5

ПРИРАЧНИК ЗА НАСТАВНИЦИ ЗА

ЛИЧЕН РАЗВОЈ

НА УЧЕНИЦИТЕ

ЗА V ОДДЕЛЕНИЕ

PH ZH
ZURICH UNIVERSITY
OF TEACHER
EDUCATION

Оваа публикација е изготвена во рамки на швајцарските проекти на Одделот за меѓународни проекти во образованието (ИПЕ) при Универзитетот за образование на наставници во Цирих, кој го координираше подготвувањето, уредувањето и редакцијата на сите материјали.

Делови од овој нов прирачник се инспирирани од наставните материјали од меѓународните проекти на Одделот ИПЕ на Универзитетот за образование на наставници во Цирих (JOBS, FACE, CORE, Living Democracy). Тие можат да се најдат на: ipe-textbooks.phzh.ch.

Оваа публикација беше поддржана од Фондот на заедницата на кантонот Цирих (Швајцарија).

ZURICH UNIVERSITY OF TEACHER EDUCATION

Kanton Zürich
Gemeinnütziger Fonds

Автори:
Корина Борер
Вилтруд Вајндигер
Превод од англиски јазик:
Аница Кузмановска
Графички дизајн:
Надине Хуги

Објавено во 2021 година
Универзитет за образование на наставници во Цирих,
Оддел за меѓународни проекти во образованието (ИПЕ)

phzh.ch/ipe
ipe-textbooks.phzh.ch

©
Сите права се задржани. Ниту еден дел од оваа публикација не смее да се преведува, репродуцира или пренесува во каква било форма или на кој било начин, електронски или механички, вклучително и фотокопирање, снимање или чување на каков било систем за складирање или пребарување информации, без претходно писмено одобрение од Фондот на заедницата на кантонот Цирих – Одделение за финансии, кој е единствен сопственик на публикацијата. Ова важи во целиот свет.

ПРИРАЧНИК ЗА НАСТАВНИЦИ ЗА

ЛИЧЕН РАЗВОЈ НА УЧЕНИЦИТЕ

ЗА V ОДДЕЛЕНИЕ

Вовед во општиот педагошки пристап **2**

Што се тоа животни вештини во личниот развој? **2**

Вештините за личен развој како составен дел од училиштето и од животот **2**

Како се организирани различните вештини? **4**

Како да одржувам настава за модулите? **5**

Која е мојата задача како наставник? **5**

Како е структуриран прирачникот? **6**

Кои дополнителни материјали може да ги користам? **6**

Каде учениците ја евидентираат својата работа? **6**

Како се оценуваат учениците? **7**

Како да ја евалуирам сопствената настава? **7**

На кој начин родителите се вклучени во програмата за личен развој? **7**

Литература **8**

Прирачник за наставници за личен развој на учениците за V одделение **9**

Модул 1 – Самоосознавање и осознавање на другите **15**

Модул 2 – Обезбедување квалитетен живот **25**

Модул 3 – Здрав начин на живот **35**

Модул 4 – Професионална ориентација и развој на претприемачки начин на размислување **45**

Модул 5 – Лична безбедност **55**

ВОВЕД ВО ОПШТИОТ ПЕДАГОШКИ ПРИСТАП

„Прирачникот за наставници за програмата за личен развој на учениците за V одделение“ е прирачник за наставници кои учениците ги поучуваат на трансверзални и животни вештини. Прирачникот се однесува на тоа како да се одржува настава за трансверзалните вештини коишто се потребни за развој на психо-физички здрави ученици и го поддржува развојот на нивниот личен идентитет. Овие животни вештини и способности ги вклучуваат оние коишто им се потребни на децата и адолесцентите во различните училишни и други ситуации со кои тие се соочуваат и ќе се соочуваат во животот, како приватно така и професионално.

Што се тоа животни вештини во личниот развој?
Животните вештини вклучуваат способности и вештини во различни сфери на личноста. Тука спаѓаат:

- **Когнитивните вештини**, за решавање проблеми, креативно размислување, критичко размислување и метакогнитивни вештини;
- **Социјалните вештини**, за комуникација и соработка, за меѓучовечки односи и емпатија;
- **Вештините за самосвесност**, како што е личната одговорност, донесувањето одлуки и саморефлексијата;
- **Вештините за справување со емоции**, односно справување со емоциите, стресот и решавањето конфликти.

Вештините коишто се вклучени во оваа програма за личен развој ја следат рамката на дефиницијата на Светската здравствена организација за вештини коишто им се потребни на поединците за успех во текот на целиот нивен живот (2001). Важно е да се напомене дека сите животни вештини се преклопуваат едни со други и истите најдобро можат да се усвојат преку холистички пристап. Когнитивните вештини никогаш не можат да се научат без фокусирање на социјалните вештини и вештините за самосвесност, вештините за справување со емоциите никогаш не можат да се научат без да се имаат предвид и социјалните вештини и така натаму.

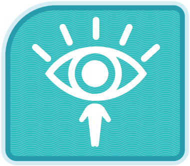
Вештините за личен развој како составен дел од училиштето и од животот
Едукацијата за личен развој и животни вештини е вградена во сите училишни предмети и секогаш е поврзана со образовна содржина која е релевантна за поединецот согласно неговата или нејзината моментна фаза на развој. Содржината и задачите во оваа програма за личен развој се наменети за различни возрасни групи и одделенија. Во текот на наставната програма за задолжително образование, поучувањето за животни вештини се одвива преку обработка на слични теми секоја година и фокусирање на истите вештини во текот на целиот школски период, но со зголемување на комплексноста. Едукацијата за животни вештини се гради

постепено уште од рана возраст, почнувајќи со влегувањето во образовниот систем во градинка или основно училиште па сè до крајот на задолжителното образование. Во текот на училишниот живот на учениците, вештините за личен развој се учат преку спирален пристап: тие се повторуваат секоја учебна година, но секојпат на посложено ниво.

Спирален пристап во реализација на програмата

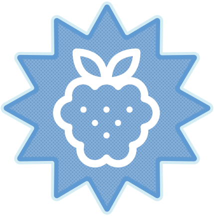
Едукацијата според спиралниот пристап во реализација на програмата за личен развој и животни вештини може да се опише како пристап кој презентира повеќе клучни концепти за учење, со нивоа на комплексност што се зголемуваат од година во година при школувањето. Следејќи го моделот на Џером Брунер (Jerome Bruner), психолог и педагог за ран развој, според кого „ефективна настава во интелектуално соодветна форма може да се држи за секој предмет и за секое дете, во која било фаза на развој" (Брунер 1960), спиралниот пристап е основниот педагошки принцип на оваа програма. Информациите, темите и задачите им се предочуваат на децата уште од рана возраст и тие континуирано се повторуваат, продлабочуваат и надградуваат. Така, не само што ќе се развие умешност во различните животни вештини со адаптивен метод на учење, туку значењето и важноста на она што се предава, исто така, стануваат составен дел од програмата. Спиралниот пристап содржи идеи, принципи и вредности коишто се важни за учениците во текот на созревањето, но и за поширокото општество во целина. На тој начин, оваа програма ги следи и пристапот и моделот на доживотно учење.

