijateljstvo, odgovornost, družina, begunci, itd.). Ni nujno, da so pojmi "novi"; otroci lahko analizirajo nove informacije in spremenijo svoje sklepe o že obstoječih idejah.

4. Aktivno eksperimentiranje: Ta faza cikla je namenjena uporabi lastnih ugotovitev pri novih izkušnjah. Otroci lahko napovedujejo, analizirajo naloge in načrtujejo uporabo pridobljenega znanja v prihodnosti. S tem, ko otrokom omogočimo, da svoje znanje uporabijo v praksi, in pokažemo, kako je to znanje pomembno za njihovo življenje, učitelji ali vzgojitelji zagotavljajo, da razvoj otrokovih kompetenc in prenos učenja v prihodnje življenjske situacije.

Refleksija je pomembno učno orodje v Kolbovem ciklu. Da bi izkušnje otrok prenesli v prakso, je treba dobro načrtovati in organizirati proces refleksije, imenovan tudi debriefing. Refleksija kot skupinska razprava ima svojo logiko in se običajno začne z . razmislekom o čustveni plati izkušnje, ki mu sledi . razmislek o . procesu, opazovanju in konceptualizaciji. Učitelji pomagajo na spletni strani . otrokom pri razmišljanju, ko postavljajo premišljena vprašanja, ki vodijo skozi vse štiri stopnje cikla. Tukaj je primer poteka vprašanj: *Kako ste se počutili, ko ste prejeli vlogo? Ali lahko z eno besedo opišete svoja čustva? Kaj se je zgodilo? Zakaj? Kaj ste se naučili o sebi, o drugih? Kaj ste se naučili o vprašanju, ki je bilo obravnavano v vaji? Kako lahko pridobljene*





izkušnje uporabite/uporabite v prihodnosti? Kaj boste naredili drugače, v nadaljevanju? Refleksija je strukturirana glede na otrokovo starost, potrebe, predznanje in stopnjo izobrazbe ter učne cilje.

Izkustveno učenje in refleksija sta podlaga za razvoj kritičnega mišljenja udeležencev, kar je pomemben cilj izobraževanja za dobro počutje.





Načela vrednotenja

Šolski sistem je še vedno vpet v sistem ocenjevanja, ki temelji na stalnem ocenjevanju učencev. To je način določanja vrednosti otroka kot posameznika in njegovega napredka kot učenca, ki se pogosto izvaja z določanjem standarda, ki ga je treba doseči. Ta vrsta kvantitativnega in kvalitativnega merjenja pa je, kritizirana na več področjih, saj omejuje prihodnja prizadevanja ter zmanjšuje zaupanje in zavzetost učencev.

Cilji ocenjevanja so, tako kot pri poučevanju in učenju, resnično vprašljivi, saj ne upoštevajo različnih stilov učenja in inteligence. Poleg tega učence bolj kot razumevanje predmeta in razvijanje spretnosti ali njihov učni proces in veselje, ki ga imajo ob tem, zanima pridobivanje dobrih ocen. Posledično je biti dober učenec glede na interval ocen tudi vir tesnobe, ki zmanjšuje dobro počutje.

Hkrati se na podlagi učnih ciljev ne ocenjujejo le znanje in spretnosti učencev, temveč tudi njihov odnos/vedenje. To se nanaša na točko presoje, ki lahko vpliva na splošno oceno učenca. Kot navaja Almeida in Alves (2021), "učitelji prakticirajo oblike ocenjevanja, ki jih lahko razvrstimo med formalne ali neformalne (Freitas, 2003). Prva je instrumentalizirana z akademskim usposabljanjem in smernicami, ki jih uvede vodstvo šole, s pedagoškim poudarkom. Druga je bolj intuitivna, temelji na izkušnjah in prepričanjih, ki si jih učitelji naberejo, pri čemer zdravo pamet spremenijo v merila za ocenjevanje. Obstaja torej povezava med usposabljanjem, kakovostjo pedagoškega dela in tehničnimi načini ocenjevanja učencev." (p. 22)

Vrednotenje lahko poteka tudi s samoocenjevanjem in priznavanjem kompetenc posameznika. Gre za neprekinjen proces reflektivnega učenja, v katerem lahko otrok razume, kje se nahaja ves čas svojega učnega procesa, in ne le v določenih obdobjih šolskega leta. Tako ne le, da bodo imeli učenci jasno sliko svojega stanja skozi vse leto, temveč bo mogoče izboljšati tudi poučevanje na pedagoški ravni, na primer tako, da bodo učenci lažje dosegli svoje cilje.

Učitelji lahko za spodbujanje samoocenjevanja in reflektivne prakse vrednotenja na primer:

- uporabite velikanski termometer na tleh, kjer se učenci lahko postavijo glede na to, kaj menijo, da lahko izboljšajo, ali glede na to, kaj so že razumeli.
- uporabite drevo Blob², da bi razumeli, kako se v tem trenutku počutijo glede svojega učenja.

Ta vrsta vrednotenja se pogosto uporablja v neformalnih okoljih in okoljih, ki temeljijo na igrah, v šolskem kontekstu pa je ob strani, vendar jo je treba uporabljati kot orodje za merjenje čustvenega dobrega počutja v šoli in kot glavni pristop pri izobraževanju za dobro počutje. Usposabljanje učiteljev v tehnikah reflektivnega vrednotenja lahko privede do izboljšanja izobraževanja.

² <https://www.blobtree.com/>





Del I: Referenčni viri in publikacije

- Almeida, Frederico Alves, Alves, Maria Teresa Gonzaga (2021). Kultura ohranjanja razreda v šolah, organiziranih v ciklih. *Revista Brasileira de Educação*. Vol. 26, p. 1-28.
- Blyth, D. A., Borowski, T., Farrington, C. A., Kullonen, P. in Weissberg, R. P. (2019). Deset meril za opisovanje in izbiro okvirov SEL. Measuring SEL Framework Briefs (Kratke informacije o merjenju okvirjev SEL). Uvodna serija 3/3. Pridobljeno 26. 2. 2020 s spletne strani <https://measuringsel.casel.org/wp-content/uploads/2019/08/AWG-Framework-Revised-A.3.pdf>.
- Brander, P., De Witte, L., Ghanea, N., Gomes, R., Keen, E., Nikitina, A., & Pinkeviciute, J. (2020). COMPASS - Priročnik za izobraževanje o človekovih pravicah z mladimi, 2. izdaja, Svet Evrope, Strasbourg.
- Buyse, E., Verschueren, K., Doumen, S., Van Damme, J. in Maes, F. (2008). Problematično vedenje v razredu in odnosi med učitelji in otroki v vrtcu: Vloga klime v razredu pri tem je zmerna. *Journal of school psychology*, 46(4), 367-391.
- Cañabate, Dolors, Serra, Teresa, Bubnys, Remigijus, Colomer, Jordi (2019). Pre-Service Teachers' Reflections on Cooperative Learning (Razmišljanja učiteljev pred začetkom dela o sodelovalnem učenju): Instructional Approaches and Identity Construction. *Sustainability*. Vol. 11, str. 1-18.
- Costa, C. J., Aparicio, M., Aparicio, S. in Aparicio, J. T. (2017). *Gamification Usage Ecology*. In Zbornik 35. mednarodne konference ACM o oblikovanju komunikacij (str. 2:1-2:9). New York, NY, ZDA: ACM.
- Diener, E. (2000). Subjektivno blagostanje: (E. B.: Dobro počutje: znanost o sreči in predlog nacionalnega indeksa). *American Psychologist*, 55, 34-43
- Edmentum (2021). Učenje skozi igro: Kaj je in zakaj bi moralo biti del vsake učilnice. Pridobljeno s spletne strani <https://blog.edmentum.com/play-based-learning-what-it-and-why-it-should-be-part-every-classroom>.
- Elias, M., Zins, J., Weissberg, R., Frey, K., Greenberg, M., Haynes, N., Kessler, R., Schwab-Stone, M., & Shriver, T. (1997). Spodbujanje socialnega in čustvenega učenja: Smernice za vzgojitelje. Alexandria, Virginija: Association for Supervision and Curriculum Development.
- Elliott, S.N., Kratochwill, T.R., Littlefield Cook, J. in Travers, J. (2000). *Pedagoška psihologija: (3. izdaja): Učinkovito poučevanje, učinkovito učenje*. Boston, MA: McGraw-Hill College.
- Fernandes, Elsa (1997). O trabalho cooperativo num contexto de sala de aula. *Análise psicológica*, letnik 4 (XV), str. 563-572.
- Fleming, Nora (2020). Zakaj nekateri otroci med učenjem na daljavo uspevajo? Pridobljeno iz <https://ell-being.edutopia.org/article/why-are-some-kids-thriving-during-remote-learning>.
- Friedli, L. (2009). *Odpornost na duševno zdravje in neenakosti*. Kopenhagen: København: Regionalni urad SZO za Evropo.
- Ghufron, M. A., & Ermawati, S. (2018). Prednosti in slabosti sodelovalnega učenja in problemskega učenja pri pouku pisanja v slovenščini: Moč in slabosti sodelovalnega učenja: stališča učiteljev in učencev. *International Journal of Instruction*, Vol. 11(4), p. 657-672.





- Hellerstedt, A., Mozelius, P. (2020). Učenje z igrami - dolga zgodovina. Konferenca: Irska konferenca o učenju z igrami 2019 v Corku na Irskem, projekt: učenje z igrami. Pridobljeno s spletne strani: https://www.researchgate.net/publication/336460471_Game-based_learning_-_a_long_history/citations.
- Howell, J. 2012. Poučevanje z IKT: J.: Digital Pedagogies for Collaboration and Creativity (Digitalna pedagogika za sodelovanje in ustvarjalnost). Melbourne, Victoria: Oxford University Press.
- Jacobs, J., & Wright, P. (2017). Prenos življenjskih spretnosti v programih za razvoj mladih, ki temeljijo na športu: konceptualni okvir, ki povezuje učenje z uporabo. *Quest*, 70(1), 81-99.
- Jones, S., Brush, K., Bailey, R., Brion-Meisels, G., McIntyre, J., Kahn, J., ... Stickle, L. (2017). Navigacija SEL od znotraj navzven. Pogled od znotraj in med 25 vodilnimi programi SEL: praktični vir za šole in ponudnike OST. Harvard Graduate School of Education.
- Kolb, D. A. (1984). *Izkustveno učenje: Izkušnje kot vir učenja in razvoja*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Maldonado Recio, M. T., Barajas Esteban, C. (2018). Teoría de la mente y empatía. Repercusiones en la aceptación por los iguales en niños y niñas de Educación Infantil, Primaria y Secundaria. *Escritos de Psicología*, 11(1), 10-24.
- OECD (2009). Okviri vrednotenja in ocenjevanja za izboljšanje rezultatov šol.
- OECD (2013). Sinergije za boljše učenje. Mednarodna perspektiva vrednotenja in ocenjevanja.
- Puspitasari, Febi (2018, 21.-22. april). *Sodelovalno učenje: Udeležba mladih učencev v velikem razredu: kooperativno učenje: vključevanje mladih učencev v velikem razredu*. Mednarodna konferenca o otrokom prijaznem izobraževanju, Centralna Java, Indonezija.
- Rucinski, C. L., Brown, J. L., & Downer, J. T. (2018). Odnosi med učitelji in otroki, klima v razredu ter otrokov socialno-čustveni in akademski razvoj. *Journal of Educational Psychology*, 110(7), 992.
- Ryan, R. M. in Deci, E. L. (2017). Teorija samoodločanja. *Osnovne psihološke potrebe v motivaciji, razvoju in zdravju*.
- Ryzin, Mark J. Van, Roseth, Cary J. (2018). Cooperative Learning in Middle School: A Means to Improve Peer Relations and Reduce Victimization, Bullying, and Related Outcomes (Sredstvo za izboljšanje vrstniških odnosov in zmanjšanje viktimizacije, ustrahovanja in z njimi povezanih izidov). *Journal of Educational Psychology*. DOI: <https://dx.doi.org/10.1037/edu0000265>
- Siew, Nyet Moi, Chin, Mui Ken, Sombuling, Agnis. (2017). Učinki problemskega učenja s sodelovalnim učenjem na znanstveno ustvarjalnost predšolskih otrok. *Journal of Baltic Science Education, letnik* 16(1), str. 100-112.
- Snoek, M., Swennen, A. in Van der Klink, M. (2010). Vzgojitelj učiteljev: zanemarjen dejavnik v sodobni razpravi o izobraževanju učiteljev. *Advancing quality cultures for teacher education in Europe: tensions and opportunities*, 33-48.
- Tavares, Cláudia, Sanches, Isabel (2013). Gerir a diversidade: contributos da aprendizagem cooperativa para a construção de salas de aula inclusivas. *Revista Portuguesa de Educação*. Vol. 26(1), p. 307-347.
- Učitelji in poučevanje: teorija in praksa, letnik 12, št. 3, junij 2006, str. 265-287





- Thompson, Darrall G. (2016). Ocene ne bi smele biti v središču ocenjevanja - kako pa je mogoče doseči spremembe? *Journal of Learning Analytics*, 3(2), 193-212.
- Veldman, M.A., Doolaard, S., Bosker, R.J., Snidjers, T.A.B. (2021). Sodelovanje majhnih otrok pri delu. Učinki sodelovalnega učenja na skupinsko delo otrok v 1. razredu osnovne šole. *Elsevier*. Vol. 67, str. 1-13.
- Veneu, F., Rosse, C., Costa, M. (2017). Ação sociopolítica e aprendizagem cooperativa: a elaboração de um banner com alunos do ensino fundamental no município de Miguel Pereira, Rio de Janeiro, *Da Investigação às Práticas*, 7(2), 22 - 33.
- Vujović, S., Pavičević, V., Durović, A., Radojević, M. in Radulović, I. Moje vrednote in vrline - Priročnik za razvijanje socialnih in čustvenih veščin za srednješolske učitelje Podgorica, Pridobljeno s <https://www.unicef.org/montenegro/media/15451/file/My%20Values%20and%20Vir%20Development%20of%20Social%20and%20Emotional%20Skills.pdf>
- Waters, L. (2021). Pozitivna vzgojna pedagogika: spreminjanje miselnosti, prakse in jezika učiteljev, da bo dobro počutje vidno v razredih. In *The Palgrave handbook of positive education* (str. 137-164). Palgrave Macmillan, Cham.
- Werbach, K. in Hunter, D. (2012). *For the Win: How Game Thinking Can Revolutionize Your Business (Za zmago: Kako lahko razmišljanje z igro preoblikuje vaše poslovanje)*. Wharton Digital Press.
- Zirawaga, V.S., Olusanya, A.I., & Maduku, T. (2017). Igre v izobraževanju: (2017): Uporaba iger kot podpornega orodja pri pouku zgodovine. *Journal of Education and Practice*, 8, 55-64.

Internetni viri:

1. <https://ell-being.rileychildrens.org/health-info/growth-development-6-11-years>
2. <https://ell-being.cdc.gov/ncbddd/childdevelopment/positiveparenting/middle2.html>
3. <https://courses.lumenlearning.com/wm-lifespandevelopment/chapter/periods-of-human-development/>
4. <https://ell-being.cambridge.org/elt/blog/2020/12/11/digital-pedagogy-for-young-learners/>
5. https://ell-being.oup.com.au/media/documents/higher-education/he-samples-pages/he-teacher-ed-landing-page-sample-chapters/HOWELL_9780195578430_SC.pdf
6. https://ell-being.researchgate.net/publication/349589277_Digital_Experience_and_Cognitive_Development_in_Primary_School_Students
7. <https://ell-being.edutopia.org/article/why-are-some-kids-thriving-during-remote-learning>
8. <https://vibe.us/blog/10-positive-aspects-to-distance-learning/>





DEL II





Spoštovani učitelj,

V tem delu priročnika boste našli 18 izobraževalnih iger in dejavnosti, ki jih je razvila ekipa projekta strateškega partnerstva Erasmus+ "Learn & Play: Home edition" in so jih preizkusili učitelji v Latviji, na Nizozemskem, Sloveniji in v Španiji.

Te dejavnosti so partnerji oblikovali z namenom izboljšanja dobrega počutja otrok ob hkratnem spodbujanju razvoja mehkih veščin, socialno-čustvenih kompetenc in vzdržljivosti.

Vsaka izobraževalna igra ima eno od treh stopenj: *enostavno (E)*, *srednja (M)* in *težka (H)*. Ta razvrstitev se nanaša tako na zahtevnost v smislu izvajanja dejavnosti kot tudi na stopnjo prispevka, ki se zahteva od otrok.

Vse dejavnosti so predstavljene v obliki preglednice (naslednja stran), ki vam omogoča spremljanje, katere kompetence obravnava posamezna dejavnost in kakšna je njena težavnostna stopnja (E - enostana, M - srednja in H - težka). Predlagamo vam, da najprej opravite analizo potreb učencev in ugotovite, katere kompetence morajo razvijati, nato pa izberete najprimernejšo dejavnost ali niz dejavnosti za vaš razred ali delavnico.

Pri izbiri izobraževalne igre/dejavnosti iz tega priročnika vam je lahko v pomoč razmislek o naslednjih vprašanjih:

- Kakšen je izobraževalni cilj in kako bo dejavnost pripomogla k njegovemu doseganju?
- Katera ciljna skupina bo sodelovala pri dejavnosti?
- Kakšne so potrebe te ciljne skupine?
- Kakšno je čustveno in telesno stanje učencev?
- Koliko časa potrebujete za določeno igro - ali lahko zagotovite ta čas?
- Ali bo učni program z uporabo te igre postal bolj uravnotežen in bogatejši?
- Kje lahko poteka ta dejavnost (kraj in prostor)?
- Ali ste upoštevali posebne potrebe svojih učencev?
- Ali lahko odgovorite na vprašanje, zakaj ste izbrali to dejavnost?
- Kakšen je izobraževalni rezultat te dejavnosti?

Program lahko pripravite tudi za nekaj ur, dni ali tednov, in sicer tako, da ustvarite učne poti, ki vsebujejo več zaporednih dejavnosti. Vsaka dejavnost vključuje trenutek za razmislek z učenci - nekaj idej za vprašanja boste našli v opisu vsake dejavnosti, vsekakor pa jih lahko prilagodite potrebam razreda in izobraževalnemu namenu. Brez skrbi uporabite vso svojo ustvarjalnost, strokovnost in znanje svoje skupine, na koncu pa v procesu učenja z učenci uživajte tudi sami.

