



Биро за развој на образованието

ПРИРАЧНИК ЗА ОБРАЗОВАНИЕ ЗА ЖИВОТНИ ВЕШТИНИ

од IV до VI одделение - основно училиште



Биро за развој на образованието

ПРИРАЧНИК ЗА ОБРАЗОВАНИЕ ЗА ЖИВОТНИ ВЕШТИНИ

од IV до VI одделение - основно училиште

Издавач:

Биро за развој на образованието

За издавачот:

Весна Хорватовиќ, директор

Уредници:

Жанета Чонтева

Митко Чешларов

Лектура:

Катица Трајкова

Печати:

Винсент - Графика

Тираж:

5.500 примероци

CIP – Каталогизација во публикација
Национална и универзитетска библиотека „Св. Климент Охридски“, Скопје

373.3.091.3 : 316.61 (035)

316.61 (035)

ПРИРАЧНИК за образование за животни вештини : од IV до VI одделение-основно училиште / [прирачникот го подготвија Филипина Негриевска... (и др.) ; под раководство на Виолета Петровска-Бешка ; уредници Жанета Чонтева, Митко Чешларов]. - Скопје : Биро за развој на образованието, 2009. – 326 стр. : илустр. ; 30 см

ISBN 978-608-206-009-5

а) Животни вештини – Основно образование – Наставни методи – Прирачници

COBISS.MK-ID 78957322

Содржина

I тема: ЈАС - ЛИЧЕН РАЗВОЈ	16
Содржина I-1: ГРАДЕЊЕ САМОДОВЕРБА	16
Работилница I-1.1: Здравница.....	18
Работилница I-1.2: Огледалце, огледалце мое	22
Работилница I-1.3: Јас можам	23
Содржина I-2: ГРАДЕЊЕ СЛИКА ЗА СЕБЕ КАКО ЧЛЕН НА СЕМЕЈСТВОТО И КАКО УЧЕНИК	25
Работилница I-2.1: Различни семејства - иста љубов	26
Работилница I-2.2: Моите одговорности	29
Работилница I-2.3: Секој прави по нешто.....	30
Содржина I-3: ПРЕПОЗНАВАЊЕ И ИЗРАЗУВАЊЕ НА СОПСТВЕНИТЕ ЕМОЦИИ.....	31
Работилница I-3.1: И пријатно и непријатно	32
Работилница I-3.2: Силни чувства.....	35
Работилница I-3.3: Препознавање на чувствата	37
Содржина I-4: СПРАВУВАЊЕ СО ЗАГУБА И ЖАЛЕЊЕ	39
Работилница I-4.1: Барометар на емоции.....	40
Работилница I-4.2: Загубата на зајакот Зозо	42
Содржина I-5: СПРАВУВАЊЕ СО УСПЕХ/ НЕУСПЕХ	45
Работилница I-5.1: Ништо не успева толку добро како успехот!.....	46
Работилница I-5.2: Поговорки за успех и неуспех.....	48
Содржина I-6: ИСКАЖУВАЊЕ МИСЛЕЊЕ	50
Работилница I-6.1: Јас мислам вака и сакам сите да знаат!.....	51
Работилница I-6.2: Дебата	53
Работилница I-6.3: Каж ми што мислиш, сакам да те слушнам	55
Содржина I-7: МЕНАЦИРАЊЕ НА СЛОБОДНОТО ВРЕМЕ.....	57
Работилница I-7.1: Слободно време	58
II тема: ЈАС И ТИ - ИНТЕРПЕРСОНАЛНИ ОДНОСИ.....	60
Содржина II-1: ПРИФАЌАЊЕ СЛИЧНОСТИ И РАЗЛИКИ	61
Работилница II-1.1: Дел по дел - сложувалка.....	62
Работилница II-1.2: Или ѝлакар или фошеља.....	65
Работилница II-1.3: Храна, облека или книџи.....	67
Работилница II-1.4: Од важно, ѝважно.....	69
Работилница II-1.5: Можам, не можам/ знам, не знам.....	70
Содржина II-2: ФОРМИРАЊЕ, ОДРЖУВАЊЕ И ПРЕКИНУВАЊЕ ВРСКИ	71
Работилница II-2.1: Цвете на пријателството	72
Содржина II-3: ЧУВАЊЕ ТАЈНА.....	74
Работилница II-3.1: Чување тајни.....	75
Содржина II-4: КАЖУВАЊЕ ЛАГИ/ ВИСТИНИ.....	76
Работилница II-4.1: Зошто лажеме?.....	77
Содржина II-5: ДАВАЊЕ И ПРИМАЊЕ ПОМОШ	78
Работилница II-5.1: Помагање ваму, помагање таму.....	79
Работилница II-5.2: Лавот и глушецот.....	81
Работилница II-5.3: Деца со посебни потреби.....	83
Содржина II-6: ПРИФАЌАЊЕ И ПРИЗНАВАЊЕ ГРЕШКИ.....	86
Работилница II-6.1: Грешење и простување	87

Содржина II-7: СПРАВУВАЊЕ СО ЕМОЦИИ	88
<i>Работилница II-7.1: Однесување во лутина</i>	<i>89</i>
<i>Работилница II-7.2: Напаѓачко однесување.....</i>	<i>91</i>
<i>Работилница II-7.3: Контрола на сопствената лутина</i>	<i>94</i>
<i>Работилница II-7.4: Симпа, симпа, ти и јас... ..</i>	<i>96</i>
Содржина II-8: КОМУНИЦИРАЊЕ	97
<i>Работилница II-8.1: Говорот на моето лице.....</i>	<i>98</i>
<i>Работилница II-8.2: Прашување за погодување</i>	<i>100</i>
<i>Работилница II-8.3: Слушање и разбирање</i>	<i>102</i>
<i>Работилница II-8.4: Активно слушање</i>	<i>104</i>
<i>Работилница II-8.5: Ако добро те разбрав</i>	<i>105</i>
Содржина II-9: СПРАВУВАЊЕ СО НАСИЛНИЧКО ОДНЕСУВАЊЕ.....	107
<i>Работилница II-9.1: Исмеаната Леа</i>	<i>108</i>
Содржина II-10: РАЗРЕШУВАЊЕ КОНФЛИКТИ.....	111
<i>Работилница II-10.1: Исто гледаме, друго гледаме.....</i>	<i>112</i>
<i>Работилница II-10.2: Конфликтите се скалила.....</i>	<i>116</i>
<i>Работилница II-10.3: Потреби</i>	<i>128</i>
<i>Работилница II-10.4: Извор на конфликтите</i>	<i>130</i>
<i>Работилница II-10.5: Избегнување, спротивставување или.....</i>	<i>132</i>
<i>Работилница II-10.6: Јас обраќање.....</i>	<i>134</i>
III тема: ЈАС И ДРУГИТЕ - ОПШТЕСТВЕНИ ОДНОСИ.....	134
Содржина III-1: ПОЗНАВАЊЕ НА БАЗИЧНИТЕ ЧОВЕКОВИ ПРАВА	137
<i>Работилница III-1.1: Права и правила.....</i>	<i>138</i>
<i>Работилница III-1.2: Права и одговорности.....</i>	<i>140</i>
<i>Работилница III-1.3: Колку добро ги познаваш своите права?</i>	<i>141</i>
Содржина III-2: ПОЧИТУВАЊЕ НА ДРУГИТЕ (НЕДИСКРИМИНАЦИЈА).....	146
<i>Работилница III-2.1: Бизнисмени и фотомодели</i>	<i>147</i>
<i>Работилница III-2.2: Со кафеави очи или без.....</i>	<i>149</i>
Содржина III-3: МЕЃУСЕБНО ПОДДРЖУВАЊЕ И СОРАБОТКА	151
<i>Работилница III-3.1: Тројца на еден.....</i>	<i>152</i>
<i>Работилница III-3.2: Од зборови до реченици.....</i>	<i>154</i>
<i>Работилница III-3.3. ПОМОШ!</i>	<i>157</i>
Содржина III-4: ПОЗНАВАЊЕ НА СТРУКТУРАТА НА ГРУПАТА.....	159
<i>Работилница III-4.1: Колку многу групи!?.....</i>	<i>160</i>
Содржина III-5: ДОНЕСУВАЊЕ ОДЛУКИ ВО ГРУПА	162
<i>Работилница III-5.1: Бура на идеи</i>	<i>163</i>
<i>Работилница III-5.2: Добар лидер, добар клас</i>	<i>165</i>
<i>Работилница III-5.3: Да фрламе паричка или да гласаме?.....</i>	<i>166</i>
<i>Работилница III-5.4: Да се спротивставувам или не?</i>	<i>167</i>
<i>Работилница III-5.5: Моја одлука, твоја одлука</i>	<i>169</i>
Содржина III-6: ОДОЛЕВАЊЕ НА СОЦИЈАЛНИ ПРИТИСОЦИ	170
<i>Работилница III-6.1: Прифатливо и неприфатливо однесување.....</i>	<i>171</i>
<i>Работилница III-6.2: Ај да гребеме автомобили!.....</i>	<i>175</i>
<i>Работилница III-6.3: Момчињата не плачат</i>	<i>177</i>
<i>Работилница III-6.4: Пепелашко</i>	<i>179</i>
Содржина III-7: ПРЕЗЕМАЊЕ ОДГОВОРНОСТ ЗА ПОСТАПКИТЕ.....	183
<i>Работилница III-7.1: Случките на Оги</i>	<i>184</i>

<i>Работилница III-7.2: Правила, правила, правила!</i>	186
Содржина III-8: ГРАДЕЊЕ ПОЗИТИВЕН ОДНОС КОН СВОЈАТА ЗЕМЈА	188
<i>Работилница III-8.1: Во согласност со уставот или не?</i>	189
<i>Работилница III-8.2: Претстави ја Македонија</i>	190
Содржина III-9: ГРАДЕЊЕ ЧУВСТВО НА ОПШТОЦИВИЛИЗАЦИСКА ПРИПАДНОСТ	192
<i>Работилница III-9.1: Светот по 20 години</i>	193
<i>Работилница III-9.2: Ние сме виножито</i>	194
Содржина III-10: ПЕРЦЕПИРАЊЕ ПОЗИТИВНИ МОДЕЛИ НА ИДЕНТИФИКАЦИЈА	196
<i>Работилница III-10.1: Сакам да бидам</i>	197
<i>Работилница III-10.2: Интервју</i>	199
<i>Работилница III-10.3: Херои</i>	200
Содржина III-11: РАЗВИВАЊЕ КРИТИЧКИ ОДНОС КОН МЕДИУМИТЕ	201
<i>Работилница III-11.1: Приказната на "другиот"</i>	202
<i>Работилница III-11.2: Програма за деца?!</i>	206
Содржина III-12: КОРИСТЕЊЕ НА ИНСТИТУЦИИ ЗА ЗАШТИТА И БЕЗБЕДНОСТ	208
<i>Работилница III-12.1: Институции за заштита</i>	209
<i>Работилница III-12.2: Кога си во неволја, јави се на</i>	212
IV тема: ЈАС И ЗДРАВЈЕТО - ЗДРАВО ЖИВЕЕЊЕ	214
Содржина IV-1: СТЕКНУВАЊЕ НАВИКИ ЗА ЗДРАВА ИСХРАНА.....	215
<i>Работилница IV-1.1: Барометар што троши калории</i>	216
<i>Работилница IV-1.2: Пирамида на исхрана</i>	218
<i>Работилница IV-1.3: Жежок компир</i>	221
<i>Работилница IV-1.4: Салата или сендвич?</i>	223
<i>Работилница IV-1.5: Едноставни јадења</i>	225
<i>Работилница IV-1.6: Органско гориво</i>	226
<i>Работилница IV-1.7: Здрави навики</i>	229
Содржина IV-2: ВОДЕЊЕ ГРИЖА ЗА ЛИЧНАТА ХИГИЕНА.....	232
<i>Работилница IV-2.1: Поврзувалки</i>	233
<i>Работилница IV-2.2: Мое - наше</i>	235
<i>Работилница IV-2.3: Приказната за Кала</i>	236
<i>Работилница IV-2.4: Соодветно облекување</i>	239
<i>Работилница IV-2.5: Моја облека - моја грижа</i>	241
<i>Работилница IV-2.6: Приказна од закачалката</i>	243
Содржина IV-3: ПРЕВЕНЦИЈА ОД БОЛЕСТИ И ЗАБОЛУВАЊА	245
<i>Работилница IV-3.1: Болести</i>	246
<i>Работилница IV-3.2: Облечете ја Здравка</i>	249
<i>Работилница IV-3.3: Повреди</i>	251
Содржина IV-4: РАЗВИВАЊЕ СВЕСТ ЗА СЕКСУАЛНОТО ЗДРАВЈЕ	253
<i>Работилница IV-4.1: Приказната за Инга</i>	254
<i>Работилница IV-4.2: Промени</i>	257
<i>Работилница IV-4.3: Пубертет - квиз</i>	258
<i>Работилница IV-4.4: Заштита од сексуална злоупотреба</i>	261
<i>Работилница IV-4.5: Сексуално вознемирување</i>	263
<i>Работилница IV-4.6: Ситуации</i>	266
Содржина IV-5: ПРЕВЕНЦИЈА ОД ПУШЕЊЕ И ПИЕЊЕ АЛКОХОЛ.....	269
<i>Работилница IV-5.1: Заштита од пушење</i>	270
<i>Работилница IV-5.2: Здравје или не?</i>	272
<i>Работилница IV-5.3: Антиреклами</i>	274

V тема: ЈАС И ОКОЛИНАТА - ОДНОС СО НАДВОРЕШНАТА СРЕДИНА	275
Содржина V-1: БЕЗБЕДНО ОДНЕСУВАЊЕ ВО СРЕДИНАТА	276
Работилница V-1.1: Ризици	277
Работилница V-1.2: Мојот ѝаѝ до училиште	280
Работилница V-1.3: Безбедност во сообраќајот	282
Работилница V-1.4: Безбедност во сообраќајот II	283
Работилница V-1.5: Важно е да се знае	284
Работилница V-1.6: Лавиринѝ	286
Работилница V-1.7: Оружје	288
Содржина V-2: ГРАДЕЊЕ ПОЗИТИВЕН ОДНОС КОН ОКОЛИНАТА	289
Работилница V-2.1: Раскриваме	290
Работилница V-2.2: Нашата училница	291
Работилница V-2.3: Отпад? Загадување? Украс?	292
Работилница V-2.4: Ден на планетата Земја	293
Работилница V-2.5: Во училницата	294
Содржина V-3: ГРАДЕЊЕ ПОЗИТИВЕН ОДНОС КОН РАСТЕНИЈАТА И ЖИВОТНИТЕ	296
Работилница V-3.1: Оригами	297
Работилница V-3.2: Крстозбор	300
Работилница V-3.3: Големата мала Весна	302
Работилница V-3.4: Бонжита и Тревко	305
Работилница V-3.5: Хранилки за пеперутки	308
Работилница V-3.6: Хранилки за птици	310
Содржина V-4: ПОДОБРУВАЊЕ, ОДРЖУВАЊЕ И РАЗУБАВУВАЊЕ НА ОКОЛИНАТА	312
Работилница V-4.1: Нашата училница	313
Содржина V-5: ЗАШТИТА НА ПЛАНЕТАТА ЗЕМЈА	315
Работилница V-5.1: Зелена прошетка - загадометар	316
Работилница V-5.2: Технологија= загадување?	319
Работилница V-5.3: Вода	321

Прирачникот го подготвија:
Филипина Негриевска
Сафет Балажи
Сашо Николоски-Алушевски
Рената Дедова
под раководство на
проф. д-р Виолета Петроска-Бешка

Во прирачникот се користени материјали подготвени за потребите на различни образовни програми креирани од експертскиот тим на Центарот за човекови права и разрешување конфликти:

- » Дедова, Р.; Негриевска, Ф. и Цветаноска, М. (2003). Исти, слични, различни: работилници за интернетничка толеранција (прирачник за интерна употреба). Центар за човекови права и разрешување конфликти и УНИЦЕФ.
- » Најчевска, М. (раководител на проектот) (2000). Имам право: Проект за имплементација за правата на детето во IV одделение од основното образование (прирачник за наставници). Центар за човекови права – Институт за социолошки и политичко-правни истражувања и УНИЦЕФ.
- » Петроска-Бешка, В. (1996). Игри за разрешување конфликти за деца од 9 до 11 години (прирачник за обучувачи). Проект за разрешување на етничките конфликти – Филозофски факултет, Скопје.
- » Петроска-Бешка, В.; Поповски, М. и Абдулаи, Ј. (1997). Разбирање на конфликтите (прирачник за обучувачи). Проект за разрешување на етничките конфликти – Филозофски факултет, Скопје
- » Петроска-Бешка, В. (2002). Абра-мир-добра, Образование за мир, 1 и 2 дел (прирачник за интерна употреба). Центар за човекови права и разрешување конфликти и УНИЦЕФ.
- » Петроска-Бешка, В. (2005). Едукација за разрешување конфликти за VII одделение (прирачник за наставници). Центар за човекови права и разрешување конфликти и УНИЦЕФ.
- » Цветаноска, М.; Балажи, С. и Негриевска, Ф. (1999). Потрага по скриеното богатство: Работилници за психосоцијална поддршка на деца. Проект за разрешување на етничките конфликти – Филозофски факултет, Скопје.

ВОВЕД

ШТО Е ОБРАЗОВАНИЕ ЗА ЖИВОТНИ ВЕШТИНИ?

На сите деца, без оглед на потеклото и способностите, им требаат вештини што ќе им овозможат да ги користат своите знаења за да практикуваат здрави облици на однесување и да ги избегнуваат оние што се закана за нивното лично, емоционално и социјално здравје. Таквите вештини ќе им помогнат да бидат зрели, активни и одговорни личности во едно граѓанско и мултикултурно општество.

По што образованието за животни вештини се разликува од другите пристапи кои се обидуваат да влијаат врз однесувањето на децата?

- » Образованието за животни вештини е насочено кон внесување промени во однесувањето преку стекнување определени знаења, ставови и вештини кои им помагаат на децата да изберат и да практикуваат здраво однесување, место само да учат што значи тоа.
- » Основната задача на образованието за животни вештини е да го претвори знаењето во однесување, па затоа секоја програма за животни вештини треба да нуди балансиран однос меѓу: (1) знаења и информации, (2) ставови и вредности и (3) вештини.
- » Образованието за животни вештини се базира на партиципативни методи на учење и поучување што ги прави децата активни учесници во процесот на учењето, место да ги третира како пасивни примачи на информации.

Образованието за животни вештини поаѓа од основната поставка дека стекнувањето животни вештини е право на секое дете. Тоа го прави соодветно на потребите на децата од секоја возраст и приспособливо да одговори на реалните предизвици од секојдневниот живот на децата.

Образованието за животни вештини зема предвид дека однесувањето на поединецот зависи од различни фактори, кои произлегуваат како од семејството, училиштето и пошироката заедница, така и од индивидуалните фактори во кои спаѓаат знаењата, ставовите, вештините и особините на личноста. Заради тоа, образованието за животни вештини не се спроведува изолирано од другите извори на влијанија, туку напротив, настојува да ја зајакне единката за да може да се соочи со предизвиците кои произлегуваат од влијанијата на средината во која опстојува.

ШТО СЕ ЖИВОТНИ ВЕШТИНИ?

Терминот животни вештини се однесува на голема група психосоцијални вештини, чија цел е да придонесат за личниот, емоционалниот и социјалниот развој на децата и да обезбедат физичка, ментална и социјална благосостојба на децата.

Многу е тешко да се направи список на сите можни животни вештини, но вообичаено е како најважни да се сметаат оние што се дадени во табелата што следи (Табела 1). Кои животни вештини ќе бидат нагласени и на кои ќе им се посвети поголемо внимание во процесот на образованието, зависи од темата и содржината што се пренесува, од реалната животна ситуација во училиштето и во пошироката околина и, како најважно, од потребите на самите ученици. Без оглед на контекстот во кој е ставено, образованието за животни вештини треба да промовира позитивни вредности и да ги применува вештините за задоволување на конкретни потреби на децата.

Табела 1. Најважни животишни вештини
(сѝорег Свејскаѝа здравѝвена орѝанизација)

<p>Свест за себе:</p> <ul style="list-style-type: none"> » свест за сопствените вредности (само-доверба, позитивна слика за себе); » свест за сопствените слабости (реалистични очекувања, реална слика за себе); » свест за правата и одговорностите; » јасна слика за вредностите; » мотивираност за грижа за себе си. 	<p>Емпатичност:</p> <ul style="list-style-type: none"> » грижа за другите; » толеранција на разлики; » почитување на другите; » дружељубивост.
<p>Комуникациски вештини:</p> <ul style="list-style-type: none"> » ефективна и соодветна вербална и невербална комуникација; » способност за изразување; » асертивност; » активно слушање; » способност за преговарање. 	<p>Интерперсонални вештини:</p> <ul style="list-style-type: none"> » соработливост; » подготвеност за тимска работа; » формирање и прекинување пријателства; » препознавање на границите за соодветно интерперсонално однесување;
<p>Вештини за донесување одлуки:</p> <ul style="list-style-type: none"> » донесување одлуки со полна свесност за факторите што влијаат врз мислењето и изборот; » донесување одлуки засновани на точна проценка на ситуацијата; » поставување реалистични цели; » планирање на сопствените постапки со земање предвид на можните последици; » преземање одговорност за сопствените постапки; » подготвеност за менување на одлуките заради прилагодување на нови ситуации. 	<p>Вештини за решавање проблеми:</p> <ul style="list-style-type: none"> » идентификување на проблемите и причините за нивното појавување; » точна проценка на активностите што можат да се преземат за решавање на проблемите; » идентификување каде може да се бара помош кога се има проблем и барање помош; » подготвеност за компромис; » подготвеност за учество во групно решавање проблеми.
<p>Креативно мислење:</p> <ul style="list-style-type: none"> » позитивно мислење; » активно учење (потреба за барање нови знаења); » способност за себе-изразување; » идентификување на алтернативни можности; » смислување оригинални решенија на проблемите. 	<p>Критичко мислење:</p> <ul style="list-style-type: none"> » спознавање на социјалните и културните влијанија врз ставовите, вредностите и однесувањето (вклучувајќи го притисок на врсниците и влијанието на медиумите); » свесност за нееднаквост, неправда и предрасуди; » свест за улогата на одговорен граѓанин.
<p>Справување со емоции:</p> <ul style="list-style-type: none"> » препознавање на емоциите кај себе си и кај другите; » поврзување на емоциите со доживувањата, мислењето и однесувањето; » справување со фрустрации, лутина, здодевност, тага, страв и анксиозност; » справување со силни емоции кај другите. 	<p>Справување со стрес:</p> <ul style="list-style-type: none"> » справување со ситуации на кои не може да се влијае; » развивање стратегии за справување со загуба, одбивање, критикување; » справување со употреба на психотропни супстанции; » одолевање на притисоци; » справување со стресни ситуации » менаџирање на времето

КАКО СЕ ПОУЧУВА ЗА ЖИВОТНИ ВЕШТИНИ

Кога се работи за образование за животни вештини, не е доволно да се определи кои се вештините што децата треба да ги совладаат, туку и кои наставни методи ќе се користат. Како ќе се поучува е подеднакво важно со тоа што ќе се учи. Тоа значи дека наставата насочена кон стекнување животни вештини треба да се заснова на активни методи и пристапи што овозможуваат децата да учат низ искуство, практикувајќи ги овие вештини. Во таквото учење клучна е улогата на наставникот/наставничката – од него/неа зависи дали образованието за животни вештини ќе се сведе на пренесување знаења за тоа како би требало да се постапува во определени ситуации или пак ќе опфати и стекнување на вештини што ќе му овозможат на детето да постапува на соодветен начин кога ќе се најде во конкретна ситуација.

Во табелата што следи (Табела 2) се наведени почесто користените методи на активно учење што се користат во поучувањето за животни вештини. Покрај тоа што се определени главните придобивки од примената на секој метод, во табелата се наведени и конкретни совети за успешна примена на секој метод.

Табела 2. Најчесто користени методи во образованието за животни вештини

метод	придобивки	совети за наставникот/наставничката
дискусија со цела група	<ol style="list-style-type: none"> 1. Поттикнува на размена на мислења. 2. Помага во заедничко доаѓање до заклучоците и извлекување на пораките од активностите. 3. Помага во стекнување вештини за комуницирање и меѓусебно почитување. 	<ul style="list-style-type: none"> » Наставникот треба да овозможи самите ученици да ја извлечат по-раката и да дојдат до заклучокот. Одговорите што водат кон заклучокот се повторуваат од страна на наставникот. » Наставникот треба да обезбеди почитување на правилата за однесување што претходно се договорени со учениците. Во случај на прекршување на правилата, се идентификува и се наведува правилото што е прекршено, без да се посочуваат децата што го прекршиле. » Наставникот треба доследно да ги почитува договорените правила и со своето однесување да им биде модел на учениците. » Секое дете треба да се поттикне да учествува во дискусијата. Предност во одговорот на прашањата им се дава на учениците кои поретко се јавуваат за збор. » Ниту едно дете не се принудува да одговори на прашањата во текот на дискусијата – треба да се изнајдат начини да се поттикнат сите деца доброволно да учествуваат. » Ниту еден одговор на учениците не треба да се третира како неточен, ниту пак да се реагира (вербално или невербално) како да е неточен.
Работни групи (мали групи)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Помагаат во активирање на секое дете, преку споделување на сопственото искуство и искажување на своето мислење. 2. Им помагаат на децата да научат меѓусебно да комуницираат, да соработуваат и да се почитуваат едни со други. 	<ul style="list-style-type: none"> » Најдобро е групите да бројат 4-5 деца, освен ако не е поинаку нагласено; » Не треба истите деца постојано да ја претставуваат работата на групата – внимавај во оваа улога да се менуваат момчиња и девојчиња; » Групите да се формираат по случаен избор (со користење карти за играње, броење и сл.) за да се оневозможи секогаш истите деца да бидат заедно; случајното формирање треба да биде транспарентно и јасно нагласено за да се елиминира можноста за бирање по преференција; » Инструкциите за работа во групите треба да бидат јасни и добро разбрани од сите; » Наставникот треба да обезбеди сите членови на групата да учествуваат и да придонесуваат во работата.

<p>Анализа на приказни</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ги презентираат информациите на интересен начин за да им помогнат на децата полесно да разберат и да запомнат. 2. Овозможуваат да се воведат потешки и чувствителни теми. 3. Придонесуваат за развивање на детската фантазија. 4. Придонесуваат за развивање комуникациски вештини (слушање, зборување, пишување). 	<ul style="list-style-type: none"> » Приказните треба да бидат интересни и драматично да се читаат или раскажуваат; » Приказните треба да бидат разбирливи за децата – да може децата лесно да ја откријат и разберат пораката на приказната и да ги идентификуваат чувствата на главните јунаци; » Приказните треба да се користат како поттик за цртање, глумење или некоја друга активност; » Приказните треба да поттикнуваат на поврзување со секојдневниот живот на децата.
<p>Цртање, моделирање, колажи и други ликовни техники</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Претставува средство за изразување на мислењето на децата. 2. Поттикнува на креативно мислење. 3. Помага да се пренесат и запомнат информациите. 	<ul style="list-style-type: none"> » Не е битно да биде уметничко – многу е побитна содржината на нацртаното; » Треба да биде временски ограничено и навестено на учениците; » Може да се црта индивидуално или групно.
<p>Анализа на ситуации/ случаи</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Овозможува преку критичка анализа на дадено однесување, да се поттикне на алтернативно однесување. 2. Поттикнува на критичко и креативно мислење. 	<ul style="list-style-type: none"> » Ситуациите треба да бидат куси, едноставни и лесно разбирливи; » ситуациите треба да произлегуваат од реалноста на децата и да ја одразуваат таа реалност.
<p>Демонстрации и симулации</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Помагаат да се поврзе апстрактното знаење со конкретни ситуации во реалноста. 2. Придонесуваат да се развијат практични вештини и вештини за посматрање. 3. Поттикнуваат на логичко размислување. 	<ul style="list-style-type: none"> » Најдобро е да се користат вистински нешта (како храна, топка, или други предмети) место слики на нештата. » Децата треба да се охрабруваат самостојно да се вклучат во практичните демонстрации и симулации, со минимална помош од наставникот.
<p>глумење и играње улоги</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Придонесуваат за развивање на сите видови комуникациски вештини. 2. Овозможуваат децата да ги анализираат ставовите и емоциите, па дури и тогаш кога се работи за чувствителни теми како што е сексуалноста или пречките во развојот. 3. Придонесуваат за развивање на само-довербата кај децата. 4. Поттикнуваат на активности кои бараат од децата да размислуваат и да одлучуваат. 	<ul style="list-style-type: none"> » Децата самите треба да си ги смислат драматизациите во кои ќе глумат и улогите што ќе ги имаат. » Како реквизити може да се користат вистински кукли, но и многу едноставно подготвени замени направени од чорапи, хартиени кеси или слични предмети што можат да се прилагодат. » Секоја драматизација треба или да биде илустрација на определена порака, или да води кон определена порака. » Драматизациите може да се користат секогаш кога ќе дојде до „проблематично“ однесување вон часовите за учење животни вештини.

<p style="text-align: center;">игровни активности</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Помагаат да се воведат темата на забавен начин. 2. Придонесуваат полесно да се запомни пораката. 3. Овозможуваат сите да учествуваат и придонесуваат за развивање на само-довербата кај децата. 	<ul style="list-style-type: none"> » За играње на игрите најчесто треба празен простор (а поретко и посебен аранжман на просторот), кој може да се обезбеди со поместување на клупите и столчињата со непосредно учество на учениците (и момчињата и девојчињата подеднакво). » Во игрите треба да учествува и наставникот – на почетокот, кога преку својот пример помага во разбирање на инструкциите и/или преку учество во активностите на истиот начин кој го бара од учениците.
--	--	---

КАКО СЕ КОРИСТИ ПРИРАЧНИКОТ

Во прирачникот се застапени сите пет теми вклучени во програмата за животни вештини:

1. ЈАС – Личен развој
2. ЈАС и ТИ – Интерперсонални односи
3. ЈАС и ДРУГИТЕ – Општествени односи
4. ЈАС и ЗДРАВЈЕТО – Здраво живеење
5. ЈАС и ОКОЛИНАТА – Однос кон надворешната средина

За секоја тема наставната програма предвидува по неколку содржини што се обработуваат низ различни активности. Во прирачникот се наведени содржините за секоја тема заедно со она што се очекува ученикот да го стекне како знаења, вештини и ставови/вредности по совладувањето на секоја содржина одделно. Очекуваните резултати за секоја содржина директно произлегуваат од наставните цели зацртани со програмата. Од наставникот/наставничката се очекува, додека ја води работилницата, да се раководи од целите кон кои се стреми конкретната тема и содржина.

Прирачникот содржи различен број работилници за секоја тема од наставната програма, односно за секоја содржина во рамките на темата. Бројот на работилниците варира зависно од бројот на содржини во темата, но и од сложеноста на поставените наставни цели, односно исходи од учењето вклучени во самата тема/содржина. Со реализација на секоја одделна работилница се постигнуваат по неколку наставни цели истовремено, што не значи дека една работилница може да замени повеќе, ниту пак дека конкретните понудени работилници може да се комбинираат, модификуваат или да се пренаменуваат. .

Секоја работилница е структурирана така што опфаќа неколку компоненти кои се реализираат една по друга и најчесто произлегуваат една од друга. Намената на секоја компонента и нејзините главни карактеристики се опишани во Табела 3.

Табела 3. Опис на компонентите што ја сочинуваат структурата на работилниците

КОМПОНЕНТА	НАМЕНА	СОВЕТИ ЗА НАСТАВНИКОТ/ НАСТАВНИЧКАТА
введена активност	- Ги воведува учениците во темата на работилницата и/или дава забавен тон на работилницата	<ul style="list-style-type: none"> » Претставува игрива активност. » Треба да трае околу 5-10 минути » Може, но не мора да има видлива врска со темата » Може да заврши со прашања што ја обезбедуваат врската со главната активност.
главна активност	- Обезбедува постојанство на поставените цели и очекуваните резултати (учениците да ги стекнат бараните знаења, вештини и ставови) преку искуства во учењето.	<ul style="list-style-type: none"> » Ги содржат носечките активности на работилницата организирани во вид на глумење/играње улоги, цртање, анализа на приказни, анализа на ситуации/случаи, или различни видови на игровни активности » Повеќето работилници имаат една главна активност, но некои може да имаат и по две, кои произлегуваат една од друга. » Главната активност (или активности) треба да трае 20-30 минути.
дискусија	<ul style="list-style-type: none"> - Поттикнува на размена на впечатоци и мислења од главната активност. - Обезбедува да се дојде до заклучоците кон кои се стреми работилницата (до постојанство на целите и исходите). 	<ul style="list-style-type: none"> » Следи по главната активност (или по секоја главна активност, доколку ги има повеќе). » Се води врз основа на серија од структурирани прашања што се надоврзуваат на искуствата од главната активност. » Ја води наставникот во улога на фацилитатор – не ги нуди заклучоците, туку ги води учениците самите да дојдат до нив преку генерализирање на претходните искуства и предзнаења.
заклучок	- Им дава на наставниците насоки за што што треба да произлезе од дискусијата со учениците.	<ul style="list-style-type: none"> » Ги резимира знаењата, вештините и ставовите што треба учениците да ги стекнат во контекст на конкретната работилница. » Не им се кажуваат на учениците – наставникот го има на ум кога ги поставува прашањата (и потпрашањата) за дискусија
завршна активност	- Ги раздвижува учениците по дискусијата и/или обезбедува завршување на работилницата со позитивни чувства.	<ul style="list-style-type: none"> » Претставува игровна активност. » Може да трае најмногу 5 минути. » Не е неопходна кога главната активност е пообемна и содржи различни методи на работа. » Може да се спроведува пред или по рефлексијата – ако произлегува од главната активност или има допирни точки со неа, се препорачува да претходи на рефлексијата, но доколку е независна од главната активност може да следи по рефлексијата.
рефлексија	- Го резимира наученото и го поврзува со секојдневниот живот – ги поттикнува учениците да размислуваат за што што доживеале и што разбрале и како може наученото да го применат	<ul style="list-style-type: none"> » Следи по завршната или по главната активност, зависи од врската меѓу завршната и главната активност. » Се води секогаш врз основа на истите четири прашања. » Ја води наставникот во улога на фацилитатор – не наметнува свое гледање и доживување, туку само обезбедува атмосфера учениците да ги изнесат сопствените доживувања и да понудат примена на наученото во секојдневниот живот.

Прирачникот содржи работилници што се наменети за деца на возраст од 9 до 11 години, односно за ученици од 4 до 6 одделение. При тоа, работилниците не се возрастасно групирани со цел да му се обезбеди доволно слобода на реализаторот на програмата самиот да избере кои работилници ги смета за побазични и/или посоодветни за возраста, зрелоста и потребите на своите ученици. Тоа истовремено значи дека реализаторот може да ги приспособува прикажаните работилници на возраста, зрелоста и на потребите на учениците, доколку при тоа се придржува кон претходно опишаната структура на работилницата.

Работилниците што се нудат во прирачникот може и да не ги покриваат сите часови предвидени за содржини посветени на образование за животни вештини од 4 до 6 одделение. Од наставникот/наставничката што ја реализира програмата за животни вештини се очекува да биде и креатор на работилници со кои ќе се пополни преостанатиот број часови предвидени со наставната програма. На реализаторот на програмата му се дава слобода да креира нови работилници кои, од една страна, ќе произлегуваат од целите на програмата, а од друга страна, ќе ги почитуваат потребите на неговата/нејзината група ученици или потребите што ги наметнува определена ситуација во паралелката, во училиштето или во пошироката заедница. Во тој случај, се очекува моделот на работилниците прикажани во прирачникот и искуството стекнато преку нивното спроведување да се користи како основа за креирање на дополнителни работилници.

Работилниците што се дадени во прирачникот се групирани околу петте теми застапени во програмата за образование за животни вештини. При реализација на работилниците во работата со учениците не се очекува да се почитува редоследот на нивното презентирање во прирачникот, туку напротив, на реализаторот на програмата му се дава потполна слобода да варира со редоследот на работилниците, менувајќи ја темата од еден до друг час, при тоа почитувајќи ги потребите на учениците и на самите околности.

Некои од работилниците, според својата содржина или според своите цели, може да им изгледаат блиски на наставните содржини/цели застапени кај другите предмети. Тоа не значи дека таквите работилници треба да се избегнуваат, туку напротив, може да се користат како поттик, а понекогаш дури и како замена на часовите предвидени за поакадемските сродни содржини. Секогаш треба да се има на ум дека пристапот што го наметнуваат работилниците води кон потрајни резултати од учењето и освен што нуди знаења, поттикнува и на усвојување вештини и прифаќање на позитивни ставови и вредности.



І тема: ЈАС - ЛИЧЕН РАЗВОЈ

Содржина I-1: ГРАДЕЊЕ САМОДОВЕРБА

Се очекува ученикот/ученичката да:

Знаења	<ul style="list-style-type: none">» знае дека секој човек има свои јаки и слаби страни;» знае за широк опсег на работи коишто влијаат младите да се прифаќаат себеси;» знае за значењето на самодовербата во животот на луѓето;» знае различни техники за себеизразување со цел пренесување на своите ставови.
Вештини	<ul style="list-style-type: none">» умее да ја препознава својата единственост;» умее да ги идентификува своите потенцијали и да поставува цели за постигнување;» умее со сигурност да ги претстави/изрази своите знаења, можности и потреби;» умее отворено да зборува и да ги брани своите погледи и мисли.
Ставови/ вредности	<ul style="list-style-type: none">» сфати дека самодовербата и сигурноста во себе се важни за постигнувањата во животот;» прифати нови искуства со сигурност;» ја прифати важноста на себеизразувањето.

Работилница I-1.1: Здравница



Материјали:

- » листови хартија (пожелно е во различни бои),
- » прибор за боење,
- » работен лист за наставникот/наставничката: Упатство за правење чаша од хартија.

Воведна активност

Импулс 1.

Сите ученици стојат во круг и треба да пренесат импулс од имиња. Импулсот се пренесува на тој начин што секој ќе си го каже своето име, откако ќе го слушне името на ученикот што се наоѓа пред него во кругот.

Започнува наставникот така што го кажува своето име и го погледнува ученикот од неговата десна страна, давајќи му на тој начин знак да го преземе импулсот. Активноста завршува со аплауз од сите кога импулсот непречено ќе стигне до наставникот, откако тој ќе го повтори своето име.

Импулс 2.

Во следниот круг повторно се пренесува импулс, но овојпат за да го пренесе импулсот, секој ученик, освен своето име, ги кажува и имињата на оние што се наоѓаат лево и десно од него.

Започнува наставникот така што го кажува:

1. своето име,
2. името на ученикот лево од него, гледајќи во него, и
3. името на ученикот десно од него, гледајќи во него.

Продолжува ученикот десно од него на истиот начин, започнувајќи со своето име и завршувајќи со името на ученикот десно од него, кому му се предава импулсот.

Активноста завршува со општ аплауз кога импулсот непречено ќе стигне до наставникот и тој ги повтори имињата со кои започнал.

Импулс 3.

Постапката на пренесување на овој импулс е идентична со претходната (импулс 2). Но, наставникот пред да започне, учениците треба да си ги сменат местата во кругот – секој да се смести меѓу двајца други ученици.

На ваков начин може да се вртат повеќе кругови, а пред секој круг учениците треба да си ги разменуваат местата. При тоа, импулсот може и да го менува правецот – место само вдесно, во некои од круговите може да се испраќа и влево.

Главна активност

Активностите се одвиваат така што учениците, вклучувајќи го и наставникот, седат во круг, замислувајќи се како да се наоѓаат на заеднички ручек или вечера.

Секој ученик добива по еден лист хартија од кој треба да си направи чаша, следејќи ги инструкциите на наставникот според работниот лист на наставникот/наставничката „Упатство за правење чаша од хартија“, а потоа чашата треба да ја украсат со цртање и со боење.

Здравница 1.

Од секое дете, вклучувајќи го и наставникот, се бара да каже нешто исклучително за себе, со што може да се пофали пред другите. За таа цел, прво треба да стане од столчето, па да ја каже следната фраза:

„Не е дека се фалам, ама“ (исклучителното нешто).

Под исклучително нешто се подразбира или нешто што го направило или нешто што му се случило во минатото (на пример: „... како дете паднав во јама длабока 3м и не се повредив“; „...еднаш изедов 20 сарми“), или нешто што ретко кој друг може или сака да го прави (на пример: „... обожувам да јадам џем и сирење заедно“; „...знам да нуркам со опрема“).

Следното дете во кругот станува, ја крева „чашата“ и го повторува тоа што го слушало преку здравица, на следниот начин:

„Да се напиеме за (името на претходното дете), затоа што (исклучителното нешто за што се „пофалило“)“.

Потоа, сите стануваат, ги дигаат чашите и истовремено одговараат со зборовите: „На здравје!“ Потоа „пијат“ од чашите.

Активноста ја започнува наставникот, а потоа се редат учениците по редоследот како што се седнати во кругот. Здравницата завршува со аплауз откако сите ученици ќе добијат здравици.

Здравица 2.

Пред да започне оваа активност, учениците треба да си ги сменат своите места во кругот – секој да се смести меѓу двајца други ученици.

За разлика од претходниот круг, во кој секој ученик го креираше поводот за здравицата упатена кон себе, во овој круг секој ученик треба да смисли зошто би му упатил здравица на ученикот до него. Повод за здравица може да биде само некоја позитивна карактеристика што би можеле/сакале да му ја припишеме (пр: храбра, забавен, паметна, возбудлив). При тоа, еднаш употребената карактеристика не смее да се повторува (се смета за „потрошена“).

Ученикот што ја кажува здравицата треба да стои со „чашата“ в рака, завртен кон ученикот на кого му ја упатува здравицата. Здравицата треба да ги содржи следните зборови:

„Да се напиеме за (името на детето до него), затоа што е (позитивна карактеристика)“.

На здравицата одговараат сите така што стануваат, ги подигаат „чашите“, гласно велат: „Нека му/ѝ е на здравје на ... (името на ученикот)“ и „пијат“ од чашите.

Ученикот на кого му е упатена оваа здравица треба прво да се заблагодари, а потоа да продолжи со здравица упатена на следниот во кругот.

Повторно започнува наставникот, упатувајќи ја здравицата на ученикот десно или лево од него, во правецот според кој ќе тече редот. Се завршува со аплауз кога на сите ученици ќе им помине редот.



Дискусија

1. Дали ви беше пријатно кога ви доделија позитивна карактеристика? Дали ја „погодија“ карактеристиката што ви ја?
2. Кога се чувствувавте подобро – кога самите се фалевте или кога другите ве фалеа? Зошто?
3. Како се чувствувавте кога ви упатуваа здравица? Како во првиот, а како во вториот случај?



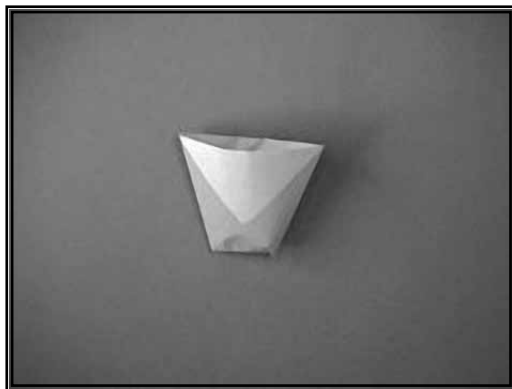
Рефлексија

1. Што правевме?
2. Како се чувствувавме?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

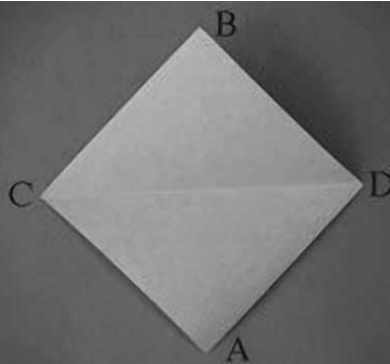
Заклучок

Пријатно е чувството кога можеме да се пофалиме пред другите, а уште попријатно кога другите не фалат. Многу е важно да бидеме свесни дека секој од нас по нешто е единствен и неповторлив. Секој од нас има свои позитивни – јаки страни и добро е да биде свесен за нив, да ги прифаќа и да ги почитува. Тие се неговите најважни алатки за успех во животот.

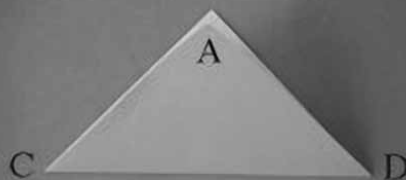
Работен лист за наставникот/наставничката: Упатство за правење чаша од хартија



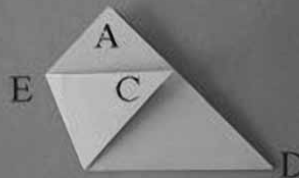
Од парче хартија во форма на квадрат превиткајте го аголот А и спојте го со аголот В. Работ CD израмнете го со прсти.



Превиткајте го аголот С кон средишната точка на страната AD и работ израмнете го со прсти.



Превиткајте го аголот D кон точката E и работ израмнете го со прсти.



Превиткајте го аголот А надолу, најмногу што може.



Превиткајте го аголот В на спротивната страна најмногу што може.
Чашата е готова и од неа навистина може да се пие.



Работилница I-1.2: Огледалце, огледалце мое...



Материјали:

- » мала топка,
- » работен лист за учениците I-1.2: Огледалце мое,
- » прибор за цртање.

Воведна активност

Учениците се делат во парови и секој од парот треба да му каже на другиот две работи кои успешно и добро ги прави и една работа што сега не ја знае, но би сакал да умее или да може да ја прави.

Потоа учениците формираат круг и наставникот држи мала топка во раката и на ученикот на кого ќе му ја подаде топката треба да го каже она што го слушнал од својот партнер. На пример: „Јована е махер за игри на компјутер и за математика, а би сакала да научи да игра кошарка“. Потоа детето ја подава топката на некое друго дете и активноста се повторува сè додека да поминат сите деца.

Главна активност

Секое дете добива по еден примерок од работниот лист за ученици „Огледалце мое“ и треба да се нацрта себеси, а од страните рамката да ја украси со зборови кои го опишуваат на позитивен начин (прекрасен/а, расположен/а, симпатичен/а, храбар/а, нежен/а...), а потоа на соодветните линии да ја напише својата:

- » омилена песна,
- » омилен филм,
- » омилено животно,
- » омилен спорт и
- » омилено јадење.

Откако сите ќе завршат, секој треба да избере како ќе се претстави себеси пред другите. Треба да избере една или повеќе работи за себе и може да ги претстави усно; преку некоја песна што ќе ја испее; преку цртеж; преку графит/стрип; преку пантомима и слично. Откако ќе смислат како ќе се претстават и ќе се подготват, треба да застанат во круг и еден по еден да се претстават. Секое претставување групата го наградува со бурен аплауз.



Дискусија

1. Како се чувствувавте додека пишувавте, цртавте и се претставувате себеси?
2. Како ви беше кога требаше да се опишувате себеси со позитивни зборови?
3. Дали секој од нас има свои позитивни, јаки страни? А дали има и слаби страни – работи кои би сакал да ги подобри?
4. На кои начини може да се изразите себеси? Дали преку опишување на своите интереси можете да ги претставите и своите ставови и мислења за одредени работи?
5. Дали е важно да се изразите себеси? Зошто?



Рефлексија

1. Што правевме?
2. Како се чувствувавме?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Заклучок

Секој човек има свои јаки и слаби страни. Добро е да си ги познаваме и да ги прифатиме и едните и другите за да можеме да имаме сигурност и самодоверба и да знаеме во која насока треба да работиме за да се подобриме. Себеси можеме да се изразиме на различни начини. Важно е да се изразуваме себеси затоа што на тој начин се самоостваруваме, го збогатуваме светот со нашата единственост и неповторливост и им даваме шанса на другите да остварат релациИ со нас врз основа на она што ние сметаме дека е најважно за нас.

Работилница I-1.3: Јас можам ...



Материјали:

- » работен лист за учениците I-1.3: Јас можам ...,
- » прибор за пишување,
- » топка од стуткана хартија.

Воведна активност

Учениците се делат во парови, застануваат еден спроти друг и секој од парот треба внимателно да го разгледа партнерот обидувајќи се да го запамети неговиот изглед. Потоа членовите на парот треба да се свртат со грб еден кон друг и да променат три нешта на себе. На пример: алката/прстенот да ја/го стават на друга рака, да закопчаат/откопчаат едно или повеќе копчиња на своите алишта; да ја префрлат косата на друга страна; да ја стават/извадат блузата од панталони и слично. По една минута повторно треба да се свртат еден кон друг и секој од парот треба за другиот да погоди кои три нешта на себе ги сменил.

Главна активност 1

Учениците седат во клупи и секој добива по еден примерок од работниот лист за ученици „Јас можам да...“ и треба да го пополни. Наставникот може да ја дополни листата со тврдења што смета дека се соодветни за групата со која работи.

Потоа учениците се делат во групи по четворица и треба меѓу себе да си ги презентираат листите обидувајќи се да пронајдат сличности и разлики.



Дискусија

1. Дали пронајдовте сличности меѓу вашите листи? А имаше ли разлики?
2. Зошто имаше разлики? Дали сите деца исто можат, знаат и сакаат? Зошто?
3. Дали сега ги имате истите знаења, умеења и желби како кога сте имале пет години? Зошто?
4. Дали ќе се променат и овие знаења, умеења, интереси и желби за некое време? Зошто?
5. Колку време е потребно за да оствариме некоја наша желба или некое наше постигнување? Од што зависи?
6. Како влијае самодовербата врз остварувањето на нашите цели?

Заклучок

Во текот на растењето и развојот децата можат/научуваат да прават сè повеќе и повеќе работи. Нивните интереси можат да останат исти во текот на растењето, а можат и да се сменат и да се збогатат. Планирањето ни помага точно да одредиме колку време ни треба за реализирање на различни цели. За колку време ќе оствариме некоја цел зависи од многу работи од нас самите (вежбање, упорност, созревање, интереси), од самата работа. За да оствариме нешто што ни е важно, треба да знаеме кои наши способности ќе помогнат во неговото остварување, како и да си веруваме себеси дека можеме тоа да го оствариме.

Завршна активност

Сите деца прават по едно топче од стуткана хартија и целта е верижно да си ги подаваат еден на друг без да им паднат. При тоа ја пеат следнава песна:

„Ти по - давам - топ - ка - од ле - во на дес-но,
То - а го пра-вам - многу - многу - лес-но“.

На секој прв слог децата му ја подаваат топката на детето десно од себе, а на секој втор слог ја земаат топката од детето лево од себе, но кога пеат многу, многу тогаш само ја придвижуваат раката како да ќе ја подадат топката десно од себе, но ја враќаат повторно лево, па дури потоа ја подаваат десно. Тука е можно да се прават грешки и наставникот треба да поттикнува забавна атмосфера, но и да се обидува да ги мотивира учениците да се потрудат да успеат.



Рефлексија

1. Што правевме?
2. Како се чувствувавме?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Содржина I-2: ГРАДЕЊЕ СЛИКА ЗА СЕБЕ КАКО ЧЛЕН НА СЕМЕЈСТВОТО И КАКО УЧЕНИК

Се очекува ученикот/ученичката да:

Знаења	<ul style="list-style-type: none"> » знае дека семејствата се менуваат со текот на времето; раѓање, умирање и други настани; » знае кои се обврските и правата на членовите во семејството; » знае за различните улоги и обврски на учениците во одделението; » знае како да побара поддршка од своите соученици и наставници; » знае каде да побара дополнителни информации за теми кои не му/ѝ се јасни.
Вештини	<ul style="list-style-type: none"> » умее да идентификува различни начини со кои членовите во семејството даваат и примаат љубов и грижа; » умее да ги разликува половите и возрасните карактеристики на членовите во семејството; » умее да ги планира и навремено да ги извршува своите семејни обврски; » умее да ги планира и навремено да ги извршува своите училишни обврски; » умее да ги извршува обврските како член на работна група или одделенска заедница; » умее да соработува со своите соученици во решавање на училишните задачи; » умее да учествува во процесот на донесување одлуки важни за училишниот живот; » умее да користи различни извори на информации за збогатување на своите знаења.
Ставови/ вредности	<ul style="list-style-type: none"> » сфати дека почитувањето, довербата и љубовта кон семејството се многу важни за личниот развој на секој човек; » прифати дека проактивниот однос на учениците е важен за функционирање на одделението и училиштето.

Работилница I-2.1: Различни семејства – иста љубов



Материјали:

- » работен лист за наставникот/наставничката: Семејства,
- » работен лист за наставникот/наставничката: Картички со членовите на семејствата,
- » работен лист за учениците I-2.1: Картички со името на семејството и одделен член на тоа семејство,
- » селотејп,
- » ножици,
- » касетофон и музика (место касетофон децата можат и самите да пеат некоја песна која сите ја знаат и ја сакаат).

Главна активност 1

Се редат во круг столчиња колку што ќе има предвидено семејства (во зависност од бројот на децата се прави соодветната комбинација на видови на семејства). При правењето на комбинациите треба да се води сметка да има улога за секое дете и да бидат застапени што е можно поразлични семејства (како од аспект на составот, така и од аспект на етничката припадност). Посебно да се обрне внимание на разбивање на стереотипите за составот и изгледот на семејствата на одделни етнички или религиозни заедници. За ова распоредување се користи работниот лист за наставникот/наставничката „Семејства“.

На столчињата се лепат картички на кои ги пишува членовите на семејството без презимето од работниот лист за наставникот/наставничката „Картички со членовите на семејствата“. Секое дете добива картичка на која е испишано името на семејството и улогата што тоа дете ја има во семејството. Картичките се од работниот лист за учениците „Картички со името на семејството и одделен член на тоа семејство“. Учениците не смеат да ја погледнат добиената картичката. Децата се делат на две еднакви групи (со броење:еден-два) кои се редат во два круга околу столчињата (надворешен и внатрешен круг). Круговите треба да бидат составени од идентичен број деца (доколку бројот е непарен треба во играта да се вклучи и наставникот). Пред почнувањето на музиката и при секое застанување, секое дете треба да има пред себе или зад себе (зависно од кругот во кој се наоѓа) свој пар со кој ќе може да ја направи размената на картичките. Откако ќе се наредат се пушта музика или пак сите заедно пеат една песна за која однапред ќе се договорат. Кога ќе почне музиката (или пеењето) децата од двата круга кружат во обратна насока околу столчињата. На даден знак музиката (пеењето) престанува, децата запираат (секое дете пред себе треба да има пар од другиот круг) и ги сменуваат картичките со детето од другиот круг (наспроти него). Тоа се повторува два пати. Кога ќе запре музиката по трет пат, децата ги гледаат картичките и секое дете треба да ги најде членовите на семејството на коешто припаѓа и сите членови од тоа семејство треба да се фатат за столчињата кои се означени дека припаѓаат на тоа семејство. Кога сите деца ќе се групираат по семејства, така групирани седнуваат во круг.



Дискусија

1. Како ви беше да си ги најдете членовите на своето семејство?
2. Какви семејства имаме овде?
3. Што вообичаено има кај секое семејство?
4. Кој треба да се грижи за децата во семејството?
5. Кој се грижи за децата во семејството? Кој се грижи за нас?
6. Дали може да се случи промена на бројот на членовите во семејството?
7. Како и зошто?
8. Дали може да се разделат родителите?
9. Што се случува кога родителите ќе се разделат?
10. Дали децата се разделуваат од родителите при нивниот развод?
11. Што ако родителите и детето живеат во различни земји?
12. Освен родителите, кој друг има обврска да се грижи за децата?

Заклучок

Постојат различни семејства и според бројот на членовите и според составот. Многу е важно сознанието дека не може да постои семејство без деца. Мажот и жената можат да бидат во брак, меѓутоа семејството го прави семејство присуството на детето, независно од тоа кои се другите возрасни членови и колку ги има.

Не е составот на семејството важен за квалитетот на живеенето на децата во семејството, туку љубовта и грижата што возрасните му ја пружаат на детето. Во случај на развод на родителите, не се прекинува и не се менува квалитетот на врската на детето со кој било од нив. Доколку родителите од разни причини не можат/не им е дозволено да се грижат за децата, државата преку своите социјални институции обезбедува соодветна грижа за децата.

Завршна активност

Сите ученици застануваат многу блиску еден зад друг речиси со припиени тела, со малку раширени нозе фаќајќи го оној пред себе за половина. Кога првиот во линијата ќе направи чекор со едната нога сите треба да го следат истовремено правејќи ист таков чекор. Потоа првиот зачекорува со другата нога и така наизменично се движат низ просторијата како гасеница. „Гасеницата“ треба некое време да се движи низ училницата сè додека да се постигне усогласено одење.



Рефлексија

1. Што правевме?
2. Како се чувствувавме?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Работен лист за наставникот/наставничката 1: Семејства

1. Татко, мајка, ќерка, син/Серафимовски.
2. Татко, мајка, ќерка, ќерка, ќерка/Реџај.
3. Татко, мајка, син, баба/Петревски.
4. Мајка, син/Шотаревски.
5. Татко, син/Балажи.
6. Татко, мајка, син, син, ќерка, баба, дедо/Христови.
7. Татко, мајка, ќерка/Хасанови.
8. Татко, ќерка, син/Најденоски.
9. Татко, мајка, син/Шабани.
10. Татко, мајка, син, син/Љамахема.
11. Мајка, ќерка, ќерка/Стоилковиќ.



ТАТКО

ТАТКО

МАЈКА

МАЈКА

ЌЕРКА

ЌЕРКА

СИН

СИН

БАБА

БАБА

ДЕДО

ДЕДО

Работилница I-2.2: Моите одговорности



Материјали:

- » работен лист за учениците I-2.2: Моите одговорности,
- » прибор за пишување.

Воведна активност

Сите ученици седат во круг и наставничката вели дека ќе играат игра во која таа ќе чита некои прашања и сите оние кои сметаат дека за нив важи/се однесува прашањето треба да мавтаат со двете раце над главата, а оние за кои не се однесува/важи прашањето, треба да мрдаат со главите како да кажуваат НЕ.

Листа на прашања:

1. Дали некогаш сте стапнале боси на снег?
2. Дали некогаш сте издржале без воздух повеќе од 20 секунди?
3. Дали некогаш сте возеле автомобил?
4. Дали некогаш ви застанала птица на рака?
5. Дали некогаш сами сте се потстрижале?
6. Дали некогаш сте потстрижале некој свој другар?
7. Дали некогаш сте облекле облека на возрасна жена?
8. Дали некогаш сте облекле облека на возрасен маж?
9. Дали некогаш сте изеле пет јаболка во еден ден?
10. Дали некогаш сте испиле цела кока-кола од два литри?

Главна активност ¹

Секој ученик добива по еден примерок од работниот лист за ученици „Моите одговорности“ и треба да го пополни за себе. Наставничката треба да нагласи дека е важно да бидат искрени и дека нема никој да види што имаат напишано.

Откако ќе завршат се делат во парови и секој во парот треба да му каже на партнерот кои три одговорности смета дека треба повеќе да се потруди да ги прави.



Дискусија

1. Зошто е важно и децата да имаат свои одговорности дома? А на училиште?
2. Зошто велиме дека имаме и одговорности кон себе? А кон другите луѓе со кои живееме?
3. Дали сите уживаме во извршувањето на сите наши обврски? Зошто?
4. Како се чувствувате кога знаете дека сте си ги завршиле своите обврски?

Заклучок

Со растењето на децата се зголемува бројот на одговорностите и се усложнува видот на одговорностите што децата ги преземаат. И покрај тоа што не ни е секогаш лесно да ги извршуваме нашите обврски, сепак тие се неопходни за нашето секојдневно нормално функционирање. Исполнувањето на обврските нè прави задоволни и подготвени слободно да продолжиме со правење други работи.



Рефлексја

1. Што правевме?
2. Како се чувствувавме?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

¹ Идејата за активноста е преземена од Keller, A. and Floersch, G.:The Value of Responsibility. (1993) New York: The Bureau for At-Risk Youth.

Работилница I–2.3: Секој прави по нешто



Материјали

- » голема хартија за цртање,
- » табла и креда.

Главна активност 1

Наставникот бара од децата да кажат кои се задолженијата на: таткото, мајката, бабата и дедото или на други возрастни членови од семејството со кое живеат. Секоја улога што ќе ја кажат децата, наставникот ја запишува на табла.

Потоа сите заедно треба да дефинираат некои задолженија кои тие самите (децата) ги имаат во семејството. На пример: се грижам за домашните миленичиња, ги чувам помладите браќа и сестри и др.

Сите задолженија се запишуваат на табла.

Главна активност 2

Наставникот изнесува (ги запишува на табла) едно по едно од долунаведените тврдења и поттикнува дискусија меѓу учениците во која бара да се изнесуваат различни мислења и аргументи со кои се поткрепуваат или им се противречи на овие мислења.

- » Во секое семејство треба да има правила на однесување.
- » Кон правилата треба да се придржуваат подеднакво сите членови на семејството.
- » Некои правила важат само за децата.



Дискусија (по секое прашање)

1. Зошто е важно да биде така, односно (се чита тврдењето)?
2. Каква корист имаат децата од тоа? А каква возрастите?
3. Зошто ова не би било добро за децата?
4. Дали е ова праведно за сите?



Рефлексија

1. Што правевме?
2. Како се чувствуваме?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Заклучок

Сите членови во секое семејство треба да имаат определени улоги/зadolженија со кои ќе придонесуваат животот во семејството нормално да се одвива. И детето треба да има определени задолженија и активно да учествува во семејниот живот. Важно е во семејството да постојат одредени правила и тие да ги почитуваат сите во семејството. Во процесот на смислување на тие правила треба да учествува и детето.

Содржина I–3: ПРЕПОЗНАВАЊЕ И ИЗРАЗУВАЊЕ НА СОПСТВЕНИТЕ ЕМОЦИИ

Се очекува ученикот/ученичката да:

Знаења	<ul style="list-style-type: none">» знае кои емоции се позитивни, а кои негативни (пријатни-непријатни);» знае што го/ја прави вознемирен/а или среќен/а;» знае неколку стратегии за справување со интензивните чувства како лутина или разочарување.
Вештини	<ul style="list-style-type: none">» умее да ги опише личните доживувања на пријатните и непријатните емоции;» ги препознава сопствените чувства и да умее да ги изрази соодветно на различни начини.
Ставови/ вредности	<ul style="list-style-type: none">» прифати дека и пријатните и непријатните емоции се дел од секојдневниот живот.

Работилница I–3.1: И пријатно и непријатно



Материјали

- » табла и креда,
- » работен лист за учениците I-3.1: Како се чувствувам...,
- » работен лист за наставникот/наставничката: Список на чувства.

Главна активност 1

Учениците седат во круг. Секој ученик добива по еден примерок од работниот лист за учениците „Како се чувствувам“. Речениците се читаат на глас, една по една (ги читаат ученици – доброволци), и се дополнуваат на глас од страна на самите ученици, со цел да се идентификуваат сите можни чувства што произлегуваат од опишаната ситуација.

Учениците се поттикнуваат да ги именуваат сите чувства поврзани со секоја опишана ситуација. Наставникот внимава да се појават повеќето чувства наведени во работниот лист за наставникот/наставничката „Список на чувства“. Секое наведено чувство го запишува на таблата, без да ги презапишува повторените чувства.

По завршувањето со речениците, од учениците се бара да го дополнат списокот на табла со чувства што не се наведени. Дополненијата се запишуваат во списокот.

Од двајца ученици (доброволци) се бара да означат кои од наведените чувства се позитивни (поврзани со пријатни доживувања), а кои се негативни (поврзани со непријатни доживувања). Едниот ученик е одговорен да става знак „+“ пред позитивните, а другиот да става знак „-“ пред негативните. Може да се случи некои чувства да бидат и „неутрални“ – да не се ниту позитивни, ниту негативни (пр.: рамнодушно), или пак да можат да бидат и позитивни и негативни, зависно од конкретната ситуација (пр.: пријатно или непријатно изненадено).

Во идентификувањето на позитивните и негативните чувства помагаат сите. Наставникот може да го користи работниот лист за наставникот/наставничката „Список на чувства“.



Дискусија

1. Какви чувства преовладуваат на списокот: повеќе позитивни или повеќе негативни? Зошто?
2. Кои чувства се поважни: позитивните или негативните? Зошто?
3. Дали ако некои чувства не ги изразуваме значи дека не постојат кај нас?
4. Колку се чувствата присутни во нашето секојдневно живеење? Дали може да помине еден ден во нашиот живот, а чувствата да не ни се сменат по неколку пати?
5. Колку од овие зборови со кои се опишуваат најразлични чувства ги користиме кога треба некому да му кажеме како се чувствуваме?
6. Кои зборови ги користиме најчесто, а кои најретко?

Завршна активност

Сите стојат во круг и ја пејат следнава песна правејќи соодветни движење –

звуци:

Штом си среќен плесни ти со рацете (плес – плес)
штом си среќна плесни ти со рацете (плес – плес)
кога среќни ви се дните покажете им на сите
штом си среќен плесни ти со рацете (плес- плес).

Штом си среќна пукни ти со прстите (пук – пук)
штом си среќен пукни ти со прстите (пук – пук)
кога среќни ви се дните покажете им на сите
штом си среќна пукни ти со прстите (пук – пук).

Заклучок

Чувствата се постојано присутни во нашиот живот, во сите ситуации и во сите релации. Нема поважни и помалку важни чувства. И позитивните и негативните треба да се прифатат, да се препознаат и да се изразат.

Кога кажуваме како се чувствуваме, многу често ги користиме зборовите што означуваат поопшти чувства, какви што се добро и лошо. За да може другите подобро да не разберат, многу е покорисно да користиме зборови што нудат попрецизно опишување на чувството.

Постојат многу повеќе зборови што означуваат негативни, отколку позитивни чувства, што не значи дека едните се поважни од другите.

Штом си среќен удри по колената (тап – тап)
штом си среќна удри по колената (тап – тап)
кога среќни ви се дните покажете им на сите
штом си среќен удри по колената (тап – тап).

Штом си среќна тропни ти со нозете (троп – троп)
штом си среќен тропни ти со нозете (троп – троп)
кога среќни ви се дните покажете им на сите
штом си среќна тропни ти со нозете (троп – троп).

Штом си среќен гласно викни УРА - УРА
штом си среќна гласно викни УРА - УРА
кога среќни ви се дните покажете им на сите
штом си среќна гласно викни УРА – УРА.

Децата можат да измислат/додадат нови чувства и движења.



Рефлексија

1. Што правевме?
2. Како се чувствувавме?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Работен лист за наставникот/наставничката: Список на чувства

Список на чувства		
Позитивни	негативни	неутрални
😊 Гордо	😞 налутено	😐 изненадено
😊 среќно	😞 изнервирано	😐 возбудено
😊 задоволно	😞 гневно	
😊 Радосно	😞 бесно	
😊 Воодушевено	😞 засрамено/ посрамено	
😊 Вљубено	😞 исплашено	
😊 убаво	😞 несреќно	
😊 важно	😞 навредено	
😊 благодарно	😞 повредено	
	😞 тажно	
	😞 понижено	
	😞 запоставено	
	😞 вознемирено	
	😞 загрижено	
	😞 љубоморно	
	😞 разочарано	
	😞 лошо	
	😞 збунето	
	😞 уморно	
	😞 осамено	
	😞 виновно	
	😞 беспомошно	

Работилница I-3.2: Силни чувства



Материјали

- » работен лист за учениците I-3.2: Силни чувства.

Воведна активност

Сите седат во круг и наставничката објаснува дека ќе треба да пренесуваат емоции преку соодветен израз на лицето. Наставничката почнува и прави одреден израз на лицето што претставува некоја емоција и се врти кон детето лево од неа кое треба да го преземе изразот и истиот да му го пренесе на детето лево од себе. Играта продолжува на тој начин што емоционалниот израз може да се пренесува понатаму сè додека некое дете извика СМЕНА и тогаш прави нов израз на лицето кој го „враќа“ назад во кругот, односно го пренесува од својата десна страна. Секое дете во групата има право еднаш да каже СМЕНА. Играта завршува кога сите деца по еднаш ќе кажат СМЕНА.

Главна активност 1

Наставничката им вели на децата да се сетат на една случка во која доживеале многу силни чувства. Треба да нагласи дека силните чувства можат да бидат и пријатни и непријатни. По неколку минути децата се делат во парови и треба да поразговараат за сопствените случки и да се обидат да ги именуваат чувствата што им се појавиле. Потоа следи разговор во круг.



Дискусија 1

1. Кои силни чувства се појавија во одделението?
2. Што ги предизвикало тие чувства?
3. Како тие чувства влијаеле врз вас? А како врз вашето тело?
4. Што направивте со вашите чувства?

Главна активност 2

Наставничката ги дели децата во пет групи и на секоја група ѝ доделува по едно чувство од работниот лист за учениците „Силни чувства“. Секоја група треба да одглуми ситуација во која се појавува чувството што го „добиле“. Наставничката ги охрабрува да изберат реална ситуација. При подготовката на ситуацијата групата треба да продискутира за следниве работи:

- » Што направило детето во таа ситуација?
- » Што рекло?
- » Дали добро би му дошла помош и од кого?

Потоа групите ја презентираат подготвената ситуација пред останатите.



Дискусија 2

1. Дали со сите силни чувства се справуваме на ист начин?
2. Дали сите деца на ист начин се справуваат со исто чувство?
3. На кои начини може да излеземе на крај со некои непријатни чувства?
4. Дали може некој да ни помогне во тие ситуации? Кој и како?
5. Дали може да ни помогне некој наш другар? Како?

Заклучок

И пријатните и непријатните чувства можат да бидат многу силни. Една иста ситуација кај различни луѓе може да предизвика различни чувства. Силните чувства влијаат врз нас; позитивните – ни го поправаат расположението, нè полнат со енергија и сила, нè раздвижуваат, а негативните може да нè успорат, нè прават бессилни, а некои пак може да ни предизвикаат главоболка или болка во stomакот. На различни начини може да се реагира во ситуации кога имаме силни чувства. Некои луѓе сакаат да бидат барам накратко сами, а некои пак сакаат да бидат во друштво на блиски луѓе на кои им веруваат и со кои се чувствуваат сигурно. Во ситуации кога имаме силни негативни чувства може да ни помогне плачење, разговор, прошетка во парк, празнење на лутината на недеструктивен начин или пак правење нешто за што сигурно знаеме дека ни годи и нè смирува.



Рефлексија

1. Што правевме?
2. Како се чувствувавме?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Работилница I–3.3: Прејознавање на чувствата



Материјали:

- » работен лист за учениците I–3.3: Чувства за изразување.

Воведна активност

Сите деца седат во круг и треба да се претстават кажувајќи го своето вистинско име, а место вистинското презиме треба да си измислат и да кажат презиме кое почнува на првата буква од нивното име и означува одредено чувство. Потоа треба да објаснат зошто избрале да се презиваат токму така. Прва со претставувањето започнува наставничката, а потоа продолжува детето што седи лево од неа и така натаму сè додека да се претстават сите деца.

На пример: „Јас се викам Вера Возбуденовска, затоа што многу сум возбудена во врска со приредбата што ја подготвуваме за крајот на годината“.

Главна активност

Учениците работат поделени во осум мали групи и секој ученик влече по едно ливче од работниот лист за учениците „Чувства за изразување“. (Доколку има помалку од 16 учесници, може да се намали бројот на чувства што ќе се нудат.)

Сите на кои им се паднало истото чувство се здружуваат во една мала група (2–4 ученика). Задача на секоја мала група е да смисли како да го одглуми чувството што им се паднало, без да користи зборови, туку само изрази на лицето и гестикулации, положба и движење на телото и други невербални знаци.

Секоја група го глуми чувството пред другите, кои потоа треба да погодат кое чувство го прикажувала групата. Доколку не погодиле веднаш, глумењето може уште еднаш да се повтори.

Настапот на секоја група треба да биде проследен со аплауз од сите, без оглед на тоа дали другите го погодиле презентираниот чувство или не.



Дискусија

1. Кои чувства беа најтешки, а кои најлесни да се одглумат? Зошто?
2. Како ги препознаваме чувствата? Како се изразуваат чувствата? (Што се случува со лицето и со телото?)
3. Дали сите што прикажуваа исто чувство, на ист начин го правеа тоа (имаа ист израз на лицето и иста положба или движење на рацете и телото? Дали сите луѓе ги изразуваат своите чувства на ист начин?)
4. Освен невербално, на каков друг начин се изразуваат чувствата? Како ги препознаваме чувствата според начинот на кој се зборува?
5. Кога двајца се караат, ако едниот вика а другиот молчи, дали значи дека само тој што вика е налутен?
6. Како реагираме кога сме среќни и весели?
7. Дали сакате да одиграме една игра која веројатно ќе предизвика радост кај вас?

Заклучок

Ние знаеме како некој се чувствува според тоа каков му е изразот на лицето (очите, устата, веѓите), каква му е положбата на телото (исправена, свиткана...) и какви му се движењата на рацете и целото тело (забрзани, забавени).

Освен по невербалните знаци, чувствата се препознаваат и по интонацијата (нагласено, развлечено...) и јачината на гласот (тврко, гласно...) додека се зборува.

Кај некои луѓе чувствата полесно се препознаваат, кај други потешко. Сите изразни знаци не се присутни кај луѓето со иста мера и на ист начин.

Завршна игра

Сите деца стојат во круг и секое дете треба да си одбере едно дете од групата, без да каже кое е тоа. Потоа на даден знак секое дете треба да отрча кон детето што си го одбрало и со бавно трчање да сврти три круга околу него. Веројатно многу од децата нема да успеат да ја извршат задачата и ќе настане мал хаос бидејќи сите ќе трчаат наоколу, но важно е да се доживее атмосфера на радост.



Рефлексија

1. Што правевме?
2. Како се чувствувавме?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Содржина I-4: СПРАВУВАЊЕ СО ЗАГУБА И ЖАЛЕЊЕ

Се очекува ученикот/ученичката да:

Знаења	» знае дека во животот се случуваат несреќни ситуации чија последица е повреда или загуба на сакана личност, миленик и сл.
Вештини	» може да зборува за загубата на личноста или миленикот кои ги изгубил/а.
Ставови/ вредности	» прифати дека жалењето не е знак на слабост.

Работилница I–4.1: Барометар на емоции



Материјали:

- » топка,
- » работен лист за учениците I-4.1: Барометар на чувства при загуба,
- » листови за цртање,
- » прибор за цртање.

Воведна активност

Сите ученици стојат во круг и наставникот држејќи топка во раката треба да каже со што се гордее. Вели: „Се гордеам...“ и кажува нешто што направил добро или успешно во претходните неколку дена. Потоа ја фрла топката кон некое дете кое продолжува на истиот начин и играта се повторува со сите деца.

Главна активност 1²

Наставникот им соопштува на учениците дека ќе зборуваат за загуба и за жалење во врска со загубата. Нагласува дека тоа искуство им е познато на сите и секој поминал низ него, но и покрај тоа луѓето вообичаено не зборуваат за загубата, и изгледа како секој сам треба да помине низ тие чувства. Со оваа работилница ќе направат обид да зборуваат за загубата и заедно да ги поминат чувствата во врска со неа. Наставникот нагласува дека за да може тоа да го направат ќе треба да се опремаат со многу добра волја и со позитивна енергија.

Децата седат на клупи и секој треба да се потсети на некоја ситуација од своето минато кога морал/а да се одвои (кога загубил, претрпел загуба) од нешто/некој што му/и било исклучително важно и драго. Потоа таа ситуација треба да ја нацртаат и откако ќе завршат, децата се делат во парови и секој треба да му ја покаже и да му ја објасни сликата на детето со кое е во пар.