Како се организирани различните вештини?
Во програмата за личен развој, животните вештини се изучуваат во пет последователни модули кои ги опфаќаат главните концепти. Тоа се:



Модул 1
„Самоосознавање и осознавање на другите“ коишто го нагласуваат самоосознавањето и самопочитта, истражувањето и проценката на сопствените потенцијали, семејството како вредност: должностите, родовите улоги, стереотипите, самоувереноста, неконфликтната и ненасилната комуникација, волонтирањето и сл.

Модул 2
„Обезбедување квалитетен живот“, со акцент на интегритетот, ефикасното управување со ресурсите, одговорноста за одржлив развој, ефективна само-организација и сл.



Модул 3
„Здрав начин на живот“ којшто учениците ги насочува кон прашања поврзани со физичкото и емоционалното здравје, здрава исхрана, како противтежа на пороците: дрога, алкохол, пушење, родово дискриминирачки влијанија и сл.

Модул 4
„Професионална ориентација и развој на претприемачки начин на размислување“ коишто го нагласуваат разбирањето на занимањето од перспектива на пазарот на трудот, професионалната ориентација и донесувањето одлуки во врска со неа, претприемништвото како професија и сл.

Модул 5
„Лична безбедност“ којашто ги подготвува учениците за начин на однесување што ќе им осигури лична безбедност и безбедност на другите.

Согласно спиралниот пристап во реализација на наставната програма, прирачниците од оваа серија имаат иста структура од модули и клучни концепти. За секој модул има по четири задачи, коишто се предвидени да се реализираат во текот на една школска година. Еден прирачник содржи вкупно 20 задачи. Меѓутоа, темите и задачите за учениците често се преклопуваат: задачата за здрав начин на живот ќе ги опфаќа и обезбедувањето квалитетен живот и умешноста на самоосознавање; задачата која се однесува на професионалната ориентација за децата со поголема возраст воедно ќе ги опфаќа и самоосознавањето и обезбедувањето квалитетен живот и сл. Затоа, иако задачите се организирани во пет модули, на нив не може да се гледа како на сосем одвоени целини.

Модуларниот пристап налага образовна интервенција која се карактеризира со интеграција на знаењата, вештините и ставовите кои се специфични за развивањето на компетенциите. Интегративниот пристап се применува во секој модул, користејќи ги придобивките од другите школски предмети или социјалната односно семејната средина на ученикот. На тој начин, програмата за личен развој се фокусира на развојот на компетенциите со посебен акцент на вредностите, ставовите и склоностите.

Како да одржувам настава за модулите?

Модулите и задачите во овој прирачник се претставени хронолошки. Предлагаме придржување до овој редослед бидејќи тој животните вештини ги изградува постепено преку клучните концепти, во еден внимателно осмислен процес. Методите на поучување и учење кои се користат во оваа програма се засновани на учење преку задачи и соработка. И двата методи се засноваат на когнитивно-контруктивистичкиот поглед на учењето каде што учениците го градат знаењето преку лично ангажирање во зададената задача на индивидуално ниво, разменување на согледувањата во дијалог со соученик или во мала група и потоа споделување на резултатите со целата паралелка. Овој принцип на „размисли–групирај се–сподели“ може да се пронајде во бројни задачи и самиот придонесува кон развојот на социјалните и кооперативните вештини. Саморефлексијата на процесите на учење и заедничката рефлексија со другите се важен дел од личниот развој и се содржани во различните задачи.

Која е мојата задача како наставник?

Во оваа програма, задачата на наставникот е да го поведе и да го води процесот на учење, да ги обучува и да ги придружува учениците во нивното учење и да им помага да ги совладуваат тешкотиите. Наставниците треба да бидат свесни дека ова може да значи промена на нивните улоги во обучувачи и фасилитатори. Оваа промена се однесува и на оценувањето на процесите на учење и на резултатите од учењето. Од учениците се бара да откријат сопствени стратегии за решавање проблеми: самостојно да решаваат проблем и критички да ги евалуираат начините за решавање на проблемот. Затоа, резултатот од учењето на секој ученик се гледа индивидуално. Резултатите од личниот развој не можат сумативно да се оценуваат со рангирање во паралелката. Оценувањето на процесите на учење треба да се одвива на формативен начин, што значи дека наставниците континуирано ги следат

и ги оценуваат процесите на учење на учениците, а не само нивните резултати. Давањето индивидуална повратна информација станува многу значаен дел од улогата на наставникот.

Како е структуриран прирачникот?

Сите прирачници за наставници за личен развој се структурирани на ист начин. На наредните страници наставниците ќе најдат подетален опис на модулите и на животните вештини за соодветното одделение. Дополнително, опишани се 20 задачи, поделени во пет модули. Секоја задача е изработена на истиот начин: на лево се целите, вештините, преглед на наставната активност, груба временска рамка и материјалите и подготовката потребни за задачата. Некои задачи се состојат од процес на поучување и учење во два дела, предлог домашна задача и следна лекција. Под ова, даден е детален опис на лекцијата, чекор по чекор. На десно, наведени се сите упатства кои им се потребни на учениците, со примери (скици) на презентации за на табла или во работни листови.

Кои дополнителни материјали може да ги користам?

Во програмата, наведени се материјалите за секоја задача. Тоа можат да бидат хартија, пенкала, боици, како и мобилни телефони или компјутери. За некои задачи, наставниците можеби ќе треба да преземат дополнителен материјал од Интернет, согласно упатствата, во зависност од нивното претходно знаење и стручност. Наведено е во кои случаи е потребно тоа. Имајте предвид дека овие прирачници за личен развој се само еден извор кој може да се користи. Наставниците можат да се инспирираат и од други материјали кои се фокусирани на личниот развој.

Каде учениците ја евидентираат својата работа?

Учениците можат да ја евидентираат својата работа на различни начини. Бидејќи нема прирачник за ученици, наставниците можат да одлучат како учениците да ја евидентираат својата работа.

На пример:

- Учениците работат на посебни материјали кои ги добиваат од наставникот. Сите изработки се собираат во папка. На почетокот на учебната година, сите ученици можат да изработат своја папка на часовите по личен развој. Лесно може да се додава дополнителен материјал (фотографии и сл.).
- Учениците можат да употребуваат работни тетратки за часовите по личен развој. Сите скици, забелешки, есеи и сл. се евидентираат во нив. Тоа се лични дневници. Во работните тетратки, ништо не може да се изгуби. Тие можат да бидат индивидуално декорирани.
- Наставниците можат да побараат од родителите да купат работни тетратки за нивните деца, во зависност од социо-економската ситуација на родителите. Оваа информација може да се сподели на првата родителска средба.

Како се оценуваат учениците?

Оценувањето по предметот личен развој е формативно, во текот на наставата и учењето на дадениот модул. Сумативното оценување се одвива по изучувањето на секој модул. Учениците го идентификуваат својот развоен потенцијал и поставуваат цели за во иднина. По ова, наставникот на секој ученик му дава повратна информација во вид на конструктивна критика, акцентирајќи ги стекнатите компетенциите и јаките страни, наместо слабостите. Формуларите за оценување ќе станат важен дел од досието на ученикот.