Vaša projektna ekipa





Mreža iger in dejavnosti

No.	Exercise name & link to competence/skill domain	Cognitive regulation						Emotional Processes			Interpersonal Processes				Values			Perspective / Mindset		Identity / Self-Image			Physical		LEVEL OF DIFFICULTY				
		Critical thinking	Problem solving	Goal setting and attainment	Decision making	Able to express thoughts and opinions	Creativity	Agency	Emotional literacy	Emotion regulation	Empathy and compassion	Communication skills	Social problem-solving skills	Relationship building and maintaining	Cooperative behaviour	Being respectful of the needs of others	Being forgiving	Interest in community	Family values	Respecting social values and rules	Being open-minded and curious	Being optimistic	Self-awareness	Growth mindset		Self-worth	Self-compassion	Being active	Playfulness
1	A Story About Emotions					✓		✓																					E
2	Chain of Strengths												✓									✓		✓					E
3	Cultivating compassion								✓															✓					E
4	Dancing Through Emotions						✓	✓																	✓				E
5	I am / You are								✓			✓																	E
6	Optimism and positive mindset																			✓	✓								E
7	The Gratitude Trees and the Magical World of Gratitude																			✓	✓					✓	✓		E
8	Values: What is important to me				✓												✓												E
9	What am I good at?																					✓		✓					E
10	A Different Story	✓																					✓		✓				M
11	Discover the Importance of Communication									✓			✓																M
12	Emotional Museum							✓															✓						M
13	Find Your Treasure																						✓	✓					M
14	Talents & Values into Action																						✓		✓				M
15	You Cannot Eat an Entire Pie All at Once		✓																			✓		✓	✓				M
16	Your Task Is My Task							✓	✓		✓																		M
17	LEGO Tower						✓			✓	✓		✓													✓	✓		H
18	The Orange Game		✓		✓	✓	✓			✓	✓		✓														✓	✓	H



1. Zgodba o čustvih

Stopnja zahtevnosti: Enostavno

Teme: Čustvena pismenost, ustvarjalnost

Cilji:

- Izboljšanje čustvene pismenosti učencev
- razvijanje otrokove ustvarjalnosti

Čas: 1 ura

Starost: 6 – 7 let

Opis dejavnosti po korakih

Priprava

Pripravite eno ali več kock s:

- 6 glavnimi čustvi: žalost, veselje, gnus, presenečenje, jeza in strah.
- slike, ki predstavljajo ta čustva, na primer iz Disneyjevega filma Inside Out.³
- živali, kot so ovce, mačke, psi, kače in želve. Učitelj sam izbere, katere živali želi imeti. Odločitev lahko prepustite tudi otrokom. Za primere si oglejte spodnje fotografije.

Materiali

Pisan karton

Kocke z živalmi

Kocke s čustvi

V Prilogi 1 poiščite predlogo za izdelavo polja.

Izvajanje

1. Otroke prosite, naj se usedejo v krog. Vprašajte jih, kdo želi začeti.
2. Drug za drugim mečejo kocko čustev in kocko živali. Če otroci ne znajo brati, jim učitelj pomaga. Učitelj jih lahko s pomočjo slik vpraša, kaj po njihovem mnenju predstavljajo.
3. Ko otroci dobijo kombinacijo čustva in živali, naj si o tem izmislijo zgodbo. To je lahko zgodba o nečem, kar se dogaja v njihovem življenju in/ali zgodba, ki so si jo izmislili, in/ali zgodba, ki so jo videli v risani televizijski oddaji.

³ <https://www.youtube.com/watch?v=seMwpP0yeu4>



4. Lahko gre za žival, ki čustvo občuti, ali pa se čustvo pojavi v zgodbi kot lik. Na primer: "Bil je rumeni zmaj, ki se je počutil osamljenega, ker so bili vsi drugi zmaji zeleni" ali "Žalost je želela prijateljevati z veselo ovco v skupini. Le tako je lahko žalost verjela, da bo vse v redu".
5. Ko en otrok zaključi zgodbo, lahko kocki vrže drugi udeleženec.

Razmislek/poročanje

- Kako ste se počutili med dejavnostjo?
- Kako so bile zgodbe povezane s tem, kar se dogaja v vašem življenju?
- Kako je bilo povezovati občutke z dogodki svojega življenja?
- Ali vam je bilo všeč opisati čustva, ki ste jih izbrali? Zakaj?

Različica

Če ima učitelj čas, lahko skupaj z učenci pripravi različne kocke in jih vključi v celoten proces, hkrati pa pri otrocih razvija druge kompetence.

Učitelj lahko npr. udeležencem dovoli, da sodelujejo v zgodbah drugih otrok, otroci ali učitelj lahko zgodbam dodajo določene vidike, prav tako pa lahko postavljajo vprašanja, ki prvotnemu avtorju pomagajo ustvariti kompleksnejšo zgodbo. Če gre lik v zgodbi skozi konflikt, lahko učitelj predlaga strategije reševanja konfliktov, ki jih je mogoče vključiti v zgodbo, če je to tudi cilj razreda.

Nasveti

Majhni otroci pogosto povežejo čustvo z živaljo in pripovedujejo zgodbe o sebi, ki jih predstavlja žival. To je lahko dober pokazatelj dobrega počutja učenca.

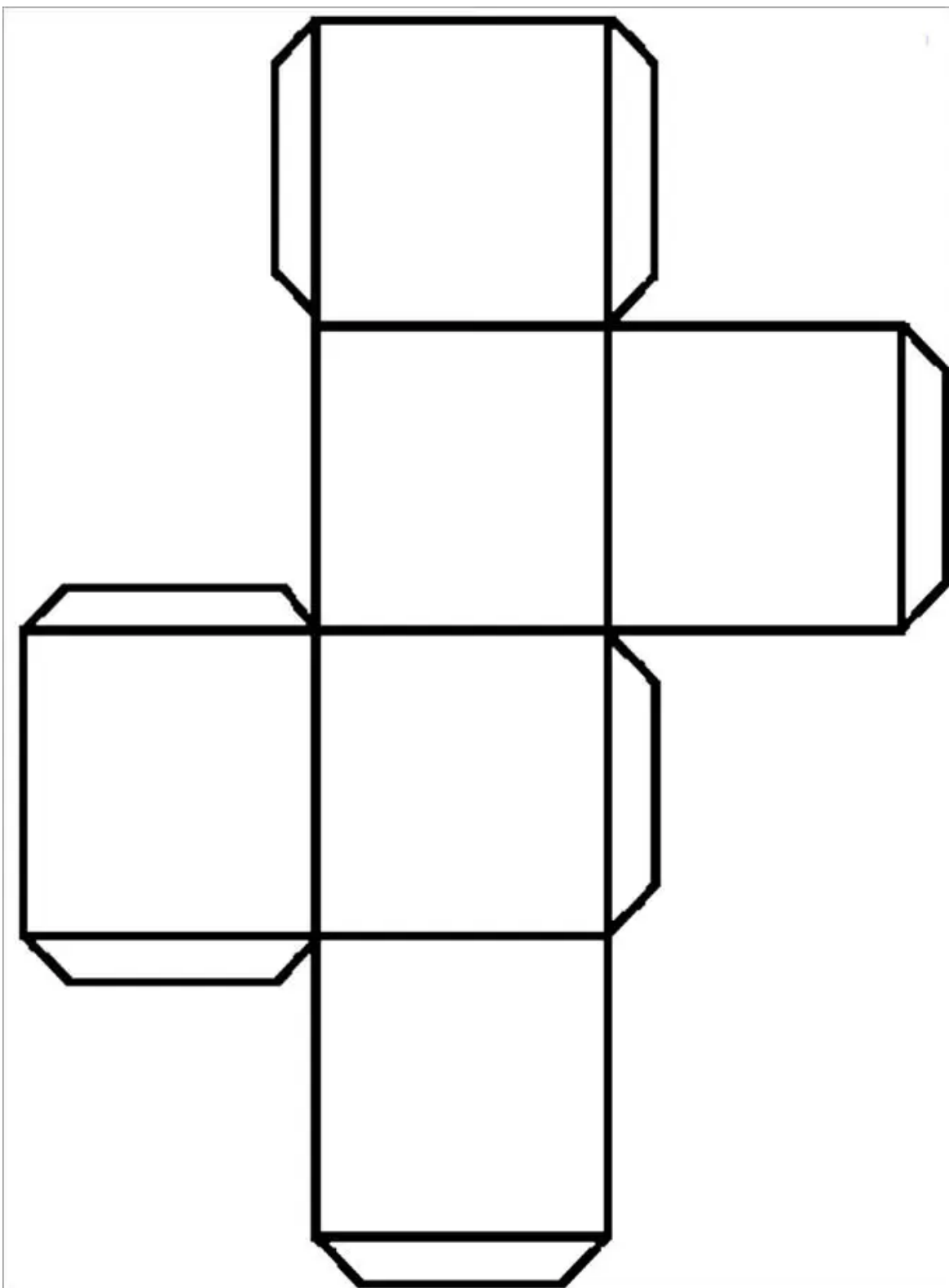
Dodatni viri

Prototipna shema kock je v Prilogi 1. Prosimo, da jo kopirate in izrežete v poljubni velikosti. Spodaj najdete nekaj primerov kock.





Priloga 1





2. Veriga Vrlin

Stopnja zahtevnosti: Enostavno

Tema (-e): Samozavedanje in samospoštovanje, sodelovanje

Cilji:

- pomoč otrokom pri prepoznavanju svojih močnih značajskih lastnosti
- Podpora učencem pri razmišljanju o tem, kako sodelovanje z drugimi krepí skupino.

Starost: 8 – 11 let

Čas: 1 ura

Opis dejavnosti po korakih

Priprava

Natisnite vsebino *Priloge 2*. Poskrbite, da boste za vsakega učenca natisnili celoten komplet delovnih listov, v kolikor imajo učenci veliko enakih prednosti (da ne bo prihajalo do tekmovanja). Druga možnost je, da izrežete trakove papirja z vrlinami po vaši izbiri (vsak otrok naj ima na voljo vse različne moči) ali pa pustite prazne trakove papirja, da otroci napišejo svoje vrline. Če želite skrajšati čas te vaje, lahko uporabite barvni papir.

Če je mogoče, postavite stole in mize na stran učilnice, da bodo tla prosta za dejavnost.

Materiali

Natisnjeni listi z vrlinami iz *Priloge 2* ali vnaprej pripravljeni in izrezani trakovi z vrlinami, markerji ali barvice, škarje in lepilni trak.

Izvajanje

1. Otroke prosite, naj se usedejo na tla v krogu. Na sredino kroga postavite trakove papirja z vrlinami, markerje ali barvice, škarje in trak.
2. Če uporabljate izpis iz *Priloge 2*, otrokom naročite, naj najprej izberejo sedem barv - po eno za vsako skupino vrlin. Barve jim bodo pomagale videti najbolj močna področja. Povejte jim, naj obarvajo posamezne vrline, medtem ko se pogovarjajo ali razmišljajo o vrlinah iz vsake skupine. Če ste liste z vrlinami že prej razrezali na trakove, dajte otrokom čas, da pregledajo razpoložljive močne strani in izberejo tiste, za katere menijo, da jih imajo. Naj izberejo svoje gradivo, hkrati pa jim razložite, kako pomembno je, da spoštujemo drug drugega ter damo vsakemu čas in prostor, da izbere, kar želi.
3. Če uporabite izpis iz *Priloge 2*, naj izrežejo vse vrline, ki se nanašajo nanje.
4. Naročite jim, naj iz trakov z vrlinami naredijo papirnato verigo. Prosite jih, naj pustijo prvi in zadnji trak odprta.





5. Ko vsak otrok sestavi svojo verigo vrlin, jih prosite, naj verige povežejo skupaj in tako oblikujejo velik krog združenih vrlin. Pogovorite se o tem, da smo močnejši, če združimo vrline vseh v skupini.
6. Čestitajte otrokom za njihovo delo! Pohvalite njihov trud, odločnost in vztrajnost!

Razmislek/poročanje

Otroke vprašajte:

- Kaj ti je bilo najbolj všeč?
- Je bilo težko prepoznati svoje vrline? Zakaj da oz. zakaj ne?
- Kako se počutiš, ko pomisliš, da si pri ustvarjanju te verige uporabil/a svoje vrline?
- Katere vrline še imaš, vendar jih nisi vključil/a v svojo verigo?
- Ko pomislite na svoje prednosti in prednosti drugih, ali bolj ceniš sebe ali druge?
- Kako lahko še naprej krepíš povezanost razreda?

Različice

Otroci lahko sami napišejo svoje vrline in sestavijo verigo vrlin, namesto da bi jim dali nabor vnaprej natisnjenih vrlin, med katerimi bi lahko izbirali.

Nasveti

Če želite otrokom pomagati pri razvoju, je prepoznavanje njihovih vrlin prav tako pomembno kot delo na njihovih težavah. Osredotočanje na prednosti v skupini otrokom pomaga razumeti, da smo vsi enaki in da lahko skupina s skupnimi močmi in prizadevanji doseže več.

Pri oblikovanju značaja gre za to, da se vidimo v pozitivni luči, pri čemer so napake, če se iz njih nekaj naučimo, prednost, ki nas vodi k najboljši različici nas samih. Vendar pa se otroci včasih bojijo delati napake, zlasti če jih doživljajo kot neuspeh. Osredotočanje na napake lahko resno vpliva na otrokovo samozavest, zato je cilj te dejavnosti opozoriti na otrokove Prednosti (vrline).

S povezovanjem verig, ki so jih otroci izdelali posamezno, v eno dolgo verigo, ki visi v razredu, dejavnost krepí sodelovanje v skupini. Ko otroci vidijo, kako je s povezovanjem naših moči veriga daljša in močnejša, v prenesenem pomenu razumejo, da združeni stojimo, razdeljeni pademo.

Dejavnost lahko v razredu spodbudi pogovor o tem, da ima vsakdo svoje prednosti in slabosti. Poleg tega je zaključena veriga vrlin viden opomnik učencem, da vsi prispevajo k temu, da je skupnost v razredu močnejša.

Dodatni viri:

https://www.understood.org/articles/en/5-steps-for-recognizing-strengths-in-kids?_sp=7f9d0fcc-fd9f-44d9-8687-d350219a4725.1647543670185

Prilagojeno iz:

https://assets.ctfassets.net/p0qf7j048i0q/uvqC72wUOXlmeesapX3Y6/7c0fcc7b9271d4374c7a9afdcabd8b08/Strengths_Chain_Understood.pdf



IZDELAJTE VERIGO PREDNOSTI

Prilagojeno iz publikacije Understood for All, Inc. © 2017

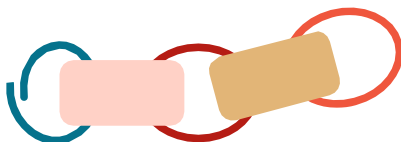
Ste pripravljeni prepoznati svoje vrline?

Za začetek potrebujete le nekaj barvic, škarij in lepilnega traku.

- **1. korak** Začnite z izbiro sedmih barv - po ena za vsako skupino vrlin. Barve vam bodo pomagale prepoznati močna področja. Posamezne vrline otroci obarvajo, medtem ko se pogovarjate ali razmišljate o vsaki skupini prednosti (vrlin). Prazna mesta na zadnji strani uporabite za vpis morebitnih dodatnih vrlin, ki vam ali otrokom pridejo na misel.
- **Korak 2** Izrežite vse vrline, ki so jih otroci prepoznali pri sebi. Če to dejavnost opravlja več oseb, natisnite po en komplet vrlin za vsako osebo, saj ima več otrok lahko enake vrline (da ne bi prišlo do tekmovanja).
- **Korak 3** iz trakov naredite papirnato verigo vrlin. Verigo lahko obesite na steno in jo sproti dopolnjujete z novimi vrlinami. Če to izdeluje več oseb, lahko vse verige nanizate skupaj in se pogovarjate o tem, kako smo močnejši, če združimo in se z izzivi soočimo z uporabo prednosti (vrlin) **vseh**.



Konce zavijajte navzgor in jih zlepite z lepilnim trakom



Naslednji trak napeljite skozi obroč, da nastane veriga





PREDNOSTI ZNAČAJA

Pobarvajte trakove na tej strani _____.



Sem pošten in vreden zaupanja

Sem skrben in prijazen

Doma sem priden in opravljam svoja opravila

Občutljiv sem za potrebe drugih

Sem zvest

Sem vzdržljiv in se trudim pri težkih nalogah

Lahko delam ali se zabavam samostojno

Lahko delam ali se igram z drugimi

Sem zagnan

Sem radoveden





DRUŽBENE PREDNOSTI

Pobarvajte trakove na tej strani _____.



Znam deliti in sklepati kompromise

Sem dober poslušalec in poskušam ne prekinjati preveč

Prizadevam si za pridobivanje in ohranjanje prijateljev

Sprejemam drugačnost drugih

Po potrebi lahko prosim za pomoč in znam se spopasti z razočaranjem (na primer, da ne tepem)

Vem, kdaj lahko sledim množici in kdaj se moram upreti pritiskom vrstnikov.

Sprejemam osebno odgovornost za svoja dejanja (dobra in slaba)

Ne ugovarjam, ko mi odrasli naročijo, naj nekaj naredim (večino časa!)

Govorim resnico in se znam opravičiti, kadar je to potrebno

Imam dober smisel za humor





PREDNOSTI V KOMUNIKACIJI

Pobarvajte trakove na tej strani _____.



Uporabljam besede, da izrazim, kaj potrebujem in želim

Rad se pogovarjam z ljudmi, zlasti s prijatelji

Sodelujem v razpravah doma, v šoli in s prijatelji

Imam dobre pogajalske sposobnosti

Drugim lahko povem, kdaj sem razburjen

Po potrebi prosim za pomoč

Ko se pogovarjam z drugimi, spoštujem njihov osebni

prostor

Lahko poslušam druge, ne da bi jih prekinjal

Rad pripovedujem šale

Razumem šale, besedne igre in sarkazem





PREDNOSTI SODELOVANJA

Pobarvajte trakove na tej strani _____.



Rad sodelujem pri skupnih dejavnostih

Sem pošten poraženec in zmagovalec

Upoštevam navodila in pravila iger

Rad sem vodja, vendar lahko tudi sledim drugim

Sprejemem, če se drugi ne strinjajo z mano

Dobro prenašam povratne informacije drugih ljudi

Zlahka zaznam, kako se počutijo drugi ljudje

Sposoben sem reševati spore z drugimi

**Rad prostovoljno prispevam svoj čas za skupne cilje in
projekte**

Z deljenjem z drugimi nimam težav.





PREDNOSTI NAČRTOVANJA

Pobarvajte trakove na tej strani _____.



Lahko si postavim realne cilje

Po potrebi se lahko prilagodim spremembam

Lahko skrbim za svojega hišnega ljubljence

Jaz sem odgovoren

Pri opravljanju nalog ali neke dejavnosti sem vztrajen

Z lahkoto sprejemam odločitve

Dobro znam razložiti ideje in dajati navodila drugim

Sposoben sem načrtovati prihodnost in opisati prihodnje
cilje

Rad igram strateške igre, kot je šah

Lahko začnem in se osredotočim na naloge.





PREDNOSTI UČENJA/MIŠLJENJA

Rad se učim novih stvari

Radoveden sem glede sveta okoli sebe

Sem prilagodljiv mislec - o nečem lahko razmišljam na več načinov

Urejam lahko svoje misli in fizične predmete, kot je nahrbtnik

Lahko upoštevam pravila in rutino

Lahko sledim času in stvarem, ki jih moram opraviti

Prepoznam in poskušam obvladati "velika čustva"

Lahko se ustavim in premislim o odločitvah ali izbirah

Lahko se učim iz napak

Imam "miselno naravnost na rast in napredek" in verjamem, da lahko s trdom izboljšam svoje sposobnosti.