Главна активност 2

Наставникот на табла ја истакнува сликата на барометар од работниот лист за наставникот/наставничката „Барометар на чувства при загуба“ и ги чита чувствата и бара секое дете да ја напише првата буква од своето име до чувството што смета дека е најблиско до она како се чувствувал во ситуацијата што ја нацртал.

Наставникот накусо резимира констатирајќи кои чувства најчесто се среќаваат, а кои најретко, потенцирајќи дека е нормално да се јави кое било од наведените чувства.

Завршна активност

Сите деца стојат во круг и наставникот им кажува дека сега ќе пробаат да се растоварат од насобраните чувства со помош на длабоко дишење. „Сите полека и длабоко вдишуваме подигнувајќи се на прсти, а потоа брзо и нагло издишуваме извикнувајќи ПУФ и се спуштаме на цело стапало и ги истегнуваме дланките покрај телото како да излегуваат молњи од нив кон подот. Ова го повторуваме пет пати“.



Дискусија

1. Какви чувства се јавуваат кога ќе загубиме некој или нешто што ни е многу важно/важен?
2. Како реагираме во тие ситуации?
3. Колку сме слични, а колку сме различни во реагирањето во такви ситуации? А во чувствата?

Заклучок

Едно од првите навистина болни чувства со кое децата се среќаваат е разделбата, односно загубата. Тогаш се јавуваат низа непријатни и тешки чувства. Во тие ситуации сите реагираме на различни начини (од повлекување во себе и изолација до агресивно и деструктивно однесување). Многу е важно да се дозволи чувствата да се прифатат, препознаат и да се манифестираат на соодветен начин. Не треба да се брза со инсистирање на покажувањето на чувствата. Жалењето по загубата е сложен и долготраен процес. Важно е на детето да му се создаде средина и атмосфера на поддршка и прифаќање во кое тоа ќе се чувствува безбедно и почитувано и нема да му се забранува свесно или несвесно да ги покаже своите чувства. Доволно е детето да знае дека има барем еден човек со кој ќе може да разговара кога му е тешко. Разговорот помага детето да ги подели своите чувства и со тоа да си олесни, да го преработи настанот на вербално ниво (а не само на мисловно) и да добие поддршка за да продолжи понатаму.

² Идејата за активноста е земена од: Uzelac, M. autori suradnici Bezic, I., Hart B. I Mitrovic, M. (1997). Za Damire i Nemire: Vrata prema nenasilju: Prirucnik miroљubivog rešavanja problema u školi i ublažavanja trauma. Zagreb: Mali korak – Centar za kulturu mira i nenasilja.

4. Дали е добро чувствата во врска со загубата да се чуваат во себе и да се кријат од другите луѓе? Зошто? Што може да ни се случи ако го правиме тоа?
5. Како може да си олесниме?
6. Дали можеме со секого да зборуваме за нашите чувства во врска со загуба? Секој нека размисли кое е тоа лице од неговото опкружување со кое би се чувствувал сигурен и разбран за да разговара со него во ситуации кога има тешки чувства.
7. На кои други начини може да си олесниме?



Рефлексија

1. Што правевме?
2. Како се чувствувавме?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Работилница I–4.2: Загубата на зајакот Зозо



Материјали:

- » работен лист за наставникот/наставничката: Зајакот Зозо и сончогледот,
- » листови за пишување,
- » прибор за пишување.

Главна активност

Наставникот ја чита приказната од работниот лист „Зајакот Зозо и сончогледот“¹.



Дискусија

1. Како се чувствуваше зајакот Зозо во друштво на сончогледот? Што правеше да му биде добро и интересно дружењето?
2. Како се чувствуваше зајакот Зозо кога сфати дека сончогледот умрел? Како го покажуваше тоа?
3. Кој мислеше дека е крив за смртта на сончогледот?
4. Како се чувствуваше зајакот потоа, кога беше сам во својата куќарка? Како го покажуваше тоа? Што правеше?
5. Зошто Зозо не сакаше отпрво да зборува со бувот за сончогледот? Како се чувствуваше при тоа? Што направи?
6. Како Зозо ја надмина тагата? Што му помогна? Дали му остана нешто од неговиот пријател Веселко?
7. Дали и вие некогаш сте се почувствувале како зајакот Зозо?

Заклучок

Убаво е да се има пријател со кого може да се споделуваат нештата. Тогаш се чувствуваме прифатени, почитувани и сигурни.

Кога се случува некоја загуба, ние тоа го доживуваме во неколку фази. Најпрво сме изненадени, шокирани и не сме спремни да го прифатиме тоа што се случило. Одбиваме да поверуваме дека тоа што се случило (загубата) навистина се случило.

Потоа, се јавува чувство на вина, сметаме дека ние со нешто што сме направиле или не сме направиле, сме придонеле да се случи загубата.

Во следната фаза се чувствуваме тажни, нè боли и многу ни недостасува оној кој сме го загубиле. Немаме интерес за ништо, ништо не ни се прави, губиме апетит па дури и нештата што порано ни биле убави и интересни, во оваа фаза ни се безлични и покажуваме рамнодушност.

После тоа може да ни се јави лутина, да бидеме лути на сè, дури и на оној кого сме го загубиле. Кога некој ни ја спомнува загубата, ние стануваме лути и нервозни.

Кога стануваме спремни да позборуваме за нашата загуба, присетувајќи се на убавите и на неубавите нешта што сме ги поминале со оној што сме го загубиле, може да се случи да се исплачеме, како Зозо во приказната, но тоа придонесува да ја прифатиме загубата како нормален дел од животот, како нешто што доаѓа и поминува, ни помага да се насочиме кон новите нешта што стојат пред нас во животот. При тоа, важно е да се знае дека нештата што сме ги научиле од оној што сме го загубиле, секогаш ќе бидат со нас – дека има нешто што никогаш не се губи.

Завршна активност

Секое дете на еден лист пишува порака до некој или нешто што некогаш го загубило. Во пораката може да изразат благодарност на оној/тоа што го загубиле за нешто што научиле од нив, што им помогнало во нешто да бидат подобри. Пораките не се читаат. Секој ги задржува за себе.



Рефлексија

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

¹ Идејата за активноста е земена од Martin, G. O.K. je biti tužan. (1997) Zagreb: Društvo za psihološku pomoć.

Одамна, многу одамна јас бев мало девојче...Сега сум баба и сакам да зборувам со децата и да им раскажувам приказни. Затоа сакам да ви ја раскажам оваа приказна што вчера му ја раскажав на мојот внук Давид – тој има десет години и сè уште сака да слуша приказни. Приказната што ќе ви ја раскажам е за едно зајаче и за неговиот добар пријател.

Зајакот Зозо и сончогледот

Внимателно зајакот Зозо ја извади главата од својата дупка. Очекуваше да почувствува капки дожд бидејќи веќе неколку дена немаше врнето дожд. Но, немаше! Сонцето сјаеше, а небото беше сино и без облачиња. Расположението на Зозо многу зависеше од времето. Кога беше сончево, Зозо мислеше дека животот е прекрасен, додека пак кога врнеше сè му се чинеше сиво и здодевно.

Но, денес сјаеше сонце и тој среќно тргна во утринска прошетка.

„Сигурен сум дека и ти го сакаш сонцето колку и јас“ – рече едно ситно гласче во близината. Зајакот Зозо ги отвори очите и погледна околу себе, но не виде никого.

„Погледни, стоиш веднаш до мене“, рече гласчето. Зајакот Зозо ја подигна главата и таму стоеше најубавиот цвет на светот и гледаше право во него.

„Кој си ти?“

„Јас сум сончогледот Веселко, секогаш го вртам лицето кон сонцето затоа што ги сакам неговите зраци“ – одговори цветот.

„Никогаш порано не те имам видено – толку си висок“ – извика зајакот.

„Но, јас тебе сум те видел, често те гледам како скокаш наоколу, секогаш многу брзаш. А јас секогаш морам да бидам на исто место и си мислам, овој зајак постојано оди наваму-натаму и гледа многу интересни работи. Те молам, ќе сакаш ли да ми раскажуваш за своите доживувања. Така тие по малку ќе станат и мои“ – рече Веселко.

„О, секако“ – рече зајакот.

Тоа беше почеток на едно прекрасно пријателство. Секој ден Зозо доаѓаше кај сончогледот и му раскажуваше за своите доживувања, а Веселко слушаше. Деновите поминуваа, сонцето сјаеше, а на небото немаше ниту едно облаче. Времето баш му одговараше на Зозо – се чувствувааше прекрасно.

Но, еден ден забележа дека листовите на Веселко почнале да овенуваат.

„Дали си несреќен поради нешто?“

„Не“ – одговори Веселко, само почнувам да чувствувам жед, би сакал наскоро да падне дожд, моите корења се многу суви.

„Јас не сакам дожд“ – викна Зозо.

Веселко кимна со главата по малку тажно, но ништо повеќе не рече.

Следните неколку дена некои пријатели дојдоа дома кај Зозо на гости и тој не можеше да се гледа со Веселко. Но, кога си отидоа гостите и кога Зозо си легнуваше помисли на Веселко и рече: „Добра ноќ Веселко, се гледаме утре“. Следното утро Зозо веднаш отрча кај Веселко, но го најде како безживотно лежи на земјата.

„Веселко стани, не може цело време да лежиш!“

Но Веселко не одговараше.

Еден стар був, којшто седеше на блиското дрво, рече:

„Твојот сончоглед е мртов“.

„Мртов, не е вистина“.

„Да, се осуши бидејќи немаше вода“.

Солзи на очите му навреа на Зозо и рече: „За тоа сум јас виновен затоа што не сакам дожд“.

„Каква глупост – рече бувот, не можеш ти да одлучиш дали ќе врне или нема да врне дожд. Види, сончогледот ти оставил подарок – едно семче. Зозо нежно го зеде семчето и полека тргна накај дома. Полека почна да врне, но тој тоа не го забележа. Кога стигна дома семчето го стави во една кутија и ја скри под креветот. Се обидувааше да го

заборави Веселко, не сакаше да се сеќава на него, премногу го болеше. Зајакот Зозо се чувствуваше како да е сам на светот.

Набрзо дојде зимата и тоа беше најдолгата и најтажната зима во животот на Зозо зајакот. Му недостасуваше неговиот најдраг другар сончоглед и нивните разговори. Не сакаше да излегува, ниту да јаде.

Едно утро кога излезе од својата дупка, го виде бувот како стои на дрвото и бувот му рече: „Сигурен сум дека ти недостасува твојот драг сончоглед“.

„Не, не ми недостасува. Оди си!“ – бесно викаше Зозо.

Но мудриот був знаеше дека Зозо е премногу тажен за да разговара или да послуша каков било совет. Тој се насели на едно дрво близу до домот на зајакот и секое утро го поздравуваше со „добро утро“. На почетокот зајакот не одговараше но, еден ден бувот слушна едно тивко „добро утро“ и знаеше дека зајакот се чувствува подобро. Едно пролетно утро Зозо излезе од дупката и воздивна: „О колку ми недостасува Веселко“.

„Сакаш ли да разговараме за тоа?“ – го праша бувот.

„Нема смисла“ – одговори тажно зајакот.

„Убаво е да се сеќаваш. Да се сеќаваш на сите убави моменти што ги поминавте заедно“ – рече бувот.

„Но тоа е тешко“ – рече зајакот и заплака.

„Да тешко е“ – призна бувот, „и те разбираам дека си несреќен“.

Тивко чекаше Зозо да престане да плаче и тогаш рече: „Патем, што направи со малото семче“.

„Го скрив“.

„Го скри? Но слушај, пролет е, има сонце и време е да го засадиш малото сончогледово семче – детето на Веселко“.

Зајакот Зозо седеше вкочането како да не ги слушна зборовите на бувот. Тогаш скокна и го зема семчето и веднаш до својата куќичка со своите шепи ископа мала дупка и во неа го закопа семето. Седна и рече: „Ти благодарам драг Веселко – никогаш нема да те заборавам“.

И бувот знаеше дека отсега зајакот Зозо повторно ќе може да се грижи сам за себе. Беше пријатна пролет. Паѓаше дожд, а грееше и сонце. Секој ден зајакот го посетуваше местото каде што ја засади семката. И веќе не беше тажен кога паѓаше дожд – знаеше дека на малото семе му треба и дожд и сонце за да расте. Еден ден се покажа мало зелено ливче и за неколку дена порасна мало растение кое секојдневно растеше сè поголемо и поголемо.

Едно утро кога Зозо уште нерасонет излезе од својата дупка, едно гласче му рече: „Добро утро, колку убав ден!“

Зозо ја подигна главата и се загледа право во лицето на тукушто расцветаниот сончоглед и му рече: „Добро утро, многу ми е драго што те гледам“.

„И мене ми е драго што те гледам“ – одговори сончогледот.

„Како се викаш?“ – праша Зозо.

„Се викам Нада“.

Нада, повтори во себе Зозо и потоа рече: „Имав пријател сончоглед – се викаше Веселко, но умре. Дали би сакала да ти раскажувам за него?“

„Да многу“ – се насмевна Нада. И така Зозо ѝ раскажуваше за Веселко, за прекрасните денови кои ги поминуваа заедно и за тоа како беа добри пријатели и за тоа како научи дека и сонцето и дождот се потребни за да израсне живот.

Содржина I–5: СПРАВУВАЊЕ СО УСПЕХ/НЕУСПЕХ

Се очекува ученикот/ученичката да:

Знаења	» ги знае критериумите за успешност и неуспешност во учењето и работата.
Вештини	» умее да го сподели својот успех/неуспех со другите.
Ставови/ вредности	» прифати дека успехот и неуспехот треба да се споделат.

Работилница I-5.1: Ништо не успева толку добро како успеаши!



Материјали:

- » балони.

Главна активност 1

Активноста се состои од неколку игри со балони што се играат една по друга:

- 1) Сите ученици стојат во круг и наставничката почнува со тоа што го фрла балонот кон центарот на кругот извикувајќи и име на некое дете. Тоа дете треба да го удри балонот и да го каже името на детето што следно ќе треба да го удри балонот, секако пред да падне на земја. Играта продолжува додека сите деца не го удрат балонот.
- 2) Сите деца стојат во круг и наставничката меѓу учениците пушта 5 балони, еден по еден, во интервал од неколку секунди. Учениците имаат за цел да ги одржуваат во воздух со удирање без да им паднат.
- 3) Децата се делат во две групи и секоја група потоа се дели на парови. Парот што започнува од секоја група добива по еден балон и треба да го пренесе до крајот на училницата, па да заврти околу столче и да се врати до својата група и да го предаде на следниот пар. Двете групи истовремено се натпреваруваат и групата што прва ќе стаса до крај е победник.
- 4) Учениците се делат во неколку групи. Секоја група добива по еден балон и треба да го одржи што е можно подолго време во воздух само со дување. Победник е онаа група што најдолго ќе го одржи балонот во воздух.
- 5) Секој ученик се обидува да го држи балонот на врвот од својот показалец, најдолго што може. Победник е оној што успеал да го држи балонот најдолго од сите, без да му падне.



Дискусија 1

1. Како се чувствувавте за време на игрите?
2. Како ви беше кога постигнувавте успех?
3. Дали за сите успехот значеше исто?
4. Како ви беше кога победувавте?
5. Како ви беше кога грешевте? Што му викавте на оној што грешеше? Дали тоа помагаше? Што помагаше?
6. Како се чувствувавте кога како група победивте? Како го поделивте успехот меѓу себе?
7. Дали кога победивте како пар или како поединец го поделивте својот успех со некој? Како? Како се чувствувавте тогаш?
8. Како се чувствувавте кога не успеавте да го направите тоа што се бараше од вас? Како ви беше кога како група изгубивте? Што правевте тогаш? Како го споделивте неуспехот?
9. Како ви беше кога како поединци не успеавте да победите? Дали тоа го споделивте со некој?

Главна активност 2

Учениците се делат во групи и две од нив треба да работат на тема успех, а две на тема неуспех.

Секоја група треба најпрво да поразговара околу следниве прашања:

УСПЕХ

1. Дали кога остварувам некаков успех го делам со останатите?
2. Со кого и како?
3. Како се чувствувам во врска со тоа?

Потоа треба да изберат една ситуација од реалниот живот, кога некој постигнал одреден успех и тоа го споделил со останатите, за да ја одглумат.

НЕУСПЕХ

1. Дали кога остварувам некаков неуспех го делам со останатите?
2. Со кого и како?
3. Како се чувствувам во врска со тоа?

Потоа треба да изберат една ситуација од реалниот живот, кога некој постигнал одреден неуспех и тоа го поделил со останатите, за да ја одглумат.



Дискусија 2

1. Дали во реалниот, секојдневен живот ви се случува да го поделите успехот со некого? Со кого најчесто го правите тоа? На кој начин?
2. А дали ви се случува неуспехот да го поделите со некој друг? Со кого најчесто го правите тоа? Како?
3. Дали и како споделувањето ви помага да се чувствувате подобро и да го прифатите неуспехот?



Рефлексија

1. Што правевме?
2. Како се чувствувавме?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Заклучок

Вообичаено кога доживуваме успех сме среќни, горди, исполнети и задоволни. Во тие ситуации полесно ни е да ги поделите чувствата во врска со постигнатиот успех. Кога сме во пар или во група, делењето на чувствата го зајакнува чувството на близина, припаѓање и делење на одговорноста за постигнатиот резултат. Кога некој ќе победи, останатите му честитаат со што покажуваат дека го почитуваат неговиот успех и дека тој е постигнат низ фер натпревар. Доколку тој што постигнал успех прославува на начин со кој може да ги омаловажи постигањата на другите, кај нив ќе предизвика непријатни чувства и веројатно нема да сакаат да бидат дел од неговото „споделување“ на успехот.

Кога некој нема да успее да ја постигне поставената цел во зависност од многу различни причини, кај него може да се јават низа чувства – како позитивни така и негативни. И делењето на неуспехот, во смисла на споделување на заедничка одговорност за постигнатиот резултат, е корисно наспроти обвинувањето и прекорувањето. Така побрзо ќе се согледаат недостатоците и во позитивна атмосфера и побрзо ќе се надминат. Понекогаш можат да се јават многу непријатни и мачни чувства во ситуација на неуспех. Нивното споделување со некој во кој имаме доверба може да ни помогне да ја намали непријатноста.

Работилница I–5.2: Поговорки за успеџ и неуспеџ



Материјали:

- » работен лист за учениците I-5.2а: Поговорки за успеџот и неуспеџот,
- » работен лист за учениците I-5.2б: Картички со прашања,
- » топчиња од стуткана хартија,
- » креда.

Воведна активност

Учениците се делат во парови и по два пара застануваат од двете страни на иста клупа. Клупата со креда се дели на две половини и на средина се става мало топче од стуткана хартија. Целта на парот е со дување (рацете ги држат зад грб) да го турнат топчето преку линијата на противничкиот дел на клупата и за секое туркање добиваат по еден поен. Победник е оној пар кој прв ќе постигне пет поени.

Главна активност 1

Учениците се делат во групи и секоја група влече по едно ливче исечено до работниот лист за учениците „Поговорки за успеџот и неуспеџот“ на кое е напишана некоја поговорка во врска со успеџот. Секоја група треба да ја продискутира својата поговорка, а потоа еден од групата да ја прочита и накусо да каже што мисли неговата група за поговорката.



Дискусија 1

1. Како овие поговорки гледаат на успеџот? Од што зависи успеџот? Дали вие се согласувате со тоа?
2. Што би додале – од што друго, според вас, зависи дали некој ќе успее?
3. А како гледаат на неуспеџот? Од што зависи неуспеџот?
4. Дали вие се согласувате со тоа? Што уште би додале?

Заклучок

Во понудените поговорки успеџот е претставен како резултат на вистински труд и залагање на лицето. Особено се акцентирани пробувањето и обидувањето да се постигне успеџ. Неуспеџот е презентирани како нешто што е составен дел од животот, нешто што не смее да не обесхрабри и нешто од што може многу да се научи.

Главна активност 2

Учениците се делат во парови и секој пар влече по една картичка исечена од работниот лист за учениците „Картички со прашања“. На картичката има две прашања и секој од парот треба да одговори на едно од прашањата.



Дискусија 2

1. Како се чувствувавте додека ја правевте вежбата? Зошто?
2. Што може да се смета за успеџ?
3. Кој може да определи дали нешто ќе се смета за успеџ или за неуспеџ?
4. Дали можеме и самите, независно до тоа кои се надворешните критериуми за успеџ, да си одредиме што ќе сметаме за успеџ, а што за неуспеџ? Како?
5. Како влијае успеџот врз нашите следни активности?
6. Како влијае неуспеџот врз нашите следни активности? Дали може неуспеџот да влијае позитивно? Како?

Заклучок

Да се постигне успеџ означува многу различни работи. Понекогаш тоа се мали, ситни работи, нешто што секојдневно го правиме, а забораваме дека и тие се постигање, а понекогаш тоа се големи постигања кои според највисоките критериуми на одредена институција се сметаат за успеџ. За нешто да се процени како успеџ или неуспеџ најчесто постојат надворешни, однапред пропишани критериуми како што се: однапред пропишан број на бодови на тест носи соодветна оцена, одреден број грешки при возење – положување или неположување на возачки испит. Но за успеџ се смета и кога сме успеале да ги надминеме нашите внатрешни критериуми за успеџ или пак кога знаеме дека сме вложиле максимум од себе за остварување на одредена задача. Многу е важно да се обидуваме да бидеме успешни во нешто што ни значи и да не се откажуваме ако не успеаме од само еден обид.



Рефлексија

1. Што правевме?
2. Како се чувствувавме?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Содржина I–6: ИСКАЖУВАЊЕ МИСЛЕЊЕ

Се очекува ученикот/ученичката да:

Знаења	» знае повеќе начини за искажување мислење.
Вештини	» умее јасно и аргументирано да го искаже сопственото мислење.
Ставови/ вредности	» прифати дека е важно да го искаже своето мислење; » сфати дека на неговото/нејзиното мислење треба да му/ѝ се посвети должно внимание.

Работилница I–6.1: Јас мислам вака и сакам сиџе да знааџ!



Материјали:

- » листови за боене,
- » листови за пишување,
- » прибор за пишување,
- » прибор за боене,
- » селотејп,
- » табла и креда.

Главна активност

Сите ученици седат на клупи и наставничката на табла го запишува следното прашање:

Дали учениците смеат меѓусебно да се тепаат?

Учениците имаат задача секој за себе да го искаже сопственото мислење во однос на ова прашање и да го поткрепи со објаснувања и со аргументи зошто смеат или зошто не смеат.

Секое дете само може да го избере начинот на кој ќе го изрази своето мислење – тоа може да го направи преку:

- » цртеж (стрип, графит, слика, колаж итн.),
- » пишување (есеј, драматизација, стихотворба, текст за рап или друга песна итн.),
- » пантомима (скеч, глумење, „скулптура“),
- » искажување на глас (говор, парола итн.).

Откако ќе завршат треба да се групираат според начинот што го избрале да го претстават своето мислење. И на тој начин се формираат групи на ученици што цртале, ученици што пишувале, што избрале пантомима и ученици што избрале да го искажат своето мислење на глас.

Во рамки на новоформираните групи, секој ученик најпрво треба да го демонстрира своето мислење заедно со аргументите пред другите во групата, а потоа групата одлучува како (користејќи го истиот начин) тоа да го демонстрира пред останатите. Доколку има повеќе различни мислења во групата, треба да се презентираат сите различни мислења.



Дискусија

1. На кои начини вие го изразивте вашето мислење во врска со ова прашање?
2. Како се чувствувавте во врска со можноста да го изразите вашето мислење на одредена тема?
3. Дали сите деца сакаат да го кажуваат своето мислење за одредени работи? Зошто?
4. Зошто некои деца не кажуваат пред наставниците?
5. А пред родителите?
6. Од кои причини би можело да се случи некои деца да не сакаат отворено да го изразат сопственото мислење пред соучениците?
7. Зошто е важно да се изразува сопственото мислење?
8. Кој е одговорен да ги научи децата да го изразуваат своето мислење?

Заклучок

Децата можат да го изразат сопственото мислење на повеќе различни начини. Мислењето не мора секогаш да се изразува вербално, преку усно изложување, туку може и преку разни форми на писмено изразување, драма, цртање, пеење и друго. Кога сме поттикнати да го искажеме сопственото мислење, во непроценувачка и безбедна атмосфера и кога знаеме дека слободното изразување на мислењето нема да предизвика одредени последици по нас, тогаш се чувствуваме пријатно и со самоувереност го изразуваме она што го мислиме. Во одредени ситуации или пред одредени лица, понекогаш самите си поставуваме ограничувања во изразувањето на нашето мислење или пак такви ограничувања (искажани и неискажани) постојат од другата страна. Постојат повеќе причини поради кои понекогаш некои деца не го изразуваат своето мислење, особено ако е различно или спротивно од другите: страв од последиците, несигурност, потреба да се биде прифатен од останатите, отсуство на волја од другата страна за слушање, прикривање на вистината и други. Некои деца не знаат како да го изразат своето мислење затоа што можеби никогаш не ни научиле да го правата тоа. Возрасните имаат одговорност да создадат услови децата да изградат сопственото мислење и да го изразат, а при тоа да им се посвети должно внимание. Многу е важно да се изразува сопственото мислење, бидејќи на тој начин детето учествува во создавање на средина која може да ги задоволи неговите потреби.

Завршна активност

Учениците се делат во две групи и треба да формираат два круга, внатрешен и надворешен и да се свртат со лице кон децата од другиот круг така што ќе се формираат парови од деца едно од внатрешниот и едно од надворешниот круг (наставничката може да се вклучи во играта доколку има непарен број деца). Потоа секој треба на својот партнер да му каже што мисли за него при што тоа МОРА да биде нешто убаво и позитивно. Откако двајцата во парот ќе си размената убави мислења еден за друг, децата од надворешниот круг се поместуваат за еден чекор на лево, додека децата од внатрешниот круг остануваат на своите места. Така, сега се добиваат нови парови на деца кои ќе треба да си ги кажат позитивните мислења што си ги имаат еден за друг. Потоа повторно децата од надворешниот круг се поместуваат за еден чекор на лево и постапката се повторува.

Активноста продолжува сè додека не се формираат истите парови како на почетокот.



Рефлексија

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Работилница I–6.2: Дебата



Материјали:

- » работен лист за учениците I-6.2а: Дебата 1,
- » работен лист за учениците I-6.2б: Дебата 2.

Воведна активност

Сите ученици седат во круг и наставникот вели дека ќе играат една игра во која ќе треба да погодат кој на што мисли. Почнува наставникот велејќи: „Мислам на мало, жолто, што прави бзззззз. Што е тоа?“ Одговорот е ПЧЕЛА. Учениците погаѓаат и оној што ќе погоди сега треба да каже на што мисли. При претставувањето на замисленото не смее да се користат повеќе од три атрибути. Доколку и по десетина обиди никој не може да погоди, може да се додаде уште еден атрибут.

Главна активност

Учениците се делат во 2 или 3 групи по 10 или 12 деца и секоја група со влечење избира која ќе биде темата за нејзината дебата и потоа секоја добива по еден примерок од соодветниот работен лист за учениците „Дебата 1“ или „Дебата 2“. Во рамките на групите сега повторно се врши поделба на секоја група на две подгрупи. Едната подгрупа треба да влече ливчиња од соодветниот работен лист што се однесуваат на аргументот ДА, а пак другата половина треба да влече ливчиња од работниот лист што се однесуваат на аргументот НЕ и секој треба својот аргумент да го научи напамет. (Доколку во групите има помалку деца отколку што има аргументи, тогаш некои аргументи и контрааргументи може да се изостават, а доколку има повеќе деца, по случаен избор треба да се изберат деца чија задача ќе биде да даваат збор или да се грижат да се почитува процедурата). Потоа почнува дебатата со тоа што секогаш почнува дете што кажува аргумент од подгрупата НЕ, според редниот број на ливчето. На секој аргумент од групата НЕ, треба да му „одговори“ дете од подгрупата ДА, кое го има противаргументот (аргументите за ДА не се означени со редни броеви). Децата сами треба да одлучат кој е соодветниот противаргумент на понудениот аргумент. Активноста завршува кога сите аргументи и противаргументи ќе бидат кажани.



Дискусија

1. Дали треба да го искажуваме своето мислење само ако е исто, односно ако покажува согласување со соговорникот? Зошто?
2. Што може да се случи ако го искажуваме сопственото мислење кое е различно или спротивно од она на соговорникот?
3. Како може да се изрази сопственото мислење што е различно од она на соговорникот, без да премине разговорот во карање или надмудрување?
4. Што значи да се употребуваат аргументи?
5. Дали кога го кажуваме нашето мислење за нешто, го кажуваме она што прво ни паѓа на памет или го осмислуваме и наоѓаме докази со кои ќе го поткрепиме кажаното?
6. Како е поверојатно дека другиот ќе не „слуша“: ако употребуваме аргументи или пак ако инаетливо го повторуваме веќе кажаното, напаѓајќи го и омаловажувајќи го соговорникот? Зошто?
7. Дали може да се научи користењето на аргументи? Како?

Заклучок

Своето мислење треба да го искажуваме независно од тоа дали е исто или различно со она на соговорникот, затоа што е важно секој да го искаже своето мислење бидејќи има своја перспектива на гледање на нештата со која може да придонесе кон поцелосна слика за предметот на разговорот. Доколку своето мислење го изразуваме на начин што значи инаетење, карање, навредување или пак омаловажување, тогаш соговорникот може да реагира на ист таков начин или пак да се повлече од комуникацијата. Кога нашето различно мислење го искажуваме со поткрепување со различни докази, односно аргументи, тогаш вистински придонесуваме кон темата на разговорот и оставаме простор секој слободно и аргументирано да го изнесе своето стојалиште. Користењето аргументи може да се научи со постојано вежбање, размислување и барање дополнителни информации.



Рефлексија

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Работилница I–6.3: Кажу ми што мислиш, сакам да те слушнам



Материјали:

- » листови хартија,
- » прибор за бојење,
- » прибор за пишување,
- » работен лист за учениците I–6.3: Кој да одлучи?

Главна активност 1

Наставникот бара од децата да се сетат како денес изгледало кога се облекувале за во училиште. Кој одлучил што ќе облечат? Дали ги чекала облека што има ја определиле родителите, а детето само ја облело? Дали децата учествувале во изборот заедно со родителите? Дали детето кажало што би сакало, па родителот кажал што мисли тека треба, па заедно одлучиле што ќе облече детето? Или пак, детето сосема самостојно одлучило што ќе облече за во училиште? Или детето одлучило што ќе облече, а родителот му ја подготвил облеката?

Потоа се формираат групи од четворица ученици и треба да си кажат едни на други за сопственото искуство.



Дискусија 1

1. Какви ситуации најчесто имаше? А какви најретко? Зошто?

Главна активност 2

Секое дете само си прави од лист хартија поделен на три дела, три картички и едната ја бои зелена, втората жолта и третата црвена. Потоа наставничката вели дека ќе чита одредени тврдења за кои учениците ќе треба да го искажат своето мислење преку картичка во одредена боја. Доколку сметаат дека детето само треба да одлучи, треба да кренат зелена картичка; доколку сметаат дека одлуката треба да ја донесе детето заедно со возрасниот старател/родител, тогаш треба да кренат жолта картичка; а ако сметаат дека одлуката треба да ја донесе возрасниот старател/родител, тогаш треба да кренат црвена картичка.



Дискусија 2

1. Какви беа вашите одговори – дали повеќето беа исти или се разликуваа? Каде имаше поголеми разлики?
2. Дали може да има само еден точен одговор во овие ситуации? Зошто не може?
3. Дали имате мислење за повеќето работи во твојот дом за кои треба да се донесе некаква одлука? Како го градите своето мислење?
4. Дали ви се нудат доволно информации за да можете да изградите сопствено мислење?
5. Што правите за да дојдете до доволно информации за да можете да изградите поткрепено мислење за нештата?
6. Дали и со кого разговарате за да го изградите вашето мислење?
7. Дали детето може за сè само да одлучува? Дали може барем за нешто само да одлучува?
8. Дали детето мора за сè само да одлучува? Дали се случува детето кога може да донесе самото одлука, сака да се консултира со возрасните и заедно да донесат одлука?

Заклучок

Детето треба да се поттикнува да гради мислење и да го искажува за сите работи што се однесуваат на него. Во средина каде ова се негува и се дозволува од страна на возрасните, детето станува самостојно и поодговорно за своите избори. Дали мислењето на детето во целост ќе се прифати или пак не, зависи од повеќе фактори: од возраста на детето – односно од степенот на развој на неговите способности за сфаќање и предвидување, од неговата информираност и знаење како и од одговорноста на возрасниот да се грижи секоја одлука што ќе се донесе да биде во најдобар интерес на детето. Независно од можноста детето само да одлучува, тоа може да избере да донесе одлука во консултација со возрасно лице.

9. Од што зависи дали на детето ќе му се дозволи само да донесе одлука?
10. Зошто зависи од возраста?
11. Освен од возраста од што друго може да зависи?
12. Дали детето секогаш треба да се поттикнува да го искаже своето мислење за нешто што го засега?
13. Дали секогаш детето може и треба, не само да го искаже своето мислење, туку и само да одлучува?
14. Кое дете побрзо ќе стекне можност самото да донесува одлуки – она што има свое мислење и се труди да го изгради и да го искаже или пак она кое не му е важно да има мислење и не се ни труди да го искаже?



Рефлексија

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Содржина I–7: МЕНАЦИРАЊЕ НА СЛОБОДНОТО ВРЕМЕ

Се очекува ученикот/ученичката да:

Знаења	<ul style="list-style-type: none">» знае за правото на слободно време во текот на денот, седмицата и годината;» знае за важноста на слободното време.
Вештини	<ul style="list-style-type: none">» умее да идентификува различни начини на организирање на слободното време.
Ставови/ вредности	<ul style="list-style-type: none">» сфати дека користењето на слободното време е можност за културно издигање и изградување.

Работилница I–7.1: Слободно време



Материјали:

- » работен лист за учениците I-7.1a: Картички за слободно време,
- » работен лист за учениците I-7.1б: Карта: скали и змии,
- » фигури (гуми, острилки, метални пари и сл.),
- » коцка,
- » ножички.

Воведна активност

Сите ученици стојат во круг, а наставничката чита одредени тврдења и во зависност од одговорот на тврдењето, учениците одат во едниот или во другиот означен агол од просторијата.

„Кога ги спојуваш дланките, кој палец ти е одозгора? Ако ти е левиот – оди во левиот агол од училницата, а ако ти е десниот – оди во десниот агол“!

„Спој ги рацете на гради! Која рака ти е од горе? Ако ти е левата – оди во левиот агол од училницата, а ако ти е десната - оди во десниот агол“!

„Која нога ја ставаш прва во ногавица кога облакуваш панталони? Ако ја ставаш левата – оди во левиот агол од училницата, а ако ја ставаш десната – оди во десниот агол“!

„Со кое око најчесто намигнуваш? Ако намигнуваш со левото – оди во левиот агол од училницата, а ако намигнуваш со десното – оди во десниот агол“!

„Од која страна на креветот стануваш наутро? Ако стануваш од левата – оди во левиот агол од училницата, а ако стануваш од десната – оди во десниот агол“!

„Кога користиш тоалетна хартија ја туткаш или ја редиш? Ако ја туткаш – оди во левиот агол од училницата, а ако ја редиш – оди во десниот агол“!

Главна активност²

По случаен избор учениците се делат во групи по четворица (ако остануваат нераспределени ученици, тие добиваат задача да шетаат од група до група и да посматраат дали се почитуваат правилата на играта). Секоја група добива по еден примерок од работниот лист за ученици „Карта: скали и змии“, коцка, фигури (за секој ученик по една) и комплет од работниот лист за ученици „Картички за слободно време“ исечен на делови. Потоа наставничката ја објаснува играта.

„Секој играч ја фрла по еднаш коцката и оној со најмал број ја започнува играта. Првиот играч ја фрла коцката и оди онолку полиња напред колку што му покажува коцката. Доколку стапне на осенчено поле, тогаш зема една од картичките, ја чита на глас и постапува според инструкцијата. Таа може да биде да оди напред, да оди назад, да фрла уште еднаш или да пропушти круг. Потоа продолжува вториот играч, па третиот и така натаму. Играта завршува кога и последниот играч ќе стаса до целта“.

Потоа учениците ја играат играта. Откако сите ќе завршат се води дискусија.



Дискусија

1. Како се чувствувавте додека ја игравте играта? Зошто?
2. Зошто со некои изјави се одеше напред, а со некои наназад?
3. Дали секој има право на слободно време? Зошто е важно да се има слободно време во годината, во седмицата, во денот?
4. На кои начини може да се помине слободното време?

Заклучок

Секое дете има право на слободно време и одмор и тоа во текот на денот, во седмицата и во годината. Правото на слободно време е дел од неговото право да учествува во културниот, уметничкиот и во спортскиот живот и затоа треба да му се понудат и да му се стават на располагање различни можности за рекреација и други видови слободни активности како и активности преку кои ќе може културно да се издига и изградува. Децата имаат право на активен, но и на пасивен одмор кој одговара на нивната возраст и способности.

² Идејата за активноста е земена од European Youth Centre: Compasito: Manual on human rights education for children.(2008) Strasbourg.

5. Кои начини придонесуваат да го збогатиме нашето знаење и култура?
6. Дали е тоа важно? Зошто?



Рефлексија

1. Што правевме?
2. Како се чувствувавме?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?



II тема: ЈАС И ТИ - ИНТЕРПЕРСОНАЛНИ ОДНОСИ

Содржина II-1: ПРИФАЌАЊЕ СЛИЧНОСТИ И РАЗЛИКИ

Се очекува ученикот/ученичката да:

Знаења	<ul style="list-style-type: none">» знае дека постојат сличности и разлики меѓу луѓето во физичкиот изглед, во способностите и во потеклото;» знае дека луѓето се разликуваат според своето мислење и уверување;» знае дека луѓето имаат различни потреби и интереси.
Вештини	<ul style="list-style-type: none">» може да ги препознава сличностите и разликите кои постојат меѓу неа/него и другите во поглед на физичкиот изглед, способностите и потеклото;» може да го почитува мислењето и уверувањето на другиот и тогаш кога не се согласува.
Ставови/ вредности	<ul style="list-style-type: none">» прифати дека постоењето на разлики меѓу луѓето е позитивна придобивка;» прифати дека и мислењето и уверувањето на другите треба да бидат уважени;» прифати дека потребите и интересите на другите се еднакво важни како и неговите/нејзините.

Работилница II-1.1: Дел по дел – сложувалка



Материјали:

- » голем лист подебела хартија,
- » ножици,
- » прибор за цртање,
- » селотејп,
- » кутија,
- » работен лист за наставникот/наставничката: Камилата и зајакот.

Воведна активност

Сите стојат во круг. Наставникот објаснува дека ќе им чита одредени реченици и сите оние за кои важи тоа што се кажува во реченицата ќе треба да станат да направат нешто што ќе се бара од нив и потоа да седнат. Се читаат следните реченици:

1. Нека станат сите што носат нешто црвено и погледнете се меѓу себе!
2. Ако носите патики, станете и плеснете еднаш со рацете!
3. Сите со црни чевли станете и кимнете се главата!
4. Сите со темна коса станете и скубнете се за косата со десната рака!
5. Ако носите нешто бело, станете и ставете ја левата рака на срцето!
6. Сите со сини очи, станете и потскокнете на една нога!
7. Ако имате кафеави очи, станете гледајте како низ двоглед!
8. Сите што носите сино, станете и прекрстете ги рацете!
9. Ако сте родени во јануари, станете и дигнете ја левата рака!
10. Ако сте среќни, станете и подигнете ги двете раце нагоре!
11. Ако носите прстени или друг накит, станете и покажете го на другите!
12. Ако сте паметни, станете и направете се важни!
13. Ако знаете добар виц, станете и насмејте се гласно.
14. Ако имате зелени очи, станете и почешајте се по грбот!
15. Ако носите фармерки, станете и потегнете се за левото уво!
16. Ако имате домашно милениче, станете и испуштете глас како миленичето!
17. Сите што сакате да читате книги, станете и намигнете му некому!
18. Сите на кои ви се допаѓа играта, седете на место и ракоплескајте!

Главна активност

Наставникот пред работилницата подготвува една голема сложувалка така што на поголем лист од подебела хартија најпрво исцртува, а потоа сече неправилни делови, но слични по големина. Потребно е да има толку делови колку што има ученици и наставници во паралелката.

Потоа секое дете по случаен избор избира еден дел од сложувалката и на него се црта себеси или дел од себеси. Во оваа активност учествува и наставникот. Потребно е наставникот максимално да ги ослободи учениците, нагласувајќи дека воопшто не е важно нивниот цртеж да биде ремек-дело; она што е важно е да се опуштат додека цртаат и да пробаат да прикажат некој детаљ што е карактеристичен за нив без да се потпишат и да користат реални бои за боене на некои делови од цртежот.

Кога учениците ќе завршат, сите делови се ставаат во една голема кутија, а учениците застануваат во круг. Наставникот ја става кутијата во центарот на кругот, ги промешува деловите, а потоа сите по случаен избор извлекуваат еден дел.

Еден по еден, секој во кругот, најпрво го покажува делот што го извлекол, а потоа се обидува да погоди кој е на цртежот. Откако ќе погоди, треба да каже една работа по која самиот тој и оној којшто е на цртежот се слични и една работа по која тие се различни. Работите за кои се бараат сличности, односно разлики, треба да се однесуваат на некоја од следните категории:

- » како изгледаат (надворешен изглед),
- » што сакаат (желби),
- » какви особини имаат (лични особини),
- » што мислат за некои работи (мислења).

(Наставникот може упросто да ги запише овие категории на табла како потсетување на учениците.) При искажувањето на разликите, треба да се нагласи дека не смее да има навредлив тон, туку само краток опис на разликата.

Откако сите ќе се изредат во кругот, еден по еден учествуваат во составувањето на сложувалката со лепење на деловите коишто ги извлекле и на крајот таа се истакнува во просторот.

Доколку има деца кои се отсутни тој ден, во почетокот на активноста се одвојуваат нивните делови од сложувалката, понатаму и тие, иако празни, се залепуваат во сложувалката за да биде целосна, а во наредна прилика им се дава можност на тие деца да се нацртаат себеси на деловите.



Дискусија

1. Дали има двајца кои меѓу себе имаат само сличности?
2. Дали има двајца кои меѓу себе имаат само разлики?
3. Каков би бил светот ако сме сите исти? А каков ако сме сите различни и немаме ниту една сличност?
4. Дали разликите се секогаш страшни или има нешто позитивно во нивното постоење? Што би било тоа?
5. Што ви беше полесно: да најдете сличност или разлика меѓу вас и детето на цртежот? Зошто?
6. Како сега гледате на сложувалката што произлезе на крајот? Како таа ќе изгledаше ако некој дел ѝ недостасуваше?
7. Што сака таа да ни покаже?

Заклучок

Нема двајца целосно исти луѓе, ниту пак двајца целосно различни. Разликите меѓу луѓето го прават светот побогат, интересен и нудат можност за учење, меѓусебно надолнување и развој. Сите луѓе со својата комбинација на карактеристики кои се однесуваат на надворешниот изглед, способностите, мислењето, уверувањата, потребите, интересите, прават една единствена, неповторлива слика која е еден, но значаен дел од една поширока слика – човековата заедница.

Завршна активност

Се чита приказната од работниот лист за наставникот/наставничката.



Рефлексја

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Камилата рече: „Ништо поубаво од тоа да си висок! Види колку сум висока!“
Кога ги слушна овие зборови, зајакот рече: „Ништо поубаво од тоа да си низок!
Види колку сум јас низок!“

Камилата рече: „Добро, ако не успеам да докажам дека сум во право, ќе се откажам од мојот грб“. Зајакот рече: „Ако јас не успеам да докажам дека сум во право, ќе се откажам од моите уши“.

„Се согласувам!“, рече камилата. „И јас!“, рече зајакот.

Стигнаа до една градина оградена со низок ѕид без отвор на него. Стоејќи од надворешната страна на ѕидот, со помош на својот долг врат камилата дофати од растенијата во градината и се најаде. Потоа зајадливо се сврте кон зајакот, кој стоеше крај ѕидот, без да може дури и да фрли поглед на добрите работи во градината, рече: „Сега, дали повеќе би сакал да бидеш висок или низок?“

По некое време стигнаа до друга градина оградена со висок ѕид со мала вратичка на едниот крај. Зајакот влезе низ вратичката и откако се засити јадејќи од зеленчукот во градината, излезе смеејќи ѝ се на кутрата камила, која мораше да остане надвор затоа што беше превисока за да помине низ вратичката. Зајакот рече: „Сега, дали повеќе би сакала да бидеш висока или ниска?“

Откако добро размислија, заклучија дека камилата треба да го сочува својот грб, а зајакот да ги сочува ушите, признавајќи дека:

**ДА СЕ БИДЕ ВИСОК Е ДОБРО КОГА ТРЕБА, НО И ДА СЕ БИДЕ НИЗОК Е ДОБРО
ЗАТОА ШТО И ТОА ТРЕБА.**

Индиска приказна

Работилница II-1.2: Или ѝлакар или фошелја



Материјали:

- » работен лист за учениците II-1.2: Потрага по автограми.

Воведна активност

Учениците добиваат по еден работен лист. Секој треба на листот да собере, колку што може повеќе, потписи од своите соученици. Никој не смее да се потпише во иста листа повеќе од еднаш и никој не смее да се потпише на сопствениот лист. Секој треба да даде кусо објаснување или демонстрирање за она за кое се потпишува. Многу е поважно да се најдат вистинските деца да се потпишат, отколку да се потполни целиот лист. Се даваат 7–8 минути за прибирање на потписите.

На крај се прави преглед со тоа што се прашува колку од групата се потпишале на одредени прашања. На пример: Колку од вас сакаат да пејат додека се тушираат?

На крај се поставуваат следните прашања:

1. Дали сите се потпишуваа на сите прашања?
2. Дали за сите важат овие работи? Зошто не?

Главна активност

Активноста се одвива во празна просторија (или просторија во која сè е тргнато во еден агол). Наставничката ги поставува правилата на комуникација за време на активноста на следниот начин: „Да претпоставиме дека веќе не сте луѓе, туку предмети и затоа не можете да зборувате. Но, вие сепак не сте обични предмети, туку специјални и можете меѓусебно да комуницирате невербално – само преку движења со рацете и преку гримаси на лицето“. Активноста се одвива во неколку фази и по завршувањето на секоја фаза се добива инструкција за следната.

Прво, секој ученик добива задача да замисли во себе дека е всушност дел од домашен мебел: „Кога би бил/а дел од мебелот што се користи дома, што би избрал/а да бидеш?“

Второ, движејќи се низ просторијата и комуницирајќи исклучиво невербално, секој ученик треба да ги пронајде сите други што направиле ист избор (избрале да бидат ист дел од мебелот). Истите делови од мебел треба да се групираат така што ќе застанат еден зад друг. При тоа е можно, некои од учениците да останат сами затоа што никој друг не го направил истиот избор.

Трето, така формираните групи од исти парчиња мебел, движејќи се заедно, без да се раздвојуваат во ниту еден момент, треба да се постават во просторијата според тоа како вообичаено се распоредува мебелот дома. За таа цел најверојатно ќе треба невербално да комуницираат и со другите групи. Истото важи и за оние „парчиња мебел“ што останале сами.

На крајот, кога сите групи ќе бидат позиционирани, нивните членови треба меѓусебно да разговараат (вербално) на тема: „Зошто избрав да бидам токму тоа парче мебел?“ Причините за направениот избор да ги презентираат пред другите групи.



Дискусија

1. Врз основа на што го правевте изборот на мебелот? Кои карактеристики на избраниот мебел ве наведоа да посакате да бидете токму тој вид мебел?
2. Дали сите се согласувавте околу главните карактеристики што ве наведоа на конкретниот избор? Имаше ли некој кому му беа побитни некои други карактеристики?

Заклучок

Меѓу луѓето постојат и сличности и разлики во поглед на она што го сметаат за битно и вредно.

Завршна активност

Кажете им на учесниците внимателно да ја слушаат приказната за Миле Паника и да го прават сето она што го прави Миле Паника.

Додека ја читате приказната, изведувајте ги активностите. Групата треба да ве следи.

Едно утро, Миле Паника стана од својот кревет и погледна низ прозорецот, правејќи си сенка на очите со своите раце. Тој погледна лево па погледна десно. Потоа погледна право кон реката и здогледа една убава жена:

„Оооооо“

Миле Паника ѝ мафна на жената со десната рака. Па ѝ мафна и со левата рака. Потоа ѝ мафна со двете раце. Тој дури и потскокна. Убавата жена не го забележа.

Затоа си го облече костумот за капење, се затрча кон реката и ја преплива. Кога пристигна на другата страна, Миле ја истресе водата од себе, се прегрна себеси за да се загрее и седна.

Убавата жена му се насмевна и продолжи да оди кон далечните места. Миле тргна по неа и оттогаш повеќе никој го нема видено.

Сепак, се слушаат гласови дека Миле Паника живее покрај брегот на некоја друга река со три мали Милиња – кое од кое поубави.



Рефлексија

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Работилница II–1.3: Храна, облека или книги



Материјали:

- » прибор за пишување,
- » работен лист за учениците II-1.3: Судар со метеорит,
- » работен лист за наставникот/наставничката: Евакуација,
- » табла и креда (или соодветен прибор за пишување),
- » клопче волница, ножици.

Воведна активност

Сите стојат во круг. Наставникот го дава клопчето на некој ученик кој го одмотува едниот крај, заврзува дел од крајот на својот прст и потоа повикува некое име од соучениците при што кажува една сличност со оној кого го повикува и го фрла клопчето кон тој соученик. Соученикот го прифаќа клопчето, заврзува дел од крајот на својот прст и потоа на истиот начин, како во претходниот случај, повикува друг соученик кому му го пренесува клопчето, и така со ред сè додека сите не кажат некоја сличност со некое друго дете. При тоа се добива и мрежа од волницата која ги поврзува сите ученици. На крај клопчето завршува кај истиот ученик кој ја започна играта. Потоа наставникот со ножици ја кине мрежата и при тоа на секој ученик му остануваат два дела од крајот, по еден за секоја сличност што го поврзува со други два ученика.

Главна активност

Учениците седат во круг. Наставникот ги повикува да си ја замислат ситуацијата што ќе им ја прочита како да се случува сега. Ја чита првата инструкција од работниот прибор за наставникот/наставничката.

Секој ученик добива по еден примерок од работниот лист со задача да го пополни во следните 3–4 мин.

Се чита втората инструкција. На учениците им се даваат нови 3 мин. за да ги изберат најважните три нешта и да ги заокружат на работниот лист. Потоа учениците се распределуваат во мали групи (4–5 лица). Се чита третата инструкција.

Групите, кои треба да претставуваат семејства, имаат задача во следните 6–7 мин. да изберат вкупно три од нештата што претходно секој поединец ги ставил на својот список. Секој ученик треба да запише за кои три нешта се одлучило „неговото семејство“.

По истекот на времето, учениците се враќаат во кругот.

По еден претставник на групите ги презентира изборите што ги направиле „семејствата“. Наставникот ги запишува на табла. Секое повторување посебно го означува.



Дискусија

1. Како на почетокот одлучивте кои шест нешта би ги зеле со себе? Кои критериуми ги користевте за да ја донесете одлуката?
2. Како се чувствувавте кога требаше да го стесните изборот на само три нешта? Како го направивте изборот?
3. Кога се состана „семејството“, дали имаше повеќе сличности или повеќе разлики во личните избори на членовите на „семејството“? Како ќе го објасните тоа?
4. Како течеше процесот на договарање во „семејството“? Дали се обидувавте да го наметнете својот избор? Зошто?

Заклучок

Луѓето имаат различни приоритети во животот. Дури и членовите на исто семејство, развиваат различни потреби.

Понекогаш е многу тешко да се определат приоритетите, исто како што е тешко да се раздвојат потребите од желбите. Она за што понекогаш тврдиме дека е потреба, всушност е желба. Потребите се нешта што треба да се задоволат за да можеме непречено да живееме, а желбите се најчесто само средства за кои мислиме дека најдобро би ги задоволиле потребите.



Рефлексја

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

1. Инструкција

Се враќаш дома изморен/а од купување подароци за Новата 2120 година. Го вклучуваш холобимот токму во моментот кога програмата се прекинува поради итни вести. Исплашениот спикер ја пренесува веста дека за нешто повеќе од половина час се очекува страшен судар на огромен метеорит со Земјата. Метеоритот е толку голем што може да уништи сè на Земјата. За среќа, ова е 2119 година и луѓето можат без проблем да ја напуштат Земјата, па спикерот кажува дека е веќе организирана евакуација на населението на друга ненаселена планета и дека секој патник може со себе да земе по шест нешта.

2. Инструкција

Гласот на холобимот се јавува повторно. Овој пат вели: „Многу им се извинуваме на жителите на Земјата, но се утврди дека нема доволно бродови на располагање за евакуацијата. Поради тоа, наместо по шест, секој ќе може да земе само по три нешта“. Во следните 3 мин. секој треба да одлучи на кои три нешта ќе им даде предност.

3. Инструкција

Холобимот повторно се огласува. Паничниот глас на спикерот соопштува дека веќе натоварените бродови не можат да полетаат поради преоптовареност. Затоа е решено изборот на нештата што ќе се носат на бродовите да го направат семејствата, а на секое семејство му е дозволено да земе по вкупно три нешта. На семејствата им е даден рок од 5 мин. да се договорат од кои три нешта не можат да се откажат.

Работилница II-1.4: Од важно, љоважно



Материјали:

- » прибор за пишување,
- » работен лист за учениците II-1.4: Важно на сликата.

Главна активност

Учениците седат во круг. Секој добива по еден примерок од работниот лист со барање да ја разгледа убаво сликата, да издвои три нешта што му се чинат важни и да ги напише на линиите под неа.

Кога секој ќе заврши со списокот на трите битни нешта, се дава следната инструкција: „Рангирајте ги трите нешта така што ќе го означите со единица (1) она што ви се чини најважно, а со тројка (3) она што го сметате за најмалку важно!“

Потоа учениците се распоредуваат во групи 4–6 лица. Во рамките на групата, секој ученик ги презентира нештата што ги избрал, од најважното до најмалку важното. Групата заеднички констатира дали имаат повеќе сличности или повеќе разлики во направените избори.

Секоја група пред другите ги презентира констатациите до кои дошла.



Дискусија

1. Дали имаше разлики во тоа што беше издвоено како важно? Дали имаше разлики во тоа што беше сметано за најважно?
2. Дали може да се каже дека на сите луѓе кои посматраат една иста ситуација, истите работи ќе им остават подеднаков впечаток?
3. Што обично запомнуваме од она што сме го виделе: она што ни изгледало поважно или она што ни изгледало помалку важно?
4. Како избирате што ќе ви биде важно? Од што зависи што ќе ни изгледа важно (и поважно)?

Заклучок

Различни луѓе гледаат различни работи и различни работи ги сметаат за битни. Битните работи се тие што понатаму ќе се запомнат. Што некому ќе му биде важно, најчесто зависи од интересите што ги развил.

Завршна активност

Сите стојат во круг. Наставничката кажува дека на нејзиното десно рамо има невидлива птица. Сите треба да ја замислат како изгледа. Потоа наставничката полека ја зема птицата, ја погалува и ја предава на ученикот до себе. Тој ја зема птицата, може да ја гали, да ѝ каже нешто или да поигра на кратко и по 4–5 секунди ја подава на следниот. Секој на поинаков начин ја зема птицата и различно се однесува кон неа. На крај, кога птицата ќе дојде до наставничката, таа ја пушта слободно да одлети.



Рефлексија

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Работилница II–1.5: Мојам, не мојам/знам, не знам



Материјали:

- » мали хартиени ливчиња,
- » прибор за пишување.

Главна активност

Сите ученици стојат на едниот крај од училницата. Активноста ја започнува едно дете кое застанува на другиот крај од училницата, прави „прстен“ (круг со палецот и показалецот) со едната рака и кажува: „Од оваа страна мојам/знам да...“ (кажува нешто за што има способност или знаење), а потоа прави „прстен“ со другата рака, но сега кажува: „Од оваа страна не мојам/не знам да...“. На секој од неговите „прстени“ се надоврзува по едно дете од групата правејќи „прстен“ и спојувајќи го со првонаправениот како синџир така што на страната каде што е кажано она што првото дете не може нешто да направи или нешто не знае, застанува дете кое истото може да го направи или го знае, а на страната на која првото дете кажало дека нештото може да го направи или го знае, застанува дете кое тоа не може да го направи или не го знае, а би сакало да може или да го знае.

Така се редат сите деца додека не станат дел од синџирот. Доколку некое дете каже дека нешто може или не може, но нема ниту едно дете кое би се надоврзало на некоја од двете страни, првото дете треба да смисли нешто друго кое ќе предизвика надоврзување.

Доколку има повеќе деца кои сакаат во ист момент да се надоврзат во синџирот, се нагласува дека никој нема да остане надвор од синџирот и дека ако некој не се надоврзал сега, сигурно ќе има наредна прилика кога тоа ќе го направи.



Дискусија

1. Дали секој сè знае, сè може сам да направи? Како би живееле луѓето кога секој сам сè би можел да направи?
2. Дали сите луѓе имаат исти или различни способности или знаење?
3. Како би сакале да се однесува некој кон вас во однос на она што не го знаете или не можете да го направите?
4. Што овозможува различноста во способностите меѓу луѓето?

Заклучок

Ниту еден човек не може сè сам да направи, ниту го има целото знаење во себе. Луѓето се разликуваат меѓу себе според своите способности и знаења – некој може едно, но не може друго; некој знае едно, но не знае нешто друго. Разликата во способностите меѓу луѓето нуди можност тие меѓусебно да си помагаат и така да го подобрат своето сопствено живеење како и односот со другите луѓе, наспроти дискриминацијата заради различните способности или знаења.

Завршна активност

Секое дете добива по две мали ливчиња на кои пишува по една работа што добро ја знае или ја умее. На даден знак, сите деца застануваат во голем, празен простор низ којшто почнуваат да се движат држејќи ги ливчињата во рака. Целта е да ги нудат своите ливчиња на другите деца и да најдат две со коишто ќе можат да разменат по едно ливче – тие да имаат нешто напишано што на другото дете му треба, и тоа да има нешто што ним им треба. Активноста е завршена кога секое дете кај себе ќе има две ливчиња кои се различни од првобитните кои самото ги напишало, а кои ги добило преку размена со две различни деца.



Рефлексја

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Содржина II–2: ФОРМИРАЊЕ, ОДРЖУВАЊЕ И ПРЕКИНУВАЊЕ ВРСКИ

Се очекува ученикот/ученичката да:

Знаења	<ul style="list-style-type: none">» ги знае предусловите за оддржување другарство и пријателство (доверба, соработка, поддршка, отвореност, почитување...)» ја знае разликата меѓу пријателство со луѓе и пријателство со животни
Вештини	<ul style="list-style-type: none">» умее да дава позитивна поддршка на другарите.
Ставови/ вредности	<ul style="list-style-type: none">» согледа дека без меѓусебна поддршка, соработка, доверба и почитување нема другарство и пријателство.

РАБОТИЛНИЦА II–2.1: Цвеќе на пријателството



Материјали:

- » работен лист за учениците II-2.1а: Цвеќе на пријателството,
- » работен лист за учениците II-2.1б: Негување на пријателството.

Воведна активност

Сите седат во круг. Во кругот има една празна столица. Лицето до кого од десната страна се наоѓа празната столица повикува некој да седне на неа на следниот начин: „Го повикувам, име на некој ученик, да седне до мене затоа што...“ Во продолжение на реченицата секој кажува нешто позитивно за лицето што го повикува, нешто добро што направил или некоја негова позитивна карактеристика. Откако повиканото лице ќе седне на празното столче, се појавува ново празно столче. Лицето на кое новото празно столче му се наоѓа од десна страна повикува неј друг да седне на него по истиот принцип како претходно. Се продолжува сè додека сите не бидат повикани од некој да седнат до нив. Лицето што е повикано еднаш, не може да биде повикано повторно од некој друг.

Главна активност

Учениците се поделени во пет различни групи. Наставникот ги прашува учениците дали знаат што му е потребно на едно цвеќе за да расте. Децата наведуваат одговори, а наставникот само ги повторува во знак на одобрување и потпрашува што уште. Потоа, на секоја група ѝ дава по еден примерок од работниот лист „Цвеќе на пријателството“ со објаснување дека на ова посебно цвеќе му се потребни и други работи за да расте. Тие работи се напишани на листовите од цвеќето. Заеднички се прочитуваат кои се тие работи. Потоа секоја група добива по една ситуација од работниот лист „Негување на пријателството“. Секоја ситуација се однесува на една од работите напишани во претходниот работен лист (Домашна работа – ДОВЕРБА, Дали да ѝ кажам – ОТВОРЕНОСТ, Навредениот Бојан – ПОЧИТУВАЊЕ, Помош по телефон – ПОДДРШКА, Гулабот и мравката – СОРАБОТКА). Секоја група ја чита својата ситуација и треба да открие за која работа од „Цвеќето на пријателството“ се зборува во нивната ситуација и да кажат зашто мислат така. Кога ќе завршат со работата во мали групи, секоја група, една по една, прво ја чита ситуацијата за да ја слушнат и останатите, а потоа кажува тоа на што се однесува и зошто.



Дискусија

1. Што мислите, како довербата влијае врз пријателството? Зошто довербата е важна за пријателството? Што ќе се случи ако нема доверба?
2. Што мислите, како отвореноста влијае на пријателството? Зошто е важно да се биде отворен? Што ќе се случи ако луѓето не се отворени?
3. Што мислите, како почитувањето влијае врз пријателството? Зошто почитувањето е важно за пријателството? Што ќе се случи ако нема почитување?
4. Што мислите, како соработката влијае врз пријателството? Зошто е важно да има соработка? Што ќе се случи ако нема соработка?
5. Што мислите, како поддршката влијае врз пријателството? Зошто поддршката е важна за пријателството? Што ќе се случи ако нема поддршка? Како можеме да дадеме поддршка?

Заклучок

Довербата, отвореноста, почитувањето, соработката и поддршката се многу важни за пријателството бидејќи тие овозможуваат да се изгради пријателството, но и да се одржува, да се јакне пријателството. Ако нема доверба, отвореност, почитување, соработка и поддршка, може да дојде до слабење на пријателството, па дури и негово прекинување.

Завршна активност

Учениците се делат во парови. Едниот од парот е водач, а другиот го следи. Тој што следи треба да ги затвори очите, а водачот ќе го фати за рака/рамо и ќе треба да го прошета околу училницата и при тоа цело време да внимава да биде безбеден, да не се удри некаде. Потоа паровите ги менуваат улогите. Може на крај да се постават следните прашања:



Дискусија

1. Како ви беше во играта?
2. Дали се плашевте да не се повредите?
3. Дали имавте доверба во вашата/вашиот другарка/другар?



Рефлексија

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Содржина II–3: ЧУВАЊЕ ТАЈНА

Се очекува ученикот/ученичката да:

Знаења	<ul style="list-style-type: none">» знае кои тајни се добри и треба да се чуваат;» знае кои тајни се „лоши“ и може да му/ ѝ наштетат нему/неа и/или на другите.
Вештини	<ul style="list-style-type: none">» умее да разликува добра од лоша тајна.
Ставови/ вредности	<ul style="list-style-type: none">» согледа дека чувањето тајни го зајакнува другарството (и пријателството), а издавањето тајни го нарушува.

Работилница II-3.1: Чување тајни



Материјали:

- » работен лист за учениците II-3.1: Добри тајни, лоши тајни.

Воведна активност

Учениците се делат во парови со тоа што секој си го избира својот пар и добиваат задача да си споделат некоја информација која ќе биде нивна тајна. Тие ќе треба да ја чуваат, да не им ја кажат на никој друг. На пример, може да си кажат за нешто што им се случило, а за што биле засрамени или кога родителите ги искарале за нешто или која им е симпатија или нешто друго за нив што никој друг не го знае.

Главна активност

Во парови учениците добиваат еден примерок од работниот лист „Добри тајни, лоши тајни“. Внимателно ги читаат претставените ситуации и треба заеднички да одлучат дали секоја од претставените ситуации претставува добра или лоша тајна. Потоа наставникот ги чита на глас ситуациите една по една, а учениците за секоја одговараат дали е добра или лоша тајна. За секоја ситуација посебно, наставникот бара образложенија, зошто некој мисли дека е добра тајна и зошто некој мисли обратно (ако има такви случаи).



Дискусија

1. Кога една тајна е добра тајна?
2. А кога тајната е лоша?
3. Што ќе се случи ако ја издадеме тајната, ако им ја кажеме на другите?
4. А што ќе се случи ако ја чуваме тајната?

Заклучок

Кога тајната се однесува на некое пријатно изненадување што треба да ги израдува другите, тогаш тоа е добра тајна и треба да се чува. Исто така, кога тајната се однесува на нешто лично за некој човек, кое нема некои лоши последици за другите луѓе, и тоа е тајна што треба да се чува.

Кога чувањето на една тајна може да има лоши последици по нас или по другите, тогаш се работи за „лоша“ тајна. Таква тајна не треба да се чува.

Ако издадеме некоја тајна, ризикуваме да го расипеме пријателството со некого (кого сме го издаде).

Чувањето тајни придонесува да се зајакне пријателството и довербата.

Завршна активност

Учениците стојат групирани во поголем простор (за да може да се движат). Побарајте од учениците да замислат две птици. Едната се вика „ВРРР“, а другата „СУЛУМУ“. Секогаш кога ќе кажете „вррр“ сите треба да се движат со врвовите од своите ножни прсти и при тоа со лактите да замавнуваат како птиците со своите крилја. Секогаш кога ќе кажете „сулуму“ сите треба да застанат и да стојат мирни. Наизменично повторувајте ги командите додека играта е забавна.



Рефлексија

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Содржина II-4: КАЖУВАЊЕ ЛАГИ/ ВИСТИНИ

Се очекува ученикот/ученичката да:

Знаења	<ul style="list-style-type: none">» ги знае причините зошто луѓето лажат;» ги знае негативните последици од лажењето.
Вештини	<ul style="list-style-type: none">» може да се воздржи од кажување на вистината кога тоа може да го повреди другиот.
Ставови/ вредности	<ul style="list-style-type: none">» согледа дека кажувањето лаги може да биде штетно и за него/неа и за другите;» согледа дека лагата ја нарушува довербата.

Работилница II-4.1: Зошто лажеме?



Материјали:

- » работен лист за учениците II-4.1: Неколку лаги.

Воведна активност

Учениците се делат во парови. Секој добива задача да каже за себе во 3 наврати, по две работи – едно нешто што е вистинито а другото лажно. Едниот член прво кажува 2 работи за себе, а другиот погодува, и потоа се заменуваат улогите. Па повторно првиот член кажува нешто, а другиот го повторува, се заменуваат улогите и на крај има уште една иста рунда. Во првиот наврат, учениците кажуваат нешто што направиле (една вистина и една лага). Во вториот наврат се кажува некое место каде што биле (една вистина и една лага). И во третиот наврат се кажува нешто што им се случило (една вистина и една лага).

На крај може да се провери со групата колку им било лесно или тешко да откријат што е вистинито, а што лажно.

Главна активност

Учениците се делат во четири групи. Секоја група добива по еден примерок од работниот лист „Неколку лаги“ со инструкција да ги прочитаат ситуациите и потоа да одговорат на поставеното прашање со заокружување на еден одговор.

Потоа секоја ситуација се чита пред целата група, а учениците кажуваат кој одговор го заокружиле. Притоа се бара образложување зошто мислат така.



Дискусија

1. Поради кои причини луѓето лажат?
2. Што се добива со лагата? Што се губи, какви можат да бидат последиците? Кој може да ги трпи последиците од кажувањето лаги?
3. Има ли ситуации кога некажувањето на вистината е најдобро? Кога?

Заклучок

Луѓето може да лажат поради најразлични причини. Може да лажат за да избегнат казнување (повредување), за да имаат другите добро мислење за нив (да не мислат лошо за нив), некогаш лажат за да остварат некоја корист (да добијат нешто), но понекогаш лажат и за да заштитат некого (кога вистината е болна).

Со лаги може да се извлече некоја корист (нешто материјално) или да се добие наклонетост или нечие пријателство, но исто може многу и да се загуби: пријателството, довербата, а може и да бидеме казнети. Лагите можат да бидат штетни за оној кој ги кажува ако го откријат, но и за оние кои се излагани (можат да изгубат нешто).

Завршна активност

Сите стојат во средината на просторијата. Наставникот дава инструкции да се допира нешто што го има во просторијата, на пример: сид, клупа, табла, молив, чанта, прозор, врата, панталони, рака, коса, глава итн., а задача на секој ученик е што побрзо да го допре тоа што е кажано.



Рефлексија

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Содржина II–5: ДАВАЊЕ И ПРИМАЊЕ ПОМОШ

Се очекува ученикот/ученичката да:

Знаења	<ul style="list-style-type: none">» знае со што може да помага дома и на училиште;» знае од кого може и треба да очекува помош (дома и на училиште);» знае со кои потешкотии се соочуваат луѓето со посебни потреби (потешкотии кои произлегуваат од хендикепираноста).
Вештини	<ul style="list-style-type: none">» умее да процени кога некому му е потребна помош;» умее да помогне кога некому му треба помош;» умее да оддаде признание за пружена помош;» може да идентификува каква помош им е потребна на луѓето со посебни потреби.
Ставови/ вредности	<ul style="list-style-type: none">» согледа дека помагањето е заемен однос – помошта се прима и се дава;» прифати дека хендикепираноста не е пречка за воспоставување и негување меѓусебни односи.

Работилница II–5.1: Помагање ваму, помагање шаму



Материјали:

- » прибор за пишување,
- » работен лист за учениците II-5.1а: Помагање дома,
- » работен лист за учениците II-5.1б: Помагање во училиште,
- » табла и креда (или соодветен прибор за пишување).

Воведна активност

Една чанта се полни со многу книги и се избира доброволец да ја пренесе чантата од едниот крај на училницата до другиот. Прво треба да го направи тоа сам/а, а потоа може да побара помош од друг соученик да ја врати на претходното место.

Главна активност 1

Учениците се делат во групи 4–6 члена. Секоја група добива по еден примерок од работниот лист „Помагање дома“. Групите добиваат задача да го пополнат работниот лист така што ќе наведат колку што е можно повеќе начини на кои тие им помагаат дома на останатите членови на семејството и колку што е можно повеќе начини на кои другите членови од семејството ним им помагаат. Им се дава време од околу 7–8 минути за работа на задачата.

Секоја група ги презентира одговорите, а наставникот ги запишува (во скратена форма) на табла, во две колони под наслов „Дома помагам“ и „Дома ми помагаат“.



Дискусија 1

1. На кого му помагаме дома? Како?
2. Кој ни помага дома? Од кого може да очекуваме помош?
3. Дали откривте некои начини на помагање што не сте ги користиле досега?

Заклучок !

Дома на секого можеме да му помогнеме на некој начин како што и тие можат нам да ни помогнат. На родителите може да им помогнеме со тоа што ќе отидеме до продавница да купиме нешто додека тие готват; на помалото братче/сестра може да им пуштиме цртан филм на ДВД/компјутер/телевизија; на баба/дедо да им прочитаме нешто ако тие не можат итн. Родителите може да ни помогнат со тоа што ќе не разбудат на време за да не закасиме некаде; помалата сестра/братче може да ни помогне да најдеме некоја изгубена работа итн.

Главна активност 2

Секоја група добива по еден примерок од работниот лист „Помагање во училиште“. Постапката на пополнување на работниот лист е идентична со претходната, со тоа што сега се бара да наведат колку што е можно повеќе начини на кои тие им помагаат на другите ученици во училиште и колку што е можно повеќе начини на кои другите ученици и наставници ним им помагаат. И за оваа задача времето е околу 7–8 минути.

Секоја група ги презентира одговорите, а наставникот ги запишува (во скратена форма) на табла во две колони под наслов „Во училиште помагам“ и „Во училиште ми помагаат“.



Дискусија 2

1. На кого му помагаме во училиште? Како?
2. Кој ни помага во училиште? Од кого може да очекуваме помош?
3. Дали откривте некои начини на помагање што не сте ги користиле досега?
4. Зошто треба да се помага?
5. Има ли работи за кои не треба да се помага, дури и ако некој тоа го побара?
6. Како се чувствуваме кога некој ни помогнал? Како се чувствуваме кога сме помогнале некому?

Заклучок

Во училиште може да им помогнеме на другарите/ките, а и тие да ни помогнат нам на најразлични начини: со позајмување на училишна опрема, делење ужинка, решавање задача итн. На возрасните во училиште може да им се помогне ако, на пример, се однесе некој материјал од една училница во друга итн.

Убаво е да се помага кога помагањето нема последици за нас а им значи на тие на кои им помагаме, овозможува да се чувствуваат убаво и почитувано.

Не треба да помагаме ако со давањето помош си штетиме себеси, или пак, на оној на кому му помагаме.

Кога добиваме помош се чувствуваме задоволно и почитувано. Така се чувствуваме и тогаш кога ние им помагаме на другите.

Завршна активност

Учениците се делат во парови. Потоа застануваат еден спроти друг и со рацете ги фаќаат подлактиците на партнерот. Потоа така фатени за раце треба да клекнат заедно и по неколку секунди да станат, повторно заедно, и при тоа не треба да си ги отпуштат рацете.



Рефлексија

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Работилница II–5.2: Лавот и глушецот



Материјали:

- » работен лист за наставникот/наставничката: Приказна за глушецот и лавот ,
- » работен лист за учениците II-5.2а: Лав,
- » работен лист за учениците II-5.2б: Глушец ,
- » картонски чинии, фломастери или боички, лепило,
- » волница, ножици.

Воведна активност

Учениците стојат во круг. Секој замислува едно животно. На даден знак сите истовремено произведуваат звуци карактеристични за животното што го замислиле, и при тоа прават еден чекор кон внатрешноста на кругот, имитирајќи го замисленото животно со рацете.

Главна активност 1

Наставничката ја чита приказната од работниот лист. Потоа во кратки црти заеднички се прераскажува приказната, а потоа се отвора дискусија со сите.



Дискусија 1

1. Кој кому му помогнал во приказната?
2. Дали глушецот би му помогнал на лавот доколку претходно лавот не му помогнеше на глушецот?
3. Има ли некој кому воопшто не му е потребна помош?
4. Дали луѓето секогаш кажуваат кога им е потребна помош?
5. А ние како знаеме дали некому му треба помош?
6. Што можеме да направиме кога некому му е потребна помош?
7. А што можеме да направиме кога некој ни помогнал во нешто? Што направија лавот и глушецот?

Заклучок

Кога даваме помош на други, многу е веројатно дека и другите ќе ни помогнат тогаш кога ќе ни треба помош. Колку и да е некој силен, има ситуации кога нешто не може да направи без помош од страна (од некој друг). Луѓето не кажуваат секогаш дека им треба помош, затоа за да им се помогне треба прво да се „види“ дека им треба помош. Кога гледаме дека некој не може нешто да направи, да постигне, да се одбрани од нешто итн., знаеме дека му е потребна помош. Кога некому му е потребна помош, добро е да му се помогне. Ако некој ни помогнал во нешто, треба да се заблагодариме со тоа што ќе оддадеме признание.

Главна активност 2

Наставничката ги прашува децата кој лик сакаат да го изработат (лавот или глушецот) и според тоа ги дели во четири групи. Две групи ќе изработат лав, а другите две глушец. На секоја група ѝ дава инструкции за тоа како да ги изработи ликовите.