Како да ја евалуирам својата настава?

Наставата треба редовно да се евалуира, а наставникот да прави рефлексија за сопственото поучување. Ова може да се прави преку самоевалуација, со помош на клучните прашања кои се однесуваат на поставените цели, компетенциите на учениците, резултатите од учењето, активноста на учениците и сл. Рефлексијата може да се прави и заедно со колега/колешка преку заемно набљудување на часови за личен развој. Предлагаме претходно да се одредат аспектите на своето поучување на кои ќе се фокусира набљудувањето и истите да се споделат со колегата/колешката, со цел да се добијат што поконкретни информации од набљудувањето. Повратната информација треба да се дава во форма на колегијална конструктивна критика.

На кој начин родителите се вклучени во програмата за личен развој?

Часовите по личен развој се одвиваат во училиште. Меѓутоа, за различни задачи, учениците добиваат домашни задачи во врска со кои треба да ги прашуваат своите родители или роднини (на пр., за нивните биографии, за правилата, за минатото и сл.). Предлагаме претставување на часовите по личен развој на родителска средба, на почетокот на учебната година. Родителите и семејството се важен дел од личниот развој, идентитетот, нормите, вредностите и идните перспективи на децата. Наставниците треба да ги информираат родителите за карактерот на програмата за личен развој, да им ги претставаат различните модули и како учениците ќе работат на овие часови (сами, во парови, во групи и сл.). Родителите можат да се поттикнат да учествуваат во процесот на учење на своите деца и да соработуваат со училиштето на позитивен начин. Понатаму, личниот развој е програма каде што интеграцијата на надворешниот свет и училишната заедница игра важна улога. Во некои задачи, учениците ќе треба да собираат информации, да комуницираат со луѓе и да откриваат појави кои се дел од нивната заедница. Затоа, програмата за личен развој е поврзана не само со училницата, туку станува дел и од целосниот училишен развој и вклучувањето на сите засегнати страни во заедницата.

Литература

- Bruner, J (1960) *The Process of Education*, Cambridge, Mass.: Harvard University Press.
- World Health Organisation (2001): *Partners in Life Skills Education*. Conclusions from a United Nationals Interagency Meeting. Geneva: World Health Organisation.

ПРИРАЧНИК ЗА НАСТАВНИЦИ ЗА ЛИЧЕН РАЗВОЈ НА УЧЕНИЦИТЕ ЗА V ОДДЕЛЕНИЕ

Овој прирачник се состои од 20 задачи, каде за секој модул има по четири задачи. Модулите се фокусираат на следниве цели и компетенции:

Модул 1:
Самоосознавање и осознавање на другите
Специфична компетенција: да го изрази личниот идентитет со себеистражување и истражување на социјалните потенцијали со цел да изгради конструктивен однос со семејството и другите. Тоа вклучува:

- разбирање на потребата за промени во процесот на личен развој
- препознавање на сопствените потреби и потребите на другите заради зајакнување на самодовербата
- користење различни начини за изразување мислења и чувства
- анализирање на факторите кои помагаат во негувањето на односите со другите и со семејството

Темите опфатени во прирачникот за V одделение се однесуваат на личната историја на ученикот, со фокус на неговите/нејзините корени (задачи 1,2), вредности (задача 3), развој на личноста во семејството (задача 1, 2), развој на вештини (задача 4).

Модул 2:
Обезбедување квалитетен живот
Специфична компетенција: да покаже лична одговорност преку начин на однесување што подразбира вреднување/уважување на себеси, другите и непосредната околина за да се обезбеди развој на личните потенцијали. Тоа вклучува:

- опишување на етички норми и пристојно однесување кон себеси, соучениците, непосредното опкружување; обезбедување атмосфера на колегијалност и атмосфера на емоционален и физички комфор
- демонстрирање правично, разумно и учтиво однесување согласно утврдените правила
- уважување и демонстрирање правично и учтиво однесување кон себеси, соучениците, паралелката, училиштето и непосредната околина

Темите опфатени овде се однесуваат на односи со пријатели (задачи 5), справување со конфликти и разликување меѓу индивидуални и заеднички проблеми (задача 6) и креирање на заемни правила за училишниот и за семејниот живот и вреднување на индивидуалниот придонес во семејниот живот (задачи 7, 8).

Модул 3:
Здрав начин на живот
Специфична компетенција: самоиницијативност, заинтересираност и грижа во однесувањето кон сопственото здравје и здравјето на другите. Тоа вклучува:

- опишување на лична програма на активности, одмор и исхрана користејќи поими карактеристични за санитарните и хигиенски норми за зачувување и зајакнување на здравјето
- практикување активности за одржување на здравјето, почитувајќи ги санитарните и хигиенските стандарди
- прифаќање на промените во своето тело, покажувајќи позитивен став

Темите опфатени во V одделение се однесуваат на важноста на здравите дневни рутини (движење, исхрана, сон) (задача 9), креирање на програма за здрав начин на живеење за цела година (задача 10), телото и неговите промени во пубертет, како и важноста на хигиената (задача 11) и различниот избор и факторите за здрава исхрана (задача 12).

Модул 4:
Професионална ориентација и развој на претприемачки начин на размислување
Специфична компетенција: автономно да се вклучи во однесување кое го определува правецот во школувањето/професијата на ученикот, вклучувајќи и осознавање на личните потенцијали и како истите можат да се искористат од аспект на можностите што ги нуди пазарот на трудот. Тоа вклучува:

- идентификување на основните информации за работа, работни места и занимања и нивно групирање/подредување во одделни категории со цел стекнување на знаење и разбирање за реалниот свет
- искористување на можностите кои ги нуди училишната заедница за започнување на иницијативи и ангажирање кое придонесува за личниот развој
- вреднување на придобивките од планирањето на професионалната ориентација, засновано на донесување одлуки за личниот развој што е поткрепено со доволно информации.

Темите опфатени во прирачникот за V одделение вклучуваат идентификување, размислување и давање образложување за вештините кои ученикот сака да ги стекне (задача 13), идентификување на сопствените вештини и таленти и формирање првична идеја за професионалната ориентација (задача 14), вреднување на сопствените вештини и компетенции и како индивидуа, но и како група (задача 15), и учење како да се презентираат најважните работи за себе (задача 16).

Модул 5:
Лична безбедност

Специфична компетенција: активно да се вклучи и демонстрира одговорен однос кон личната безбедност и безбедноста на другите. Тоа вклучува:

- покажување интерес за усни или напишани препораки за лична и јавна безбедност
- применување на мерки на претпазливост препорачани од различни институции што се однесуваат на лична безбедност, јавна безбедност и безбедност на Интернет
- проучување на студии на случај, каде е покажано одредено однесување

Темите опфатени во овој прирачник за V одделение се однесуваат на осврт на правата и заштитата на децата (задача 17), справување со опасни ситуации (задача 18), лична безбедност во секојдневниот живот (на пр. сообраќај), (задача 19), како и општи прашања за безбедноста во домот и на училиште (задача 20).