DRUGE PREDNOSTI IN TALENTI

Pobarvajte trakove na tej strani _____.



Sem ustvarjalen

Rada rišem in barvam

Znam plesati, peti ali igrati glasbeni instrument

Lahko plavam ali se ukvarjam s športom

V videoigrah rad rešujem težave

Rad izvajam projekte družbeno koristnega dela

Rad vadim jogo, čuječnost ali meditiram

Sem nežen do živali in mlajših otrok



3. Razvijanje sočutja

Stopnja zahtevnosti: Enostavno

Tema (-e): Sočutje do sebe in drugih

Cilji:

- gojiti v otrocih občutke sočutja do sebe in drugih.

Čas: več kot 45 minut

Starost: 6 -11 let

Opis dejavnosti po korakih

Izvajanje

Sočutja se najbolje naučimo z zgledom (je zelo nalezljivo), lahko pa ga tudi gojimo. V nadaljevanju je nekaj predlogov, kako lahko spodbujamo sočutna čustva in dejanja v razredu in zunaj njega.

1. Izvajajte meditacijo o ljubeči naklonjenosti. Ta vrsta meditacije se osredotoča na izboljšanje lastnega dobrega počutja in na željo, da bi ga dosegli tudi drugi. Obstaja veliko različnih načinov njenega prakticiranja s poudarkom na odpuščanju, želji po dobrem za druge in sočutju do trpljenja. Na spletu in platformah, kot je YouTube, lahko najdete veliko primerov vnaprej posnetih vodenih meditacij o ljubeči prijaznosti. Če se pri vodenju meditacije v razredu ne počutite udobno, je dobro uporabiti vnaprej posneto različico. Že nekaj minut vadbe na dan lahko pri otrocih povzroči velike spremembe.

2. Dejanje sočutja do nevtralnih oseb. Možnih je veliko dejavnosti. Otroke lahko na primer prosite, naj napišejo pismo otroku v sirotišnici ali otrokom, ki so se znašli v vojni razmerah. Podobno lahko otroci pripravijo darilno škatlo ali opravijo dejanja za ljudi, za katere otroci menijo, da bi potrebovali nekaj dodatnega sočutja. Takšne dejavnosti lahko odlično združimo s prazniki, kot so verski prazniki, med katerimi lahko otroci pripravijo darila za ljudi, ki teh dni morda ne bodo mogli praznovati z drugimi.

3. Dejanje sočutja do znanih oseb (npr. ljudi, živali, rastlin). V razredu lahko to storite na več načinov. Na primer, naredite lahko "kozarec za dejanja dobrote", v katerega lahko otroci ponudijo vse, kar lahko brezpogojno storijo za svoje vrstnike.

4. Dejanje sočutja do sebe. Ena od učinkovitih vaj je Pismo iz prihodnosti. Otroka prosite, naj si predstavlja, da je starejši, ali pa naj si predstavlja modro starejšo osebo, ki jo občuduje, in naj napiše pismo, kot da bi ga pisal starejši on ali ta oseba, z nekaj prijaznimi besedami, nasveti ali modrosti, ki bi otroku pomagale pri reševanju in soočanju z zahtevnimi situacijami. Otroka vprašajte, »Kaj bi ti ta bodoči ti ali modra starejša oseba v tem trenutku svetovala?«



Kako predstaviti to dejavnost kot na igri temelječo aktivnost

1. Priporočamo, da pripravite tri velike plakate. Plakate lahko okrasite, ne da bi navedli (vključno z napisom), čemu so namenjeni. Ko začnete z dejavnostjo, na prvi plakat zapišete »Dejanja sočutja do nevtralnih oseb«.
2. Otroke prosite, naj na plakat narišejo svoje dejanje sočutja (ali ga narišejo na majhen list papirja in nato nalepijo na plakat).
3. Ko je vse to končano, lahko predstavite naslednji korak dejavnosti in na drugi plakat napišete »Dejanja sočutja do bližnjih«. Sledite istemu poteku, kot je bilo omenjeno pri prejšnjem koraku.
4. Enako storite pri naslednjem koraku dejavnosti, »Dejanja sočutja do sebe«.
5. Ko otroci opravijo vse te korake, lahko organizirate majhno zabavo, na kateri proslavite, da so dosegli najtežji korak - sočutje do sebe.

Razmislek/poročanje

Razmislek naj bo usmerjen v razumevanje, kaj je sočutje in ali se pričakuje, da bomo v zameno kaj prejeli. Najlepša dejanja so tista, ki so brezpogojna. Ljudje dejanj sočutja morda ne bodo vedno sprejeli ali prepoznali tako, kot so bila mišljena, kar lahko privede tudi do razočaranja otrok. Ko se to zgodi, nastane odličen trenutek za učenje!

Možna vprašanja za razmislek so:

- Kako ste se počutili, ko ste razmišljali o svojem dejanju sočutja ali ga načrtovali?
- Kaj ste se naučili od svojih sošolcev, ko ste jih videli, kako izvajajo dejanje sočutja? Kaj ste opazili ali se naučili od njih?
- Ste že kdaj prejeli tako sočutno dejanje? Kako ste se ob njem počutili?
- Kakšen je bil odziv tistega, komur ste dejanje sočutja namenili in kako ste se počutili ob tem?
- Ali bi radi v svojem vsakdanjem življenju počeli več takšnih stvari in če da, kako lahko to storite?

Nasveti

Ta vaja je namenjena gojenju sočutja. To ni isto kot empatija, ki je sposobnost razumevanja in deljenja čustev drugih. Sočutje je bolj povezano s sočutno skrbjo za trpljenje drugih. Empatija je za to nujna sestavina, vendar je sočutje nadaljnja komponenta delovanja, katere cilj je podpreti drugo osebo v njenem trpljenju.

Pri učenju sočutja je pomembno, da se naučimo tudi razumeti, da ljudje sočutje doživljajo edinstveno. Nekaterim je ljubši objem, drugi se morda bolje odzovejo na prijazne besede. Prav tako različne situacije in različni ljudje v različnih obdobjih zahtevajo različne vrste sočutja.

Pomembno je ohraniti določeno čustveno in kognitivno razdaljo med osebo, ki stori prijazno dejanje, in osebo, ki ga prejme. To pomeni, da otrok razume, da življenje drugega ni njegovo življenje. In da lahko še vedno uživajo v svojem življenju, čeprav drugi trpijo. Pri dejanjih sočutja gre za gojenje človeške medsebojne povezanosti in razumevanja, da smo vsi ljudje, ki si prizadevamo biti srečni in zdravi.

Otroke vprašajte, kaj bi po njihovem mnenju lahko storili za druge ali zase. Sočutje je zelo nalezljivo in ne bodite presenečeni, če se bodo otroci domislili še veliko drugih stvari, ki bi jih





lahko storili. Seveda vedno spodbujajte sočutno razmišljanje, saj prihodnost potrebuje generacijo, ki razmišlja in skrbi za druge.

4. Ples čustev

Stopnja zahtevnosti: Enostavno

Teme: Obvladovanje čustev, čustvena pismenost

Cilji:

- ogrevanje telesa in povezovanje z njim
- izražanje čustev z gibanjem in neverbalno komunikacijo
- povečanje čustvene pismenosti s prepoznavanjem čustev in z njimi povezanega besedišča

Čas: 50 minut

Starost: 6 - 11 let

Opis dejavnosti po korakih

Priprava

Seznam čustev. Ti naj bodo različni glede na starost učencev, njihov profil in potrebe. Za navdih si oglejte kolo čustev (Priloga 3).

Seznam skladb različnih žanrov.

V učilnici naredite prostor, kjer se bodo učenci gibali.

Materiali

Stavki za 1. del: "Plešite, kot da ste: jezni, žalostni, veseli, srečni, presenečeni, prestrašeni, zgroženi itd."

Seznam čustev.

Zvočniki in glasba.

Primeri seznamov predvajanja:

<https://open.spotify.com/playlist/0c7gdWxP8WvGEL6hHU5prB?si=e890fdf601c549ec>

<https://open.spotify.com/playlist/1FUVOMwaXZcJyjgvBdmbgO?si=516f149991484c28>

<https://open.spotify.com/playlist/02CsBkG5o4GjOY5e8FAiS7?si=7b8db69c67074037>

Izvajanje

DEL 1:

Prvi del pomaga vzpostaviti okolje, v katerem se otroci počutijo varne, da se lahko v skupini izražajo s svojim telesom, in pripravlja telo na drugi del.







1. Razložite dejavnost:

»Predvajali bomo različno glasbo, na katero boste lahko plesali. Ko rečem, na primer, *plešite, kot da ste jezni*, se lahko začnete gibati kot čutite, da je za vas prav. Ko rečem stop, spet začnete plesati normalno. Stavke bom ponavljal/a, dokler ne zaplešemo vseh čustev na seznamu.«

2. Učencem povejte, naj vstanejo in začnejo hoditi brez glasbe. Po eni minuti vključite pesem in začnite z dejavnostjo.

DEL 2:

1. Udeležence posedite v dvorano in jim razložite, da je v nadaljevanju predvidena igra posnemanja.

2. Povabite enega prostovoljca, da začne dejavnost.

3. Prostovoljca prosite, da prikaže naključno izbrano čustvo.

4. Tisti, ki ugame čustvo, je naslednji na vrsti za prikaz naključno izbranega čustva.

Razmislek / poročanje

- Kako ste se počutili med dejavnostjo?
- Ali se vam je zdelo, da se lahko premikate in povezujete s čustvi?
- Ste raje ugibali čustva ali jih posnemali?
- Katero čustvo je bilo lažje pokazati/ugotoviti? Zakaj je bilo lažje?

Različice

Učitelj se lahko odloči, da to igro posnemanja izvede tudi v manjših skupinah. V tem primeru bi potrebovali več moderatorjev, da bi se lahko hkrati posvetili več skupinam otrok.

Nasveti

Bodite pozorni na to, katere pesmi izberete. Za navdih si oglejte zgoraj navedene seznime predvajanja.

Ples je za otroke lahko neprijeten. Na voljo sta dve možnosti:

- Lahko jih prosite, naj hodijo in čutijo glasbo. Nekateri bodo plesali, drugi ne, kar je za proces v redu.
- Kot učitelj lahko počakate, da skupina najprej vzpostavi občutek zaupanja in varnosti, preden otroke pozovete, da med hojo premikajo svoje telo.

Če ista oseba večkrat ugiba čustva, ki jih predstavljajo drugi, naj učitelj prosi za prostovoljca med tistimi, ki še niso imeli priložnosti posnemati čustev, tako da lahko sodelujejo vsi.

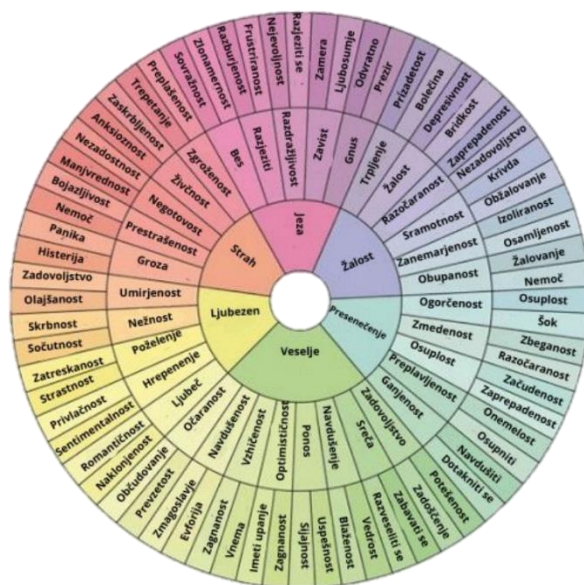
Dodatni viri:

Pri tej vaji lahko uporabite kolo čustev (glejte Prilogo 3).





Priloga 3: Kolo čustev



5. Jaz sem / Ti si

Stopnja zahtevnosti: Enostavno

Teme: Empatija in sočutje, vzpostavljanje in ohranjanje odnosov

Cilji:

- bolje spoznati druge
- razvijanje zdravih odnosov z vrstniki in odraslimi
- razumeti, kako se lahko zaznavanje samega sebe in zaznavanje drugih razlikujeta.

Čas: Čas je odvisen od velikosti razreda in globine vpogleda, ki ga učitelj želi nameniti izbiri vsakega učenca. V skupini 10-ih učencev lahko aktivnost traja približno 45 minut, če je skupina zavzeta in vsakdo deli svojo izbiro.

Starost: 6 – 11 let

Opis dejavnosti po korakih

Priprava

Kartice z opisom različnimi vrst značilnosti in tudi s slikami za učence, ki še ne berejo. Če učitelj nima kartic iz igre EMO, jih lahko po istem vzorcu izdelava tudi sam. Oglejte si primere na spodnjih fotografijah.

Materiali

Kartice
Papir
Pisala

Izvajanje

1. Učenci sedijo v krogu. Kartice morajo biti obrnjene z opisno/slikovno stranjo navzgor, da jih lahko vidijo vsi učenci.

2. En učenec se prostovoljno javi za začetek dejavnosti. Učenec izbere dve kartici, s katerima se poistoveti, in na list papirja napiše lastnosti, ki so navedene na izbranih karticah in jih prepozna pri sebi (na primer trmast in prijazen). Izbrane kartice ostanejo v naboru kartic na mizi ali tleh. Če učenec ne zna pisati, bo namesto njega pisal učitelj.

3. Ko otrok izbere kartice z značilnostmi, s katerimi se poistoveti, drugi učenci izbere eno kartico, za katero menijo, da na nek način predstavlja to osebo, in pojasnijo, zakaj (če je čas, je se razprava lahko bolj ali manj razvije in poglobi).

4. Na koncu kroga učenec drugim pove, katere karte je najprej izbral.



Razmislek/poročanje

- Kako si se počutil/a med dejavnostjo?
- Kako je bilo izbrati samo dve lastnosti, ki ju po tvojem mnenju imš? Kako je potekal postopek odločanja?
- Kako si se počutil, ko si izbiral/a kartico za opis druge osebe?
- Kako si se počutil/a, ko vam je nekdo drug povedal, kako te vidi?

Nasveti

Pomembno se je zavedati, da je cilj, da učenci bolje spoznajo svoje sošolce, tako da se zavedajo, kako vsak vidi samega sebe, in da razumejo, kako se dojemanje samega sebe in dojemanje drugih lahko razlikuje. To ne pomeni, da je eno pravilno in drugo ne!

Učitelj se mora zavedati, da nekatere značilnosti učencu morda ne bodo prijetne. Zato naj učenci svobodno izberejo želeno kartico, vendar naj bo utemeljitev izvedena na pozitiven način.

Pri tej dejavnosti lahko in mora sodelovati tudi učitelj. To dejavnost je treba izvajati v skupini, ki se že dobro pozna.





6. Optimizem in pozitivna miselnost

Stopnja zahtevnosti: Enostavno

Tema (-e): biti optimističen, biti odprtega duha in radoveden

Cilji:

- Spodbujanje optimističnih misli
- Spodbujanje občutkov hvaležnosti
- Spodbujanje zdrave pozitivne miselnosti

Čas: 45 minut

Starost: 6 – 11 let

Opis dejavnosti po korakih

Priprava

Posebna priprava ni potrebna

Materiali

Papir in pisalo, ter nekaj za okraševanje

Izvajanje

Ta aktivnost je sestavljena iz dveh vaj, ki ju je mogoče izvajati redno, na primer dnevno ali tedensko, odvisno od strukture pouka in razreda.

1.A Poimenovanje treh vrhuncev dneva: pri tej vaji vse otroke prosite, naj naštejejo do tri vrhunce dneva. To so lahko zelo preproste stvari, kot je nasmeh sošolca, ali nekaj »večjega«, kot je odlična ocena pri testu. Namen te vaje je, da se osredotočijo na stvari, ki so bile dobre, in ne na tiste, ki niso bile dobre. Ali pa se osredotočijo na stvari, zaradi katerih je bil njihov dan dober in ne na stvari, zaradi katerih, ni bil tako dober. Temu pravimo »naučeni optimizem«, saj je optimizem nekaj, kar lahko treniramo, tudi s to preprosto vajo. Ko uvajamo to dejavnost, je lahko za otroke izziv, da te stvari poimenujejo, vendar bo sčasoma to postalo lažje. Pri manjših otrocih (npr. otrocih, starih šest let) lahko začnete z enim vrhuncem dneva. To vajo lahko izvajate v skupini, kjer poudarke otroci delijo ustno ali na papirju (npr. z besedami ali risbami).

1.B Naštejete tri stvari, za katere ste hvaležni: ta vaja je podobna prejšnji, vendar je osredotočena na hvaležnost. Na podoben način prosite otroke, naj naštejejo do tri stvari, za katere so bili v tem razredu/dnevu/tednu hvaležni. Vrhunci dneva in tisto, za kar je nekdo hvaležen, so lahko seveda enaki, kljub temu pa obstaja nekaj bistvenih razlik. Vrhunec je nepozaben trenutek





dneva, medtem ko je nekaj, za kar ste hvaležni, lahko kar koli, na primer to, da je bil otrok lahko skupaj s prijatelji.

Optimizem in hvaležnost kot igra:

Da bi ti dve dejavnosti uvedli kot igri, lahko priporočamo, da ju vključite v dolgoročno dejavnost. Otroke lahko na primer prosimo, da v razredu izdelajo plakat, na katerem bodo več tednov ali mesecev beležili svoje odgovore. Plakat lahko okrasijo in hranijo kot svojo »zbirko poudarkov«, v primeru hvaležnosti pa za svoj »zid hvaležnosti«. Tako si lahko ogledajo svoje odgovore v daljšem časovnem obdobju in si ustvarijo splošno predstavo o hvaležnosti in optimizmu.

Učence lahko tudi prosite, naj okrasijo kartonsko škatlo kot »škatlo hvaležnosti«. To lahko storite z markerji, školjkami ali drugimi (naravnimi) materiali, ki jih lahko najdete v okolici šole. Škatlo hvaležnosti postavite na dobro vidno mesto v učilnici, kjer bodo učenci do nje zlahka dostopali. Otroci lahko vsak dan v škatlo hvaležnosti vržejo svoje listke z odgovori, učitelj pa lahko občasno ali vsak dan vzame nekaj listkov in jih glasno prebere. Če to počnete anonimno, lahko občasno vzamete listke iz škatle in jih pripnete na steno. Lahko se tudi igrate igro, v kateri med stvarmi, za katere so otroci hvaležni, naredite pare, na primer ko sta omenjeni dve enaki stvari, in se nato z listki igrate igro »spomin«.

Razmislek/poročanje

Pri izvajanju teh vaj:

- Otroke vprašajte, kako lahko/težko je nizati vrhunec dneva in stvari, za katere ste hvaležni? Ali je to zanje bil izziv?
- In kako se počutijo v svojem telesu, ko jih omenijo na glas? Ali se počutijo lahkotno ali pa jih to spravlja v npr. zadrego?