Изработка на лав

Наставничката им дава инструкции на децата да ги исечат ликот и круговите за ушите од работниот лист. Круговите се превиткуваат на долниот дел и така добиените уши се лепат на горниот дел од чинијата. Исечениот лик исто се лепи на чинијата и се обојува. На крај се црта гривата со кафеава боја.

Изработка на глушец

Листот со големина А4 се превиткува на половина. Децата го сечат по должината на нацртаната линија како на слика 1 од работниот лист. Превитканите горни рабови на листот ги прилепуваат со лепило така што десниот прав агол (слика 2) останува незалепа и тука можат да протнат показалец.

Потоа сечат два мали круга од хартија кои претставуваат уши и ги лепат како на слика 3. На крајот се лепи и опашот (парче волница) и се цртаат очите.



Рефлексија

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Работен лист за наставникот/наставничката: Приказна за лавот и глушецот

Во една далечна шума си живеел еден лав. Бил познат по тоа што имал добро срце и често им помагал на другите животни во шумата. Еден ден, додека лавот се шетал по шумата, забележал еден глушец кој бил заглавен помеѓу две гранки и никако не можел да се ослободи. Лавот ја поткрена едната гранка и глушецот се ослободил. „Не ми се верува“, рекол глушецот. „Ме спаси една голема мачка, и сега ќе ме изеде“. „Хо, хо, хо“, се насмеал лавот. „И да те изедам, ништо нема да осетам, ти си така мал“. „Па тогаш, зошто ме ослободи?“, го прашал глушецот. „Ти си жител на оваа шума како што сум и јас“, одговорил лавот и додал, „кога те видов заглавен во гранките знаев дека ако не те ослободам, ти ќе умреш. Си реков, еве една прилика да се биде добар, една прилика да му се помогне на некој во неволја“. Кога го слушна тоа глушецот, застанал пред него и рекол: „Ти се поклонувам, голем лаву. Должник сум ти, но знај дека еден ден ќе ти се оддолжам“. Тогаш лавот почнал да се смее: „Бре глупче, што би можел ти да направиш за мене?! Јас сум кралот на животните, гледај колку сум поголем и посилен од тебе. Како би можел ти вака малечок да ми помогнеш за што било?“ „Ќе се видиме пак“, рекол глушецот и го снемало меѓу паднатите лисја и тревата.

По некое време, додека лавот се шетал низ шумата, дошле ловците, го фатиле и го врзале со јажиња за едно дрво. Тогаш ловците отишле да го донесат камионот во кој ќе го стават лавот и ќе го однесат во зоолошката градина. За среќа, во близина поминало глупчето и со неговите запчиња почнало да ги грицка јажињата. Така го ослободило лавот. На крајот лавот се свртел и му рекол на глушецот: „Јас мислев дека ти никогаш нема да можеш да ми помогнеш, но еве сега гледам дека и едно мало глупче некогаш може да биде од голема помош. Глушецот радосно се смешкал. Лавот застанал пред него и му рекол. „Ти се поклонувам, голем глушецу. Ова што го направи за мене никогаш нема да ти го заборавам. Каде и да одам ќе раскажувам за тебе, па дури и на децата в училиште“.

Работилница II–5.3: Деца со посебни потреби

Забелешка:

Децата со посебни потреби имаат право на посебни бенефиции, на услови во кои ќе можат да водат достоинствен и плоден живот и можност активно да учествуваат во општествениот живот. Посебен аспект на членот од Конвенцијата за правата на детето, за децата со посебни потреби претставува потребата од инклузија (интеграција, присуство и учество) на децата со посебни потреби во структурите и институциите на секојдневното живеење (можност да бидат заедно со другите деца, да можат да стигнат до секој дел од населеното место, да учествуваат во културните и спортските настани, да бидат третирани како рамноправни и корисни граѓани). Кој било облик на изолација е непосакуван и треба да претставува само мерка во исклучителни случаи. Важно е кај децата да се развие чувството на прифаќање како рамноправни и еднакви, а не чувство на сожалување. Како и другите деца и луѓе, и децата со некоја пречка во развојот можат да ни се допаѓаат или да не ни се допаѓаат заради одредени нивни квалитети, особини, карактеристики кои немаат врска со нивниот хендикеп. Ним им е потребна посебна грижа за да можат да ги остварат сите свои потенцијали и да можат слободно да се движат и да учествуваат во заедничкиот живот. На децата треба да им се посочи нов начин на гледање на лицата со посебни потреби. Децата треба да научат и во овој домен да ги прифаќаат и да ги почитуваат разликите, да учат од другите луѓе, место да ги сожалуваат или да ги избегнуваат. За оваа работилница посебно значење има терминологијата што се употребува. Место хендикепирани, треба да се усвојат термините: со хендикеп, со пречки во развојот и со посебни потреби.



Материјали:

- » работен лист за учениците II-5.3: Игра со посебни потреби,
- » работен лист за наставникот/наставничката: Приказна за детето со две очи.

Главна активност 1

Сите деца добиваат по едно ливче од работниот лист „Игра со посебни потреби“. На некои од тие ливчиња пишува одредена инструкција и учениците што ќе добијат ливчиња со такви пишани инструкции ќе треба да се однесуваат според нив во оваа игра. Поголемиот дел од ливчињата ќе бидат празни и учениците што ќе ги извлечат не мора да се придржуваат на посебни инструкции.

Сите столчиња се редат во круг, при што има едно столче помалку од бројот на децата. Сите деца седнуваат, а едно е во средина. Детето во средина кажува некоја особина или белег. Сите деца кои го имаат тоа, или го мислат тоа, треба да станат и да си ги сменат местата (да седнат на местото на друго дете коешто исто така станало), а детето што е во средина се обидува да седне на некое слободно столче. Ова се повторува повеќе пати, околу 3–4 минути, за најразлични белези и особини. На пр.: „Нека си ги сменат местата тие што: имаат сини очи, кратка коса, сини маици, шноли во косата, сакаат сладолед, сакаат математика, имаат куче дома, имаат маче дома, имаат помала сестра...“



Дискусија 1

1. Дали секогаш стануваа исти деца?
2. Дали има исти деца (што сакаат исти работи, исто се облекуваат, исто мислат, исто знаат)?
3. По што може да се разликуваат децата?
4. Дали децата можат да имаат и некој недостаток или хендикеп?
5. Дали знаете некое дете кое има некој хендикеп?
6. Каков хендикеп можат да имаат децата?
7. Што мислите, дали сите работи им се еднакво достапни на децата со посебни потреби (како е во вашето училиште, во локалната библиотека, во кино салите, на спортските терени...)
8. Дали вие може да им помогнете? Како?

Заклучок

Нема исти деца. Тие се разликуваат по нештата што ги сакаат, по начинот како се облекуваат, како мислат, што знаат, но и по тоа што можат, односно не можат да направат. Децата може да имаат и некој недостаток или хендикеп и тогаш се вели дека се деца со посебни потреби. За жал, повеќето работи кои им се достапни на сите деца, не им се достапни на децата со посебни потреби.

Главна активност 2

Се чита приказната од работниот лист за едно дете со многу чудна пречка во развојот. Потоа се издвојуваат поважните моменти од приказната преку следниве прашања:

1. Дали ви се допадна приказната?
2. Што мислите, како се чувствувало детето со две очи на таа планета?
3. Како се однесувале другите кон него?
4. Зошто така се однесувале?
5. Дали во прво време се чувствувале пријатно во негово друштво?
6. Дали мислеле дека е нормално што има две очи?
7. Што се случило потоа?
8. Дали се сменил односот на другите кон ова посебно дете?
9. Дали овој однос се сменил затоа што го сожалеувале или заради нешто друго?



Дискусија 2

1. Што мислите за децата кои имаат некој хендикеп?
2. Дали може да си играме со нив?
3. Какви посебни таленти можат да имаат децата со хендикеп?
4. Дали знаете некој голем уметник кој имал хендикеп?
5. Дали има некои работи што децата со посебни потреби ги прават подобро или на поинаков начин од нас?
6. Со што гледаме вообичаено? Со што „гледаат“ слепите? (Со ушите и со рацете). Како се „гледа“ со ушите? Ајде да пробаме колку ние можеме да „гледаме“ со ушите? Како се „гледа“ со рацете? Што мислите дали може некој уметник да направи фигура на човек само со допирање?
7. Со што зборуваме вообичаено? Со што „зборуваат“ немите? (Со рацете). Дали сте виделе како изгледа тоа? Зарем не е возбудливо да се зборува со знаци?
8. Со што слушаме вообичаено? Со што „слушаат“ глувите? (Со очите). Како изгледа „слушањето“ со очи? (Можат да се гледаат движењата на усните или да се гледаат движења на рацете). Зар не би било интересно да се знае тоа?
9. Како одат оние кои се парализирани или без нозе? (На тркалца). Дали сте виделе натпревари во тенис, кошарка, трки, голф, на луѓето во колички со тркалца?

Заклучок

Децата кои имаат некој хендикеп не се помалку вредни и важни од останатите деца. Тие се само ограничени во правењето на одредени работи и поради тоа имаат посебни потреби, но може да бидат подеднакво добри другари, забавни, интересни и може да играме со нив. Има повеќе големи уметници кои имале некој недостаток. Такви се на пример: Бетовен/композитор – глув; Реј Чарлс/пијанист – слеп; Ван Гог/уметник – ментален хендикеп; Х. К. Андерсен/писател – физички деформации итн.



Рефлексија

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Многу далеку, во вселената има планета иста како Земјата. Луѓето кои живеат на таа планета во сè се исти како нас, освен во една работа –место две очи, тие имаат само едно око. Многу убаво око, на средината на челото. Тоа е многу специјално око. Со нивното едно око тие можат да гледаат во темница. Тие можат да гледаат далеку, далеку дури и низ ѕидовите. Можат да ги видат и ѕвездите на небото.

Еден ден, во едно семејство се роди чудно дете. Дете со две очи. Неговите родители беа многу вознемирени и несреќни. Тоа беше толку поинакво од другите деца што просто им беше срам да го изнесат на шетање. Го носеа кај многу доктори, во разни болници и најславните специјалисти на планетата испитуваа што може да се направи детето да стане како и другите: со едно убаво око на средината на челото. И никој ништо не можеше да стори. Славните доктори само ги креваа рамениците и велеа: „Ништо не може да се направи“. Отпрвин детето не забележуваше дека е многу различно од другите деца, меѓутоа колку што беше поголемо, тоа имаше сè повеќе и повеќе проблеми. Тоа беше дефинитивно различно од другите. Не само што му беше чудно (па дури и непријатно) така со две очи, туку, исто така, тоа не можеше да гледа ноќе и мораше да носи светло навечер со себе. Кога одеше во училиште, не можеше да чита толку добро како другите деца. Неговиот учител мораше да му посвети посебно внимание. Не можеше да гледа надалеку и мораше да носи телескоп за да ги види истите работи како и другите деца. Понекогаш кога си одеше дома од училиште, се чувствувааше многу осамено. „Другите деца можат да гледаат работи што јас не можам да ги гледам“ – си размислуваше. И беше многу тажно.

Еден ден, мошне случајно, дојде до ненадејно откритие. Откри дека може да види нешто што никој друг на неговата планета не може да го види. Брзо истрча кај своите родители и возбудено им раскажа за своето откритие, за тоа како ги гледа работите. Ги повика надвор и почна да им раскажува. Тие беа вчудоневидени. Детето раскажуваше прекрасна приказна. Во таа приказна мораше да измислува зборови што никој ги немаше слушнато порано. Тие зборови беа: црвено, жолто, портокалово. Тој зборуваше за зелените дрвја и прекрасните виолетови цветови. Почнаа да се собираат луѓе од сите страни. Сите сакаа да знаат како детето ги гледа работите. А тоа раскажуваше прекрасни приказни. Приказни за длабоките сини мориња и брановите со бели врвови, за волшебните смарагдни змејови и нивните црвени огнени ѕдивови.

Детето единствено на целата планета, единствено меѓу сите луѓе, можеше да ги гледа сите прекрасни бои.

Момчето порасна и еден ден сретна девојка. Тие се вљубија. Неа не ѝ пречеше што тој има две очи, а и тој откри дека и нему повеќе не му пречи тоа. Во меѓувреме стана многу популарен. Неговите приказни доаѓаа да ги слушаат луѓето од целата планета.

Кога им се роди малечка ќерка, таа беше иста како другите деца на планетата. Имаше едно око.

Содржина II–6: ПРИФАЌАЊЕ И ПРИЗНАВАЊЕ ГРЕШКИ

Се очекува ученикот/ученичката да:

Знаења	» знае кои се последиците од грешките во преземените активности.
Вештини	» може да препознае грешка во однесувањето на другите; » може да прави разлика меѓу намерни и ненамерни грешки во постапките на другите; » умее да прифати извинување кога друг му/ѝ згрешил/а.
Ставови/ вредности	» прифати дека и другите можат да згрешат; » го прифати простувањето како предуслов за сочувување на добрите односи; » прифати дека хендикепираноста не е пречка за воспоставување и негување меѓусебни односи.

Работилница II–6.1: Грешење и ѝростјување



Материјали:

- » работен лист за учениците II-6.1: 4 ситуации, 4 грешки

Воведна активност

Во парови учениците меѓу себе споделуваат ситуации кога тие самите постапиле лошо кон некого, поради што им било криво и не знаеле што да направат за да ја поправат грешката во однесувањето. На крај може неколку примери преку доброволно јавување, да се изнесат пред целата група.

Главна активност

Учениците се делат во четири групи со максимум 6 ученици во секоја група. Секоја група добива по една ситуација од работниот лист за учениците. Ако има повеќе ученици во паралелката, се формираат повеќе од 4 групи со тоа што некои од ситуациите се исти за две групи. Се дава инструкција да одговорот на прашањата на крајот од ливчето откако сите заедно ќе видат за што се работи во ситуацијата.

Потоа групите ги презентираат ситуациите со тоа што прво го читаат текстот за да бидат во тек и останатите групи, а потоа одговараат на прашањата давајќи образложенија зошто мислат така.

На крај се поведува дискусија со целата група.



Дискусија

1. Како можеме да знаеме дека некој погрешно постапил?
2. Какви можат да бидат последиците од направените грешки во преземените активности?
3. Која е разликата помеѓу намерните и ненамерните грешки?
4. Зошто е важно да се извиниме кога ќе направиме некоја грешка?
5. А зошто е важно да се прости некому кој направил некоја грешка кон нас.

Заклучок

Во зависност од последиците на некоја постапка, ние можеме да заклучиме дали некој постапил погрешно или не.

Последиците од направените грешки можат да бидат најразлични: од физички повреди до налутување и влошување на односите, прекин на пријателствата па дури и предизвикување на одредени материјални штети кои потоа треба да се надокнадат.

Некогаш другите намерно преземаат нешто за да повредат некого, но понекогаш се случува да се направи нешто и притоа да се повреди некој иако не сме имале таква намера.

Кога е направена грешка, извинувањето е неопходна првична мерка за да се поправи штетата. Извинувањето може да се прифати или не, но само со простувањето (прифаќањето на извинувањето) се овозможува зачувување на добрите односи.

Завршна активност

Секој ученик добива задача на парче хартија, или на тетратка, да напише едно извинување до некој кому му згрешил нешто во текот на последниот месец.



Рефлексија

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Содржина II–7: СПРАВУВАЊЕ СО ЕМОЦИИ

Се очекува ученикот/ученичката да:

Знаења	» знае кога лутината предизвикува агресивно однесување,
Вештини	» умее да изразува симпатија кон врсници; » може да ја/го контролира сопствената/сопствениот лутина/бес насочена/насочен кон другите; » може да се воздржува од несоодветни реакции на лутината/бесот изразена/изразен од другите.
Ставови/ вредности	» согледува дека непријатните емоции се обично пречка, а пријатните се поттик во односите меѓу луѓето; » прифати дека луѓето може, сосема неоправдано, да бидат жртви на туѓа лутина/бес (агресивното однесување незаслужено се поместува од изворот на некој друг или нешто друго).

Работилница II–7.1: Однесување во лутина



Материјали:

- » работен лист за учениците II-7.1a: Однесување во конфликтни ситуации,
- » работен лист за учениците II-7.1b: Деструктивно однесување,
- » прибор за пишување,
- » стара хартија, весници,
- » табла и креди.

Воведна активност

На таблата се црта силуета на човек. Од весниците (старата хартија) се прават не многу големи топчиња. Учениците треба да замислат дека се многу лути кон некого. На даден знак, секој од своето место го фрла топчето кон силуетата нацртана во таблата. Потоа се собираат топчињата и се фрлаат во корпата за отпадоци.

Главна активност

Учениците се делат во мали групи (3–5 учесници во група, но вкупно три, шест, или девет групи). Секоја група извлекува по една конфликтна ситуација од работниот лист „Однесување во конфликтни ситуации“ и добива задача:

1) да замисли како најчесто се однесуваат лицата кога ќе се најдат во ситуација каква што е опишана на ливчето;

и

2) да се подготви да ја изглуми ситуацијата, отсликувајќи го однесувањето на сите лица вклучени во ситуацијата.

По околу 5 минути групите започнуваат со презентирање на однесувањето во конфликтните ситуации. Прво им се дава можност на сите групи што работеле на иста ситуација да го одглумат однесувањето во таа ситуација, па потоа се продолжува на следната ситуација.

Презентацијата на секоја група е проследена со аплауз, поттикнат од наставникот.

Секоја група добива по еден примерок од работниот лист „Деструктивно однесување“, со задача да означи кои од однесувањата наведени на листот беа присутни во ситуацијата што ја глумеше нивната група и оние групи што работеле на истата ситуација.

По околу 5 минути се започнува со презентација на она што секоја група го напишала на работниот лист. Се започнува со една ситуација и претставниците од групите што работеле на таа ситуација наизменично ги читаат означените однесувања. Кога ќе се заврши со едната ситуација, се преминува на следната.

Наставникот ги запишува одговорите на табла, при што секое повторување го означува со ѕвездичка.

Откако ќе се заврши со листата на однесувањата застапени во сите три ситуации, наставникот бара да се објаснат најчесто посочените однесувања преку примери на конкретни реакции застапени во текот на глумењето на ситуацијата.



Дискусија

1. Што е заедничко за сите наведени однесувања? Дали се позитивни или негативни (добри или лоши)?
2. Што ги тера луѓето, кои ќе се најдат во конфликтни ситуации, да се однесуваат на таков начин? Кои чувства доминираат во наведените ситуации?
3. Дали лутината треба да се изрази или да се чува во себе? Зошто? (Што може да се случи доколку лутината се чува во себе и не се изрази во ситуацијата во која е предизвикана?)

Заклучок

Чувствата на лутина и гнев кои доминираат во конфликтните ситуации, доколку не се контролираат, ги тераат луѓето деструктивно (негативно) да се однесуваат. Како последица на тоа, комуникацијата меѓу страните во конфликтот се прекинува и нивните меѓусебни односи се влошуваат.

Чувството на лутина не треба да се чува во себе, туку да се изрази во ситуацијата во која е предизвикано и кон лицето што се смета за извор на лутината. Доколку не се стори тоа, лутината предизвикана од едно лице или од една ситуација, може да се пренесе на друго лице и во друга ситуација или пак да се кумулира сè додека не го натера лицето да избувне и на најмала стигма во друга ситуација и кон лице што не е причина за лутење.

Притоа е многу важно лутината да се изрази на начин кој нема да доведе до влошување на конфликтот и прекин на комуникацијата меѓу конфронтираните страни.

4. Дали ви се случило во некоја ситуација да бидете толку лути што сте посакале да ги повредите другите и да им наштетите на некој начин?
5. Дали негативното однесување во конфликтната ситуација е конструктивно или деструктивно? Како влијае врз комуникацијата со другите? Како се одразува врз односите со другите?

Завршна активност

Сите стојат во полуотворен круг. Наставникот стои во отворениот дел од кругот и кажува еден збор со невообичаен глас и при тоа прави еден чекор кон средината на кругот и веднаш се враќа назад. Учениците треба да го повторат кажаното од наставникот и при тоа исто да направат еден чекор кон средината на кругот, па потоа се враќаат назад. Потоа наставникот кажува друг збор со поинаков глас од претходниот и прави чекор кон средината на кругот, а може да гестикулира и со рацете и со телото за да го засили ефектот на кажаниот збор. Учениците го имитираат. По 8–9 кажани зборови, се повикува некој доброволец да ја преземе улогата на кажувач на зборови.



Рефлексија

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Работилница II–7.2: Најпаѓачко однесување



Материјали:

- » работен лист за наставникот/наставничката: Налутената Лиле
- » работен лист за наставникот/наставничката: Фудбал
- » налепници или мали парчиња хартија и селотејп.

Воведна активност

Учениците се наредени во круг. Почнува еден ученик кој на соученикот десно од себе со изменет глас и со налутена фаца му вели: „Комшија, комшија, многу ти се лутам што ми ги прегази цвеќињата, ама ќе се воздржам овој пат“. Соученикот без да се насмее ќе треба да одговори на следниот начин: „Извини комшија, не ги видов, ќе ти донесам нови“. Ако се насмее, првиот ученик продолжува понатаму со следниот ученик кој е на ред. Активноста тече сè додека не поминат сите ученици.

Главна активност 1

Наставничката на учениците им го чита текстот од работниот лист „Налутената Лиле“. Потоа поведува дискусија во врска со опишаната ситуација.



Дискусија 1

1. Во што е проблемот кај мајката? Зошто е лута?
2. Во што е проблемот кај Лиле? Зошто е таа лута?
3. Што можела Лиле да стори за да се избегне конфликтот?
4. Што можела мајката да стори за да се избегне конфликтот?
5. Како обично реагираме кога некој налутено ќе ни се обрати?
6. Зошто лутината на другите предизвикува лутина и кај нас?
7. На нападот со кој се искажува лутината може да се одговори и на смирен и на љубезен начин. Каков ефект би имало тоа врз налутеното лице?
8. Што треба да направиме кога некој нè напаѓа затоа што е лут?

Заклучок

Кога лутината на другите е насочена кон нас, често пати реагираме на ист начин – со лутина. Лутината се искажува со напад, а најдобра одбрана од нападот е напад зад кој стои лутината. Кога и покрај нашата лутина некој смирено и љубезно ќе ни се обрати, тоа влијае да се смири и нашата лутина и го подобрува односот со другото лице. Кога некој ве напаѓа затоа што е лут, **ЗАСТАНЕТЕ** и размислете! Што е тоа што го лути? Како вие придонесувате за неговата лутина? Како можете да помогнете во таквата ситуација?

Главна активност 2

Наставничката најпрво им го чита на сите деца описот на настанот од работниот лист „Фудбал“ (само првиот дел).

Наставничката уште еднаш ја прочитува приказната, но овој пат со дополнителна инструкција: „Прекинете ме секогаш кога ќе ги прочитам оние реакции што го предизвикале конфликтот меѓу Исо и Пепа и што потоа придонеле да дојде до влошување на конфликтот, па и до тепачка“.

Наставничката поведува дискусија за анализа на прикажаниот настан: „Да видиме дали, доколку Пепа не возвраќал со заканувачки гестови, зборови и активности, можела да се избегне тепачката?“



Дискусија 2

1. Што можел да стори Пепа за да се избегне конфликтот кога Исо попреку го погледнал?
2. Што можел да стори кога Исо започнал да го навредува?
3. Што можел да стори кога Исо започнал да го тегне за блузата?

Заклучок

Кога ќе се неутрализира напаѓачкото однесување предизвикано од лутината на другиот, се менува целата насока на конфликтот – место да се вжешти, конфликтот може да се разреши.

Главна активност 3

Наставничката бара од децата што седат заедно во клупа да се присетат на некоја ситуација кога налутено се обраќале еден кон друг. Потоа, некоја од тие ситуации може да се изглуми пред сите и заеднички да се анализира.

- » Зошто бевте лути еден на друг?
- » Како секој од вас придонесе другиот да се налути?
- » Што можевте да сторите за да се реши конфликтот?

Завршна активност

Половина од учениците добиваат мали налепници или парчиња хартија и селотејп коишто треба да ги залепат на некој дел од телото, но да бидат видливи. Тие имаат задача да се движат во просторијата со забавени чекори, со рацете испружени напред и со лути гримаси, а со цел да ги уловат останатите ученици кои немаат налепници или хартија. Тие пак, ќе треба да ги притиснат на налепницата или на хартијата и на тој начин да ги претвораат во обични луѓе.



Рефлексija

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Работен лист за наставникот/наставничката: Налутената Лиле

Лиле и Оле се сестри. Лиле има петнаесет, а Оле десет години. Лиле е постара и затоа секогаш побрзо ги завршува работите. Оле е помлада, но и поголем „забушант“ – најчесто „се влечка“ и чека некој да ѝ помогне во работите. Еден ден целото семејство се подготвува да оди на гости. Сите мораат да се дотераат. Таткото сè уште си чита весник. Лиле го облекла новиот фустан и додека чека да тргнат, гледа телевизија. Оле не може сама да реши што да облече. Мајката мора да се подготви себеси и уште да ѝ помогне на Оле. Подарокот што треба да го носат на гости сè уште не е спакуван.

И одеднаш мајката експлодира: „Сите очекувате јас да ве организирам, па дури и подарокот да го спакувам. До кога само јас ќе бидам таа што ќе трча за сè?“

Лиле налутено ѝ возвраќа: „Веќе ми е смачено постојано да викаш на мене кога секогаш јас сум прва готова и морам да ве чекам!“

1. На игралиштето во училишниот двор две групи другарчиња играат фудбал. Пепи и Ацо играат за истата екипа. Исо му ја подава топката на Пепи пред празниот гол на противничката екипа, но Пепи несакајќи го промашува голот. Исо го погледнува попреку. Пепи му возвраќа на истиот начин. Исо го нарекува „смотан низаеден!“ Пепи возвраќа: „Ти ли мене ќе ме викаш смотан?“ Приближувајќи му се, Исо продолжува: „Не само што си смотан, туку си и глуп!“ Пепи, заканувајќи се, се стрчува кон Исо со кренати тупаници. Исо го фаќа за блуза. Пепи го турка. И ... (Што се случува?)

2. На игралиштето во училишниот двор две групи другарчиња играат фудбал. Пепи и Исо играат за истата екипа. Исо му ја подава топката на Пепи пред празниот гол на противничката екипа, но Пепи несакајќи го промашува голот. Исо го погледнува попреку. Пепи му возвраќа на истиот начин. *(Исо е луѓи – невербални закани.)*

Исо го нарекува „смотан низаеден!“. Пепи возвраќа: „Ти ли мене ќе ме викаш смотан?“ *(Конфликтот се влошува – навреди.)*

Приближувајќи му се, Исо продолжува: „Не само што си смотан, туку си и глуп!“ Пепи, заканувајќи се, се стрчува кон Исо со кренати тупаници. *(Конфликтот уште повеќе се влошува – навредите прегизвикуваат агресивно огнесување.)* Исо го фаќа за блуза. Пепи го турка. *(Тејачка)*

Работилница II–7.3: Контрола на сојсвеноста лутина



Материјали:

- » работен лист за учениците II-7.3а: Контролирање на лутината – 1,
- » работен лист за учениците II-7.3б: Контролирање на лутината – 2,
- » работен лист за учениците II-7.3в: Контролирање на лутината – 3,
- » работен лист за учениците II-7.3г: Контролирање на лутината – 4,
- » работен лист за учениците II-7.3д: Контролирање на лутината на мој начин,
- » табла, кредити.

Воведна активност

Сите се седнати во круг. Почнува еден доброволец и за себе кажува две работи, нешто што го луги и нешто што го радува, на следниов начин: „Најмногу ме луги..., а најмногу ме радува...“ Продолжува следниот до него, и така со ред сè додека не кажат сите за себе што ги луги, а што ги радува.

Главна активност 1

Наставничката им се обраќа на сите:

„Од искуство знаеме дека не можеме секогаш да го имаме (или да го правиме) она што сакаме да го имаме (или да го правиме), тогаш кога го сакаме тоа. Тогаш кога не можеме да го имаме (или да го правиме) она што го сакаме затоа што во тоа не спречува некој или нешто, ние ‘се нервираме’. Во таква ситуација може дури и да направиме нешто со што ќе си наштетиме себеси или ќе ги повредиме другите“.

Потоа, на учениците им се презентираат две ситуации за заедничка дискусија. Одговорите на прашањата се запишуваат на табла.

- » Илија не може да излезе да си игра со другарите затоа што мајка му го тера да ја чува помалата сестричка Весна. Се разбира, Илија е многу лут заради тоа. Што би можел да стори Илија? (Како би реагирал?) (Можни одговори: да одбие да ја чува сестра му, да ја тепа сестра му кога ќе остане сам со неа, да ја остави дома сама или да ја затвори во соба...)
- » Таткото ја праќа Ајше во продавница да му купи весник додека таа го гледа нејзиниот омилен цртан филм на телевизија. Се разбира, Ајше е многу лута заради тоа. Што би можела да стори Ајше? (Како би реагирала?) (Можни одговори: да одбие да му купи весник, да оди, но кога ќе се врати да каже дека немало весник, да го натера помалиот брат да оди во продавница ...)



Дискусија 1

1. Има ли луѓе кои никогаш не се налугуваат?
2. Дали е погрешно ако сме луги некому?
3. Дали кога сме луги некому, секогаш ги расипуваме односите со него?
4. Можеме ли да направиме нешто за да ни помине лутината, а при тоа да не повредиме некого или себеси?

Заклучок

Лутината и гневот се нормални чувства што се јавуваат одвреме-навреме кај секој човек.

Не е погрешно да се биде лут некому, лошо е ако лутината се задржува во себе.

Лутината не мора да заврши со непријателство иако понекогаш луѓето стануваат многу луги – како бомба подготвена да експлодира.

Важно е да се знае како да се справиме со лутината без да се повредиме себеси или другите.

Главна активност 2

Во парови учениците добиваат една од четирите верзии на работниот лист „Контролирање на лутината“. Наставникот го објаснува значењето на секоја од прикажаните стратегии. Потоа од паровите се бара да напишат во какви случаи би можеле да ја искористат дадената техника од работниот лист. По пополнувањето на листот, тој се предава на парот до себе, а истовремено се добива нов лист од друг пар на кој е претставена некоја друга техника. И овој лист се пополнува и се пушта на парот до себе, а се добив нов лист од претходниот пар.

Забелешка: За да има непречено кружење на листовите помеѓу паровите, а секој пар да добие лист од сите различни претставени техники, треба по четири пара да се поврзат и да разменуваат листови. Ако бројот на учениците во паралелката не дозволува да се создадат групи од по четири пара, тогаш некои од паровите може да се претворат во тројки.

Откако секој пар ќе добие можност да напише нешто на сите 4 верзии од работниот лист, доброволци читаат некои од предложените примери.

На крај секој пар го добива работниот лист „Контролирање на лутината на мој начин“ на кој пишуваат свои примери за тоа како или што обично прават кога се лути, а што им помага да им помине лутината. По 4–5 минути, доброволци ги читаат своите примери.

Завршна активност

Сите стојат во круг. Наставничката дава инструкција сите да ги стегнат цврсто своите дланки и да ги држат така околу 5 секунди, а потоа пополека да ги отвораат дланките. Потоа, од сите се бара да го стегнат целото тело и по 5 секунди пополека да го опуштат. На крај повторно се стегаат дланките, се држат 5 секунди стегнати и потоа се опуштаат.



Рефлексија

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Работилница II–7.4: Симѝа, симѝа, ѝи и јас



Материјали:

- » голем балон,
- » налепници во облик на срциња или хартија исечена во облик на срце,
- » ножици, фломастери, перманентен маркер,
- » селотејп,
- » срце исечено од поголема (подебела) хартија.

Воведна активност

Откако ќе се надуе балонот, на него се испишува зборот „љубов“ со перманентен маркер. Учениците си го подаваат балонот, трудејќи се „љубовта“ да лебди што повеќе во воздухот (да ја има околу учениците).

Главна активност

Секој ученик добива по една налепница во облик на срце или најпрво секој си изработува срце од лист хартија со тоа што ќе го нацрта, ќе го исече, ќе ги истакне контурите со фломастер итн. Потоа, секој „во своето срце“ ќе треба да напише една убава порака, нешто што му се допаѓа кај својата симпатија, реална или замислена, ако во моментот имаат симпатија, со тоа што нема да го наведат името на симпатијата. Потоа, секој ученик ја чита својата порака и го залепува на едно поголемо хартиено срце подготвено однапред.



Дискусија

1. Дали ви беше лесно да напишете убава порака до симпатијата?
2. А дали ви беше тешко да ја прочитате?
3. Што ви беше потешко: Да ја напишете или да ја прочитате? Зошто?

Заклучок

Убаво е кога може на некој што ти се допаѓа да му/ѝ го кажеш тоа. Тоа не прави среќни и радосни. Но, убаво е и кога некој или некоја ќе ти каже дека му/ѝ се допаѓаш. Тоа исто нè прави среќни и радосни.

Завршна активност

Сите стојат во круг. Се почнува со доброволец кој треба да го/ја праша соученикот/соученичката до себе на следниот начин: „Драги/а дали ме сакаш?“, и при тоа треба да се потруди да го насмее оној што го слуша. Задача на тој што слуша е да го гледа в очи и при тоа да се потруди да не се насмее. Ако се насмее, испаѓа од играта и претходниот ученик продолжува со истото прашање на следниот во кругот. Кога тој што слуша нема да се насмее на прашањето, тогаш тој го презема редот на прашување и засмејување.



Рефлексија

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Содржина II–8: КОМУНИЦИРАЊЕ

Се очекува ученикот/ученичката да:

Знаења	<ul style="list-style-type: none">» знае кои се ефектите од користењето на различни несоодветни невербални знаци;» знае како брзината на говорот, тонот, интонацијата и висината на гласот влијаат врз вербалната комуникација;» ги знае правилата на активно слушање.
Вештини	<ul style="list-style-type: none">» умее да ги користи невербалните знаци и вербалните изрази што имаат позитивно влијание врз односите со другите;» умее да се воздржува од користење на невербалните знаци и вербалните изрази кои имаат негативно влијание врз односите со другите;» умее да парафразира;» умее да поставува прашања за разјаснување.
Ставови/ вредности	<ul style="list-style-type: none">» согледа дека невербалната комуникација може да биде составен дел на вербалната, но и да се одвива независно;» согледа дека и вербалната и невербалната комуникација може да имаат позитивни и негативни последици во односите со другите;» согледа дека прво треба да разбере што сака другиот да каже, па потоа да реагира.

Работилница II–8.1: Говорѝ на моеѝ лице



Материјали:

- » работен лист за учениците II-8.1: Фацијални експресии,
- » фломастери, боички.

Воведна активност

Сите стојат во круг. Почнува еден ученик на тој начин што прави некоја гримаса која соодветствува на некое чувство. Сите ја гледаат направената гримаса, по што ученикот ја вади од лицето и му ја подава на ученикот до себе. Тој треба да ја земе и да ја стави во сопственото лице (да ја направи истата гримаса). Откако сите ќе ја видат имитираната гримаса, таа се вади и се фрла во празниот простор, во средината на кругот. Потоа, ученикот прави нова, своја гримаса која ја покажува на другите, ја вади, ја подава на следниот и сè така со ред сè додека сите не направат по две гримаси – една имитација од ученикот до нив и една сопствена.

Главна активност

Секој ученик добива по еден примерок од работниот лист, проследен со инструкцијата: „Во секој круг нацртајте по едно лице кое ќе покажува како се чувствува оној што се нашол во ситуацијата која е опишана под кругот“. (Учениците се охрабруваат да цртаат подетални фацијални експресији – лица со веѓи, коса, солзи, гримаси ...). Потоа се прашуваат:

„Кои чувства ги одразуваат нацртаните лица?“ (Одговор: срам/засраменост, гордост, задоволство, заплашеност/страв, тага/жалост, радост, изненаденост, разочарување, гадење...)

Во продолжение, од одделни ученици се бара целото тело да го постават во поза која ќе одговара на ситуацијата опишана под секој круг посебно: „Сега да видиме како изгледа целото тело на човекот кој се нашол во дадените ситуации. Кој ќе ни покаже?“ Освен на фацијалната експресија (на пр.: крената веѓа, трепкање со очите...), треба да се внимава и на другите делови од телото (на пр.: положбата на рамениците, удирање по челото, мрдање со прстите, рацете на колкови...).

На крајот, наставникот им се обраќа на сите: „Освен со зборови, луѓето се изразуваат и преку лицето и преку телото. Тоа се вика изразување без зборови или невербално изразување“.



Дискусија

1. Дали кога зборуваме истовремено користиме и невербални знаци? Како изгледа тоа?
2. Дали, пак, некогаш пренесуваме пораки само со знаци и гестови, без зборови? Кога се случува тоа?
3. Кој вид на невербално изразување може да предизвика конфликт? Кој ќе ни го покаже тоа? (Можни одговори: исплазување на јазикот, определени движења со рацете за потценување, навредување ...)
4. А кој вид на невербално изразување (кои знаци) позитивно влијаат врз односите со другите? Кој ќе ни го покаже тоа? (Можни одговори: кимање со главата, насмевнување, покажување на палецот во знак на ОК или крукче со палецот и показалецот во знак на ОК, давање аплауз, намигнување, внимателно гледање во очи проследено со насмевка итн.)
5. А кои, пак, зборови ако ги користиме можат да ни создадат проблеми? (Можни одговори: пцостите, потоа зборовите како глуп, смотан, будала... и секој друг збор или израз што е навредлив во одредена средина.)
6. А има ли зборови или изрази кои кога би ги користеле би ни ги подобрувале односите со другите? Кои се тие? (Можни одговори: те молам, благодарам, изговарање на името – луѓето сакаат да си го слушнат своето име, итн.)

Заклучок

Обично, кога зборуваме ние користиме и невербални знаци. Но, понекогаш може да комуницираме само со невербални знаци, без зборови.

Користењето на одредени зборови, изрази како и некои невербални знаци може да ни направат проблеми.

Некои други зборови, изрази и невербални знаци ни помагаат да создадеме подобри односи со другите.

Завршна активност

Учениците се делат во парови. Членовите на двојката стојат еден зад друг и претставуваат „автомобил“ – лицето напред и возач – лицето назад. „Автомобилот“ има врзани очи и се движи со помош на следните инструкции на возачот:

два пати стискање на десното рамо – свртување надесно, два пати стискање на левото рамо – свртување налево, двете раце поставени на рамената – возење право, тргнување на рацете, без допир – стоп, „автомобилот“ застанува. На знак на наставникот возачите почнуваат да возат автомобил во просторијата. По одредено време се менуваат улогите.



Рефлексија

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Работилница II–8.2: Прашување за погудување



Материјали:

- » прибор за пишување,
- » хартија.

Главна активност

На средината на просторијата се поставуваат 5–6 столчиња на едната и едно столче на другата страна. Околу нив се распоредени преостанатите столчиња. Активноста се одвива во два дела:

1. Наставникот најавува дека активноста ќе се состои во погудување замислени животни. За таа цел избира еден доброволец што ќе замисли дека е определено животно и формира група 5–6 ученика (доброволци) што ќе погудуваат кое животно е замислено.

Ученикот што си замислува дека е определено животно, го запишува животното на едно парче хартија и му го дава на наставникот. Потоа седнува на столче во средина на просторијата.

Учениците што погудуваат седнуваат со столчињата спроти него, подготвени да поставуваат прашања. Прашањата што смеат да ги поставуваат започнуваат со Дали и на нив може да се одговори само со Да или со Не.

Ученикот што замислува дека е определено животно смее да одговара само со Да или со Не. Прашањата му ги поставуваат наизменично (еден по еден) учениците од групата што погудува.

Останатите ученици (седнати наоколу) се набљудувачи што имаат задача да бележат колку прашања се поставени додека се открие за кое животно се работи. Откако ќе го погодат животното, тие соопштуваат колку прашања биле поставени.

Истата постапка се повторува уште 2–3 пати со нови доброволци што ќе замислуваат дека се определено животно и нови групи ученици што ќе погудуваат. По можност, новите доброволци се бираат од претходните набљудувачи.

2. Наставникот најавува измени во правилата. Повторно ќе има ученици што ќе замислуваат дека се определено животно, ученици што ќе погудуваат и ученици што ќе набљудуваат и ќе го бележат бројот на прашањата. Новите правила се однесуваат на начинот на кој се поставуваат и се одговараат прашањата.

Поставените прашања треба да бидат од отворен тип – место со Дали, да започнуваат со Што, Како, Каде, Кога... и место со Да или со Не, треба да се одговори со цели зборови или реченици.

(Пр. место Дали животното живее во шума?, треба да се праша: Каде живее животното?; место Дали лета?, се прашува Како се движи?)

Единствено не смее директно да се праша за кое животно се работи.

Постапката се спроведува 3–4 пати со нови доброволци што ќе замислуваат дека се определено животно, но со старите групи ученици што погудуваат.

Набљудувачите повторно ги бројат прашањата и го соопштуваат нивниот број откако точно ќе се погоди замисленото животно.



Дискусија

1. Во која ситуација на прашување животното беше побрзо погодено? Зошто?
2. Што може да се заклучи за суштинската разлика меѓу отворените и затворените („дали“ или „да–не“) прашања?
3. Какви прашања ни е полесно да поставуваме? Какви прашања ни е полесно да одговараме?
4. Кога е подобро да се користат едните, а кога другите? Зошто?

Заклучок

Нормално е да се очекува побрзо и полесно да се дојде до бараната информација кога се поставуваат отворени прашања. Отворените прашања ги поттикнуваат луѓето да зборуваат, а затворените најчесто го кочат разговорот.

Кога сакаме да дознаеме што мислат луѓето и како се чувствуваат, најдобро е да им поставуваме отворени прашања. Кога сакаме да ги насочиме да размислуваат во точно определен правец, оправдано е да им поставуваме затворени прашања.

Завршна активност

Сите стојат во круг. Еден ученик седи во средината на кругот со заврзани очи. Наставникот одредува некој ученик кој од место треба да праша: „Колку е часот?“ со изменет глас. Тој што е во средина треба да погоди кој го поставил прашањето. Ако погоди, улогите се менуваат, тој што прашувал влегува во кругот и ќе треба да погодува. Ако не погоди, наставникот одредува друг ученик (по можност од оние поповлечените) кој ќе треба да го постави истото прашање.



Рефлексија

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Работилница II–8.3: Слушање и разбирање



Материјали:

- » јаже долго 4 метри,
- » четири превези за очи.

Главна активност 1

Активноста се одвива во просторија во која повеќето ученици седат на столчиња распоредени покрај сидовите, а во средината има голем празен простор за движење.

Се избира група од петмина доброволци што ќе претставуваат стоногалка. Стоногалката ја сочинуваат петте доброволци наредени во колона еден зад друг на растојание од околу 10 см. Деловите на стоногалката се меѓусебно поврзани само преку јаже за кое се фатени, при што должината на јажето од еден до друг изнесува околу 1 м. (Во почетната позиција јажето се влече по земја, со оглед на тоа што растојанието на држење на јажето е многу поголемо од растојанието на стоене на учениците).

Главата на стоногалката се наоѓа позади и очите ѝ се сместени кај последниот од колоната, па тој е единствениот што може да гледа. Затоа, на првите четворица од колоната им се става превез преку очите за да не можат да гледаат.

Стоногалката се движи со ситни чекори и со опашката напред и со главата позади, а инструкциите за движење ги добива, се разбира, од главата – единствено главата може да гледа и да зборува, а другите делови од телото мораат да слушаат што ќе им каже главата. Главата може да кажува само општи инструкции што се однесуваат на целото тело, а не може да кажува поединечни инструкции што би се однесувале само на одделни делови од телото.

Се избира еден доброволец што ќе ја претставува омилената храна на стоногалката. Стоногалката ќе се движи по „храната“ за да не ја испушти од видик (иако нема да настојува да ја фати). „Храната“ ќе се движи бавно (со ситни чекори) и кривулесто – ќе мора постојано да врти на едната па на другата страна.

На стоногалката ѝ се даваат 3 минути за да може главата и телото да договорат стратегија на движење.

Стоногалката почнува да се движи следејќи ја „храната“ од едниот до другиот крај на просторијата, исклучиво според инструкциите што ги добива од главата.

Кога ќе дојде до крајот на просторијата, сите застануваат, ги откриваат очите и констатираат каде се наоѓаат – дали телото на стоногалката сè уште се држи заедно или се одвоило (дали јажето се оптегнало).

Активноста треба да се повтори уште најмалку два пати со различни доброволци. За секоја нова стоногалка се избира и нова „храна“ што ќе се движи по нова патека.



Дискусија 1

1. На „телото“: Колку лесно ви беше да се движите по инструкциите на „главата“? Дали ќе ви беше полесно доколку можевте да поставувате прашања?
2. На „главата“: Дали сите од телото ги почитуваа до крај инструкциите што им ги дававте? Како се чувствувавте при тоа?
3. Зошто се случуваше деловите од телото да се одвојат и на крајот сите да се најдат на различни места? Дали инструкциите беа главниот проблем?
4. Во кои услови ќе можеше стоногалката поуспешно да се движи без да ѝ се двојат деловите од телото?

Заклучок

Заедничките задачи се полесни кога комуникацијата може слободно да тече во двете насоки. Но, кога едната страна е принудена да ја следи другата, без можност да поставува прашања, многу е важно едната страна да може внимателно да слуша, а другата да знае да дава јасни и прецизни инструкции затоа што истите инструкции можат да бидат различно разбрани.

Главна активност 2

Активноста се повторува на истиот начин (со ист вид стоногалка, која се движи по храната), но овој пат со можност за поинаква комуникација меѓу главата и деловите на телото:

- » стоногалката може да комуницира со секој дел од телото посебно,
- » секој дел од телото може да ѝ поставува прашања.

Активноста може да се повторува неколку пати, сè додека на учесниците им е интересно.



Рефлексија

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Работилница II–8.4: Активно слушање



Материјали:

- » работен лист за учениците II-8.4а: Како активно слушам,
- » работен лист за учениците II-8.4б: Активно, неактивно слушање,
- » табла, селотејп.

Воведна активност

Активноста се одвива во празен простор, на средина на просторијата. Учениците се поделени во парови. Учениците во парот стојат еден наспроти друг.

Едниот од парот замислува дека стои пред огледало во кое целиот се огледува. Стоејќи во место и гледајќи во огледалото, се движи со целото тело на сите можни начини – некогаш побрзо, а некогаш побавно. Другиот учесник во парот го претставува неговиот одраз во огледалото. „Одразот“ се движи, имитирајќи ги сите негови движења што е можно побрзо и попрецизно.

По 2–3 минути, улогите на учесниците во парот се менуваат. Оној што се огледуваше станува одраз на другиот што сега се огледува. Единствената разлика е што од оној што сега се огледува се очекува, додека го посматра својот одраз во огледалото, бавно да се движи низ просторијата. „Одразот“, се разбира, треба да го следи.

Активноста завршува по нови 2–3 минути.

Главна активност

Учениците се делат во парови кои се свртени еден кон друг за да водат разговор. На секој ученик му се дава едно ливче со тајна инструкција од работниот лист „Како активно слушам“ и им се кажува да не им ја покажат на другите. Потоа, се означуваат себеси: едниот со А, а другиот со Б.

„А“ почнува прв – треба да опише некој настан кога не му било убаво. Им се кажува дека имаат една минута, а потоа на даден знак ќе ги сменат улогите. Партнерот Б ја следи инструкцијата на картичката со тајна инструкција. По една минута се менуваат улогите. „Б“ кажува за нешто многу убаво што му се случило, а „А“ го слуша следејќи ги инструкциите.



Дискусија

1. Како се чувствувавте додека зборувавте? Зошто? Како влијаеше однесувањето на слушателот?
2. Што ни помага подобро да се ислушаме?
3. А што пречи за да се ислушаме подобро?
4. Зошто е важно прво да ислушаме што ни кажува соговорникот, а потоа да реагираме?

Заклучок

Има работи кои доколку ги правиме, придонесуваат за подобро меѓусебно слушање, и има други работи кои придонесуваат за попречување на активното слушање.

Мора прво да разбереме што другиот сака да каже, па потоа да реагираме доколку сакаме да имаме добри односи и да не повредиме некого преку избрзување.

Потоа наставникот ги зема картичките од работниот лист „Активно, неактивно слушање“, една по една им ги покажува на учениците и при тоа за секоја картичка прашува дали го подобрува активното слушање или го спречува. Учениците одговараат, при што се бараат образложенија за нивните одговори, а потоа картичката се лепи на однапред подготвена табла која е поделен на две колони: активно слушање и неактивно слушање.



Рефлексција

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Работилница II–8.5: Ако добро ќе разбрав...



Материјали:

- » работен лист за учениците II-8.5а: Парафразирање 1,
- » работен лист за учениците II-8.5б: Парафразирање 2,
- » табла, кредити.

Воведна активност

Групата седнува така што формира облик на потковица. Сите заедно претставуваат рецепција во хотел. Еден ученик претставува гостин во хотелот. Тој е незадоволен, има некој проблем (го добива на парче хартија) и тоа треба да го соопшти на рецепцијата (на останатите ученици), но без зборување (странски гостин е и не го знае јазикот на земјата), туку само со гестови, со пантомима. Останатите со поставување на прашања треба да откријат во што се состои проблемот. Гостинот објаснува сè додека во целост не ја пренесе пораката, потоа седнува и некој друг станува гостин и добива нова порака за објаснување.

Примери за пораки на незадоволните гости:

- » Барав соба со поглед. Мислев поглед кон морето, а не кон паркингот.
- » Мојата жена/мојот маж има главоболка. Имате ли апче да ми дадете?
- » Око не сум склопил/а поради комарците. Имате ли спреј против комарци?
- » Сакав да се истуширам, ама нема топла вода.

Главна активност 1

Наставникот кажува дека на оваа работилница ќе вежбаат задачи по комуницирање. Слично како во математиката и тука треба да се знае една формула која овозможува подобра комуникација, подобро да се разберат луѓето. Формулата е $P=C+S$. Се кажува дека P е парафразирање, повторување на тоа што се слушало, но со други зборови (не целосно, од збор до збор). Тоа што се повторува се C – чувството на оној кој зборува и S – случување, тоа што се случило, а што придонело да се јави одреденото чувство.

Во парови на учениците им се дава работниот лист „Парафразирање 1“ и се објаснува дека секое парафразирање може да се направи на начин како што е претставено преку формулата во работниот лист.

П: „Ако добро те разбрав,“

Ч: „ти се чувствуваш...“ (се кажува чувството),

С: „затоа што“ (се кажува што се случило).

Потоа заеднички се анализира дадениот пример, се бара да се открие што е чувството и кој е фактот.

На истите парови им се даваат по две ситуации од работниот лист „Парафразирање 2“, со инструкција да наведат како би го парафразирале оној кој зборува, а кој, боже, ним им се обраќа.

Потоа секоја ситуација се анализира заедно, на табла. За полесно идентификување на чувствата и фактите можат да послужат следните прашања:

„Како се чувствува, тој и тој, во оваа ситуација?“

„Што се случило што тој/таа така се чувствува?“



Дискусија 1

1. Дали беше лесно да се откријат чувствата на тој што зборува? Дали беше лесно да се открие тоа што се случило?
2. Зошто е важно да се повторува со зборови она што е кажано? Зошто случувањата? Зошто чувствата?

Заклучок

За да му покажеме на соговорникот дека слушаме и разбираме што сака да ни каже, треба, што е можно поточно, да ги повториме фактите што ни ги кажал и чувствата што директно или индиректно ги искажал. Тоа ја олеснува комуникацијата – ги разјаснува нештата и за лицето што зборува и за лицето што слуша.

Главна активност 2

Во истите парови, учениците самите смислуваат по еден пример за нешто што се случило, а ним им претставувало проблем. Започнува едниот со тоа што го искажува проблемот, а другиот го слуша и треба да го парафразира според научениот модел. Потоа се менуваат улогите.



Рефлексија

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Содржина II–9: СПРАВУВАЊЕ СО НАСИЛНИЧКО ОДНЕСУВАЊЕ

Се очекува ученикот/ученичката да:

Знаења	<ul style="list-style-type: none">» знае кои видови насилничко однесување постојат (рекетирање, изолирање, малтретирање, тепачки, носење и употреба на ладно и огнено оружје);» знае кои емоции се јавуваат кај жртвата на насилничко однесување
Вештини	<ul style="list-style-type: none">» умее да реагира на исмејувањето и навредувањето упатено кон него/неа;» умее да реагира на исмејувањето и навредувањето упатено кон другите;» може да се стави во кожата на жртвата, сочувствувајќи со неа.
Ставови/ вредности	<ul style="list-style-type: none">» ги согледа негативните последици од насилничкото однесување по жртвата;» ја согледа потребата од сочувствување со другите.

Работилница II–9.1: Исмеаната Леа



Материјали:

- » работен лист за наставникот/наставничката: Исмеаната Леа,
- » табла, креда.

Воведна активност

Сите учесници стојат во круг. Започнува наставникот правејќи некоја гримаса со лицето. Потоа ја вади со рацете од лицето и му ја подава на тој до него. Оној што ја зема гримасата треба да си ја стави на лице и да ја повтори. Потоа ја вади од своето лице и ја става во средината на кругот каде се собираат сите гримаси. Сега тој треба да смисли своја гримаса која ќе им ја покаже на другите, а потоа ќе ја подаде на следниот во кругот. И така кругот продолжува до последниот ученик.

Главна активност 1

Учениците седат во полукруг отворен кон таблата. Наставникот ја чита приказната од работниот лист.

Потоа, наставникот ги прашува учениците како се чувствувала Леа и како би се чувствувале тие да се на местото на Леа? Одговорите од двете прашања се запишуваат на две посебни големи хартии и се бара од учесниците да ги споредат одговорите.

Потоа се делат во групи од четири до пет ученици. На 2–3 групи се поставува следното прашање: „Што би можеле да кажете и да направите за да ѝ покажете на Леа дека ја разбирате и да ѝ помогнете таа да се чувствува подобро?“ Се бара меѓусебно, во рамките на групата, да си ги разменат мислењата. А од другите 2–3 групи се бара Леа да реагира самата за да се одбрани од навредите (што ѝ пречи нејзе и што може да преземе, тие што ја навредуваат да имаат последици).

Потоа во секоја група се бара доброволец кој ќе ја одглуми Леа на која другите од групата ќе ѝ помагаат таа подобро да се чувствува на различни начини. Секоја група ја глуми ситуацијата, а другите се публика. И на крај се глумат и ситуациите од групите во кои Леа се брани самата.



Дискусија 1

1. Колку е сочувствувањето важно за оние што се исмевани и навредувани? Зошто?
2. Што видовме дека може да се направи за да се покаже дека сочувствуваме со оние што се исмејувани и навредувани?
3. Зошто е важно да се преземе нешто во ваквите ситуации?
4. Дали некогаш сте присуствувале на сличен настан, кога некој бил исмејуван од страна на другите?
5. Што може да направи тој што е исмејуван и навредуван за да си ја олесни ситуацијата?

Главна активност 2

Наставникот истакнува дека примерот со исмеаната Леа е еден начин на насилно однесување кон некого. Потоа се поставува прашањето на кои други начини луѓето/децата се однесуваат насилнички кон некого. Учениците

Заклучок

Ставањето во „кожата на другиот“ ни помага да ги сфатиме негативните чувства што се јавуваат како резултат на исмејување и навредување. Тоа предизвикува потреба да сочувствуваме со исмејуваниите и навредуваниите и да се обидеме да ги ублажиме негативните чувства, кои можат да имаат потешки последици по нивната личност.

Сочувствување се покажува со прифаќање дека тие чувства постојат (а не со нивно негирање или потценување), без укажување на сопствени или на туѓи слични искуства и без напаѓање, омаловажување и навредување на причинителот на чувствата.

Ако им се покаже на другите дека не ни се допаѓа тоа што ни го прават (исмејување, навредување), дека нè повредува и дека ако продолжат така ќе им кажеме на повозрасните (наставници, педагог, родители) за да преземат мерки кон нив, може да помогне другите да престанат да нè навредуваат. Ако не престанат, треба да се биде доследен и да им се каже на повозрасните.

Заклучок

Постојат разни форми на насилничко однесување како: „рекетирање“ (изнудување на нешто), изолирање, малтретирање, тепачки, носење и употреба на „ладно“ оружје итн.

Последиците од насилничкото однесување можат да бидат физички и/или психички повреди, прекин на пријателството, ново насилство (како одмазда) итн.

генерираат идеи, а наставникот ги запишува на табла. Откако ќе се напишат повеќе работи, наставникот поставува прашање за тоа кои се последиците од наведените насилнички однесувања по жртвата. Одговорите се повторуваат и се запишуваат на табла.

Завршна активност

Учениците и наставникот застануваат во круг и се завртуваат со десното рамо кон центарот на кругот – наредени еден зад друг. Секој ги испружува рацете и ги става на рамениците на тој/таа пред него.

Следи масирање на еден необичен начин, следејќи ги инструкциите на наставникот:

1. Полека почнува да паѓа дожд (секој ученик полека удира со прстите по рамениците на ученикот пред него – како да свири на клавир). Движењето го започнува наставникот, а секој треба да го пренесе на тој пред него веднаш штом ќе го почувствува на себе и треба да го прави сè додека не почувствува ново движење.

2. Дождот се засилува (истите удари, но посилно).

3. Врне сè посилно и посилно (ударите се уште посилни и побрзи).

4. Почнува да дува ветер (раширување на дланките и со благи движења се поминува по грбот и рамениците).

5. Од реката почнуваат да надоаѓаат бранови (малку посилно масирање).

6. Почнуваат да паѓаат громови (спојување на прстите на рацете и со рабовите на дланките удирање по рамениците).

7. Сега дождот почнува да стивнува, сè помалку и помалку паѓа и многу полека престанува (намалување на интензитетот на удирањето и завршување со истите движења со кои се започна).

8. Сега веќе не врне, туку грее сонце (нежно галење со прстите по рамениците).

Наставникот им кажува на учесниците дека дождот престана, престана и ветерот и со тоа играта заврши.



Рефлексија

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Леа има проблеми со видот и мора да носи очила. Кога беа со мајка ѝ на преглед, лекарот им препорача да купат леќи, за да не мора Леа да носи тешки очила со многу дебели стакла. Но, таквите леќи се многу скапи. Мајка ѝ на Леа неодамна остана без работа, па немаат пари за леќи. Леа нема татко кој би можел да им помогне, па на крајот, таа мораше да носи очила какви што ѝ препиша лекарот. На училиште децата многу често ја задеваат за очилата. Пред некој ден, на големиот одмор, Рики и Сара почнаа да се подбиваат со неа. Сара рече: „Леле Лео, како ги носиш тоа теглите на нос? Се гледаш ли ти некогаш во огледало, колку идиотски изгледаш?!“ На Леа ѝ се стегна грлото, но успеа да изустуи: „Сара, не е твоја работа какви ми се очилата. Што не си се гледаш себеси, а мене да ме оставиш на мира!“

Тогаш се приклучи и Рики: „Што се занесуваш ма, ќорла ни една? Гледај се каква си! Гарант баба ти кога ѝ фалат тегли за слатко, става во тие твои очила. Толку си ќорава што мајка ти мора секој ден да те зема од училиште за да не се изгубиш до дома!“ Сите деца што беа насобрани околу нив почнаа силно да се смеат. Некои дури и почнаа да одат околу Леа и да ѝ викаат: „Леааа – теегла!!!“

Леа едвај се воздржуваше да не се расплаче. Посакуваше да ја снема... Потрча за да избега што подалеку од децата кои ја задеваа, а во себе реши дека веќе никогаш нема да се врати на училиште. Трчајќи се сопна и падна. Си ги одра рацете и едното колено. Очилата и паднаа и се искршија. Децата кои ја задеваа, почнаа уште повеќе да се смеат.

Содржина II–10: РАЗРЕШУВАЊЕ КОНФЛИКТИ

Се очекува ученикот/ученичката да:

Знаења	<ul style="list-style-type: none">» ги знае изворите на конфликтите;» ги знае различните видови реакции во конфликтна ситуација и последиците од таквите реакции;» знае кои се базичните потреби на луѓето и како може да предизвикаат конфликт;» ги знае правилата на „јас обраќање“.
Вештини	<ul style="list-style-type: none">» може да ги разликува конфликтите што се предизвикани од различни извори;» може да се воздржи од спротивставување и умее да процени кога треба да „избегнува“ за да обезбеди услови за ефикасна комуникација;» умее да користи „јас обраќање“.
Ставови/ вредности	<ul style="list-style-type: none">» прифати дека во секој конфликт има најмалку две страни;» согледа дека од начинот на реагирање зависи дали конфликтот ќе се реши или ќе ескалира;» согледа дека луѓето можат различно да гледаат на исти нешта и тоа може да биде извор на конфликт;» согледа дека незадоволувањето на базичните потреби на луѓето може да предизвика конфликт.

Работилница II–10.1: Ишто гледаме, друго гледаме



Материјали:

- » три непроѕирни ќеси со различни предмети: 4–5 алатки, 4–5 дела од прибор за јадење/пиење и 4–5 гумени животни,
- » работен лист за учениците II-10.1a: Приказна за слонот и шесте слепи мудреци,
- » работен лист за наставникот/наставничката: Слон ,
- » работен лист за учениците II-10.1б: Вmх,
- » работен лист за наставникот/наставничката: Доцнење што не е доцнење.

Воведна активност

Учениците се делат во три групи. Секоја група добива по една ќеса во која има ставено предмети што сочинуваат различни комплети. Ќесата се држи заврзана, само со мал отвор колку да може да влегува раката внатре. Учениците од секоја група приобаат еден по еден и секој за себе ја става раката внатре во ќесата, фаќа еден предмет, го испипува (со раката цело време во ќесата), го опишува на глас и на крај погодува за кој предмет се работи. Кога сите од групата ќе поминат (по можност опипувајќи ги различните предмети), од групата се бара да даде име на комплетот во ќесата.

Главна активност 1

Во парови учениците добиваат примерок од работниот лист „Приказната за слонот и шесте слепи мудреци“. Додека следат, наставничката им ја чита приказната на глас.

Потоа, од шест ученици се бара да ја одглумат приказната, при што се служат со сликата на слонот (која ја држи наставничката), посочувајќи на деловите на слонот.

Потоа се поведува дискусија со сите.



Дискусија 1

1. Кој од мудреците бил во право?
2. А, кој лажел?
3. Што во својата свест „виделе“ шесте слепи мудреци?
4. Како навистина изгледа слонот?
5. Зошто тие не можеле тоа да го откријат?
6. Дали шесте мудреци навистина биле мудри?
7. Што требало да сторат за да откријат како изгледа слонот?

Заклучок

Никој од мудреците не бил во право затоа што слонот не изгледа онака како што тие го опишувале. Но никој од мудреците и не лажел затоа што никој намерно не ја искривувал вистината, туку ја кажувал својата вистина. Сепак, сите мудреци биле во заблуда.

Кога луѓето се убедени дека ја знаат вистината, не се спремни да слушнат што велат другите. Меѓу мудреците дошло до конфликт предизвикан од разликите од она што го „виделе“ во својата свест. Нивниот конфликт не довел до насилство – единствено само ги спречил да дознаат како навистина изгледа слонот.

Ако сакале да дознаат како навистина изгледа слонот, требало или да го испипаат од сите страни или да ги обединат своите „вистини“ во една.

Главна активност 2

Во парови учениците добиваат примерок од работниот лист „Бмц“ и им се поставува следното прашање: „Што се случува во приказната што е илустрирана на сликата? Што се случува во првата сцена..., а во последната сцена?“



Дискусија 2

1. Што мислите, зошто детето дотрчало да им каже на другарите дека видело многу убав велосипед, место дека видело многу тешка сообраќајна несреќа во која едно дете можеби погинало?

Заклучок

Луѓето најлесно го забележуваат и најдолго го помнат она што е поврзано со нивните потреби, интереси, вредности и чувства.

Главна активност 3

Прво се чита ситуацијата од работниот лист „Доцнење што не е доцнење“ и веднаш потоа се поведува следната дискусија:



Дискусија 3

1. Зошто мајката го карала Елвис?
2. Зошто задоцнил Елвис?
3. Зошто мајките ги караат децата кога ќе задоцнат?
4. Како гледала мајката на доцнењето на Елвис со нејзините очи? Што си мислела?
5. Ако „гледала со очите“ на Елвис, што ќе си мислела таа?
6. Што требало мајката да стори место да го кара?
7. Ако Елвис „гледал со очите“ на мајка му, дали така би ѝ одговорил (така би ѝ се спротивставил и би го користел таткото)? Зошто?
8. Како тогаш би ѝ одговорил на мајка си?

Заклучок

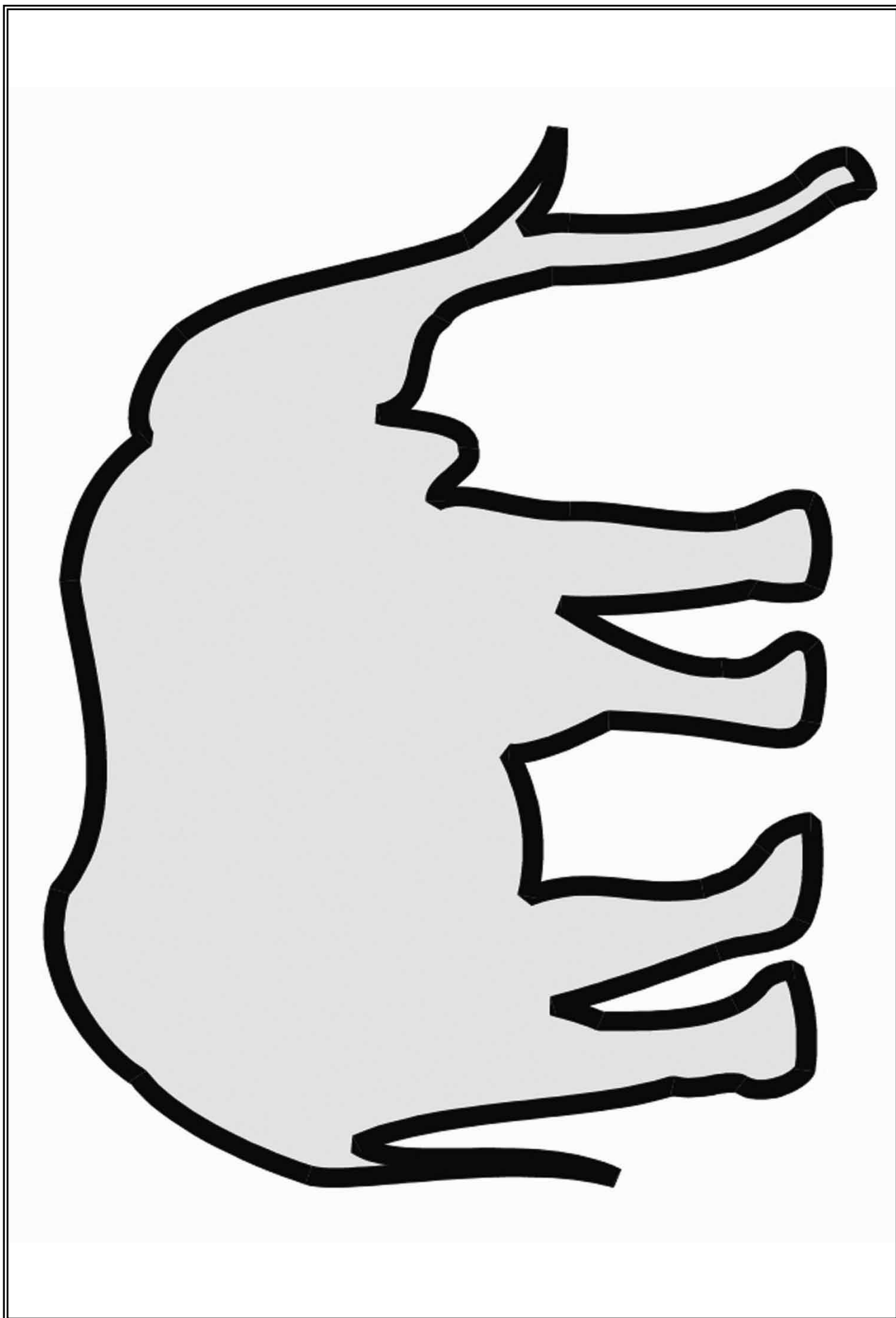
Луѓето често создаваат одредено мислење без да имаат точни информации и многу лесно може да дојде до недоразбирања и несогласувања со другите кои имаат сосема спротивно мислење, односно гледање на истата ситуација.

За да не дојде до поголеми несогласувања, треба да се обидеме нештата да ги гледаме и низ очите на другиот/другата.



Рефлексја

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?



На крајот на часовите на Зоран му се слушава и наставничката го замолува Елвис да го испрати Зоран до дома. Како добар другар на Зоран, Елвис е загрижен за неговото здравје. Бидејќи родителите на Зоран не се дома, Елвис решава да остане извесно време кај Зоран за да не го остави сам додека не му се вратат родителите. Така поминуваат два часа и кога Елвис си доаѓа дома, мајка му го чека налутено на врата: „Каде си до сега!? Сто пати сум ти рекла да си доаѓаш право дома од школо. За казна, нема денес гледање телевизија!“. „Зошто да не гледам! Тато и онака ќе ми дозволи“ – одговара Елвис.

Работилница II–10.2: Конфликтите се скалила



Материјали:

- » работен лист за наставникот/наставничката: Конфликтите се скалила – 1,
- » работен лист за наставникот/наставничката: Конфликтите се скалила – 2,
- » креда и табла,
- » селотејп,
- » балони.

Главна активност 1

Се бараат тројца доброволци. Секој добива по еден балон, со задача да го дува додека не пукне.



Дискусија 1

1. Дали уживавте во играта, активността?
2. Дали се плашевте од нешто?
3. Како ви беше на вас што гледавте? Дали се плашевте?
4. Дали луѓето некогаш се однесуваат како балоните? Како изгледа тоа?
5. Дали при тоа им е убаво?

Заклучок

Понекогаш луѓето се однесуваат како балоните. Се расправаат, им расте лутината и во еден момент може да „експлодираат“, а тоа да има лоши последици по нив или по другите со кои се расправаат.

Главна активност 2

На табла со креда се цртаат наједноставни скали со девет скалила кои се доволно широки за да може да се залепи цртеж на секое од нив одделно. Наставничката објаснува дека по скали може да се оди нагоре, но и надолу; во ситуација на конфликт, по скали може да се оди нагоре кон подобрување или надолу кон влошување на ситуацијата.

Потоа, таа ја чита приказната од работниот лист „Конфликтите се скалила – 1“ придружувајќи ја со помош на цртежи, при што секој нареден како што се појавува, така го залепува на таблата за едно скалило погоре од оној претходниот.



Дискусија 2

1. Што се случи најпрво? Па потоа? (Со помош на цртежите се повторуваат најважните елементи од приказната укажувајќи на наизменичните реакции на двете страни.)
2. Што се случи на крајот?
3. Како на крајот се чувствува Јана, а како Семир?
4. Дали тие се однесуваат пријателски или непријателски меѓу себе? Зошто?
5. Кој е одговорен за тоа што се случи?
6. Дали откако Семир и Јана почнаа да седат во различни клупи се реши конфликтот помеѓу нив?

Заклучок

Минимум двајца се потребни за конфликт. И двете страни со своето однесување влијаат врз конфликтната ситуација, обично надоврзувајќи се еден на друг во реакциите. Непријателското однесување од едната страна (обвинување, навредување, заканување, тепање...) обично предизвикува слично такво однесување и од другата страна зашто се појавува тенденција „да се победи другиот“.

Доколку не се разреши конфликтот, тоа ќе претставува закана за добрите односи меѓу луѓето и негувањето на меѓусебни позитивни чувства. Во случајот со Семир и Јана, тоа би значело дека може да се очекува овие деца да не сакаат ништо да делат меѓу себе, да не одат на места каде што оди другиот, да не застанат еден до друг кога е тоа потребно, да не сакаат да играат игри каде што веќе игра другиот, да си подметнуваат, да не играат со другари кои се дружат и со другиот...

Наспроти тоа, пријателското однесување при конфликт дава можност тој да се реши така што двете страни ќе поразговараат мирољубиво и ќе се чувствуваат пријатно зашто не им е целта „да го победат другиот“, туку да се реши проблемот. Во примерот од приказната тоа би значело разговор помеѓу Јана и Семир во кој ќе се објасни што се случило, нема да има навреди, закани и слично, би имало согледување на сопствената одговорност и извинување и евентуално санирање на директните последици од конфликтот, доколку е тоа можно (помагање да се исчистат дамките од блузата, собирање на истурената вода од цртежот, помош во цртање или боење на друг цртеж доколку претходниот не може да се спаси...).

7. Што ќе се случи ако не се реши конфликтот помеѓу нив?
8. Како може да се реши конфликтот помеѓу Јана и Семир, да се смират место да останат скарани?

Главна активност 3

Децата се делат во парови. Секој пар глуми ситуација каде се разрешува конфликтот помеѓу Семир и Јана на некој од претходно спомнатите начини. Потоа, неколку парови – доброволци го презентираат своето решение пред останатите деца.



Рефлексија

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Работен лист за наставникот/наставничката: Конфликтите се скалила – 1

Цртеж 1

Семир и Јана учат во исто одделение и седат во иста клупа. Еден ден, за време на големиот одмор, Семир не сакаше да излезе надвор од училницата, туку сакаше да остане на своето место за да го добои цртежот по ликовно со темперните бои.

Јана пак, сакаше да излезе со својата другарка во школскиот двор, па штом наставничката го заврши часот и излезе од училницата, и таа веднаш побрза да стане од столчето.

Цртеж 2

Арно ама, брзајќи така, Јана несакајќи ја заниша клупата. Среќа, не се истурија боите и водата, но тоа што клупата се заниша направи Семир да се исплаши да не му се расипе цртежот, па тој ја крена раката нагоре додека сè уште ја држеше четката за боење на која имаше црвена темпера. Три капки од бојата паднаа токму на блузата на Јана.

Цртеж 3а и 3б

(Дијалогот се раскажува со наизменично движење на сеченки со ликови на Јана и со ликови на Семир)

Јана: „Лелее, ми ја извалка блузата!“

Семир: „Голема работа! Бојата се мие со вода и ќе исчезне“.

Јана: „Да, ама сега не можам да ја мијам овде во школо. Ќе треба да чекам да се вратам дома.

Цел ден ли со ваква блуза да седам во школо?“

Семир: „Ееее, па ти си виновна! Ти ја затресе клупата и бојата летна!“

Јана: „Што си глупав – боите не летаат! Ти намерно ме испрска!“

Семир: „А ти, корло една, џабе носиш очила кога не гледаш кај го мрдаш столчето!“

Јана: „Па, подобро корла отколку буре дебела како тебе!“

Семир: „Кој е буре дебел? Е, сега има да видиш убаво!“

Цртеж 4

Тогаш Јана почна да трча низ училницата додека Семир ја бркаше да ја фати.

Цртеж 5

Бегајќи, во еден момент, кога таа беше повторно до нивната клупа, Јана ја зеде чашата со вода и целата ја истури врз цртежот на Семир.