МОДУЛ 1

Самоосознавање и осознавање на другите 15
Задача 1 Јас – развој на мојата личност 16
Задача 2 Моите вештини и каде се стекнати 18
Задача 3 Мојот идентитет во скапоцен ковчег 20
Задача 4 Моите јаки страни – претставени во цвет 22

МОДУЛ 2

Обезбедување квалитетен живот 25
Задача 5 Врски – пријатели и како се однесувам со нив 26
Задача 6 Справување со мали и тешки проблеми во паралелката 28
Задача 7 Важноста на правилата на паралелката – изготвување договор 30
Задача 8 Важноста на семејните правила – работата е корисна 32

МОДУЛ 3

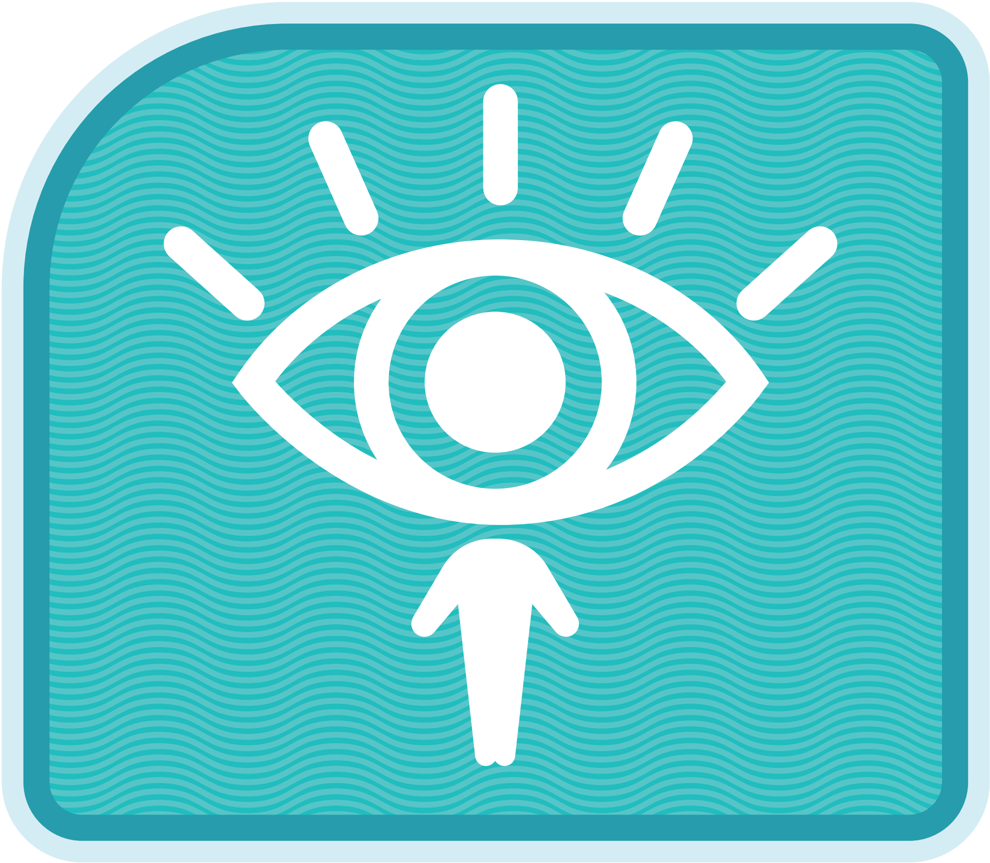
Здрав начин на живот 35
Задача 9 Моето здравје е важно 36
Задача 10 Одржување на здравјето во текот на целата година 38
Задача 11 Моето тело и како тоа се менува во пубертет 40
Задача 12 Храна и исхрана – здрава исхрана: пет порции на ден 42

МОДУЛ 4

Професионална ориентација и развој на претприемачки начин на размислување 45
Задача 13 Јаки страни кои ги посакувам – животно на еден ден 46
Задача 14 Фокусирање на моите јаки страни – мојот план од пет чекори 48
Задача 15 Јаките страни на нашата група – вештини на паралелката 50
Задача 16 Првиот впечаток е важен – јас се претставувам себеси 52

МОДУЛ 5

Лична безбедност 55
Задача 17 Децата имаат право да бидат заштитени и безбедни 56
Задача 18 Опасни ситуации – што да правам? 58
Задача 19 Безбедност на улица 60
Задача 20 Безбедност дома и на училиште 62



МОДУЛ 1
САМООСОЗНАВАЊЕ И ОСОЗНАВАЊЕ НА ДРУГИТЕ

Самоосознавање и осознавање на другите коишто го нагласуваат самоосознавањето и самопочитта, истражувањето и проценката на сопствените потенцијали, семејството како вредност: должностите, родовите улоги, стереотипите, самоувереноста, неконфликтната и ненасилната комуникација, волонтирањето и сл.

ЗАДАЧА 1
ЈАС – РАЗВОЈ НА МОЈАТА ЛИЧНОСТ

Цел

Учениците ја разбираат неминовноста на промената при развојот на нивната личност. Тие се во состојба да ги променат своите погледи за минатото, сегашноста и иднината.

Потребно време

① 45 минути
② 45 минути

Организација

- Индивидуална работа
- Работа во парови
- Заедничка дискусија

Подготовка

Круг на столови за заедничка дискусија; простор на ѕидот за изложување; боенки и хартија

Модул 1

Самоосознавање и осознавање на другите

ОПИС НА ЛЕКЦИЈАТА

Активност ①

1. Наставникот и учениците се претставуваат себеси преку споделување на интересен или пријатен спомен од детството. Прво размислуваат за тоа (индивидуално), потоа ја раскажуваат нивната приказна на соученикот (во парови) и на крај се враќаат во паралелката и тоа го споделуваат со сите (доколку сакаат). Подоцна, нивниот пријатен спомен од детството можат и да го нацртаат.
2. Од учениците, за домашна задача, се бара да размислат за периодот кога биле мали и да побараат одговори од своите родители и роднини. Собираат фотографии или цртежи или носат предмети на училиште за да илустрираат какви биле кога биле мали.

Активност ②

1. Учениците се враќаат со своите предмети. Ги споделуваат одговорите во парови (со одбирање каде ќе седат или стојат). Наставникот ги поттикнува да ги споредат одговорите и да дискутираат како се промениле оттогаш.
2. Наставникот бара од учениците да формираат круг со столчиња. Со себе ги носат и предметите.
3. Презентација: наставникот бара од учениците да се претстават кога биле мали, со покажување на предметите. Недостаток: можеби сите ученици нема да се чувствуваат пријатно додека го прават тоа.
4. Часот завршува со кратка дискусија за различните аспекти на личноста кои можат да се променат со текот на времето. Наставникот ги резимира идеите на учениците и ги става во категории, на пр., изглед, вкус, интереси, активности, висина, тежина и сл.
5. Сите предмети се изложуваат на ѕидот со означени имиња.