Po nekaj dneh/tednih vadbe:

- Kako lahko/težko je nizati te stvari zdaj po določenem času?
- Kako se je odnos do te aktivnosti spremenil v tem času?
- Kakšen je po vašem mnenju vpliv na vaše počutje? Kako se počutite v svojem telesu, ko govorimo o teh stvareh?

Različice

1. Otroke lahko prosite, da svoje odgovore na 1. in 2. nalogo zapišejo v nekakšen dnevnik. To lahko naredite kot začetno dejavnost in otroke pozovete, naj sami izdelajo/okrasijo svoj dnevnik hvaležnosti/vrhuncev.





7. *Drevesa hvaležnosti in čarobni svet hvaležnosti*

Stopnja zahtevnosti: Enostavno

Teme: Hvaležnost, čustvena vzdržljivost in radovednost, optimizem, aktivnost, igrivost

Cilji:

- pomagati otrokom, da se naučijo, kako se zlahka osredotočiti na pozitivne stvari v svojem življenju.
- Podpora otrokom pri krepitvi »Hvaležnostne Inteligence«

Starost: 8 - 11 let ali 6 - 7 let s pomočjo učitelja/staršev

Čas: 90 minut za izdelavo drevesa, 10 min/dan za izražanje hvaležnosti

Opis dejavnosti po korakih

Priprava

Izdelajte enega ali več izrezkov listov, da jih otroci uporabijo kot predlogo za liste. Če dejavnost izvajate z manjšimi otroki, liste narišite na barvne papirje in jim jih izrežite.

Otroke prosite, naj od doma prinesejo vazo ali cvetlični lonček. Na učiteljevi mizi pripravite ves material, da lahko otroci izberejo rogovilo ali vejo in predloge listov, ki so jim najbolj všeč.

Materiali

Več obojestranskih barvnih listov papirja, po možnosti različnih barv, vrvico ali trak, škarje - po ene za vsakega udeleženca, vejice ali drevesne veje (rogovile) - odvisno od velikosti drevesa, ki ga izdelujete, je lahko samo ena veja na otroka ali več, nekaj kamnov ali kroglic, da obtežijo in držijo vejice ali drevesne veje v vazi ali loncu, eno vazo ali cvetlični lonec na otroka in občutek hvaležnosti. Če vajo izvajate v razredu, lahko naredite eno samo drevo za celoten razred.

Izvajanje

To je domača dejavnost, vendar jo lahko izvajate tudi v razredu. Dejavnost je razdeljena na tri faze in je predvidena za 21 dni - 21 dni je obdobje, ko je treba neko dejavnost ponavljati, da jo človeški možgani pretvorijo v navado.

1. Učilnica: otroci lahko delajo za svojimi mizami, ki jih je mogoče prestaviti.
2. Otrokom povejte zgodbo o hvaležnosti. Primer najdete spodaj, lahko pa ga pripravite tudi sami.





Drevesa hvaležnosti in čarobni svet hvaležnosti

Nekoč je bila Zemlja čaroben kraj. Povsod so rasla drevesa, zrak je bil čist in voda bistra. Življenje je bilo preprosto in ljudje so bili zadovoljni s tem, kar so imeli.

Nekega dne je svet zavzel jezni čarovnik Greedlush.

V resnici je bil žalosten, ker je kot deček živel sam v sirotišnici in ga nihče ni maral. Ni imel igrač, ni imel prijateljev, ni imel nikogar, ki bi skrbel zanj. In ko je rasel in videl vse lepe stvari, ki so jih imeli drugi, njemu pa niso bile na voljo, je v trebuhu začutil tisti pekoč občutek, tisto hrepenenje, ki je žalost spremenilo v jezo in sovraštvo ... Rekel si je: »Nikoli več nočem tako trpeti, zato bom postal največji čarovnik med vsemi in izpolnil vse svoje želje; imel bom vse, kar si bom kdaj želel!«

Tako je odrasel in postal najmočnejši čarovnik, ki je kdaj koli hodil po svetu. In čeprav z veliko močjo pride tudi velika odgovornost, mu za to ni bilo mar. Vse, kar je želel, je bilo pridobiti čim več stvari. Ni mu bilo mar za prijatelje, ni mu bilo mar za nič, vse, kar ga je zanimalo, je bilo to, kar je lahko pograbil in dobil v roke ...

Z leti si je nabral precej bogastva in postal lastnik večine stvari na planetu Zemlja.

Toda ene stvari ni mogel dobiti, in to je bila SREČA. Ne glede na to, koliko stvari je imel, nikoli ni bil srečen. Več kot jih je imel, manj je bil srečen. To ga je spravljalo ob pamet. Opazoval je druge ljudi, ki so se zdeli srečni z zelo malo stvarmi, in to ga je še bolj razjezilo. Zato je nekega dne začaral vse prebivalce planeta Zemlje, da so se tudi oni počutili nesrečne s tem, kar so imeli, in si vedno želeli več, medtem ko so se počutili vse manj srečne. Mislil je, da če bodo vsi ljudje na svetu delili praznino, ki jo je čutil v sebi, bo on manj žalosten.

Ljudje so drug za drugim pozabili, kako je biti hvaležen za to, kar imaš. Pozabili so, kako biti srečen in kako to srečo deliti z drugimi. Osredotočili so se na to, kaj bi radi imeli, in več ko so imeli, več so si želeli. Nikoli niso bili hvaležni in vedno so bili žalostni. Začeli so sekati drevesa samo zato, da bi naredili nove stvari. Ko je bil to le en človek, je Zemlja to prenesla, ko pa so bili to vsi ljudje, Zemlja ni mogla več dovolj hitro ustvarjati dreves, da bi nadomestila tista, ki so jih ljudje posekali, zato so kmalu vsa drevesa izginila z obličja Zemlje. Nekoč veličasten kraj za življenje je postal neplodna dežela pohlepa, bede in nehvaležnosti.

To se je dogajalo kar nekaj časa, dokler se na planetu Zemlja ni začela rojevati nova vrsta čarovnikov. Rodili so se z nalogo, da rešijo planet Zemlja, njihova posebna moč pa je bila Hvaležnost. Z vsako njihovo hvaležno mislijo je na Zemlji zraslo novo drevo. Vedeli so, da je planet odvisen od njih, zato zdaj novačijo čim več ljudi, da bi bili hvaležni za vse, kar imajo, da bi enkrat za vselej končali monarhijo pohlepa in na planet Zemlja prinesli staro srečo. Svet je odvisen od njihovih prizadevanj za hvaležno razmišljanje ... In ti čarovniki ste, dragi otroci, VI ... Vi ste obljubljeni čarovniki, ki lahko Zemlji in vsem ljudem na njej pomagajo živeti srečno in hvaležno ...





Vaša naloga je torej narediti čudovito drevo s čim več listi, kjer je vsak list misel hvaležnosti, in čez nekaj časa bo ves svet spet srečen...

- Otroci naj na barvni papir narišejo liste, jih izrežejo, na vrhu vsakega lista naredijo luknjo in skozi vsako luknjo povlečejo vrvico ali trak.
- V vazo naj dajo kamne ali kroglice in na sredino vstavijo drevesno vejo ali rogovilo.
- Na liste naj narišejo ali napišejo stvari, za katere so hvaležni. Če želijo, lahko uporabijo tudi fotografije ali slike iz revij.

Spodbujajte otroke, naj vadbo izvajajo 21 dni, da bo postala navada.

Vsak dan okrasijo tri drevesne liste s »stvarmi«, za katere so hvaležni:

- Na prvem listu nekaj, za kar so hvaležni sami sebi.
 - Na drugem listu nekaj, za kar so hvaležni drugim.
 - Na tretjem listu nekaj, za kar so hvaležni v svojem življenju na splošno.
- Otroci vsakih sedem dni predstavijo drevo. Učitelj jih spodbudi, da naštejejo nekaj stvari, za katere so bili v zadnjih sedmih dneh še posebej hvaležni.
 - Po vsakih 7 dneh »hvaležnostnega vrtnarjenja« prejmejo diplomu za opravljeno stopnjo (glejte primer diplome za vsako doseženo stopnjo spodaj).

Diploma za doseženo raven

Vsakih sedem dni vrtnarjenja s hvaležnostjo otroci prejmejo diplomu za stopnjo obvladovanja hvaležnosti, ki so jo dosegli. Vsi začnejo kot PRIPRAVNIKI HVALEŽNOSTI.

- Po prvih sedmih dneh postanejo MOJSTRI HVALEŽNOSTI.
- Po drugih sedmih dneh postanejo ČARODEJI HVALEŽNOSTI.
- Po tretjem sedemdnevem obdobju postanejo ALKEMISTI HVALEŽNOSTI.

Primeri besedil za vsako diplomu:

MOJSTER HVALEŽNOSTI

Kot mojster hvaležnosti si spoznal, kaj pomeni živeti v čarobnem svetu hvaležnosti, v katerem imajo majhne stvari, ob katerih zapoje srce, velik, čudovit in srečen pomen, ki, ko ga enkrat prepoznaš, začne rasti in rasti kot tvoje drevo hvaležnosti, ta srečni pomen pa se dotakne in ozdravi tudi tiste stvari, zaradi katerih si včasih morda žalosten ali jezen...

ČARODEJ HVALEŽNOSTI

ČESTITAMO! Prišel si na naslednjo stopnjo obvladovanja življenja v čarobnem svetu hvaležnosti. To je velika stvar. Veliko ljudi je poskušalo priti na to raven obvladovanja in jim ni uspelo, saj niso prepoznali pomena videnja in cenjenja dobrega v majhnih stvareh, prepoznavanja lastne veličine in veličine drugih. Toda tebi je uspelo in uradno si si prislužili naziv ČARODEJ Hvaležnosti, kar pomeni, da si zdaj že ČARODEJ hvaležnosti za stvari, ki jih drugi niti ne opazijo. Našel si vsaj sedem svojih lastnosti, za katere si hvaležen, in srečen ter hvaležni si za vse dobre lastnosti, ki jih imajo drugi, kajti v številu je moč, in bolj ko smo hvaležni, več čarovnije ustvarjamo v svetu za nas in za druge.



ALKIMIST HVALEŽNOSTI

BRAVO! Dobil si najvišje priznanje za svojo neverjetno hvaležnostno vztrajnost. Le redkim je uspelo priti tako daleč. Le redki so ohranili svoje srce odprto in pogumno, da bi dosegli čarobni gral alkimije, ki te po odkritju za vedno spremeni. Srca ALKEMISTA Hvaležnosti se dotakne velika čarovnija hvaležnosti, zato lahko najde in vidi lepoto tudi v najtemnejših časih. Tvoja vztrajnost in prijazna narava sta te pripeljali sem, kjer se preprosti dogodki spremenijo v čisto srečo, jezni sovražniki v potencialne prijatelje, pravila v varnostne mreže ... Ker vidiš skozi oči svojega pogumnega srca, vidiš čudovit svet, poln stvari, za katere si lahko hvaležen.

Razmislek/poročanje

Po vsakem 7-dnevem obdobju občasno vprašajte otroke:

- Kako vam je všeč ta igra?
- Kaj vam je všeč ali česa ne marate pri njem?
- Kako enostavno ali težko je bilo opraviti naloge? Kaj je bilo težko?
- Kako težko je razmišljati o stvareh v svojem življenju, za katere ste hvaležni?
- Kako se počutite, ko pomislite na stvari v svojem življenju, ki vas osrečujejo? - Otroke prosite, naj poiščejo čim več pozitivnih pridevnikov za svoje občutke.
- Za starejše otroke: kaj menite - kako srečni so ljudje zaradi stvari, ki jih imajo ali dosežejo? Kako se počutijo ob teh stvareh in dosežkih?

Nasveti in namigi

Drevo hvaležnosti in njegova nadgradnja Čarobni svet hvaležnosti sta preprosti in zabavni dejavnosti za otroke, ki vzbujata občutek čudenja in zadovoljstva.

Izkazovanje hvaležnosti drugim velja za ustaljeno obnašanje, ki ima pozitivne učinke za prejemnika, vendar pa ima urjenje možganov za hvaležnost številne pozitivne učinke tudi na čustveno in duševno počutje tistega, ki hvaležnost izkazuje.

Kot so zapisali na portalu PositivePsychology.com, raziskave kažejo, da lahko hvaležnost:

- Pomaga najti prijatelje. Neka študija je pokazala, da če se zahvalite novemu znancu, obstaja večja verjetnost, da bo z vami vzpostavil trajnejši odnos.
- Izboljša telesno zdravje. Ljudje, ki so hvaležni, poročajo o manj bolečinah, boljšem splošnem občutku zdravja, bolj redni vadbi in pogostejših preventivnih pregledih pri zdravniku kot tisti, ki niso hvaležni.
- Izboljšajte svoje psihološko zdravje. Hvaležni ljudje so bolj zadovoljni in srečni ter imajo manj simptomov depresije.
- Poveča empatijo in zmanjšajte agresijo. Tisti, ki izkazujejo hvaležnost, gojijo manj zamer do drugih, in se bolj verjetno vedejo pro-socialno, občutljivo in empatično.
- Izboljša spanje. Redno izvajanje hvaležnosti vam lahko pomaga spati dlje in bolje.
- Izboljša samozavest. Ljudje, ki so hvaležni, imajo več samozavesti, deloma tudi zato, ker znajo ceniti svoje dosežke in dosežke drugih ljudi.
- Poveča duševne moči. Hvaležni ljudje lažje predelajo travme in so bolj vzdržljivi, kar jim pomaga, da se hitreje poberejo iz zelo stresnih situacij. (Morin, 2014 v <https://positivepsychology.com/gratitude-exercises/>).





Dodatni viri

Več o hvaležnosti in pozitivni miselnosti si lahko preberete tukaj:

<https://positivepsychology.com/gratitude-tree-kids/>

Kratek videoposnetek s primerom, kako izdelati drevo hvaležnosti:

<https://youtu.be/WcNoq8GL6tY>





8. Vrednote: Kaj je zame pomembno?

(pripravljalna dejavnost za vajo "Vrednote in talenti v praksi")

Stopnja zahtevnosti: Enostavno

Tema (-e): odločanje, zanimanje za skupnost

Cilji:

- Ozaveščanje otrok o tem, kaj so vrednote.
- Da bi dobili vpogled v to, katere vrednote so za otroka pomembne.
- Razumeti, kako so vrednote kompas pri sprejemanju odločitev v življenju.
- Starši in učitelji lahko razumejo, kakšne vrednote ima otrok.

Čas: 45-90 minut

Starost: 8-11 let

Opis dejavnosti po korakih

Priprava

Natisnite liste z vrednotami (*Priloga 4*) za vsakega otroka.

Materiali

Listi z vrednotami (*Priloga 4*), nekaj za pisanje

Izvajanje

1. Otrokom predstavite pojem VREDNOTA - namen tega koraka je ozavestiti, da vrednote obstajajo, kaj so in da jih imamo vsi.

Razložite, da ima vsak človek stvari, ki so zanj zelo pomembne in ki mu služijo kot kompas pri krmarjenju skozi življenje. Imamo tudi nekakšne »ne-vrednote«, ki so za nas popolnoma nepomembne, in če se jim izogibamo ali delamo ravno nasprotno, še vedno usmerjajo naša dejanja v življenju. Vrednote so smeri in ne destinacije (kot cilji). Vrednote se tudi spreminjajo skozi življenje, odvisno od življenjskega obdobja.

Razumevanje vrednot vam bo pomagalo pri sprejemanju odločitev v življenju, staršem in učiteljem pa bo pomagalo bolje razumeti, kako vam biti v oporo.

Otrokom lahko to temo predstavite s pomočjo super-junakov v svoji pripovedi. Na primer, Spidermanu sta pravičnost in poštenost zelo pomembni, prav tako kot si želi, da bi bili ljudje varni. Zaradi teh vrednot ukrepa, ko vidi, da ljudi ogrožajo »zlobneži«. Spidermanu ni mar za slavo (ne-





vrednota), vedno ostane (kot Peter Parker) anonimen. Podobno lahko uporabite tudi druge pripovedi, ki mladim pomagajo »začutiti vodilne sile vrednot«.

2. *[neobvezno]* V tem koraku pomagajte otrokom, da se bolje seznanijo s prepoznavanjem vrednot v pripovedih. Poskus, da bi jih našli v sebi, je lahko za otroka precej velik korak.

Glede na razpoložljivi čas lahko izvedete skupinsko vajo, v kateri poveste zgodbo, na primer pravljico, v kateri glavnega junaka pri razmišljanju, čustvovanju in delovanju jasno vodijo njegove vrednote. Skupaj lahko poskušate razumeti in »izluščiti«, katere vrednote so pomembne za glavnega junaka. Pogovorite se lahko tudi o tem, kaj si otroci mislijo o teh vrednotah, in morda že lahko z vprašanji za razmislek, kot so »ali je to pomembno tudi zate?« ali »kaj bi bilo pomembno zate, če bi se znašel v tej situaciji?«, prepoznate nekatere lastne vrednote.

3. V tem koraku pomagajte otrokom prepoznati njihove osebne vrednote. Razdelite liste z vrednotami (*Priloga 4*) in prosite otroke, naj izpolnijo *stran 1 Priloge 4 ter* pri vsaki od 21 vrednot označijo, kako pomembne so zanje. Obstaja tudi možnost, da dodajo nekaj novih vrednot, če se jih lahko domislijo. Seznam vrednot ni izčrpen; gre za izbor vrednot, ki jih otroci najpogosteje uporabljajo.

4. Otroke prosite, naj izpolnijo *stran 2 Priloge 4 in zapišejo* svoje odgovore na vprašanja. Seveda ni pravih/nepravih odgovorov, saj je namen tega koraka boljše razumevanje sebe in drug drugega.

5. *[neobvezno]* Namen tega koraka je pomagati otrokom pri uporabi vrednot v vsakdanjem življenju. Od otrok zahteva, da nekoliko bolj razmislijo o tem, kako bi lahko te vrednote uporabili v vsakdanjem življenju, na primer pri sprejemanju odločitev ali reševanju konfliktov. V večini konfliktov so vrednote nekoga ogrožene ali prezrte in na to se oseba običajno odzove.

- Otroke lahko prosite, naj se spomnijo trenutka, ko so bili nad nekom zelo razburjeni, in poskušajo ugotoviti, katera temeljna vrednota je bila kršena.
- Lahko jih tudi prosite, naj pomislijo na težko odločitev, ki jo bodo morali sprejeti, in jih usmerite, naj pri tem kot kompas uporabijo vrednote, za katere se jim zdi, da najbolj ustrezajo temu, kar je zanje pomembno.


To je lahko na primer, katero »bodočo službo« bi radi imeli ali »katero šolo bi radi obiskovali«. Glede na čas se lahko odločite, ali boste odgovore zapisali na njihove liste vrednot ali pa jih boste ohranili kot izmenjavo misli.

6. Otroke povabite, naj rezultate aktivnosti delijo s starši/skrbniki in drugimi osebami, s katerimi se počutijo varne. Seveda jih ne silite, da bi delili karkoli, česar ne želijo, saj je ena od stvari, ki se vzpostavi v času teh aktivnosti, zaupanje med učiteljem in otrokom, kar je v razredu zelo pomembno.