Цртеж 6

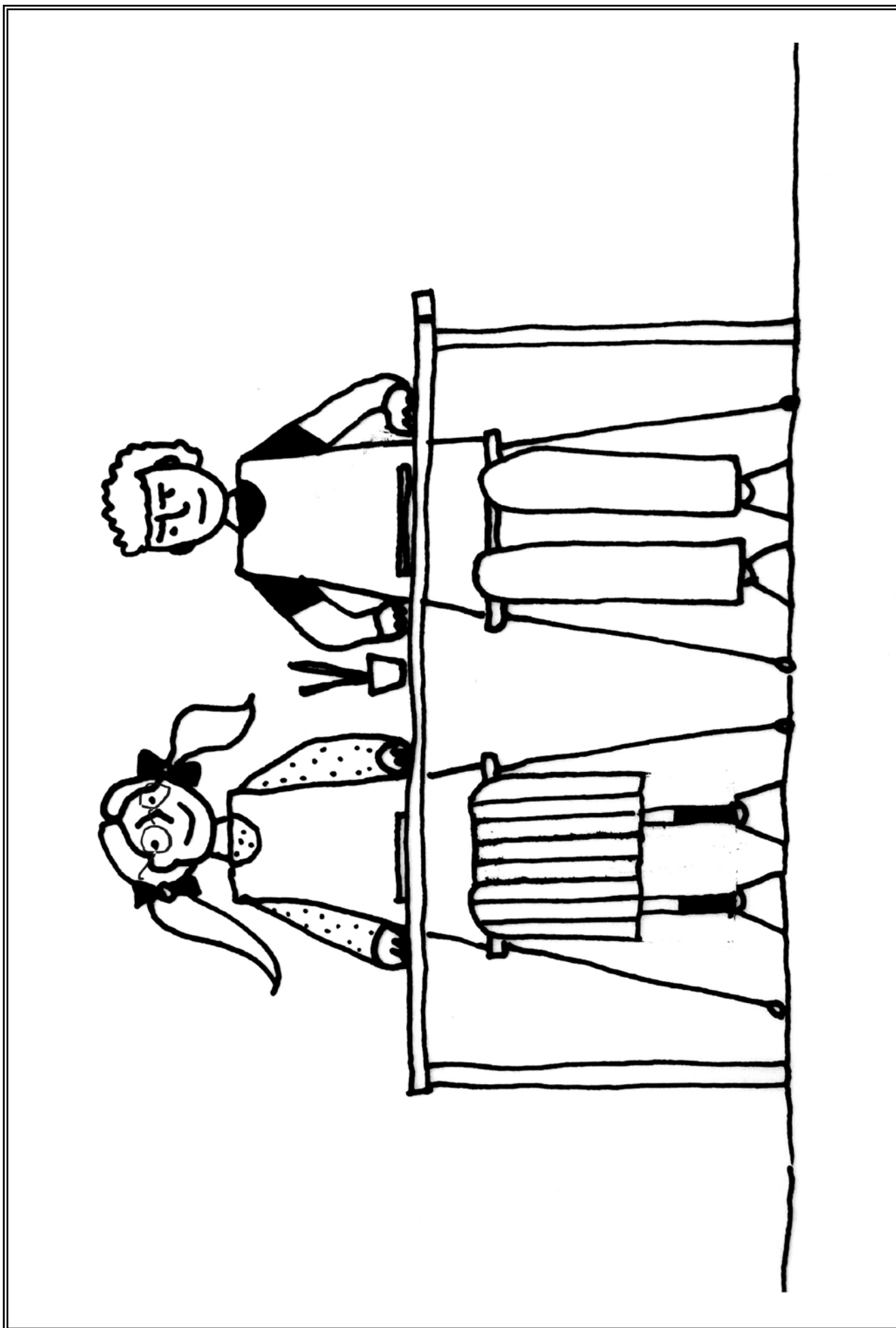
Семир тогаш збесна. Тој ја дофати Јана и ја бутна на земја.

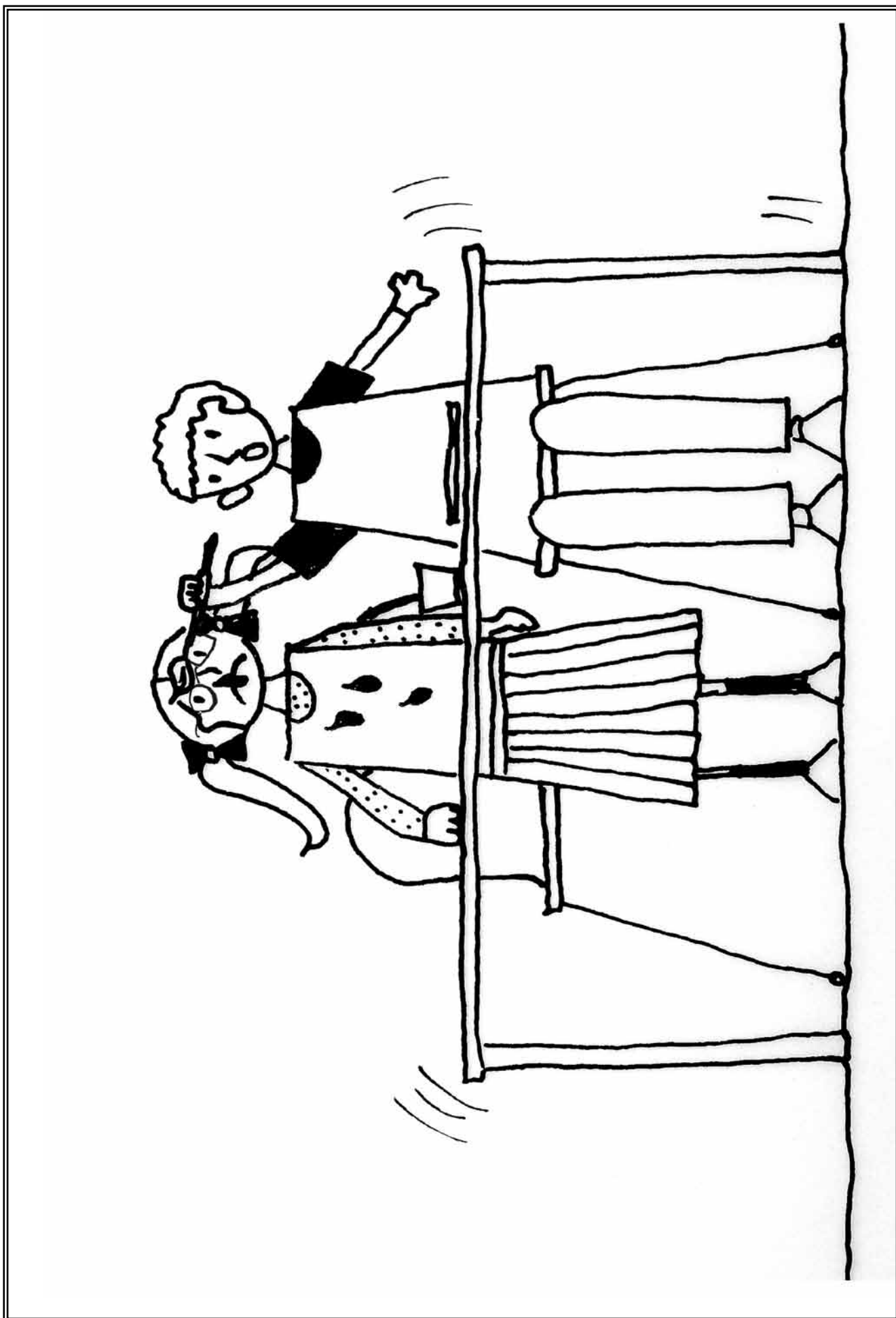
Цртеж 7

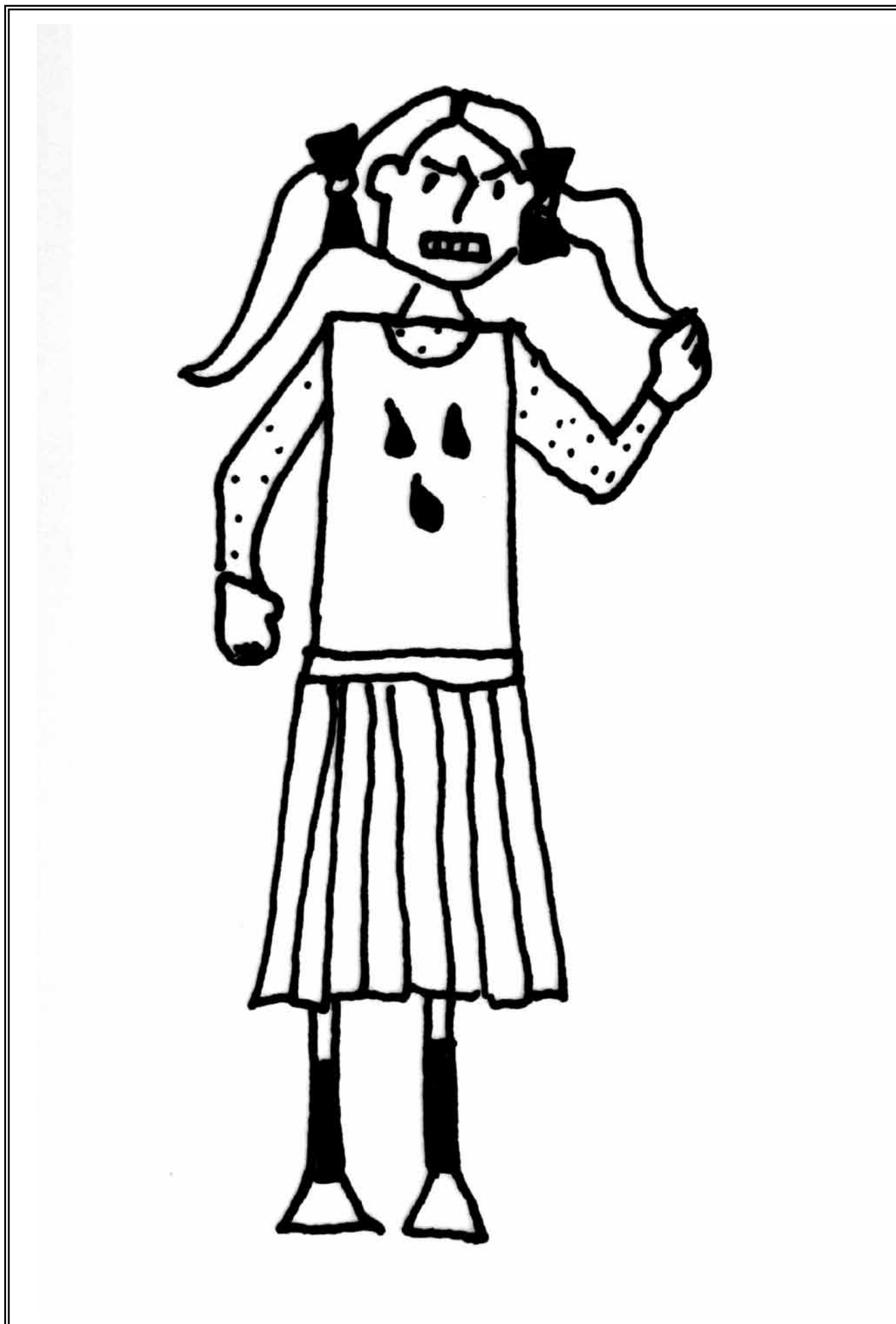
Кога влезе наставничката, Јана и Семир ѝ кажаа дека не сакаат повеќе да седат во иста клупа. Кога таа ги праша заради која причина, и Семир и Јана во ист глас почнаа да се обвинуваат меѓусебно. Семир велеше дека Јана му го расипала цртежот, а Јана велеше дека Семир ја бутнал.

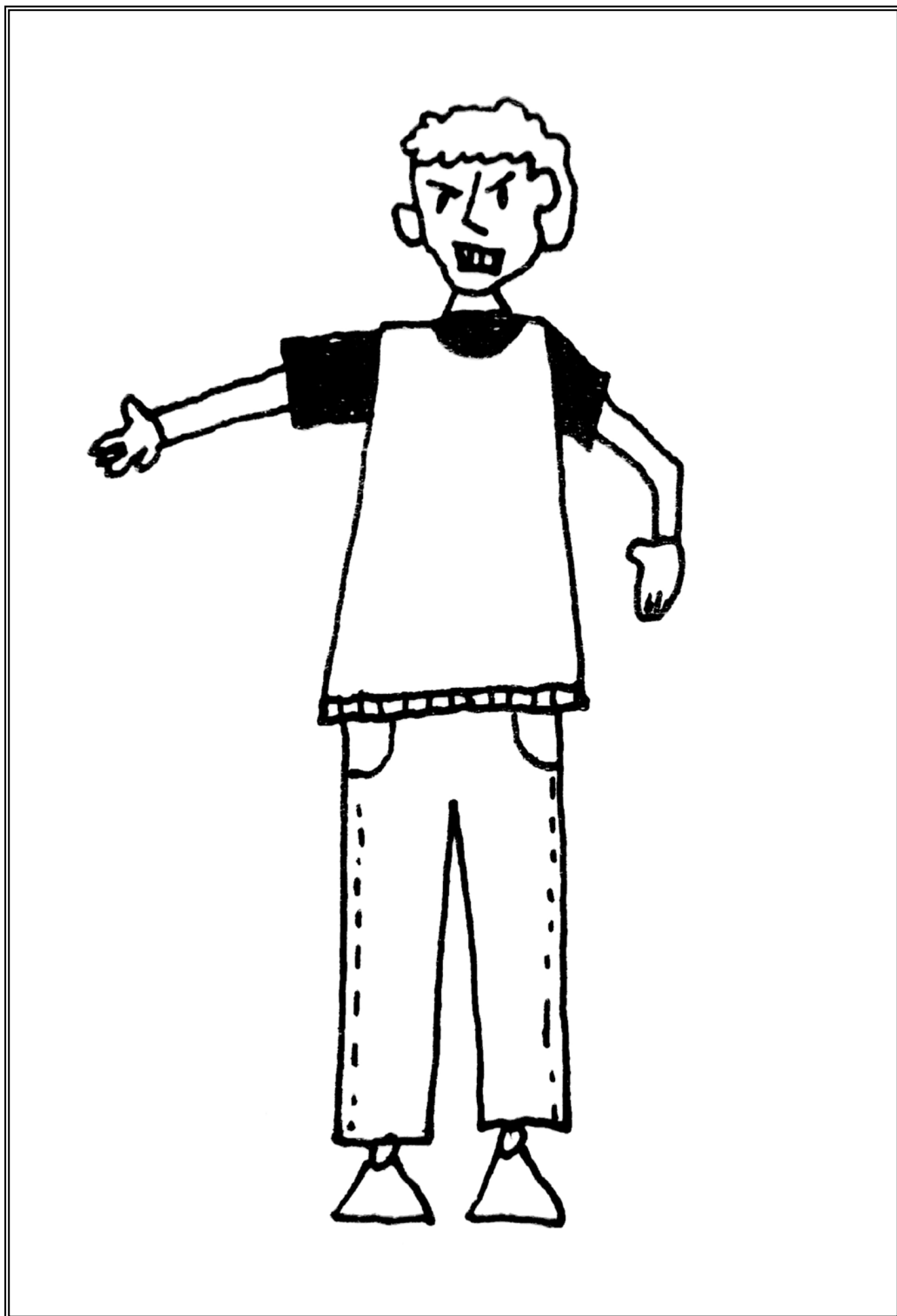
Цртеж 8

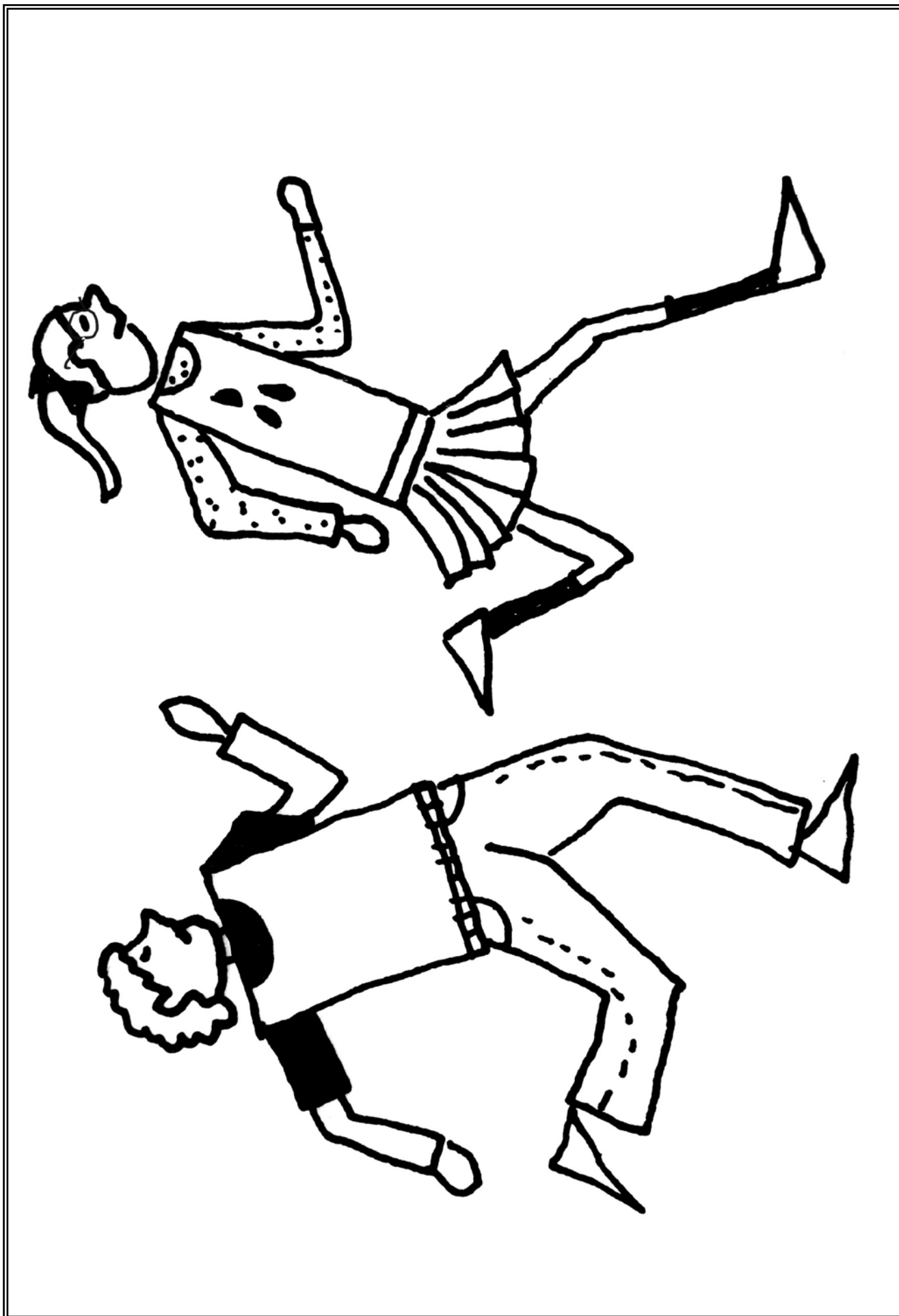
Наставничката ги премести да седат во различни клупи. Оттогаш Јана и Семир не играат заедно.

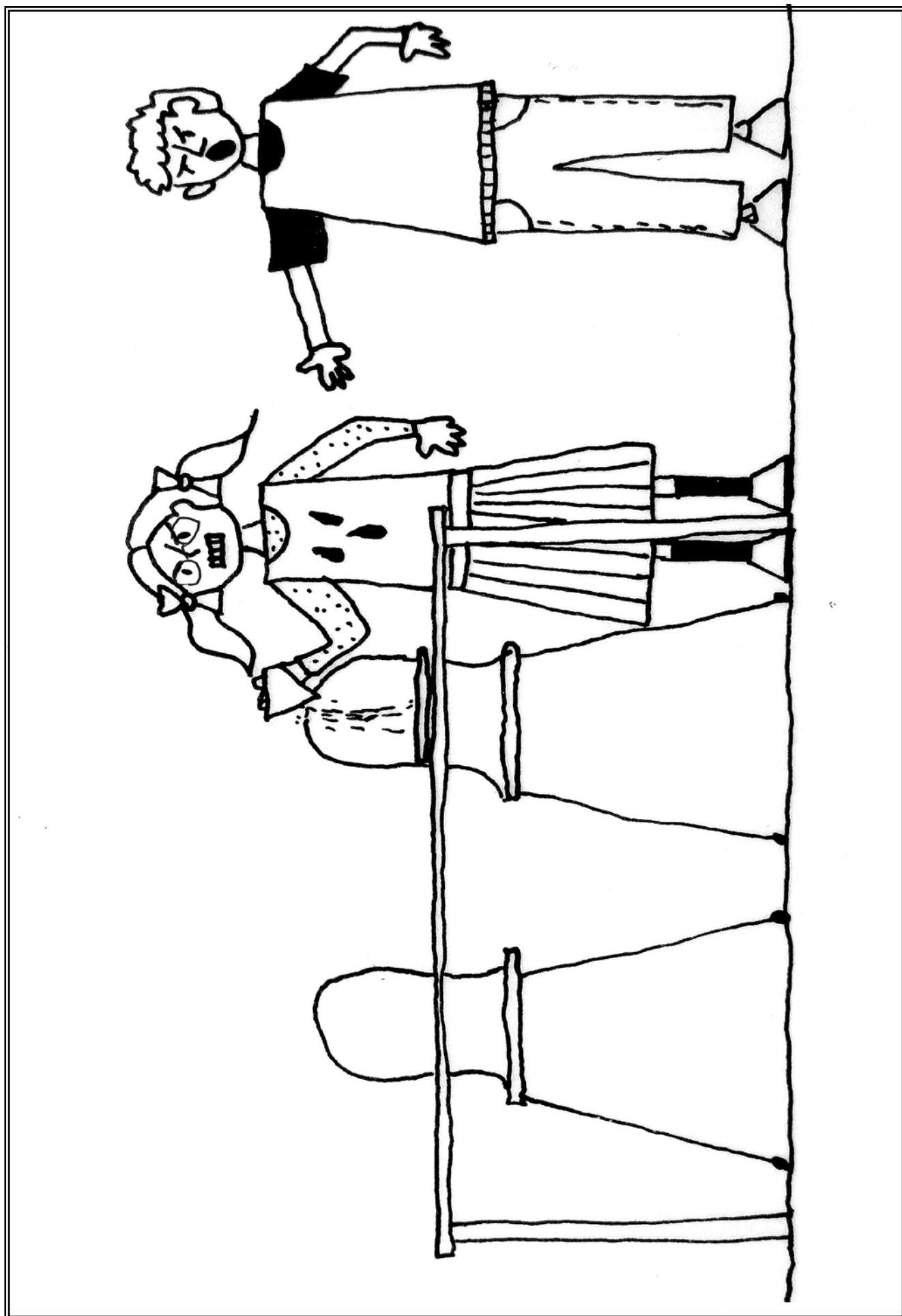


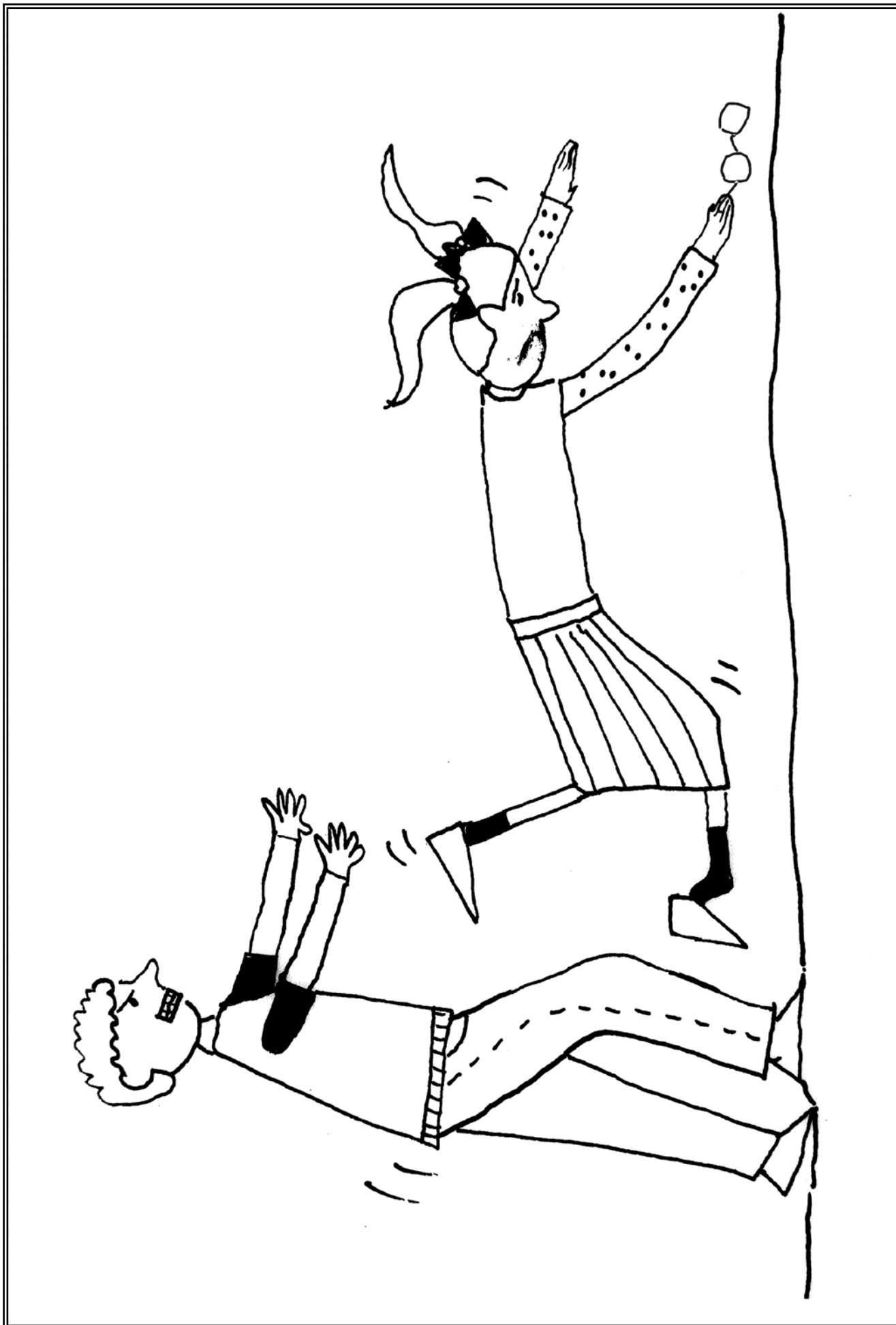


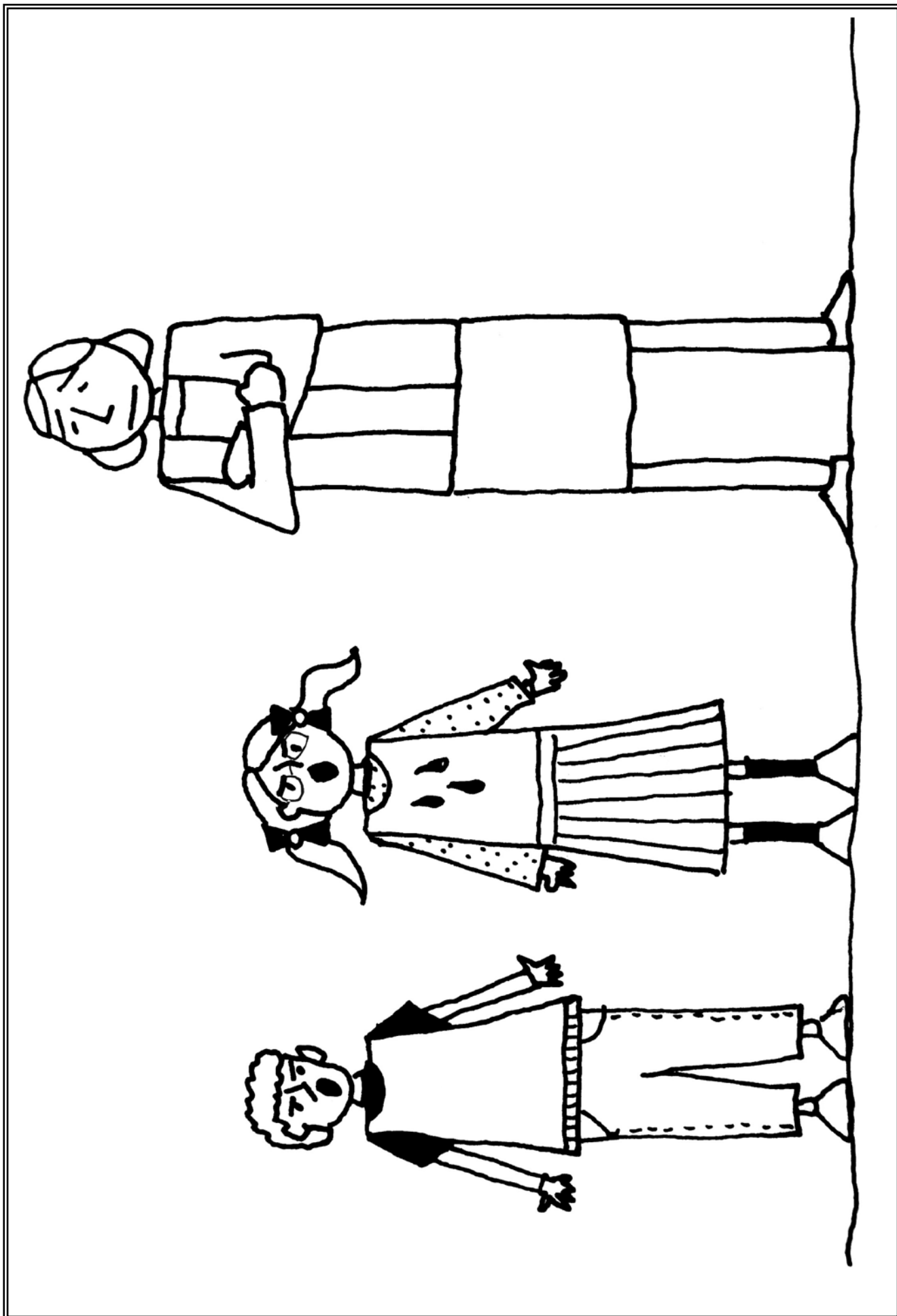


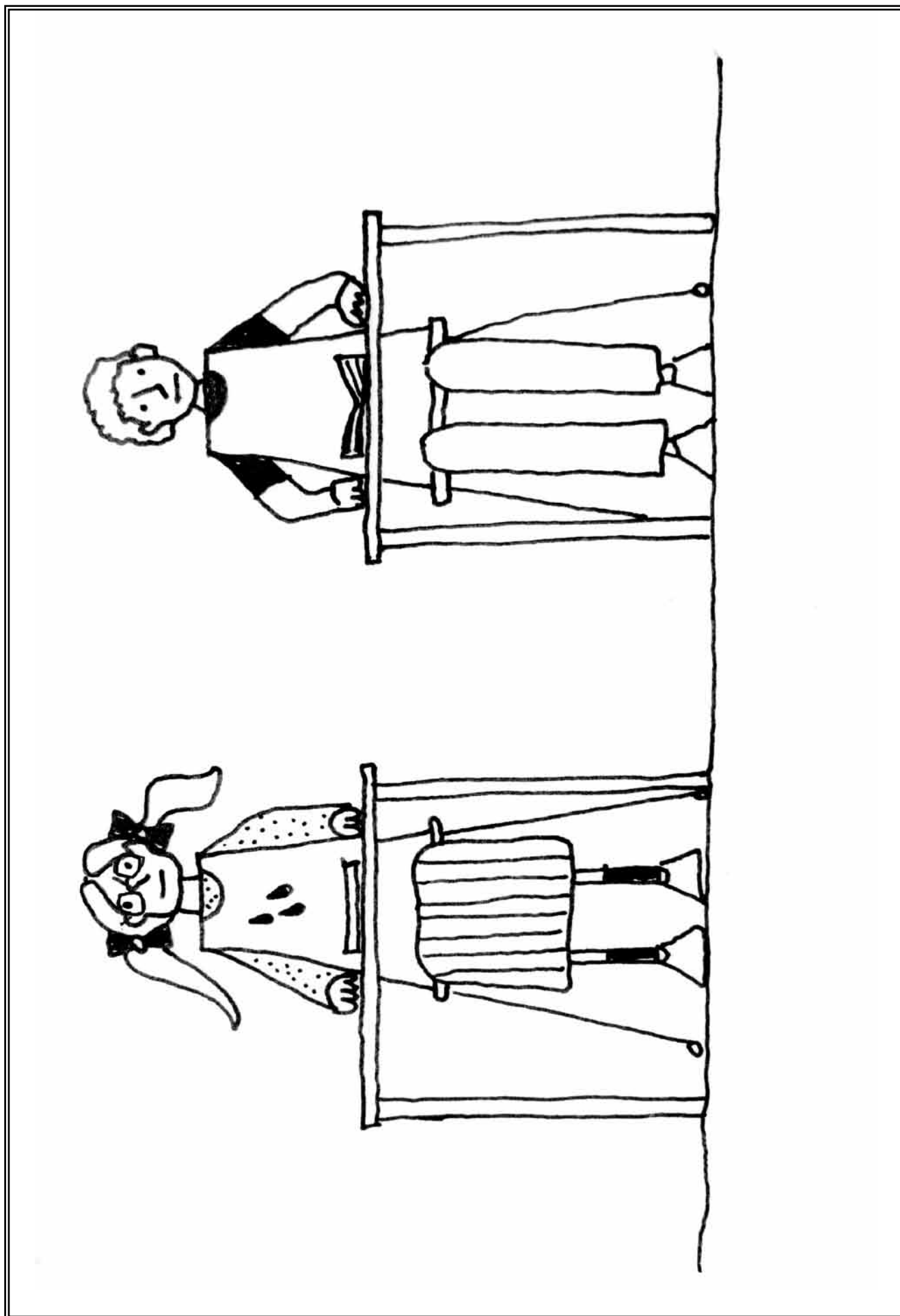












Работилница II–10.3: Потреби



Материјали:

- » работен лист за учениците II-10.3а: Потреби 1,
- » работен лист за учениците II-10.3б: Потреби 2,
- » работен лист за учениците II-10.3в: Потреби 3,
- » работен лист за учениците II-10.3г: Потреби 4,
- » работен лист за учениците II-10.3д: Потреби 5,
- » работен лист за учениците II-10.3е: Потреби сите,
- » работен лист за учениците II-10.3е: Потреби – ситуации,
- » табла и креда (или соодветен прибор за пишување).

Главна активност 1

Во празната училница пред започнување на часот се лепат, на разни места по сидовите, работните листови за учениците „Потреби 1–5“, на тој начин што треба да се гледа опачината на листот, а цртежот е затскриен. На самиот час децата се делат во пет групи и им се дава инструкција да бараат во училницата пет работи (секоја група по една) кои претходниот ден/час не биле таму. Откако ќе се пронајдат сите пет листа, наставничката го дели работниот лист „Потреби сите“ и потоа од секоја група бара да ги разгледаат цртежите што ги пронајдоа претходно и да наведат кои потреби на луѓето се претставени на цртежите и по што ги забележуваат. На крај се поведува дискусија.



Дискусија 1

1. Како се чувствуваат луѓето кога им се задоволени потребите?
2. А како, пак, се чувствуваат кога не им се задоволени потребите?
3. Што може човек да направи кога е лут, нервозен...?

Заклучок

Кога им се задоволени потребите, луѓето се чувствуваат среќни и задоволни.

Кога не им се задоволени потребите, луѓето се чувствуваат лути, нервозни, тажни, повредени, љубоморни, несреќни итн.

Чувствата на незадоволство што се предизвикани од незадоволените потреби можат да предизвикаат конфликти.

Главна активност 2

Групите од претходната активност добиваат по една ситуација од работниот лист за учениците „Потреби – ситуации“, и на секоја група ѝ се доделува една ситуација на која треба да работи. Задачата е да откријат која незадоволена потреба го предизвикува конфликтот во ситуацијата. Потоа, една по една, секоја група прво ја чита ситуацијата, а потоа наведува која незадоволена потреба го предизвикала конфликтот. Се внимава да се добие следната поврзаност помеѓу ситуациите од работниот лист и незадоволените потреби:

Ситуација 1 – Потреба за преживување (одмор)

Ситуација 2 – Потреба за сигурност

Ситуација 3 – Потреба за љубов и пријателство

Ситуација 4 – Потреба за почитување

Ситуација 5 – Потреба за самоостварување



Дискусија 2

1. Која потреба тука (ситуација 1; 2;...) не била задоволена?
2. А, што мислите, која/кои била/биле потребите на тие другите во ситуацијата?
3. Што се случува кога не се задоволени потребите?

Заклучок

Незадоволените потреби предизвикуваат чувство на незадоволство и можат да предизвикаат конфликти.

Завршна активност

Се прави топче со стуткување на стара хартија, весник и сл., или се користи некое мало топче. Сите стојат во круг со столиците до себе. Секој ученик, кога го добива топчето, се обраќа на друг ученик на следниот начин: „Кога ова топче би било подарок за тебе (се кажува името на некој ученик) тоа би било...(се кажува нешто убаво)“. Потоа се фрла топчето до тој ученик кој треба да ја повтори истата процедура, но да се обрати на некој друг ученик, бидејќи тој што веќе кажал седнува на столицата до себе и не може повеќе да прима топчиња. Играта се игра додека не поминат сите деца. Тој што последен ќе го добие топчето се обраќа на ученикот кој ја започна играта.



Рефлексija

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Работилница II–10.4: Извори на конфликти¹



Материјали:

- » работен лист за учениците II-10.4а: Извори на конфликтите,
- » работен лист за учениците II-10.4б: Извори на конфликтите – ситуации,
- » стара хартија, весници.

Воведна активност

Како што се седнати, секој ученик кажува по една асоцијација на зборот конфликт на тој начин што прво се кажува „конфликт“ па се додава зборот што ги асоцира на конфликт. Следниот исто кажува „конфликт“ па додава нова асоцијација и така со ред додека секој не каже некоја асоцијација на зборот конфликт.

Главна активност 1

Учениците се делат во 4–5 групи и добиваат задача секој во групата да каже по еден конфликт што му се случил, нему или на некој што добро го знае, минатата недела. Потоа секоја група го добива работниот лист „Извори на конфликтите“, при што наставничката дава кусо објаснување за секоја категорија.

Ограничени ресурси – претставува причина за конфликт кога нешто е ограничено, го нема во доволна количина. На пр. синот сака да му се купи јакна, а мајката нема време или нема пари за тоа. Или има една играчка со која истовремено сакаат да играат и братот и сестрата.

Незадоволени потреби – на пр. ако на пат сестрата ја испие сета вода и братот остане жеден или ако некој другарите не го повикаат на забава итн.

Различни вредности – се јавуваат како причина за конфликт тогаш кога двајца придаваат различна важност на едно исто нешто или кога за едниот поважно е едно нешто, а за другиот друго. На пр. жената сака да оди на одмор на море, а мажот мрази море и сака да одат на планина.

Потоа учениците се обидуваат да ги сместат конфликтите што ги наведоа во своите групи во една од трите категории во зависност од причините што ги предизвикуваат. Потоа, секоја група избира по еден конфликт, го презентира и кажува за изворот на конфликтот (во која категорија припаѓа и зошто).



Дискусија 1

1. Што мислите, што би бил извор на овој конфликт? Зошто?

Заклучок

Има различни конфликти, но секогаш изворот на конфликтот се наоѓа или во ограничените ресурси или во незадоволените потреби или пак, во различните вредности на страните во конфликтот.

Главна активност 2

Секоја од претходно поделените групи го добива комплетот од исечените ситуации од работниот лист „Извори на конфликти – ситуации“. Нивна задача е да ги сместат наведените конфликти во една од трите категории во зависност од тоа кој е изворот на конфликтот во опишаните ситуации. Потоа наставничката ги чита ситуациите една по една и при тоа бара од учениците да се изјаснат во која категорија ги сместиле и да објаснат зошто.

Завршна активност

Учениците се делат во две групи. Помеѓу двете групи се поставуваат „мини“ од стуткана хартија во минско поле со широчина од околу 4 метри. На учениците од едната група им се врзуваат очите. Секој ученик од групата во која не им се врзани очите водат по еден ученик од спротивната страна низ минското поле со инструкции како да се движат. Целта е да се помине минското поле без да се нагазат мините. Ако се нагазат мините се започнува од почеток.

¹ Се препорачува ова работилница да следи по работилницата за потребите.



Рефлексија

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Работилница II–10.5: Избегнување, спротивставување или...



Материјали:

- » табла и креда (или соодветен прибор за пишување),
- » пенкала (или моливи),
- » работен лист за учениците II-10.5а: Избегнување,
- » работен лист за учениците II-10.5б: Спротивставување,
- » работен лист за учениците II-10.5в: Разговарање.

Воведна активност

Се собираат сите училишни чанти и се ставаат на едно големо купче пред таблата. Учениците се делат во три групи (А, Б и В). Секоја група добива една од следните инструкции, со предупредување дека додека работат на задачата, не смее да зборуваат:

- за групата А – ваша задача е да ги ставите сите училишни чанти покрај вратата;
- за групата Б – ваша задача е да ги ставите сите училишни чанти на средина од училницата, и
- за групата В – ваша задача е да ги ставите сите училишни чанти до прозорите на училницата.

Внимание: Претходно ќе треба да се среди просторот со поставување на минимум 2 клупи на сите однапред одредени места каде што ќе треба да се собираат чантите.



Дискусија

1. Дали ги следевте инструкциите?
2. Што правевте со оние кои сакаа да направат нешто поинаку од вас? Дали се каравте, дали се откажавте од вашата задача, дали соработувате?...

Главна активност 1

Учениците седат во круг. Наставничката го повикува секој ученик, според редоследот на седење во кругот, да одговори на прашањето:

„Ако паднеш затоа што некој намерно ти ставил сопка, како ќе се чувствуваш?“

Одговорите треба да се состојат од само еден збор и постапката на одговарање треба да тече брзо. Наставничката ги запишува одговорите на табла, на простор насловен како „чувства“. Оние што се повторуваат, не се пишуваат, само се означуваат.

На истиот начин (преку одговарање во круг, со сосема куси одговори) се одговара и на следното прашање:

„Што би можел/а да направиш во таква ситуација?“

Наставничката ги сведува одговорите на еден до два збора, па ги запишува на таблата, на простор означен како „реакции“. Со оние што се повторуваат, постапува на истиот начин како и претходно – не ги пишува, само ги означува.

Наставничката на таблата ги запишува трите типа на реакции во конфликтна ситуација:

- И, избегнување;
- С, спротивставување и
- Р, разговарање;

и накратко ги објаснува:

избегнувањето како *невлегување во директен дуел со оној што го предизвикал конфликтот* (пр.: пожалување на други, напуштање на ситуацијата, игнорирање, како ништо да не се случило...);

спротивставувањето како *агресивно однесување, било од физичка или од вербална природа* (пр.: напаѓање, удирање, пцуење, повикување други да му/и помогнат да се одмазди...);

разговарањето како *обид да се побара и да се понуди објаснение за несоодветноста на постојката*.

Во продолжение се избираат тројца доброволци за да го означат типот на реакција за секое од претходно наведените постапки во конфликтна ситуација. Едниот ја пишува буквата **И** пред секоја реакција што спаѓа во избегнување, другиот ја пишува буквата **С** за спротивставување, а третиот буквата **Р** за разговарање.

Во идентификување на типовите реакции помагаат сите ученици.



Дискусија 1

1. Какви чувства се јавуваат во конфликтните ситуации каква што е ставањето сопка? Зошто?
2. Кои се најчести начини на реагирање во конфликтни ситуации? Зошто?

Заклучок

Во конфликтните ситуации, каква што е ставањето сопка, доминира чувството на лутина, проследено со гнев и бес. Во таквите ситуации може да се реагира со избегнување, со спротивставување, или со разговарање.

Најчести начини на реагирање во нашата култура се избегнувањето и спротивставувањето, најмногу заради домашното воспитување, но и како резултат на влијанието на медиумите.

Главна активност 2

Учениците се делат во групи 4–6 члена. Секоја група добива по еден примерок од работните листови „Избегнување“, „Спротивставување“ и „Разговарање“, со задача да ги пополнува така што во празните простори ќе ги запишува последиците од конкретниот начин на реагирање врз:

- » исходот/решението на конфликтот (дали конфликтот е решен или не; привремено или трајно);
- » самиот себе (како се чувствува оној што реагирал на дадениот начин);
- » односот со другата страна во конфликтот (дали односите со оној што ја ставил сопката ќе бидат подобрени или влошени).

Потоа, секоја група презентира пред другите до кои заклучоци дошла за *избегнувањето*. Истото се повторува за *спротивставувањето*, а на крајот и за *разговарањето*.



Дискусија 2

1. Најчесто, каков е исходот од спротивставувањето/разговарањето/избегнувањето? (Дали конфликтот е решен?) Зошто? Дали последиците по себеси се позитивни или негативни? Дали односите со другата страна се подобрени или влошени?
2. Кога може да се реагира со спротивставување? Кога е оправдано да се реагира со игнорирање?

Заклучок

Со спротивставување конфликтот не се решава, туку се засилува – агресивното однесување од едната страна раѓа агресивно однесување кај другата и тоа може да оди во недоглед. Иако може да изгледа дека се добива лична сатисфакција (особено ако „другата страна“ е физички послаба), тоа секогаш води кон влошување на меѓусебните односи.

Доколку се разговара, има големи шанси конфликтот трајно да се реши, без да се влошуваат меѓусебните односи, дури и со можност да се подобрат. Лична сатисфакција се постигнува затоа што се оддава признание на сопствените чувства, а истовремено се покажува подготвеност да се сослушаат причините што го „предизвикале“ конфликтот.

Избегнувањето не нуди решение – предизвикува нови конфликти со кои едната страна постојано ќе сака да ѝ се одмазди на другата, со што се влошуваат меѓусебните односи. Доколку никогаш не се пристапи кон разрешување на конфликтот, самодовербата на „оштетената“ страна ќе опадне. Избегнувањето е корисно само доколку е привремено – кога едната или другата страна (или и двете страни) во конфликтот се многу лути, па лутината ги оневозможува промислено да реагираат.

Завршна активност

Учениците се групирани во средината на просторијата. На даден знак почнуваат да разменуваат „да пукне“, секој со секого, за најкратко можно време.



Рефлексја

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Работилница II–10.6: Јас обраќање



Материјали:

- » работен лист за учениците II-10.6а: Јас обраќање 1,
- » работен лист за учениците II-10.6б: Јас обраќање 2,
- » работен лист за учениците II-10.6в: Јас обраќање 3,
- » работен лист за учениците II-10.6г: Јас обраќање 4,
- » прибор за пишување – по еден во секоја група,
- » селотејп.

Воведна активност

Во круг учениците по ред кажуваат по една реченица за себе која секогаш почнува на следниот начин: „Не ми се допаѓа кога другите...“, и потоа секој ја завршува на свој начин кажувајќи нешто што навистина не му се допаѓа кај другите (другари, членови на семејство итн.).

Главна активност 1

Секој ученик добива по еден примерок од работниот лист „Јас обраќање 1“, со чија помош се образложува формулацијата на „јас обраќањето“. Наставничката ја чита на глас ситуацијата и реченицата со која ученикот ѝ се обраќа на наставничката, искажувајќи го своето незадоволство по повод креираниот проблем. При тоа, таа посебно внимава на тонот со кој ја изговара реченицата на „јас обраќањето“. Потоа накратко ги објаснува трите компоненти на формалното „јас обраќање“, посебно укажувајќи на редоследот на искажување на компонентите како што е наведено подолу.

Формалното „јас обраќање“ има три компоненти:

- 1) искажување на чувството што е предизвикано во конфликтната ситуација – „Јас се чувствувам...“;
- 2) опишување на однесувањето на лицето што се смета за директен извор на конфликтот – „кога ти...“ и
- 3) нудење решение за надминување на проблемот – „би сакал/молел...“.



Дискусија 1

1. Дали ваквиот начин на обраќање обезбедува можност незадоволното лице да го искаже своето незадоволство? Зошто? Како?
2. Што се добива со тоа што се искажуваат непријатните чувства?
3. Што се добива со тоа што се напаѓа само постапката (однесувањето) на другото лице што се смета за извор на проблемот? Што би се случило доколку се напаѓа неговата личност?
4. Што се добива со тоа што се нуди решение на проблемот? Какво треба да биде решението во поглед на другото лице? (Дали смее да се нуди решение што не е прифатливо за двете страни?)

Заклучок

„Јас обраќањето“ обезбедува искажување на незадоволството на начин кој не е обвинувачки (не го тера другото лице да се брани), туку на еден конструктивен начин кој повикува на подобрување на меѓусебниот однос.

Кога ги искажуваме непријатните чувства му даваме шанса на другото лице да увиди дека тоа придонело за јавување на тие чувства и да посака да го промени своето однесување.

Кога се напаѓа само постапката (однесувањето) на другото лице, тогаш другото лице добива можност да дознае кои негови постапки не ни се допаѓаат, нè повредуваат. Тоа што не чини е однесувањето. Кога се напаѓа неговата личност, тогаш другото лице почнува да се брани со тоа што повторно нè напаѓа, повредува итн. Во овој случај ние кажуваме дека тоа што не чини е личноста, а не нејзините постапки.

Кога се нуди решение на конфликтот, се спречува повторувањето на проблемот во иднина. Решението мора да биде фер и да биде прифатливо и за другото лице.

Главна активност 2

Учениците се делат во мали групи (3–5 членови). Секоја група добива по еден примерок од работниот лист „Јас обраќање 2“ со инструкција прво да ја прочита конфликтната ситуација, а потоа да ги дополни речениците во формалниот исказ на „јас обраќање“, со кој незадоволното лице му го искажува проблемот на лицето што го предизвикало. При тоа, посебно се нагласува дека дополнувањето треба да се придржува до бараните компоненти на „јас обраќањето“ – да не содржи зборови кои можат да бидат доживевани како обвинување, навредување, критикување и/или заканување.

По 5 минути, групите започнуваат со презентирање на напишаните искази на „јас обраќање“. По еден претставник од секоја група го чита напишаното, па по него следи аплауз.

Откако сите групи ќе ги прочитаат исказите од работниот лист „Јас обраќање 2“, им се дели работниот лист „Јас обраќање 3“ со истите инструкции. Откако сите групи ќе ги прочитаат исказите од работниот лист „Јас обраќање 3“, им се дели работниот лист „Јас обраќање 4“ и целокупната постапка се повторува уште еднаш на истиот начин.

Наставничката поведува дискусија со целата група по следните прашања:



Дискусија 2

1. Колку ваквиот начин на обраќање во конфликтна ситуација се среќава во нашата средина: меѓу другарите, во училиштето, во семејството?
2. Кој начин на обраќање во конфликтна ситуација би го нарекле „ти обраќање“?
3. Како се чувствува другото лице кога го слуша „јас обраќањето“, а како кога го слуша „ти обраќањето“?
4. Како ќе постапи тоа лице во едната ситуација, а како во другата ситуација?
5. Дали доживува дека е подеднакво нападнато и во двете ситуации? Зошто?
6. Како вие би сакале да ви се обраќаат кога е некој незадоволен од некоја ваша постапка?

Заклучок

„Јас обраќањето“, за жал, многу ретко се среќава во секојдневната комуникација со другарите, во училиштето или пак во семејството.

„Ти обраќање“ во конфликтна ситуација има кога другата страна се обвинува, навредува или се критикува за нешто.

Кога користиме „јас обраќање“, кај другото лице се јавува чувство на засраменост и жалење за сопствените постапки поради што покажува подготвеност да ги исправи работите, додека пак, кога користиме „ти обраќање“, другото лице се чувствува налутено и навредено поради што ќе настојува да се одбрани со тоа што или ќе нè навредува или ќе нè напаѓа, или пак, нема да сака да се дружи со нас понатаму.

Завршна активност

Секој ученик добива по пет парчиња самолеплива лента превиткани во крукчиња така што од сите страни се лепливи. Секој ги лепи лентите на одредени делови од своето тело. Кога ќе бидат готови со залепувањето, наставникот објаснува дека на даден знак секој ќе треба да се ослободи од своите ленти така што ќе ги одлепува и од нив ќе прави една топка, која на крајот мора да ја размени со некој друг...



Рефлексija

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?



III тема: ЈАС И ДРУГИТЕ - ОПШТЕСТВЕНИ ОДНОСИ

Содржина III–1: ПОЗНАВАЊЕ НА БАЗИЧНИТЕ ЧОВЕКОВИ ПРАВА (ПРАВА НА ДЕЦАТА)

Се очекува ученикот/ученичката да:

Знаења	<ul style="list-style-type: none">» има информации за детските права;» знае за Конвенцијата за правата на детето;» знае за односот право/одговорност.
Вештини	<ul style="list-style-type: none">» може да ги препознае своите права и правата на другите деца;» може да го препознае прекршувањето на своите права и на правата на другите деца;» може да ги практикува своите права во секојдневните активности.
Ставови/ вредности	<ul style="list-style-type: none">» сфати дека сите деца имаат права;» прифати дека сите деца имаат еднакви права;» посакува правата на децата да се практикуваат и да се почитуваат;» не го прифаќа прекршувањето на правата на децата.

Работилница III–1.1: Права и йравила



Материјали:

- » хартија за пишување,
- » прибор за пишување,
- » голем лист хартија,
- » маркери,
- » табла и креда,
- » работен лист за учениците III-1.1: Комплет од десет права (членови: 31, 42, 23, 12, 15, 19, 32, 38, 9 и 7).

Главна активност 1

Децата се делат во групи од петмина. Секоја група добива по еден примерок од работниот лист за ученици „Комплет од 10 права“ (исечен на картички на кои на едната страна е сликата што го илустрира правото, а на опачината е соодвениот член) и треба да одбере пет кои смета дека децата ги практикуваат на училиште и притоа треба да продискутираат за начините на практикување на избраните права. Потоа секоја група ја презентира својата работа пред останатите.



Дискусија 1

1. Кои права најчесто се среќаваат, односно кои права се повторуваат во секоја група?
2. Како ова право учениците го остваруваат во училиште? (За секое право.)

Главна активност 2

Секоја група треба да смисли и да запише по три начини на кои се повредуваат правата на децата во училиштето меѓу нив самите и три начини на кои правата можат да им ги повредат возрасните во училиштето. Потоа половина од групите избираат една ситуација на прекршување на правата меѓу самите ученици, а останатата половина една ситуација на повреда на правата од страна на возрасните. Секоја група треба да ја подготви и да ја одглуми таа ситуација и да објасни кое право ѝ е прекршено, а потоа треба да ја одглумат ситуацијата на начин што ќе значи почитување на правата на детето.

Секоја група ја презентира својата листа, наставничката ја запишува на табла и заедно со учениците прави заедничка листа на најчести повреди на правата на децата во училиштето.



Дискусија 2

1. Кој е одговорен за остварување на правата на децата на училиште?
2. Што можат децата да направат за да се изборат за поголемо почитување на нивните права?
3. Како може да се обезбеди почитување на правата на децата преку воведување правила на однесување во училиштето и во училиштето?
4. Кој треба да учествува во донесувањето на правилата? Зошто?
5. Кој треба да ги почитува правилата во училиштето? Зошто?

Заклучок

Училиштето треба да биде место каде што децата учат за своите права, каде што ги практикуваат овие права и каде што се очекува нивните права да им бидат почитувани и заштитени. Правилата на однесување во училиштето треба да бидат изградени врз базичните начела дадени во Конвенцијата за правата на децата и во нивното создавање треба да бидат активно вклучени и децата.



Рефлексија

1. Што правевме?
2. Како се чувствувавме?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Работилница III–1.2: Права и одговорности



Материјали:

- » работен лист за учениците III-1.2: Комплет од шест парови слики на права и одговорности,
- » хартија,
- » прибор за пишување.

Воведна активност

Учениците се делат во парови и треба да застанат еден спроти друг со допрени стапала. Потоа треба да ги испружат рацете еден кон друг и да се фатат за надлактицата и полека да се навалат наназад за да ја почувствуваат рамнотежата. Потоа еден од парот треба да се навалува наназад, а другиот да го следи и обратно.

Главна активност

Учениците се делат во групи од пет деца. Секоја група добива исечен на слики „Комплет од шест парови слики на права и одговорности“ (шест слики на кои е дадено соодветно право и шест слики без текст кои претставуваат одговорности кои соодветствуваат на дадените права).

Секоја група се договара за текстот што треба да стои до одговорноста која го следи понуденото право.

Се читаат една по една целина: право и одговорност од секоја група и се дискутира за секоја од нив поединично со сите деца заедно.



Дискусија

1. Што значи тоа дека секое право има и своја одговорност?
2. Дали може да имаме само права? Што ќе се случи ако секој има само права?
3. Дали можат да се судрат правата на различни луѓе?
4. Дали правата на едните се поголеми или посилни од правата на другите?
5. Како можеме полесно да оствариме некои свои права, сами или заедно со други луѓе?

Заклучок

Правата подразбираат наша сопствена одговорност за нивното практикување. Тоа значи дека треба да ги знаеме, да ги практикуваме и активно да се вклучиме во заштитата на нашите права и слободи во моментот кога се загрозени или повредени, како и во одбраната на правата и слободите на другите. Одговорноста значи и поставување на граница на нашите права и слободи која се движи по линијата на остварувањето на правата и слободите на другите луѓе.



Рефлексија

1. Што правевме?
2. Како се чувствувавме?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Работилница III–1.3: Колку добро ги познаваш своите права?



Материјали:

- » коцка, фигури (гуми, острилки, монети),
- » работен лист за учениците III-1.3а: Картички за играње - права,
- » работен лист за учениците III-1.3б: Картички за играње - казнени картички,
- » работен лист за учениците III-1.3в: Лист со „неутрализирачки права“,
- » работен лист за учениците III-1.3г: Табла за играње,
- » работен лист за учениците III-1.3д: Конвенција за правата на децата,
- » работен лист за наставникот/наставничката: Казнени картички и неутрализирачки права,
- » креда.

Главна активност

Се формираат групи од две до шест деца и секоја група добива табла, коцка, комплет картички со права и казнени картички (работен лист за учениците „Картички за играње (картички со права и казнени картички)“, и по еден примерок од работниот лист за ученици „Лист со неутрализирачки права“. Исто така, на секое дете му се дава и примерок од Конвенцијата за правата на детето. Во оваа игра децата ги користат само обоените полиња на таблата. Картичките за играње ќе им кажат на децата што треба да прават. Децата се движат напред и назад според картичките кои ги извлекуваат. Тие можат и да „неутрализираат“ негативна картичка доколку можат да именуваат право на детето кое било прекршено.

Правила за играње

- » Секое дете по еднаш ја фрла коцката. Детето со највисока бројка е прво кое ќе ја започне играта.
- » Детето коешто прво игра, ја фрла коцката и со фигурата се движи нанапред, според бројката на коцката.
- » Ако играчот се најде во обоено поле, тогаш зема картичка, чита на глас што пишува на неа и ги следи инструкциите кои можат да бидат: да оди нанапред, наназад, или да го пропушти својот ред на играње.
- » Сепак, картичката која вели дека треба да се оди наназад може да биде „неутрализирана“ ако играчот може да го именува членот од Конвенцијата за правата на детето што е прекршен. Во тој случај, играчот оди дополнително поле нанапред.
- » Продолжува следното дете кое седи лево од играчот што бил прв.
- » Победник е играчот кој прв ќе дојде до крајот, но играта треба да продолжи сè додека сите деца не стигнат до крајот.

Сугестии за наставникот

- » Кога некое дете (од која било група ќе најде на казнена картичка, а не го знае правото за „неутрализација“, може да побара помош од наставникот. Во тој случај, наставникот го чита правото на глас (од работниот лист за наставникот), за да може сите да го слушнат. Ако се повтори истата картичка кај друго дете (од друга група), наставникот веќе не дава помош.
- » Играта може да се игра и тимски (место секој сам, може парови против парови), за да си помагаат меѓу себе за идентификување на „неутрализирачките права“.



Дискусија

1. Што мислите за оваа игра?
2. Дали научивте нешто ново за човековите права? За светот околу вас?
3. Дали некои ситуации ви изгледаа чудни или непознати?
4. Дали имаше ситуации што ви изгледаа познати? Кои?

Заклучок

Човековите права се универзални и им припаѓаат на сите луѓе во светот. Во различни средини доаѓа до загрозување и кршење на различни права на луѓето. Со Универзалната декларација за човекови права се направил обид да се опфатат сите права на луѓето кои можат да бидат загрозувани во разновидни услови и ситуации.



Рефлексија

1. Што правевме?
2. Како се чувствувавме?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Работен лист за наставникот/наставничката: Казнени картички и неутрализирачки права

Казнена картичка 1

Другар/другарка ти го губи едниот чевел, но нема доволно пари да купи друг пар чевли. Училиштето вели дека не може во него да влезат ученици кои се босоноги.
Оди назад 2 полиња!

Дали го знаеш правото со кое можеш да ја неутрализираш оваа казна?

Неутрализирачко право: член 27, Соодветен животен стандард
Децата треба да живеат во добри животни услови кои се адекватни на нивните физички и ментални потреби. Владата треба да им помогне на семејствата кои не можат ова да го обезбедат.

Казнена картичка 2

Родителите на едно од децата со коешто учиш се Роми. Нивното семејство има проблем да најде место за живеење затоа што луѓето не ги прифаќаат и велат: „Тие се различни“.
Оди назад 4 полиња!

Дали го знаеш правото со кое можеш да ја неутрализираш оваа казна?

Неутрализирачко право: член 2, Недискриминација
Правата од Конвенцијата се однесуваат на секого независно од неговата раса, боја, религија, пол, способности, размислувања, искажувања, јазикот што го зборува, од каде и да доаѓа, а државата мора да го заштити детето од каква било дискриминација.

Казнена картичка 3

Ти учиш дека во некои земји има деца кои се присилени да војуваат. Тие се гладни, жедни и многу исплашени.
Оди назад на полето 1.

Дали го знаеш правото со кое можеш да ја неутрализираш оваа казна?

Неутрализирачко право: член 38, Заштита на деца во услови на воен конфликт
Владите не треба да дозволат деца под 15 год. да земат учество во армијата или да земат какво било директно учество во воени дејствија. Уште повеќе, децата во воени зони треба да добијат посебна заштита.

Казнена картичка 4

Едно девојче од твоето училиште се занимава со манекенство. Таа заработува многу пари и нејзината слика ја има во весници. Но, таа често отсутува од часови и нема време да ја напише својата домашна задача или да игра со пријателите. Таа изгледа навистина уморно.
Оди назад 2 полиња!

Дали го знаеш правото со кое можеш да ја неутрализираш оваа казна?

Неутрализирачко право: член 32, Заштита од тешка работа
Владата треба да ги заштити децата од работа којашто е опасна или којашто би можела да му наштети на нивното здравје или образование или којашто може да води кон нивна експлоатација.

Казнена картичка 5

Во училиштето ни е дозволено да го зборуваме само официјалниот јазик на државата. Децата кои зборуваат на друг јазик се казнети ако зборуваат на својот јазик, дури и ако на него зборуваат на игралиште.

Пропушти го твојот ред.

Дали го знаеш правото со кое можеш да ја неутрализираш оваа казна?

Неутрализирачко право: член 29, Цели на образованието

Образованието треба да ја развие личноста на детето како и неговите вештини и таленти до максимум. Образованието ги подготвува децата за живот. Тоа треба да ги охрабри децата да ги почитуваат своите родители, својата култура, како и културата на другите нации.

Или

Неутрализирачко право: член 30, Деца од малцинства и автохтони народи

Децата кои припаѓаат на малцинства и на автохтони народи имаат право да го научат и да го користат јазикот и обичаите на нивните семејства, без разлика дали тие се споделени од страна на мнозинството во земјата или не.

Образованието треба да ја развие личноста на детето, како и неговите вештини и таленти до максимум. Образованието ги подготвува децата за живот. Тоа треба да ги охрабри децата да ги почитуваат своите родители, својата култура и нација, како и другите култури и нации.

Казнена картичка 6

Во твојата населба има училиште каде што се добредојдени деца од неколку различни религии, но деца кои не се религиозни не се пуштаат во него.

Пропушти го твојот ред.

Дали го знаеш правото со кое можеш да ја неутрализираш оваа казна?

Неутрализирачко право: член 14, Слобода на мислење, уверување и религија

Децата имаат право да мислат и да веруваат што сакаат и да ја практикуваат својата религија сè додека не ги попречуваат другите луѓе во уживање на нивните права. Родителите треба да ги водат децата во овие работи.

Или

Неутрализирачко право: член 2, Недискриминација

Правата од Конвенцијата се однесуваат на секого независно од неговата раса, боја, религија, пол, способности, размислувања, кажувања, јазик што го зборува, од каде и да доаѓа, а државата мора да го заштити детето од каква било дискриминација.

Казнена картичка 7

Родителите на другар ти се разведоа минатата година. Сега мајката не дава тој да го види својот татко или своите баба и дедо. Нему навистина таткото му недостасува.

Оди назад 3 полиња!

Дали го знаеш правото со кое можеш да ја неутрализираш оваа казна?

Неутрализирачко право: член 9, Родители што ќе се грижат за него

Децата не треба да бидат разделени од своите родители, освен ако тоа е за нивно добро, на пример во случај кога родителот лошо се однесува или го запоставува детето. Децата чии родители се раздвоени имаат право да останат во контакт со обата родители, освен ако тоа може да го повреди детето. Владата има обврска да ги обезбеди сите неопходни информации за исчезнат член на семејството.

Казнена картичка 10

Момчињата во твоето училиште имаат фудбалски тим и многу други спортски екипи по часовите, а девојчињата немаат ниту една екипа.

Оди назад 2 полиња!

Дали го знаеш правото со кое можеш да ја неутрализираш оваа казна?

Неутрализирачко право: член 2, Недискриминација

Правата од Конвенцијата се однесуваат на секого независно од неговата раса, боја, религија, пол, способности, размислувања, кажувања, јазик што го зборува, од каде и да доаѓа, а државата мора да го заштити детето од каква било дискриминација.

Казнена картичка 8

Има девојче во твоето одделение коешто никогаш не може да игра по часовите, ниту пак има време да учи затоа што треба да се грижи за своите помалечки браќа и сестри.

Оди назад 3 полиња!

Дали го знаеш правото со кое можеш да ја неутрализираш оваа казна?

Неутрализирачко право: член 31, Слободно време, игра и култура

Сите деца имаат право на одмор и игра, како и да се приклучат кон голем број рекреативни и културни активности.

Или

Неутрализирачко право: член 32, Заштита од тешка работа

Владата треба да ги заштити децата од работа којашто е опасна или којашто би можела да му наштети на нивното здравје или образование или којашто може да води кон нивна експлоатација.

Казнена картичка 9

Момче во твоето одделение одбива да помогне со чистење после ручекот зашто вели: „Чистењето е работа за девојчиња!“

Оди назад 2 полиња!

Дали го знаеш правото со кое можеш да ја неутрализираш оваа казна?

Неутрализирачко право: член 2, Недискриминација

Правата од Конвенцијата се однесуваат на секого независно од неговата раса, боја, религија, пол, способности, размислувања, кажувања, јазик што го зборува, од каде и да доаѓа, а државата мора да го заштити детето од каква било дискриминација.

Содржина III-2: ПОЧИТУВАЊЕ НА ДРУГИТЕ (НЕДИСКРИМИНАЦИЈА)

Се очекува ученикот/ученичката да:

Знаења	<ul style="list-style-type: none">» знае дека постојат разлики меѓу луѓето (РАСНИ, ПОЛОВИ, ЕТНИЧКИ, РЕЛИГИСКИ);» знае за принципот на еднаквост.
Вештини	<ul style="list-style-type: none">» умее да учествува во дискусии за сопствениот живот и животот на другите;» умее да покаже почит кон разликите меѓу луѓето;» може да препознае кога кон некого нееднакво се постапува.
Ставови/ вредности	<ul style="list-style-type: none">» ја прифаќа различноста како позитивност;» прифаќа еднаков однос кон другите без разлика на сличностите и разликите.

Работилница III–2.1: Бизнесмени и фотомодели



Материјали:

- » маркери или дебели фломастери,
- » поголеми листови хартија,
- » работен лист за наставникот/наставничката: Ливчиња со ознаки на пет различни групи,
- » кутија,
- » квадратчиња самолеплива хартија во пет различни бои.

Воведна активност

Наставникот има однапред подготвено мали квадратчиња од самолеплива хартија во пет различни бои и на секое дете му лепи по едно такво ливче на челото. Децата треба да станат и да се групираат во пет групи, според бојата на ливчето самолеплива хартија што им е на челото, но при тоа не смеат да зборуваат.

Главна активност

Во различни делови од просторијата се редат пет групи столчиња на кои се очекува да седнат учениците откако ќе се изврши поделбата по групи.

Потоа наставникот од работниот лист ги нуди ливчињата со ознаки на групите: одлични ученици, бизнисмени, познати научници, славни фотомодели и политичари, свртени со текстот надолу и бара секоја група да извлече по едно ливче. Потоа сите членови на групата си замислуваат дека ѝ припаѓаат на таа група.

Секоја група добива по еден фломастер и еден лист хартија. Наставникот им ја дава следната инструкција:

„Напишете ги на хартијата, со големи букви, сите особини што вообичаено им се припишуваат на групата на која сега вие ѝ припаѓате“.

По десетина минути, кога секоја група ќе има список од десетина особини, се започнува со презентација. Листовите хартија се закачуваат на ѕид и оттаму, претставник на групата чита што напишале.

Кога сите групи ќе завршат со презентацијата, за секоја од наведените особини наставникот (заедно со другите) означува дали е позитивна или негативна (или неутрална).



Дискусија

1. Доколку навистина им припаѓате на наведените групи, со кои особини би се гордееле? Кои особини би сакале да ги промените?
2. Дали сите луѓе што во стварноста им припаѓаат на наведените групи ги поседуваат наведените карактеристики? Дали тие упростени мислења што ги имаме за нив се точни?
3. Како се чувствуваат оние на кои им припишуваме некои негативните особини, а тие воопшто не се однесуваат на нив?

Заклучок

Дури и луѓето што припаѓаат на исти групи немаат идентични карактеристики, се разликуваат меѓу себе по низа индивидуални обележја. Честопати на припадниците на одредени групи им припишуваме карактеристики што не се однесуваат на сите припадници на групите и тие карактеристики најчесто се негативни, а понекогаш и позитивни. Најчесто негативните карактеристики што им ги припишуваме на групите ги повредуваат припадниците на групата.



Рефлексја

1. Што правевме?
2. Како се чувствувавме?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?



ОДЛИЧНИ УЧЕНИЦИ

БИЗНИСМЕНИ

ПОЗНАТИ НАУЧНИЦИ

ФОТОМОДЕЛИ

ПОЛИТИЧАРИ

Работилница III–2.1: Со кафеави очи или без

Воведна активност

Учениците седат во круг кога наставничката ја дава инструкцијата: „Сите што имаат кафеави очи нека станат“.

Доколку има помалку од 10 ученика со кафеави очи, се бара да станат и оние со црни очи. Наставничката бара сите со кафеави (и евентуално црни) очи да дојдат во средината на просторијата. Другите ученици треба да ги тргнат столчињата кон ѕидовите и да седат додека трае активността, без можност да учествуваат во неа на каков и да е начин (не смеат ниту да дофрлуваат).

Учениците со кафеави (и црни) очи, поделени во групи 6–10 лица, ќе ја играат следната игра:

Во рамките на секоја група, учениците се редат еден зад друг и се фаќаат за половина, формирајќи долга гасеница. Бидејќи гасеницата секогаш се труди да си ја дофати опашката, и тие ќе треба да го прават тоа. Така, главата на гасеницата (првиот во колоната) треба да ја лови опашката (последниот во колоната), а сите други да го попречуваат, движејќи се лево-десно, без да го испуштат детето пред нив. Кога главата ќе ја фати опашката, таа оди на крајот од колоната и станува опашка. Ученикот што претходно бил зад неа, сега ќе стане глава.

Додека трае активността, треба да се внимава другите ученици да не учествуваат на каков и да е начин.

По неколку минути активността се прекинува и сите се враќаат во кругот.

Учениците се делат во тројки и задача на секоја тројка е да смисли три работи што важат за сите нив во тројката со кои ќе им се претстават на другите. Две од тие работи треба да се вистинити, а една треба да е лажна. Групата треба да погоди која е лажната.

На пример:

Сите ние сме биле на одмор на планина. Лага.

Сите имаме помали сестри. Вистина.

На сите омилен глумец ни е Бред Пит. Вистина.

Наставничката по секое погодување бара од децата да го образложат својот избор.



Дискусија

1. (На оние што играа.) Забавно ли ви беше да ја играте играта? (На оние што не играа.) Дали посакувавте да учествувате во играта?
2. Зошто едните учествуваа, а другите не? Праведно ли беше тоа?
3. Дали е воопшто правично различно да се постапува со луѓето заради некои нивни надворешни карактеристики или заради некои други особености што немаат врска со активността за која се избираат?
4. Дали нееднаквото постапување може да биде правично?
5. Како се чувствуваат лицата кон кои различно се постапува?

Заклучок

Сосителуѓе безогледна нивните особини и карактеристики треба да се постапува подеднакво во исти услови. Кога секогаш на едни им се дозволува нешто што на други им се забранува, без да има вистинска причина за тоа, зборуваме за прекршување на принципот на еднаквост, односно за дискриминација.

Дискриминацијата е неправична и сите што се дискриминирани се чувствуваат запоставени и навредени.

Завршна активност

Наставничката ги поканува сите ученици да учествуваат во активността: „Ајде сега сите да ја изиграме играта.“

Играта се повторува уште еднаш, овој пат со сите ученици. При тоа, задолжително се формираат неколку гасеници.



Рефлексија

1. Што правевме?
2. Како се чувствувавме?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Содржина III-3: МЕЃУСЕБНО ПОДДРЖУВАЊЕ И СОРАБОТКА

Се очекува ученикот/ученичката да:

Знаење	<ul style="list-style-type: none">» знае за постоење на различни релации што се воспоставуваат меѓу луѓето;» знае за работите што не може да ги направи некој сам;» знае за различни ситуации во кои на луѓето може да им треба поддршка;» знае за што му/ ѝ е потребна поддршка од другите.
Вештини	<ul style="list-style-type: none">» умее да ги споделува своите интереси, потреби и проблеми со другите;» може да ги разбира проблемите и потребите на другите;» умее да препознае кога на другите им е потребна поддршка и помош.
Ставови/ вредности	<ul style="list-style-type: none">» согледа корист од соработката и поддршката;» одобрува давање помош и прифаќа помош;» е убеден/убедена дека заедно може да се постигне повеќе.

Работилница III–3.1: Тројца на еден



Материјали:

- » две исти хартиени или пластични чаши за вода (мора да бидат лесни),
- » штоперица или часовник/мобилен телефон со секундарник,
- » клупа и корпа за отпадоци,
- » ќебе.

Воведна активност

Учениците се делат во две групи и одат во два спротивни краја на училницата. Потоа се бара по еден доброволец од секоја група што ќе го држат ќебето на средина на училницата, кренато во воздух – како завеса, така што не може да се гледаат групите меѓу себе. Секоја од групите определува едно дете кое треба да застане блиску до ќебето, во средината на училницата (секое од својата страна). На даден знак на наставничката, двајцата доброволци го пуштаат ќебето да падне и избраните деца веднаш штом ќе се здогледаат треба да го кажат името на детето што го гледаат. Детето кое прво ќе го каже името на детето од противничката екипа е победник и другото дете треба да премине на победничката страна. Играта се игра околу 10-тина пати.

Главна активност 1

Учениците седат во круг и на средина на кругот има поставено клупа. На едниот крај од клупата има хартиена чаша, а под другиот крај е ставена корпа за отпадоци.

Наставничката бара четворица доброволци, чија задача би била со дување да ја движат чашата од едниот крај на клупата до другиот, да ја дувнат чашата во корпата за отпадоци.

Прво настапува едниот од нив – првопријавениот. Наставничката дава сигнал за почеток и го мери времето потрошено на извршување на задачата. Другите ученици можат да навиваат.

Потоа, истата задача ја добиваат тројцата преостанати доброволци – од нив се очекува заедно да дуваат во чашата, сè додека не ја дувнат во корпата за отпадоци.