МАТЕРИЈАЛИ ЗА УЧЕНИЦИТЕ

На табла / проектор / работен лист

Активност ①

Активност ②

ЗАДАЧА 2
МОИТЕ ВЕШТИНИ И КАДЕ СЕ СТЕКНАТИ

Цел

Учениците разбираат дека ги научиле вештините од другите. Размислуваат за своите вештини, ги прават видливи и ги вреднуваат.

Потребно време

① 45 минути
② 45 минути

Организација

- Индивидуална работа
- Работа во парови
- Заедничка дискусија

Подготовка

Доволно време за разместување; задачи на табла или работен лист

Модул 1

Самоосознавање и осознавање на другите

ОПИС НА ЛЕКЦИЈАТА

Активност ①

1. Наставникот ја претставува задачата со цртање три дрвја на таблата. Наведува дека тоа се дрвја на вештини.
2. Учениците размислуваат за три вештини. Вештините можат да бидат когнитивни, физички, музички итн. На врвот на секое дрво пишуваат една вештина. Потоа размислуваат кога, каде и од кого ја научиле вештината. Ја запишуваат во гранките (кога), во стеблото (каде) и во корените (од кого). Наставникот дава примери (усно или писмено на табла).
3. Кога ќе завршат, учениците се движат низ училницата и ги споредуваат своите вештини, стеблата и корените со останатите. Разговараат со уште двајца други соученици.
4. За домашна задача, наставникот ги упатува учениците да одберат една од вештините и да прашаат родител или роднина за тоа. Прашањата што треба да ги постават се запишуваат на табла или им се дели работниот лист.

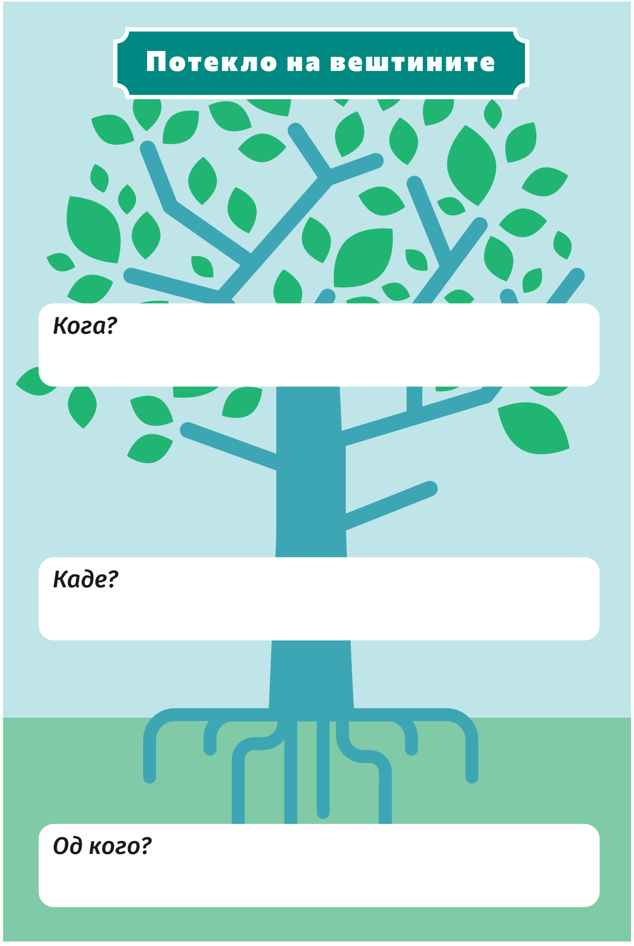
Активност ②

1. Учениците се враќаат со одговорите на прашањата. Се движат наоколу во училницата и разговараат со соучениците за нивните семејни вештини.
2. Учениците можат, исто така, да играат и квиз и да ги погодуваат нивните вештини.
3. На крајот на часот, сите седат заедно и ги презентираат своите вештини, и како ги стекнале. Наставникот го води разговорот.

МАТЕРИЈАЛИ ЗА УЧЕНИЦИТЕ

На табла / проектор / работен лист

Активност ①



Моите семејни вештини

Вештина:

Ја научив од:

1 *Каде сте ја научиле?*

2 *Што треба да направите?*

3 *Можете ли да ја опишете?*

4 *Потребни работи?*
(Алати, материјал, намирници…)

5 *Што е најтешко кај оваа вештина?*

Активност ②

Квиз: Погоди што правам?

	Да	Не
Дали е тоа твојата мајка, татко, сестра?	○	○
Дали тоа го правиш внатре?	○	○

- Дали е поврзана со готвење, поправање, цртање, работа со раце, итн.?
- Дали е потребен многу материјал за неа?
- Дали ти треба дрво, метал, текстил, вода, боја и сл. за да го правиш тоа?
- Дали ти се потребни алати?
- Дали се движиш многу додека го правиш тоа?
- Дали седиш?
- Дали стоиш?
- Дали треба да зборуваш?
- Дали е многу бучна?
- Итн.

ЗАДАЧА 3
МОЈОТ ИДЕНТИТЕТ ВО СКАПОЦЕН КОВЧЕГ

Цел

Учениците размислуваат за нештата кои им се важни. Ги изразуваат креативно и учат како да преговараат со други.

Потребно време

① 45 минути
② 45 минути

Организација

- Индивидуална работа
- Работа во групи
- Заедничка дискусија

Подготовка

① Задача на табла или во работен лист (шаблон за скапоцен ковчег); боици
② Маси наместени за седење по четворица; кутии, малечки работи, цртежи и сл.

Модул 1

Самоосознавање и осознавање на другите

ОПИС НА ЛЕКЦИЈАТА

Активност ①

1. Наставникот ја објаснува задачата и покажува пример на скапоцени кутии (на слики, филмови и сл.)
2. Учениците треба да размислат што ќе стават во нивниот личен скапоцен ковчег. Го цртаат својот скапоцен ковчег на лист хартија (или користат шаблон). Не се користи пишување. Важно е учениците во скапоцениот ковчег да стават работи што им се важни и со кои се идентификуваат. Го цртаат богатството во ковчегот.
3. Наставникот ги замолува учениците да одат дома и да побараат кутија што ќе ја користат како скапоцен ковчег. Собираат и малечки работи коишто сакаат да ги стават во ковчегот и сè носат во училиште.