Razmislek/poročanje

Nenehno razmišljanje je pomemben element te vaje, saj lahko pri vsakem koraku z razmišljanjem poglobite raven razumevanja. V zgornjih korakih je na voljo nekaj usmerjevalnih vprašanj za razmislek. Ob koncu aktivnosti dovolite otrokom, da si vzamejo nekaj trenutkov za razmislek in jih potem vprašate, npr.:



- 
- Kaj ste se danes naučili o sebi?
 - Kaj ste izvedeli o drugih?
 - Kako bi te stvari (vrednote), o katerih smo se danes pogovarjali, delili s svojimi starši/skrbniki in kako menite, da vam lahko pomagajo?
 - Kako lahko v razredu pripomoremo k boljšemu medsebojnemu razumevanju?

Različice

V opisu dejavnosti je na voljo nekaj možnosti za spremembe. Skupina za to dejavnost ni določena, zato lahko poskusite s celotno skupino, manjšimi skupinami ali pari. Lahko pa seveda uporabite tudi mešano dejavnost, pri kateri lahko preidete od dejavnosti celotne učilnice do manjših skupin in obratno; od manjših skupin do celotne učilnice. Pri delu s svojim razredom se ravnajte po lastnih izkušnjah in občutku ter intuiciji.

Nasveti

Ključni učni element te dejavnosti je v njenem razmisleku. Kot moderator lahko tudi sami delite svoje vrednote. Bodite pozorni na vzpostavitev pravil čustvene varnosti, da se bodo vsi otroci počutili sproščeno, ko bodo delili tako osebne stvari.

S to dejavnostjo vzpostavite in okrepite čustveno vez med vami in otroki ter med njimi. Čudovito je vedeti, kaj se dogaja v tako mladem človeku, in razumeti, kaj ga v življenju (večinoma nezavedno!) žene.

Če otrok ni dovolj spreten pri pisanju, prosite za pomoč drugega otroka, ki mu zaupate, ali pa to nalogo prevzamete vi (učitelj) in otroku pomagajte pri zapisovanju.

Ta dejavnost je priprava na aktivnost »Vrednote in talenti v praksi«, ki jo lahko z otroki raziščete kot naslednji korak.



Priloga 4: Vrednostni list

Name:

Date:



VALUES: WHAT IS IMPORTANT TO ME?

This worksheet is to help you understand what is important to you. For each item, please fill or mark the circles on how important they are. Please be honest and take your time!

Very Important = ●●● Important = ●● A Little Important = ● Not Important = leave blank.



Having good grades



Being good in sports



Having fun



Being popular or famous



Have a lot of money



Have material goods



My religion



Being clean and organized



Being careful and safe



Being creative



Learning new skills & information



To keep trying and not give up



Able to do things on my own



Being responsible for my actions



Spending time with family



Having good friends



Being honest



Helping others



Being respectful & fair



Being thankful



Being able to forgive others

Provided by PlayAttune.com





Name:

Date:



VALUES: WHAT IS IMPORTANT TO ME?

Thank you for completing the worksheet! We hope you learned something about yourself. Here are a few more questions to think deeper about your values!

A. Of all the values you marked as "Very Important", what are the top three most important to you?

1.) _____
Why is this value important to you?

2.) _____
Why is this value important to you?

3.) _____
Why is this value important to you?

B. Of all the values you marked as "A Little Important" and "Not Important", what are the top two least important to you?

1.) _____
Why is this value least important to you?

2.) _____
Why is this value least important to you?

C. Which values do you think your parents will choose as very important to them?

D. Which values do you think your close friend will choose as very important to them?



9. V čem sem dober?

(pripravljalna dejavnost za vajo "Vrednote in talenti v praksi")

Stopnja zahtevnosti: Enostavno

Teme: Samozavedanje, samopodoba, samozavest

Cilji:

- Ozaveščanje otrok o tem, kaj so talenti.
- Da bi dobili vpogled v otrokove talente in prednosti.
- Da bi razumeli, v kakšnem smislu so prednosti naše super moči.
- Pomoč staršem in učiteljem pri razumevanju otrokovih talentov.

Čas: 45-120 minut

Starost: 8-12 let

Opis dejavnosti po korakih

Priprava

- Tiskanje listov za talente (Priloga 5)

Materiali

Listi za talente za vsakega otroka, svinčniki/markerji/flomastri/barvice in pisala.

Izvajanje

1. Seznanite otroke s konceptom talentov: namen tega koraka je ozavestiti, da obstajajo talenti, kaj so in da jih imamo vsi. Priporočamo vam, da z razredom na svoj način pripovedovanja delite spodaj navedene informacije.

Vsak človek je v nečem po naravi zelo dober. To ne pomeni, da smo vsi Lionel Messi, Cristiano Ronaldo ali Beyoncé, vendar imamo vsi nekaj, v čemer smo dobri.

Včasih je težko prepoznati svoj talent, zato so vam v veliko oporo drugi, na primer učitelji, prijatelji in starši. Svojih talentov pogosto ne prepoznamo, ker so nam tako samoumevni, da mislimo, da »to lahko počne vsak, saj je zelo enostavno«. A prav te stvari, ki so za nekoga enostavne, so pogosto njegovi talenti. To so lahko pogum, velika ustvarjalnost, prepoznavanje potreb živali, dobro poslušanje, sposobnost zelo jasnega izražanja misli drugim ali sposobnost reševanja konfliktov. Vse, v čemer je oseba dobra »po naravi«, lahko imenujemo talent. Razlika v primerjavi s »pridobljeno spretnostjo«, torej nečim, v čemer je nekdo dober le zaradi številnih ur treninga, je v tem, da tovrstne spretnosti pogosto ne prinašajo toliko veselja in energije kot talent. Včasih zahtevajo le energijo. Nekdo lahko postane zelo spreten pri opravljanju matematičnih nalog ali igranju instrumenta samo zaradi številnih ur izobraževanja in izkušenj, vendar če mu uporaba te lastnosti ne prinaša nobenega veselja, to najverjetneje ni naravni talent.





Za vsakogar, še posebej za otroke, je zelo koristno, če vedo, kakšni so njihovi talenti, saj jim to daje nekakšno super moč, ki jim lahko pomaga pri spopadanju z izzivi v življenju, zaradi česar so srečnejši in zato je tudi skupina, v kateri ta otrok je, boljša. Raziskave so pokazale, da skupina veliko bolje deluje, če ljudje v ekipi uspejo uporabiti svoje edinstvene talente in se osredotočijo na to, kako jih lahko še bolj uporabijo, kot če se vsak član osredotoča na svoje »slabosti« in jih poskuša izboljšati. Ta pristop ima zelo majhen učinek in pogosto vzame veliko časa, energije in lahko dolgoročno vodi v razočaranje.

Pri predstavitvi teme o talentih je pomembno omeniti, da ima vsaka oseba svoje edinstvene talente in da bo to, da jih lahko čim pogosteje uporablja v različnih okoliščinah, pripomoglo k njenemu lastnemu dobremu počutju in počutju skupine (npr. športne ekipe, razreda, družine). Kot primer lahko uporabimo pripoved o nogometni ekipi: vsak igralec igra na položaju, kjer se najbolje izražajo njegovi edinstveni talenti. To, da vratar postane napadalec, pogosto ni dobra zamisel. Vratarja to verjetno ne bo preveč osrečilo, saj to ni njegov talent, ekipa pa bo imela več težav pri doseganju golov. Vendar pa vedno obstaja možnost izboljšanja določenih lastnosti in to je seveda treba tudi spodbujati. Tu ne želimo reči, da bi se morali otroci osredotočiti le na svoje naravne talente, vendar pa jim bo jasen občutek, v čem so po naravi dobri, pomagal lažje in bolje krmariti skozi življenje. V življenju se lahko pojavijo novi talenti, saj se znajdemo v novih situacijah ali v novih okoljih, za katere moramo raziskati in razviti dele sebe, za katere morda nikoli nismo »vedeli, da jih imamo v sebi«.

Veliko talentov je neodkritih samo zato, ker jih otrok nikoli ni mogel raziskati. Dobra vprašanja za razmislek ali začetna vprašanja so: »Kaj rad počneš?« ali »Kaj te zanima, kar še nisi nikoli poskusil, pa si to želiš?«

2. *[neobvezno]. Namen tega koraka je, da se bolje seznanite s prepoznavanjem talentov drugih s pomočjo pripovedi, saj je prepoznavanje svojih talentov za otroka lahko precej velik korak. Glede na razpoložljivi čas lahko izvedete individualno (ali skupinsko) vajo, v kateri otroke prosite, naj narišejo (ali preprosto omenijo) svojo najljubšo žival. Skupaj ali posamezno lahko poskušate razumeti, katere talente ima ta žival. Pes seveda zelo dobro vohta, lahko pa je tudi odličen v tuljenju. Mravlja lahko prenese do 5.000-kratnik svoje telesne teže in je zelo predana tako svoji nalogi kot vlogi v skupnosti.*

To dejavnost lahko izvedete na več načinov glede na lastnosti skupine: individualno, v manjših skupinah ali s celotnim razredom.

Ljudje pogosto izberejo žival, ki ima podobne ali dopolnjujoče se talente. Če otroka vprašate, zakaj mu je žival všeč in ali misli, da so med njim in živaljo podobnosti, boste morda dobili dodaten vpogled.





3. Šov talentov – Jaz imam talent

Ta korak naj bi otrokom pomagal prepoznati svoje osebne talente.

Razdelite liste s talenti in prosite otroke, naj naredijo kratek »brainstorming« o svojih talentih (prvi list). Na tej točki je za otroke lahko precej zahtevno, da se iskreno zazrejo vase in prepoznajo ali poimenujejo svoje talente. Zato je v tem fazi lahko zelo dragocena majhna pomoč učitelja, ko vidite, da je otroku to velik izziv.

V drugi fazi otroka prosimo, naj nariše risbo, na kateri so izraženi njegovi talenti in ki jih je mogoče prepoznati.

4. [neobvezno] Šov talentov – Moj sošolec ima talent

Namen tega koraka je pomagati otrokom, da prepoznajo talente pri drugih in da od sošolcev dobijo pozitivne povratne informacije o svojih talentih.

Otroke prosite, naj delajo v paru z nekom, ki ga imajo radi in mu zaupajo (če je to mogoče). Nato otrokom razdelite *list 2 iz Priloge 5* in jih prosite, naj naredijo isto kot v koraku 3, vendar zdaj v odnosu do drugega otroka: (1) naštejejo nekaj talentov in (2) narišejo risbo. Otroci lahko začnejo tudi prijetne pogovore in drug z drugim delijo, katere talente prepoznavajo in kako vidijo, da se izražajo.

Tudi risanje je lahko bolj zabavno. Lahko jih na primer prosite, naj sošolca narišejo kot žival, ki ima njihove talente, ali pa naj narišejo nov lik super junaka (ki ima njihove talente).

5. [neobvezno] Šov talentov – Starši/skrbniki prepoznajo talent

Namen tega koraka je prejeti pozitivne povratne informacije od odrasle osebe, ki je tesno vključena v otrokovo vzgojo, in staršem/skrbnikom omogočiti, da se naučijo in odkrijejo otrokove talente.

V tem koraku morajo otroci vajo odnesti domov in prositi enega od staršev/skrbnikov, da izpolni *list 3 v Prilogi 5*. Vaja poteka popolnoma enako kot v prejšnjem koraku, vendar jo nato izpolni odrasla oseba, ki otroka dobro pozna. Namesto risbe lahko starš/skrbnik izbere tudi nekaj otrokovih slik, na katerih je mogoče prepoznati njegove talente.

6. [neobvezno] Uporaba talentov

Namen tega koraka je pomagati otrokom pri uporabi in nadaljnjem razvoju svojih talentov v vsakdanjem življenju.

Pri tem otroke pozovete, naj razmišljajo nekoliko bolj izven svojega območja udobja. Naloga je spodbuditi razmišljanje o tem, kako lahko otroci v vsakdanjih situacijah uporabijo in dodatno razvijejo svoje talente.

Vprašate jih lahko na primer:

- Kako bi lahko te talente uporabili v zahtevnih situacijah ali kako bi jih lahko uporabili za izboljšanje socialne dinamike v razredu?





- Lahko jih le preprosto spodbudite, da razmislijo o tem, kako bi lahko še naprej razvijali svoje talente.

Podobno lahko otroke vprašate, ali bi se radi naučili nekaj novih stvari, ki jih že od nekdaj zanimajo. Če si je otrok na primer vedno želel naučiti igrati kitaro, je v njem morda skrit talent. Če lahko otroku pomagate narediti načrt, kako lahko dejansko uresniči razvoj novega talenta, mu pomagate spoznati, da talenti brez določene mere predanosti in vztrajnosti niso nič.

Bolj ko so načrti konkretni, večja je verjetnost, da bodo uresničeni!

7. Otroke povabite, naj rezultate dejavnosti delijo s starši/skrbniki in drugimi osebami, s katerimi se počutijo varne. Seveda jih ne silite, da delijo karkoli, česar ne želijo, saj je pomemben del teh dejavnosti gradnja zaupanja med učiteljem in otrokom.

Razmislek/poročanje

Nenehno razmišljanje je pomemben element te vaje, saj lahko pri vsakem koraku z razmišljanjem poglobite raven razumevanja. V zgornjih korakih je na voljo nekaj usmerjevalnih vprašanj za razmislek. Med aktivnostmi in na koncu si lahko vzamete trenutek za razmislek, v katerem na primer vprašate:

- Kaj ste se danes naučili o sebi?
- Kaj ste izvedeli o drugih?
- Kako bi želeli deliti stvari, o katerih smo se danes pogovarjali, s svojimi starši/skrbniki in kako menite, da vam lahko pomagajo?
- Kako lahko v razredu pripomoremo k boljšemu medsebojnemu razumevanju?
- Kako je bilo govoriti o talentih? Kako jih prepoznati pri sebi in drugih?

Različice

V opisu dejavnosti je na voljo nekaj možnosti za spremembe. Skupina za to dejavnost ni določena, zato lahko poskusite s celotno skupino, manjšimi skupinami ali pari. Lahko pa seveda uporabite tudi mešano dejavnost, pri kateri lahko preidete od dejavnosti celotne učilnice do manjših skupin in obratno; od manjših skupin do celotne učilnice. Pri delu s svojim razredom se ravnajte po lastnih izkušnjah in občutku ter intuiciji.

Nasveti:

Ključni učni element te seje je v njenem razmisleku. Kot moderator lahko z otroki delite tudi svoje lastne talente.

Pomembno je določiti pravila čustvene varnosti, da se bodo vsi otroci počutili sproščeno, ko bodo delili tako osebne stvari.

S to dejavnostjo vzpostavite in okrepite čustveno vez med vami in otroki ter med njimi. Čudovito je vedeti, kaj se dogaja v tako mladem človeku, in razumeti, kaj mislijo, da jih dela posebne (večinoma nezavedno!).

Ta dejavnost je priprava na aktivnost »Vrednote in talenti v praksi«, ki jo lahko z otroki raziščete kot naslednji korak.





Priloga 5: Preglednica talentov

Moje ime: _____

Datum: _____

Kaj resnično rad počnem? Ali kaj bi si želel poskusiti?

(1) _____

(2) _____

(3) _____

V spodnji kvadrater nariši sebe in jasno označi svoje talente.





Ime nadarjenega sošolca: _____

Datum: _____

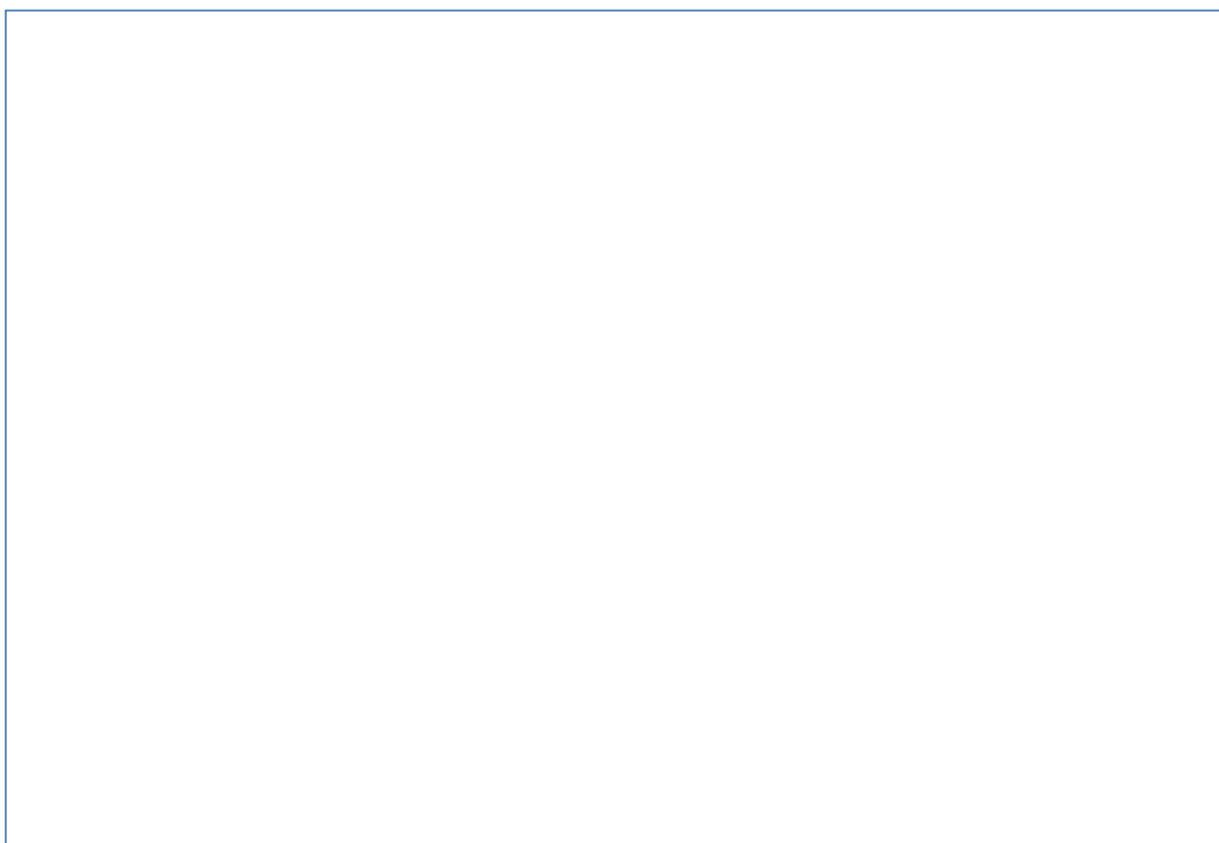
Katere talente prepoznaš pri svojem sošolcu? Kaj meniš, da so njihove super moči?

(1) _____

(2) _____

(3) _____

V spodnji kvadrat nariši svojega sošolca in jasno označi, katere talente po tvoje ima.



To risbo je narisal/a: _____





Ime nadarjenega otroka: _____

Datum: _____

Katere talente prepoznate v nadarjenem otroku?