Постапката со мерење на времето се повторува, при што се очекува во втората ситуација времето да биде покусо.



Дискусија 1

1. Кога беше задачата побрзо завршена – кога дуваше само еден или кога дуваа тројца? Кога беше задачата полесна? Зошто?
2. Како се чувствувате кога не можете нешто да завршите (или сте го завршиле многу бавно) затоа што ви требало помош, а не сте ја добиле?
3. Кои се предностите на групната работа врз индивидуалното извршување задачи? Кои се недостатоците (што ако членовите на групата меѓусебно не соработуваат, туку секој настапува самостојно)?

Главна активност 2

Учениците се делат во неколку групи по петмина. Секоја група добива исти букви од еден ист збор (секоја буква напишана посебно на хартија за пишување) и нивна задача е да состават што е можно подолг збор за пократко време. Наставничката го одредува времето кое треба да изнесува околу 2 минути за една задача. Победник е онаа група која има составено најдолг збор во секој круг од играта.

Предлог-зборови

ПРЕТСЕДАТЕЛ
КОЛЕКТИВНО
ДРУШТВЕНО
ЦВЕЌАРНИЦА
ГОЛУБАРНИК



Дискусија 2

1. Што мислите кога оваа задача побрзо ќе се завршеше? Ако секој сам требаше да составува зборови или пак вака во група?
2. А кога ќе се заврши поуспешно, ако работи секој сам или во група?
3. Што се доби од оваа задача кога учествуваа повеќе ученици?

Заклучок

Повеќето работи што можат да се работат и самостојно и групно, поефикасно (поуспешно и побрзо) се извршуваат доколку се работат групно. За да биде групната работа ефикасна, мора да постои соработка меѓу членовите на групата – сите да даваат сè од себе и меѓусебно да си помагаат во остварувањето на заедничката цел.

Завршна активност

Учениците се делат во групи по десетина и секоја група добива по едно големо ќебе. Еден од учениците треба да легне на средина на ќебето, а останатите ученици да го фатат ќебето за неговите краеве и внимателно да го подигнат во воздух. Потоа треба да го нишаат сите заедно ќебето така што ученикот што лежи врз него ќе отскокнува во воздух. Постапката се повторува со сите ученици кои сакаат да ги „фрлаат“ во ќебето.



Рефлексија

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да се користи во секојдневниот живот?

Работилница III–3.2: Од зборови до реченици



Материјали:

- » табла и креда,
- » работен лист за учениците III-3.2: Растурени реченици – по еден комплет за секоја група (во секој комплет има пет пликови со делови од реченици подготвени на картон),
- » работен лист за наставникот/наставничката: Составени реченици.

Воведна активност

Учениците се делат во групи по седум-осум ученика и задача на секоја група е да направи кус збор со своите тела. Наставникот го кажува зборот и секоја група вежба да го направи зборот. Потоа наставникот бара од групите една по една да го покажат зборот и сите останати ги наградуваат со аплауз.

Предлог-зборови

ПЕЕ

СОН

ЛАЛЕ

РИБА

ШТРК

ДЕН

КОЗА

Главна активност

Учениците се делат во групи со пет члена. (Оние што преостануваат се ставаат во улога на набљудувачи). Секоја група добива комплет од работниот лист за учениците „Растурени реченици“. Секој ученик во групата избира по еден плик од комплетот (пликовите се означени со бројки од 1 до 5).

Наставникот ги дава следните инструкции:

„Од зборовите што ги добивте, секоја група треба да состави пет смислени реченици. Задачата ќе се смета за завршена тогаш кога секој член на групата пред себе ќе има составено една смислена реченица, при што, сите зборови што ѝ се дадени на располагање на вашата група ќе бидат употребени.

За сето време додека ги составувате речениците, ќе мора да ги почитувате следните правила:

Никој со никого не смее да зборува.

Никој никому не смее да му дава никакви знаци.

Никој не смее да зема или да бара зборови што не се негови.

Секој може да подава од своите зборови на другите членови на групата.

Правилата во скратена верзија се запишуваат на табла:

Без зборување.

Без давање знаци.

Без земање или барање.

Само со давање.

Групите работат на составување на речениците. Наставникот (и набљудувачите) внимаваат да се почитуваат правилата. Откако групата пријавува дека ја завршила задачата, наставникот (и набљудувачите) проверуваат (споредувајќи ги речениците со оние од работниот лист за наставникот/наставничката „Составени реченици“) и го потврдуваат завршувањето.



Дискусија

1. Дали некој можеше да ја исполни задачата без помош на другите членови на групата?
2. Дали некој ги прекрши правилата? Што се случи?
3. Кога почнавте да си помагате еден на друг и да соработувате?
4. Како ви беше кога моравте да соработувате?

Заклучок !

Соработката многу често значи меѓусебно помагање – оној што очекува да му се помогне, мора и самиот да помага. Колку се поотезнати условите, толку повеќе помагање е потребно.

Завршна активност

Децата се делат во групи по 10 и сите застануваат едно зад друго формирајќи круг. Децата треба да бидат многу блиску едно до друго и секое дете со своето лево стапало треба да го допира левото стапало на детето пред и зад себе. Потоа децата многу полека почнуваат да се движат во круг во ритам што го определува наставничката (на пример плескање со раце). Откако децата ќе се усогласат во движењето, таа им вели на даден знак дека ќе треба да си седнат, многу нежно еден на друг на колено. На знакот „сега“ сите деца седнуваат. Играта се повторува додека децата не ја завршат успешно и се наградуваат со голем аплауз.



Рефлексija

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Работен лист за наставникот/наставничката: Составени реченици

1 Кинескиот	2 сид	4 е	3 единствена	2 градба	5 што	4 се гледа	3 од Месечината.
-----------------------	-----------------	---------------	------------------------	--------------------	-----------------	----------------------	----------------------------

2 Китовите	1 со звуци	5 комуницираат	3 на огромни	4 далечини.
----------------------	----------------------	--------------------------	------------------------	-----------------------

3 Првиот	2 компас	5 е измислен	1 во Кина.
--------------------	--------------------	------------------------	----------------------

4 Клавирот	1 е	1 жичен	3 инструмент,	5 исто како	2 гитарата.
----------------------	---------------	-------------------	-------------------------	-----------------------	-----------------------

5 Бетовен	3 компонираше	2 музика	4 и кога	5 бил	1 потполно	4 глув.
---------------------	-------------------------	--------------------	--------------------	-----------------	----------------------	-------------------

Работилница III–3.3: ПОМОШ!



Материјали:

- » работен лист за учениците III-3.3: ПОМОШ!,
- » листови за цртање,
- » прибор за бојење,
- » селотејп.

Воведна активност

Сите ученици стојат во круг и секој треба да каже еден пример за тоа како му помогнал некому мината недела. На пример: „Јас му помогнав на брат ми да си ги врзе врвките на патиките“; или „Јас ја посетив мојата болна баба и поразговарав со неа“.

Главна активност

Наставникот ги дели учениците во групи по четворица и секоја група добива по еден комплет картички исечен од работниот лист за ученици „ПОМОШ!“ и нивна задача е да се договорот и да ги распределат картичките во однос на тоа во која ситуација сметат дека треба најмногу да се помогне или да се даде поддршка, а во која најмалку. При распределувањето на картичките треба да се служат со шемата на дијамантот, што значи дека треба да ги распределуваат ситуациите на следниот начин:

		-			1 најмногу,
	-		-		2 многу,
-		-		-	3 средно,
	-		-		2 малку,
		-			1 најмалку.

Потоа по еден претставник од секоја група го презентира распоредот на картичките од својата група, проследен со објаснување за изборот на првата и последната картичка.



Дискусија

1. На кого може да му затреба помош или поддршка?
2. По што можеме да забележиме дека на некого му треба помош или поддршка?
3. Дали секогаш оној на којшто му треба помош или поддршка може да очекуваме дека истото ќе го каже или ќе го побара?
4. На кој начин може да се помогне?
5. Зошто е важно да се помогне?
6. Зошто е важно да се даде поддршка?

Заклучок

На секој од нас, независно од возраста, може во извесен период да му затреба помош или поддршка. Некогаш тоа е многу очигледно, а понекогаш пак е потребна посебна осетливост и соживување со состојбата на другиот за да се сфати дека му треба помош. Оној на којшто му треба помош или поддршка може отворено да го побара тоа, но понекогаш може и да нема сила да побара помош. Може да се помогне на многу различни начини и понекогаш и најмалата помош за некого може многу да значи затоа што преку тоа може да забележи дека е почитуван и на некого му значи и со тоа да добие волја да издржи и да продолжи понатаму. Многу е важно да се помага и да се дава поддршка и да се градат односи на соработка и помагање меѓу луѓето. Така полесно и побрзо може да ги оствариме сопствените и заедничките потреби и желби. Доколку дадеме помош и поддршка на другите, создаваме услови и ние самите да добиеме помош и поддршка од другите кога ни се потребни.

Завршна активност

Секој ученик добива лист хартија и треба да си ја нацрта контурата на раката и горе на листот да напише рака што помага. Потоа во контурата на раката треба да напише неколку начини на кои неговата рака им помага на другите и потоа да ја украси „раката“. На крај кој сака од учениците може да ја презентира својата рака пред останатите, а потоа сите ученици ги лепат рацете на заеднички постер.



Рефлексија

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Содржина III-4: ПОЗНАВАЊЕ НА СТРУКТУРАТА НА ГРУПАТА

Се очекува ученикот/ученичката да:

Знаења	<ul style="list-style-type: none">» ги знае елементите на различни групи (училиште, спорт, неформални групи);» го знае односот меѓу одделни елементи;» ја знае улогата на секој елемент;» го знае своето место во групата.
Вештини	<ul style="list-style-type: none">» умее да биде дел од различни групи;» умее на соодветен начин да комуницира со одделните делови од групите;» умее да ја користи групата во нејзината намена (мандат).
Ставови/ вредности	<ul style="list-style-type: none">» ја сфати и прифати вредноста на структурата;» посакува да биде дел од одредена структура;» прифати постоење на различни структури.

Работилница III–4.1: Колку многу групи!?



Материјали:

- » хартија за пишување,
- » прибор за пишување.

Главна активност 1

Сите ученици стојат во круг и со броенка се одредува еден кој треба да излезе надвор од кругот. Потоа сите во кругот се фаќаат за раце и нивна задача е да го спречат ученикот што е надвор од кругот да влезе во кругот, а тој пак треба на секаков можен начин да се обиде да влезе во кругот. Играта се прекинува доколку доброволецот успее да влезе во кругот или пак по една до две минути, независно од исходот.



Дискусија 1

1. Како се чувствуваше доброволецот?
2. Какво е чувството да не може да се стане дел од одредена група?
3. Како се чувствуваа децата од кругот?
4. Какво е чувството да не се дозволува некому да стане дел од групата?

Заклучок

Луѓето имаат потреба да припаѓаат на група и да бидат заедно со други луѓе. Многу непријатно е чувството кога некој сака, а не може да стане дел од одредена група.

Главна активност 2

Сите ученици седат на столчиња во круг и наставничката вели дека ќе чита одредени тврдења кои ќе се однесуваат на припадност на одредени групи и дека сите ученици на кои ќе се однесува прочитаното тврдење ќе треба да станат, а останатите ќе треба да седат.

- » Група на постари браќа или сестри;
- » група на обожаватели на техно музика;
- » група на деца што тренираат некаков спорт;
- » група на ученици;
- » група на љубители на природата;
- » група на деца што се вегетаријанци;
- » група на деца што членуваат во некоја секција;
- » група ученици од (паралелката на која ѝ припаѓаат);
- » група ученици од ... (училиштето во кое учат);
- » група деца од (местото во коешто е училиштето).



Дискусија 2

1. Дали цело време истите деца стануваат?
2. Дали имаше деца што ниту еднаш не станаа?
3. Дали имаше деца што стануваат повеќепати?
4. По што се разликуваат децата што стануваат или не стануваат во различните ситуации?
5. Дали сите овие групи што ги споменавме се организирани, односно имаат одредена структура и посебни улоги што се делегираат на членовите?
6. Кои од овие групи се организирани (кои се формални)?
7. Кои други формални групи постојат?
8. А кои не се посебно организирани (кои се неформални)?
9. Кои други неформални групи ги познавате?

Заклучок

Сите ние припаѓаме на одредени групи. Некои од нив имаат одредена структура и се организирани со посебно делегирани улоги на членовите. Тоа се формални групи и такви се спортски клубови, членови на секција, училиште, извиднички друштва, разни невладини организации, младински клубови и сл. Постојат и неформални групи. На дел од нив припаѓаме со своето раѓање (прво/ второ/ трето... родени деца) или со сличноста на интересите што ги имама е со останатите. На пример група на врсници, група на љубители на природата, или на одреден вид музика и сл.

Главна активност 3

Секој ученик на лист хартија треба да напише најмалку четири различни групи (формални и неформални) на кои им припаѓа и ги смета за многу важни за себе. Потоа треба да напише која му е улогата во секоја од групите.

Потоа учениците се делат во парови и еден на друг треба да си го покажат и да си го објаснат напишаното.



Дискусија 3

1. Какви улоги сретнавте меѓу вас?
2. Во која улога најдобро се чувствувате?
3. А која улога ја посакувате?
4. Дали е добро да има различни улоги во групите?
5. Зошто е важно да има различни улоги во групите и тие однапред да бидат дефинирани?
6. Како би изгледало играњето фудбал без однапред определени улоги? Па на пример, голманот да тргне во напад, сите играчи од одбрана да застанат да го бранат голот, судијата да менува играчи и да ги советува за тактиката, тренерот да дава жолти и црвени картони, а децата што ги подаваат топките да шутираат пенал?

Заклучок

Во формалните групи е многу важно да постојат однапред определени улоги за членовите во групата за да може групата да функционира и успешно да ја извршува задачата заради која постои.

Завршна игра

Сите ученици стојат во широк и празен простор. Наставничката вели дека таа ќе дава инструкции за групирање на учениците со изговарање на бројот на членовите што ќе треба да формираат група и со плескање на рацете. Кога учениците ќе го слушнат бројот што го кажува наставничката и плесокот на нејзините раце ќе треба да се групираат на соодветен начин меѓусебно, и кога ќе го направат тоа ќе треба да се фатат за раце. Треба да внимаваат во секоја следна инструкција да не бидат со дете со кое биле во група во претходниот круг.

На пример наставничката вели „тројки“ и плеснува еднаш со рацете. Тогаш сите ученици ќе треба да се обидат да направат тројки. Детето/децата што ќе остане/ат надвор од групата треба да го/ги земе некоја група внатре, во својот круг. Потоа наставничката дава нова инструкција за групирање. На крај завршува барајќи сите ученици да формираат една група држејќи се за рацете.



Рефлексија

1. Што правевме?
2. Како се чувствувавме?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Содржина III-5: ДОНЕСУВАЊЕ ОДЛУКИ ВО ГРУПА

Се очекува ученикот/ученичката да:

Знаења	<ul style="list-style-type: none">» знае што значи и како изгледа одлука, правило, процедура;» ги знае целите на групата;» ги знае активностите на групата;» ги знае активностите на групата;» ги знае постапките (процедурите) за донесување одлуки;» разбира како правилата и процедурите помагаат во донесувањето на одлуките.
Вештини	<ul style="list-style-type: none">» може да предложи различни начини за учество во одлучувањето;» умее да го искаже своето мислење и да аргументира;» може да ги објасни причините и мотивите за секоја своја донесена одлука;» умее да преговара;» може да користи повеќе извори на информации.
Ставови/ вредности	<ul style="list-style-type: none">» го сфати значењето на донесување одлуки во група;» прифати дека процедурите и правилата се важни за донесувањето одлуки;» го прифати почитувањето на правилата;» ја цени својата и можноста на другите во групата да учествуваат во донесување одлуки;» прифати дека другите може да имаат поинакви мислења;» прифати сопствена одговорност за донесените одлуки.

Работилница III–5.1: Бура на идеи



Материјали:

- » работен лист за учениците III-5.1: Бура на идеи,
- » табла и креда,
- » листови хартија А3 формат – по неколку за секоја група,
- » дебел фломастер – по еден за секоја група.

Главна активност 1

Учениците седат во круг. Наставникот води процес на бура на идеи на тема: „За што може да послужи еден пешкир?“ Сите идеи ги запишува на табла и постојано ги охрабрува учениците да кажуваат нови идеи. За цело време:

- » ги поттикнува учениците да ја кажат секоја идеја што им паѓа на ум;
- » ја запишува секоја искажана идеја, колку и да изгледа бесмислена;
- » ги спречува учениците да ги коментираат идеите и самиот се воздржува од прогласување на искажаните идеи за добри или лоши.

Потоа, секој ученик добива по еден примерок од работниот лист „Бура на идеи“, каде се претставени правилата на процесот.



Дискусија 1

1. Зошто е важно правилото – се смислуваат што е можно повеќе идеи? Дали ние се придржуваме на тоа правило? Од тоа што го правевме што ви укажува на придржување до тоа правило? Што ќе се случи ако не го правиме тоа?
2. Зошто е важно да се кажува секоја идеја што ни паѓа на ум? Дали ние се придржуваме до тоа правило? Од тоа што го правевме што ви укажува на придржување до тоа правило? Што ќе се случи ако не го правиме тоа?
3. Зошто е важно да се запишува секоја искажана идеја? Дали ние се придржуваме на тоа правило? Од тоа што го правевме што ви укажува на придржување до тоа правило? Што ќе се случи ако нечија идеја не се запише?
4. Зошто е важно ниту една идеја да не се прогласува за добра или за лоша за време на процесот бура на идеи? Дали ние се придржуваме на тоа правило? Од тоа што го правевме што ви укажува на придржување до тоа правило? Што ќе се случи ако се дозволи вреднување на идеите?

Заклучок

Колку повеќе идеи се смислуваат, толку е поголема шансата да се дојде до најкорисните идеи. Затоа е важно процесот да трае извесно време, да не се откажеме по само неколку добиени идеи.

За време на процесот не треба многу, многу да се размислува за тоа дали идејата е добра или лоша; од она што на прв поглед може да ни изгледа како „глупава“ идеја, може да се изродат многу „паметни“ идеи (и „најоткачените идеи“ се добредојдени).

Запишаните идеи се гледаат и тоа поттикнува на нови идеи; и тогаш кога ни изгледа дека новата идеја се содржи во некоја претходно кажана, треба да се запише затоа што може да не насочи кон нови идеи.

Додека се смислуваат, сите идеи се подеднакво вредни; вреднувањето на идеите може да го заочи смислувањето нови идеи.

Главна активност 2

Се формираат групи 4–6 ученика. Секоја група добива табак/табаци хартија и фломастер. Наставникот ја претставува следната ситуација:

„Замислете сега дека фабриката за производство на шишиња ни подарила 250 празни пластични шишиња од кока-кола. Ние сакаме да ги искористиме за да си го направиме дочекот на Новата година побогат и поинтересен. Како можеме да го сториме тоа?“

Применувајќи ги правилата на бура на идеи, групите треба да смислат на кои начини би можеле да се искористат шишињата. Пред да започне со продукцијата, секоја група треба да си избере еден ученик што ќе ги бележи идеите на големите листови хартија.

По 6–7 минути процесот се прекинува и групите ги презентираат идеите до кои дошле и листовите ги закачуваат на таблата.

Се спроведува вреднување на идеите, според критериумот остварливост. За оставрливи ќе се сметаат оние идеи што има кој, каде и кога да ги спроведе во периодот од две недели до новогодишната вечер.

Наставникот чита идеја по идеја и сите ученици заеднички одлучуваат која идеја е остварлива, а која не е.



Дискусија 2

1. Во кои случаи е корисно да се применува техниката „бура на идеи?“
2. Кога се спроведуваше вреднување на идеите – за време на смислувањето на идеите или кога сите идеи се смислија? Зошто?
3. Како го правевме вреднувањето, дали зборувавме за добри и лоши идеи, или за повеќе или помалку остварливи?
4. Доколку ги вреднувавме идеите според заработувачката, кои идеи ќе беа најкорисни?



Рефлексија

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Заклучок

Бура на идеи се користи кога треба да се решава некој проблем и/или да се донесе групна одлука. При бура на идеи, нема добри или лоши идеи – има само повеќе или помалку корисни за определена цел (за некоја друга цел, некои други би биле покорисни). Најкорисните се обично комбинација од повеќе идеи. Вреднувањето на идеите се прави откако ќе заврши смислувањето на идеите.

Работилница III–5.2: Дobar лидер, добар клас



Материјали:

- » работен лист за учениците III-5.2: Картички за лидер,

Воведна активност

Учениците седат во круг. Секој по ред кажува за себе еден лик кој му е идол, кого го обожува, со сосема кусо образложение (од најмногу една реченица) зошто му е идол токму наведениот лик.

Главна активност

Се формираат групи 3–5 ученици. Секоја група добива по еден комплет од 8 картички од работниот лист, со инструкција да ги наредат според важноста во должина на една линија. Најдолу ќе се стави најмалку важното нешто што треба да го има еден лидер на одделението, и потоа се редат останатите картички до последното кое би било најважното нешто што некој треба да го има за да биде лидер на одделение.

Потоа, секоја група го претставува своето рангирање, а наставникот на табла за секоја група поединично ги запишува првото и второто најважно нешто, како и тоа што било проценето како најмалку важно. Откако сите групи ќе ги претстават своите избори, и наставникот ќе ги запише на табла, групите ги образложуваат своите избори (двете најважни нешта и едното најмалку важно нешто), кажувајќи зошто ги сметаат за најважни, односно за најмалку важни нешта што еден лидер на одделение треба да ги има.



Дискусија

1. Дали сите нешта се подеднакво важни како особини на еден лидер на одделение?
2. Како ја правевме селекцијата, односно рангирањето на особините на лидерот?
3. По што знаеме, што ни кажува дека некои особини на лидерот се поважни, односно помалку важни од останатите?

Заклучок

Лидерот може да поседува повеќе особини или вештини. Некои од нив се повеќе, а некои помалку важни за да се биде лидер. Некои особини или работи се добри само по себе, како на пример, да се чита добро или да се има петки по сите предмети, но може да се биде добар лидер и без тоа. Најважните работи што еден лидер треба да ги поседува се однесуваат на тоа колку тие работи му помагаат да биде од корист и на другите ученици, односно на сите оние кои ги претставува.

Завршна активност

Секој на тетратка ја пишува следнава реченица: „Кога би бил лидер на одделението јас би ...“ и потоа секој ја завршува на свој начин, со нешто што секој за себе смета дека би го направил доколку би бил лидер на одделението. На крај секој ја чита напишаната реченица.



Рефлексја

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Работилница III–5.3: Да фрламе паричка или да гласаме?



Материјали:

- » работен лист за учениците III-5.3а: Ситуации за одлучување,
- » работен лист за учениците III-5.3б: Видови групни одлуки.

Воведна активност

Наставничката кажува одредени искази кои почнуваат со „Лета, лета...“ и се додава некое животно или предмет. Учениците најбрзо што можат треба да кренат рака доколку животното или предметот што е спомнат може навистина да лета или доколку животното или предметот што е спомнат не може да лета, тогаш учениците треба да се воздржат од кревање рака. Доколку се погреша се испаѓа од играта.

Главна активност

Се формираат групи 4–5 ученика (да има најмалку 5 групи). Секоја група влече по една ситуација од работниот лист „Ситуации за одлучување“ (ако им повеќе од 5 групи, некои ситуации може и да се повторуваат). Потоа, секоја група треба да ја изглуми својата ситуација и преку глумењето да понуди на кој начин ќе се донесе одлуката. Откако ќе завршат со глумењето, на групите им се дава работниот лист „Видови групни одлуки“, со задача да ги напишат имињата на изглумените ситуации во квадратите каде што припаѓаат. На крајот, за секоја ситуација поединично групите даваат образложение зошто таму ја сместиле (секоја група за по една ситуација, а ако има спротивставени мислења, треба да се сослушаат).



Дискусија

1. Што е најважно за лидерската одлука? Кога може да се применува?
2. Што е најважно за случајната одлука? Кога може да се применува?
3. Што е најважно за одлуката со гласање? Кога може да се применува? Која е разликата помеѓу јавното и тајното гласање?
4. Што е најважно за компромисната одлука? Кога може да се применува?
5. Која одлука е најдобра Зошто?
6. Која одлука најчесто се применува? Зошто?



Рефлексија

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Заклучок

Лидерската одлука е битна во ситуации кога е многу важно да се ислушаат различните мислења на членовите на групата за да се донесе најпаветна одлука која најмногу би ги задоволела потребите на членовите на групата. За да се примени овој вид на одлука, групата мора да има лидер кој треба да биде почитуван од сите и сите да му веруваат.

Случајната одлука е најважна во ситуации кога треба фер да се постапи со две или повеќе страни/лица и да не се фаворизира ниедна од нив. Може да се примени кога треба да се избере една од повеќе понудени алтернативи, но под услов сите подеднакво да имаат шанси да бидат изберени.

Одлуката со гласање овозможува избор на тоа што го сакаат најголемиот број од членовите во групата. Се применува во ситуации кога се претпоставува дека повеќето членови на групата претпочитаат едно решение повеќе од некое друго, па случајната одлука во овој случај би значела постоење можност за незадоволување на преференциите на најголемиот број учесници. Јавното гласање е попрактично бидејќи е побрзо, но кога со чинот на гласање може да дојде до нарушување на односите помеѓу членовите на групата, треба да се примени тајно гласање.

Компромисната одлука е најважна по тоа што обезбедува задоволување на дел од потребите или желбите на сите вклучени страни, место избирање на едно решение кое целосно ги задоволува потребите/желбите на една страна, а воопшто не ги задоволува потребите/желбите на другата страна. Се применува кога има алтернативни решенија кои се прифатливи за сите страни вклучени во одлучувањето.

Нема најдобар вид на одлука која би можела да се применува во сите ситуации. Во различни околности некои видови на одлуки се повеќе или помалку соодветни за применување.

Работилница III–5.4: Да се сиропивставам или не?



Материјали:

- » работен лист за учениците III-5.4а: Добри оценки 1,
- » работен лист за учениците III-5.4б: Добри оценки 2.

Воведна активност

Наставничката во непредвидлив редослед ги кажува следниве инструкции: ДЕН; НОЌ; ЗИМА и ЛЕТО. Кога се кажува НОЌ – учениците ги наведнуваат главите, а кога се кажува ДЕН – учениците ги подигнуваат главите. Кога се кажува ЗИМА – учениците ги наведнуваат главите кон лево и кога се кажува ЛЕТО – учениците ги наведнуваат главите кон десно. Ако се погреша се испаѓа од играта. Играта трае сè додека не останат 4–5 ученици во игра.

Главна активност

Учениците се делат во 4–6 групи. Пола од нив го добиваат работниот лист „Добри оценки 1“, а другата половина го добиваат работниот лист „Добри оценки 2“. Во работниот лист „Добри оценки 1“ учениците запишуваат што би биле придобивките (користа) доколку се решат да постапат на наведениот начин (тие ќе се сметаат за плусови). Во работниот лист „Добри оценки 2“ учениците запишуваат што би изгубиле доколку се решат да постапат на наведениот начин (тие ќе се сметаат за минуси). Потоа, секоја група го презентира напишаното пред сите, а наставникот ги запишува одговорите на табла во две колони.



Дискусија

1. Дали имаме повеќе плусови или минуси?
2. Дали сега сите може да одлучиме колку е паметно да се постапува на наведениот начин? Врз основа на што?
3. Кога е полесно да се донесе одлука: кога имаме повеќе плусови/минуси или кога имаме подеднаков број плусови и минуси?
4. Дали пак ние кога донесуваме одлуки ги гледаме и позитивните и негативните страни на решението (донесената одлука)?
5. Зошто е важно да се прави тоа? Што добиваме со тоа?

Заклучок

Многу е важно при донесување на одлуките да се гледаат и позитивните и негативните страни на одлуката, бидејќи некогаш за сметка на едно позитивно нешто се игнорираат негативните последици од некоја одлука и отпосле може да се забележи дека е донесена погрешна одлука. Со наведување и на позитивните и на негативните страни на некоја одлука си даваме шанса да донесеме најпрактична одлука од која би имале корист и ние и тие околу нас.

Некогаш, со самото тоа што на едната страна има многу повеќе плусови или повеќе минуси (што губиме, а што добиваме) е доволно за да одлучиме врз основа на тоа.

Сепак, понекогаш може да се случи да има еднакво плусови и минуси, но да има многу појаки аргументи на едната страна и тоа да биде пресудно за да ја донесеме одлуката.

Завршна активност

Сите стојат во круг. Почнува наставникот со тоа што го кажува следното: „Сакам да одам во Африка!“ Ученикот до него треба веднаш да смисли некоја негативна страна за одењето во Африка и тоа да го каже. На пример: „Може да те изедат лавови!“ Следниот ученик, обратно на својот претходник, смислува позитивна страна од одењето во Африка. На пример: „Ќе можеш да ги видиш пирамидите!“ Следниот ученик, повторно кажува негативна страна, па следниот позитивна, и така со ред сè додека секој каже било позитивна било негативна страна за одењето во Африка.



Рефлексија

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Работилница III–5.5: Моја одлука, твоја одлука



Материјали:

- » табла, креда,
- » работен лист за учениците III-5.5: Закон за права.

Воведна активност

На табла се црта табела со два реда и четири колони на тој начин што се формираат 8 идентични квадрати. Секој на ливче запишува колку вкупно квадрати гледа. На крај учениците кажуваат колку квадрати пронашле сè додека не се дојде до бројката од 11 квадрати (заедно со квадратите во кои се наоѓаат најмалите нацртани квадрати), па заеднички се лоцираат во цртежот на табла.

Главна активност

На секој ученик му се дава работниот лист „Закон за права“, со инструкција секој да избере 5 права од понудените 20, кои ги смета за најважни. Потоа, се формираат парови и во нив учениците ќе треба да се договорат за заедничка листа од 5 најважни права. По 6–7 минути се спојуваат по два пара и на тој начин се формираат четворки, кои ќе треба да се договорат за заедничка листа од 5 најважни права.

На крај, секоја група ги претставува своите 5 избрани права, и при тоа, кажува на кој начин дошле до одлуката кои 5 права да ги стават на листата.



Дискусија

1. Кога ви беше најлесно да донесете одлука кои 5 права да ги изберете? Зошто?
2. А кога ви беше најтешко? Зошто?
3. Кога се чувствувавте најубаво со донесената одлука? Зошто?
4. А кога се чувствувавте најлошо, или повредено со начинот на донесување на одлуката? Зошто?

Заклучок

Најчесто, колку повеќе луѓе учествуваат во донесувањето на одлуки, толку потешко се доаѓа до согласност околу одлуката, односно треба повеќе време за договарање. Но, понекогаш, донесувањето на одлуки во групи може да биде лесно и брзо ако повеќето учесници не се залагаат многу, односно се согласуваат со тоа што ќе каже еден од нив.

Кога придонесуваме во донесувањето на одлуките, кога другите не прашуваат за мислење и кога нашите мислења се земаат предвид, тогаш се чувствуваме најубаво со донесувањето на одлуките.

Кога ни е важна одлуката, а сепак нашите мислења не се земаат предвид, туку некој друг одлучува како што сака, тогаш може да се чувствуваме лошо со донесената одлука дури и повредено.

Завршна активност

Учениците се седнати во круг. Се делат во три групи (групирани според местото на седење) – ТИП; ТАП и ТЕП. Наставникот ги кажува имињата на групите пополека, и секогаш кога ќе биде спомнато името на некоја група, нејзините членови треба да станат на нозе. Така стојат сè додека не се спомне некое друго име при што тие седнуваат, а членовите на новоспомнатата група стануваат. И така се варира наизменично со имињата на групите. Може да се каже и ТУП, при што, сите ученици, од сите групи, стануваат на нозе.



Рефлексија

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Содржина III-6: ОДОЛЕВАЊЕ НА СОЦИЈАЛНИ ПРИТИСОЦИ

Се очекува ученикот/ученичката да:

Знаења	<ul style="list-style-type: none">» знае што се смета за добро, а што за лошо (прифатливо и неприфатливо) постапување во повеќе ситуации;» знае некои социјални норми и традиции;» знае дека постојат различни видувања/постапки за исти нешта;» знае дека може да има сопствено видување/постапување различно од групата.
Вештини	<ul style="list-style-type: none">» може да ги проценува прифатените норми и традиции;» умее да одбира меѓу правилни и неправилни видови активности;» може да формулира сопствен став/мислење и да го аргументира;» умее да побара помош заради зајакнување на својата позиција.
Ставови/ вредности	<ul style="list-style-type: none">» согледа дека може да се биде поинаков/поинаква од групата;» одобрува и да прифаќа различности;» сака да учествува и да испробува нови искуства;» ја знае вредноста на спротивставување на сопствениот став и мислење на оној на групата.

Работилница III–6.1: Прифатливо и неприфатливо однесување



Материјали:

- » работен лист за учениците III-6.1a: Вродено – научено,
- » работен лист за наставникот/наставничката: Вродено – научено,
- » работен лист за учениците III-6.1б: Соодветно – несоодветно,
- » работен лист за наставникот/наставничката: Соодветно – несоодветно,
- » табла и креда.

Главна активност 1

Сите ученици стојат во круг и секој треба да одбере една од следниве три фигури и на даден знак секој треба да ја изведе фигурата што ја одбрал.

- » Вонземјанин – покажалецот од двете раце се ставаат на глава како антени и мрда со главата лево-десно викајќи „биип – биип“.
- » Крава – покажалецот и средниот прст се ставаат на глава како рогови, се прави еден чекор напред кон кругот и се вика „мууууу“.
- » Тигар – се испружуваат двете раце нанапред и со нив се мрда како со шепи за напад и се извикува „гррррр – вооу“.

Целта е сите да направат иста фигура, без да се договараат меѓу себе. Играта се повторува онолку пати колку што е потребно сите да ја направат истата фигура – да се однесуваат на ист начин.



Дискусија 1

1. Како се однесувате во оваа игра? Како на почетокот, а како на крајот?
2. Честопати ги слушате родителите и наставниците како зборуваат за вашето поведение или однесување. Што е однесување? (Што се подразбира под зборот „однесување“?)
3. Дали родителите и наставниците секогаш се задоволни од вашето однесување? Зошто?
4. Дали вие самите сте секогаш задоволни од своето однесување?
5. Дали вам секогаш ви се допаѓа како вашите родители и наставници се однесуваат?
6. Честопати децата или возрасните за себе велат дека не се виновни за своето однесување, туку дека едноставно се такви по природа. Но, дали луѓето со раѓање се предодредени да се однесуваат на одреден начин?

Заклучок

Однесување е сè што прави човекот. Под „однесување“ се подразбираат постапките на луѓето – начинот на кој луѓето постапуваат. Понекогаш некои облици на однесување не им се допаѓаат на едни или на други лица, а понекогаш ни самите не сме задоволни од сопственото однесување. Како и да се однесуваме треба да ја прифатиме одговорност за сопственото однесување.

Главна активност 2

Децата се делат во парови и секој пар добива по еден примерок од работниот лист за ученици „Вродено – научено“, проследено со објаснувањето дека постојат некои постапки на однесување што се присутни кај човекот уште од неговото раѓање. Но, повеќето постапки на однесување, луѓето ги научуваат во текот на животот.

На листот што го имаат пред себе се наведени повеќе различни постапки што се дел од однесувањето на некои луѓе или на сите луѓе. Парот треба да ги прочита, да одлучи и да означи со знакче „X“ за тоа кои од тие постапки се вродени (присутни кај луѓето од нивното раѓање), а кои се научуваат во текот на животот. За секое наведено однесување се става знакче „X“ во колоната насловена како „ВРОДЕНО“ или во колоната наловена како „НАУЧЕНО“. Откако ќе завршат наставникот ги прашува што означиле и зошто за секое поединично однесување и доколку има потреба го коригира погрешниот одговор. Секој пар кажува по едно тврдење.



Дискусија 2

1. Дали луѓето секогаш се однесуваат на ист начин?
2. Дали луѓето јадат на истиот начин дома и кога се во ресторан? Зошто?
3. Дали вие исто разговарате со другарите, со родителите и со наставниците? Зошто?
4. Дали секогаш едно исто однесување е соодветно за различни ситуации?

Главна активност 3

Секој ученик добива по еден примерок од работниот лист „Соодветно – несоодветно“ и треба да го пополни на тој начин што треба со знаење „X“ да означи за секое однесување посебно дали е соодветно, несоодветно или и соодветно и несоодветно – односно зависи од ситуацијата.

Откако ќе завршат сите, се делат во групи по четворица и меѓу себе треба да продискутираат за она што го означиле, да се усогласат и заедничкото мислење да го означат на нов работен лист.

Потоа по еден доброволец од секоја група презентира што одлучила неговата група, а наставникот бара објаснување и доколку некоја друга група има означено поинаку – бара објаснување и од нив.

Наставникот на таблата има нацртано голема табела на која ги означува одговорите за кои сите се согласиле.



Дискусија 3

1. Од што зависи дали некое однесување ќе биде соодветно или несоодветно?
2. Ајде да наведеме некои однесувања за време на часот што се соодветни. Зошто се тие соодветни?
3. Ајде да наведеме некои однесувања за време на часот што се несоодветни. Зошто се тие несоодветни?

Заклучок

Како луѓето ќе се однесуваат зависи од тоа со кого се и каде се наоѓаат. Она што е соодветно однесување во една ситуација, може да биде несоодветно однесување во друга. Несоодветно е секое однесување што им пречи на другите и може да предизвика конфликт.



Рефлексија

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Работен лист за наставникот/наставничката: Соодветно – несоодветно

ОДНЕСУВАЊЕ	С	Н	С-Н
Пеење.			х
Играње топка во стан.			х
Трчање по ходници.			
Фрлање отпадоци во канта за ѓубре.	х		
Гаѓање мачки со камчиња.		х	
Џвакање мастика.			х
Читање книга.			х
Помагање на другите.	х		
Удирање шлаканици.		х	
Спротивставување на родителите.			х
Позајмување без прашање.		х	
Чкртање по сидови.			х
Плукање во некого.		х	
Преминување улица на зелено светло.	х		
Пцуење.			

Работен лист за наставникот/наставничката: Вродено – научено

ОДНЕСУВАЊЕ	ВРОДЕНО	НАУЧЕНО
Дишење.	x	
Грицкање нокти.		x
Лажење.		x
Голтање.	x	
Џвакање мастика.		x
Врзување врвки.		x
Помагање на другите.		x
Удирање клоци.		x
Кивање.	x	
Шутирање топка.		x
Пишување.		x
Чкртање по сидови.		x
Прозевање.	x	
Возење велосипед.		x
Трепкање.	x	
Пливање.		x
Пцуење.		x

Работилница III–6.2: Ај да гребеме автомобили!



Материјали:

- » работен лист за наставникот/наставничката: Ај да гребеме автомобили!

Воведна активност

Сите ученици стојат во круг и наставничката им вели да се претворат во „нешто“. Секој треба да замисли дека е тоа „нешто“ и потоа да заземе одредена позиција на телото со која ќе го претстави „нештото“. Потоа наставничката по случаен избор избира дете кое низ звуци и движење треба да го претстави замисленото нешто. Потоа бира уште две-три деца да го покажат замисленото. Играта продолжува со барање да се претворат во нешто друго и така натаму.

Предлози за претворање во „нешто“:

- » штрк,
- » фудбал,
- » правосмукалка,
- » тенџере со зовриена вода,
- » кенгур,
- » река.

Главна активност

Наставничката на сите деца им чита опис на еден настан од работниот лист за наставникот/наставничката „Ај да гребеме автомобили“. Одвреме-навреме го прекинува читањето и ги прашува децата да кажат што мислат дека се случило понатаму, без посебно да го коментира кажаното.



Дискусија

1. Дали однесувањето на Денис, Иван и Небојша било соодветно?
2. Зошто не било соодветно?
3. Како ќе се чувствуваат сопствениците на автомобилите кога ќе видат дека некој намерно им ги изгребал?
4. Дали е Денис во право кога вели дека се криви само Иван и Небојша?
5. Дали Иван и Небојша го натераа Денис да ги гребат автомобилите?
6. Дали Иван и Небојша можеа да го принудат Денис да ги гребат автомобилите?
7. Кој е одговорен за постапките на Денис?
8. Дали некој може накратко да ни опише друга слична ситуација – кога тој самиот (таа самата) или некој што го познава бил во ситуација да направи нешто несоодветно под влијание на другарите. (Ситуацијата може и да се одглуми.)
9. Дали некогаш сте им се спротивставиле на другарите и другарките кои барале несоодветно да се однесувате? (Ситуацијата може и да се одглуми.)

Заклучок

Никој не смее да дозволи да биде принуден да стори нешто што е несоодветно. Па дури и тогаш кога би го направил тоа под притисок на блиските другари. Секој треба да си ја преземе одговорноста за своите постапки – ако и несакајќи сторил нешто лошо, да не ги обвинува другите, туку да ја преземе вината врз себе и да се покае за тоа што го направил.



Рефлексја

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Во едно тивко, жешко попладне, Денис седеше пред влезот на зградата. Беше сам и се досадуваше. Се прашуваше зошто никој од другарчињата нема надвор. По некое време, од зад аголот на зградата, се појавија Иван и Небојша.

„Што правиш?“ – го праша Иван.

„Ништо“ – одговори Денис. „Здодевно ми е. Нема што да се прави“.

„Ајде да одиме на игралиште, да видиме дали некој таму игра баскет“ – предложи Небојша.

Денис и Иван прифатија и сите тројца отидоа на игралиштето. Но, таму не најдоа никого да игра со топка. И понатаму им беше здодевно.

Во еден момент Иван се сети дека на улицата што ја преминаа на патот кон игралиштето имаше паркирано неколку убави, нови автомобили. И тој предложи: „Ајде да најдеме клинец и да ги изгребеме оние автомобили!“

Денис се двоумеше. Му изгледаше глупаво да го прави тоа. „Не знам“ – рече тој – „може да нè видат и да настрадаме“.

„Ќе внимаваме никој да не нè види“ – рече Небојша – „во ова време и онака сите дома се одмораат“.

(Прашање за децата: Што мислите, дали Денис се согласил?)

„Добро“ – се согласи Денис. Иако не му се допаѓаше предлогот, тој реши да го прави тоа за да биде заедно со другарите.

(Прашање за децата: Што мислите, што се случило потоа?)

Откако го изгребаа едниот автомобил и почнаа да го гребат другиот, најдоа двајца возрасни мажи. Ги фатија сите тројца и влечејќи ги за уши, ги однесоа во полиција. Полицајците ги викнаа нивните родители.

(Прашање за децата: Што мислите, како Денис им се правдал на родителите зашто го сторил тоа?)

Кога родителите го прашаа Денис зошто го стори тоа, тој им одговори: „Иван и Небојша се криви, тие ме натераа“.

Работилница III–6.3: Момчињата не ѝлачай...



Материјали:

- » работен лист за учениците III-6.3: Очекувано однесување и улоги,
- » креда,
- » листови хартија,
- » прибор за пишување.

Главна активност 1

Наставникот ја дели училницата на четири дела. Секој од аглите е означен со лист на кој пишува по едно од следново: СЕ СОГЛАСУВАМ; НЕ ЗНАМ; СЕ УШТЕ РАЗМИСЛУВАМ; НЕ СЕ СОГЛАСУВАМ. Потоа им вели на учениците дека ќе им чита различни тврдења, а тие треба да застанат во еден од аглите на училницата во зависност од тоа што мислат за тврдењето. Откако ќе се позиционираат, бара од нив да го објаснат своето мислење без да навлегуваат во меѓусебно препирање. Ако некој сака да ја смени својата позиција по дискусијата, се поканува да го стори тоа.

Постапката се повторува за три до четири тврдења.

Примери за тврдења.

- » Момчињата се силни, а девојчињата се слаби.
- » Девојчињата подобро лажат од момчињата.
- » Момчињата може да се тепаат, но девојчињата – никако!
- » Подобро е да бидеш девојче отколку момче.



Дискусија 1

1. Дали нешто ве изненади во однос на мислењата на другите?
2. Зошто мислите дека луѓето имаат различни мислења по овие прашања?
3. Дали слушнавте некој аргумент што ве натера да си го смените мислењето? Кој аргумент и како влијаеше врз промена на вашето мислење?
4. Како можеме да знаеме која позиција е точна?

Главна активност 2

Учениците се делат во групи по четворица и секоја група добива по едно тврдење исечено од работниот прибор за учениците „Очекувано однесување и улоги“, и задача на групата е да продискутира за тврдењето и да се обиде да смисли и да одглуми пред останатите ситуација во која се среќава тоа.

Откако ќе одглумат сите групи, се поведува разговор.



Дискусија 2

1. Што беше заедничко за тврдењата што ги имавте? Дали знаете некои слични тврдења?
2. Дали постојат различни правила, норми и очекувања за момчињата и за девојчињата во нашето општество? Дали има такви очекувања во семејното живеење? А дали има во училишниот живот?
3. Дали има вакви очекувања и во други земји во светот?
4. Што се случува кога некое момче или девојче не се согласува со ваквите

Заклучок

Околината (семејството, наставниците во училиштето, пријателите, општеството) создаваат одредени очекувања околу однесувањето и улогите на момчињата и девојчињата кои често се различни за едните и за другите. Таквите очекувања и улоги се неоправдани и ја ограничуваат можноста децата да го изберат она што навистина го сакаат. Кога девојче или момче се спротивставува на очекуваните родови улоги од средината, често наидува на потсмев, осуда, неприфаќање па дури и исклучување. Со тоа се прекршуваат неговите/нејзините права на слободно изразување. Сите треба да станеме свесни за различните родови улоги со кои секојдневно се среќаваме и активно треба да се спротивставуваме со тоа што ќе даваме поддршка и за различните избори и ќе нудиме еднакви можности за сите, независно од полот.

очекувања и кога сака да се однесува поинаку?

5. Дали некогаш вие сте биле во таква ситуација? Како реагирале другите на вашиот слободен избор?
6. Како овие идеи влијаат врз ограничувањето на изборите што ги имаат момчињата и девојчињата?
7. Дали можеме самите да влијаеме сите момчиња и девојчиња слободно и без притисок да го прават она што самите сакаат, а не исклучиво она што им го наметнува околината? Како?



Рефлексија

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Работилница III–6.4: Пеџелашко



Материјали:

- » работен лист за наставникот/наставничката: Пеџелашко,
- » табла и креда.

Воведна активност

Сите ученици седат во круг и секој треба да каже една необична работа за себе. Тоа може да биде некој необичен интерес, хоби, јадење што сака да го јаде, случка од детството, личност што го познава итн. Важно е да смета дека тоа е нешто многу необично и по можност нешто што повеќето деца не го знаат за него.

Главна активност 1¹

Сите ученици седат во круг и наставничката вели дека ќе им прочита една приказна (од работниот лист за наставникот/наставничката „Пеџелашко“), а нивна задача е да ја слушаат внимателно и да забележат дали има нешто невообичаено во неа.



Дискусија 1

1. Како ви се допадна приказната?
2. Дали забележавте нешто невообичаено во неа?

Главна активност 2

Наставничката на табла црта табела и бара од учениците да кажат што било во приказната невообичаено однесување и кои биле невообичаени карактеристики на момчиња и на девојчиња, а кои би биле нивните вообичаени однесувања и карактеристики – во приказната, а и во секојдневниот живот.

Пример за табела:

	Девојчиња	Момчиња
Вообичаени активности и карактеристики		
Невообичаени активности и карактеристики		

¹ Идејата за активноста е преземена од Schneidewind, N., Davidson, E. (1983). Open Minds to Equality. Massachusetts, USA: Allyn and Bacon A Division of Simon & Shuster, Inc.



Дискусија 2

1. Дали и во секојдневниот живот постојат вакви вообичаени и невообичаени активности и карактеристики на момчиња и девојчиња?
2. Колку и кои од нив се вродени, а колку се стекнати во текот на животот? (При набројувањето наставничката може да се служи со наведените карактеристики во табелата.)
3. Дали за извршување на домашните обврски жените се родени со некоја поголема способност? Дали мажите се родени со поголема способност за поправање автомобили?
4. Од што треба да зависи кој со што ќе се занимава? Дали ќе зависи и од интересите и од желбите?
5. Од што зависи како ќе се поделат одговорностите во домот меѓу родителите? Дали мајката мора да се грижи за децата, а таткото да оди на работа? Дали може да биде и обратно? Зошто?

Заклучок

Во секојдневниот живот и во приказните многу често се среќаваме со вообичаени, т.е. очекувани однесувања и карактеристики од момчињата и девојчињата и тие се разликуваат меѓу себе. Многу малку карактеристики се определени со раѓање. Повеќето се формирани во текот на растењето и созревањето, под влијание на средината. Таквите очекувани улоги и карактеристики наметнуваат нешто што не секогаш и самите оние на кои се однесуваат го посакуваат и го ограничуваат изборот на луѓето. Секој има право да се однесува, да постапува и да избира работи врз база на сопствените желби, интереси и потреби, а не според очекувањата на другите.

Завршна игра

Децата стојат во круг и наставничката почнува кажувајќи една реченица. На пример: „На МАЛОТО столче седи ГОЛЕМ слон“. Задача на следниот ученик е да направи реченица што ќе започне со: „На ГОЛЕМИОТ слон...“ и ќе продолжи со нешто МАЛО. На пример „... има МАЛА машна“. Следниот ученик повторно го употребува последниот дел од претходната реченица и продолжува со нешто ГОЛЕМО. Играта продолжува во круг сè додека да дојде на ред повторно наставничката.



Рефлексија

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Работен лист за наставникот/наставничката: Пепелашко

Многу одамна си живееше едно многу несреќно момче. Неговиот татко беше починат и неговата мајка донесе дома друг маж, вдовец со два сина. Очувот воопшто не го сакаше момчето. Сите добри работи, убави зборови и посебни привилегии беа за неговите синови. Тие добиваа модерна облека, вкусна храна и можности за забава. Меѓутоа, за сиротото несреќно момче, немаше ама баш ништо. Место убави алишта, ги носеше старите, од полубраќата. Не јадеше готварски специјалитети, туку само остатоци од храна. Немаше никакви привилегии – дури ни одмор. Мораше многу да работи, по цел ден – да купува храна, да готви, да пере и да ја одржува цела куќа чиста. Само навечер му беше дозволено да седне малку покрај огништето. За време на долгите осамени ноќи, тој понекогаш плачеше и си зборуваше со својата мачка. Мачката велеше „мјау“ што всушност значеше „разведри се!“ Ти имаш нешто што ниеден од твоите полубраќа го нема, а тоа е убавина“. Тоа што мачката го зборуваше беше вистина. Иако облечен во партали, со лице исцрнето од пепелот, тој беше привлечен млад човек. Неговите полубраќа, пак, без разлика на нивните елегантни алишта, беа смотани и грди и секогаш такви и ќе останат.

Еден ден, во куќата започнаа да пристигнуваат прекрасни нови облеку, чевли и накит. Кралицата организираше бал и полубраќата се подготвува да присуствуваат. Тие постојано стоеја пред огледалото. Момчето требаше да им помогне да се облечат во целиот тој раскош. Самиот тој не се ни осмели да праша: „а јас?“, затоа што многу добро знаеше дека одговорот ќе биде: „ти, мое драго момче, остануваш дома да ги измиеш садовите, да го изрибаш подот и да ги спремиш постелите на твоите полубраќа. Тие ќе дојдат дома уморни и многу поспани“.

Откако браќата и нивниот татко отидоа на балот, кутрото момче ги избриша солзите и ѝ рече на мачката „О драга, јас сум толку несреќен“, а мачката промрморе: „Мјау“.

Во тој момент сноп светлина ја осветли кујната и се појави еден самовил. „Немој да бидеш тажно, младо момче“ – рече самовилот – „ветерот ми го прати твојот знак, знам дека копнееш да одиш на балот. И ќе одиш,“.

„Како ќе одам??? Облечен во партали?“ – одговори кутрото момче – „Слугите ќе ме вратат“. Самовилот се насмевна. Со допир со волшебното стапче, момчето беше облечено во прекрасни алишта – најубави кои дотогаш ги имаше видено.

„Сега кога го решивме проблемот во што да бидеш облечен“ – рече самовилот – „треба да ти најдеме кочија. Вистински џентлмен никогаш не оди на бал пешки! Брзо! Донеси ми тиква!“ – извика тој. „О, се разбира“ – рече кутрото момче брзајќи. Тогаш самовилот се сврти кон мачката: „Ти донеси ми седум глумци!“ Момчето бргу се врати со една убава тиква, а мачката со седумте глумци што ги фати во визбата. „Добро!“ – извика самовилот. Едно замавнување со волшебното стапче – и – чудо над чудата! Тиквата се претвори во светкава кочија, а глумците станаа шест бели кобили, додека седмиот глумец се претвори во кочијашка, во прекрасен фустан и камшик во раката. Кутрото момче не можеше да им поверува на своите очи.

„Наскоро ќе видиш дека принцезата во чија чест се одржува балот, ќе се маѓепса од твојот изглед. Но, запамети! Мораш да го напуштиш балот пред полноќ и да си дојдеш дома. Тогаш волшебството завршува. Кочијата ќе се претвори во тиква, кобилите ќе станат глумци повторно и кочијашката ќе се претвори во глумец. И ти повторно ќе

бидеш облечен во партали и ќе носиш цокули место тие раскошни чевли за танцување! Дали разбра?" – му се обрати самовилот. Момчето се насмевна и одговори: „Да, разбрав!"

Кога влезе во балската сала на палатата, настани молк. Сите запреа во сред реченица за да се воодушеват на неговата елеганција, убавина и грациозност. „Кој ли може тоа да биде? Луѓето се прашуваа меѓу себе. Двајцата полубраќа исто така се прашуваа кој ли е новајлијата, и ни на крај на памет не можеше да им падне дека убавото момче е всушност нивниот полубрат кој си зборува со мачката.

Тогаш на принцезата ѝ падна в очи неговата убавина. Одејќи кон него, се поклони и го покани на танц. И на големо разочарување на сите млади џентлмени, таа танцуваше со момчето цела вечер. „Кој си ти, прекрасен млад човеку?" – постојано го прашуваше принцезата. Меѓутоа момчето само ѝ одговори – „Не е важно кој сум јас! И така и така нема веќе никогаш да ме видиш,.. „Ох, не – ќе те видам пак, јас сум сигурна во тоа!" – одговараше таа.

Пепелашко си поминуваше прекрасно на балот, но, одеднаш, го слушна звукот на часовникот – првиот удар за полноќ! Се потсети на зборовите на самовилот и без збор за довидување се измолкна од рацете на принцезата и потрча по скалите. Додека трчаше, загуби еден од своите чевли за танцување, но ни во еден момент не ни помисли да застане и да го земе. Ако го слушне и последниот звук од часовникот кој означува полноќ оооооо каква катастрофа би било тоа. Тој истрча надвор и го снеса во ноќта.

Принцезата, која лудо се вљуби во него, го подигна неговиот чевел за танцување и објави дека ќе се омажи за оној маж на чиешто стапало ќе одговара чевелот. Таа им рече на своите слугинки: „Одете и барајте го насекаде момчето на кое му пасува овој чевел. Јас никогаш нема да бидам мирна додека не го најдам!"

И слугинките одеа и го пробуваа чевелот на ногата на секое момче. Кога дојдоа во куќата каде што живееше момчето со очувот и полубраќата, побараа момчињата во домот да го пробаат чевелот. Двајцата полубраќа не можеа ни палецот да го пикнат во чевелот. Кога слугинките прашаа дали има уште некое младо момче во куќата, очувот им рече „Не!".

Како и да е, токму во тој момент мачката ѝ го привлече вниманието на една од слугинките, влечејќи ја за здолништето и водејќи ја во кујната. Пепелашко седеше меѓу јагленот. Слугинката му го проба чевелот и на нејзино изненадување, совршено одговараше. „Тоа одвратно нечисто момче едноставно не е можно да присуствувало на балот" – избувна очувот. „Кажи ѝ на принцезата дека таа мора да се омажи за еден од моите двајца синови! Не гледаш ли колку е грдо тоа момче! Не гледаш?"

Во тој миг се појави самовилот. „Е сега е доста!" – извика тој, подигнувајќи го волшебното стапче. За миг момчето имаше прекрасна облека на себе и светкаше со својата младост и убав изглед. Неговиот очув и полубраќата зинаа од вчудоневиденост, а слугинката рече: „Дојди со нас, привлечно момче! Принцезата те чека за да ти го врачи свршеничкиот прстен!" И момчето радосно отиде со нив.

Принцезата се омажи со него неколку дена подоцна и живееја среќно до крајот на животот. А што се однесува до мачката, таа само рече „мјау".

Содржина III-7: ПРЕЗЕМАЊЕ ОДГОВОРНОСТ ЗА ПОСТАПКИТЕ

Се очекува ученикот/ученичката да:

Знаења	<ul style="list-style-type: none">» ги знае правилата и процедурите што важат за односите меѓу луѓето (во пошироката заедница);» ги знае своите должности и одговорности;» знае за последиците од непочитување/прекршување на правилата;» знае дека се учи од грешките.
Вештини	<ul style="list-style-type: none">» умее да си постави достижни цели;» може да предлага и да формулира правила на однесување;» може да ги предвиди последиците од сопственото непочитување на правилата.
Ставови/ вредности	<ul style="list-style-type: none">» одобрува постоење правила и санкции за нивно прекршување;» ја цени важноста за преземање одговорност за себе и за другите;» упорен/упорна е во постигнување на поставените цели.

Работилница III–7.1: Случките на Оги



Материјали:

- » работен лист за учениците III-7.1: Случките на Оги.

Воведна активност

Сите ученици стојат во круг и со броенка се избира еден кој застанува во средина и ги затвора очите. Сите останати во глас ја пеат следнава песна:

Стани, стани лилјаче
зошто денес спиеш
со нас ти поиграј си
немој да се криеш.
Ние ќе ти пееме
радост нека блика
ај погоди лилјаче
кој од нас те вика!

Потоа едно дете, што групата го одбира со мимика, со преправен глас го извикува името на детето што мижи, а тоа треба да погоди кој го викнал. Ако погоди, влегува во кругот, а другото дете сега е во средина на кругот и треба да погодува.

Главна активност

Учениците се делат во групи и седнуваат околу клупите и секоја добива по еден примерок од работниот лист за ученици „Случките на Оги“ и треба да ги прочитаат и да продискутираат дали Оги избрал да постапи одговорно или не во секоја од наведените ситуации. На крајот, секоја група се повикува да одговори на поставените прашања за една ситуација.



Дискусија

1. Зошто е важно да се однесуваме одговорно?
2. Како одговорното однесување е поврзано со довербата на другите во нас?
3. А како е поврзано со почитта на другите кон нас?
4. Дали е лесно секогаш да се однесуваш одговорно? Зошто?
5. Како се чувствуваме сами со себе кога се однесуваме одговорно, а како кога сме избрале да се однесуваме неодговорно?

Заклучок

Одговорното однесување во себе опфаќа:

- доследност и доверливост – ако на некој му ветиш дека ќе направиш нешто, тогаш тоа и го правиш; доверената тајна не ја делиш со никого; своите задолженија сам си ги завршуваш без да чекаш некој да те потсети (ситуација 1, 2 и 4);
- свесност за последиците – однапред ќе размислиш за последиците од своето однесување и ќе избегнуваш ситуации во кои може да бидеш повреден ти или некој друг (ситуација 3);
- однесување во сопствена надлежност – кога нешто ќе згрешиш или нема да направиш како што треба, не ја префрлаш вината на нешто друго или на други (ситуација 2).

Кога се однесуваме одговорно, тогаш останатите луѓе ни веруваат, ќе не почитуваат и ќе нè сфаќаат сериозно. Најважно од сè е кога се однесуваме одговорно, се чувствуваме добро сами со себе и тоа на подолг период.

Завршна активност

Сите ученици стојат во круг и секој треба да се потсети на една ситуација во која се однесувал одговорно и потоа секој во групата, еден по еден, треба да ја каже таа ситуација и останатите го наградуваат со аплауз. Ситуациите треба да се опишуваат со по една до две реченици и да не се повторуваат.

На пример: „Јас се однесувам одговорно кога секоја вечер пред легнување темелно си ги мијам забите“; или „Јас постапив одговорно кога не се согласив заедно со мојот другар да го лижеме сладоледот“.



Рефлексија

1. Што правевме?
2. Како се чувствувавме?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Работилница III–7.2: Правила, ѝравила, ѝравила!



Материјали:

- » работен лист за учениците III-7.2: Правила за ...,
- » прибор за пишување,
- » листови хартија.

Воведна активност

Сите деца седат на столчиња наредени во круг и наставничката стои во центарот на кругот. Таа кажува нешто што никогаш нема направено и сите оние што исто така како неа го немаат направено тоа нешто, треба да си ги сменат местата. На пример: „Јас никогаш не сум скокала со падобран“. При тоа не смее да си ги сменат местата двајца што седат еден до друг – мора да се сменат со некој кој седи подалеку од нив. Истовремено и наставничката треба да седне на некое празно столче. Детето што ќе остане да стои треба да застане во средината на кругот и сега тоа да каже нешто што никогаш го нема направено. Играта се игра најмалку седум-осум пати.

Главна активност 1

Децата се делат во групи по петмина и секоја група добива по една картичка од работниот лист за учениците „Правила за...“ и треба да напишат:

- » три правила што ги знаат во врска со ситуацијата или активноста наведена на картичката;
- » три санкции, односно казни доколку дојде до нивно прекршување, и
- » кој е тој што го надгледува спроведувањето на правилата.

Во групата исто така треба да продискутираат за тоа зошто се важни тие правила и санкции и што овозможуваат.

Потоа по еден член од секоја група го презентира напишаното пред останатите.



Дискусија 1

1. Зошто е потребно да постојат правила?
2. Што обезбедуваат тие?
3. Какви можат да бидат последиците од прекршувањето на правилата?
4. Зошто правилата важат за сите?
5. Зошто е потребно да постои некој кој ќе го надгледува спроведувањето на правилата?
6. Зошто е важно да постојат санкции за прекршување на правилата?
7. Кои правила постојат во училиштето? Учениците кажуваат, а наставничката ги запишува на табла.
8. На кого се однесуваат тие правила?
9. Кои се санкциите за прекршување на правилата?
10. Дали освен санкциите постојат и други последици од прекршување на правилата?

Заклучок

Без постоење на јасни и однапред дефинирани правила многу активности не би можеле воопшто да се изведуваат. Правилата овозможуваат услови за непречено одвивање на активностите и праведен и фер третман на сите учесници во активностите. Правилата можат да бидат различни за различен тип учесници во една активност, но мора да постојат правила кои ќе се однесуваат на сите кои учествуваат во активноста. Не може за некого да нема или да не важат правила. И покрај тоа што учесниците во активност се запознаени со правилата, може од различни причини да дојде до прекршување на правилата и затоа мора да постојат и санкции за нивно непочитување. Оној кој го набљудува почитувањето на правилата, најдобро е да е независен и неутрален. Така ќе се обезбеди објективност на почитувањето на правилата и изрекување на санкциите. Освен санкции постојат и природни, односно, логични последици од непочитување на правилата. На пример, ако едно дете постојано прави фаули додека игра фудбал, не само што ќе биде санкционирано од судијата со жолт или црвен картон, туку по некое време другите деца нема да сакаат да играат со него затоа што ќе се плашат да не ги повреди.

Главна активност 2

Децата се делат во групи по четворица и заедно треба да одберат едно или две правила во училиштето што им е најлесно да ги почитуваат и едно или две правила што им е најтешко да ги почитуваат и треба да објаснат зошто.

Потоа по еден претставник од секоја група го соопштува изборот и објаснувањето пред останатите.

Кога сите се готови наставничката повторно дава знак и групата прави уште еден џиновски чекор. Потоа повторно на даден знак сите прават уште еден џиновски чекор, притоа внимавајќи да не паднат.



Дискусија 2

1. Зошто некои правила е полесно да се почитуваат, а други потешко?
2. Што би можело да се направи за да се олесни почитувањето на одредени правила?

Заклучок

Може да постојат повеќе причини зашто некои правила потешко се почитуваат од останатите. Некои правила е потешко да се почитуваат затоа што се во делумна спротивност со некои наши желби па дури и потреби; некои ги чувствуваме за наметнати па затоа ни е тешко да ги почитуваме; некои пак се престроги па затоа и покрај значајните напори што ги вложуваме за нивно почитување, сепак и некое мало невнимание може да предизвика нивно прекршување итн. Одговорноста за почитување на правилата се зголемува доколку и самите ученици учествуваат во нивното донесување и доколку тие се доживуваат како корисни и фер за сите.

Завршна активност

Сите деца стојат во круг и почнува едно кое му се обраќа на детето лево од себе велејќи му: „Драга/драги дали ме сакаш?“ При тоа не смее да се насмевне, односно не смее да му се видат забите. Детето лево од него му одговара: „Да, драги/драга, многу те сакам, но за жал не смеам да ти се насмевам“. Исто така, внимавајќи притоа да не му се видат забите, односно да не се насмевне. Играта продолжува на истиот начин понатаму во круг, сè додека да дојде поздравот до детето што започнало.



Рефлексија

1. Што правевме?
2. Како се чувствувавме?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Содржина III-8: ГРАДЕЊЕ ПОЗИТИВЕН ОДНОС КОН СВОЈАТА ЗЕМЈА

Се очекува ученикот/ученичката да:

Знаења	<ul style="list-style-type: none">» ги знае симболите на сопствената земја (устав);» знае за поголем број убави нешта во својата земја (туристички и други атракции).
Вештини	<ul style="list-style-type: none">» умее позитивно да ја опише и да ја претстави својата земја во рамките на своите знаења;» учествува во активности со кои се презентираат достигнувањата на својата земја;» учествува во манифестации, натпревари, прослави поврзани со презентацијата на сопствената земја.
Ставови/ вредности	<ul style="list-style-type: none">» ги почитува симболите на идентитетот на сопствената земја;» се гордее што е државјанин на таа земја.

Работилница III–8.1: Во согласност со уставот или не?



Материјали:

- » работен лист за учениците III-8.1а: Во согласност со уставот или не?,
- » работен лист за учениците III-8.1б: Членови од уставот на Р. Македонија,

Главна активност 1

Сите ученици седат во круг и наставничката вели дека сега заеднички ќе состават приказна за Македонија. Таа приказна треба да содржи информации за Македонија во однос на големината, начинот на уредување, етничкиот состав, културните обележја, спортските постигања, природните убавини и слично. Прва започнува наставничката и кажува една реченица. Ученикот што седи до неа продолжува кажувајќи нова реченица и приказната продолжува сè додека да дојде наставничката повторно на ред. Во меѓувреме наставничката ја запишува заедничката приказна и таа може да се употреби во некоја друга прилика.



Дискусија 1

1. Кои се обележјата на нашата земја?
2. Ако треба нашата земја официјално да се претстави пред други, тогаш преку кои симболи накратко би ја претставиле?
3. Како изгледа знамето на Македонија?
4. А како изгледа грбот?
5. Која е химната на Македонија?
6. Што означува зборот УСТАВ?
7. Дали знаете какво уредување има нашата земја?
8. Дали луѓето во Македонија се рамноправни? Зошто е важно сите луѓе да се рамноправни меѓу себе?

Заклучок

Симболи преку кои накратко може да се претстави една земја се нејзините: знаме, грб и химна. Важно обележје на една земја е начинот на нејзиното политичко уредување, што се определува со Уставот на земјата (Македонија е република). Уставот претставува највисокиот закон на една држава – закон над законите. Со Уставот на Македонија се загарантирани правата на сите луѓе во државата, без оглед на нивниот пол, возраст, верска и национална припадност и други разлики. Со Уставот е определено дека сите се еднакви и имаат еднакви права. Сите закони во државата мора да се усогласени со уставот.

Главна активност 2

Учениците се делат во парови и секој пар добива по една ситуација од работниот лист за ученици „Во согласност со уставот или не?“ за која треба да процени дали е во согласност со уставот или не е. Истовремено, добиваат и по еден примерок од работниот лист за учениците „Членови во уставот“ кој треба да им послужи за определување на уставноста на постапката. Потоа по еден од паровите што имале иста ситуација го презентира и го објаснува ставот на парот, а останатите што ја имале таа ситуација дополнуваат. Постапката се повторува за сите ситуации.



Рефлексја

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Работилница III–8.2: Претстави ја Македонија



Материјали:

- » работен лист за учениците III-8.2a: Претставија Македонија како...
- » работен лист за учениците III-8.2b: Слики од Македонија,
- » селотејп,
- » лепило,
- » прибор за пишување,
- » прибор за боене,
- » хартија за пишување.

Воведна активност

Сите деца седат во круг и со броенка се избира дете кое треба да замисли еден град во Македонија или едно село во околината на нивниот град/село и да ја каже првата буква. Останатите треба да погодуваат. Детето што ќе погоди за кој град или село станувало збор, во следниот круг ја има улогата на оној што замислува и ја кажува првата буква, а останатите погаѓаат. Играта се повторува неколку пати.

Главна активност

Учениците се делат во групи и секоја група добива по еден комплет картички со знаменитостите на Македонија од работниот лист за учениците „Слики од Македонија“.

Потоа секоја група влече по едно ливче од работниот лист за учениците „Претстави ја Македонија како...“ на кое е напишано како треба да ја претстави Македонија и потоа треба од сите картички да ги изберат оние што ќе им послужат да ја претстават Македонија според задачата, а потоа треба да го осмислат и да го презентираат претставувањето.

По презентирањето секоја група се наградува со аплауз.



Дискусија

1. На какви начини вие ја претставивте нашата земја?
2. На кои други начини може да се претстави?
3. Кои се другите знаменитости и карактеристики на Македонија?
4. Кои чувства се раѓаат кога се зборува за својата земја со убави зборови?

Заклучок

Македонија изобилува со разни природни богатства, културно-историски знаменитости како и со специфични животински и растителни видови и храна. Некои (како наведените во работилницата) им се многу познати на сите, но има и многу други знаменитости кои се помалку познати и се специфични за одреден крај од земјата. Кога се презентира сопствената земја во позитивно светло се раѓаат пријатни чувства на гордост, љубов кон татковината и почит кон културно-историското наследство како и предизвик тоа да се чува и да се надградува.

Завршна активност

Учениците се делат во групи по четворица и играат „брза географија“. Најпрво се договараат областите за кои ќе треба да се пишува, а потоа еден ученик кажува една буква од азбуката и сите групи (секоја за себе) на лист хартија треба да напишат по едно нешто во секоја категорија што почнува на таа буква. Времето за пишување е ограничено и по истекот на договореното време сите треба да престанат и се преминува кон читање на напишаното и бодување. Ако само една група има различен одговор од другите, добива два поени; тие групи што имаат ист одговор по еден поен и тие што немаат одговор се без поени. Потоа поените се собираат и се определува краен збир. Играта потоа се повторува со друга буква. Победник е онаа група што освоила најмногу поени.

Пример за табела за „брза географија“.

ПЛАНИНА	РЕКА	ГРАД	СЕЛО	РАСТЕНИЕ	ЖИВОТНО	ЈАДЕЊЕ



Рефлексија

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Содржина III-9: ГРАДЕЊЕ ЧУВСТВО НА ОПШТОЦИВИЛИЗАЦИСКА ПРИПАДНОСТ

Се очекува ученикот/ученичката да:

Знаења	<ul style="list-style-type: none">» знае дека луѓето во светот имаат заеднички потреби и интереси;» знае за некои светски откритија и достигнувања.
Вештини	<ul style="list-style-type: none">» умее да најде и да презентира информации за цивилизациските постигнувања.
Ставови/ вредности	<ul style="list-style-type: none">» ја прифаќа припадноста на светската човечка заедница.

Работилница III–9.1: Светиот ѝо 20 години



Материјали:

- » работен лист за учениците III-9.1: Најголеми достигнувања,
- » листови за пишување,
- » прибор за пишување.

Воведна активност

Сите ученици стојат во круг и наставничката почнува со тоа што вели ЕВОЛУЦИЈА и ја врти главата кон ученикот десно од неа кој треба да го повтори зборот и да продолжи со исто движење надесно кон ученикот што стои до него. Така зборот треба да се пренесува понатаму во кругот. Секој од играчите има право еднаш да го употреби зборот РЕВОЛУЦИЈА и кога ќе го каже тој збор, насоката на пренесување на зборот се менува. Сега тој збор се пренесува најпрво до ученикот лево од оној што го кажал зборот и потоа тој продолжува исто така налево. По некое време, кога некој ученик ќе посака повторно може да ја смени насоката на пренесување на зборот со тоа што ќе каже РЕВОЛУЦИЈА.



Дискусија

1. Што значи еволуција? А што, револуција?
2. Како се развивале достигнувањата во човештвото, постепено, чекор по чекор, со постојано усовршување, или пак одеднаш, без претходни иновации?

Главна активност

Учениците се делат во групи и секоја група добива по една област со највисоките достигнувања во таа област во моментот од работниот прибор за ученици „Најголеми достигнувања“. Тие треба да го прочитаат напишаното и на посебен лист да напишат по три револуционерни работи што очекуваат дека ќе се постигнат во следните 20 години во истата област.

Потоа секоја група го презентира напишаното пред останатите.



Дискусија

1. Кои се најзначајните светски достигнувања што се случиле во последните 50 години?
2. Што им се овозможува на луѓето со нив?
3. Кому ми се наменети? Дали на сите луѓе им се потребни?
4. Дали сите луѓе ги уживаат? Зошто да/не?
5. Што би можело да се направи сите луѓе да имаат еднаков пристап до најкорисните светски достигнувања?
6. Како би изгледал светот доколку се остварат вашите замисли?



Рефлексија

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Заклучок

Еволуција е постепена квантитативна промена од нешто поедноставно кон нешто посложено, а револуција е брза, драматична промена во која се создава нешто сосема ново. Достигнувањата на човештвото се развивале и по пат на еволуција, постепено секојдневно работење на одреден проблем и негово усовршување од ден на ден (автомобил) или пак ненадејно, ново откритие кое во целост го менува текот на настаните (пеницилин). Научните откритија им припаѓаат на сите луѓе во светот, бидејќи сите луѓе имаат исти базични потреби. Сите луѓе треба да имаат пристап до нив за да можат во целост да ги искористат позитивните ефекти.

Работилница III–9.2: Ние сме виножито



Материјали:

- » работен лист за учениците III-9.2: Исти разлики,
- » работен лист за наставникот/наставничката: Ние сме виножито.

Главна активност 1

Секој ученик добива по еден примерок од работниот лист „Исти разлики“ со задача самостојно да го пополни наведувајќи по три сличности и по три разлики меѓу себеси и други пет категории луѓе.

Откако сите ќе го пополнат работниот лист, се формираат мали групи со 4–5 ученика. Учениците добиваат задача да ги споредат одговорите во рамките на малите групи.



Дискусија 1

1. Дали беше возможно за сите категории да се смислат сличности и разлики?
2. Што ви беше полесно да смислите, сличностите или разликите? Зошто?
3. Дали за различни категории или за различни работи ви беше потешко да смислите? Зошто?
4. Кои сличности се посебни – тие со другарите или тие со сите луѓе во светот? А разлики?

Главна активност 2

Наставникот ја чита приказната од работниот лист за наставникот/наставничката „Ние сме виножито“.



Дискусија 2

1. Како ви се допадна приказната?
2. Што мислите како се чувствувало детето кога се преселило во ново место?
3. Дали работите таму биле исти или различни како каде што живеело претходно?
4. Дали децата биле исти или различни како во местото каде што живееле претходно?
5. Во што се разликувале? А во што биле исти?
6. Дали ако детето отишло да живее на некое сосема друго место ќе има сличности и разлики со другите деца? Зошто?
7. Што мислите дека е заедничко за сите деца на светот? Што им треба за да можат да растат и да бидат среќни?
8. А сакаат ли сите да играат?