Активност ②

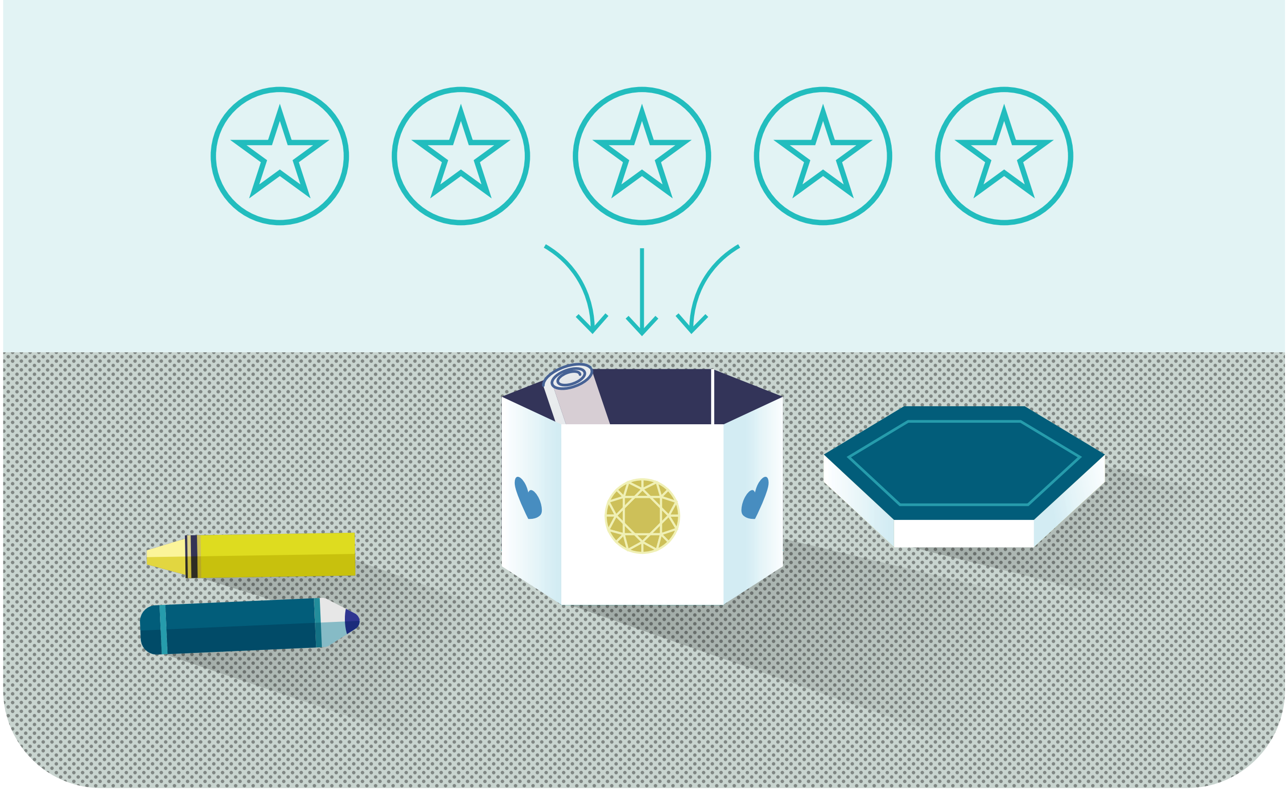
1. Учениците се враќаат и ги полнат ковчезите. Ги украсуваат и ги полнат со цртежи или други работи што сметаат дека се карактеристични за нив.
2. Учениците сега формираат групи од четворица. Го претставуваат ковчегот на другите во групата. Дискутираат за сличностите и разликите.
3. Учениците организираат изложба на ковчезите во училницата или во холот. Поканууваат други паралелки да ја видат изложбата.
4. На крај, учениците седат во круг и ја дискутираат вежбата: Што им се допаднало? Што било тешко? Што ги изненадило кога ги погледнале ковчезите на другите?

МАТЕРИЈАЛИ ЗА УЧЕНИЦИТЕ

На табла / проектор / работен лист

Активност ①

Активност ②



ЗАДАЧА 4
МОИТЕ ЈАКИ СТРАНИ ПРЕТСТАВЕНИ ВО ЦВЕТ

Цел

Учениците размислуваат за нештата кои им се допаѓаат кај себе. Ги собираат и започнуваат дискусија со другите за да развијат перцепција за себеси и за другите.

Потребно време

① 45 минути
② 45 минути

Организација

- Индивидуална работа
- Работа во парови
- Заедничка дискусија

Подготовка

① Задачи на табла или во работен лист; шаблон за цветот; боици
② Столчиња наредени во круг за дискусија

Модул 1

Самоосознавање и осознавање на другите

ОПИС НА ЛЕКЦИЈАТА

Активност ①

1. Наставникот ја претставува задачата со покажување на шаблонот на цветот.
2. Наставникот бара од учениците да го напишат своето име на средината од цветот и нештата што им се допаѓа кај себе на ливчињата од цветот. Потоа, тие го бојат или украсуваат цветот.
3. Потоа, наставникот бара од учениците (во парови) да му го покажат цветот на соученикот и да објаснат што напишале за себе. Потоа ги заменуваат улогите и го слушаат објаснувањето на соученикот.
4. Потоа го земаат цветот на соученикот, одат наоколу и им раскажуваат на другите (најмалку двајца) за соученикот.
5. За домашна работа, наставникот им дава на учениците да нацртаат дополнителни ливчиња меѓу листовите на цветот (или позади нив).
   Во новите ливчиња, учениците го запишуваат она во што сметаат дека се добри. Тоа може да бидат спортови, математика, разговори со луѓе и сл. Повторно го враќаат цветот во училиште.