(1) _____

(2) _____

(3) _____

V spodnji kvadrat narišite nadarjenega otroka in jasno označite, katere talente po vašem mnenju ima.

To risbo je narisal/a: _____







10. Drugačna zgodba

Stopnja zahtevnosti: Srednja

Tema (-e): kritično mišljenje

Cilji:

- Razvijanje kritičnega mišljenja učencev.
- Ozaveščanje o stereotipih in njihovem vplivu na naše dojemanje drugih ljudi.
- Spodbuditi razpravo o temi, »ali so stvari/ljudje enaki, kot jih zaznavamo?«

Čas: 30 minut

Starost: od 8 do 11 let (od 6 do 24 učencev)

Opis dejavnosti po korakih

Priprava

Izberite sliko iz revije, interneta ali osebnega albuma, ki se nanaša na temo, ki jo želite obravnavati prek dejavnosti. Sliko razrežite na dva dela, tako da vsaka polovica posebej »pripoveduje zgodbo«, ko pa jo sestavite skupaj, dobite »drugačno zgodbo«. Obe polovici nalepite na ločene liste papirja. Za vsakega udeleženca pripravite vsaj eno sliko.

Materiali

Slike, povezane s temo (*glejte primere v Prilogi 6*), ki jo želite obravnavati - natisnjene in prerezane na pol, ter papir in svinčnike za vsakega otroka.

Izvajanje

1. Skupini povejte, da boste vsakemu izmed njih dali sliko in da mora vsak posebej zapisati, o čem misli, da slika govori, kdo so liki, kaj se dogaja, kje se dogaja itd.
2. Vsakemu udeležencu dajte kopijo prve polovice slike in deset minut, da razmisli in napiše svojo zgodbo - ustvari svojo različico videnega in tako postane ustvarjalni pisec.
3. Otroke prosite, naj povedo, kaj so napisali. Če je skupina velika, lahko to storite v majhnih skupinah po 4 do 6 oseb ali v parih. Učitelj lahko skupine/pare razdeli vnaprej.
4. Razdelite drugo polovico slike in prosite otroke, naj razmislijo o svojih vtisih o tem, kar so videli. Prosite jih, naj primerjajo svoje zgodbe z zgodbami, ki jih prikazuje celotna slika – Kako podobne ali različne so si? Kako bi zdaj spremenili svojo zgodbo?

Razmislek/poročanje

Obravnavo strukturirajte na podlagi vprašanj, ki bi pripomogla k analizi načinov, kako organiziramo in pregledujemo informacije. V pomoč vam bodo naslednja vprašanja.

- Kaj mislite, da je bilo na sliki?
- Kdo so bili ljudje na sliki? Kje so bili? Kaj so počeli? Zakaj so bili tam?



- Zakaj ste si zamislili te stvari (in ne drugih)?
- Na čem so temeljile vaše predpostavke?
- Ali ima slika za različne člane skupine različen pomen?
- Kako so se spremenile vaše misli in dojemanje, ko ste videli celotno sliko?

V resničnem življenju, ko se nekaj zgodi ali ko vidimo le majhen del »slike«, jo kljub temu poskušamo osmisliti.

- Kaj se zgodi, če ga nato ponovno pogledate v širšem kontekstu in dobite drugačen pogled?
- Ali si premislite ali vztrajate pri svojem prvotnem stališču?
- Zakaj je včasih težko biti iskren pri spreminjanju mnenja?

Različice

Vajo je enostavno organizirati tako v razredu kot v spletnem okolju. V spletnem okolju lahko vsakemu učencu pošljete prvi del slike ali zagotovite povezavo, na kateri si lahko ogledajo prvi del slike, ali pa jo hkrati pokažete vsem učencem na zaslonu. Ko končajo prvi del vaje (pisanje zgodbe na list papirja), jo lahko delijo z drugimi v parih ali majhnih skupinah, nato jim pokažite drugi del in nadaljujte z enakim potekom kot v fizičnem okolju. Za skupinsko delo v spletnem okolju lahko uporabite seje v ločenih virtualnih sobah.

Udeležencem lahko omogočite, da v reviji poiščejo svoje slike - slike, ki bi imele drugačen pomen, če bi bile prikazane v dveh delih. Dejavnost lahko razvijete tudi tako, da vsakega učenca pozovete, naj v reviji poišče neko sliko, nato pa s sestavljanjem vseh slik ustvarite skupno zgodbo.

Nasveti

Poskusite najti slike ali risbe, ki so primerne za skupino in se nanašajo na življenje in potrebe otrok v njej, ali pa se nanašajo na vprašanje, ki ga želite raziskati.

Ta dejavnost pomaga dojeti, da stvari/ljudje niso vedno takšni, kot si jih predstavljamo in mislimo na prvi pogled. Pogled na isto situacijo z drugega zornega kota in iz širšega konteksta iste situacije je lahko koristen - kot takrat, ko dodamo drugi del slike. Ideja je tudi spodbuditi otroke, da se bolj zavedajo in so kritični do stvari, ki jih slišijo od drugih ljudi, do tega, kar berejo, ali do slik, ki jih vidijo, zlasti do slik v novicah in oglasih. Pisanje in pripovedovanje zgodbe pomaga razvijati ustvarjalnost in spretnosti pripovedovanja zgodb.

Prilagojeno po »Vsaka slika pripoveduje zgodbo« iz T-kita o medkulturnem učenju Sveta Evrope.





Priloga 6 - Primeri slik



11. Odkrijte pomen komunikacije

Stopnja zahtevnosti: Srednja

Tema (-e): Komunikacijske spretnosti, sodelovanje

Cilji:

- Ozaveščanje udeležencev o pomenu komunikacije
- Razvijanje komunikacijskih spretnosti udeležencev in veščin sodelovanja, saj dobro počutje ni tekmovalnega značaja
- Udeležencem zagotoviti teoretično in praktično znanje o komunikaciji in njenih procesih

Čas: 40 minut

Starost: od 6 do 11 let

Opis dejavnosti po korakih

Priprava

Pri tej dejavnosti bodo udeleženci delali v parih.

Potrebujete velik prostor, da lahko postavite stole dva po dva, hrbet za hrbtom, pri čemer mora biti med pari udeležencev vsaj 1,5 metra; dva prazna lista belega papirja A4 na udeleženca, en barvni marker ali flomaster za vsakega udeleženca. Komplet dveh preprostih risb za moderatorja (glejte vzorce v gradivu). Na vsak stol položite papir A4 in barvni flomaster.

Materiali

Velik prostor, stoli, papir A4 in flomastri

Kartice z namigi za moderatorja

Izvajanje

DEL 1:

1. Učencem povejte, da bodo delali v parih. Prosite jih, naj se usedejo po dva po dva in hrbtno drug proti drugemu. Povejte jim, da mora vsak par določiti, kdo bo oseba številka 1 in kdo oseba številka 2.
2. Učence obvestite, da bodo risali. Razložite, da bo prvi risal, drugi pa mu bo razložil, kaj naj nariše, medtem ko bosta sedela s hrbtom drug proti drugemu in ne bosta mogla gledati, kaj riše drugi udeleženec. Za izvedbo naloge imajo na voljo 3 minute.
3. Naloga osebe številka 2, ki bo razložila, kaj je treba narisati, je, da to naredi tako, da bo oseba številka 1 lahko ponovila izvirno risbo. Vse osebe 2 prosite, naj pridejo k vam, in jim pokažite risbo, za katero želite, da jo ponovijo (*glejte primer v Prilogi 7*). Poskrbite, da osebe 1 ne bodo mogle videti, kako je videti risba. Še enkrat razložite, da ne smejo videti, kaj drugi rišejo, in da je njihova naloga razložiti, kaj naj narišejo, da bo njihov par lahko ponovil izvirno sliko, ki jo vidijo (risbo, ki ste jo pokazali).





4. Nato se osebe 2 vrnejo na svoje sedeže. Učencem povejte, da bodo imeli 3 minute časa za risanje, ko boste naznanili začetek vaje. Nato izvedejo nalogo, po 3 minutah naznanite, da je časa konec in da ne morejo več risati. Udeležence prosite, naj risb za zdaj ne kažejo drugim, in začnite z razlago. Za vajo poročanja, udeleženci ostanejo v parih in sedijo tako, kot so sedeli, hrbet ob hrbtu.

Razmislek/poročanje

Spodaj je predlog za poročanje. Vprašanja lahko prilagodite potrebam učencev.

- Ali je bilo zanimivo ustvariti risbo po navodilih nekoga drugega? Ali je bilo risanje enostavno ali težko?
- Kaj je olajšalo delo? Kaj je bilo težko?
Osebam 1 povejte, da lahko zdaj pokaže svojo risbo. Prosite jih, naj risbe dvignejo tako, da jih bodo lahko videli tudi drugi. Udeležencem pokažite »izvirno« risbo.
- Ali so risbe podobne prvotnim?
- Kaj je podobno? V čem se razlikujejo?

Bodite pozorni na risbe, ki so podobne izvirni risbi, in vprašajte pare, kakšna razlaga jim je pomagala, da so narisali in dobili tako podoben rezultat.

- Vprašajte udeležence, čigava slika je daleč od izvirnika. Kakšno pojasnilo je potrebno, da bo risba podobna izvirniku?

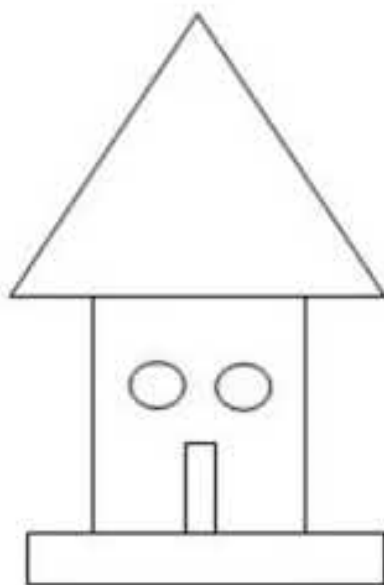
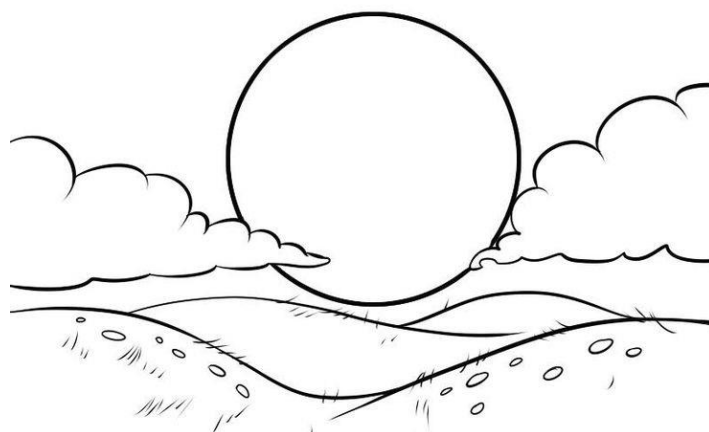
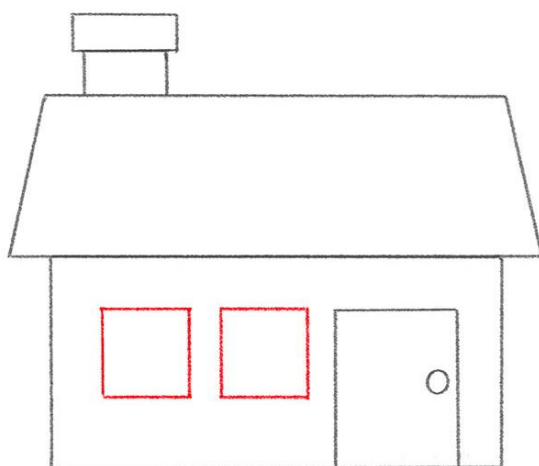
DEL 2:

1. Učencem povejte, naj zdaj zamenjajo vloge - oseba, ki je risala, bo zdaj podala razlago, druga oseba pa bo risala. Povejte jim, da je tokrat pomembno, da imajo v mislih vse namige, ki so jih slišali prej. Povabite tiste, ki bodo dajali napotke za risanje, da pridejo k vam in jim pokažete drugačno sliko (*glejte primer v Prilogi 7*). Ponovite iste korake kot pri prvem delu. Ko se iztečejo tri minute, jim naročite, da prenehajo z risanjem.
2. Udeležence prosite, naj še enkrat pokažejo slike. Pokažite izvirno sliko. Vprašajte jih, ali je tokrat rezultat drugačen/boljši? Kako jim je uspelo, da so narisane slike bolj podobne izvirniku (če so)?
3. Pripravite nekaj teoretičnih informacij o teoriji komunikacije za otroke.





Priloga 7





12. Čustveni muzej

Stopnja zahtevnosti: Srednja

Teme: Čustvena pismenost, samozavedanje

Cilji:

- Izboljšanje čustvene pismenosti učencev
- Pomoč učencem pri vzpostavljanju stika s samimi sabo in svojimi čustvi
- Podpora učencem pri razumevanju, kaj čutijo v določenem trenutku

Čas: 1 ura

Starost: 6 – 11 let

Opis dejavnosti po korakih

Priprava

Papirnati listi z napisanimi šestimi glavnimi čustvi [strah, žalost, gnus, veselje, presenečenje in jeza]. Čustva, zapisana na pisanem papirju, ki se razporedijo po tleh, vnaprej pripravljena. Ta čustva lahko učitelj izbere s kolesa čustev (*glejte Prilogo 3*) glede na profil in potrebe učencev. Med prijetnimi in neprijetnimi čustvi mora biti ravnovesje.

Del prostora mora biti prazen, da se udeleženci lahko premikajo in rišejo po tleh. Ta prostor je lahko pripravljen že pred začetkom, lahko pa udeležence prosite, da vam ga pomagajo pripraviti.

Materiali


- Barvni listi z različnimi čustvi/občutki
- Papirnati listi z glavnimi čustvi (veselje, žalost, jeza, strah, presenečenje in gnus)
- Glasba (različne zvrsti). Lahko je zabavna in optimistična.
- Zvočniki, listi A3, flomastri, barvni svinčniki, lepilni trak

Izvajanje

DEL 1:

1. Na stenah so obešeni lističi s šestimi glavnimi čustvi. Poskusite pustiti prostor med njimi in izkoristiti celoten prostor.
2. Barvni listi z različnimi čustvi, povezanimi z glavnimi čustvi, so položeni na tla, tako da učenci ne vidijo, kaj je na njih napisano. Priporočljivo je, da učenci stopijo iz svojega območja udobja. V nasprotnem primeru bodo na primer izbrali tiste, ki so jim bolj prijetni, in s katerimi so bolj povezani.
3. Udeleženci se morajo med predvajanjem glasbe sprehoditi po prostoru, in ko se glasba preneha predvajati, se ustavijo na eno od kart.



- 
4. Enega od udeležencev prosimo, da dvigne izbrano karto in jo pokaže.
 5. Prosimo jih, da povedo osebno izkušnjo, ko so občutili čustvo, ki je opisano na izbrani kartici. Če čustva ne poznajo, prosijo druge, da jim pomagajo. Če nihče ne pozna zadevnega čustva, ga razložite skupini.
 6. To ponovite z vsakim udeležencem, tako da pri dejavnosti sodelujejo vsi (ponovno zaženite glasbo, pustite jih hoditi/plesati, ustavite glasbo in sledite isti strukturi).
 7. Ko končajo, jih prosimo, naj izmenično namestijo čustvo, s katerim so se ukvarjali, na glavno karto čustva, s katero je po njihovem mnenju najbolj povezano. To se ponavlja, dokler vsi udeleženci ne izberejo čustva in se o njih pogovorijo.

DEL 2:

1. Obrnite vsa čustva, ki so obrnjena navzdol na tla, in tista, ki so jih učenci že naključno izbrali.
2. Vsak udeleženec izbere eno od čustev na tleh in na list papirja nariše sliko, ki predstavlja, kaj je to čustvo zanj in/ali kako/kdaj/kje čuti to čustvo.

Razmislek/poročanje

- Kako ste se počutili med dejavnostjo?
- Kako je bilo povezati občutke s trenutki v vašem življenju?
- Ali vam je bilo všeč risati čustva, ki ste jih izbrali? Zakaj?
- Katera čustva so bila za vas nova in zanje še niste slišali? Ali jih je kdo že poznal in čutil? Ali jih lahko razložite?

Nasveti

Glede na starost učencev naj bi bilo znanje o čustvih in njihovem poimenovanju omejeno, otroci pa morda poznajo le nekaj čustev. Vendar pa je cilj te aktivnosti tudi, da učitelji spodbudi radovednost pri učenju novega besedišča o tem, kako opisati čustva. To tudi pomeni, da mora biti učitelj pripravljen razložiti, kaj je vsako čustvo, in navesti primere različnih trenutkov, ko ga lahko občutimo. Ni priporočljivo imeti samo en primer ene situacije, saj to omejuje način, kako otroci vidijo čustva in kdaj je v redu čutiti čustvo in kdaj ne, kar je narobe.

Učitelj naj učencem omogoči, da si med seboj izmenjujejo informacije, in jim dovoli, da predstavijo tudi primere. Učitelj naj pokaže priznanje, ko vsak otrok deli svojo osebno zgodbo.

Spletna različica

Učitelj lahko to dejavnost razvije prek spletnega okolja, npr. Zoom in uporabi platformo *Jamboard* za predstavitev sten dejavnosti z različnimi stranmi za šest glavnih čustev. Izbira čustva se lahko izvede naključno, na primer tako, da otrok reče stop, medtem ko učitelj kaže na obrnjene papirje na svoji kameri.



13. Poiščite svoj zaklad

Stopnja zahtevnosti: Srednja

Tema (-e): Samozavedanje, miselna naravnost za rast

Cilji:

- Pomoč otrokom pri prepoznavanju tega, kar jih navdušuje
- Raziskati, katere želje jih motivirajo, in ob katerih željah/sanjah zapoje njihovo srce
- Odkriti in skupaj določiti otrokov temeljni namen ali življenjsko temo

Čas: vsaj 2 šolski uri (lahko se razdeli na več srečanj)

Starost: 9 - 11 let

Opis dejavnosti po korakih

Priprava

Posebne priprave niso potrebne, le pripravljenost motivirati in voditi otroke pri tem lovu na njihovo strast (njihov zaklad) in pogum.

Materiali

Večji šeleshamer ali risalni list, svinčniki za risanje (ali druga orodja za risanje), revije, fotografije, bleščeče lepilo, nalepke, drugi papirnati okraski oz. čimbolj raznolik material za okraševanje.

Neobvezno: uporaba računalnika za nadzorovano raziskovanje.

Izvajanje

Za to vajo načrtujte več kot eno srečanje. Učenci jo lahko izvajajo tudi doma kot domačo nalogo za daljše obdobje.