Сега ќе играме една игра што традиционално се игра во Кина и се вика кокошка и сокол.

Заклучок

Луѓето меѓу себе се разликуваат во низа работи (однесување, интереси, вкусови, навики, обичаи и многу други работи). Но имаат и голем број сличности. Некои луѓе независно што живеат во различни услови и средини може да имаат исти интереси или хобија. Најважно нешто по што луѓето се слични се нивните потреби за безбедност, почитување, пријателство, љубов, игра и забава, самоостварување и други.

Завршна игра

Со броенка се одредува едно дете да биде „сокол“ и едно дете да биде „кокошка“. Останатите деца се мали „пилиња“. Малите „пилиња“ се редат едно зад друго во линија зад „кокошката“ и треба да се држат со рацете за рамената како за „вовче“. „Кокошката“ ги предводи „пилињата“ и трча низ училницата, а „пилињата“ не смеат да се отпуштат едно од друго. „Соколот“ кружи околу нив и ако види дека некое „пиле“ се отпуштило, веднаш застанува меѓу него и претходното „пиле“ и со тоа се претвора во „пиле“, а детето што се отпуштило сега станува „сокол“.



Рефлексија

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Содржина III-10: ПЕРЦЕПИРАЊЕ ПОЗИТИВНИ МОДЕЛИ НА ИДЕНТИФИКАЦИЈА

Се очекува ученикот/ученичката да:

Знаења	<ul style="list-style-type: none"> » знае за луѓе кои на различен начин придонеле за развојот на човештвото; » знае за постигнувања на луѓето во различни професии; » познава луѓе од сопствената околина кои дале помош и поддршка на индивидуи и заедници; » знае за „херои“ од поблиската и подалечната историја на сопствената држава.
Вештини	<ul style="list-style-type: none"> » може да дискутира за различни начини на кои луѓето придонесуваат за развојот на локален и поширок план; » може да препознае луѓе кои придонеле за развојот на човештвото; » може да препознае кога некој е човек кој придонесува за заедницата (им прави добро на другите).
Ставови/ вредности	<ul style="list-style-type: none"> » сфати дека развојот на човештвото се базира на работата на многу поединци; » посакува да биде како луѓето кои дале голем придонес во развојот на човештвото; » ја сфати важноста на дејствувањето на луѓето од различни професии и занимања.

Работилница III–10.1: Сакам да бидам...



Материјали:

- » работен лист за учениците III-10.1: Различни професии,
- » лист хартија,
- » прибор за пишување,
- » селотејп,
- » кутија.

Воведна активност

Сите деца седат во круг и треба едно по едно да кажат со која професија би сакале да се занимаваат во иднина. Откако сите ќе кажат треба да се групираат оние кои избрале иста или слична професија. Доколку се случи некои ученици да останат сами, односно да се изјасниле за професија за која никој друг не се изјаснил, тие неколку ученици формираат своја група. Во формираните групи треба да продискутираат за причините поради кои се определиле за таа професија.

На крајот секоја група наведува неколку причини поради кои ја избрале таа професија.

Главна активност 1

Учениците се делат во групи и секоја група извлекува по едно ливче на кое е напишана одредена професија од работниот лист за учениците „Различни професии“ и треба да продискутираат за таа професија и потоа да напишат одговори на следниве прашања:

1. Што значи некој да е добар/добра.....?
2. Кои вештини и способности се потребни за успешно извршување на оваа професија?
3. Кои се убавите страни, она во што може да се ужива додека се работи оваа работа, а кои се непријатните?

Откако ќе завршат, еден претставник од секоја група ги презентира заклучоците на групата.



Дискусија 1

1. Дали за сите професии беа потребни исти способности и вештини? Зошто?
2. Што е потребно некој да биде успешен во својата професија?
3. Дали имаше некоја професија во која има само убави работи?
4. Дали имаше некоја професија во која има само непријатни работи?

Заклучок

Постојат огромен број професии со кои се занимаваат луѓето. За различни професии потребни се различни способности, знаења и вештини. Но, за сите професии, да си успешен значи да ги вложуваш сите свои знаења и способности до максимум, да сакаш постојано да учиш и да се усовршуваш и да постапуваш според професионалната етика. Сите професии имаат и нешта што се многу убави, но и не толку пријатни активности или задолженија.

Главна активност 2

Во истите групи учениците добиваат ливчиња на кои се напишани сите професии од истиот работен лист и нивна задача е да ги наредат во однос на тоа која професија со која/кои друга/други професии има допирни точки, односно како се поврзани меѓу себе. Потоа на еден лист хартија треба да ги залепат и да ги означат со линии и стрелки постојните релации.



Дискусија 2

1. Што мислите за поврзаноста на професиите?
2. Дали професиите се само поврзани меѓу себе или се зависни едни од други?
3. Како овие и други професии придонесуваат за развојот и добросостојбата на заедницата?

Заклучок

Голем број професии меѓу себе се поврзани и успешно остварување на една зависи од успешното остварување на друга/други професии. За да може да функционира заедницата, неопходно е добро работење на граѓаните во сите професии.

Завршна активност

Сите деца добиваат по едно ливче хартија и секој треба да запише по една професија и да го превитка ливчето за да не може да се чита. Потоа наставничката ги собира ливчињата во една кутија и откако ќе ги собере сите, повторно поминува покрај секој ученик и учениците влечат по едно ливче. Потоа се делат во парови и еден на друг со пантомима треба да ја покажат професијата што ја извлекле, а другиот од парот треба да ја погоди.



Рефлексија

1. Што правевме?
2. Како се чувствувавме?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Работилница III–10.2: Интервју



Материјали:

- » листови за цртање,
- » прибор за пишување,
- » табла и креда.

Воведна активност

Наставникот им вели на децата да размислат какви професии имаат нивните роднини и пријатели на родителите. Потоа секој треба да одбере една професија (по можност необична) и откако ќе се поделат во парови треба да ја погодат професијата што ја одбрал партнерот играјќи варијација на играта „бесилка“.

Во таа игра се пишува првата буква од замислениот збор, а за останатите букви се цртаат празни линии. На страна, за секоја кажана буква што ја нема во зборот се пишува по ред по една буква од зборот ПОГРЕШНО. Ако тој што погодува успее да го погоди зборот пред противникот да го испише зборот ПОГРЕШНО, тогаш тој е победник, а ако не успее, противникот му го кажува зборот. Потоа членовите на парот си ги менуваат улогите.

Главна активност

Наставникот бара од учениците да ги набројат професиите на сите што работат во училиштето и ги запишува на табла.

Наставникот ги дели учениците во групи по четворица и секоја група влече по едно ливче на кое е напишана една од претходно наброените професии и секоја група треба да се подготви за интервјуто на конкретно лице од таа професија од училиштето, преку кое ќе дознае што е потребно за вршење на таа професија и во што се состои вршењето на таа професија. Поканите потоа му ги предаваат на наставникот, кој им ги врачува на избраните лица од училиштето, и со нив се договара за времето и денот на интервјуирање.

Подготовката треба да го содржи следново:

– Учениците треба да нацртаат едноставна линија – „животна линија“ – која треба да го претставува животот на лицето што сакаат да го интервјуираат од неговото раѓање до сегашниот момент. Листот со нацртаната линија треба однапред да му го дадат на лицето што ќе го интервјуираат, за да може на неа да ги означат и да ги напишат важните моменти од својот живот врзани за професијата (кога и какво образование завршил/а, кога се вработил/а, на какви посебни обуки и кога одел/а, кога се вработил/а и каде....).

– Треба да подготват десетина прашања кои ќе се однесуваат на професијата на лицето што ќе го интервјуираат. Треба да се договорат кој/кои од нив ќе ги поставува прашањата и по кој редослед.

– Треба да направат покана со која го канат лицето да присуствува на нивниот час за да биде интервјуирано.



Дискусија

1. Каква е важноста на секоја професија?
2. Како секоја од нив придонесува училиштето да работи и да биде безбедно место за престој на учениците?
3. Како ви беше да подготвите прашања? Зошто?

Заклучок

Секоја професија што ја имаат луѓето во училиштето е важна и неопходна за нормално одвивање на наставата и безбедноста на учениците. Различните улоги меѓусебно се поврзани и се во односи на меѓузависност.



Рефлексја

1. Што правевме?
2. Како се чувствувавме?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Работилница III–10.3: Херои



Материјали:

- » табла и креда,
- » тенок картон,
- » хартија,
- » ножички,
- » подебел конец,
- » перфоратор,
- » прибор за пишување,
- » работен лист за учениците III-10.3: Мојот херој/херојка.

Главна активност 1

Наставничката бара од учениците низ мозочна бура да кажат кои карактеристики ги имаат хероите. Наведените карактеристики ги запишува на табла.

Потоа децата се делат во групи и секоја група треба да направи „херој-сендвич“. Децата од тенок картон сечат две парчиња во облик на парче леб, а потоа од обична хартија во истата форма сечат онолку парчиња колку што сметаат дека треба да додадат состојки во нивниот сендвич. Децата треба да изберат најмногу шест карактеристики што ги сметаат за најважни, за некој да се нарече херој. На секое од ливчињата ја запишуваат избраната карактеристика, а потоа ги вметнуваат меѓу парчињата леб. На крај прават дупки и ги поврзуваат со подебел конец – како книга. Потоа секоја група го презентира својот сендвич.



Дискусија 1

1. Како ви беше да се определите само за неколку карактеристики?
1. Дали имаше сличности или разлики меѓу вашите „сендвичи“? Зошто?
3. Дали хероите се само познати личности? Зошто?
4. Дали може херој да биде и некој од луѓето што го познаваме и среќаваме во секојдневниот живот?

Помислете на членовите на вашите семејства, другари, соседи, наставници, тренери и други. Дали некој од овие луѓе има карактеристики на кои вие им се воодушевувате? Дали некој од нив го сметате за свој херој?

Заклучок

Не се само познатите личности херои. Херои можат да бидат и обични луѓе од нашето секојдневие кои направиле нешто исклучително добро и важно за луѓето околу себе. Некои особини што може да ги имаат хероите се: упорност, дарожливост, пожртвуваност, храброст, професионалност, верба во доброто кај луѓето и др.

Главна активност 2

Секој ученик добива по еден примерок од работниот лист за ученици „Мојот херој/херојка“, на кој треба да го нацрта својот херој/херојка од секојдневието и да напише зошто токму него/неа го/ја избрал. Потоа треба да додаде три збора кои најдобро го опишуваат херојот и што научил од него/неа.

Учениците ги лепат своите цртежи со херои/херојки и сите деца ја разгледуваат изложбата.



Рефлексција

1. Што правевме?
2. Како се чувствувавме?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Содржина III-11: РАЗВИВАЊЕ КРИТИЧКИ ОДНОС КОН МЕДИУМИТЕ

Се очекува ученикот/ученичката да:

Знаења	<ul style="list-style-type: none">» знае медиуми и емисии кои се соодветни на неговата/нејзината возраст.
Вештини	<ul style="list-style-type: none">» може да консултира различни медиуми;» умее да бара различни информации од различни медиуми;» умее да споредува информации за ист настан добиени од различни медиуми;» може да процени дали одредени информации се разбирливи за него/неа или не.
Ставови/ вредности	<ul style="list-style-type: none">» го прифаќа значењето на информирањето;» ја согледа важноста од целосно и сестрано информирање.

Работилница III–11.1: Приказна на „други“



Материјали:

- » работен лист за учениците III-11.1: Геометриски форми,
- » листови хартија,
- » прибор за пишување,
- » селотејп,
- » работен лист за наставникот/наставничката: Волкот и Црвенкапа,
- » работен лист за наставникот/наставничката: Волкот и трите прасиња.

Главна активност 1

Децата се делат во парови и седат свртени со грб еден кон друг. Едното дете во парот има цртеж пред себе од работниот прибор за ученици „Геометриски форми“, на пример, камион. На својот партнер треба да му објасни што да црта, но без да му го кажува името на предметот. Значи, треба да му ги објасни деловите од цртежот и нивната просторна распределеност (на пр.: нацртај два круга поврзани со линија, над нив нацртај еден квадар, напред нека има две други крукчиња итн. Оној што слуша може да поставува прашања, но не смее да праша за кој предмет се работи. Кога сите ќе го нацртаат тоа што им го кажувал нивниот партнер се вртат и ја гледаат оригиналната слика. Потоа се прави изложба на оригиналите и на цртежите добиени со објаснување.



Дискусија 1

1. Дали има разлика меѓу оригиналот и цртежот?
2. Од каде доаѓаат тие разлики?
3. Што беше полесно, да слушаш или да даваш информации?
4. Дали можеме со зборови најточно да го искажеме она што го мислиме или што го гледаме?
5. Дали можеме да разбереме точно што мисли оној што ни раскажува нешто?
6. Дали за разбирањето меѓу луѓето би помогнало тие повеќе да ги опишуваат работите што ги мислат или што сакаат да ги кажат?

Заклучок

Најчесто има разлики меѓу оригиналот и цртежот и тие разлики потекнуваат од недоволно прецизно и јасно објаснување на предметот, како и од субјективноста на интерпретацијата на кажаното на оној што слуша.

Главна активност 2

Учениците седат во круг и наставникот најавува дека сите заеднички ќе се потсетуваат на старите добри приказни од нивното детство. Потоа бара еден од учениците накратко да ја раскаже приказната за Црвенкапа. По раскажувањето, ученикот добива аплауз од целата група. Од работниот лист за наставникот/наставничката „Волкот и Црвенкапа“, наставникот ја чита приказната за Црвенкапа раскажана од страна на волкот.



Дискусија 2

1. Како ви изгледаше Црвенкапа пред да ја чуете приказната на волкот?
2. А, како волкот?
3. Што чувствувате сега за Црвенката?
4. Што за волкот?

Главна активност 3

Наставникот бара еден од учениците накратко да ја раскаже приказната за трите прасиња што си изградиле куќи и волкот им ги рушел во обид да ги фати и да ги изеде. (Доколку во раскажувањето не излезе најсвирепата верзија во која волкот ги јаде прасињата откако ќе им ги сруши куќите, наставникот ја нагласува и неа.) По раскажувањето, ученикот добива аплауз од целата група. Од работниот лист за наставникот „Волкот и трите прасиња“, наставникот ја чита „вистинската“ приказна, според тоа како би ја раскажал волкот.



Дискусија 3

1. Дали се смени вашето мислење за волкот откако ја слушнавте оваа приказна? Зошто?
2. Дали е волкот во право? Има ли аргументи да му веруваме? Дали е неговата верзија помалку веројатна од класичните приказни?
3. Каде е вистината: во една од верзиите или во нова, обединета верзија?
4. Можете ли да се потсетите на ситуација кога за нешто сте мислеле на еден начин, а потоа сте го смениле мислењето кога сте ја слушнале верзијата на некој друг (или на другата страна)?
5. Како е со медиумите (телевизија, радио, весници, електронски медиуми)? Дали и во медиумите секогаш се даваат сите страни на еден настан?
6. Што треба да се направи за да се стекне поцелосна слика за тоа што навистина се случило?



Рефлексија

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Заклучок

За да изградиме правилно и реално гледање на работите и настаните, потребно е да имаме што е можно повеќе и попрецизни информации за нив. Многу е важно да се знае дека секое мислење, изградено врз основа на еднострано гледање на нештата, е пристрасно и претставува само дел од реалноста (онака како што изгледа во очите на известувачот).

За да изведеме правилен заклучок за некого или за нешто, неопходно е да ја погледнеме ситуацијата и низ „очите“ на другата страна. Ако сакаме целосно и сестрано да се информираме за некој настан мора да побараме и да прочитаме и да слушнеме различни верзии на настанот, односно информации од повеќе различни лица.

Волкот и Црвенкапа

– приказната на волкот –

Живеев во шума. Тоа беше мојот дом за кој се грижев и постојано се трудев да го одржувам чист и уреден. Еден сончев ден, додека го собирав ѓубрето што луѓето го беа оставиле зад себе, слушнав чекори. Кога сирнав зад дрвото, видов едно девојче, со корпа во раката, како оди по патот. Веднаш ми се причини сомнителна, бидејќи беше така чудно облечена – целата во црвено, со марама на глава, како да сакаше да не ја препознаат.

Иако знам дека за луѓето не треба да се суди врз основа на нивниот изглед, таа беше во мојата шума и ми изгледаше паметно да дознам нешто повеќе за неа. Ја прашав која е таа, од каде доаѓа и такви некои работи. Прво, безобразно ми одговори дека не разговара со непознати. Јас непознат? Јас, кој со целото свое семејство живеам во оваа шума, сум непознат!? На тоа, таа малку се смири и ми раскажа за нејзината баба. Баба ѝ била болна и таа ѝ носела ручек. Всушност, девојчето ми се виде искрено и помислив дека би било добро да ја научи лекцијата – дека не е во ред да се мотка низ туѓи куќи, така сомнително облечена.

Ја пуштив да си оди по патот, а јас по еден пократок пат побрзав до куќата на баба ѝ. Кога се сретнав со бабата, ѝ ја објаснив целата ситуација. Таа се согласи дека би било добро внука ѝ да научи малку подобро да се однесува кон другите. Се договоривме таа да биде скриена под креветот сè додека јас не ја повикам.

Кога стигна девојчето, ја повикав во спалната, каде што лежев во креветот облечен во облеката на баба ѝ. Со заруменети образи влезе во собата и веднаш направи една навредлива забелешка на сметка на моите уши. И порано ми се случувало некој да ме навреди, така што се обидов да не му додадам важност на тоа и едноставно прокоментирав дека моите големи уши ми служат за да ја чујам подобро. Со тоа сакав да кажам дека таа ми е симпатична и дека треба малку да обрне внимание како се изразува. Но, таа веднаш потоа направи една смешна забелешка на сметка на моите очи. Вам сигурно ви е јасно дека моите чувства кон малото девојче нагло почнаа да се менуваат така што во моите очи, од симпатично девојче, таа одеднаш стана едно многу непријатно суштество. Бидејќи бев искусен во контролирање на мојата лутина, јас само ѝ реков дека моите големи очи ми служат подобро да ја гледам.

Следната нејзина забелешка навистина ја премина секоја мерка. Јас и така имам проблеми со моите големи заби и последна работа што тоа девојче требаше да ја направи е да ме потсети на моите големи заби. Знаам дека не требаше така импулсивно да реагирам, но скокнав од креветот и ѝ зајржав дека моите големи заби добро ќе ми послужат за да ја изедам!

Морам веднаш да ви кажам дека еден волк никогаш не би изел едно девојче. Тоа секој го знае. Но, на мое големо изненадување, тоа глупаво девојче почна да трча низ куќата и да вреска како чукната. Потрчав по неа во обид да ја смирам, дури ја соблеков и облеката на баба ѝ. Но, одеднаш се слушна тропане и на вратата се појави шумарот – огромен човек со секира во рацете. Кога го видов сфатив дека се наоѓам во голема неволја. Брзо скокнав низ прозорецот и избегав.

Ќе беше добро тука да се завршеше целата работа, но бабата никогаш никому не му раскажа што навистина се случи. Набрзо се рашири глас дека јас сум едно ужасно суштество на кое не може да му се верува. Не знам што се случи потоа со девојчето, но можам да ви кажам дека јас до крајот на животот останав многу несреќен.

Работен лист за наставникот/наставничката: Волкот и трите прасиња - 2

Вистинската приказна за волкот и трите прасиња
раскажана од А. Волков

Уште во времето на – *си беше егнаш* – еден вторник си седев јас дома и си матев шлаг за торта за мојата најдобра пријателка што сите ја викаме Бабичка. Имав и некоја глупава настинка – се скинав од кивање. И згора на сè, ми снема шеќер.

Решив да отидам до кај соседот да побарам еден филџан шеќер. А најблизок сосед ми беше едно прасе. И не беше баш меѓу најпаметните. Си имаше направено куќа од слама. Да не ти се верува! Цела куќа направена од слама. Мислам, па стварно, кој при здрав памет прави куќа од слама?

И нормално, штом тропнав на вратата, таа цела се распадна. Јас не сакав туку-така некому да му влезам в куќи, па од врата викнав: „Прасенце, прасенце, тука ли си?“ Никаков одговор... И таман сакав да се завртам и да си одам накај дома, да му оставам писменце на прасенцето дека ми е жал што му ја искршив вратата и дека ќе му помогнам да си направи нова, кога ми дојде да кивнам. Е па да знаете, јас не сум од оние што киваат како маче. Кога ми се кива, јас целиот се полнам воздух и викам едно силно: ААААААА-ПЧИХА!!! ... И кивнав. Онака, од големите...

И знаете што се случи? Целата онаа сламена куќа падна. И кога, сред куќата, го гледам првото мало прасе, мртво како шајка. Цело време било дома, ама џабе, кога ги отегнало папците. Мене ми се гледаше глупаво да оставам толку фино јадење да скапе сред таа слама, па си го изедов. Не ме гледајте чудно, и вие да видите хамбургер оставен сред маса и вие ќе го изедете.

Сега, така поднајаден, ми беше многу подобро. Ама сè уште немав шеќер за роденденот на мојата драга Бабичка. Па тргнав кај следниот сосед – второто мало прасе. Овој му беше брат на претходното прасе. Беше малку попаметен од брат му, ама не дека Ајнштајн му е роднина. Неговата куќа беше направена од гранки.

Засвонив на вратата. Никој не отвори. Викнав: „Прасе, прасе, тука ли си?“ Овој пат ми одговори: „Алекс, не можам да ти отворам, се бричам. Дојди друг пат“. И јас тамам да ја пуштам кваката и да тргнав накај дома, кога пак ми дојде да кивнам. Се обидов да се воздржам, дури и го затнав носот. Ама џабе. Толку силно кивнав што цела шума почна да ечи.

А куќата..., па од неа остана само кваката кај мене в рака. Кога се расчисти прашината, гледам и второво прасе испуштило душа како првото. И што да правам. Греота е да се расипува храната. Не дека ми се јадеше многу, ама ќе ме гризе совест дека сум го оставил сиротото прасенце да лежи таму и да скапува. Така-вака, малку по малку, едвај некако го изедов и него. И морав да попуштам едно копче од каишот.

Ми беше малку подобро со настинката. Ама пак останав без шеќер. И тргнав кон следниот сосед. Овој им беше брат на првите две прасенца и изгледа дека беше најпаметниот од нив. Куќата му беше направена од тули, како и на сите нормални на светов. А и просторно му беше добро решена.

Тропнав и кај него. Никој не ми одговори. Викнав: „Прасе, прасе, дома ли си?“ И, знаете што ми рече, прасе никакво: „Алекс, бегај дома и не ми досадувај многу!“ Уф, ама сме „љубезни“... А гарант имаше цела вреќа шеќер. И не сакаше да ми даде ни едно мало филџанче за тортата на другарка ми – Бабичка. А после ќе знае да крка на забавата. Свиња ниедна!!! Ама, ај, си реков, ќе одам дома и место торта ќе ѝ направам некоја убава честитка, кога ете ти пак ми дојде да кивнам. И пак згрмев едно кивање од петици. А прасето уште ми се смее и ми вика: „Бабичка нека цркне ако сака!“

Види вака... Јас сум инаку мирен човек, мислам волк. Ама кога некој ја навредува Бабичка, не може лесно да помине. Кога дојдоа полицајците, јас сè уште се обидував да му ја скршам вратата на третото мало прасе, и згора на сè, се отепував од кивање и викање, што да ви кажувам – баш изгледав како будала.

Што се случи потоа, веќе ви е јасно. Новинарите дознаа за двете прасиња што претходно ги изедов. Веројатно мислеа дека приказна за еден настинат волк кој оди да позајми шеќер за торта, не е приказна како за насловна страница. Па си направија приказна за еден ГОЛЕМ ЛОШ ВОЛК, кој дува и руши куќи каде што ќе стигне.

Тоа е тоа. Вистинската приказна. Ме наместија...

автор на приказната: Јон Сциеска

Работилница III–11.2: Програма за деца?!



Материјали:

- » хартија за пишување,
- » прибор за пишување,
- » работен лист за учениците III-11.2а: Знаците за категоризација,
- » работен лист за учениците III-11.2б: Објаснувањата на категориите.

Главна активност 1

Секое дете треба да напише на лист хартија кои емисии на телевизија најмногу ги гледа и во кој временски период од денот (серии, цртани филмови, спортски натпревари, музички емисии, играни филмови, контактни програми, шоа во живо, реално шоу, научно-документарни програми...)

емисија/програма	час
1.	
2.	
3.	

Откако ќе напишат, наставничката ги собира ливчињата и на табла ги запишува наведените емисии и покрај секоја емисија што се повторува става по една линија.

На крај ги собира линиите и соопштува кои емисии во просек се најгледани од децата во ова одделение.



Дискусија 1

1. Што мислите дали повеќето телевизиски содржини што ги гледате се соодветни или не се соодветни на вашата возраст? Зошто?
2. По што може да дознаете дали некоја содржина е соодветна за вашата возраст?
3. Дали сите програми на телевизија смеат и треба да ги гледаат деца? Зошто?
4. Кои содржини особено можат да бидат вознемирувачки и штетни за деца?
5. А што мислите дека е во целост забрането да се прикажува на националните телевизиски канали?
6. Дали некогаш сте забележале некаква ознака на телевизиската програма што ќе следи, а се однесува на тоа за која возрасна категорија е наменета?

Заклучок

Не се сите телевизиски програми и емисии соодветни за деца. Особено вознемирувачки содржини се оние во кои е претставено насилство, еротика, сексуално однесување забрането со закон, непристоен (вulgарен) говор, сугестивни облици на однесување лесни за имитација, а опасни за здравјето и безбедноста, поведение навредливо за човечкото достоинство и слично.

Советот за радиодифузна дејност според одреден правилник врши рангирање и означување на радиопрограмите и телевизиските програми што можат штетно да влијаат врз младите и според него сите емисии што се прикажуваат на ТВ мора пред почетокот да бидат означени со соодветен знак кој укажува на препорачаната возраст на публиката на која и е наменета програмата.

Главна активност 2

Учениците се делат во групи и секоја група добива по еден примерок од работниот лист за ученици „Знаците за категоризација на програмите“ и од работниот лист за ученици „Објаснувањата на категориите“ исечен по линиите. Нивна задача е да ги поврзат знаците со соодветното објаснување, а потоа по случаен избор да добијат (наставничката определува кои) три различни ТВ емисии/програми од претходно наведените како најгледани и да се обидат тие програми да ги класифицираат во една од понудените категории.



Дискусија 2

1. Како ви беше да ја завршите задачата? Имавте ли некаде потешкотии?
2. На која категорија припаѓаат емисиите што вие најчесто ги гледате?
3. Дали по овие сознанија би промениле нешто во изборот на емисиите/програмите што ги гледате? Што? Зошто?



Рефлексија

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Содржина III-12: КОРИСТЕЊЕ НА ИНСТИТУЦИИ ЗА ЗАШТИТА И БЕЗБЕДНОСТ

Се очекува ученикот/ученичката да:

Знаења	<ul style="list-style-type: none">» знае кои институции во државата овозможуваат заштита и безбедност;» знае што прават тие и со што се занимаваат.
Вештини	<ul style="list-style-type: none">» умее да го искаже проблемот што го има и за кој бара помош;» умее да се обрати до конкретна институција.
Ставови/ вредности	<ul style="list-style-type: none">» го сфати значењето на овие институции;» го прифати влијанието на институциите и користа од нивното постоење;» ги почитува луѓето кои работат во овие институции и ја цени дејноста што ја вршат;» верува дека може да добие заштита и помош во институциите.

Работилница III–12.1: Институции за заштита



Материјали:

- » работен лист за учениците III-12.1а: Поле за играње,
- » прибор за пишување,
- » работен лист за учениците III-12.1б: Ситуации на повредување, малтретирање или понижување,
- » работен лист за наставникот/наставничката: Реакција на децата,
- » голем лист хартија,
- » фломастери.

Воведна активност

Учениците се делата во парови и веднаш потоа два по два пара треба да формираат четворки. Секоја група добива по еден примерок од работниот лист за учениците „Поле за играње“ и молив. Потоа секој пар се договара каде ќе ги напише следниве зборови, без да види другиот пар.

- » РОДИТЕЛ
- » НАСТАВНИК
- » ПСИХОЛОГ
- » ПОЛИЦИЈА

Потоа треба да ги погодат зборовите, односно нивната положба на листот на противничкиот пар. Паровите настапуваат наизменично и кажуваат буква и бројка која го дефинира полето што сакаат да биде откриено. На пример првиот пар може да каже: „Отвори 4 В“, и противничкиот пар треба да каже дали на тоа поле има буква или е празно. Ако е празно, двата пара го означуваат на ливчето со Х и сега на ред е да погодува вториот пар. А доколку на полето има буква тогаш, првиот пар продолжува со погодување сè додека не налета на празно поле, по што продолжува следниот пар. Играта завршува кога еден од паровите ќе ги открие сите зборови.

(Играта е варијанта на популарната игра Подморница.)

Пример:

	А	Б	В	Г	Д	Ѓ	Е	Ж	З	С
1										
2	Н	А	С	Т	А	В	Н	И	К	
3			Р							
4			О							
5			Д	П	С	И	Х	Л	О	Г
6			И							
7			Т							
8			Е							
9			Л							
10	П	О	Л	И	Ц	И	Ј	А		

Главна активност

Наставникот бара деца – „доброволци“ кои ги дели во три групи. Секоја група добива по една од ситуациите претставени во работниот лист за учениците која треба да ја прочитаат и да се договараат како ќе ја одглумат. По десетина минути подготовка, секоја група со глумење ја претставува ситуацијата, а потоа се анализираат, се утврдува повредата и се сугерира реакцијата на децата.

Работниот лист за наставникот/наставничката „Реакција на децата“ може да послужи како насока за коментирање на ситуациите.



Дискусија

1. Што мислите за овие ситуации?
2. Дали се случуваат вакви работи во животот?
3. Дали вие сте доживеале нешто слично?
4. Дали мислите дека е правилно децата да бидат казнувани со тепање?
5. Кога вие ќе имате дете, како ќе се однесувате кон него?
6. Како можеме ние да си помогнеме меѓу себе кога ќе станеме жртви на вакво однесување на возрасните?
7. Од кого можеме да побараме помош?



Рефлексија

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Заклучок

Детето не смее да биде малтретирано од никого на каков било начин. Малтретирањето и нечовечното постапување или понижувачко однесување не можат да бидат оправдани со нивното лошо поведење, грешка што ја направиле или однос постар–помлад, родител–дете, наставник/наставничка–ученик. Никој не треба да поднесува сопствено или малтретирање на други. Во случај на малтретирање, детето треба да се обрати на родител, наставник, класен раководител, педагогот, психологот во училиштето, СОС-телефон за заштита на деца – жртви на насилство, социјален работник во центарот за социјална заштита или, при драстични случаи на големо насилство, да се пријави во полиција.

Работен лист за наставникот/наставничката: Реакција на децата

Прва ситуација – во моментот, доколку е потребно, реакција кај родителите со цел да се преземе нешто.

Втора ситуација – наставникот се замолува да се смири и заедно со децата да ја анализира ситуацијата. Доколку ова не успее, децата треба да го пријават однесувањето на наставникот на: директорот, педагогот или психологот; да побараат соодветна реакција од нив и да го објаснат случајот пред своите родители.

Трета ситуација – да се обидат да им објаснат на родителите дека можат да седнат да поразговараат за проблемот, заедно да ги најдат причините за слабата оценка, да побараат решение. За насилно однесување на родителите може да се разговара со: педагогот, психологот во училиштето, со наставникот, со социјален работник во центарот за социјална заштита или, при драстични случаи на големо насилство, да се пријави во полиција.

Работилница III–12.2: Кога си во неволја, јави се на...



Материјали:

- » големи листови хартија,
- » прибор за цртање,
- » прибор за пишување,
- » селотејп.

Воведна активност

Сите деца седат во круг и наставничката бара да ги затворат очите и да се обидат да се сетат на место и ситуација во која се чувствувале сосема безбедно. Треба да се обидат да се сетат каде биле тогаш, со кого, како се чувствувале и зошто се чувствувале така. По неколку минути може да ги отворат очите и неколкумина доброволци да кажат за тоа каде и кога се чувствувале сигурно и безбедно.

Главна активност

Учениците се делат во три групи и секоја група добива задача да смисли и да нацрта или да напише, на голем лист хартија, како во даденото опкружување самите деца се грижат за својата безбедност и сигурност и како и кој може да им помогне доколку сепак се најдат во небезбедна или опасна ситуација.

- I група – во домот,
- II група – надвор,
- III група – во училиште.

Откако ќе завршат, по еден претставник од секоја група го презентира напишаното/нацртаното пред останатите и го лепи листот хартија на видно место во училиницата.



Дискусија

1. Кој се одговорен за нашата безбедност?
2. Дали и колку да се грижиме самите за својата безбедност, сепак може да ни се случи некоја непријатност или да западнеме во неволја?
3. Кој може да ни помогне во тие ситуации?
4. Кои служби и институции на државата можат да ни помогнат во ситуации на загрозување на нашата безбедност?
5. Дали ги знаете телефонските броеви на итните служби?

Наставничката ги запишува на табла

ПОЛИЦИЈА	192
ПРОТИВПОЖАРНА БРИГАДА	193
БРЗА ПОМОШ	194
АМСМ – помош на патишта	196
СОС-телефон за деца и млади	0800 1 22 22
НАРОДЕН ПРАВОБРАНИТЕЛ	02 3129 351

6. Зошто е важно да ги знаеме на памет овие броеви?
7. Што треба да кажеме кога ќе се јавиме на некој од овие броеви?
8. Дали навистина овие институции и служби ни се неопходни или пак и самите можеме да си помогнеме без да ги вклучуваме и нив? Зошто?
9. Дали за работа во овие служби потребно е луѓето кои се обучени да ја вршат работата или може кој било да работи? Зошто?

Заклучок

Освен што самите се грижиме за сопствената безбедност, постојат и државни институции и служби што овозможуваат заштита и безбедност на граѓаните во една држава. Некои од нив се полиција, противпожарна бригада, брза помош, АМСМ, народен правобранител, СОС-телефон за деца жртви на насилство и други. Важно е да ги знаеме телефонските броеви на овие служби на памет за да можеме брзо да се јавиме и да побараме помош кога сме загрозувани. Во овие служби работат професионалци кои се посебно обучени за работа во областа и нивна задача е да интервенираат и да помагаат секогаш кога ќе бидат повикани. Овие телефонски броеви не служат за забава и за испраќање лажни повици. Кога ќе се јавиме на некој од нив треба да се претставиме, накучо во неколку реченици да го кажеме проблемот и точната адреса каде сакаме да дојде помошта. Многу е важно да останеме смирени додека зборуваме за да можат да нè разберат точно и правилно.



Рефлексија

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?



IV тема: ЈАС И ЗДРАВЈЕТО - ЗДРАВО ЖИВЕЕЊЕ

Содржина IV-1: СТЕКНУВАЊЕ НАВИКИ ЗА ЗДРАВА ИСХРАНА

Се очекува ученикот/ученичката да:

Знаења	<ul style="list-style-type: none">» ги знае различните видови здрава храна;» знае како храната влијае врз болести и превенција од болести (видот, обработка, подготовка и чување);» знае како правилно се консумира храната (посебно одвоено време и место).
Вештини	<ul style="list-style-type: none">» умее да направи избор на разнообразна храна;» умее да подготвува едноставен балансиран оброк (сендвичи, салата) за себе;» умее правилно да ја консумира храната.
Ставови/ вредности	<ul style="list-style-type: none">» ја сфаќа важноста на здравата исхрана за здравјето и правилниот развој на телото;» сфаќа дека дел од болестите се предизвикани од несоодветна храна и неправилна исхрана (труење, дијареја, повраќање);» сфаќа дека недоволното, преобемното и небалансираното јадење е штетно по здравјето.

Работилница IV–1.1 Барометар што троши калории



Материјали:

- » работен лист за наставникот/наставничката: Тврдења.

Главна активност

Сите стојат во круг. На два спротивни краја од училницата се лепат листови од кои на едниот пишува „се согласувам“ а на другиот „не се согласувам“. На учениците им се кажува дека доколку се согласуваат со тврдењето кое наставникот ќе им го прочита застануваат на страната на училницата каде што пишува „се согласувам“, а доколку не се согласуваат, застануваат на страната на која пишува „не се согласувам“. Откако се позиционираат, се прашуваат зошто го направиле тој избор и се прави мала дискусија по секое прашање. Им се читаат следниве тврдења од работниот лист за наставникот/наставничката „Тврдења“.



Рефлексija

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Заклучок

Храната е извор на енергија на нашите тела. Многу често се заборава дека треба да се обраќа сериозно внимание на тоа како, колку често и каква храна јадеме.

- » Доколку детето е многу гладно, може да јаде без да ги измие рацете, ако не му се многу валкани.
- » Дали ќе јадеш на маса или пред телевизор е сеедно, доколку го јадеш она што треба. (Како што е важен изборот на храната, исто така е важно, кога се јаде, целото внимание да е насочено кон јадењето, за да не се прејадуваме, за да имаме свест за процесот на јадење.)
- » Чипсовите се храна како и секоја друга. (Чипсовите се продаваат како храна, но во нив не се содржи ништо што е корисно или здраво за нашиот организам, напротив чипсовите содржат само материи кои се штетни за здравјето. Чипсовите содржат и канцерогени материи).
- » Зеленчукот треба да се јаде затоа што мајките, татковците или бабите така сакаат. (Зеленчукот е важен извор на витамини, минерали и растителни влакна како и протеини кои се многу важни за растење и правилен развој.)
- » Хамбургерите се здрава храна затоа што содржат житарки, месо и зеленчук. (Точно е дека хамбургерите содржат житарки, месо и зеленчук, но начинот на нивно подготвување воопшто не е здрав. Лебот можеби и не е нездрав иако би било подобро да е од интегрално брашно, зеленчукот е често само малку застапен и не секогаш е добро измиен, додека месото е приготвено на многу неправилен начин – скара – и од храна се претвора во штетна материја, затоа што е преполно со маснотии. Хамбургерите, како и другата брза храна, не спаѓаат во здрава храна.)
- » Овошјето е измислено за да се измачуваат децата што не сакаат да го јадат. (Овошјето е важен извор на витамини, минерали и растителни влакна кои се многу важни за растење и правилен развој.)
- » Сеедно е дали на големиот одмор ќе јадеш грицки или банана. (Грицките се можеби повкусни, но ретко се добри, најчесто се според квалитет/неквалитет слични на брзата храна.)
- » Грав се јаде само за да се загадува околината. (Гравот е важен извор на протеини.)
- » Може да се јаде додека се оди.
- » Спанаќот е едно зелено и лигаво тревиште кое служи за казнување деца. (Спанаќот има специфичен вкус и мирис на кој се навикнуваме, многу е богат со железо и некои витамини кои се многу важни за правилниот раст на децата. Доколку варен спанаќ не ни е вкусен, може да се обидеме да го јадеме во пити или да си направиме салата)
- » Во месото има белковини, витамини и минерали кои ги нема во другите видови храна. (Месото е најбогат извор на белковини, витамин B12, кој е многу редок и со мал процент застапен во другите видови храна и е богат извор на железо. Некои деца не јадат месо, но доколку не јадат месо, важно е многу да се внимава како ќе ги надополнат овие материи.)

Работилница IV–1.2 Пирамида на исхрана



Материјали:

- » работен лист за наставникот/наставничката: Пирамида на исхрана,
- » работен лист за наставникот/наставничката: Животот и делото на една пуканка.

Воведна активност

Учениците се делат на две групи. Треба да има доволно простор двете групи да се наредат во паралелни редови, завртени едни кон други (во вид на „шпалир“), а меѓу паралелните редови треба да има околу еден метар. Наизменично прво од едниот па од другиот ред децата поминуваат низ „шпалирот“ глумејќи залак храна. Децата од „шпалирот“ се делови од системот на органите за варење и со испружени раце прават движења горе-долу, клекнувајќи и станувајќи наизменично, со различно темпо. Сите деца треба да поминат да бидат храна (низ „шпалирот“) и дел од системот за варење (дел од „шпалирот“).

Главна активност

Наставничката на таблата црта едноставна силуета на човечко суштество. На целата група им поставува прашања и одговорите (сосема накосо) ги запишува во силуетата на таблата. Откако ќе се запишат сите одговори на едно прашање, се коментираат, се потпрашува, се дообјаснува и се резимира (не се коментира додека се запишуваат одговорите).

Зошто ни е потребна храна?

(Храната ни треба за енергија, таа е градежен материјал за растење на телото, има витамини, минерали важни за процесите на метаболизмот).

Зошто ни е потребна водата? (За растворање на храната, за отстранување на отровите од телото, за регулирање на температурата на телото.) Колку долго може да се издржи без вода?

Се покажува пирамидата на исхрана. Од децата се бара доброволно да објаснат некои делови од пирамидата. Пожелно е да се нацрта на некој голем лист и да се залепи на ѕидот за да може да ја гледаат учениците во текот на целата година, посебно кога се работи на здрава исхрана.

Заклучок !

На нашите тела им е потребна храна и вода за да можат да функционираат. Без храна можеме да издржиме неколку недели, а без вода, само неколку дена. Потребно е да се внесува разновидна и балансирана храна. За пиење е најдобро да се користи вода.

Завршна активност

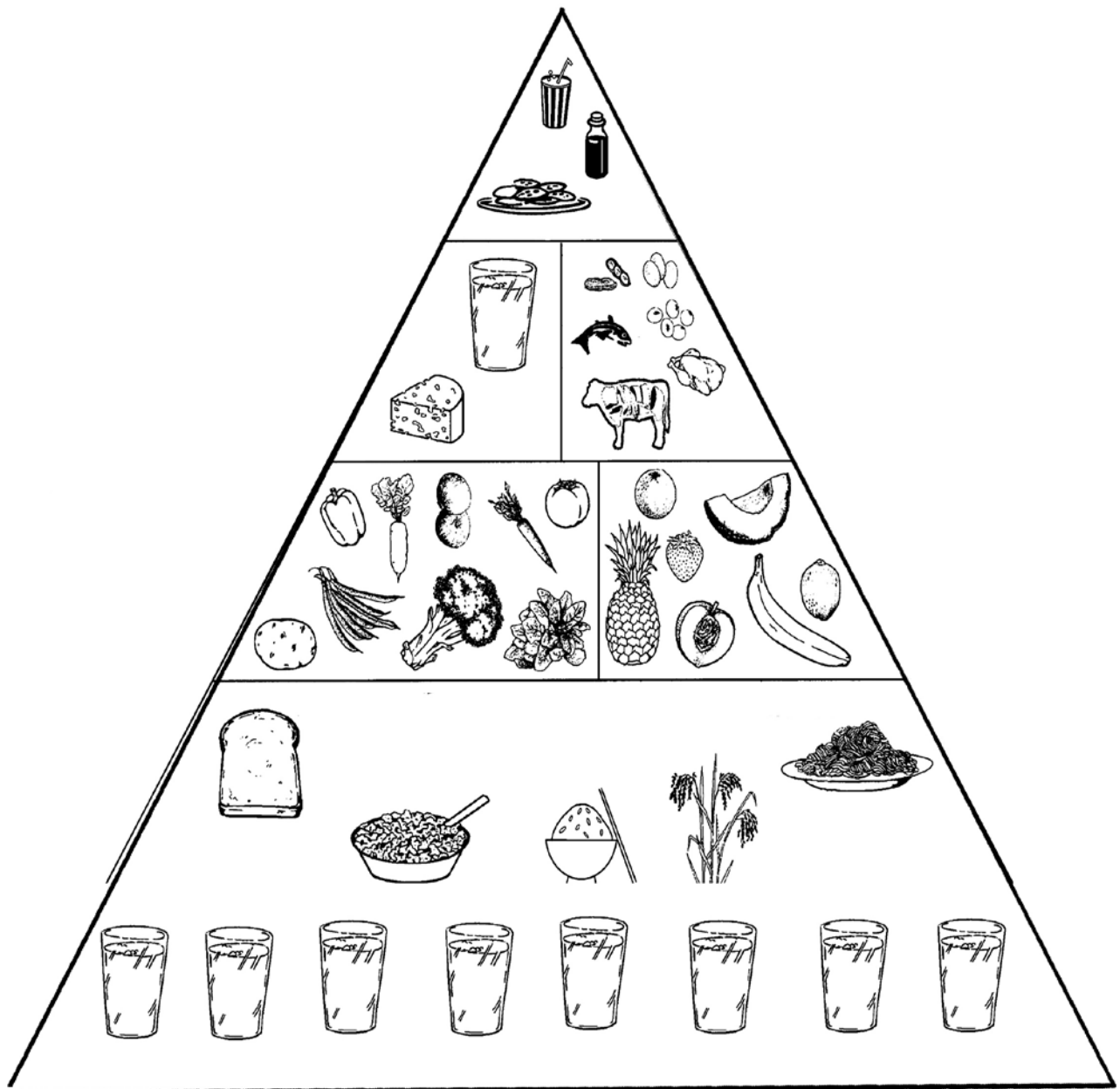
Сите стојат во кругот. Во оваа активност се очекува од учесниците да го прават она што го прави или му се случува на главниот женски лик во приказната. А тоа е една пуканка. Наставничката ги чита инструкциите од работниот лист за наставникот/наставничката „Животот и делото на една пуканка“ (зборовите кои се со големи букви, наставникот ги чита нагласено и побавно – тоа е она што се очекува децата да го прават).



Рефлексија

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

ПРЕПОРАЧАНИОТ ОДНОС НА ЗДРАВО
ИЗБАЛАНСИРАНА ИСХРАНА , СПОРЕД СВЕТСКАТА
ЗДРАВСТВЕНА ОРГАНИЗАЦИЈА



Се роди на едно оооогромно жолто поле со пченка каде што ветрот ги дуваше стеблата кои весело се НИШАА по полето. Се НИШАА НАЛЕВО и се НИШАА НАДЕСНО. Сите зрнца пченка уживаа и СЕ СМЕЕЈА на цел глас на секој налет на ветрот. И така цело лето. РАСТЕА, зрееја и уживаа. Кога дојде комбајнот да ги жнее, малку се ПОТРЕСОА од страв. Ама веднаш сфатија дека не е страшно. Комбајнот ги ВРТЕШЕ на сите страни. ГОРЕ, ДОЛУ, ЛЕВО и ДЕСНО. ВИКАА од уживанција. Ги однесоа во фабриката и ги спакуваа ЗБИЕНИ едно до друго. Им беше тесно. Неднаш се почувствува некој потрес. Пакувањето се отвори и зрната едно по едно СКОКАА и викаа ЈУХУУУУУ!!!! Ги дочека врело масло, ама ептен жешко, па од топлината нашата пуканка се СКЛОПЧА како дете кога КЛЕКНУВА. Почна да се поти и да чувствува некаква вознемиреност и внатрешна сила. СЕ повеќе и повеќе. И уште повеќе. И беше жешко, неподносливо врело. И наеднаш доби толку сила па СКОКНА виисоко викајќи ЖЕШКО ЕЕЕЕЕ !!!! И се РАСЦВЕТА.

Работилница IV–1.3 Жежок компир



Материјали:

- » стуткана топка од хартија (со големина на тениско топче),
- » две кафени лажичиња,
- » неколку зрна грав (7–10),
- » работен лист за учениците IV-1.3: Прехранбени продукти 1,
- » прибор за пишување.

Воведна активност

Учениците седат во круг. Наставничката почнува да кажува дека оваа топка од хартија може лесно да се претвори во жежок компир. Целта на активноста е да се пренесе компирот, сите да си ги згреат рацете, што е можно побрзо, но без да падне на земја. Таа го држи во дланките и означува почеток. Треба да глуми дека навистина држи жежок компир во рацете. Задача на секој ученик е да го прими и да го пренесе компирот до детето кое седи до него, притоа глумејќи дека држи жежок компир. Наставничката поттикнува (дава пример) како се глуми држењето на жешкиот компир. Може да се повтори неколку пати.

Главна активност

Учениците се делат во четири групи. Им се дава листот со прехранбени продукти. На групите им се дава по една од следниве задачи:

- » Кои од овие продукти треба најмногу да ги јадеме кога сме болни? Зошто?
- » Како треба да се подготват овие продукти за да можат да се јадат? Зошто?
- » Како треба да се чуваат овие продукти за да можат да се јадат? Зошто?
- » Кои од овие продукти треба повеќе, а кои помалку да се јадат за да се биде здрав? Зошто?

По петнаесетина минути групите презентираат.



Дискусија

1. Што знаеме за лимоните? Каков вкус имаат? Зошто се кисели? (Богати се со витамин Ц).
2. Што знаеме за млекото и за млечните производи? Какви се по боја? А по вкус?
3. Како се добива сирењето? Каде треба да се чува? Зошто?
4. Каде се чува јогуртот? Зошто? Пробал ли некој јогурт кој бил заборавен во фрижидер подолго време? Каков вкус има?
5. Дали некој јадел јајца кои не се од кокошка? Какви? (Гуска, потполошка, ној.) На кои начини можат да се јадат јајцата? Колку долго можат да стојат испржени или живи без да се расипат? Дали е исто доколку се во фрижидер или на балкон?
6. Што знаеме за чипсовите и грицките? Од што се прават? Што содржат?
7. А што е со кексите? Од што се направени?

Заклучок

Видот, количината и распоредот на храната во текот на оброците значајно влијае врз општата состојба на организмот, без разлика дали е некој болен или здрав. Во различни ситуации или состојби имаме потреба од различни видови храна, во зависност од ситуацијата или од состојбата. Различни видови храна бараат различен третман (чување). Чипсовите, кексите и грицките се многу популарни, но се многу штетни по здравјето. Чипсовите се прават од најразлични состојки, има брашно, компири, скроб и многу нешта кои имаат комплицирано име и непознати карактеристики. Често се многу мрсни и немаат никакви минерали или витамини. Немаат ни белковини. Кексите содржат брашно, засладувачи, најчесто шеќер, вештачки ароми, чоколади и многу хемикалии со комплицирани имиња и непознати карактеристики. Во една порција тие најчесто имаат толку многу шеќер што е доволен за еден човек за неколку дена, или пак енергија за да се истрчаат барем три километри.

Завршна активност

Учениците се делат на две групи со еднаков број (доколку се непарен број, наставничката учествува). Групите се собираат на едниот крај на училницата, едната во левиот, другата во десниот агол. Се означува стартна линија. На другиот крај на училницата се поставуваат две столчиња, а другите столчиња се тргаат на страна за да може слободно да се поминува. Групите назначуваат едно дете да почне. Тоа дете, позиционирано на стартната линија, добива едно

кафено лажиче со три зрна грав. Секое дете од групата треба по еднаш да почне од стартната линија, најбрзо што може да направи круг околу столчето и да се врати на почеток и да го предаде лажичето со гравчињата на наредното дете, притоа внимавајќи да не му испаднат зрната грав. Доколку му испаднат, треба да истрча уште еден круг. Победува онаа група која побрзо ќе заврши.



Рефлексија

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Работилница IV–1.4 Салаџа или сендвич?



Материјали:

- » работен лист за наставникот/наставничката: Пирамида на исхрана (од работилницата IV–1.2 „Пирамида на исхрана“),
- » работен лист за учениците IV-1.4: Прехранбени продукти 2.

Воведна активност

Учениците стојат во круг. Откога ќе се даде знак за почеток на активноста треба да почнат слободно да се движат во кругот. На дадена инструкција „сендвич“ треба да се наредат во линија најмалку три ученици, без да се допираат меѓусебно, доколку некои останат, двајца или само едно дете, треба што поскоро да се приклучат на некоја веќе формирана фигура. На дадена инструкција „салаџа“, три-четири ученици (во зависност од големината на одделението) се држат за раце, а двајца-тројца се позиционираат внатре во кругот кој го формираат тие кои се држат за раце. Секое дете може да се вметне во која и да е салатата доколку не е дел од некоја фигура. На инструкција „шџаџеџи“, две-три деца се фаќаат за раце и ги испржуваат и формираат линија. На дадена инструкција „џавче-џравче“ сите клекнуваат на подот. Инструкциите се повторуваат наизменично, без определен редослед, сè побрзо и побрзо.

Главна активност

Учесниците се делат во четири групи. На секоја група ѝ се дава работниот лист со пирамидата на исхрана. Исто така им се дава и листот со различни видови прехранбени продукти. На две групи им се дава задача да се одлучат кои продукти од листот ќе ги вклучат за да направат добра салатата, според пирамидата на исхрана, а на другите две им се дава задача да смислат сендвич. Кога ќе завршат можат да им дадат име на своите салати и сендвичи. По петнаесетина минути, групите го презентираат сработеното.



Дискусија

1. Како се прави сендвич?
2. Како се прави салатата?
3. Кои производи ги вклучивте во салатите? Кои не? Зошто?
4. Кои производи ги вклучивте во сендвичите? Кои не? Зошто?
5. Дали имаше продукти кои се најдоа и во салатите и во сендвичите? Зошто?
6. Дали имаше продукти кои не беа вклучени никаде? Зошто?
7. Дали може да се направат други комбинации на салати? (Се очекува учениците да се држат само до традиционалните варијации на салати од раноградинарски зеленчук. Затоа се поттикнуваат да размислат за различни комбинации. Салата од туна со тестенини и зеленчук. Салата со сирење/ кашкавал, грав или соја. Салата од спанаќ и слично. Салата од морски плодови со различни додатоци, салатата со пилешко месо итн.)
8. Дали можеа да се направат други видови сендвичи? (Исто така учениците се поттикнуваат да размислуваат на различни комбинации, туна сендвич, сендвич со соја, со морски плодови, јајца, путер од кикирики, џем, мед, путер и слично).
9. Што ни кажува пирамидата на здрава исхрана?
10. Дали можете да процените за себе дали се придржувате до неа?
11. Дали понекогаш си правите здрави сендвичи од дома?
12. Што ви недостасува?
13. Колку вода пиете?
14. Треба ли да се пие вода? Зошто? Каква вода?

Заклучок

За да функционира оптимално, на нашиот организам му треба избалансирана, редовна и разновидна храна. Доколку консумираме само одреден вид храна (само житарки или само месо), го ограничуваме внесувањето на одредени важни елементи на исхраната. Со текот на времето тоа ќе се одрази на нашето здравје. Секогаш е подобро да се избере што помалку обработена и што попримродна храна (месото е поздраво да се јаде варено отколку пржено; краставичките се поздрави во сурова форма отколку конзервирани; храната која се купува готова или полуготова, често ги изгубила важните состојки и најчесто има додатоци кои не се баш препорачливи за консумирање). Чипсовите и грицките воопшто не се препорачуваат како здрав избор, исто така и претераното консумирање хамбургери и виршли.

Внесувањето вода е суштински важно за оптимално функционирање на нашиот организам. Водата (доколку е питка), секогаш е поздрав избор од кој и да е сок.

Завршна активност

Сите слободно се шетаат во кругот. Кога наставничката ќе викне ТОСТЕР 1,2,3,4,5, најблиските деца треба да формираат тројки така што со едно дете ќе се фатат за раце, испружени во висина на градите, а едно дете е на средина (лепче) и скока во тостерот три пати. Доколку има деца кои нема да успеат да формираат тројки додека наставничката брои до пет, наставничката повикува од нив да го изберат моментот и да избројат до пет. Тоа што некои деца не формирале тројки треба максимално благо да се третира (на ниво на забава, а не како грешка).



Рефлексија

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Работилница IV–1.5 Едноставни јадења



Материјали:

- » прибор за пишување/цртање,
- » листови хартија,
- » ножици.

Воведна активност

Сите стојат во круг. Се делат на тројки. Во тројките секое дете треба да каже по неколку омилени јадења. Потоа за јадењата што ги наброиле треба да најдат едно кое би било заедничко за сите. Доколку успеат да најдат, го кажуваат пред сите, а доколку не најдат, кажуваат по едно омилено на секое дете од тројката.

Главна активност

Учениците се делат во мали групи. Во секоја мала група треба да се договорат и да опишат како се подготвува едно едноставно јадење кое знаат и можат самите да го направат. Се поттикнуваат да зборуваат за поедноставни јадења, како тост, пржени јајца, салата и други за кои е реално да се очекува дека можат да ги прават на таа возраст. Важно е да не се фокусираат на оброци кои се готови, како корнфлекс на пример.

Откако ќе се договорат што ќе прават, треба да ги нацртаат на едноставен начин продуктите од кои се составени јадењата, да ги исечат и да ги постават на друг лист, кој ќе претставува чинија или соодветен сад, адекватен на јадењето кое ќе го осмислат.

Групите ја покажуваат својата работа. Се кажува кое јадење го смислиле и како го направиле.



Дискусија

1. Кој од вас досега учествувал во подготовка на јадење? Во какво?
2. Дали некој досега самостојно приготвувал некаков оброк?
3. Дали некое дете само си подготвува ужинка или оброк за в училиште?
4. Дали треба сами да си правиме оброци? Зошто?
5. На што треба да се внимава додека се подготвува оброкот?
6. Може ли некое дете да сподели некое друго јадење кое знае како се прави, доколку е потребно, сите ќе помагаме во објаснувањето.

Заклучок

Децата од најмала возраст, со помош и водење на возрастните, можат прво да учествуваат во подготовката, а подоцна и сами да подготвуваат некои поедноставни оброци. За да го сторат тоа, треба да им се дадат основни информации и да им се покаже вештината. За да можат сами да приготвуваат оброк и да ја преземат таа одговорност врз себе, треба да знаат како се прави и да знаат што можат, а што не можат сами да прават.

Завршна активност

Се бараат две деца доброволци – сечкачи. Другите се делат на четири мали групи според одредени прехранбени продукти. Групите имаат за задача да се шетаат низ просторот како група, држејќи се за раце. Децата сечкачи можат да се движат многу бавно. Кога ќе дојдат до некоја група, со допирање на рацете можат да ја сечат групата на тоа место. Тогаше групата веќе не може да се движи. Детето сечкач може да оддели уште едно место каде што се држат за рака и детето кое ќе остане со две слободни раце станува сечкач. Претходното дете сечкач го зазема неговото место во групата.



Рефлексја

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Работилница IV–1.6 Органско гориво



Материјали:

- » работен лист за наставникот/наставничката: Пирамида на исхрана 2.

Воведна активност

Сите се движат слободно во просторот. Сите се риби кои пливаат во океанот. Во еден момент наставничката им кажува дека се многу гладни. Големите риби ги јадат помалите. По десетина секунди од почетокот на активноста наставничката допира 3–4 деца по рамото и тие стануваат ГОЛЕМИ РИБИ. Се движат со раширени раце, испружени пред себе. Се трудат да изедат некоја од помалите. Помалите риби се трудат да ги избегнат. Кога ќе допрат некоја од помалите риби (некое дете), тоа дете е уловено/изедено. Застанува пред испружените раце на ГОЛЕМАТА РИБА, детето кое го уловило застанува позади, како воз. Продолжуваат понатаму да ловат помали рипки и возот се зголемува. Доколку се побројни можат да ловат и од другите ГОЛЕМИ РИБИ, а ако се помалубројни треба да бегаат. Активноста завршува кога сите деца ќе се наредат во една голема (редица) риба.

Главна активност

Наставничката ја претставува пирамидата на исхрана и ги презентира групите на храна, со соодветните карактеристики и потреби на организмот.

Се потенцира важноста на внесувањето вода и избегнувањето шеќери и маснотии како и брзата храна.

Ги повикува учениците заедно да смислат по три оброци на ден за седум дена, почитувајќи ги препораките од пирамидата на исхрана.



Дискусија

Наставничката поставува прашање пред целата група.

1. Што го движи автомобилот? (Се стреми кон одговорот – гориво.)
2. Што ќе се случи доколку гледаме дека немаме доволно гориво во автомобилот? Дали може да му доставиме малку вода или масло во резервоарот? (Доколку ставиме многу вода, нема да може да работи моторот, доколку ставиме малку, веројатно ќе работи ама нема да работи добро, ќе гасне, ќе брчи, ќе оди бавно.)
3. Дали на сите автомобили им треба иста количина и ист вид на гориво? (На поголемите автомобили им треба повеќе гориво, некои возат на дизел, некои на биодизел, камионите и автобусите трошат многу повеќе.)
4. Што го движи велосипедот? (Нашите мускули.)
5. Што им е потребно на нашите мускули да можат да го движат велосипедот?
6. Каква видови храна има? (Овошје, зеленчук, млеко и млечни производи, риба и месо.)

Заклучок

Горивото/енергијата на нашето тело е храната која ја внесуваме. За разлика од автомобилите, нашите тела се многу посложени системи. Затоа е важно храната која ја внесуваме да биде избалансирана и правилно распоредена.

Терминот „единици“ кој се среќава во работниот лист за наставникот/наставничката „Пирамида на исхрана“, се однесува на делови, пропорции на застапеност на одредени видови храна во одредено време (ден, седмица). Различни групи на храна, задоволуваат различни потреби на организмот. Слично како на автомобилите, на луѓето на различни возрасти им требаат различни количини и различни видови храна. На децата им требаат повеќе протеини за да растат, на повозрасните им требаат помалку.

Завршна активност

Децата се делат на тројки. Треба да смислат одредена здрава храна која треба со пантомима да им ја објаснат на останатите. Секое дете од групата објаснува по еден збор. Се препорачува да се смисли храна/јадење која има барем три зборови.



Рефлексија

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

ПРЕПОРАЧАНИОТ ОДНОС НА ЗДРАВО
ИЗБАЛАНСИРАНА ИСХРАНА , СПОРЕД СВЕТСКАТА
ЗДРАВСТВЕНА ОРГАНИЗАЦИЈА, ИЗРАЗЕН ВО ЕДИНИЦИ
НА ВНЕСУВАЊЕ НА РАЗЛИЧНИ
ХРАНЛИВИ СОСТОЈКИ



Работилница IV–1.7 Здрави навики



Материјали:

- » работен лист за учениците IV-1.7а: Здрави навики,
- » работен лист за учениците IV-1.7б: За пет години,
- » работен лист за наставникот/наставничката: За пет години.

Воведна активност

Сите седат во кругот. Наставничката ги дава следните инструкции:

- » Сите што сакаат да се шетаат во природа, нека станат.
- » Сите што сакаат да играат на компјутер нека ги истегнат рацете.
- » Сите што многу јадат чипсови и грицки нека си ги протријат стомаците.
- » Нека станат сите што сакаат да пијат газирани сокови.
- » Сите што сакаат да јадат чоколада нека станат.
- » Нека се истегнат сите што стојат.
- » Сите што сакаат многу благо, нека потрчаат во место.
- » Сите кои сакаат многу зелчук нека седнат да се одморат.
- » Сите што сакаат овошје нека им се придружат.
- » Сите што се нетрпеливи да чујат што ќе правиме следно, нека седнат.

Главна активност

Учениците се делат во четири групи, на пример на банани, портокали, киви и мандарини. Секоја група го добива работниот лист „Навики“ и работниот лист „За пет години“. Секоја група треба да ги поврзе децата од работниот лист „Навики“ со децата од работниот лист „За пет години“, тоа се прави така што на празното место во работниот лист „За пет години“ се впишува името на детето за кое се претпоставува дека соодветствува со детето од работниот лист „Навики“. Една група презентира само една ситуација.



Дискусија

1. Какви навики има Дритон? Дали е можно да му се случи тоа за пет години?
2. Што прави Дритон за да му се случи тоа за пет години?
3. Какви се навиките на Арта? Можно ли е да ѝ се случи тоа за пет години? Зошто?
4. Што прави Арта за да ѝ се случи тоа за пет години?
5. По што се различни навиките на Дритон и на Арта од тие на Арбен и Здравка?
6. Што е проблематично со хранта која Дритон и Арта ја јадат?
7. Каква храна јадат Арбен и Здравка?
8. Дали може да се консумира само еден вид храна?
9. Зошто е важно да се јаде разновидна храна?
10. Што мислите за газирани сокови? Дали се корисни? (Многу се штетни, без разлика кои. Преполни се со шеќер. Во два литри кока-кола има 48 кафени лажички шеќер. Оние газирани сокови кои содржат замена за шеќер се уште поштетни – го шокираат организмот, го подготвуваат да внесува енормни количини храна. Најголем број на замени за шеќер се канцерогени.)
11. Дали може да се прави само едно нешто во слободното време?
12. Зошто е важна физичката активност?
13. Може ли Дритон да ги врати убавите заби?
14. А Арта да го поправи видот?
15. Како и колку често треба да се јаде?
16. Дали јадењето пред телевизор е здраво? Зошто? (Многу е важно кога се јаде, концентracијата да биде само на процесот на јадење, така се зголемува свесноста и осетот за количина. Повеќе се ужива во јадењето.)

Заклучок

Во голема мера во денешно време, децата јадат нездрава брза храна и времето го поминуваат пред телевизор или компјутер на сметка на физичката активност и живата комуникација. Доколку се претера со тоа, последиците можат да бидат многу сериозни. Некои од нив се трајни.



Рефлексија

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Работен лист за наставникот/наставничката: За пет години

За пет години **ЗДРАВКА** ќе биде одговорна за секцијата за помагање на другите ученици. Многу посветено и многу редовно ќе ја посетува. Сите ќе се чудат како има толку енергија за сè и пак да изгледа толку здраво и да биде полна со енергија. Сите ѝ се восхитуваат.

За пет години **АРТА** веќе има проблеми со спиењето. Често се буди ноќе со страв. Многу тешко ќе се подмрднува од фотелја и ќе мрази физичко. Лекарот ќе ѝ даде едни големи наочари. Друг лекар ќе ѝ препорача многу витамини и минерали кои ќе мора да ги зема како таблети затоа што ќе има толкав недостаток кој не ќе може да се надополни со природни извори. Ќе биде многу слаба. Ни една настинка или грип нема да ја одмине.

За пет години **ДРИТОН** ќе има сериозно повеќе килограми од другите деца во одделението. Тоа и не е проблем доколку тоа дете веќе не може да истрча на физичко ни половина од она што можеше пред 5 години. Забите му се расипани и кожата бледа. Често е без причина нервозен. Избувнува и вика. Често не разбира за што зборуваат другите деца. Лекарите препорачуваат витамини, минерали и физичка активност.

За пет години за **АРБЕН** ќе знае целото училиште. Едно од најсимпатичните и најсмирните деца. Секогаш насмеан и подготвен да помогне. Особено плени неговата смиреност и ведрина. Сите ќе го сакаат. Ќе биде тука за сите и секогаш ќе изгледа одморено и здраво. Не се разболел ниту еднаш во последните пет години.

Содржина IV-2: ВОДЕЊЕ ГРИЖА ЗА ЛИЧНАТА ХИГИЕНА

Се очекува ученикот/ученичката да:

Знаења	<ul style="list-style-type: none">» знае што е целосна лична хигиена;» ги знае средствата за одржување целосна лична хигиена;» ги знае последиците од носење валкана облека и обувки по здравјето и социјалната прифатеност.
Вештини	<ul style="list-style-type: none">» умее редовно да одржува целосна лична хигиена (тело, коса, уши, нокти);» умее да ги одржува облеката и обувките чисти.
Ставови/ вредности	<ul style="list-style-type: none">» прифаќа дека одржувањето на лична хигиена е важно за здравјето и за социјалната прифатеност;» сфаќа дека одржувањето на личната хигиена е лична одговорност;» ја сфаќа потребата од користење на лични средства за лична хигиена;» ја сфаќа важноста на чистата облека како дел од личната хигиена.

Работилница IV–2.1 Поврзувалки



Материјали:

- » работен лист за учениците IV-2.1: Поврзувалки.

Воведна активност

Сите стојат во кругот. Наставничката избира некој едноставен предмет кој е лесен за манипулирање со рацете (топка од стуткана хартија, селотејп...). На учениците им се кажува дека сега ќе си пренесуваат еден хигиенски импулс. Предметот почнува да се пренесува во кругот така што тој може да се претвори во нешто што ни помага во одржување на хигиената (сапун, чешел, паста за заби...учениците се поттикнуваат да смислуваат нови и/или различни од оние кои беа третирани во главната активност). Секој кој го добива предметот/импулсот треба да му даде значење (со пантомима да покаже дали е сапун, шампон и слично) и да му го „даде“ на детето кое стои до него.

Главна активност

Учениците се делат на тројки. Им се делат работните материјали „поврзувалки“. Од нив се бара да ги поврзат предметите кои ни помагаат за одржување на личната хигиена на соодветните места на телото и да напишат колку често се користат.



Дискусија

1. Како луѓето пред еден век одржувале хигиена? Со кои средства? Колку често се капеле?
2. Како се користи шампонот?
3. Како се користи чешелот?
4. Зошто е важно косата да се чешла? (Освен од естетски причини, важно е и поради масажа на кожата на главата, за хигиена.)
5. Како се користи грицкалката за нокти? Ги сече ли некој од вас ноктите сам/а?
6. Зошто е важно да се сечат ноктите?
7. Зошто е важен сапунот?
8. Зошто се важни четката и пастата за заби?
9. Колку често треба да се мијат забите? Зошто? (Се препорачува барем двапати на ден.) Како се одржува чиста четкичката за заби? (Има одредено место за чување, се плакне по употреба, се менува по одреден период на користење.)
10. Колку често ги користите чепкалките за уши? (Се препорачува умерено користење, течноста која се создава во ушите има заштитна улога и добро е повремено да се чисти, не секој ден туку на 5 до 10 дена)
11. Кои од овие предмети најчесто ги користиме? Зошто? Кои од овие предмети најретко ги користиме?
12. Зошто е важно да се тушираме?
13. Колку често и во кои ситуации? (По физичко, доколку се извалкаме, почесто во лето поретко во зима.)
14. Зошто треба да се одржува личната хигиена?

Заклучок

Во минатото луѓето ги немале современите услови за одржување хигиена. Немале пристап до поголеми количини вода, немало шампони, добри сапуни, чепкалки за уши, четки и пасти за заби. Поради тоа многу почесто заболувале од најразлични болести и инфекции. Истото би ни се случило доколку и ние не се грижиме за личната хигиена или не ги користиме овие средства на несоодветен начин. Исто така, луѓето кои во денешно време помалку внимаваат на својата хигиена, може да се случи другите да ги избегнуваат.

Завршна активност

Сите седат во круг. Во кругот има точно столчиња колку што има ученици. Наставникот стои во кругот и ја започнува активната. Тој/таа што стои во кругот, ја завршува реченицата: „Нека си ги сменат местата сите оние кои што користат/користеле... „ реченицата се завршува со некаво средство за одржување на лична хигиена. Детето што стои во кругот и кажува се труди, додека останатите деца си ги менуваат местата, да седне на некое од ослободените столчиња. Во тој случај, едно дете ќе остане во кругот и тоа ќе треба да ја доврши реченицата, со некое друго средство за одржување на лична хигиена.



Рефлексија

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Работилница IV–2.2 Мое – наше



Материјали:

- » прибор за цртање.

Воведна активност

Децата се делат во парови. Доколку се непарен број, наставникот се вклучува. Во такви ситуации препорачливо е наставникот суптилно да биде пар со некое дете со кое потешко остварува контакт. Во парот треба да споделат што направиле од утрото до овој момент (биле во ВЦ, се миеле, четкале заби) појадувале, се спремале за училиште, пишувале домашно итн.). Наставникот ги поттикнува да споделуваат детали и доколку процени дека е потребно, може да ги потсетува.

Главна активност

Учениците се делат на четири групи. Две групи треба да ги нацртаат средствата за одржување на хигиена на телото кои може да ги користи само една личност, а две треба да ги нацртаат оние средства за одржување на хигиена на телото кои можат да ги користат повеќе членови на семејството. Групите презентираат.



Дискусија

1. Дали сапуноот за раце може да го користат повеќе членови на семејството?
2. А гелот за туширање или шампонот?
3. Дали сунѓерот за туширање може да се користи од повеќе членови на семејството? Зошто?
4. Дали пастата за заби може да се користи од повеќе членови на семејството?
5. А крпата за раце? Дали важи истото и за бањарката/крпата за тело? Зошто?
6. Дали една грицкалка за нокти можат да ја користат повеќемина? А чешелот?

Заклучок

Некои средства за хигиена можат да се користат од повеќе членови на семејството како шампон или грицкалка за нокти. Некои се само за лична употреба, како бањарки или чешли, заради заштита од инфекции, зарази и слично.

Завршна активност

Сите стојат во круг. Наставникот ги поттикнува учениците да внесат ентузијазам со тоа што самиот се внесува во активността. По секој аплауз, се остава време децата да аплаудираат.

- » Да им дадеме голем аплауз на сите кои денес си ги измиле рацете после секое валкање и јадење !
- » Да им дадеме голем аплауз на сите кои во минатава недела ги сечеле ноктите!
- » Да им дадеме огромен аплауз на сите кои во последните десет дена не седнале да јадат без да си ги измијат рацете!
- » Да им аплаудираме на сите кои не грицкале нокти во последниот месец!
- » Да им дадеме најголем аплауз на сите кои одлучиле од денес па натаму да се грижат уште повеќе за своите раце!



Рефлексија

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Работилница IV–2.3 Приказна за Кала



Материјали:

- » работен лист за наставникот/наставничката: Приказната за Кала,
- » работен лист за учениците IV-2.3: Како се мијат забите?

Воведна активност

Сите стојат во круг. Од нив се очекува да ги прават следните движења откако наставникот ќе ги изговори наведените зборови (инструкции):

- » четкање горе-долу – сите прават клекни-стани (се клекнува до позиција каде колената се малку свиткани, не до крај).
- » четкање лево-десно – сите се наведнуваат на лева и на десна страна со горната половина на телото
- » кружно четкање – сите со рацете на половина прават кружни движења со колковите
- » гаргара – сите ги креваат главите нагоре и со подотворена уста произведуваат звук како да ја плакнат устата и грлото по четкање на забите – grrrrrrrrrr!

Првите три инструкции се повторуваат без посебен редослед по неколку пати, потоа следува неколку пати последната инструкција.

Главна активност

На учениците им се читат текстот од работниот прибор за наставникот.



Дискусија

1. Зошто Кала беше тажна?
2. Како се однесувале луѓето од тој град?
3. Од што се плашеше четкичката?
4. Зошто Кала не сакаше да ја заборават и ретко да ја користат?
5. Зошто Кала не сакаше да ја користат повеќе луѓе?
6. Зошто е важно секој да има своја четка за заби?
7. Зошто е важно да се мијат забите?
8. Знае ли некој која храна помага во зачувувањето на забите? А која храна ги расипува?
9. Колку често треба да се мијат забите? Знае ли некој како тоа најдобро се прави?
10. Кои средства за лична хигиена можат да ги употребуваат повеќе луѓе, а кои не? Зошто?

Заклучок

На нашите заби им е потребна нега. Доколку не си ги одржуваме забите здрави и чисти, тие брзо се расипуваат. Доколку имаме остатоци од храна во устата, тогаш во устата се населуваат милиони бактерии кои ја разградуваат храната, но ги уништуваат и забите. Важно е да се мијат забите минимум два пати на ден, наутро и навечер. Уште подобро, после секој оброк. Колку што е важно да се мијат редовно, важно е да се мијат и правилно и доволно долго. Чоколадите, кексите и другите благи работи се најштетни за забите. Истото важи и за најголем дел од гумите за џвакање како и вештачките сокови. Некои средства како шампони на пример, можат да ги користат повеќе членови на семејството а некои не, на пр. сунѓер за капење или четка за заби.

Завршна активност

Како се мијат забите? Сите стојат во круг. Во едната рака го држат работниот лист „Како се четкаат забите“. Секоја слика од работниот лист се објаснува подробно. Потоа, на инструкции на наставникот, се прават движења кои се претставени на сликите. (Инструкциите се всушност она што е на сликите, се внимава на редоследот.) Се повторува неколку пати. Може да им се препорача на децата истото да им го покажат дома, на домашите.