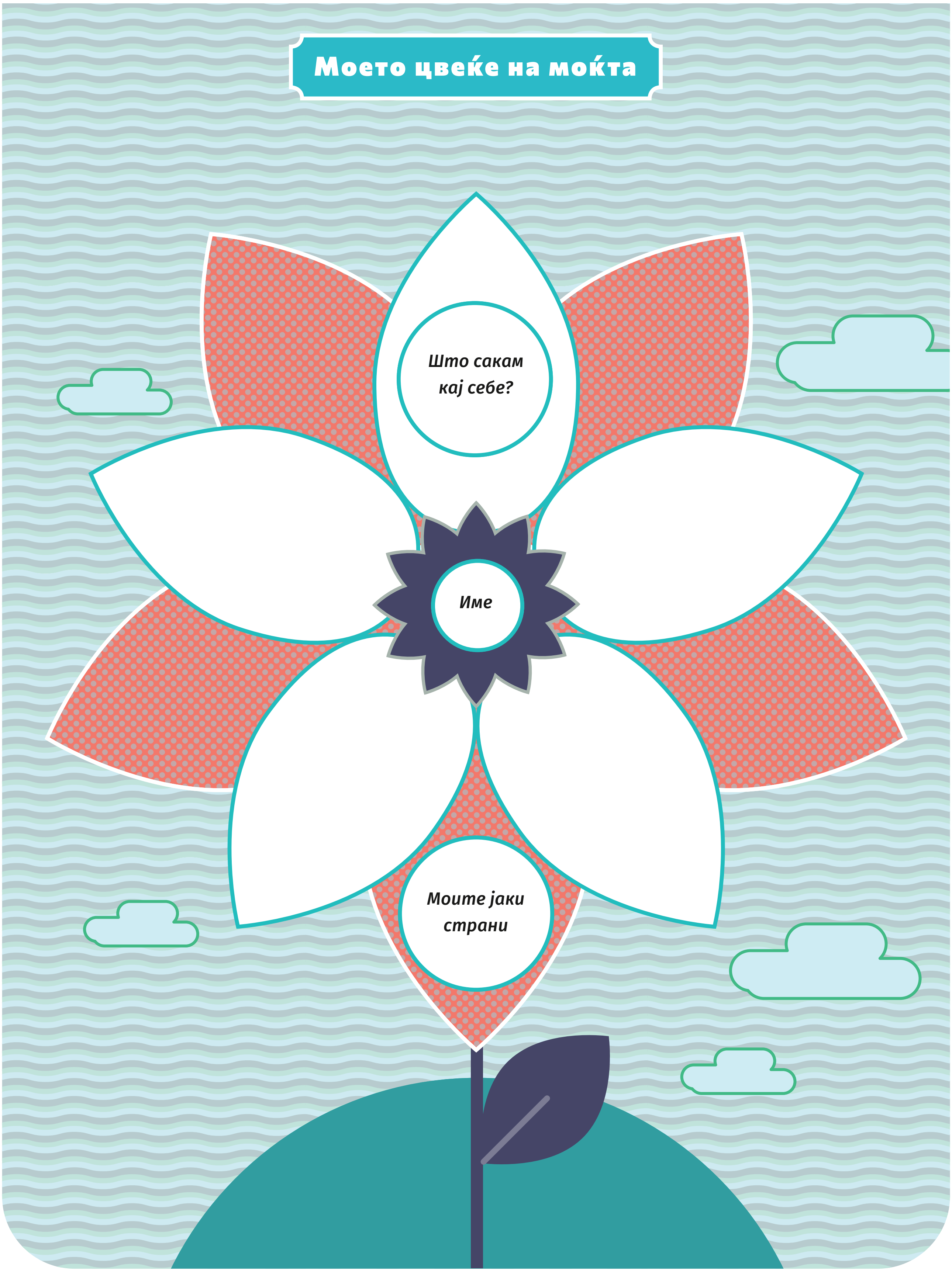
Активност ②

1. Наставникот бара од учениците во парови да ги разменат цветовите со „новите ливчиња“. Го земаат цветот од соученикот и подготвуваат презентација за неговите/нејзините јаки страни.
2. Потоа формираат круг од столчиња на средина од училницата. Со себе ги земаат цветовите на соучениците.
3. Се презентира во парови, при што секој во парот го претставува својот соученик.
4. Наставникот ја води дискусијата за разликите меѓу склоностите и јаките страни на учениците. Јаките страни можат да се однесуваат на нешта што се вон училиштето и за коишто учениците покажуваат интерес. А, сконостите и интересите, исто така се назависни од тоа што личноста умее добро да прави.

МАТЕРИЈАЛИ ЗА УЧЕНИЦИТЕ

На табла / проектор / работен лист

Активност ①



МОДУЛ 2

ОБЕЗБЕДУВАЊЕ КВАЛИТЕТЕН ЖИВОТ

Обезбедување квалитетен живот, со акцент на интегритетот, ефикасното управување со ресурсите, одговорноста за одржлив развој, ефективна само-организација и сл.

ЗАДАЧА 5

ВРСКИ – ПРИЈАТЕЛИ И КАКО СЕ ОДНЕСУВАМ СО НИВ

Цел

Учениците размислуваат за значењето и важноста на пријателството. Идентификуваат различни нешта што можат да ги прават со и за пријателите.

Потребно време

① 45 минути
② 45 минути

Организација

- Индивидуална работа
- Работа во парови
- Заедничка дискусија

Подготовка

① Слики и прашања на табла или работен лист; бел лист хартија
② Столчиња наредени во круг за дискусија

Модул 2

Обезбедување квалитетен живот

ОПИС НА ЛЕКЦИЈАТА

Активност ①

1. Наставникот ја претставува задачата и црта две лица на таблата или покажува слика од двајца пријатели.
2. Наставникот бара од учениците да размислат за нивните пријатели. Наставникот им кажува да се обидат да одговорат на прашањето зошто сметаат дека нивните пријатели се посебни и што е потребно за пријателство.
3. Потоа, наставникот бара од учениците (во пар) да ги разменат гледиштата за пријателството со соученикот. Ги разменуваат улогите и го слушаат објаснувањето на другиот соученик.
4. Потоа можат да одлучат како сакаат да го опишат или да го изразат нивниот поглед на пријателството. Тоа можат да го нацртаат, да напишат песна или приказна за искуството со нивниот најдобар пријател и сл.
5. Наставникот им дава задача на учениците да го довршат изразувањето на пријателството дома.

Активност ②

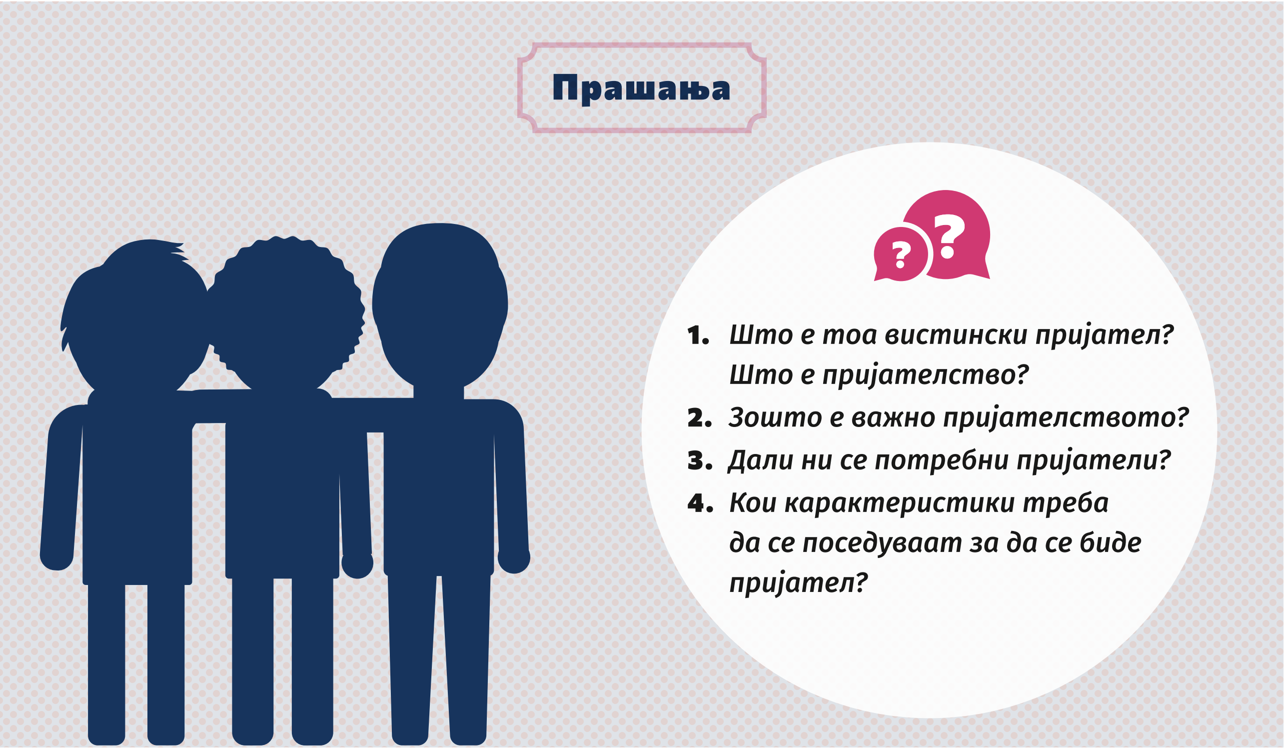
1. Учениците седат во круг. Наставникот бара од нив да го покажат описот на тоа што ним им значи пријателството и да го стават на подот во средина на училницата. Учениците треба да ги презентираат нивните гледишта за пријателството пред другите соученици.
2. Сега наставникот поставува прашања: Што можете да правите со вашите пријатели и за нив? Се собираат идеи. Потоа, перспективата се менува: Како можат пријателите да ти помогнат? Повторно се собираат идеи.
3. Потоа, од учениците се бара да ги запишат нивните идеи и предлози.