1. Pri tej vaji lahko otroci sedijo za običajno pisalno mizo. To je vaja, ki jo je najbolje izvajati individualno, saj spodbuja samorefleksijo in introspekcijo, zato poskušajte čim bolj zmanjšati moteče dejavnike. Za to vajo namenite dovolj časa - gre za temeljno vajo, ki bo prinesla veliko jasnosti o tem, kako otrok dojema sebe v svetu.
2. Otrokom zagotovite gradivo.
3. Pri tej vaji otroke spodbujamo, da izdelajo zemljevid ZAKLADOV (ki v prenesenem pomenu predstavlja njihove Sanje/Želje). Vsak otrok na risalnem listu oblikuje svojo življenjsko pot.
4. Začnejo na dnu plakata, kjer so zdaj, in narišejo ali nalepijo slike ali besedilo, ki odražajo njihov trenutni položaj. Na vrhu plakata narišejo ali nalepijo slike ali besedilo, ki odražajo, kaj želijo postati, ko odrastejo - njihove strasti, upanja in cilje (kot si jih predstavljajo pri svoji sedANJI starosti). Spodbudite jih, naj dajo vse od sebe, naj v sebi resnično začutijo strast, kako bi bilo, če bi že bili oseba, kakršna si želijo postati ...





5. Nato otrokom naročite, naj narišejo ali prilepijo slike ali besedilo o tem, kako nameravajo doseči svoj cilj:
- Kaj mislijo, da je potrebno za uresničitev njihovih sanj. Pomagajte jim, da svoje velike cilje/sanje razdelijo na majhne dosegljive korake.
 - Učence spodbudite, da narišejo ali prilepijo slike ali besedilo vseh svojih darov in talentov, ki jim bodo pomagali doseči cilje.
 - Spodbujajte otroke, da predstavijo, kaj so ustvarili.

Razmislek/poročanje

- Kako se počutiš po izvedbi vaje?
- V katerem delu vaje si najbolj užival/a?
- Kaj si odkril/a ali se naučil/a o sebi?
- Ali lahko poveš, zakaj želiš doseči ta cilj v svojem življenju?
- Ali poznaš osebo ali vzornika, ki mu je to že uspelo?
- Kaj se lahko naučiš iz izkušenj te osebe?

Različice

Dejavnost lahko prilagodite in namesto da bi učence spodbujali, naj narišejo ali prilepijo slike oz. besedilo vseh svojih darov in talentov, ki jim bodo pomagali pri doseganju ciljev, jih lahko pozovete, naj izdelajo mini zemljevid interesov, v katerega napišejo, kaj radi počnejo in kakšni so njihovi interesi (to je lahko samostojna, ločena naloga).

Dejavnost se lahko razširi na več srečanj, pri vsakem pa se lahko pot do uresničitve talentov in potencialov nekoliko bolj razjasni. Potek je lahko naslednji:

1. Učence povabite, da narišejo ali prilepijo slike ali besedila, ki odražajo, kaj želijo postati, ko odrastejo - njihove strasti, upe in cilje (kot si jih predstavljajo pri svoji starosti).
2. Otroka spodbudite, da nariše ali prilepi slike ali besedilo o tem, česa se na tej poti najbolj boji (morebitne ovire). Otroci lahko narišejo stvari, za katere menijo, da bi jih lahko ovirale pri doseganju cilja.
3. Spodbudite otroka, da nariše ali prilepi slike ali besedilo možnih rešitev za te strahove in morebitne ovire. Dovolite jim, da razmislijo - če in ko se te ovire pojavijo, kako se lahko odzovejo?
4. Spodbudite otroke, naj poiščejo in na svoj risalni list (zemljevid) narišejo ali napišejo ali prilepijo slike primerov znanih ljudi, ki so premagali ovire in kljub vsemu uresničili svoje sanje (na primer: Walt Disney, J. K. Rowling, Michael Jordan, Lionel Messi itd.).
5. Spodbujajte jih k razmišljanju, kako lahko njihov cilj koristi drugim: njihovi skupnosti, družbi, človeštvu.

Spletne različice so lahko urejene s polji za pisanje in mesti, kamor je mogoče priložiti slike. Ko končate eno stopnjo, pritisnete NAPREJ in preidete na naslednji korak na poti in tako naprej... Na koncu je mogoče prikazati in shraniti celotno pot do našega cilja z besedilom in slikami.





Nasveti

Številne študije kažejo, da so otroci bolj motivirani za premagovanje ovir v življenju in doseganje lastnih uspehov, če imajo v življenju določen *cilj*. Če imajo določen dolgoročni cilj, ki se ga veselijo (na primer postati veterinar ali zdravnik, policist, nogometaš itd.), običajno sprejmejo težave kot stopničke na poti do teh sanj in ne kot ovire, ki jih lahko zmotno dojemajo kot opozorila, da naj se tej poti popolnoma izognejo. Kadar sta strast in zagnanost večja od težave, zlahka najdejo načine za premagovanje ovir.

Otroke spodbudite k uporabi domišljije in velikim sanjam, tako da vajo predstavite s stavki, kot so: »Če bi nekega dne nekdo napisal knjigo o tebi, kaj bi si želel/a, da napiše v tej knjigi?« ali »Če bi vsakdo na svetu lahko postal nekaj, kar ga osrečuje, kaj bi bil/a ti?« ali »Kaj bi storil, če bi vedel, da ti ne more spodleteti?«

Ta vaja je zelo učinkovita, saj jim vizualizacija tega, kar želijo doseči, pomaga razviti pozitivno miselno naravnost ter se osredotočiti na svojo strast in namen, razmišljanje o strahovih pa jim pomaga soočiti se z notranjimi ovirami, kar strast spremeni v pravo motivacijo.

Poleg tega snovanje svojega zemljevida sanj spodbuja pogum, saj otrokom pomaga, da prepoznajo in cenijo svoje strasti in jih povežejo z določenimi cilji, ki bi jih radi dosegli.

Dodatni viri:

https://biglifejournal.com/blogs/blog/motivate-child?_pos=1&_sid=9ffdc5de5&_ss=r
https://biglifejournal.com/blogs/blog/5-fun-goal-setting-activities-children?_pos=4&_sid=2f740b678&_ss=r





14. Talenti in vrednote v praksi

Stopnja zahtevnosti: Srednja

Tema (-e): Samozavedanje, zavedanje lastne vrednosti

Cilji:

- Izboljšanje spretnosti reševanja sporov
- Razumevanje, kako dojemati lastne vrednote kot življenjski kompas pri sprejemanju odločitev
- Razumeti, da so prednosti (vrline) kot super moči in da vam njihova uporaba prinaša veselje in energijo
- Razumeti, kako uporabiti prednosti (vrline) in talente v vsakodnevni situacijah

Čas: 120 minut

Starost: 6-11 let

Opis dejavnosti po korakih

Priprava

Preden z otroki začnete izvajati to aktivnost, se prepričajte, da ste z njimi opravili naslednje dejavnosti:

- »Vrednote: Kaj je zame pomembno«
- »Prednosti in talenti«

Materiali

- Vsak otrok potrebuje pregled svojih prednosti (vrlin) in talentov (ali »super moči«). Prav tako morajo imeti seznam vrednot iz *Priloge 5* k vaji »Vrednote: Kaj je zame pomembno«.
- Papir za pisanje in svinčnik/pisalo.
- »Izgubljam pamet, ko... in moja reakcija je...« listi, po en na otroka
- 2 vrečki, ena dovolj velika za liste papirja, ena z imeni vseh udeležencev

Izvajanje

Ta aktivnost je nadaljevanje dveh dejavnosti: »Vrednote: Kaj je zame pomembno« in »Prednosti in talenti«. Ti dve predhodni dejavnosti otrokom omogočata, da razvijejo občutek, katere so njihove »super moči« in kaj jim je v življenju pomembno (vrednote). Namen pričujoče aktivnosti je, da jih uresničijo in poskusijo uporabiti v vsakodnevni situacijah.

1. Povezovanje svojih super moči in vrednot.

Prvi korak zahteva nekaj samorefleksije o prejšnjih dveh dejavnostih. Spiderman je super junak s številnimi *talenti* (na primer, da lahko »strelja« pajkove mreže ali pleza na vse vrste zgradb) in tudi z mnogimi *vrednotami* (ne prenese krivice in želi zaščititi dobre ljudi). Svoje





talente uporablja za gojenje ali zaščito tistega, kar se mu zdi v družbi pomembno. Ko se talenti in vrednote uresničujejo v sinergiji, se vpliv na skupino ali družbo, katere del smo, poveča. Drug način razlage je, da ko je ena od vrednot ogrožena (ko se zgodi krivica, v primeru Spidermana), začuti potrebo, da začne delovati in uporabi svoje super moči, da bi ponovno vzpostavil pravičnost.

V tem prvem koraku otroke prosite, naj prepoznajo podobno situacijo v svojem življenju, ko so bile njihove vrednote ogrožene, in kako so se odzvali. *Katere od svojih lastnosti so uporabili?* To je lahko tudi lastnost, ki seveda ni super moč.

Mnogi otroci se na primer razburijo, ko vidijo, da se pred njimi dogaja krivica. Včasih se s tem spopadajo instinktivno, z besedami (klicanje) ali fizičnimi gestami (udarci). Drugi otroci so bolj zgovorni in znajo zelo dobro izraziti razburjenost z uporabo svojih talentov, kot so ohranjanje miru in poskus razumevanja neizpolnjenih potreb obeh strani ter poskus mirnejšega reševanja sporov.

Ta korak lahko uvedete z razlago metafore Spiderman (ali česa podobnega) in vprašanji za razmislek, kot so:

- Zakaj Spiderman uporabi svoje super moči le, ko vidi krivico?
- Katere druge vrste talentov bi lahko Spiderman uporabil za reševanje konfliktov v svojem mestu (koristnih ali ne)?
- Kakšen bi bil po tvojem mnenju rezultat?

2. Ustvarite svojega super junaka

V tem koraku boste otroke prosili, naj razvijejo lastnega super junaka, ki bo temeljil na njihovih talentih in vrednotah. Prosite jih, naj pred seboj položijo list z vrednotami in pregled svojih talentov ter izberejo tri najpomembnejše vrednote in tri najboljše talente, ki jih imajo.

Dajte jim nekaj časa, da ustvarijo svojega super junaka in razmislijo o naslednjih vidikih:

- Kako je videti tvoj super junak?
- Kdaj začne delovati?
- Kakšna bi želel/a, da bi bila njegova družba (ali razred/šolsko dvorišče)? Kakšna je po tvoje idealna situacija?

3. Razdelite liste »Izgubljam pamet, ko... in moja reakcija je...« (po enega na osebo).

Vsak otrok napiše, zaradi katere situacije, osebe ali konteksta lahko izgubi nadzor nad svojimi čustvi in kakšen je njegov odziv v tem primeru. Ko vsi udeleženci izpolnijo svojo nalogo, papirje pospravijo v vrečko. V drugi vrečki bodo imena vseh otrok v skupini.

4. Gledališče

Moderator vzame list papirja iz vrečke s konflikti in dva lista papirja iz vrečke z imeni. Otroci, katerih imena so bila zapisana na listkih, pridejo ven in odigrajo situacijo, zapisano na izvlečenem listu, ter zaigrajo konfliktni odziv, kot je opisan.

Po tej prvi igri moderator prosi otroke za alternativne odzive na to situacijo, kjer poskušajo delati na prvotnem konfliktnem odzivu, pri čemer upoštevajo vrednote in talente svojih super junakov/super junakinj. Tudi ostale učence lahko prosimo, da prispevajo z vrednotami in talenti svojih super junakov. Prizor se nato ponovno odigra, pri čemer se upoštevajo prispevki super junakov/junakinj.





Razmislek/poročanje

Nenehno razmišljanje je pomemben element te vaje, saj lahko pri vsakem koraku z razmišljanjem poglobite raven razumevanja. V zgornjih korakih je na voljo nekaj vodilnih vprašanj za razmislek. Med sejami in ob koncu seje si lahko vzamete razredni trenutek za razmislek in otroke vprašate na primer:

- Kaj ste danes izvedeli o sebi?
- Kaj ste izvedeli o drugih?
- Kako bi želeli deliti stvari, o katerih smo se danes pogovarjali, s svojimi starši/skrbniki in kako menite, da vam lahko pomagajo?
- Kako vam lahko pomagamo, da se v razredu bolje razumete?
- Kako je bilo govoriti o talentih? Kako jih prepoznati pri sebi in drugih?

Različice

Pripravite lahko vrečko z listki, na katerih so zapisane različne konfliktne situacije, ki se lahko pojavijo v razredu, šoli, doma itd. V drugi vrečki bodo imena vseh otrok v skupini.

Gledališče: Otroci, katerih ime je bilo izžrebano, odigrajo situacijo in odigrajo konflikt, zapisan na papirju. Nato predstavo ustavimo in jih prosimo za alternativne odzive na to situacijo, pri čemer poskušajo delati na konfliktnem odzivu ter upoštevati vrednote in talente svojih super junakov/super junakinj. Tudi vrstnike lahko prosimo, da prispevajo z vrednotami in talenti svojih super junakov. Prizor se nato ponovno odigra ob upoštevanju prispevkov super junakov/junakinj.

Nasveti

Ključni učni element te aktivnosti je v njenem razmisleku. Kot moderator lahko tudi vi delite svoje talente in prednosti.

Pomembno je določiti pravila čustvene varnosti, da se bodo vsi otroci počutili sproščeno, ko bodo delili tako osebne stvari.

S to dejavnostjo vzpostavite in okrepite čustveno vez med vami in otroki ter med njimi. Čudovito je vedeti, kaj se dogaja v tako mladem človeku, in razumeti, kaj mislijo, da jih dela posebne (večinoma nezavedno!).





15. Celotne pite ne moreš pojesti naenkrat!

Stopnja zahtevnosti: Srednja

Teme: Miselna naravnost za rast in vztrajnost, večšine reševanja problemov, samospoštovanje, optimizem

Cilji:

- Pomagati otrokom razumeti, da njihove trenutne omejitve (težave) niso nespremenljive in za vedno, in da lahko s časom in vztrajnostjo premagajo ovire, s katerimi se morda soočajo.
- Naučiti se gledati na ovire kot na izzive
- Podpiranje razvoja miselnosti za rast in vztrajnost pri otrocih, ki jim pomaga razdeliti velik problem na manjše obvladljive segmente, za katere lahko najdejo rešitve.

Starost: 6 – 11 let

Čas: 1 ura

Opis dejavnosti po korakih

Priprava

Posebne priprave niso potrebne, le pripravljenost, da otroke motiviramo in jim stojimo ob strani pri prepoznavanju svojih pogledov na neko težavo ali problem.

Materiali

Krog iz kartona (lahko tudi iz papirja/lepenke, npr. papirnat krožnik), barvni flomastri

Izvajanje

Otroci lahko to vajo izvajajo pri svoji običajni pisalni mizi. Za to vajo imejte dovolj časa. Poskusite čim bolj zmanjšati moteče dejavnike.

1. Otroke prosite, naj pomislijo na težavo, ki jo imajo. Povejte jim, da je ta težava njihova pita. (pita kot pecivo) - ta pita predstavlja oviro, s katero se otrok sooča.
2. Zdaj otrokom naročite, naj razdelijo svojo pito: otroke prosite, naj krog razrežejo na 4 do 8 kosov in razmislijo o možnih vzrokih za težavo. Vsaka rezina predstavlja drug segment ali vzrok problema. Razložite, da če lahko problem razdelimo na manjše dele in preučimo njegove številne vzroke, je bolj verjetno, bo izid pozitiven!
3. Otroke prosite, naj pri vsakem delčku razmislijo, ali so njihove misli o problemu trajne (»Nikoli ne bom dober pri matematiki«) ali začasne (»Moj prijatelj je preveč govoril in me





- motil, zato snovi nisem razumel») in ali so zanj odgovorni oni sami («Moral bi prositi učitelja za pomoč, ko nisem razumel») ali drugi («Učitelj nas ni naučil te snovi!»).
4. V srednjem otroštvu večina otrokovih težave opredeli kot »začasne« in da bodo prevzeli vsaj nekaj odgovornosti za nastanek težave. Ne glede na njihov pogled, poskusite otroka usmeriti, da najde vidike, zakaj so njegove težave najverjetneje začasne in vsaj delno pod njihovim nadzorom. Spodbudite jih, da razmislijo o tem, kako jih lahko pozitivno spremenijo in jih rešijo? Uporabite vprašanja odprtega tipa, na primer: »Kaj bi se zgodilo, če bi poskusil s svojo rešitvijo?«.
 5. Čestitajte otrokom za njihovo delo! Pohvalite njihov trud, odločnost in vztrajnost!

Razmislek/poročanje

- Kako je bilo opraviti to nalogo - lahko/težko - zakaj?
- Kaj mislite, da bi se zgodilo, če oseba nikoli ne bi poskušala rešiti svojih težav?
- Kako se počutite, ko najdete rešitev za nek problem?
- Kaj ste se danes s to nalogo naučili o sebi?
- Pogovorite se o tem, kako reševanje problemov pomaga pri njihovi rasti in kaj se zgodi, če se izogibamo reševanju problemov ... Vprašajte jih: »Če bi videli otroka, ki se uči hoditi, in bi pred vami večkrat padel, *ali bi mu rekli, da se je bolje izogniti učenju hoje, ali bi ga spodbudili, naj še enkrat poskusi?*«

Različice

Spletna različica z miselnim vzorcem, kjer je osrednji problem postavljen v balonček na sredini strani, temu pa so dodani balončki z možnimi rešitvami, ki jih je mogoče urejati, in kamor je mogoče zapisati vzroke problema, določiti lastništvo in odgovornost ter dolgoročnost problema. Vsakemu balončku z osrednjim problemom so priloženi dodatni balonček, v katerem je možna rešitev.

Nasveti

Če otroci v otroštvu osvojijo spretnosti reševanja težav, so kasneje v življenju bolj samozavestni in neodvisni posamezniki, morda celo bolj srečni. Ko se otroci sami ali v skupini spopadajo s težavami, postajajo vse bolj čustveno vzdržljivi. Naučijo se na izzive gledati s svežega zornega kota.

Izvedba te dejavnosti bo otrokom pokazala, da je mogoče z reševanjem težav in vztrajnostjo premagati številne ovire.

Nekaterim otrokom se lahko tudi majhne težave zdijo nepremostljive ovire, ki se jim poskušajo za vsako ceno izogniti. Če pa jim odrasli dajo orodja, ki jim pomagajo razdeliti težavo na manjše segmente (vzroke), da bi bolje videli, kaj je bistvo zadeve, se otroci naučijo gledati na težave kot na del življenja in nekaj, kar jim daje priložnost za učenje in rast. Razumevanje različnih sestavnih delov problema in tega, kaj si o njem mislijo, otrokom daje občutek nadzora ter pogum in optimizem za premagovanje problema.

Odličen nasvet iz bloga Kodable (<https://www.kodable.com/learn/problem-solving-skills-for-kids/>) je, da je treba poudariti proces pred izdelkom. To pomeni, da učenje razmišljanja o procesu reševanja problemov pomaga razviti miselnost rasti. Ni nujno, da je napačen odgovor nekaj slabega! Najpomembnejši so koraki, ki so jih naredili, da bi prišli do odgovora, in kako bi





lahko naslednjič spremenili svoj pristop. Kot učitelj lahko učencem pomagata pri učenju tega procesa razmišljanja.