Рефлексја

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Приказната за Кала, тажната четкичка за заби

Си беше еднаш една четкичка за заби. Се викаше Кала. Имаше портокалова рачка, бели и сини влакненца и витка става. Уште кога излезе така убаво спакувана од фабриката, почна да си замислува каде ќе го поминува своето време. Трепереше од возбуда, уште во пакетот со другите четкички кои исто како и Кала беа многу возбудени. Во целиот тој џагор, ако внимателно се заслушаш, можеше да се слушне и еден исплашен глас. Само не дванаесет, само не дванаесет... само не дванаесет. Тоа беше една малечка шарена четкичка со многу исплашено лице.

– „Што е тоа што го повторуваш цело време?“ – ја праша Кала.

– „Па зарем не знаеш?“ – одговори малата четка.

– „Не. А што тоа?“

– „Уфффф!!!“ – рече потресено малата четкичка. – „Сега кога ќе стигнеме во магацинот, ќе не распоредуваат во различни кутии кои ќе патуваат во различни градови. Кутијата со број дванаесет, сум слушнала, патува во еден град каде што луѓето воопшто не се грижат за својата хигиена, посебно за забите. Сум слушала дека најголем дел од луѓето во тој град скоро никогаш во животот не ги исчеткале забите. А оние кои ги исчеткале, тоа го прават многу ретко, еднаш до два пати неделно. Дури се зборува, замисли, дека има семејства кои користат една четка за заби за сите. Се зборува дека тие четки водат многу несреќен живот. Запуштени се, заборавени и полни со бактерии од различните усти кои ги четкаат. Многу се несреќни, а и како не би биле кога место да чистат, пренесуваат бактерии. Ќе помислиш дека тие луѓе можеби немаат пари и затоа не се грижат за своите заби, но не е така. Се зборува дека во тој град сите луѓе се многу богати и сите пари ги трошат на бонбони и чоколади.

Кала се потресе од она што го слушна. Ја фати страв да не случајно баш неа ѝ се падне да ја испратат во тој град. И замислете – тоа ѝ се случи! Една голема роботска рака ја фати и едноставно ја фрли во една огромна кутија на која имаше голем број дванаесет. Попусто викаше на цел глас. Немаше кој да ја слушне. Таму беа само едни огромни грди и бесчувствителни работи. На Кала ѝ се извиткаа влакненцата од страв и тага. Нема да може да биде тоа за што е направена. Да одржува нечија уста чиста. Долго време патуваше до непознатиот град. Уште подолго време остана на рафтот во една огромна продавница. И навистина, луѓето кои поминуваа покрај неа, во продавницата, сите брзаа кон штандот со бонбони и не се ни загледуваа во четките за заби. За целото време кое го поминуваше во продавницата, не виде ниту еден човек кој немаше црни заби. Беше опкружена со други четки кои уште подолго чекале некој да ги купи, и сите беа тажни и разочарани. Речиси и не зборуваа меѓу себе.

Така ѝ минуваа долгите денови. Едно попладне Кала виде како едно убаво дете со златна коса влегува во продавницата. Си помисли: „Колку убаво дете. Штета што за кратко време нема да биде така убаво, затоа што ќе си ги уништи забите. Како и сите други во овој град“.

Ејјјј... види, види... детето ѝ се приближуваше, ја испружи раката, и, просто да не ти се верува, ја зеде токму неа – Кала. Откако ја разгледа, се насмевна и отиде на касата да плати. Кала не знаеше дали да блика од среќа или да е уште потажна.

Што ако отиде некаде и ја забораваат или уште полошо, неколкумина да ја користат и да ја наполнат со разноразни бактерии?!?!? Но, не се случи тоа. Веднаш штом стигнаа дома, детето ја отпакува, ја изми со млака вода, ѝ стави една толку убава, мирислива, мека паста и почна да си ги четка забите со големо внимание. Од неговото лице можеше да се види дека многу ужива во тоа. Среќата на Кала не можеше да се опише со зборови.

По еден месец, детето што ја купи Кала, победи на детскиот фестивал. Гостуваше и на телевизија. Кога го прашаа што мисли, зошто токму него го избрала публиката – дали поради текстот, гласот, мелодијата или нешто друго, тоа одговори: „Мелодијата на песната е многу добра, исто така и текстот на песната, но мислам дека најмногу е заслужна мојата насмевка!“ И ја извади Кала од џебот! Пред толку гледачи! Тоа дете навистина имаше прекрасни бели заби! А Кала беше на ТЕЛЕВИЗИЈА!!! Не помина многу време после таа емисија и во градот веќе ретко кој забораваше да измие заби барем по двапати на ден.

Работилница IV–2.4 Соодветно облекување



Материјали:

- » работен лист за учениците IV-2.4а: Облечете ги децата,
- » работен лист за учениците IV-2.4б: Соодветна облека 1,
- » работен лист за учениците IV-2.4в: Соодветна облека 2,
- » работен лист за учениците IV-2.4г: Соодветна облека 3,
- » работен лист за учениците IV-2.4д: Соодветна облека 4,
- » работен лист за учениците IV-2.4ѓ: Соодветна облека 5,
- » прибор за сечење и лепило.

Воведна активност

Сите стојат во круг. Наставникот им кажува дека ќе се обидат со гестови да „глумат“ како се облекуваат различни делови од облеката. Сите треба да внимаваат и да се обидат со свои сопствени движења да покажат како си ги облекуваат различните делови од облеката. За време на активноста не се зборува. Наставникот ги чита следниве инструкции:

- » Ајде сега сите да си ставиме маички!
- » Ајде сега сите да си ставиме панталони!
- » Ајде сега сите да си ставиме чорапи!
- » Ајде сега сите да си ставиме џемпери!
- » Ајде сега сите да си ставиме капи!
- » Ајде сега сите да си ставиме ракавици!
- » Ајде сега сите да си ставиме палто!
- » Ајде сега сите да ги закопчаме копчињата на палтото!
- » Ајде сега сите да си ставиме патики!
- » Ајде сега сите да си ги извадиме патиките!
- » Ајде сега сите да си ги извадиме чорапите!
- » Ајде сега сите да си ставиме костим за капење!
- » Ајде сега сите да си ставиме сандали!
- » Ајде сега сите да си ставиме ракавици!
- » Ајде сега сите да аплаудираат со ракавиците!

Главна активност

Учениците се делат на пет групи. Секоја група добива од работниот лист „Соодветна облека“ и од работниот лист „Облечете ги децата“. Секоја група добива задача да ја избере, исече и да ја залепи (посебно за момчето и за девојчето, доколку се разликуваат) онаа облека во која би требало да се облечат децата во следните ситуации:

- » кога си играат,
- » кога треба да одат во театар или на приредба,
- » кога одат на плажа,
- » кога одат на училиште,
- » кога одат да играат на снег.

Секоја група работи на различна ситуација. На крајот, групите го покажуваат сработеното, наведувајќи како ги облечле и зошто.



Дискусија

1. Дали сите деца се исто облечени? По што се разликуваат? Зошто?
2. На кои нешта треба да се внимава кога се избира што ќе се облече?
3. Дали некој ја избрала валканата облека? Зошто?
4. За какви други пригоди можевме да ги облечеме децата со облеката што е понудена во работните листови?

Заклучок

За различни пригоди се носи различна облека. Како што за играње на игралиште нема да го облечеме новиот џемпер, исто така и за на училиште е добро да се избира комотна облека. За свечености, како што се родендени или опера, театар и слично, сигурно се внимава повеќе на уредноста на облеката. Децата на оваа возраст, во голема мерка се доволно зрели сами да избираат облека. Валканата облека, освен на игралиште или планина, често придонесува детето да изгледа неуредно.

5. Каков впечаток се добива за некој што носи валкана облека?
6. Дали постојат места каде што е нормално да се извалкаме? (Игралиште, планина, излет.)

Завршна активност

Сите слободно се движат низ просторот. Кога ќе се сретнат две деца, можат да се разминат но можат и да се погледнат и да си кажат една од следните фрази.

- » „Добро вечер, колку убава шапка имате!“
- » „Добар ден, многу ми се допаѓа вашиот нов џемпер“.
- » „Добро утро, сандаливе одлично ви стојат“.
- » „Добар ден, денеска сте баш убаво облечени“.

Се одговара со насмевка или со некоја од фразите.



Рефлексија

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Работилница IV–2.5 Моја облека – моја грижа



Материјали:

- » работен лист за учениците IV-2.5а: Облека 1,
- » работен лист за учениците IV-2.5б: Облека 2,
- » работен лист за учениците IV-2.5в: Облека 3,
- » прибор за пишување/цртање.

Воведна активност

Учениците се делат на парови, доколку е потребно (при непарен број на ученици), учествува и наставничката. Сите се собираат во одреден дел од просторијата. Наставничката им дава инструкција дека секој пар ќе треба да помине одреден дел од просторијата (претходно означен, околу 2–3 метра), со меѓусебно заврзани врвци од патиките/чевлите. Доколку едно дете од парот има обувки без врвци, врвцата од парот се врзува околу зглобот на другото. Доколку и двете имаат обувки без врвци, се мешаат со друг пар. Наставничката нагласува дека врвците се врзуваат на „стартната линија“, и тоа од левата нога на едното дете со таа на десната нога на другото дете од парот. Важно е да се договараат и да внимаваат да не се повредат. Брзината на поминување не е воопшто важна, за разлика од безбедноста која е многу важна во оваа игра. Наставничката им нагласува дека многу ќе им користи доколку се договараат и доколку ги врзат врвците на краевите (да има што е можно повеќе простор помеѓу врзаните нозе), дава помош при врзувањето доколку е потребно и напоменува дека треба да се направи јазол кој после лесно може да се одврзе. На даден знак еден пар почнува, а другите деца ги бодрат. Активноста завршува кога сите парови ќе поминат на ред.

Главна активност

Учениците се делат на шест групи, секоја добива по една верзија од работниот лист „Облека 1, 2 и 3“ со задача меѓусебно да дискутира КАКО и КОЛКУ ЧЕСТО се чисти/пере облеката/обувките прикажани на нивниот лист. Групите не презентираат туку одговараат на прашањата кои се однесуваат на она што била нивна тема/задача.



Дискусија

1. Како се одржуваат обувките чисти? Треба ли да се перат? Има ли такви кои не можат да се перат? Како се одржуваат тие?
2. Како се одржуваат палтата и јакните чисти? Колку често се перат? Што може најлесно да ги оштети. Во кои ситуации е најлесно да се извалкаат?
3. Колку често се перат блузите/дуксерите/џемперите? Зошто?
4. Како се одржуваат чисти чорапите? Колку често се перат? Колку долго може да се носи еден пар чорапи? Зошто? Што ќе се случи доколку еден пар чорапи се носи петнаесет дена? (Миризба, бактерии, ќе се извалкаат и обувките, габични инфекции.)
5. А ракавиците, шалчињата и капчињата?
6. Кои се најчестите начини на кои ни се валкаат маиците? Колку долго можат да се носат без перење?
7. А колку долго можат да се носат панталони/тренирки/здолниште без да се исперат? Дали е тоа исто и во лето и во зима? Зошто?
8. Дали сите овие нешта можат да се перат заедно? Зошто?
9. Може ли некој да ми каже како се перат некои од нив?
10. Што ако ни се случи да ни се извалкаат панталони, јакна или блуза додека сме на училиште? Што може да се направи во таквите ситуации?

Заклучок

Децата можат во најголем број случаи сами да избираат што ќе носат. Одговорноста за облеката е кај оној кој ја носи. Облеката треба да се чува, не само од физичко оштетување, туку и да се одржува чиста. Важно е да создадат навики кои се однесуваат на хигиената, како што е редовното менување на валканите алишта. Носењето валкани алишта може да има несакани последици.

Завршна активност

Сите стојат во круг. Се делат на две групи со приближно ист број на деца. Формираат 2 концентрични кругови, држејќи се за рацата. Оние кои се во внатрешниот круг се завртени со лицата кон надвор, а децата од надворешниот круг се завртени со лицата кон внатре. Важно е да има растојание од околу 50 сантиметри меѓу круговите. Наставничката им кажува дека сега се облека во машина за перење облека, а таа е моторот кој ја врти машината за перење. Ќе ја врти со тоа што ќе им кажува како да се вртат круговите (претходно ги именува кој е надворешен, а кој е внатрешен круг). Сите треба да внимаваат да не се повредат. Инструкциите се следни. Доколку наставничката процени дека е возможно можат да се направат и три или пак четири концентрични кругови. Инструкциите се читаат прво многу бавно, па со постепено

забрзување, до она темпо до кое не е загрозна безбедноста на учениците од повреда.

- » Надворешниот круг се врти на (ваше) лево.
- » Внатрешниот круг се врти на (ваше) лево.
- » Внатрешниот круг се врти на (ваше) лево.
- » Внатрешниот круг се врти на (ваше) десно.
- » Надворешниот круг се врти на (ваше) десно.
- » Внатрешниот круг се врти на (ваше) лево.
- » Внатрешниот круг се врти на (ваше) десно.
- »
- » СУШЕЊЕ (наставничката покажува со гестикулација – сите ги отпуштаат рацете и ги тресат како да се сушат од вода).



Рефлексија

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Работилница IV–2.6 Приказна од закачалката



Материјали:

- » работен лист за наставникот/наставничката: Приказна од закачалката.

Воведна активност

Сите слободно се шетаат во просторот. Наставничката им кажува дека ќе треба, додека се движат, да глумат според инструкциите што ќе им ги кажува.

- » Сега се движиме како да имаме многу тесни фармерки.
- » Сега се движиме како да имаме преголеми чевли.
- » Сега се движиме како да ни студи и се згрнуваме во облеката.
- » Сега се движиме како да имаме многу широки панталони кои ни паѓаат.
- » Сега се движиме како да имаме многу тесни чевли.
- » Сега се движиме како да имаме дупка на задниот дел од панталоните и непријатно ни е.
- » Сега се движиме како да имаме високи штикли.
- » Се движиме како да имаме флека на маицата што сакаме да ја сокриеме.

Главна активност

Наставничката го чита текстот од работниот прибор за наставникот „Приказна од закачалката“.



Дискусија

1. Можат ли јакните, ракавиците и палтенцата да направат нешто за зелената јакна?
2. Кој може да ѝ помогне? (Се стремиме кон одговор – детето што ја носи.)
3. Како?
4. Да наброиме сè што е важно да се знае или да се прави, за да биде јакната чиста, цела и убава.
5. Како се одржуваат обувките? Објаснете ја процедурата на чистење чевли.
6. Каде се чуваат чевлите? Како?
7. Дали патиките мораат да се перат?
8. Колку долго може да се носи една маица без да се испере? Зошто?
9. Која облека изгледа поубаво – чистата или нечистата?

Заклучок

Секој си е одговорен за својата хигиена и за одржувањето на облеката и обувките да бидат чисти. Нехигиената води кон алергии, болести, а и не изгледа убаво. Секогаш поомилени се оние луѓе кои изгледаат почисти и поуредни.

Завршна активност

Сите во круг кажуваат на глас кое им е (или им било) омилено парче облека, колку долго го имаат и зошто им е омилено.



Рефлексија

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Приказна од закачалката

Тоа беше една сосем обична закачалка. Се наоѓаше во една училница, во едно мало гратче. Имаше дрвено тело и метални пипалки. Како и секоја училишна закачалка, беше осамена навечер, во саботите и неделите. А посебно за време на летниот распуст. Тогаш пукнуваше од здодевност. Училницата беше празна и нормално немаше ништо обесено на неа. Најтешко ѝ беше во зима. Тогаш мораше да вежба и да се напнува за да ги издржи сите јакни, капчиња, ракавици, шалчиња, палтенца. Но тогаш ѝ беше и најинтересно. Имаше толку многу облека со која можеше да си муабети. Секогаш бараше да ѝ раскажуваат за светот надвор од училницата, кој не можеше да го види, а за возврат ги држеше сите на своите плеќи. Не смеам баш сè да кажувам за неа, ама за ова мислам дека нема да ми се налути.

Едно есенско утро, закачалката праша какво е времето надвор.

– „Уфф“ – рече едно жолто палтенце – „не прашувај. Магливо е, студено, калливо и влажно“.

– „Вистински ден за една јакна“ – се јави црвената јакна, горделиво.

– „Лесно ти е тебе. Ти си направена од материјал што не пропушта студ и влага“ – рече еден волнен џемпер.

– „Така е“ – рече јакната полна со гордост. „Сега е дојдено моето време. Замислете како ми беше цело лето спакувана во шкафот. Ќе се шекнев од неправеење ништо. Добро што имаше во шкафот некакви тревки против молци, толку убаво мирисаа што си дремев цело време и си сонував цветни ливади. Сега конечно детето ме облече па можам да си помуабетам со вас. Па како си ти пријателе? Шест месеци не сме се виделе!“ – му се обрати на едно волнено шалче.

– „Добро е!“ – рече шалчето. „Ме испраа и ме ставија во омекнувач. Целото сум меко и мирисливо“.

– „А вие соседтки?“ – јакната ги праша ракавиците кои беа до неа. (Ако не забележавте, оваа јакна беше многу зборлеста.)

– „Супер сме! Нам и во лето не ни е досадно. Ние сме постојано заедно....хихихихи!“ – се закикотија двете истовремено. „Одвај чекаме снег, па да правиме топки и Снешковци“.

– „А ти братучетке?!... Еееј! Не сме се виделе уште од излогот во продавницата! Се сеќаваш? Што ти е, зошто молчиш? Што си така скисната?“ – ѝ се обрати на една иста таква јакна, само зелена.

– „Молчи“ – рече тивко зелената јакна. „Детето што мене ме купи, многу ме плаши. Ме џитка насекаде па сум полна со прашина. Утринава ме закачи за една ограда – мислев, сите конци ќе ми се испокинат. Ме остава насекаде. И на под, и на земја. Не ме ни тресе и не ме испрало никогаш. Полна сум со прашина и не личам на ништо...“

Но кога ќе видам што им прави на чевлите, си велам – молчи и биди среќна што лицето не ти е во кал секој момент. Тоа дете ги има највалканите чевли во училиштево. Да ви кажам, воопшто не се гордеам со него. Дури и ми е непријатно, ако смеам да забележам. Затоа си молчам“.

– „Уфффф“ – рекоа неколку палтенца и јакни истовремено, а една ракавица почна да се чешка, божем мисли... „Не ти е лесно, но можеме ли нешто да сториме...?“

Содржина IV-3: ПРЕВЕНЦИЈА ОД БОЛЕСТИ И ЗАБОЛУВАЊА

Се очекува ученикот/ученичката да:

Знаења	<ul style="list-style-type: none">» ги знае опасностите од различните болести и заболувања;» ги знае причините за јавување на најчестите болести и заболувања;» ги знае најчестите и актуелните видови заразни болести и начинот на кој се пренесуваат;» знае со кои средства и постапки може да се превенира ширењето на заразните болести (лична хигиена и хигиена на просторот, изолација, заштитни средства...).
Вештини	<ul style="list-style-type: none">» умее да ги препознава симптомите на најчестите болести и заболувања;» умее само да побара помош кога ќе забележи симптоми на болест кај себеси;» умее да го приспособи своето однесување на ситуацијата за да не се разболи (соодветно се облекува, не се водени...).
Ставови/ вредности	<ul style="list-style-type: none">» прифаќа совети од возрасните за заштита од болести и заболувања (соодветна облека, чист воздух, земање витамини...);» прифаќа дека е неопходно да се следат насоките за превенирање болести (совети при епидемии, засилена хигиена...);» прифаќа совети од возрасните за лекување од болести (земање лекови, пиење течности...).

Работилница IV–3.1 Болести



Материјали:

- » два листа, доволно големи, за да може на нив да се напише „точно“ и „неточно“ што ќе се гледаат од големо растојание,
- » работен лист за наставникот/наставничката: Точно – неточно.

Главна активност

Сите стојат во круг. Наставникот ги лепи листовите на кои пишува „точно“ и „неточно“ на два спротивни краеве на училницата. Просторот меѓу нив е празен, за да можат децата слободно да се движат.

Наставникот им објаснува на децата дека ќе чита одредени тврдења и од нив ќе бара да застанат на едниот или на другиот карај, според тоа дали мислат дека тврдењето точно или дека е неточно.

Се читаат тврдењата од работниот лист за наставникот/наставничката: Точно – неточно.



Дискусија

1. Кои нешта се најважни во заштитата од најчестите заразни болести, како грипот на пример? (Редовно и често миене раце со топла вода и сапун, не доаѓање во контакт со заразени лица).
2. Зошто се ставаат рацете на уста кога се кашла/кива?
3. Како животните можат да пренесуваат болести?
4. Кои други начини на заразување постојат?
5. Дали треба да се оди на училиште или на роденден доколку сме болни од грип или од некоја друга заразна болест?

Заклучок

За да можеме ефикасно да се заштитиме од болести, важно е да ги имаме вистинските информации каде, како и што може да биде ризик од некаква заразна болест.



Рефлексија

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

➤ **Миeњето на рацете ни помага да се заштитиме од грип.**

- ТОЧНО – дури, некои сметаат дека е најважната заштита.

➤ **Кога веќе сигурно знаееме дека сме настинати, не мора да одиме на лекар.**

- НЕТОЧНО – некои посериозни заболувања може на почеток да личат на обична настинка или грип.

➤ **Добро е кога некое дете има сипаници, да му се оди во посета за да не се чувствува осамено.**

- НЕТОЧНО – сипаниците се високо заразни и во 95% од случаите се пренесуваат; може да се оди во посета, само доколку сме сигурни дека сме го прежиле истот вид сипаници.

➤ **Доколку го познаваме детето, не е страшно да пиеме вода или сок од исто шише.**

- НЕТОЧНО – може да се пренесат разни вируси, грип, херпес, доколку постои потреба, треба да се објасни што е херпес.

➤ **Доколку редовно ги миеме рацете, не мора да користиме топла вода и сапун.**

- НЕТОЧНО – многу е важно да се користи топла вода и сапун за ефикасна заштита.

➤ **Жолтица најчесто се добива од нечисти раце.**

- ТОЧНО – жолтицата најчесто се пренесува преку нечисти раце.

➤ **Доколку галиме куче или мачка за кои знаеме чии се и знаеме дека се чисти, не мора да ги миеме рацете по галењето.**

- НЕТОЧНО – милениците, како што се кучињата, мачките, мрзливците, зајациите и слично, може да носат бројни зарази.

➤ **Откако ќе се разболиме веќе не е важно дали ќе пиеме течности или не.**

- НЕТОЧНО – при настинка, грип и висока температура помага кога се коснуваме течности и витамини, како портокали, лимони, грејпфрут и слично.

➤ **Кога имаме грип важно е да не излегуваме од дома.**

- НЕТОЧНО – важно е да се излегува на чист воздух, на планина и слично.

➤ **Од користење нечисти јавни тоалети може да добиеме некаква зараза.**

- ТОЧНО – доколку не се мијат рацете по користењето на тоалетот.

➤ **Доколку лекарот ни каже дека имаме грип, подобро е да не одиме на места каде што има многу луѓе.**

- ТОЧНО – доколку некој има грип и доаѓа во контакт со други луѓе, многу е веројатно дека ќе ги зарази и нив.

➤ **Доколку ни побара, фер е да го позајиме балзамот за усни на добар другар или другарка.**

- НЕТОЧНО – може да се пренесат разни вируси, грип, херпес; доколку постои потреба, треба да се објасни што е херпес.

➤ **Од папагалите, канаринците и гулабите не може да се добие никаква болест.**

- НЕТОЧНО – милениците, посебно птиците, се домаќини на вируси кои ги напаѓаат луѓето.

Работилница IV–3.2 Облечете ја Здравка



Материјали:

- » работен лист за наставникот/наставничката: Пролет,
- » работен лист за учениците IV-3.2: Облечете ја Здравка,
- » ножици, колку што има групи (4–6),
- » лепило (селотејп или некое друго, за хартија),
- » прибор за цртање.

Воведна активност

Пролет, лето, есен, зима, пролет.

Сите стојат во круг. Наставникот го чита текстот од работниот лист за наставникот/наставничката „Пролет“, а учениците со мимики се обидуваат да го покажат она што се случува во приказната. Наставникот чита бавно, нагласувајќи ги клучните зборови. На децата им се дава по неколку секунди да го направат гестот/движењето/мимиката. Не е воопшто важно сите да прават исто, напротив, се поттикнуваат различни прикажувања.

Главна активност

Учениците се делат на четири групи. Секоја група го добива работниот лист „Облечете ја Здравка“. На секоја група ѝ се дава задача да ја облече Здравка во соодветна облека за даденото годишно време. На секоја група ѝ се дава различно годишно време (пролет, лето, есен и зима). Од работниот лист се сечат оние облекувања кои учениците сметаат дека им се потребни и ги лепат на силуетата на Здравка. Доколку им остане време можат и да ги обојат. По 10–15 минути, групите ја покажуваат својата работа.



Дискусија

1. Како ја облекувате Здравка во пролет? Зошто?
2. Како во лето? Зошто?
3. Кои алишта ги носеше во есен? Зошто?
4. А кои во зима? Зошто?
5. Што ќе се случи доколку во лето Здравка облече шалче?
6. А што ќе се случи доколку во зима тргне на училиште во кратки панталони и маичка?

Заклучок

Облеката се избира во зависност од временските услови. Важно е да се знае дека адекватното облекување сериозно придонесува за краткорочна и долгорочна благосостојба на организмот.

Завршна активност

Сите стојат во круг. Треба да се обезбеди простор учениците да можат да се движат во внатрешноста на кругот. Наставникот им кажува дека некои од нас повеќе сакаат зима а некои лето, некои обојуваат пролет, а некои пак есен. Сите оние на кои летото им е омилено, кога ќе се даде знак за почеток треба да прават движење со рацете како да пливаат и да се движат низ просторот. Сите оние кои сакаат зима, да лизгаат со нозете (како да се скијаат или лизгаат на мраз) по надворешната линија на кругот, еден позади друг. Сите кои ја сакаат пролетта, да застанат како цветови на надворешната линија на кругот и да клекнуваат и стануваат како да расцветуваат (децата кои лизгаат треба внимателно да ги заобиколуваат). А сите кои сакаат есен, да летаат како птици преселници во внатрешноста на кругот, притоа внимавајќи да не се судрат со пливачите.



Рефлексја

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот ?

Пролет е, сè во природата **се буди**. **Се будат** мечките од зимскиот сон, **се будат** кокичињата. Целата ливада е **расцветана**. Пчелите **брмчат** на сите страни. Насекаде **радост и насмевки**. Природата е преполна со прекрасни **мириси**. Дојде долго **топло** лето. Од топлината сите се некако **мрзливи**. Сите **носат очила за сонце**. Сите **се мачкаат** со кремове за сонце. За многумина **пливањето** е спас од горештините. На некои пак **лижењето** сладолед им помага. И сите, ама сите се **ладат**, со ладало.. Конечно дојде есен. Учениците ги **подготвуваат** училишните торби. Многу птици **летаат** на југ. **Паѓаат** листови од дрвата. Се **берат** највкусите плодови. Станува сè **постудено и постудено**. Дојде зимата. **Паѓа** снег. Сите деца **се лизгаат**. **Прават Снешковци**. И после си ги **топлат** рацете. Снегот не трае долго, барем не толку колку што децата сакаат. Се **топи**. Се **накривуваат** сите Снешковци. Носовите им **паѓаат**. Од сите стреи **капат** капки. Повторно е пролет. Како што птиците се **враќаат** кон своите гнезда, така учениците си **седнуваат на столчињата**.

Работилница IV–3.3: Повреди



Материјали:

- » прибор за пишување/цртање,
- » работен лист за учениците IV-3.3а: Болести/Незгоди 1.
- » работен лист за учениците IV-3.3б: Болести/Незгоди 2.
- » работен лист за учениците IV-3.3в: Болести/Незгоди 3.

Воведна активност

Сите стојат во круг. Учениците се делат во парови со сугестија секое дете да формира пар со друго дете со кое мисли дека во последно време малку контактира. Во парот треба да се сподели која им била најсериозната болест или повреда што ја имале во период од година дена наназад.

Главна активност

Учениците се делат на три до шест мали групи и секоја група добива по една верзија од работниот лист. На секоја група ѝ се појаснува она што го пишува на работниот лист (заразни болести, телесни повреди, грип/настинка). Од неа се бара да одговори на поставените прашања:

- » Што ја предизвикало сосотојбата?
- » Како се чувствува дете кое е во таква состојба?
- » Кои промени настанале? (Лежење в кревет, куцање, ограничено движење.)
- » Како била третирана ситуацијата? (Терапија, лекарска, храна, однесување.)



Дискусија

1. Кои заразни болести ги знаете?
2. Кои се причинителите?
3. Како се пренесуваат?
4. Што може да се направи за да се заштитиме?
5. Кои повреди ги наведовте? (Скршеници, истегнувања, исеченици, изгореници...).
6. Како настануваат скршениците? Кои ситуации се најризични? (Спорт, излети, игри.)
7. Што треба да се прави доколку ни се случи? (За сите повреди, прво треба да се посети лекар, да се почитува она што лекарот ќе го каже.)
8. Како настануваат истегнувањата?
9. Што треба да се прави доколку ни се случи?
10. Како настануваат исечениците? Кои ситуации се најризични?
11. Што треба да се прави доколку ни се случи?
12. Како настануваат изгореници?
13. Кои ситуации се најризични? Што треба да се прави доколку ни се случи?
14. Доколку се наведени некои други и за нив треба да се постават овие прашања.

Заклучок

Не можеме комплетно да се заштитиме од заразните болести, но секако можеме да направиме многу да го намалиме ризикот од зараза. Во ризични ситуации треба да внимаваме, односно да го приспособиме однесувањето, за да се намали ризикот од повреди. Заразните болести, како на пример сипаници, жолтица, грип и слично, чии причинители се бактерии и/или вируси, се пренесуваат на различни начини, но важно е да се знае дека најчесто се пренесуваат со директно дишење во лице, преку воздухот, особено во затворена просторија, исто така и со ракување. Исто така често филтрите на клима-уредите се удобно гнездо за разни вируси и бактерии кои потоа со воздухот од клима-уредот се пренесуваат низ целата просторија. Затоа е важно често да миеме раце и да проветруваме. Разни повреди и изгореници можат да настанат во кујна, работилница или при ракување со некои апарати во домаќинството. Во сите ситуации е важно да се посети лекар.

Завршна активност

Сите се движат слободно во просторот. Кога две деца ќе се погледнат в очи, не смеат да продолжат да се движат сè додека не застанат едно спроти друго и едното дете не рече: „Добар ден докторе, како сте?“, а другото треба да му одговори: „Добро, благодарам. Како сте вие?“. При тоа, не смеат да се ракуваат ниту да се допираат на друг начин. Играта трае неколку минути, додека има време или елан за играње.



Рефлексија

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Содржина IV-4: РАЗВИВАЊЕ СВЕСТ ЗА СЕКСУАЛНОТО ЗДРАВЈЕ

Се очекува ученикот/ученичката да:

Знаења	<ul style="list-style-type: none">» ги знае телесните промени што настануваат како резултат на сексуалното созревање;» знае што е сексуално вознемирување (несакани допири, зборови со сексуална конотација...);» знае кои постапки може да се преземат за да се спротивстави на сексуално вознемирување;» знае што е педофилија (сексуална злоупотреба на деца од возрасен);» знае каде и кому да се обрати во случај на сексуално вознемирување и сексуална злоупотреба.
Вештини	<ul style="list-style-type: none">» може да препознава/реагира/да се спротивставува на сексуално вознемирување во секојдневните ситуации;» може да побара помош во случај на сексуална злоупотреба.
Ставови/ вредности	<ul style="list-style-type: none">» ја прифаќа сексуалноста како природен дел од човечкиот развој;» прифаќа дека дел од сексуалноста е самозадоволувањето;» сфаќа дека никој нема право сексуално да ги вознемирување и да ги злоупотребува другите.

Работилница IV–4.1 Приказната за Инга



Материјали:

- » работен лист за наставникот/наставничката: Приказната за Инга.

Воведна активност

Сите стојат во круг. На учениците им се кажува дека ќе треба да пренесат еден телефонски импулс, односно наставничката на првото дете ќе му шепне една реченица и тоа дете ќе треба да му на шепне на следното онака како што ја слушало, иако понекогаш можеби ќе му звучи чудно. Реченицата треба да се шепнува од дете до дете, сè додека не се врати до наставничката која ќе ја запише на табла. Децата немаат право да препрашуваат – пренесуваат тоа што слушнале и како што слушнале. Реченицата е:

Денес ќе се запознаеме со Инга, девојчето со кадрава црвена коса и со пеги на носот.

Наставничката, под пренесената реченица, ја запишува оригиналната.



Дискусија

1. Што се случи?
2. Зошто овие две реченици се различни?
3. Дали може да се верува на ваков телефон?

Заклучок

Нормално е и очекувано е, кога немаме добри услови за слушање ниту можност за препрашување да си слушаме „по наше“.

Главна активност

На учениците им се чита текстот од работниот лист за наставникот/наставничката „Приказната за Инга“. Потоа учениците се делат во групи 4–5 и треба да одговорат на прашањата:

- » Како би се почувствувале вие на местото на Инга?
- » Како би се почувствувале на местото на Јамездин?



Дискусија

1. Што мислите како се чувствува Инга во моментот кога сите деца ѝ се смееја?
2. Како би се почувствувале вие на нејзино место?
3. А како Јамездин? А вие на негово место?
4. Дали е оправдано да се прави тоа доколку навистина Инга и Јамездин имаат силни чувства еден за друг?
5. А доколку немаат? Дали има разлика?
6. Дали Инга и Јамездин направиле нешто лошо, забрането или срамно?
7. Дали е тоа нешто што не треба да се прави или е нормално за нивната возраст?
8. Дали вакви нешта се случуваат во училиште? Или на друго место?
9. Што мислите, што е тоа што ја повредило/вознемиило Инга? (Нејзината интима и приватност.)
10. Како би се почувствувале вие доколку сите дознаат за некоја работа која не сакате да ја знаат?
11. Знае некој како може да се нарече ваквото однесување од врсниците? (Сексуално вознемирување.)
12. Кои други нешта што ги прават врсниците можат да се наречат сексуално вознемирување? (Шеги на сметка на физички карактеристики – гради, нозе, влакна, глас, висина. Непосакувани допири. Озборувања и различни гласови и слично).
13. Што може да се прави во такви ситуации?

Заклучок

Шегите кои се однесуваат на нешто интимно, многу често ги повредуваат луѓето. Доколку тоа се прави пред голема група луѓе, може многу да повреди некого, без разлика дали е тоа вистина или не. Сите луѓе имаат интимни нешта кои не секогаш сакаат да ги споделуваат со другите. Ваквите работи направени од врсници се нарекуваат сексуално вознемирување.

Завршна активност

Сите стојат во круг. На учениците им се кажува дека повторно ќе ја прават активната на пренесување на телефонски импулс, но сега ќе имаат право да прашуваат колку сакаат, сè додека не се осигураат дека точно слушнале. А реченицата е: *И Инџа, како и многу други деца, има тајни кои не сака да ти споделува со сите.*

На крај се добива аплауз за точно пренесената порака.



Дискусија

1. Што се случи?
2. Дали овие две реченици се различни?
3. Зошто?



Рефлексија

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Заклучок

Кога имаме можност за проверка, многу е поверојатно информациите да се пренесат изворно.

Приказната за Инга, девојчето со црвена кадрава коса и пеги на носот

Инга беше едно вредно и учтиво дете што учеше во четврто одделение во зеленото училиште. Имаше само петки. Беше повеќе мирна отколку палава. Иако имаше другарчиња, за разлика од сите нив, понекогаш сакаше и да седи или да се шета сама. Во одделението важеше за едно од децата со најдобар успех.

Еден ноемврски ден, на првиот час дојде едно ново дете. Веројатно затоа што Инга имаше добар успех, а беше и посветена другарка, наставничката одреди за почеток детето да седи до Инга, а неа ја замоли да му помага додека да се снајде. Детето се викаше Јамездин. Беше сосема обично, вредно момче. Додуша малку збунето и изгубено во новата средина, ама тоа не е нешто страшно – нели?

На Инга ѝ беше мило што може да му помогне да се вклопи. Се спријателија. Се дружеа и на одмори, а понекогаш таа одеше кај него дома за да му покажува математика. Беше одличен по француски ама скоро труп за математика.

Една сабота се договорија Инга да му ги покаже зоолошката, луна-паркот и нејзиното омилено игралиште. Во понеделникот, по таа сабота, кога Инга влезе во училницата си помисли дека некои деца некако чудно ја гледаат.

Кога седна во своето столче и ја погледна таблата, виде едно огромно срце во кое пишуваше ИНГА И ЈАМЕЗДИН. Голем дел од децата гргнаа да се смеат. Инга почувствува како образите ѝ стануваат црвени. Не знаеше што да направи ...

Работилница IV–4.2: Промени



Материјали:

- » ливчиња хартија за пишување прашања,
- » кутија за чевли,
- » прибор за пишување.

Главна активност

Учениците се делат во парови, доколку е потребно, и наставничката учествува. Генерална инструкција е, освен таму каде што е поинаку наведено, паровите да се формираат со деца со кои помалку комуницирале во последно време. Не може да се биде пар со некое дете со кое еднаш, на овој час биле во пар.

- » Кои телесни промени сте ги воочиле кај себе од моментот кога прв пат тргнавте на училиште до сега?
- » Дали сите делови од телото подеднакво ви се развивале до сега и кои делови од телото најмногу ви се смениле?
- » Како замислувате дека ќе ви изгледа телото по 5 години? Кои други промени ќе се случат?

По што момчињата и девојчињата ќе бидат слични, а по што различни по десет години? За ваквите нешта, досега ретко се разговарало и многу е веројатно да има некои нешта за кои немате информации, доколку нешто особено ве интересира, прашајте го детето во парот.



Дискусија

1. Што е тоа пубертет?
2. Кога приближно започнува?
3. Дали кај сите деца започнува во исто време?
4. Кои промени се случуваат кај момчињата, а кои кај девојчињата за време на пубертетот? (На момчињата им се продлабочува гласот, забрзано растат, им растат гениталиите, подоцна им растат влакна по лицето и телото. На девојчињата им растат градите, добиваат месечен циклус. Двата пола често имаат акни.)
5. Што е тоа што ги тера детските тела така брзо да се менуваат за време на пубертетот? (Хормони, супстанции кои одредуваат кои делови од телото ќе се развиваат и како.)

Заклучок

Сè до пубертетот, развојот на момчињата и на девојчињата е скоро ист. До таа возраст нашите тела не лачат во значајна количина машки или женски хормони. Кога настапува пубертетот, наеднаш, што е сосема природно, лачат големи количини хормони. И тоа различни кај девојчињата и кај момчињата. Хормоните го насочуваат растот и развојот. Се јавуваат разлики во телесната градба, се јавуваат акни, месечен период кај девојчињата и длабок глас кај момчињата.

Завршна активност – „Тоа нешто“

Сите слободно се шетаат во просторот. Наставничката кажува дека во еден момент таа ќе допре неколку деца и тие деца ќе се претворат во „тоа нешто“. „Тоа нешто“ треба да се движи пополека, со едната рака подигната нагоре, но не мора да се држи посебно исправено. „Тоа нешто“ не е опасно и не е наметливо. Само се шета бавно наоколу. Доколку се допре до некое дете, тоа дете станува „тоа нешто“, а претходното се претвора пак во дете. Наставничката поттикнува наивна забавност и различни начини на бавно движење и држење на раката и телото.



Рефлексја

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Работилница IV–4.3 Пубертети – квиз



Материјали:

- » работен лист за учениците IV-4.3: Пубертет – квиз
- » работен лист за наставникот/наставничката: Одговори (наставникот претходно ги има исечено сите картички).

Воведна активност

Сите стојат во круг. Секое дете треба да смисли едно лесно прашање поврзано со растењето и пубертетот, да истапи во кругот и да „ја праша публиката“ како на еден познат квиз. Останатите ученици во хор му одговараат.

Главна активност

Учениците се делат, во зависност од големината на одделението, во три или во шест групи. Бројот на ученици во група не треба да е помал од три и поголем од пет деца. Групите седат издвоени едни од други. Им се кажува дека ќе учествуваат во еден квиз кој се однесува на нивното растење и развој. Секоја група прво влече една картичка и има една минута да се договори кој одговор го смета за точен. Доколку не се сигурни, можат да ја прашаат публиката, односно другите групи. Откако ќе го дадат конечниот одговор, наставникот, од неговиот работен лист им го дава одговорот и објаснувањето. Се избира која група ќе почне.

Завршна активност

Момчињата се редат на едниот крај од просторијата, а девојчињата на другиот. Треба да се движат едни кон други, во колона еден позади друг/една позади друга, имитирајќи како типично одат женските, а како машките.



Рефлексија

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?



1. Кога почнува пубертетот?

б) Кај девојчињата порано одошто кај момчињата.
Природно е да почне прво кај девојчињата. Но тоа не значи дека сите девојчиња ќе влезат во пубертет пред сите момчиња. Тоа е сепак многу индивидуално.

2. Што НЕ е карактеристично за момчињата и за девојчињата во пубертетот?

г) Да им растат умници.
А е карактеристично да почнуваат да се лачат сексуални хормони. Да се јавуваат чести промени во расположението и да почнуваат да се јавуваат симпатии.

3. Кога се јавува чувството на сексуална привлечност?

б) Во пубертетот.
Поради лачењето на сексуалните хормони, почнува да се јавува сексуална привлечност, тоа е сосема нормална работа во пубертетот.

4. Како се вика месечниот циклус што се јавува кај девојчињата во пубертетот?

г) Менструација, се јавува циклично со месечно крварење кое настанува како последица од овулацијата.

5. Колку често девојчињата имаат месечни циклуси во текот на пубертетот?

г) Нередовно, но главно еднаш месечно. На процесот на овулација му треба време да се стабилизира, релативно редовен месечен циклус девојките имаат на крајот од пубертетот.

6. Како се нарекува појавата на спонтано сексуално возбуждавање кај момчињата, кое може да се јави во секое време?

в) Ерекција, може да се јави кога и да е и не може свесно да се контролира.

7. Што е мастурбација?

г) Самозадоволување на сексуалниот нагон. Природна појава во сексуалниот развој. Како што мастурбираат некои деца, така мастурбираат и некои возрасни.

8. За мастурбацијата е точно дека:

а) Се јавува и кај машките и кај женските, важи како за момчињата така и за девојчињата, без разлика на возраста, дали се во врска, брак или се сами.

9. Хетеросексуалноста е сексуална привлечност:

а) За лица од спротивен пол. Најчест вид на сексуална ориентација, но не и единствен.



10. За хомосексуалноста е точно дека е:

г) Посебна сексуална ориентација – како и хетеросексуалноста, само се смета дека е помал бројот на луѓе со хомосексуална/лезбиска ориентација.

11. Што НЕ е точно за сексуалните игри меѓу врсници во пубертетот?

б) Ги прават само момчињата. Ги прават и девојчињата и момчињата. И со деца од ист и/или спротивен пол.

12. Како се нарекува појавата кога возрасни луѓе намамуваат деца за сексуални активности?

а) Педофилија. Обид на возрасен сексуално да општи со малолетно лице. Педофилијата е казнива со закон и се применуваат тешки казни.

13. Кога некоја девојка има месечен циклус, дали може за се забележи?

в) Не може никако да се забележи од страна. Некои луѓе имаат погрешно мислење дека може да се забележи доколку некоја девојка има месечен циклус. Тоа е погрешно, не постои начин тоа да се види.

14. За девојките е здраво да имаат сексуални односи:

в) кога ќе се почувствуваат спремни. Пред да се почувствуваат спремни може да биде многу штетно за нивниот сексуален развој. Треба да се почитува индивидуалниот и природниот развој, без разлика што прават или не прават врсниците/врсничките.

15. За момчињата е здраво да имаат сексуални односи:

в) Кога ќе се почувствуваат спремни. Пред да се почувствуваат спремни може да биде многу штетно за нивниот сексуален развој. Треба да се почитува индивидуалниот и природниот развој, без разлика што прават или не прават врсниците/врсничките.

16. Девојките можат да го допираат својот полов орган само:

а) Со чисти раце. Можат, секако, како и секој друг дел од телото. Нема ништо различно во тоа. Важно е рацете да се чисти, како и кај момчињата, за да не се добие некоја инфекција.

17. Момчињата можат да ги искажат своите чувства отворено само:

в) Ако сакаат. Момчињата имаат чувства како и девојчињата. Место да се исмеваат, треба да се поддржат доколку ги покажуваат чувствата. Момчињата кои не го прават тоа поради различни предрасуди, само си штетат на себеси и си ограничуваат многу убави искуства.

18. Во ред е да наговориш некого да прави нешто што не сака само доколку:

в) Во никој случај не е во ред. Тоа се вика насилство и доколку е сериозно, покрај тоа што е казниво со закон, може да нанесе сериозни емоционални повреди.

Работилница IV–4.4 Заштита од сексуална злоупотреба¹



Материјали:

- » прибор за пушување,
- » боици, црвена, портокалова и зелена.

Воведна активност

Учениците се делат во парови и двата члена од парот разменуваат со партнерот/партнерката „не сакам/не ми се допаѓа кога возрастните ми...“. Тоа што ќе си го кажат треба да остане тајна.

Главна активност

Секое дете црта силуета на детско тело. Потоа треба добро да размисли и да ги обои во три различни бои деловите од телото.

- » Со црвена боја се обојуваат деловите од телото каде што не им е пријатно другите да ги допираат.
- » Со портокалова боја се обојуваат деловите од телото каде што не им е многу непријатно другите да ги допираат.
- » Со зелена боја се обојуваат оние делови од телото на кои воопшто не им е непријатно другите да ги допираат.

При тоа, целата силуета треба да биде обоена со некоја од боите. По завршувањето на бојењето, се повикуваат децата кратко да го гледаат својот цртеж и да размислат за тоа што правеле. Потоа сите цртежи се лепат на видно место во училищата. Учениците се повикуваат да ги сподедат цртежите меѓусебно.



Дискусија

1. Да се обидат да видат дали имаат совпаѓања со други деца или не?
2. Кои нешта на најголем дел од цртежите се совпаѓаат?
3. Дали децата треба да трпат непосакувани допири и повреди на означените места?
4. Од кого можат да трпат повреди или непосакувани допири на тие места?
5. Дали возрастните смеат непристојно да се однесуваат кон детето?
6. Дали детето може да е виновно кога некој возрастен сексуално го злоупотребува?
7. Која е разликата меѓу сексуално вознемирување и сексуално злоупотребување?
8. Во што се состои сексуалното злоупотребување?
9. Како треба да се реагира при непристојно однесување на некој возрастен?
10. Што треба да се направи доколку се случи некој да не допира на начин на кој нам не ни се допаѓа?

Заклучок

Што треба да знаат децата и возрастните за сексуалното злоупотребување? СЕКСУАЛНАТА ЗЛОУПОТРЕБА на децата сè уште претставува табу-тема во нашата средина. Многу често сексуалната злоупотреба се одвива во рамките на семејството (што најтешко му паѓа на детето и е најтешко за докажување и натамошно процесирање). Децата треба да станат свесни дека имаат право да се спротивстават на овие облици на насилство, дека вината е секогаш на страната на возрастниот и дека не треба да се срамаат да зборуваат за настанот, со цел навремено да се казни причинителот на насилниот чин.

ДЕТЕТО, ВО НИТУ ЕДЕН СЛУЧАЈ, НЕ МОЖЕ ДА БИДЕ ПРОГЛАСЕНО ЗА ВИНОВНО. И ВО СЛУЧАИ КОГА ДЕТЕТО „САМО СЕ НУДИ“, ВИНАТА Е НА ВОЗРАСНИОТ. Детето никогаш не е виновно, според законот и според Конвенцијата за правата на децата, која, кај нас, како земја потписничка на конвенцијата е „над законот“. Сексуалното злоупотребување може да се состои од допирање на делови од телото на детето или терање детето да допира делови од телото на возрастниот; фотографирање на детето или снимање филмови во кои детето е голо или разголено; терање на детето да води љубов со возрастен. Кога некој возрастен се однесува непристојно, треба да му/и се каже НЕ, да го повторува тоа повеќе пати, гласно, да се тргне – ако треба и погрубо, да не се срами бидејќи непристојното однесување е вина на возрастниот, а не на детето, веднаш да се извести родителот или друг возрастен во кој имаме доверба. Таквата ситуација треба најбрзо да се пријави, доколку е наставник на педагошко-психолошката служба, на директорот и на други наставници, доколку е друг возрастен – на родители или на други возрастни во кои се има доверба. Сексуално вознемирување е од страна на врстници, а сексуално злоупотребување од страна на возрастни, и тоа кој и да е допир, на кој и да е дел од телото, без разлика на полот. Никако не е дозволено гушкање или давање на „комплименти“ за физички изглед, педофилија. Казните во Р. Македонија се строги, тренд е во светот казните да бидат уште построги.

Придружна појава на сексуалната злоупотреба е ТРГОВИЈАТА СО ДЕЦА. Најчесто крајна цел на трговијата е проституирање на децата и нивно вклучување во порноиндустријата. Значењето, свесноста за можните последици и ефективната можност децата да се спротивстават на овие облици на насилство, претставуваат моќно оружје во борбата против нив.

¹ Идејата е преземена од прирачникот за наставници „ИМАМ ПРАВО,, – програма за имплементација на Конвенцијата за правата на детето во III и IV одделение од основното образование; УНИЦЕФ – Скопје; 2004.

11. Знае ли некој како се нарекува делото кога возрасен непристојно допира дете?
12. Што е трговија со деца?
13. Дали таквите дела се казниви?

Завршна активност

Сите, вклучувајќи го и наставникот, се шетаат низ просторот, но не смеат да се допрат едни до други на ниеден начин.



Рефлексија

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Работилница IV–4.5 Сексуално вознемирување



Материјали:

- » работен лист за учениците IV-4.5а: Точно – неточно 1,
- » работен лист за учениците IV-4.5б: Точно – неточно 2,
- » работен лист за наставникот/наставничката: Точно – неточно 1 и 2.

Главна активност

Учениците се делат во групи 4–5 деца. Секоја група добива една верзија од работниот лист: „Точно – неточно 1 и 2“. Учениците треба да заокружат „т“ за оние тврдења кои сметаат дека се точни и „н“ за оние тврдења за кои сметаат дека се неточни. По завршувањето на работата во малите групи, наставникот ги чита прво прашањата и групите наизменично му одговараат, откако ќе одговори некоја од групите, се повикуваат децата од групата или сите останати да објаснат, доколку се чувствуваат комотни, да кажат зошто мислат така, потоа наставникот ги чита одговорите од неговиот работен лист.



Дискусија

1. Дали ви беше непријатно да зборуваме на оваа тема? Зошто? Дали треба да се зборува за сексуалноста и сексуалното вознемирување и сексуалната злоупотреба? Зошто?
2. Што треба да се прави во ситуации на сексуално вознемирување? Дали е срамота да се каже? За кого е тој чин срамен? Кому треба учениците да му се обратат?
3. Дали има разлика помеѓу сексуално вознемирување од возрасни и од деца?
4. Дали возрасните можат да бидат сексуално вознемирувани од деца?
5. Дали може да се толерира вакво однесување од врсници или возрасни и до која мерка?

Заклучок

Во нашите култури ретко или воопшто не се зборува за сексуалноста. Една од најнегативните последици од тоа е што голем број деца се жртви на сексуално вознемирување и/или сексуална злоупотреба. Во голема мерка тоа е така и поради тоа што широк спектар на однесувања на возрасните воопшто не се препознава како проблематичен. Исто така поради ТАБУАТА поврзани со сексуалноста, голем број жртви се плашат или не ни мислат дека смеат да кажат некому или да побараат помош иако „срамот“ е на насилникот, а не на жртвата. Тоа им оди во прилог само на оние кои ги злоупотребуваат децата. Колку повеќе и послободно се зборува – толку е помал ризикот децата да станат жртви. Колку повеќе јавно се зборува – толку полесно им е на децата уште на почеток да се спротивстават на проблематичните однесувања на возрасните, вклучувајќи тука и не мал број на просветни работници. Посебно е проблематично и комплексно злоупотребувањето на деца.

ДЕТЕ ВО НИЕДНА СИТУАЦИЈА НЕ МОЖЕ СЕКСУАЛНО ДА ВОЗНЕМИРУВА ВОЗРАСЕН! Никој нема право сексуално да вознемирува или да злоупотребува некого, без разлика колку тоа може да изгледа „безопасно“ или „како игра“!

Завршна активност

Сите стојат во кругот. Децата, едно по едно, истапуваат еден чекор внатре во кругот и секое ја завршува следнава реченица на креативен начин: „Кога ќе пораснам – сакам да бидам....“. Се труди да смисли некоја чудна или смешна професија. Откако ќе ја каже професијата, другите деца треба да направат гест/движење/звук што ги потсетува на таа професија, без да се координираат меѓу себе туку слободно, како што ќе им дојде во моментот. На пример доколку детето рекло „машиновозач“, децата прават „ту-туф, ту-туф“ или „чу-чууу“! Секоја професија може да се спомене само еднаш.



Рефлексја

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Работен лист за наставникот/наставничката: Точно – неточно 1

Сексуално вознемирување има кога наставник/наставничка ...

1.	... со својот мобилен телефон фотографира ученици додека одговараат на табла или прават нешто друго.	Т
2.	... пред учениците кажува вицеви со сексуална содржина.	Т
3.	... дава примедба за висината на некој ученик/ученичка.	Н
4.	... чита пораки од мобилните телефони на учениците меѓу кои може да има и пораки од симпатиите.	Т
5.	... на часовите по биологија им предава на учениците за тоа како се прават бебиња.	Н
6.	... ги чита пораките на ливчиња што учениците си ги упатуваат едни на други во врска со нивните симпатии.	Т
7.	... на часовите по физичко допира ученици околу половите органи или градите додека им помага да направат некоја вежба.	Т
8.	... дава коментари за физичкиот изглед на некој ученик/ученичка, посебно за оние делови од телото кои се развиваат во пубертетот.	Т
9.	... на часовите по физичко фаќа ученици за рака за да им покаже како се фрла топката.	Н
10.	... дава комплименти на ученици за изгледот на нивното тело.	Т
11.	... пофалува ученици за тоа колку добро учат.	Н
12.	... влегува во ученичките соблекувални (машка или женска) без да се најави (без да тропне или праша за дозвола).	Т
13.	... прегрнува ученици, без оглед на тоа дали се од ист или од различен пол со него/неа.	Т
14.	... тера ученици да останат по часовите со цел да им помогне да научат.	Н
15.	... покажува на ученици материјали со сексуална содржина што не се дел од наставата.	Т
16.	... носи ученици во раце кога ќе се повредат и не можат да одат.	Н
17.	... дава совети на ученици за сексуални теми навор од наставните содржини.	Т
18.	... повикува ученици на средби насамо, без да има посебна потреба за тоа.	Т

Работен лист за наставникот/наставничката: Точно – неточно 2

Сексуално вознемирување има кога ученик/ученичка или група ученици ...

1.	... со својот мобилен телефон фотографираат други ученици без тие да им го дозволиле тоа.	Т
2.	... пред други ученици раскажуваат шеги или случки со сексуална содржина и тогаш кога на другите им е непријатно да слушаат.	Т
3.	... меѓусено си разменуваат СМС-пораки за нивните симпатии.	Н
4.	... на други ученици им испраќаат непосакувани и непријатни СМС-пораки со сексуална содржина.	Т
5.	... меѓусебно дискутираат за тоа како се прават бебиња.	Н
6.	... ги читаат пред други ливчињата со пораки што учениците си ги упатуваат едни на други во врска со нивните симпатии, без да имаат дозвола од оние што се наведени во пораките.	Т
7.	... се обидуваат да соблечат некој ученик/ученичка без негова/нејзина волја.	Т
8.	... дофрлуваат коментари за физичкиот изглед на некој ученик/ученичка, посебно за оние делови од телото кои се развиваат во пубертетот.	Т
9.	... бакнуваат некој ученик/ученичка кој/која го сака тоа.	Т
10.	... зборуваат за изгледот на некој ученик/ученичка на начин на кој го/ја тера да се чувствува непријатно.	Т
11.	... разговараат за добрите страни на некој ученик/ученичка со други.	Н
12.	... намерно ја отвораат вратата од тоалетот додека е некој ученик/ученичка внатре.	Т
13.	... допираат некој ученик против неговата/нејзината волја, на начин кој му/ѝ е непријатен.	Т
14.	... ги покануваат своите симпатии да прават нешто заедно.	Н
15.	... на други ученици, против нивна волја, им покажуваат слики или филмови со сексуална содржина.	Т
16.	... посетуваат некој ученик/ученичка дома, за да му/ѝ помогнат со домашните.	Н
17.	... шират невистини за тоа кој кому му/ѝ е симпатија.	Т
18.	... на други ученици упатуваат непосакувани и непријатни гестикулации со сексуално значење.	Т

Работилница IV–4.6 Ситуации

Претходна подготовка

Наставникот треба да ги дознае телефонските СОС-броеви наменети за деца жртви на насилство – локални и национални. Добро е да има и информации од организацијата која нуди СОС-помош за тоа како децата да им се обратат доколку имаат потреба. Доколку е можно, добро е да се покани и некој од луѓето кои работат на СОС-помош, да присуствува на часот или на дел од часот (или некој друг ден). Сите тие нешта ќе ги зајакнат и ќе ги охрабрат децата.



Материјали:

- » работен лист за наставникот/наставничката: Ситуации,
- » прибор за пишување.

Воведна активност

Учениците се делат во парови. Прво едниот од парот вели: „Мораш да го направиш тоа“, а другиот одговара: „Нема да го направам!“ Истото се повторува 4–5 пати и секој следен пат, тонот на двајцата во парот се повишува. Потоа, улогите се разменуваат.

Главна активност

Наставничката им кажува на учениците дека ќе им чита одредени ситуации кои можат да предизвикаат непријатни чувства, но кои треба внимателно да се слушаат. По секоја ситуација ќе се бараат доброволци да го одглумат одговорот на прашањето кое ќе биде поставено во врска со прикажаната ситуација – не треба да се глуми целата ситуација, туку само реакцијата на децата што се потенцијални жртви на прикажаното насилство. Доколку е потребно, можат да побараат некој да ги игра улогите на насилниците во дадените ситуации. Препорачливо е да се видат барем 2–3 алтернативни „глумења“ на можни реакции на децата. Од работниот лист на сите ученици им се читаат ситуациите по ред. Децата се повикуваат да смислат и да се договорат како ќе ја одглумат реакцијата. По неколку минутки им се чита ситуацијата повторно и се повикуваат првите доброволци. По завршувањето на глумењето на секоја ситуација, на сите ученици им се поставуваат следните прашања.



Дискусија

1. Која е можната опасност во ваква ситуација?
2. Што треба да се направи во ваква ситуација? (Најбезбедно е да се каже благодарам и љубезно да се одбие.)
3. Што доколку човекот инсистира, настојува или стане насилен?
4. Дали знаете што е тоа СОС-телефон?

Заклучок

Децата за жал пречесто се жртви на сексуално насилство. Во голема мерка затоа што насилниците, играјќи на картата – табу, лесно или незабележливо се извлекуваат затоа што жртвите ретко ги пријавуваат случаите. Жртвите често се чувствуваат криви или одговорни или на некој начин како сами да ја предизвикале ситуацијата, што е потполно погрешно. Тоа е еден од начините на кој насилниците ги манипулираат жртвите. **ВО НИКАКВИ ОКОЛНОСТИ малолетно лице не може да биде одговорно за сексуален чин или сексуално поврзано дело – одговорен е возрасниот.** Во голема мерка децата страдаат и затоа што не знаат како да реагираат во таквите ситуации. Доколку им се понудат здрави механизми, ризикот се намалува. Доколку изгледа дека некој настојува или изгледа дека може да стане насилен и груб, најдобро е да се побара помош од друг возрасен, по можност познат, да се закани дека ќе се јавите на родителите/полицијата. Да се крене врева, да се вика гласно – **ПОМОШ!!!** СОС-телефоните постојат за помош на деца жртви на насилство, бесплатен е, децата можат анонимно да се јават.

Завршна активност

Учениците се делат во групи од по седум. Секоја група треба да смисли начин како да се помине одреден простор 2–3 метри и при тоа сите да се движат заедно како група, а во ниеден момент да нема на земја повеќе од девет нозе. Им се даваат неколку минути да се договорат. Наставичката ги поттикнува на различни, креативни решенија и истовремено внимава доколку се појават ризични пристапи.



Рефлексија

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Ситуација 1

Влатко и Сафет имаат десет години. Си одат кон дома од училиште и ги застанува непознат и им нуди да ги вози до дома.

Што треба да се направи во таква ситуација?

Ситуација 2

Во парк, непознат човек, на Вера и на Сара им нуди чоколатца, тие го одбиваат, но тој почнува да станува насилен и ја повлекува Сара кон себе тргајќи ја за за ракавот.

Што е најдобро да направи за да се одбрани?

Ситуација 3

Наставникот по физичко ја повикува Нина во кабинетот кај него „на муабет на само“. Таа не сака, непријатно ѝ е и малку ја фаќа страв, но се плаши дека ако го одбие наставникот, да не ѝ се освети или доколку нема лоши намери – да не го навреди?

Што е најдобро да се направи за да се одбрани?

Ситуација 4

Еден дечко, не баш близок познаник на Миа, се нуди да ја отпрати до дома. Таа прифаќа, баш и не ѝ се оди сама накај дома. По десетина чекори ја гушнува. Таа одбива збунето, а тој се обидува пак. Миа повторно го одбива, а тој ти вели: „Ајде немој да ми глумиш сега, зошто прифати да те испратам до дома тогаш!“ Миа е исплашена, му објаснува дека немала таква намера, а тој се обидува да ја присили да го бакне.

Што е најдобро да се направи за да се одбрани?

Содржина IV-5: ПРЕВЕНЦИЈА ОД ПУШЕЊЕ И ПИЕЊЕ АЛКОХОЛ

Се очекува ученикот/ученичката да:

Знаења	<ul style="list-style-type: none">» знае кои се последиците од пушењето по себе и по другите (активно и пасивно);» знае кои се последиците од консумирање алкохол по себе и по другите.
Вештини	<ul style="list-style-type: none">» умее да се спротивстави на прекршување на забраната за пушење;» умее да се спротивстави на притисокот од другите за пушење и консумирање алкохол.
Ставови/ вредности	<ul style="list-style-type: none">» ја сфаќа штетноста од пушењето и алкохолот по здравјето;» сфаќа дека е позитивно да се спротивстави на притисокот од другите кои промовираат и/или консумираат цигари или алкохол.

Работилница IV–5.1 Заштита од пушење



Материјали:

- » работен лист за наставникот/наставничката: Правилно дишење,
- » работен лист за учениците IV-5.1a: Сакам воздух,
- » работен лист за учениците IV-5.16: Кога ќе...,
- » прибор за пишување.

Воведна активност

Сите стојат во круг. Наставничката ја отвора право вратата, а потоа и прозорците. По 1–3 минути (зависно колку е студено надвор) децата се повикуваат да ја почувствуваат промената и да дишат со полни гради. На учениците им се чита инструкцијата од работниот лист за наставникот/наставничката „Правилно дишење“.



Дискусија

1. Дали чувствувате промена? Каква?
2. Дали се освеживте малку?
3. За што е важно да дишеме чист воздух?

Главна активност

Учениците се делат во пет групи. Секоја група добива по една ситуација од работниот лист. По завршувањето – сите групи презентираат на тој начин што прво се чита ситуацијата, а потоа групата ги презентира понудените решенија. Потоа се повикуваат останатите ученици евентуално да понудат други решенија.



Дискусија

1. Што се подразбира под активно, а што под пасивно пушење?
2. Зошто престојот во просторија во која се пуши не е безбеден? Кои се штетните ефекти од чадот од цигари?
3. Дали е пушењето исто штетно и за возрасни и за деца? Зошто?
4. Зошто некои деца почнуваат да пушат?
5. Што може да се прави доколку некој те нуди со цигари?

Заклучок !

Пушењето е една од најштетните болести на зависност која многу тешко се искоренува. Пушењето штетно влијае на сите органи и на комплетното здравје. Активно пушење е кога некој сам за себе консумира цигари. Пасивно пушење е не по своја волја дишење на чадот од цигарите кои некој друг ги консумира. Пушењето цигари не го прави некој позрел – повозрасен, напротив, тоа е израз дека некој не знае да направи зрел избор. На секој кој нуди цигари може да му се предочат сите негативни последици од пушењето.

Завршна активност

Сите стојат во круг. Наставничката им кажува дека сите имаме одредена одговорност во борбата против пушењето и дека тука може да вежбаме како можеме да реагираме во различни ситуации и да добиеме идеи од другите деца. Се препорачува да се вклучи и наставничката. Се почнува од едно дете и се оди по редослед. Децата избираат да завршат една од речениците од работниот лист за учениците: „Кога ќе...“



Рефлексја

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Ајде да се обидеме сите да дишеме чист воздух и тоа правилно. Ве молам застанете исправено и спуштете ги рацете слободно покрај телото. Полека земете воздух на нос. Прво почнете да го полните долниот дел на градите, а тоа ќе го направите така што прво ќе го ослободите/пуштите на напред стомакот, па средниот дел на градниот кош, па горниот дел на градите. (По десетина секунди). Сега издишуваме по обратен редослед. Прво горниот дел, па средниот и на крај го вовлекуваме стомакот. Земајте воздух бавно.

Постапката се повторува најмногу 5–6 пати за да не стане пренапорно. На некои деца може да им биде напорно доколку се прави повеќе пати. Наставничката ги советува да се обидуваат да вежбаат правилно дишење во сите ситуации, но по малку. Сè додека не им стане напорно. Доколку упорно вежбаат, тоа ќе им стане навика и ќе бидат многу поздрави.

Работилница IV–5.2 Здравје или не?



Материјали:

- » работен лист за учениците IV-5.2: Пет ликови,
- » прибор за пишување/цртање,
- » листови хартија.

Воведна активност

Децата се делат во парови. Во првата ситуација, едното дете од парот е актер, а другото е огледало. Актерот, со горниот дел од телото (без да се мрда од местото), прави бавни движења имитирајќи пијан човек, а огледалото ги повторува. По 2 минути, улогите се менуваат.

Во втората ситуација, актерот со бавни движења имитира како некој пуши и при тоа се прави важен, а огледалото реагира со чудење и гадење (му смрди, се гуши...). По 2 минути, улогите се менуваат.

Главна активност

Учениците се делат на мали групи 3–5 деца. Групите добиваат по еден примерок од работниот лист за учениците „Пет ликови“. Раководејќи се според карактеристиките кои се наведени во работниот лист, учениците треба на посебни листови да нацртаат пет човечки фигури. Откако ќе завршат, од нив се бара да ги презентираат своите цртежи и да ги образложат.



Дискусија

1. Дали беше тешко да се нацртаат ликовите? Зошто? Дали имавте недоумици околу некои карактеристики?
2. Дали имате да додадете некои нешта кои не успеавте да ги нацртате?
3. За кои ликови очекуваме дека се поподложни на болести, зарази и разни други заболувања?
4. Кои болести можат да се добијат од пушење? Зошто?
5. Знаете ли некои нарушувања на здравјето кои се добиваат од преголемо консумирање алкохол?
6. Што ќе се случи доколку деца кои сè уште растат консумираат алкохол или пушат?
7. Што е пушач? Што е алкохоличар?
8. Како се станува пушач? Како се станува алкохоличар?
9. Колку лесно луѓето може да се одвикнат откако ќе станат пушачи? Зошто?
10. Колку лесно луѓето може да се одвикнат од пиење алкохол откако ќе станат алкохоличари? Зошто?
11. Што е физичка, а што психолошка зависност? Која е разликата?
12. Дали малолетно лице смее да купи алкохол или цигари во Република Македонија?
13. Дали е дозволено во Р. Македонија малолетно лице да се послужи со алкохол?

Заклучок

Пушењето и консумирањето алкохол во големи количини се особено штетни за здравјето. Луѓето кои активно се занимаваат со некаков вид на здрава физичка активност и луѓето кои консумираат алкохол и цигари подолго време и во големи количини, забележливо физички се разликуваат. Пушењето и алкохолот можат да предизвикаат зависност. Тоа значи дека оние кои ги користат, иако знаат дека се штетни, не можат лесно да престанат да ги користат. Физичката зависност е зависност на организмот од токсичната материја (никотин/алкохол), а психолошката е зависност од навиката на правење на тоа нешто. Пушењето и алкохолот сериозно влијаат врз општото здравје и имунитетот и, исто така, се сериозни фактори за добивање на канцерогени заболувања. Во Република Македонија е забрането продавање на цигари и алкохолни пијалаци на малолетни лица, како и служење на алкохол на малолетни лица.

Завршна активност

Сите стојат во круг. Едно дете почнува со изказ: „Место цигари/алкохол (кажува едно) јас ќе избирам (некаков спорт или некое хоби кое подразбира престој на отворено)“. Сите деца му аплаудираат. Сите деца, едно по едно, продолжуваат по истата постапка. Првиот дел од реченицата за сите е ист, а вториот мора да биде различен.



Рефлексија

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Работилница IV–5.3 Антиреклами

Оваа активност треба се прави дури откако ќе се поминат претходните содржини од оваа тематска единица и кога учениците веќе имаат усвоено одредени знаења и вештини.



Материјали:

- » големи листови хартија,
- » колаж-хартија, ножици, лепило, стари списанија, боици.

Главна активност

Учениците се делат во четири до шест групи. Секоја група подготвува нешто што ќе биде разбирливо за учениците и ќе придонесува во борбата против пушењето/алкохолот меѓу врсниците. Групите може да прават плакат, или да подготвуваат кус скеч, или да напишат стих за антирекламен спот. Половина од групите работат на пропаганда против пушење, а другата половина на пропаганда против консумирање алкохол. Наставникот ги поттикнува децата на различни пристапи, при што можат да се фокусираат на општи пораки, на здравствени или на законски аспекти.

Учениците ги презентираат своите изработки и оние што работеле на иста тема, по можност ги обединуваат во заедничка.

Завршна активност

Изложба. Изработените плакати се ставаат на место каде што може да се гледаат и наставникот ги поканува децата на изложба. На крајот се добива аплауз.



Рефлексija

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?



**V тема: ЈАС И ОКОЛИНАТА
- ОДНОС СО НАДВОРЕШНАТА СРЕДИНА**

Содржина V-1: БЕЗБЕДНО ОДНЕСУВАЊЕ ВО СРЕДИНАТА

Се очекува ученикот/ученичката да:

Знаења	<ul style="list-style-type: none">» знае за опасни предмети (хемикалии, оружје), животни (диви) и растенија (отровни, смоли) од потесната околина што можат да го/ја повредат.» знае за опасни постапки (сам дома) и ситуации (толпи, сообраќај) со кои може да се соочи на одделни места (стадион, концерт, игралиште) и во одредено време (доцна навечер);» знае правила на однесување во конкретни ситуации и на конкретни места (на роденден, на улица, во училиште, во двор, на игралиште, на екскурзии);» ги знае знаците за опасност и предупредување;» ги знае последиците од сопственото однесување врз безбедноста на другите.
Вештини	<ul style="list-style-type: none">» умее да препознае предмети/ситуации/животни/ растенија што се опасни по безбедноста;» може да ги согледа последиците од сопственото однесување врз сопствената безбедност и безбедноста на другите;» може да го приспособи своето однесување на конкретното место/ситуација;» умее да почитува правила на безбедно однесување пропишани за одредени места/ситуации.
Ставови/ вредности	<ul style="list-style-type: none">» прифаќа дека одредени однесувања на конкретни места и во конкретни ситуации можат да бидат опасни;» ја сфаќа потребата од постоење безбедносни правила и забрани;» прифаќа потреба од приспособување на сопственото однесување заради лична безбедност и безбедност на другите.

Работилница V-1.1: Ризици



Материјали:

- » три до пет топки од стуткана хартија, со големина колку тениско топче,
- » работен лист за учениците V-1.1а: Опасни предмети, ситуации, животни и растенија 1,
- » работен лист за учениците V-1.1б: Опасни предмети, ситуации, животни и растенија 2,
- » работен лист за учениците V-1.1в: Опасни предмети, ситуации, животни и растенија 3,
- » работен лист за учениците V-1.1г: Опасни предмети, ситуации, животни и растенија 4,
- » работен лист за учениците V-1.1д: Опасни предмети, ситуации, животни и растенија 5,
- » прибор за пишување,
- » работен лист за наставникот/наставничката: Опасности.

Воведна активност

Сите стојат на еден крај од училницата. Шест доброволци се делат на три пара. Паровите се распоредуваат, стоејќи еден спроти друг на метар до два растојание (како „шпалирот“). Исто толку растојание има и помеѓу партнерите во паровите.

Секој пар добива една хартиена топка и треба да си подава со таа топка, во ритам што го диктира наставникот удирајќи со рацете (околу 67 удари во 10 секунди). Задачата на другите деца е да поминат „неповредени“ низ „шпалирот“ од подавачи. Децата кои ги подаваат топките не треба да се трудат да ги погодат – од нив се бара да го одржат ритамот во подавањето. По одредено време паровите „фрлачи“ се заменуваат со други деца кои веќе поминале, за да можат и тие да поминат.

Главна активност 1

Учениците се делат на пет групи. Секоја група добива по еден работен лист „Опасни предмети, ситуации, животни и растенија 1, 2, 3, 4 и 5“. Од страна на секоја сликичка треба да напишат кои се ризиците од тие нешта и потоа, на назначените линии, да додадат уште три до пет слични нешта. Групите презентираат кои опасности ги откриле и кои ги додале.



Дискусија

1. Кои работи или ситуации од нашата околина носат опасности?
2. Кога се тие опасни? Зошто?
3. Можеме ли тие работи да ги исклучиме или да ги натераме да ги снеса од нашата околина? Зошто?
4. Што можеме да направиме за да се заштитиме?

Заклучок

Во секојдневното опкружување се среќаваме со безброј потенцијално опасни ситуации/предмети. За дел од нив знаеме дека се опасни, за дел не сме сигурни, а за дел не знаеме. Колку повеќе информации имаме, толку поприспособено е нашето однесување и потенцијалот за ризик е сведен на минимум. Не треба да се седи под стаклено своно, треба да се биде свесен за можните ризици во конкретната ситуација. Алатите или машините од домаќинството, често можат да бидат опасни доколку со нив не се ракува на соодветен начин, на сличен начин како и хемикалиите и лекарствата кои можат да се најдат во домот. Знаењето за можните опасности важи и во одредени животни ситуации, како игралиште или крстосница или контакт со животни и растенија.

Главна активност 2

На подот на училницата се црта една линија (со креда или се лепи непроѕирен селотејп) и се означува каде е половината од линијата. Наставникот ја дава следнава инструкција: „Ќе поставам неколку сликички на линијата на подот. Од сите сликички имам по две копии, па ќе поставам по една на двете половици на линијата. Секое дете, едно по едно, ќе оди по оваа линија и тоа, до првата половина нема да гледа каде гази. Кога ќе стигне до половина на линијата јас ќе му кажам и потоа ќе може да гледа“.

Откако ќе помине детето до крај, наставникот, со помош на претходно определено дете, му кажува на што сè ггазнало.

Истото се повторува со барем уште 3–4 деца, доброволци, во зависност од преостанатото време, секогаш со поинаков распоред на сликичките.



Дискусија

1. Кога згазнавте на повеќе опасни ситуации? Зошто?
2. Што ни помага да избегнеме опасни ситуации?

Заклучок

Нашето однесување е побезбедно во ситуации кога имаме информации/знаења или свесност за опкружувањето, односно во нашава активност кога гледаме колку е поризично кога немаме информации, односно кога не гледаме.



Рефлексија

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?



Работилница V-1.2: Мојот пат до училиштето



Материјали:

- » работен лист за учениците V-1.2a: Опасност за странци,
- » работен лист за учениците V-1.2б: Мојот пат до училиштето,
- » прибор за пишување/цртање.

Главна активност 1

Децата се делат во групи од четири до пет учесници. Треба да се договорот и потоа да изглумат, со пантомима, како на некој странец (што не го знае нашиот јазик) му кажуваат дека треба да внимава на нешто што е опасно, затоа што тој не знае за опасноста или не ја гледа. Секоја група избира по едно ливче од работниот лист на кој е опишана една таква потенцијално опасна ситуација. Откако ќе се договорот, треба да ја покажат пантомимата пред останатите деца.



Дискусија 1

Секоја група, откако ќе заврши со пантомимата, треба да одговори зошто ја избрале токму таа ситуација за да го предупредат замислениот странец, потоа, откако ќе завршат сите групи, пред целата група се поставуваат следниве прашања:

1. Дали вакви опасни ситуации има во нашата околина?
2. Како се однесувате во таквите ситуации?
3. Што би се случило ако не ги знаеме опасностите што демнат во ситуациите што не ни се познати? Како тогаш треба да се однесуваме?

Заклучок

Потенцијално опасните (ризичните) ситуации не се секогаш видливи. Ако не ги знаеме, многу лесно може да настрадаме. Затоа, секогаш кога ќе дојдеме во некоја нова ситуација, која може да биде потенцијално опасна, треба прво да провериме, пред да преземеме некоја активност што може да не загрози.

Главна активност 2

Учениците се делат во мали групи (4–6) и им се дава работниот лист „Мојот пат до училиштето“. На работниот лист треба да ги нацртаат ситуации кои се потенцијално опасни, со кои барем едно дете од нивната група се среќава на патот кон училиштето и да напише кои опасности се можни во тие ситуации кога си дете кое оди на училиште. Групите презентираат.



Дискусија 2

Се дискутираат сите наведени нешта/ситуации со рефлектирачки прашања или парафразирање и/или барање дополнителни идеи и објаснувања за секоја наведена ситуација. На пример (доколку е наведена крстосница):

1. Кои се ризиците кога сме на голема крстосница? Што е важно да се знае? Дали може да се помине улицата доколку нема коли, а семафорот за пешаци свети црвено? Зошто?
2. Опишете ги крстосниците кои ги минувате додека доаѓате на училиште? (Дали е прегледна? Дали има семафори? Дали е прометна? И слично.)
3. Кој е најбезбедниот начин на однесување во тие ситуации?

Заклучок

Секојдневно и во секој момент, во скоро сите животни ситуации, се среќаваме со одредена доза на ризик. Важно е да се знаат високоризичните ситуации како и можните ризични сценарија за да може да се приспособи однесувањето на начин на кој ризикот е сведен на минимум. Особено е важно да се внимава на големите крстосници, да се почитуваат знаците и светлосните сигнали. Во никој случај не смее да се поминува на црвено, колку и да изгледа дека нема автомобили.

Завршна активност

Учениците се делат на парови. Во одреден дел на училницата се поставени три столчиња во линија на околку метар и половина до два метри растојание. Паровите, еден по еден, треба да поминат од едниот крај на училницата до другиот, заобиколувајќи ги препреките, како во скијачки слалом со тоа што едното дете е завртено со грбот кон столиците и оди наназад, а другото дете му дава насоки. Потоа улогите се менуваат.



Рефлексија

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Работилница V-1.3: Безбеднош во сообраќајот



Материјали:

- » работен лист за учениците V-1.3а: Безбедност во сообраќајот 1,
- » работен лист за учениците V-1.3б: Безбедност во сообраќајот 2,
- » работен лист за учениците V-1.3в: Безбедност во сообраќајот 3,
- » работен лист за учениците V-1.3г: Безбедност во сообраќајот 4.
- » прибор за пишување.

Воведна активност

Учениците стојат на еден крај од просторијата. Цел на оваа активност е да се поделат на 4 мали групи. Наставничката стои на спротивниот крај и ги повикува да дојдат до неа учениците кои го сакаат она за што таа ги повикува. При тоа ги охрабрува да се тркаат до неа (безбедно и без загрозување на другите за да не бидат дисквалификувани) затоа што ќе ги издвои само првите што стигнале, а чиј број изнесува околу четвртина од вкупниот број присутни деца.

Наставничката повикува на следниов начин:

- » Ги повикувам децата кои многу сакаат да се возат во кола!
- » Ги повикувам децата кои многу сакаат да се возат во автобус!
- » Ги повикувам децата кои многу сакаат да возат велосипед!
- » Ги повикувам децата кои многу сакаат да пешачат!

Преостанатите деца се распределуваат, се покануваат да се приклучат на некоја од групите, но при тоа треба да се води сметка да има скоро подеднаков број учесници во малите групи.

Главна активност

На формираните групи од претходната активност им се делат работните листови „Безбедност во сообраќајот 1, 2, 3 и 4“, во согласност со нивните искажани преференции. Прашањата за работа се следниве.

По петнаесетина минути, групите го презентираат направениот избор и го објаснуваат.



Дискусија

1. Кои нешта се важни за нашата безбедност кога одиме пеш кон училиште?
2. Кои нешта се важни за нашата безбедност кога патуваме со автобус?
3. Кои нешта се важни за нашата безбедност кога возиме велосипед?
4. Кои нешта се важни за нашата безбедност кога се возиме во автомобил?
5. Кои нешта се важни за нашата безбедност доколку сакаме да возиме ролерки во град? Каде треба да ги возиме?
6. Патувал ли некој од вас со воз? Кои се важните нешта во таква ситуација?
7. А со брод? Што е важно да се знае за нашата безбедност кога се патува со брод или со авион?

Заклучок

Сообраќајот, посебно за децата, може да биде сериозна опасност доколку не се почитуваат безбедносните мерки и правила како што се: носење кацига, штитници, врзување каиш, движење само на пропишани места. Доколку се почитуваат правилата, ризикот од незгоди е сериозно намален.

Завршна активност

Сите стојат во круг. Се бара едно дете доброволец кое ќе биде возач на локомотива. Почнува да се движи слободно меѓу децата и прави „чүф-чүф, та-та, та-та, тууу-тууу“. Кога ќе допре некое дете по рамо, тоа станува вагон и му се приклучува така што ќе му ги стави рацете позади на рамо. Продолжуваат да се движат и да им се приклучуваат сè додека сите деца не се приклучат во возот и не направат неколку кругови правејќи ја ономатопеата на возот. Знак дека може да се приклучи секогаш дава она дете кое е последно во композицијата.



Рефлексија

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Работилница V–1.4: Безбеднош во сообраќајот II

Главна активност

Наставникот им кажува на учениците дека ќе одат да направат мало истражување на околината на училиштето и сообраќајот на улиците блиску до училиштето.

Им се најавува на учениците дека ќе се очекува да го набљудуваат движењето на автомобилите, на пешаците, на велосипедите и на другите превозни средства. Треба да се обидат да ги забележат безбедните делови на улиците како и најризичните точки.

Наставникот треба однапред да направи план на движење, кој ќе ги опфати главните улици од каде што доаѓаат најмногу деца на училиште. Кога ќе се направи договор како најбезбедно да се движат сите заедно, се излегува надвор и се извршува набљудувањето. Набљудувањето треба да се фокусира на најпроектните улици, на semaфорите, на раскрсниците, на тоа дали има пешачка и велосипедска патека, каде и како најчесто се преминуваат улиците. Наставникот поставува прашања на клучните точки за да го насочи вниманието на учениците, со прашања од типот:

- » Дали некој поминува овде?
- » На што треба да се внимава на ова место?
- » Кое е правилното/најбезбедното однесување на ова место?
- » Што претставува ризик на ова место?



Дискусија

Се одвива во училишница.

1. На што треба да се внимава кога се поминува улица?
2. Дали е безбедно да се поминува на црвено светло кога нема возила на улицата?
3. Каде може, а каде не може да се преминува улица?
4. Кои се најопасните места во близина на училиштето? (На ова треба да се посвети посебно внимание, наставникот се обидува да ги насочи учениците сами да ги детектираат оние пунктови кои се навистина најризични и тие јасно да се нагласат.)
5. Како треба да се однесуваме на тие места за да ја сведеме опасноста на минимум?
6. Зошто постојат сообраќајните правила и прописи?
7. Дали децата кои возат велосипеди, ролерки и слично можат да загрозат нечија безбедност?

Заклучок

Секојдневно и во секој момент, во скоро сите животни ситуации се среќаваме со одредена доза на ризик. Важно е да се знаат високоризичните ситуации како и можните ризични сценарија, за да може да се приспособи однесувањето на начин на кој ризикот е сведен на минимум. Многу често децата страдаат во сообраќајни несреќи од невнимание или непочитување на сообраќајните правила. Често тие правила ни изгледаат глупаво и наивно, но сепак се пресудни за нашата сигурност и донесени се за наша безбедност.

Завршна активност

Сите седат или стојат во круг. Им се кажува на учениците дека наставникот ќе почне една реченица и секое дете, по ред ќе може да каже два до три збора кои логично ќе го дополнуваат она што е претходно кажано и сето тоа ќе има врска со она што тој час се учело. (Доколку некое дете не може да се сети, може да побара помош.) Така се прави бескрајната реченица за безбедност во сообраќајот. Наставникот почнува со реченицата „За безбедно да стигнам во училиште јас треба....“. На крајот наставникот поттикнува аплауз.



Рефлексија

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Работилница V–1.5: Важно е да се знае



Материјали:

- » работен лист за учениците V-1.5: Важно е да се знае,
- » прибор за пишување.

Воведна активност

Сите стојат во круг. Наставничката им кажува дека сега ќе глумат различни видови публика:

- публика на рок-концерт – сите скокаат со една рака подигната над главата и со споени нозе;
- публика во театар – максимална тишина и сите само гледаат заинтересирано;
- публика на стадион – сите викаат „Ма-ке-до-нија навива за вас!“;
- публика на скијачки куп – сите викаат „ОП-ОП-ОП-ОП-ОП!“;
- публика на училишен турнир – сите го извикуваат името на паралелката (на пример, 3-то А, според вистинското име на паралелката);
- публика на квиз – сите раколескаат.

Инструкциите се повторуваат и децата имаат неколку минути да ги извежбаат. Потоа наставничката им кажува дека ќе треба да реагираат брзо затоа што ќе им ги кажува овие инструкции скратено и по измешан редослед, а тие ќе мора многу брзо да реагираат. На пример:

- » стадион,
- » театар,
- » концерт,
- » турнир,
- » театар,
- » скијање,
- » квиз,
- » стадион,
- » скијање,
- » концерт,
- » скијање,
- » театар,
- » концерт,
- » турнир,
- » квиз,
- » турнир,
- » квиз,
- »

Главна активност

Учениците се делат во шест групи. Секоја група добива по една ситуација од работниот лист „Важно е да се знае“. Имаат десетина минути за работа. По завршувањето, групите прво ги читаат ситуациите кои ги добиле, а потоа го објаснуваат сработеното.



Дискусија

1. На кои нешта треба да се внимава кога е детето само дома? Зошто?
2. На кои нешта треба да се внимава кога сме во голема толпа, како на рок-концерт или на стадион?
3. А кога се враќаеме дома навечер?
4. Што е важно да се знае пред да се оди на екскурзија? На чија одговорност сте додека сте на екскурзија?
5. А што е со роденденските журки? Дали постојат ризични ситуации во такви околности?
6. На кои важни нешта треба да се внимава кога сме на игралиште?
7. До кои правила е важно да се придржуваме додека сме в училиште – во дворот и внатре в училишната зграда?

Заклучок

Различни животни ситуации бараат специфични приспособувања на однесувањето. Важно е да се знаат потенцијалните ризици во различните ситуации за да може соодветно да се приспособи однесувањето. Во домот постојат опасности од разни хемикалии, струја, како и од употреба на одредени апарати за домаќинство. Доколку се користи шпорет, треба по употреба да се исклучи. Треба да се внимава да се затвораат/заклучуваат вратите и прозорците, да не се игра со нешта кои родителите ги сметаат за опасни за децата и слично. На концерт или на стадион, треба да се внимава на движењето, особено доколку се оди во група. Кога има голема концентрација на луѓе, се очекува да има и такви луѓе кои помалку внимаваат на безбедоста на другите. Поголема е веројатоста да има пијани или агресивни луѓе. Додека сме на екскурзија, сме на одговорност на наставниците, важно е да се слушаат препораките од нив и да се почитуваат договорените правила, да не се задеваат локалните жители и да не се комуницира со непознати луѓе кои имаат сомнителни барања. На роденденските журки треба да се внимава на мебелот и на покуќнината доколку сме на гости кај некого, исто така и додека сме на журка на јавно место, треба да се внимава, да не се вознемируваат другите гости или да се внимава на луѓе кои се агресивни или пијани. На игралиште е важно да се внимава на помалите деца, да се внимава на сопствената безбедност од различните справи кои се на игралиштето, не треба да се престојува на игралиште кога е многу жешко или ладно, важно е мирољубиво да се пристапува кон зајадливите деца. Во училиштето треба да се почитуваат правилата на училиштето.

Завршна активност

Сите стојат во круг. Се бара дете кое доброволно ќе прави звуци кои потсетуваат на некоја современа мелодија додека другите ќе играат според таа мелодија со многу движења на телото. По некое време се бара замена за детето кое ја прави музиката.



Рефлексија

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Се зборува дека генијалниот антички конструктор Дедал кога го дизајнирал најпознатиот лавиринт од антиката, оној на островот Крит, откако го довршил, за малку ќе останел засекогаш внатре, бидејќи не можел да го најде излезот за назад. Тогаш се сетил и ставил знаци кои само тој ги разбирал, за да може во иднина лесно да го наоѓа патот.

Во групите треба да го најдете излезот од лавиринтот при тоа обраќајќи внимание на знаците покрај кои поминувте. На посебен лист хартија треба да ги запишувате следните нешта за знаците:

- » Кое е значењето на конкретниот знак?
- » Во кои ситуации би можел да се сретне?
- » Зошто служи?

Работилница V-1.7: Оружје



Материјали:

- » работен лист за учениците V-1.7: Оружје.

Воведна активност

Учениците се делат во парови. Секој во парот треба да сподели дали имале некакво директно искуство со некое оружје: нож, пиштол и слично. Наставникот им нагласува дека нема да бара потоа од нив да кажуваат што зборувале и се оддалечува од кругот за да можат децата послободно да зборуваат. Вербално и невербално покажува дека не слуша што се зборува.

Главна активност

Учениците се делат на шест групи. Групите добиваат по една од ситуациите од работниот лист. Треба да одговорат на прашањата кои им се поставени на крајот на ситуацијата. Кога ќе завршат, групите презентираат.



Дискусија

1. Дали децата смеат да имаат пристап до оружје?
2. Кој смее? (Само лице кое има дозвола.)
3. Дали ножевите се сметаат за оружје?
4. А чаталите?
5. Дали играње со петарди и слични експлозивни кои се продаваат за Нова година може да биде опасно?
6. Дали на оружјето може на кој и да е начин да се гледа како на добро нешто? (НЕ!)
7. Што можеме и што треба да направиме доколку некој во училиште носи оружје?
8. А на улица или на игралиште?
9. За што служи оружјето? (За убивање животни – ловечко, за убивање луѓе – боево.)

Заклучок

Во некои средини, за жал, сè уште многу деца имаат пристап до оружје. Или директно возрасните им даваат на децата да ракуваат или тоа оружје не е доволно заштитено, па децата имаат пристап до него. Поседувањето ладно оружје, ножеви, сериозно направени чатали дури и не се смета за опасно во многу семејства, а може да е еднакво опасно за децата. Традиционално, во нашите култури се негува позитивен став кон оружјето што е многу опасно и на среден и на долг рок. На децата треба да им се всади став кој е нетолерантен кон кој и да е вид оружје и/или негова употреба.

Завршна активност

Сите стојат во еден дел од просторијата. По неколку деца (2 или 3) истовремено, независно едно од друго, треба да преминат до другата страна на училницата, глумејќи дека газат по јајца. Наставникот поттикнува забавна атмосфера, а не некакво конкретно очекувано движење. Поттикнува различни стилови, брзо, споро, на прсти и слично.



Рефлексија

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Содржина V-2: ГРАДЕЊЕ ПОЗИТИВЕН ОДНОС КОН ОКОЛИНАТА (Грижа за хигиената во околината)

Се очекува ученикот/ученичката да:

Знаења	<ul style="list-style-type: none"> » ги знае средствата за одржување хигиена и нивното користење; » знае што треба да се прави за да се одржува хигиената во домот (раскренување маса, мesteње соба, бришење прашина, правошмукање, миење садови), во училницата (проветрување, средување на материјалите), во јавните простории (плукање, фрлање отпадоци); » ги знае последиците од оштетување на околината; » знае што треба да се прави за да се одржува (не се оштетува) околината (кршење, чкртање, искривување, откачување); » знае кои материјали во околината можат да се рециклираат (хартија, пластика, стакло, лименки), а кои рационално да се пренаменат.
Вештини	<ul style="list-style-type: none"> » умее да придонесе во одржувањето на хигиената во училиштето и во училиштниот двор (да не валка и да чисти извалкано); » умее да се спротивстави на оштетување на околината; » умее да ги класифицира предметите за рециклирање; » може да влијае врз другите да фрлаат отпадоци на соодветно место.
Ставови/ вредности	<ul style="list-style-type: none"> » ги сфаќа последиците од оштетување на околината; » прифаќа лична одговорност во одржување на хигиената во околината; » прифаќа лична одговорност за грижа и одржување на околината; » сфаќа дека треба да се ограничи употребата на материјали што не се рециклираат (пластични шишиња, ќеси...).

Работилница V–2.1: Раскреваме

Главна активност

Учениците се делат на четири групи. Групите добиваат по 5 минути да се договорат и по 2 до 3 минути да одглумат одредена ситуација што ќе ја добијат. Во глумењето треба да учествуваат сите во улога на членови на семејството.

Ситуациите се следни.

- » Поставување и раскревање маса за семеен ручек.
- » Миење и бришење садови по семеен ручек.
- » Чистење со правошмукалка и бришење прашина.
- » Проветрување и средување соба.

На учениците им се нагласува дека треба повеќе да обрнат внимание на она што треба да го покажат – разговорот меѓу членовите на семејството за тоа време и не е толку важен.

Групите презентираат и секоја добива аплауз.



Дискусија

1. Кој е одговорен за хигиената и за средувањето во домот? Дали само возрасните?
2. На кои начини може да се помага дома при поставување на масата? Дали сите нешта можат да ги прават децата? Кои можат, а кои не? Дали децата треба да помагаат при поставување на ручекот? Зошто?
3. Со што можат да помогнат децата за да се раскрене масата по ручекот? Дали децата можат да ги прават сите работи? Кои можат, а кои не?
4. Со што се мијат садови? Треба ли децата да мијат садови? Зошто?
5. Дали децата можат да ги употребуваат сите средства што се користат за чистење во домаќинството? Кои не можат? Зошто?
6. Дали децата треба да помагаат во чистењето дома? Што можат да прават?
7. Кој е одговорен за хигиената и за средувањето во училиштето? Дали само вработените?
8. Кој е одговорен за училницата и за уреденоста на училницата? Кој треба да ги средува клупите помеѓу часовите? Зошто?
9. Дали некој еднадвор треба да дојде за да проветри? Зошто е важно да се проветрува просторијата во која се минува подолго време?
10. Што треба да се прави со отпадоците? Каде да се фрлаат?

Заклучок

Децата на оваа возраст се доволно зрели за да можат да почнат да ги усвојуваат и да ги интегрираат активностите кои се однесуваат на одржување на нивниот микропростор чист и уреден. Тоа најдобро се прави кога тие се активно вклучени во тие активности. За да можат да се вклучат им требаат одредени предзнаења за тоа како се користат средствата за чистење, апаратите и кои нешта можат сами да ги прават. Не се препорачува децата да ракуваат со силни хемикалии, средства за дезинфекција, отпушувачи, јаки политури и слично. Децата се делумно одговорни за уреденоста и за хигиената на просторот во кој престојуваат.

Завршна активност

Учениците се делат на пет групи. Секоја група смислува една „подвижна скулптура“ која претставува еден апарат/машина во домаќинството што служи за одржување на хигиената. Секоја група треба да смисли и да ја одглуми машината/апаратот што го смислиле, без да зборува. Задолжително е сите членови од групата да бидат дел од „подвижната скулптура“. Групите, една по една, презентираат додека некој од „публиката“ не погоди што претставуваат.



Рефлексја

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Работилница V–2.2: Оштетувања во нашата училиница



Материјали:

- » прибор за пишување.

Главна активност

Учениците се делат во парови. Секој пар добива задача во следните пет минути да открие што е можно повеќе оштетувања на инвентарот во училиницата и на училиницата воопшто. Барем еден од парот бележи сè што ќе најдат. По истекот на петте минути, паровите се спојуваат во групи по шест и прават една заедничка листа. Наставникот ги повикува сите заедно да направат една заедничка листа на табла.



Дискусија

- » Кои нешта се најштетени во нашата училиница?
- » Какви сè оштетувања имаме? (Кршења, чкртања, виткања...)
- » На што се должи тоа? Кој е одговорен за таквите оштетувања?
- » Чија е училиницата и на кого најмногу му треба и му користи?
- » Како може секој од нас индивидуално да придонесе тоа да не ни се случува во иднина?
- » Што може да се направи доколку видиме дека некое дете чкртка по клупата замислено, најверојатно и несвесно дека го прави тоа?
- » А што кога ќе видиме дека некое дете или деца свесно и намерно прават штета?

Заклучок

Кај нас е многу ниска свеста за одговорност за „заедничките добра“. Важно е децата да стекнат увид дека доколку тие прават штета во просторот во кој тие самите престојуваат, тоа директно себеси си го прават. Важно е децата да се охрабруваат да реагираат кога гледаат дека некој прави штета.

Завршна активност

Се дефинира одредена патека низ училиницата која поминува помеѓу клупи, столици и покрај шкафови и друг инвентар. Секое дете треба да помине внимателно, при тоа внимавајќи да не се допре до ниту едно нешто од инвентарот.



Рефлексја

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Работилница V–2.3: Ошад? Загадување? Украс?



Материјали:

- » прибор за пишување,
- » јаже/селотејп.

Воведна активност

Учениците ги прегледуваат своите чанти, клупи, тетратки и доколку најдат хартија/листови кои се искористени, а не им требаат, ги носат и од нив се прави една голема топка. Добро е доколку топката може да стои без врзување, но доколку тоа не е можно, се врзува со јаже, или се користи селотејп. Топката се остава на страна.

Главна активност

Учениците се делат на групи 4–6 деца. Секоја група на еден лист хартија треба да ги наброи најчестите нешта што кај нив дома завршуваат во корпа за отпадоци. Откако ќе ги набројат, треба да смислат неколку креативни начини како тие нешта можат корисно да се употребат. Лименките може да се користат како кутии за моливи, четки, тропалки. Од харијата може да се направат разни колажи, може да се рециклира, да се направат играчки. Пластичните шишиња може да се собираат за откуп, да се прават разни форми, играчки и слично. Од храната што се фрла може да се хранат птици, животни и слично. Наставничката ги поттикнува групите да размислуваат во најразлични насоки.

Групите презентираат што смислиле.



Дискусија

1. Во што може да се пренамени пластичниот отпад? Во што хартијата? Во што лименките и другата амбалажа?
2. Дали го правиме тоа? Зошто не?
3. Што е со пластичните ќеси? Може ли да се живее без нив?
4. Каде завршуваат отпадоците? Што ќе се случи со планетата доколку продолжиме да трупаме толку многу отпадоци?
5. Што може да се стори тоа да не се случи?
6. Како може секој од нас да придонесе тоа да не ни се случи?
7. Што значи зборот рециклирање?

Заклучок

Доколку се продолжи со ваквото темпо на користење на материјали кои трајно загадуваат (како пластика) и не се рециклираат, нашата планета брзо ќе почне да личи на огромна депонија. Можна замена за пластичните ќеси се ќесите од хартија, но, и за нивна изработка се користат дрва, најдобро е да се земе платнена торба од дома. Секој е директно одговорен и засегнат. За да се запре загадувањето, секој мора да го даде својот максимум внимавајќи што материјали и во каква количина ги користи исто како и да реагира во ситуации на недозволено однесување. Доколку отпадот се класификува, многу полесно ќе се рециклира. Со рециклирање се заштедува енергија, но се намалува и загадувањето.

Наставничката може да им го предложи филмот за роботот чистач Воли (WALL·E) во кој се убаво прикажани последиците од долготрајното загадување на планетата.

Завршна активност

Сите стојат во круг. Наставничката ги потсетува дека тие всушност покажале дека умеат да пренаменуваат материјали и отпад и ја зема топката која беше претходно направена. Едно дете почнува со тоа што ја држи топката и кажува една кратка и конкретна реченица што тој/таа ќе прави во иднина за да ја намали количината на отпад која се прави во неговото семејство или во училиште. Кога ќе каже, внимателно кажува кому ќе ја додаде топката и потоа тоа дете кажува свој исказ. Секое дете може да прими/даде топка, односно да каже само по еднаш. На крајот се добива аплауз. Доколку се смисли некаква корисна понатамошна употреба на топката, добро е таа да се зачува. Може да се понуди на кабинетот по физичко, за некакви вежби на пример.



Рефлексја

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Работилница V–2.4: Ден на планетата Земја

Основна замисла е да се искористи денот на екологијата, кој најчесто во училиштата се користи за средување, чистење, разубавување на училиштниот простор. Добро би било наставникот да ја искористи таа можност по завршувањето на акцијата да поразговара со учениците за да се зајакнат ставовите кои обично „се подразбираат“ при изведувањето на ваквите акции. Најдобро е тоа да се направи веднаш по завршувањето на акцијата или барем во првата наредна можност.

Главна активност

Акција, која се одвива според планот/традицијата на училиштето.

Дискусија

Дискусијата се води во зависност од активността. Доколку се собирале отпадоци од дворот, се разговара за тоа кој може да биде одговорен за тие отпадоци и на кои начини може да се придонесе да не се фрлаат толку отпадоци наоколу, да се намали користењето на материјали кои трајно или долготрајно загадуваат. Се зборува за различните видови отпад и дали нешто од тоа може да се рециклира или да се искористи за нешто друго. Може да се напише барање до локалната самоуправа да набави канти за делење отпад. Може да се собере пластичната амбалажа (може да се замолат децата да донесат од дома), може да се продаде на транспарентен начин заедно со децата во откупна станица и да се купи нешто корисно за училиштата. Тоа нешто може да е нешто сосема евтино и малечко, може да е обичен, нов сунѓер за бришење на таблата, но на децата ќе им значи и е важен пример за насочување на нивните гледишта.

Доколку се саделе дрвца, се разговара што е важно да се знае и што треба да се прави за тие дрвца да не се оштетат. Може да се направи обопштување – зошто се важни дрвата на нашата планета?

Доколку се чистело во училиштатата, се разговара дали и зошто е важно да се одржува хигиената во просторот во кој престојувате. Чија е одговорноста. Што може да се прави за да се одржува уште повисоко ниво на хигиена? Кој профитира од тоа и на чија штета е негрижата за среденоста и хигиената на просторот во кој престојувате. ...

Заклучок

Децата можат да се вклучат во сериозни еколошки акции. Покрај тоа што ќе видат директно како тоа се прави, за да им се зајакнат позитивните/посакуваните вредности и ставови, важно е да се разговара и да се извлечат „поентите“ јасно и конкретно.



Рефлексја

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Работилница V–2.5: Во училишта

Претходна подготовка

Од луѓето задолжени за одржување на хигиена во училиштето побарајте да ви обезбедат неколку кофи, џогер, крпи за бришење, гумени ракавици, средства за чистење. Се препорачува и наставникот да земе од дома крпи кои можат да се искористат (секогаш се наоѓаат неколку по дома). Учениците исто се поттикнуваат да донесат стари крпи, најлонски ќеси, без да го сфатат тоа задолжително. Побарајте 2–3 деца да се пријават да донесат сапун. Наставникот е пожелно да донесе/набави повеќе стари весници, неколку тапи ножеви или шпакла, сунѓерчиња за миење садови. Може да се побара учениците да земат од дома, но при тоа треба да се внимава тоа да не ги оптоварува учениците/родителите. Добро е оваа активност да се направи во некој ден кога може да трае подолго од еден час или на некој ден посветен на хигиена или екологија па да се искористи активноста и за други цели.



Материјали:

- » средства за чистење, крпи за бришење, гумени ракавици, кофи, џогер, стара хартија.

Главна активност

Наставникот им кажува на учениците дека денес ќе се обидат уште повеќе да ја разубават училиштата така што ќе ги избришат прозорците, ќе ги избришат чкртаниците од клупите, сидовите, таблата и слично. Ќе ја светнат вратата, нагледните средства, шкафовите, закачалките... Ќе ги одлепат мастиките.

Наставникот прво ги објаснува средствата кои ќе се користат, посебно оние опасните, како хемикалиите за чистење на пример. Најлонските ќеси се користат како замена за гумени ракавици – за фаќање на нечисти работи. Децата се делат на групи со посебни задолженија. Имаат околу триесетина минути за работа. Групите се делат според она што ќе го прават. На секоја група ѝ се нагласува на што да внимава од аспект на безбедност од повреди. Исто така им се објаснува како да внимаваат да не се извалкаат. Еве неколку примери:

- » Група која со шпакла или со тап нож ќе одлепува мастики од клупите (1–2 деца одлепуваат, 1–2 деца ги фаќаат со ракавици/ќеси и ги фрлаат во корпа).
- » Група што ќе чисти прозорци. Може да чисти со обично средство за миење садови, вода и потоа се „гланцаат“ со стара харија.
- » Група што ќе ги чисти клупите од чкртаници.
- » Група што ќе одлепува мастики од подот.
- » Во зависност од инфраструктурата на училиштата и специфичните потреби, се формираат и други групи.



Дискусија

1. Како ви изгледа училиштата сега? Зошто?
2. Како се чувствувате сега? Зошто?
3. Дали е сега поубаво да се биде во училиштата?
4. Како да ја одржиме убаво и чиста и понатаму? (Може да се направи договор да се напише порака до учениците и наставничката од другата смена, доколку ја има, дека вие сте го направиле тоа, очекувате дека ќе го ценат вашиот труд, можеби сакаат тие наредниот месец, па да се менувате и слично.)
5. Кому ќе му биде неубаво доколку пак ја растуриме/извалкаме/исчкртаме или лепиме мастики?

Заклучок

Многу често заедничките или јавните простории не се доживуваат како „свои“, посебно во нашата култура, па затоа лесно се одлучуваме да ги оштетуваме или не се грижиме за инвентарот и хигиената. Доколку децата внесат енергија во уредувањето и веднаш ги забележуваат резултатите од нивната работа, помала е веројатноста да се однесуваат деструктивно. Исто така увидуваат дека престојот во уредна и чиста просторија е попријатен за нив самите.

Завршна активност

Сите стојат во круг. Наставникот кажува дека денеска завршиле голема работа. Кажува дека тоа заслужува посебни пофалби и благодарност. Тоа се прави на следниот начин. Се почнува од едно дете кое доброволно ќе се пријави и истапува еден чекор внатре во кругот. Детето кое е десно од него му се обраќа со: „Ти благодариме (името на детето), затоа што помогна во разубавувањето на нашата училишта“. Следува аплауз од сите, детето кое зборувало е следно, активноста трае сè додека не поминат сите на ред, вклучувајќи го и наставникот. Наставникот на крај им кажува, истапувајќи: „Ви благодарам на сите затоа што ја разубавивме училиштата, **СЕ ГОРДЕАМ СО ВАС!**“



Рефлексија

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Содржина V-3: ГРАДЕЊЕ ПОЗИТИВЕН ОДНОС КОН РАСТЕНИЈАТА И ЖИВОТНИТЕ

Се очекува ученикот/ученичката да:

Знаења	<ul style="list-style-type: none">» го знае местото на растенијата и на животните во циклусот на живиот свет;» знае некои последици од исчезнувањето на дрвјата и на шумите;» знае како може да им се помогне на животните на кои им треба храна.
Вештини	<ul style="list-style-type: none">» умее да посади и да одгледува растение;» умее соодветно да се однесува кон растенијата (да не ги оштетува);» умее да им помага на животните кога нема доволно храна.
Ставови/ вредности	<ul style="list-style-type: none">» сфаќа дека растенијата се потребни за одржување на живиот свет;» прифаќа дека е потребно соодветно однесување кон растенијата;» прифаќа дека кон животните треба хумано да се однесува, како и кон сите живи суштества;» покажува интерес за добросостојбата на животните.

Работилница V–3.1: Оригами



Материјали:

- » работен лист за наставникот/наставничката: Делење во 5 групи,
- » работен лист за учениците V-3.1а: Оригами 1,
- » работен лист за учениците V-3.1б: Оригами 2,
- » работен лист за учениците V-3.1в: Оригами 3,
- » работен лист за учениците V-3.1г: Оригами 4,
- » работен лист за учениците V-3.1д: Оригами 5,
- » листови стара хартија (претходно употребена за нешто друго).

Воведна активност

Сите стојат во круг. Наставникот претходно приготвува рамномерно распределен број ливчиња од работниот лист „Делење во 5 групи“ и им дава на учениците да влечат од нив. Им кажува да постапат според инструкциите. Наставникот нагласува дека е многу важно да не се зборува, освен тоа што е напишано на ливчињата кои ги извлекле.

Наставникот дава знак за почеток. Доколку е потребно – помага при формирањето на групите.

По завршувањето, секоја група кажува што им пишувало на ливчето и добива аплауз. Формираните групи се користат за главната активност.

Главна активност

На групите, според улогата што ја глумеле во претходната активност, им се дава по еден од работните листови „Оригами“ (маче, лале, жапче, круша, птица). Им се даваат повеќе листови стара хартија за да можат да се обидуваат повеќе пати. Им се даваат петнаесетина минути да го направат оригамито. Групите ги презентираат своите фигури.



Дискусија

1. Што му е потребно на едно маче за да биде здраво и среќно? Можете ли да го замислите светот без мачиња? Како би изгледало тоа? Кои би биле последиците?
2. Што му треба на едно лале да расте? Каков би бил светот без лалиња или некои други цветови?
3. Каков би бил светот без растенија воопшто? Што прават растенијата?
4. Што ѝ треба на една жаба за да биде среќна и здрава? Кои би биле последиците доколку наеднаш ги снема жабите?
5. Што ѝ треба на една овошка, како што е крушата на пример, за да расте? (Доколку се спомене дека и треба прскање – се поставува прашање дали и на круша која расте во природа ѝ треба прскање?) Кои би биле последиците доколку наеднаш ги снема овошките?
6. Каков би бил светот без риби? Кои би биле последиците доколку наеднаш ги снема рибите?
7. Што ѝ треба на една птица за да биде здрава и среќна? Можете ли да го замислите светот без птици? Кои би биле последиците доколку следната пролет не ни дојдат ластовичките?
8. Што мислите, зошто користевме стара хартија?

Заклучок

Сите живи суштества имаат своја улога во природата. Пред времето кога човекот бил способен да ја менува природата и да одгледува или да уништува растенија и животни во огромен број, природната рамнотежа и хармонија била сеприсутна. Природната рамнотежа меѓу видовите е многу важна за сите, и за растенијата и за животните и за човекот. Доколку се прекине една алка во синџирот на исхрана, последиците се одразуваат на сите видови наоколу. Човекот, затоа што за себе мисли дека е најсовершеното животно, има одговорноста да се грижи за рамнотежата во околината. Доколку исчезнат сите мачки од светот, покрај тоа што нема да има мачки како миленици, мачките (дивите, уличните и домашните) се важна алка во синџирот на исхрана, ловат болни птици, глупци и слично, ја одржуваат околината да биде „здрава“, односно во рамнотежа). Растенијата, покрај тоа што човекот некои ги смета само за декоративни, освен убавината, имаат своја улога во природата, одредени инсекти се хранат само со одредени видови растенија и доколку ги снема – ќе ги снема и инсектите. Жабите се многу чувствителни на промени и најмалата загаденост на некоја вода може да ги уништи. Жабите и рибите јадат комарци, ларви од други инсекти, црви, а се храна на многу риби и птици, кои без жабите ќе бидат исто така загрозени. Птиците јадат бројни инсекти, комарци, муви и мушички, кои доколку ги нема ластовиците прекумерно ќе се размножат.

Завршна активност

Секоја група од главната активност треба да направи, со своите тела, скулптура на нивната оригами фигура – треба да направат „живо оригами“. Важно е да им се нагласи дека сите од групата треба да учествуваат во скулптурата што ја прават.



Рефлексија

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?



Се движиш слободно низ просторијата и можеш да велиш само „ **МЈАУ-МЈАУ**“ и ништо друго! Глумиш маче. Обиди се да ги најдеш сличните на тебе. Со нив направете група во еден дел од просторијата.

Се движиш слободно низ просторијата и можеш да велиш само „ **КРЕ-КРЕ**“ и ништо друго! Можеш и да потскокнуваш. Глумиш жапче. Обиди се да ги најдеш сличните на тебе. Со нив направете група во еден дел од просторијата.

Се движиш слободно низ просторијата и можеш да велиш само „ **БЛУП-БЛУП**“ и ништо друго! Дланките ти се на вратот, со палците нанадвор, ги движиш во правилен ритам. Глумиш риба. Обиди се да ги најдеш сличните на тебе. Со нив направете група во еден дел од просторијата.

Се движиш слободно низ просторијата и можеш да велиш само „ **ЛЕТ-ЛЕТ**“ и ништо друго! Мавташ со рацете како да леташ. Глумиш птица. Обиди се да ги најдеш сличните на тебе. Со нив направете група во еден дел од просторијата.

Се движиш слободно низ просторијата со раце кренати над главата и можеш да велиш само „**МММММ**“ (како да се восхитуваш) и ништо друго! Глумиш лале на кое му се восхитуват. Обиди се да ги најдеш сличните на тебе. Со нив направете група во еден дел од просторијата.

Работилница V–3.2: Крстозбор



Материјали:

- » работен лист за учениците V-3.2: Крстозбор,
- » работен лист за наставникот/наставничката: Крстозбор.

Воведна активност

Сите стојат во круг. Децата го замислуваат своето омилено животно и на даден знак, почнуваат да се шетаат во кругот, имитирајќи го однесувањето на своето омилено животно. Не смеат намерно да се допираат меѓу себе. По одредено време, пак се собираат во круг и кажуваат кое животно го глумеле и зошто им е тоа омилено.

Главна активност

Децата се делат во групи 3–4 и секоја група добива по еден примерок од работниот лист за учениците „Крстозбор“ кој треба да го решат.



Дискусија

Дискусијата се води на тој начин што наставникот бара одговор, од различни групи, по редослед на прашањата. И тоа едно по едно. Откако ќе до добие одговорот, поставува потпрашања до сите. Прашањата имаат за цел да дообјаснат или да дадат дополнителни информации за животните кои се застапени во крстозборот. (Дали некои податоци од крстозборот им се нови? Зошто се корисни тие животни? Зошто луѓето сè уште ги истребуваат и слично.) Не смеат да се изнесуваат негативни ставови или ставови кои се спротивни од изнесените во крстозборот, како на пример дека волците не се корисни, туку дека се штетни – што е една многу застапена предрасуда! Волците имаат екстремно значајна улога во природата, и тоа не само за луѓето и некои животински видови, туку и за многу растителни видови! Односно за целиот екосистем! Волците не се криви што луѓето им носат плен на нивната територија и им го уништуваат нивниот природен плен.

Заклучок

За многу животни кои секојдневно ги гледаме, всушност многу малку знаеме. За да можеме активно да влијаеме во зачувувањето на живиот свет, треба прво да се запознаеме со некои основни информации и да изградиме позитивен став.

Завршна активност

Учениците се делат на 5 групи, секоја група треба со телото да ги напише следниве зборови:

- » лале,
- » був,
- » еж,
- » крт,
- » липа.

Една буква може да ја прави едно или повеќе деца. Групите добиваат време за договарање и потоа една по една презентираат. Сите добиваат аплауз.



Рефлексија

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?



Хоризонтално :

2 Рис, 4 мравки, 6 пастрмка, 10 сокол, 11 гавран, 12 куче, 13 лебед.

Вертикално :

1 Лисица, 3 штрк, 5 верверица, 6 пајак, 7 поскок, 8 волк, 9 мечка, 11 гулаб.

Работилница V–3.3: Големата мала Весна



Материјали:

- » работен лист за наставникот/наставничката: Приказната за големата мала Весна,
- » работен лист за наставникот/наставничката: Белиот штрк.

Воведна активност

Сите се движат слободно низ просторијата. Во даден момент сите почнуваат да прават кре-кре (стануваат жаби). Додека го прават тоа, наставничката кажува дека едно дете (покажува кое) ќе стане штрк. Штркот оди бавно и со испружени раце напред. Вика клап-клап и брка жаби. Секогаш кога ќе фати жаба, таа се претвора во штрк и ги брка преостанатите жаби. Кога сите ќе се претворат во штркови наставничката го поставува прашањето: „Што правиме сега, кога нема веќе храна? Ајде да одлетаме на југ!“ Со гестикалација ги повикува учениците да седнат на столчињата.

Главна активност

Наставничката ја чита „Приказната за големата мала Весна“ бавно, разбирливо, гласно и со драматизација. Доколку наставничката процени дека е потребно, приказната може да се прочита уште еднаш, побрзо.



Дискусија

1. Можеме ли накратко да ја прераскажеме приказнава?
2. Зошто приказната се вика *Приказната за големата мала Весна*? Зошто е наречена и голема и мала?
3. Што ќе се случеше со штркот доколку Весна не го однесе на ветеринар?
4. Што би направиле вие? Зошто?
5. Дали ова важи само за птици?
6. Дали доколку најдете големо, повредено куче треба исто така да се постапи?
7. Кому би се обратиле доколку видите повредено животно, а не сте сигурни дека можете сами да се соочите со ситуацијата?

По завршувањето на дискусијата, на децата им се чита текстот од работниот лист за наставникот „Белиот штрк“.

Заклучок

Луѓето се единствен животински вид кој во толкава мера влијае на сите останати живи суштества. Најчесто влијае негативно. Затоа, секогаш кога сме во можност да спасиме некое живо суштество кое не може само да преживее, ние барем малку помагаме да се одржи живиот свет околу нас. За да може да се помогне, сепак, треба да се имаат одредени предзнаења.

Завршна активност

Учениците се делат во тројки. Во секоја тројка, двајца се помагачи, а едно дете има повредена нога. Треба секоја тројка заедно да помине од едниот до другиот крај на училницата на тој начин што помагачите му помагаат на повреденото дете, кое може да гази само на едната нога, да стигне до другиот крај на училницата. Наставничката поттикнува безбедна атмосфера и различни пристапи во помагањето. Доколку има време, се препорачува сите деца да ги испробаат и двете улоги.



Рефлексја

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте ?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Ова е приказна за мојата мала–голема пријателка Весна. Весна живее на село и многу сака да шета во природа. Едно ноемвриско попладне, Весна се шеташе покрај оризовите полиња. И што ќе види – штрк! Од каде сега во ова време штрк? Весна ги сака животните и многу знае за нив. Знаеше дека нешто тука не е в ред. Тоа секој би го знаел. Штрковите во ова време се во Африка.

Почна да му се приближува. Кога дојде на десетина метри, штркот почна да се оддалечува од неа. Како што Весна се приближуваше до него, така штркот го забрзуваше чекорот, но не одлета ниту кога му се доближи на два метри. Тогаш дури почна да мавта со крилата. Весна сфати во што е работата. Едното крило на штркот беше повредено. Весна храбро потрча кон штркот, ама верувајте, им требаа добри четири-пет круга околу големото дрво за да се изморат. Среќа што штркот се измори прв.

Кога го фати, штркот уплашено почна да мавта со клунот и да прави клап-клап-клап – знаете веќе како прават штрковите. Весна се подисплаши да не остане без нос. Но, нашата Весна е снаодлива и досетлива, а тоа го научила од прошетките во природа. Брзо го извади стегачот од косата и го стави на клунот на штркот. Го фати под мишка и трга кон најблиската ветеринарна амбуланта, на општо чудење на сите што ја гледаа.

Ветеринарите ѝ кажаа дека има повредено крило и тешко инфицирана рана. Му ја исчистија раната, го преврзаа крилото и на Весна и дадоа еден спреј за да го лечи штркот кај неа, на домашна нега. Го хранеа сите заедно. И возрасните и нејзините другарчиња, и соседите и децата од школо, му даваа риби од рибарницата. Но, за крилото на штркот немаше спас. За жал, и кажаа ветеринарите, штркот нема да може повеќе да лета.

Затоа се сетија да се јават во зоолошката градина. Им одговорија дека баш би сакале да добијат еден штрк! И така, штркот стигна во зоолошката градина, каде имаше слободен простор за шетање, и друштво од уште неколку повредени штркови, кои не беа ставени во кафез затоа што и онака не можеа да летаат. А, и не им беше лошо. Да беа во природа, сигурно досега ќе страдаа. Можеби и сте го виделе некогаш!

Од тогаш, Весна е многу горда на себе. Од зоолошката градина ѝ дадоа една убава, зелена и голема благодарница. Иста таква, со нејзиното име напишано со огромни букви, има и на влезот во зоолошката градина, на билетарницата. Благодарница за посебни заслуги за грижа за живиот свет – така пишува. Дури беше пофалена пред сите ученици. А кога беше на телевизија и кога ја прашаа што ја натерало да го спаси штркот, таа едноставно рече: „А што можев друго да направам? Што би направиле вие на мое место?“

(Приказната се базира на висџински настан претставен на еден Интернет форум.)

Белиот штрк е уште една птица којашто за жал сè помалку ја гледаме на нашите простори. Белиот штрк отсекогаш бил присутен во Македонија, но денеска неговиот број е сè помал, така што од евидентирани 2500 гнезда во 1959 година, од кои половината биле со младенчиња, денес имаме огромно намалување – повеќе од половината исчезнале. До 1958 година во Македонија белите штркови одгледувале над 3500 младенчиња годишно, а денес тој број изнесува од 3 до 4 пати помалку.

Оваа птица е исклучително приврзана кон луѓето и најчесто живее во нивната близина. За разлика од другите диви птици, белиот штрк не се плаши од човекот, што ја прави одговорноста за нашето однесување уште поголема. Се пари во нашите краишта, кон крајот на март, по неговото враќање од Африка. Штркот најчесто се враќа на своето старо гнездо.

Намалувањето на популацијата на штрковите се должи на многубројни причини, како што се: исчезнувањето на поранешните мочуришта, уривањето на старите куќи во селата и населбите каде што најчесто штрковите ги подигнуваат своите гнезда, намалувањето на изворите за храна, а и загаденоста на преостанатите извори.

За да се заштити белиот штрк треба да се преземат итни мерки, како на пример, да не се дозволи уривање на објекти или сечење на дрва на кои има нивно гнездо, или барем гнездото да се премести до најблиската цврста подлога.

Работилница V–3.4: Бонжита и Тревко



Материјали:

- » работен лист за наставникот/наставничката: Бонжита и Тревко, чекор по чекор,
- » семе од трева,
- » пченица, јачмен, рж или овес,
- » неколку пара стари женски најлон чорапи/хулахопки,
- » струготини од дрво (колку да се наполни една кутија за чевли),
- » песок (колку две шолји), земја (колку две шолји),
- » еден сад, леген или кутија за чевли или кофа,
- » капачиња од пластични шишиња,
- » лепило, ножици,
- » боички (маркери, фломастери или колаж хартија),
- » тенко јаже, дебел конец или нешто слично,
- » пластична кутија со длабочина 4–6 см и дијаметар од најмалку 10 см.

Главна активност

Учениците се делат на 4–5 групи. Групите ќе прават живи „кукли“ што се нарекуваат Тревко и Бонжита – се добиваат откако ќе се стават семки во подлога на која можат брзо да изртат и да пораснат како коса на куклите што ќе ги прават.

„Куклите“ се прават чекор по чекор, според инструкциите што ги дава наставникот од работниот лист за наставникот/наставничката „Бонжита и Тревко, чекор по чекор“.



Дискусија

1. Како ќе обезбедиме нашите Тревковци и Бонжити да растат? Кој ќе се грижи за нив?
2. Доколку престанеме да им ставаме вода или ги тргнеме од сонце, што ќе се случи?
3. Дали нашите Тревковци и Бонжити ќе живеат исто толку колку и оние што се посадени директно во земја? Зошто? (Не, ќе траат 1–2 недели, немаат доволно земја.)
4. За што нам ни се важни растенијата? (Чист воздух, храна...)
5. Како би изгледал светот без растенија?
6. Каде ќе завршеа овие материјали доколку не ги искористевме? (Чорапите, капачињата, саксиите?)

Заклучок

На растенијата им треба земја, светлина и вода за да можат да растат. На растенијата во човековото окружување и посебно на оние кои човекот ги одгледува им треба посебно внимание и грижа од луѓето. База на целиот жив свет на земјата се растенијата, само растенијата можат од нежива материја – минерали, да произведуваат нешто што може другите да го искористат како енергија/храна. Само растенијата се одговорни за количината на кислород во атмосферата. Без растенија – нема живот.

Завршна активност

Сите стојат во круг. На учениците им се кажува дека во разни експериментални лаборатории научниците докажале дека доколку кон некое растение се праќаат позитивни мисли и чувства, растението расте многу побрзо и поубаво отколку растение кон кое се испраќаат негативни мисли, емоции, викање и навреди. Учениците се покануваат, по групи, на своите Тревко/Бонжита, во рок од три минути, да им даваат позитивни комплименти и да им кажуваат како ќе пораснат во убави украси.



Рефлексија

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

1. Се одвојуваат неколку грста чисти дрвени струготини.
2. Остатокот од струготините, песокот и земјата се мешаат во кутијата.
3. Секоја група добива по едно парче од најлон чорапите. Едниот крај од парчето треба да биде затворен (или е дел од стапалото па е самиот затворен, или е затворен со подврзување на едниот отворен дел). Така подготвениот чорап се испружува на масата.
4. Се зема еден грст од еден вид семки (семе од трева, пченица или др.) по избор и се става во чорапот и добро се распоредува.
5. Внимателно, преку семките, без да се растури нивниот распоред, се ставаат неколку грста чисти струготини.
6. Се додава мешавината од песок, земја и струготини, сè додека не се наполни чорапот колку да остане еден дел кој може да се подврзе. При тоа се внимава да се запамети на која страна е поставено семето.
7. Од капачињата може да се направат очи и нос или уши на најразличен начин. Важно е да се вметнат под наполнетиот чорап. Треба да се внимава да не се скине чорапот.
8. Се подврзува отворената страна. Важно е врзувањето да биде сигурно и цврсто.
9. Секоја фигура се става во една пластична кутија предвидена за подлога. Доколку има време, кутиите можат да се украсат.
10. Во подлогата се става вода. Вода треба да се дополнува секогаш кога ќе се забележи дека нивото на водата во подлогата е паднато пониско од еден сантиметар.
11. Тревковците и Бонжитите се ставаат на сигурно, топло и осветлено место.
12. Доколку сè било во ред, се очекува да изртат за неколку дена.

Работилница V–3.5: Хранилки за пеперутки



Материјали:

- » работен лист за наставникот/наставничката: Хранилки за пеперутки,
- » употребени пластични чаши од јогурт, кисело млеко и слично,
- » тенко јаже или подебел конец,
- » памук,
- » употребени пластични ќеси со интензивни основни бои, друга пластична амбалажа во основни бои која може лесно да се сече со ножици,
- » лепило за пластика,
- » ножици,
- » шеќер (најмногу 200–300 грама),
- » вода,
- » едно пластично шише од 1,5 литри.

Главна активност

Децата прават хранилки за пеперутки (најдобро да се прави во доцна пролет, во мај или во јуни). Наставничката им ги дава инструкциите наведени во работниот лист и им помага да ги спроведат бараните активности.



Дискусија

1. Во која група животни спаѓаат пеперутките?
2. Дали знаете како се хранат и со што? (Со нектар од растенијата, мешавина од шеќери и вода.)
3. Дали досега знаевте дека луѓето можат да ги хранат пеперутките?
4. Кои други инсекти може да ги привлечат хранилките?
5. Како се чувствувате кога можете да им помогнете на други суштества?
6. Зошто е тоа важно?
7. На кои други животни може да им се помогне во исхраната? Како?
8. Дали е важно луѓето да им помагаат на животните во хранењето? Зошто?
9. Каде ќе завршеа овие материјали од кои направивме нешто корисно, доколку не ги искористевме?

Заклучок

Човекот со својот начин на живот секојдневно и трајно им ги одзема основните ресурси на голем број растителни и животински видови. Како дел од синџирот на исхрана и како зависен од растителните и животинските видови, човекот мора да се грижи и да им помага на животните и на растенијата во секоја пригода која ќе му се укаже. Особено е важно да се пренаменат материјалите кои доколку не им била најдена нова функција, најверојатно ќе завршеле како отпадоци кои ќе ја загадуваат околината.



Рефлексија

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

1. Се прават пет дупчиња на пластичните чаши. Четири од нив се прават на горниот дел, блиску до отворот, на скоро еднакво растојание, за да може да се протнат врвците на кои хранилките ќе бидат обесени. Петтото дупче се прави на средината на дното. Важно е дупчето на дното да биде со големина 3–4 милиметри.
2. Во горните дупчиња се протнуваат четири парчиња од врвците, деловите што остануваат во чашата се подврзуваат во јазол за да не можат врвците да се извлечат. Над чашата, врвците се спојуваат на едно место, во еден јазол за да може хранилката да се обеси за нешто.
3. Од шарените ќеси се сечат форми кои потсетуваат на цвет и се лепат од долната страна на чашата. Се внимава да не се покрие дупчето.
4. Низ дупчето на дното на чашата, од внатрешната страна, се протнува памук. Памукот треба да излезе надвор од дупчето, отприлика колку нокт од палец од возрасен човек. Внатре треба да остане барем 3–4 пати поголем волумен од памукот.
5. Во пластичното шише, шеќерот се раствора во вода. Може да се користи топла вода и силно да се протресе затвореното шише.
6. Хранилките се поставуваат на некоја гранка на дрво или на нешто каде што можат да висат.
7. Во нив се тура вода со растворен шеќер, во висина од околу 2–3 см.
8. Се чека пеперутките да дојдат.

Доколку е возможно да се искомбинира и да се постават хранилките и да се види ефектот во училиштот двор, тоа би било најефикасно. Доколку нема услови за тоа, децата си прават хранилки кои ќе ги носат дома.

Работилница V–3.6: Хранилки за птици

Претходна подготовка

Наставникот посочува неколку деца, кои би можеле да помогнат во набавувањето на потребните материјали за наредниот час. Скалпелот или ножот го носи наставникот и само тој со него ракува. Важно е да им се нагласи на децата дека ништо не треба да купуваат, треба да донесат она што го имаат дома.



Материјали:

- » работен лист за наставникот/наставничката: Хранилки за птици,
- » пластични шишиња, што е можно поголеми,
- » тенко јаже или подебел конец,
- » скалпел или нож што добро сече,
- » разни семиња (пченица, јачмен, 'рж, сончоглед, просо, семки од тиква... специјална храна за птици),
- » разни овошја, јаболко, круша, суви сливи, суви смокви и слично,
- » стар леб, свинска или говедска маст или маргарин, доколку може да се најде,
- » еден сад каде што ќе можат да се мешаат семињата и овошјата.

Главна активност

Децата прават хранилки за птици (најдобро во доцна есен или во зима). Наставникот им ги дава инструкциите наведени во работниот лист и им помага да ги спроведат бараните активности.



Дискусија

1. Како и со што се хранат птиците кои остануваат кај нас во зима?
2. Дали исто лесно наоѓаат храна и во зима?
3. Дали би им била корисна помош во наоѓањето на храна?
4. Дали досега знаевте дека луѓето можат да ги хранат птиците?
5. Што мислите, како ќе ни се заблагодарат птиците? За што?
6. Дали луѓето треба да им помагаат на животните кога се загрозувани? Зошто?
7. На кои други животни можеме да им помогаме? Како?
8. Што ќе се случеше со овие материјали доколку не им најдеме нова намена?

Заклучок

Човекот со својот начин на живот секојдневно и трајно им ги одзема основните ресурси на голем број растителни и животински видови. Како дел од синџирот на исхрана и како зависен од растителните и животинските видови, човекот мора да се грижи и да им помага на животните и растенијата во секоја пригода која ќе му се укаже. Голем број птици во зима многу тешко наоѓаат храна или барем не наоѓаат доволно квалитетна храна. На голем број птици кои во лето се хранат исклучиво со растителна храна, многу добро им доаѓа протеинска/мрсна храна од животинско потекло во зима. Мастите им помагаат во одржувањето на телесната температура.



Рефлексја

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

1. Се повикуваат две деца доброволци кои ќе прават нешто различно од другите. Наставникот ќе ги каже сите работи што ќе ги прават тие деца, пред сите, за да можат да имаат увид.
2. Двете деца во садот за мешање ќе ги замешаат сите семиња заедно со маста. Доколку се користи стар леб, треба прво средината на лебот да се иситни на парчиња, да се помеша со малку вода и да се доведе до густина на тесто. Потоа се додава корката од лебот, иситнета на најситни можни парченца. Се ставаат и семињата и сè заедно се меси во една компактна маса. Кога ќе го завршат тоа, децата ги мијат рацете и им се приклучуваат на групите кои веќе работаат.
3. Другите деца се делат во неколку групи. Група по група, доаѓаат кај наставникот и тој со скалпел отсекува две парчиња од средината на шишињата. На средниот дел од шишињата остануваат само два „линии“ кои го држат дното на шишето да не отпадне, а сè друго се отсекува за да можат да доаѓаат птиците. (Сите лепенки и апликации на шишињата се отстрануваат.)
4. Конецот со должина барем од 70 сантиметри до метар, се протнува низ грлото на шишето, се спушта до дното, сè додека не се собере малку конец на дното.
5. Шишето се затвора добро со капачето, преку конецот – капачето игра улога на држач на конецот. Така се добива нешто на што може да се обеси хранилката.
6. На делот од конецот кој го допира дното на шишето се прават неколку јазли, не мора да се цврсти, важно е да се големи.
7. Околу јазлите се става од измешаната храна за птици.
8. Хранилките се поставуваат на гранки на дрва, на места кои не се лесно достапни на мачки или на луѓе, но се лесно достапни за птиците.
9. Се чека птиците да дојдат и да се заблагодарат за храната.

Содржина V-4: ПОДОБРУВАЊЕ, ОДРЖУВАЊЕ И РАЗУБАВУВАЊЕ НА ОКОЛИНАТА

Се очекува ученикот/ученичката да:

Знаења	<ul style="list-style-type: none">» ја знае важноста на убаво одржано опкружување;» знае што треба да се направи за да се креира, подобрува, одржува и да се разубавува непосредното опкружување (соба, стан, училница, училиште, двор...).
Вештини	<ul style="list-style-type: none">» умее да користи различни предмети и прибор за разубавување на просторот;» може да учествува во естетско обликување и организирање на училишниот простор.
Ставови/ вредности	<ul style="list-style-type: none">» прифаќа дека секој треба да придонесува во одржување и разубавување на просторот во непосредното опкружување (колективен и личен белег);» прифаќа дека луѓето имаат различни вкусови за уредување и разубавување на просторот.

Работилница V-4.1: Нашата училница



Материјали:

- » работен лист за учениците V-4.1а: Своја соба,
- » работен лист за учениците V-4.1б: Нашата училница,
- » прибор за пишување.

Воведна активност

Сите деца, освен двајца доброволци, стојат во круг. Во првиот круг на изјаснување секое дете треба да истапи напред и да каже која боја му е омилена. Двајцата доброволци имаат задача да запишуваат колку пати е спомната секоја боја (едниот пишува, другиот внимава да не пропуштат нешто). Во вториот круг на изјаснување постапката се повторува, но овој пат секое дете кажува која боја најмалку му/и се допаѓа, а доброволците запишуваат.

Главна активност 1

Децата се делат на групи 4–6. Едната половина од групите ги добива картичките од едниот, а другата половина од другиот работен лист. Групите што добиле да работат на уредување на својата соба треба да одговорат на прашањето: „Кога би имал/а своја соба, како би била уредена/средена?“, а другите на прашањето: „Како е најдобро да биде уредена/средена нашата училница?“

Задачата на групите е да ги наредат картичките по важност во облик на дијамант:

1. ред – една картичка што е најважна,
2. ред – две многу важни картички,
3. ред – три средно важни картички,
4. ред – две малку важни картички,
5. ред – една најмалку важна картичка.

Групите добиваат уште по три празни картички на кои можат да допишат дополнителни работи и да ги сместат во дијамантот каде што сакаат.

По 5–10 минути, секоја група кажува која картичка ја ставиле како најважна, а која како најмалку важна и објаснува како го направиле изборот. Ги презентираат и работите што ги допишале на празните картички и каде ги поставиле. При тоа, воопшто не е важно како ги наредиле картичките – точен одговор нема.



Дискусија 1

1. Колку ви беше лесно да одлучите што е најважно, а што најмалку важно за уреденоста и среденоста на просторот што се смета за ваш?
2. Што е тоа што најмногу придонесува за уреденоста, среденоста и убавината на просторот во кој го минуваме времето?
3. Како се чувствуваме во простор кој е уреден, а изгледа како неуреден? Зошто?
4. Каде поубаво се игра? Каде полесно се учи?
5. Што можат децата на ваша возраст да направат за да им биде нивното катче средено и убаво? Како?

Заклучок

Самите сме одговорни за уредноста и чистотата на просторот во кој престојувате. Често е доволно само малку средување на предметите во просторот за да се воочи голема разлика. Во простор во кој е сè уредно и на место, луѓето обично попријатно се чувствуваат и се поефикасни. Децата можат да предлагаат решенија или афинитети, да помагаат и да го уредуваат просторот во кој го поминуваат своето време.

Главна активност 2

Наставничката ги повикува децата, а подоцна и самата се вклучува, добро да ја разгледаат училницата и потоа во наредните 5–10 минути, да се обидат да ја направат уште поуредна. Можат да ги средат тетратките, книгите, јакните. Можат да ги соберат отпадоците, да ги исправат искривените слики, апликации, карти, нагледни средства и слично, да ги залепат одлепените колажи, плакати итн.



Дискусија 2

1. Дали училницата сега изгледа поинаку? Како?
2. Дали е поубава или понеубава? Зошто?
3. Кој е одговорен за тоа како е средена и уредена една училница?

Заклучок

За најголем број луѓе, уредениот простор е попријатен за престој. Најчесто се оценува како „лоубав“ од практични причини (знаеме каде ни се работите) и од субјективни причини. Одговорноста е на сите оние кои поминуваат време во тој простор.

Завршна активност

Сите стојат во кругот. Учениците се делат во тројки. Секој член од тројката треба на останатите два члена да им каже барем едно нешто, кое од денес ќе почне да го прави за да придонесе за разубавување на просторот во кој престојува. Дом, соба, катче или училница. Кога сите ќе завршат, се дава голем аплауз.



Рефлексија

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го искористиме секојдневниот живот?

Содржина V-5: ЗАШТИТА НА ПЛАНЕТАТА ЗЕМЈА

Се очекува ученикот/ученичката да:

Знаења	<ul style="list-style-type: none">» ги знае најчестите загадувачи на воздухот, водата и почвата;» ги знае најчестите последици од загаденост на водата, воздухот и почвата врз луѓето и другите живи суштества;» знае различни начини за рационално користење на водата и на електричната енергија.
Вештини	<ul style="list-style-type: none">» умее да укажува на нерационално користење на водата и електричната енергија;» умее да идентификува производи со еколошки знак што не се штетни за природата.
Ставови/ вредности	<ul style="list-style-type: none">» сфаќа дека водата за пиење и другите природни ресурси не се непресушен извор;» ја сфаќа одговорноста на човекот во заштитата на животната средина;» сфаќа дека треба да се ограничи употребата на загадувачки технологии (спрејови, фреони...).

Работилница V–5.1: Зелена прошејка – загадометар



Материјали:

- » два листа на кои со големи букви пишува „ТОЧНО“ и „НЕТОЧНО“,
- » работен лист за наставникот/наставничката: Зелен барометар.

Главна активност

На два спротивни краја на училницата се лепат листовите на кои пишува „ТОЧНО“ и „НЕТОЧНО“. На учениците им се кажува дека наставникот ќе чита одредени тврдења и според тоа дали тие мислат дека тврдењето е точно или не ќе треба да се позиционираат на одреден дел од просторијата.

Откако ќе се позиционираат ќе треба да образложат зошто мислат така. Се читаат прашањата од работниот лист за наставникот „Зелен барометар“.



Дискусија

1. Кои нешта ја загадуваат почвата?
2. А кои се загадувачите на воздухот?
3. Кои загадувачи на водата ви се познати?
4. Што е светлосно загадување?
5. А звучно? Што значи тоа?
6. Кој ги трпи последиците од загадувањето?
7. Како може секој од нас да придонесе да се намали загадувањето?

Заклучок

Технолошкиот „напредок“ на денешната цивилизација е всушност максимално деструктивен за околината и за иднината на целата планета која пополека се претвора во една голема депонија. Опкружени сме со пластика и со амбалажа која е за една употреба и која потоа како отпадоци што не се распаѓаат штетно влијае врз околината и здравјето. Автомобилите, фабриките и апаратите за домаќинство се главните загадувачи на воздухот. Почвата се загадува директно од хемикалии кои „божем“ помагаат за подобар род на културите, а водите се загадуваат како од фабрики така и од органски отпад и од средства за „хигиена“. Постојат видови на загадување за кои сè уште многу малку се зборува, како светлосното и звучното загадување кое има штетни ефекти врз живиот свет и врз здравјето на луѓето. Осветлувањето во урбаните средини, како улични светилки, реклами, автомобили ја претвораат ноќта во ден. Тоа го оневозможува природниот начин на живот на некои ноќни суштества, но и на луѓето им го скратува погледот кон свезденото небо. Звучното загадување се однесува на урбаните средини кои се многу бучни од сите машини кои се во употреба, звукот влијае вознемирувачки, а научниците сметаат дека има големо влијание во развојот на некои болести. Секој од нас може да направи промена така што ќе внимава дали нештата што ги користи загадуваат и во колкава мера.



Рефлексја

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

- **Користењето дезодоранси и други спрејови не влијае врз животната околина.**

НЕТОЧНО – често сите садови под притисок содржат фреони – гасови кои ѝ штетат на озонската обвивка.

- **Возилата што се движат на плин (земјен гас) помалку го загадуваат воздухот од возилата што се движат на нафта и на бензин.**

ТОЧНО – плинот кога согорува има многу пониска емисија на штетни материји.

- **Клима-уредите не се штетни за околината.**

НЕТОЧНО – користат фреони во огромни количини и трошат многу електрична енергија која сè уште се добива со „валкани“ процеси, односно на начин кој ја загадува околината.

- **Користењето прашоци за перење и миење штетно влијае врз околината.**

ТОЧНО – ги загадува водите; не постои средство за перење и миење кое не загадува.

Користењето вештачки ѓубрива на нивите не ја загадува почвата.

НЕТОЧНО – некои ѓубрива се задржуваат и преку 50 години во почвата.

- **Закопувањето во земја е најефикасниот начин пластичниот отпад да се распадне.**

НЕТОЧНО – пластиката и онака многу бавно, со илјадници години се распаѓа, само под влијание на УВ-зраците од сонцето; доколку е под земја, практично никогаш нема да се распадне.

- **Возењето со автобус придонесува за помало загадување на воздухот од возењето со автомобил.**

ТОЧНО – автобусите превезуваат повеќе патници истовремено и не мора да се користат автомобилите кои загадуваат во иста мера, а можат да превезат многу помалку патници.

- **Прскањето против комарци штетно влијае не само врз другите инсекти, туку и врз растенијата, луѓето, водите и почвата.**

ТОЧНО – убива и многу други инсекти, ги труе растенијата, водата и се задржува во почвата.

Излевањето на водите од канализацијата во реките и во езерата е штетно за рибите и другите живи суштества што живеат во нив.

ТОЧНО – со отпадните води, во реките и во езерата се влеваат хемикалии кои ја менуваат биолошката и хемиската структура на тие води.

- **Чадот од фабриките го загадува воздухот, но не ја загадува почвата.**

НЕТОЧНО – загадениот воздух од фабриките кој се собира во атмосферата, потоа се враќа во форма на кисели дождови и ја загадува почвата.

- **Користењето на сончевата енергија е штетно за околината.**

НЕТОЧНО – досега не се знае за некој штетен ефект од користењето на сончевата енергија.

- **Кога овошките се прскаат за да се заштитат од инсекти, истовремено стануваат штетни за луѓето.**

ТОЧНО – сите вештачки средства што се користат во земјоделството, се апсорбираат од овошките и зеленчукот и човекот ги внесува преку храната. Некои од нив се екстремно многу штетни.

- **Голем дел од луѓето загадуваат од незнаење.**

ТОЧНО – многу луѓе и не знаат за многу извори на загадување.

- **Зачувувањето на околината е должност на секој од нас.**

ТОЧНО – секој од нас влијае повеќе или помалку на животната околина, секој може да направи промена, доколку свесно ги користи или избегнува да ги користи нештата кои негативно влијаат врз околината.

Работилница V–5.2: Технологија=загадување?



Материјали:

- » работен лист за наставникот/наставничката: Загадувачи,
- » стари списанија,
- » ножици,
- » лепило,
- » големи листови/хамери.

Воведна активност

Секое дете треба да помине околу два метра со списание/весник на главата, без да го држи со раце и без да му падне.

Главна активност

Учениците се делат на три групи. Од списанијата треба да издвојат барем десетина извори на загадување и да направат од нив некаков плакат/колаж кој ќе пренесува јасна порака. Секоја група добива различна задача. Задачите ги добиваат од работниот лист за наставникот/наставничката „Загадувачи“.

Групите презентираат.



Дискусија

1. Кои се основните загадувачи на воздухот?
2. Кои се најголемите загадувачи на водата?
3. Кои се основните загадувачи на почвата?
4. Дали користењето на сите овие технологии и средства се во полза или на штета на човекот? Како и зошто?
5. Што може да се направи?
6. Што може да направи секој од нас во секојдневниот живот?

Заклучок

Во современиот потрошувачки ориентиран капитализам, луѓето ретко ги знаат/добиваат сите негативни последици од продуктите кои ги користат. Од страшните и директни последици по нивното здравје, од пестицидите до штетноста по околината, од клима-уредите. За да може да се влијае врз уништувањето на целиот екосистем на планетата, суштински е важно да се имаат што повеќе информации. Секој може да придонесе и со најмали промени во однесувањето во заштитата на планетата. Најголеми загадувачи на воздухот се автомобилите, индустријата и во поново време сè повеќе се зборува за животните кои се чуваат во фармите и гасовите кои тие ги продуцираат. Многу значајни, а ретко споменувани се гасовите кои се употребуваат во дезодоранси и клима-уреди, фреони и слично. Водата ја загадуваат фабриките, но и секое домаќинство, со прашоци, детергенти, средства за чистење, отпадоци кои се фрлаат во реките и езерата и слично. Почвата е загадена од пестициди, разни ѓубрива, но и еднородни култури на растенија кои само искористуваат, а не го обновуваат квалитетот на почвата, сите хемикалии кои се користат во земјоделството, депонии.

Завршна активност

Сите слободно се движат во кругот. Секое дете треба да помине околу два метра како да има на главата книга и се труди да не му испадне.



Рефлексija

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Работниот лист за наставникот/наставничката: Загадувачи



- » Најдете ги и издвојте ги главните загадувачи на воздухот!
Напишете како тие го загадуваат воздухот!

-
- » Најдете ги и издвојте ги главните загадувачи на водата!
Напишете како тие ја загадуваат водата!

-
- » Најдете ги и издвојте ги главните загадувачи на почвата!
Напишете како тие ја загадуваат почвата!

Работилница V-5.3: Вода



Материјали:

- » хартија, пенкала, моливи,
- » работен лист за наставникот/наставничката: Едно непријатно утро,
- » работен лист за учениците V-5.3: Совети за порационално користење на водата.

Воведна активност

Децата се редат во две паралелни линии завртени со лицата едни кон други, формирајќи корито на поток. Од едниот крај едно дете почнува да се движи низ „коритото“ на почетокот бавно, па сè побрзо и побрзо, симулирајќи го течењето на потокот. Кога ќе стигне до крајот, застанува во редот и друго дете од спротивната страна го прави истото. Се повторува сè додека сите деца не поминат низ коритото.

Главна Активност¹

На учениците им се чита текстот од работниот прибор за наставникот „Едно непријатно утро“.

Децата се делат во мали групи. Во групите треба да замислат дека се тие селаните кои треба да донесат одлука дали да се преселат на другото место. Одлуката треба да ја донесат откако ќе изнајдат и понудат начини на кои може да се заштеди водата за да може селото да живее и да преживее со ограничените количини што му се на располагање.

По десетина минути работа, групите го презентираат сработеното.



Дискусија

1. Што беше основниот проблем на луѓето во приказната?
2. Дали може да се сетите на други природни богатства кои може да ги снима?
3. Како би изгледал светот доколку одеднаш снима јаглен? А нафта?
4. Што може да се направи за да се продолжи рокот на користење на необновливите извори на енергија?
5. Кои се обновливи извори на енергија?

Заклучок

Луѓето се зависни од природните ресурси кои се ограничени. Без доволна количина чиста вода не можеме да преживееме. Можеме да придонесеме за заштедување на водата доколку го промениме однесувањето и укажеме повеќе внимавање. Можеме да им укажуваме на другите да го прават истото.

Забелешка

Основната насока на дискусијата треба да биде да се наведат учениците на тоа дека водата, како и другите природни ресурси, не се неограничени. Треба да се нагласи дека генерално, во нашите култури не постои свест за тоа, посебно затоа што припаѓаме на поднебје кое е побогато со вода од поголемиот дел од светот. Во еден момент во дискусијата треба да се генерализира и на другите ресурси. Нафта, дрва, јаглен, електрична енергија. Да се дојде до заклучок дека човекот е одговорен за нивното искористување и трошење.

Завршна активност

Сите стојат во круг. Се делат на парови. Секое дете добива еден примерок од работниот лист за учениците „Совети за порационално користење на вода“. Треба да ги прочитаат напишаните нешта и да споделат во парот, барем три нешта од кои, едно ќе се обидат сами да го применуваат, едно кое ќе им го советуваат на друго дете и едно кое ќе им го советуваат на возрасен за порационално користење на водата. На крајот може да им се предложи да го пратат текстот како електронска порака на различни луѓе.

1 Идејата е преземена од: The Green Pack-A multi-media educational resource pack, Regional Environmental Center for Central and Eastern Europe (REC).



Рефлексија

1. Што правевме денес?
2. Како се чувствувавте?
3. Што научивме?
4. Како може наученото да го користиме во секојдневниот живот?

Едно непријатно утро

Едно утро, кога се разбудија луѓето од едно малечко село, се соочија со една страшна вест. Единствениот извор кој овозможуваше живот во селото, пресушил. Постарите жители на селото се собраа и разговараа и мислеа долго време. Согледаа дека единствениот излез од ситуацијата е да го напуштат селото што беше нивен дом со векови. Ќе мора да се преселат на некое друго место. Објавија дека ќе испратат тројца извидници да најдат ново место за нивното идно село.

По долгата потрага, извидниците се вратија и рекоа дека нашле пригодно место каде што можат да го изградат новото село. Местото е мирно, земјата плодна, но единствениот извор што го има во близина е мал и може да даде само 50 литри вода по човек на ден. Постарите селани повторно се собраа за да разговараат и да се договорат што да се прави.

Што мислите, што треба да прават? Како ќе издржат со толку малку вода?