Naučite jih preproste igre »ŠE ZA ZDAJ«, ki jih spodbuja otroke, da sprejmejo raven obvladovanja, na kateri so, in se v življenju premikajo naprej.

Če rečejo: »Tega ne zmorem, to je pretežno!« Opomnite jih, naj si rečejo: »Ne morem storiti _____ ŠE ZA ZDAJ.

Če rečejo: »Nisem dober v tem!« Opomnite jih, naj na koncu uporabijo besedo ŠE ZA ZDAJ. »Nisem dober v _____ ŠE ZA ZDAJ.« To daje veliko več prostora za izboljšave kot navaden »V tem nisem dober.«

»Tega ne razumem!« postane »Tega ZA ZDAJ ŠE ne razumem!«

»Ne deluje.... ZA ZDAJ ŠE ne deluje!«

»To ni smiselno.... To ZA ZDAJ ŠE ni smiselno!«

Dodatni viri:

<https://biglifejournal.com/blogs/blog/how-teach-problem-solving-strategies-kids-guide? pos=1& sid=a550e0226& ss=r>

<https://www.kodable.com/learn/problem-solving-skills-for-kids/>





16. Tvoja naloga je moja naloga

Stopnja zahtevnosti: Srednja

Teme: Obvladovanje čustev, empatija in sočutje, vzpostavljanje in ohranjanje odnosov

Cilji:

- Razvijanje empatije med osnovnošolci
- Izboljšanje sposobnosti obvladovanja čustev
- Reševanje konfliktov v razredu

Čas: 50 min

Starost: 8-11 let

Opis dejavnosti po korakih

Priprava

Posebne priprave niso potrebne.
Otroci lahko pomagajo pripraviti prostor.

Materiali

Stoli, papir, pisala

Izvajanje

1. Učitelj in učenci se usedejo v krog, roke položijo na noge ali kolena, zaprejo oči in trikrat globoko vdihnejo.
2. Nato se začne dejavnost: vsak udeleženec dobi list papirja, na katerega napiše nalogo ali dejanje, za katerega želi, da ga oseba na njegovi desni v tem trenutku v tem razredu opravi (mora biti kratko, da ga lahko opravi vsak). Učitelj naj učencem pove, da je dejavnost lahko zabavna, športna in nenavadna ter da lahko vključuje tudi druge učence: 2Bodite ustvarjalni!«. Listek mora vsebovati IME osebe, ki ga piše, IME osebe, ki ji je namenjen, in nalogo ali dejanje, za katerega želite, da ga izvede. Primeri nalog: *objemi, položi glavo v koš za smeti, pokaži trebuh, pojdi v sosednji razred in pozdravi vse* (če je to mogoče).
3. Ko so papirji napisani, jih učitelj zbere in na glas prebere dejanja, ki jih mora vsaka oseba opraviti.
4. Nato jim povemo, da v resnici dejanj ni treba opraviti osebi na desni strani, temveč jih morajo opraviti sami (vsakdo izpolni dejanje, ki ga je napisal).
5. Na koncu jih prosimo, da izvedejo dejanja (odvisno od časa, lahko posamezno ali vsi hkrati).





Refleksija/poročanje:

- Kako se počutite?
- Kako ste se počutili, ko ste izvedeli, kakšno nalogo je za vas izbral vaš sošolec?
- Kako ste se počutili, ko ste ugotovili, da morate nalogo, ki ste jo napisali, opraviti vi sami?
- Zakaj ste se spomnili ravno te naloge?
- Zakaj ste izbrali nalogo, ki je niste želeli opraviti sami, če je bilo tako?
- Kakšna čustva ste občutili, ko ste opravljali nalogo? Zakaj menite, da je bilo tako?

Različice:

Učenci naj na list papirja napišejo, kaj bi v tem trenutku radi počeli v razredu za 30 sekund/1 minuto.

Učenci so pozvani, naj to naredijo, in če potrebujejo nekoga, da to naredi z njimi, učitelj izbere osebo, ki je šest mest stran (levo ali desno od učenca), tako da učenci izstopijo iz svojega območja udobja in ne iščejo podpore pri ljudeh, ki jih najbolj poznajo.

Nasveti:

Opazujte odzive otrok med celotno dejavnostjo, saj se v trenutkih hitrega zavedanja pojavijo informacije, ki jih lahko uporabite pri poročanju. Po potrebi si naredite zapiske, ki jih boste pozneje uporabili pri poročanju.





17. LEGO Stolp

Stopnja zahtevnosti: Težka

Teme: Posredovanje, komunikacijske spretnosti, veščine uspešnega sodelovanja, spretnosti reševanja socialnih problemov, aktivnost, igrivost

Cilji:

- Razvijanje sposobnosti sodelovanja in samoiniciative učencev
- Raziskovanje načinov predlaganja in izvajanja ustvarjalnih idej ter reševanja težav
- Razvijanje komunikacijskih spretnosti v skupini in delitev odgovornosti

Čas: 30-40 minut

Starost: od 8 do 11 let (od 8 do 24 učencev)

Opis dejavnosti po korakih

Priprava

Razdelite razred v manjše skupine z najmanj 4 in največ 6 otroki. Skupine lahko vnaprej pripravite in jih zapišete na tablo.

Pripravite delovne postaje za vsako skupino - materiale (glej spodaj) in prostor na tleh ali posebno mizo za vsako skupino. Skupine razporedite tako, da se med seboj ne bodo motile. Okrog miz lahko postavite tudi stole ali stole v krogu, da določite prostor za vsako skupino.

Materiali



- Kocke LEGO (vsaj 30 kosov) ali druge materiale za gradnjo stolpa - enaka količina kock ali materialov za vsako ekipo. Lego kocke so lahko različnih oblik.
- Papir in svinčnike, da si učenci lahko narišejo ideje (po potrebi).
- Mize - toliko, kolikor skupin boste ustvarili (če delajo na mizah).
- Zvočniki in prenosni računalnik
- Seznam motivacijske/dinamične glasbe
- Ura za odštevanje - digitalna ali fizična

Izvajanje

2. Učence povabite, naj si predstavljajo, da so prišli v tovarno ali laboratorij oblikovalcev in inženirjev ter da so dobili nalogo, da oblikujejo in zgradijo najvišji LEGO stolp. Učencem povejte, da ne tekmujejo med seboj.

To lahko formulirate na naslednji način: »Dragi inženirji. Vemo, da ste zelo bistri in ustvarjalni ter da lahko gradite visoke stolpe. Tokrat je vaša naloga, da iz materialov, ki jih boste dobili, zgradite najvišji in najbolj stabilen stolp. Stolp mora biti dovolj stabilen, da lahko stoji samostojno, brez kakršne koli dodatne podpore (npr. nihče ga ne sme držati, ne sme se naslanjati na steno ali kakšni drugi predmet). Za izvedbo naloge imate na voljo omejen čas: 20 minut. O idejah se pogovorite in sodelujte z drugimi člani svoje ekipe.«



- 
- 
3. Uporabite vidno uro za odštevanje časa, da bo vzdušje bolj dinamično, in (če je to primerno) vključite glasbo, ki bo inženirje motivirala za delo.
 4. Po 20 minutah jim povejte, da je čas potekel, in jim dajte še 5 minut časa, da si izmislijo ime in zgodbo o stolpu.
 5. Ekipe povabite, naj razmislijo o:
 - imenu ekipe
 - imenu stolpa
 - nekaj stavkov o tem, zakaj je njihov stolp poseben - drugačen od drugih.
 6. Po preteku petih minut povabite vse ekipe, da predstavijo svoj stolp in povedo zgodbo. Povabite vse, da obišejo mize vsake ekipe in po vsaki predstavitvi dajo morebitne nasvete ter čestitajo vsaki ekipi za njihovo delo.
 7. Ko vse ekipe predstavijo svoj stolp, povabite vse, da se usedejo v krog za skupno poročanje.

Refleksija/poročanje

Preden začnete razpravljati o sodelovanju in timskem delu pri nalogi, priznajte prispevek vseh in vsake skupine. Pomembno je, da učenci čutijo, da sta bila njihov trud in ustvarjalnost pri nalogi opažena.

- Vsakega učenca pozovite, naj razmisli, kako zadovoljen je z opravljeno nalogo, pri tem pa šteje od 1 do 5, in ga pozovite, naj pri številki 5 s prsti pokaže oceno, ki ponazarja, kako zadovoljen je, pri čemer 1 pomeni najmanj - sploh nisem zadovoljen - in 5 največ - zelo sem zadovoljen.
- Opazujte, koliko 1, 2, 3, 4 in 5 je v skupini. Učence z različnimi ocenami prosite, naj komentirajo, zakaj so izbrali takšno oceno. Poskrbite, da bodo govorili učenci iz vsake skupine.
- Kako ste se odločili, kateri stolp boste zgradili?
- O katerih idejah ste razpravljali pri gradnji stolpa?
- Ali ste narisali skico ali ste začeli graditi brez razprave?
- Zakaj je pomembno, da se sporazumevamo, ko delamo v skupini in skupaj opravljamo nalogo?
- Kaj je za vas pomembno, ko sodelujete z nekom drugim?
- Kako lahko pri skupnem delu podpirate druge člane ekipe?
- Kaj lahko storimo v našem razredu, da se bodo vsi počutili dobro in bodo želeli tudi v prihodnje sodelovati v skupini?

Različice:

- Če je to primerno za razred, lahko vnesete tekmovalni element - zmaga ekipa, ki zgradi najvišji stolp.
- Pripravite lahko primer stolpov, ki jih morajo ekipe zgraditi. Naloga je, da zgradijo popolnoma enak stolp. Po razlagi naloge povabite enega ali dva predstavnika vsake skupine, da prideta k vam - to bosta komunikatorja skupine. Njuna naloga je, da si zapomnita konstrukcijo, število in barve/oblike lego kock ter se vrneta k ekipi in ji sporočita te informacije. V procesu gradnje lahko sodelujeta le verbalno - njuna naloga je, da drugim razložita, kako stolp izgleda, in da drugim članom ekipe dajeta navodila pri gradnji. Ko se čas izteče, popravite rezultat in nadaljujete s predstavitvami in poročanjem.





Vajo lahko nadaljujete tudi tako, da učencem omogočite, da stolpu dodajo dodatne elemente, nato pa dokončate nalogo in nadaljujete z poročanjem. Če so ekipe zelo hitre, lahko zagotovite različne primere konstrukcij, ki jih je treba zgraditi.

- Izvedete lahko tudi različico, pri kateri vsak član ekipe dobi določeno vlogo, ki jo učenci izberejo sami ali po naključju. Na primer: 2/3 gradbenikov, arhitekt, nadzornik, inšpektor, komunikator. Vsaka vloga ima lahko določen značaj: inšpektor je precej kritičen in govori o možnih tveganjih; arhitekt odloča, kaj se bo gradilo; nadzornik odloča, kako se bo gradilo, komunikator skrbi, da člani ekipe komunicirajo med seboj, 2/3 gradbenikov pa morajo opraviti dejansko gradbeno delo.
- Na začetku lahko eksperimentirate tudi z različnimi vrstami in količinami Lego kock, ki jih dobi vsaka ekipa (življenje ne daje vsaki osebi enake kakovosti in količine sredstev). V tem primeru dodate dodaten učni element, izkušnje učencev pa lahko postanejo bolj poglobljene.
- Če imate za delavnico na voljo več časa, najmanj 100 minut, boste morda želeli uporabiti daljšo različico dejavnosti s prekinitvijo za razmislek sredi procesa, ko učenci gradijo stolp. V tem primeru (glejte točko 3) dajte učencem 20 minut časa za gradnjo stolpa. Po preteku 10ih minut jih povabite k odmoru in uvedite trenutek za razmislek. To je zelo učinkovito, saj jim daje prostor in čas za eksperimentiranje v drugi polovici učne ure. Za spodbujanje premisleka v tem času lahko na primer postavite naslednja vprašanja:
 - Kako menite, da sodelujete s člani ekipe?
 - Kako komunicirate z drugimi člani ekipe?
 - Kaj storite, ko se zdi, da se stvari ne odvijajo dobro?
 - Kaj menite o vedenju drugih članov ekipe?
 - Kako mislite, da se vaše vedenje kaže drugim članom ekipe?
 - Ste bolj osredotočeni na končni rezultat ali na proces sodelovanja?
 - Kaj bi radi preizkusili na področju svojih veščin sodelovanja/skupinskega dela/komunikacijskih veščin v drugem delu?

Nadaljujte tako, da ekipam date še 10 minut časa, da dokončajo svoje delo, nato pa nadaljujte s točko 4.

Nasveti

Pomembno je, da vsakega učenca spodbujate k sodelovanju. Vsakemu od njih lahko tudi dodelite vlogo (kot je navedeno zgoraj).

Mlajšim učencem boste morali nuditi več podpore. Razmislite o povabilu starejših učencev ali sodelavcev, da pomagajo ekipam in jih spodbujajo k razmišljanju pri oblikovanju zgodb.

Pri gradnji stolpov lahko dovolite otrokom, da so ustvarjalni in uporabijo tudi druge materiale.

Če sredi procesa gradnje dodamo razmislek, bodo učenci lažje razumeli, da pri tej dejavnosti ne gre za to, kdo bo naredil največji/najvišji stolp. Gre za učenje o sebi in drugih. Pomembno je, da je zaključno poročanje temeljito opravljeno.

Dodatni viri





Nekaj navdihujočih primerov:

<https://seriousplaypro.com/2014/09/11/team-building-activities-with-lego-bricks/>





18. Oranžna igra

Stopnja zahtevnosti: Težka

Teme: Reševanje problemov, odločanje, sposobnost izražanja misli in mnenj, zastopanost, komunikacijske spretnosti, spretnosti reševanja socialnih izzivov, spoštovanje potreb drugih

Cilji:

- Razvijanje spretnosti za obvladovanje konfliktov
- Razpravljanje o načinih komuniciranja v konfliktnih situacijah
- Raziskovanje načinov/strategij reševanja konfliktov, kaj pomeni zavedanje lastnih potreb in spoštovanje potreb drugih
- Učenje izražanja misli in mnenj

Čas: 30-40 min

Starost: 8 – 11 let

Materiali

Pomaranča ali pomaranče, prostor s toliko mizami, v kolikor skupin ste razdelili učence (npr. 1 miza na 6 učencev), ura

Opis dejavnosti po korakih

Priprava

Ta dejavnost je primerna za 6-24 učencev.

Razmislite, v koliko manjših skupin bi radi razdelili učence.

Poskrbite, da bo dovolj prostora za vse skupine, mize in pripravljene pomaranče.

Poskrbite, da boste imeli stalen dostop do ure.

Izvajanje

Glavna ideja vaje je, da otroci tekmujejo za lastništvo pomaranče in razpravljajo o tem, kako rešiti konflikte.

1. Razložite, da bo skupina igrala »Pomarančno igro«. Otroke razdelite v dve ekipi. Ekipo A prosite, naj gre ven in vas počaka. Ekipo B povejte, da je pri tej dejavnosti njihov cilj dobiti pomarančo, saj morajo iz nje narediti pomarančni sok.
2. Pojdite ven in ekipo A povejte, da je njihov cilj pri tej dejavnosti dobiti pomarančo, saj potrebujejo lupino pomaranče za pripravo pomarančnega kolača.
3. Ekipi združite v notranjosti in ju prosite, naj se usedeta na nasprotni strani mize - obrnjeni drug proti drugemu.



4. Ekipam povejte, da imajo tri minute časa, da dobijo, kar potrebujejo. Poudarite, da za pridobitev zelenega ne smejo uporabiti nasilja. Na mizo položite eno pomarančo in recite: »Začnite!«

Običajno nekdo vzame pomarančo in tako ima ena ekipa pomarančo. Kako se skupine spopadejo s situacijo, pa je presenečenje. Včasih se bodo skupine poskušale dogovoriti, da si bodo pomarančo razdelile na pol. Včasih se sploh ne bodo pogajale. Včasih se bosta skupini še naprej dogovarjali in ugotovili, da obe potrebujeta različne dele pomaranče; nekdo iz ene od ekip bo olupil pomarančo in vzel del, ki ga potrebuje. Ne vmešavajte se. Po treh minutah naznanite: »Stop, igre je konec!« ali »Čas se je iztekel«.

Razmislek / poročanje

Z vprašanji spodbudite otroke, da pripovedujejo o dejavnosti:

- Kako lahka ali težka je bila naloga? Zakaj?
- Ali je vaša ekipa dobila, kar je želela, še pred iztekom treh minut?
- Kakšen je bil cilj vaše ekipe?
- Kakšen je bil izid spora zaradi pomaranče?
- Kaj ste storili, da bi se spopadli s situacijo/rešili težavo/rešili konflikt?
- Zakaj je pomembno, da se ljudje sporazumevajo, da bi rešili konflikte?
- Ali se ljudje vedno sporazumevajo med seboj, ko so v konfliktu? Zakaj da salo zakaj ne?
- Ali ljudje v konfliktu vedno želijo isto?
- Ali ste se v svojem življenju/šoli že kdaj srečali s podobnimi situacijami? Kakšen je bil izid?
- Kakšne zamisli imate o tem, kako ravnati/se obnašati/reagirati v podobnih situacijah v prihodnosti? Kako lahko komuniciramo, da bi rešili konflikt?

Zamisli za ukrepanje

Razvijte ideje o tem, kako se spopasti s konflikti v skupini/razredu. Te zamisli zapišite na tablo ali skupaj ustvarite plakat in ga obesite nekje v sobi.

Različice

Prilagoditev za večje skupine: Ustvarite štiri skupine, ki bodo hkrati izvajale dve »pomarančni igri«, tako da preprosto oblikujete dve ekipi A in dve ekipi B ter podate enaka navodila, kot so navedena zgoraj. Ena ekipa A naj sedi nasproti ene ekipe B, druga ekipa A pa nasproti druge ekipe B. Na mizo med vsako ekipo postavite eno pomarančo. Dejavnost začnite in končajte ob istem času. Morda bo zanimivo razpravljati o različnih postopkih in rezultatih v vsaki »bitki«. Če delate z dvema vzporednima procesoma, lahko v pomoč povabite tudi sodelavca.

Če želite ali če pomaranč ni na voljo, lahko uporabite drugo sadje.

Nasveti

- Po treh minutah vzemite pomarančo ali tisto, kar je ostalo od nje, da se izognete motnjam med poročanjem. Če so učenci sedeli ali stali ob mizi, jih pri poročanju postavite v krog.
- Med konfliktom ne poskušajte vplivati na rezultate, temveč otrokom poudarite, da za doseg zelenega ne sme biti nasilja.
- Ekipi A in B lahko povabite, da sedita na nasprotnih straneh mize. Bodite pripravljeni na čiščenje mize, saj so otroci včasih zelo navdušeni in popolnoma uničijo pomarančo.





*Navdih po Compasitu - Priročnik za izobraževanje o človekovih pravicah z otroki (Svet Evrope
- Evropski mladinski oddelek)*