Откако ќе завршат, истите ги разменуваат со соученикот од парот. Двајцата соученици ги означуваат точките за кои се сложуваат со (✓) и точките за кои не се сложуваат со (×).

МАТЕРИЈАЛИ ЗА УЧЕНИЦИТЕ

На табла / проектор / работен лист

Активност ①



Активност ②

ЗАДАЧА 6
СПРАВУВАЊЕ СО МАЛИ И ТЕШКИ ПРОБЛЕМИ ВО ПАРАЛЕЛКАТА

Цел

Учениците размислуваат за конфликтите и проблемите во паралел-ката. Размислуваат за заеднички и индивидуални проблеми и учат како да ги разликуваат.

Потребно време

① 45 минути
② 45 минути

Организација

- Индивидуална работа
- Работа во парови
- Заедничка дискусија

Подготовка

① Слика од двајца луѓе кои се расправаат; мали ливчиња хартија
② Столчиња наредени во круг за дискусија

Модул 2

Обезбедување квалитетен живот

ОПИС НА ЛЕКЦИЈАТА

Активност ①

1. Наставникот ја опишува задачата и ги замолува учениците да ги искажат своите идеи. За вовед, може да се користи слика на две лица кои се расправаат. Главното прашање е: Какви проблеми можат да настанат во паралелката?
2. Учениците ги запишуваат своите идеи на ливчиња хартија и ги лепат на таблата (или ги ставаат на подот). Не е неопходно да ги запишат своите имиња на ливчињата хартија.
3. Наставникот ги претставува двете категории на проблеми: заеднички и индивидуални. Наставникот ги насочува учениците да ги сортираат идеите во двете категории. На пр.: недоволно работен простор = индивидуален проблем, недоволно книги за сите = заеднички проблем.
4. По сортирањето, учениците се враќаат во кругот. Тие дискутираат заедно со наставникот: Кои проблеми можат лесно да се решат и како?
5. За домашна работа, наставникот бара од учениците да размислат за конфликт што се случил на училиште или дома, којшто би можеле да го решат.

Активност ②

1. Учениците го запишуваат конфликтот накратко и го опишуваат начинот како би го решиле.
2. Откако ќе завршат, ги ставаат листовите на ѕидот. Се движат наоколу и ги читаат начините на решавање на конфликтот.
3. Потоа, седат во круг. Наставникот ја води дискусијата.
4. Заедно со наставникот, се обидуваат да најдат стратегии за решавање на конфликтот. Наставникот ги запишува стратегиите на листови хартија и ги става на средина од кругот. На пр.: не се вознемирувај; не реагирај; замини си; кажи „не“, побарај помош, најди компромис и сл.

МАТЕРИЈАЛИ ЗА УЧЕНИЦИТЕ

На табла / проектор / работен лист

Активност ①

ЗАДАЧА 7
ВАЖНОСТА НА ПРАВИЛАТА НА ПАРАЛЕЛКАТА ИЗГОТВУВАЊЕ ДОГОВОР

Цел

Учениците размислуваат за најважните правила и изготвуваат договор на паралелката.

Потребно време

① 45 минути
② 45 минути

Организација

- Индивидуална работа
- Работа во парови
- Заедничка дискусија

Подготовка

① Разни правила презентирани на табла или хартија
② Столчиња наредени во круг за дискусија; големи листови хартија (флипчарт/табла со хартија)

Модул 2

Обезбедување квалитетен живот

ОПИС НА ЛЕКЦИЈАТА

Активност ①

1. Наставникот им презентира на учениците неколку разлози за важноста на правилата (табла или хартија).
2. Учениците ги заокружуваат разлозите со кои се сложуваат. Ги споредуваат во пар со соученикот.
3. Заедно со соученикот размислуваат какви правила би сакале да имаат во паралелката. Ги запишуваат на мали листови хартија (по едно правило на лист). Листовите ги лепат на табла.
4. Сите ученици седнуваат во круг и дискутираат кои правила би сакале да ги стават во договорот на паралелката. Се дискутира за разлозите за правилата.
5. За домашна работа, учениците го запишуваат нивниот избор на правила на лист хартија.

Активност ②

1. Учениците формираат круг со нивните индивидуални правила за паралелката. Заедно дискутираат кои правила сакаат да ги изберат за договорот на паралелката. За секое предложено правило се поставуваат следниве прашања: Дали правилото е правично кон сите? Дали правилото е реалистично? Дали сите се сложуваат со правилото?
2. Паралелката се сложува заедно со наставникот за десет правила за договорот на паралелката.
3. Избраните правила наставникот ги запишува на голем лист хартија. Учениците ги препишуваат правилата на лист хартија или во тетратка.
4. Потоа, сите ученици го потпишуваат договорот на паралелката.

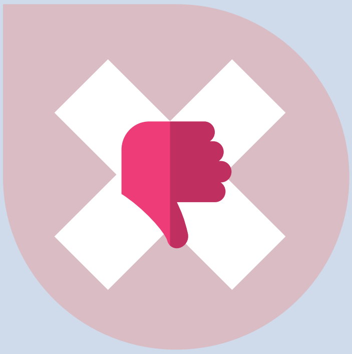
МАТЕРИЈАЛИ ЗА УЧЕНИЦИТЕ

На табла / проектор / работен лист

Активност 1

Важни правила

- *... послабите ученици да можат да губат*
- *... почит кон сите во паралелката*
- *... да се биде најдобар ученик*
- *... сите да можат да учествуваат*
- *... да се растура училницата*
- *... сите да прават што сакаат*
- *... да се биде правичен*
- *... да се создава добра атмосфера*
- *... да се избегнуваат конфликти*
- *... да се биде учтив*
- *... да те засака наставникот*
- *... секогаш да се победува*



ЗАДАЧА 8

ВАЖНОСТА НА СЕМЕЈНИТЕ ПРАВИЛА РАБОТАТА Е КОРИСНА

Цел

Учениците прават истражување за најважните правила во нивните семејства и размислуваат за значењето на работата.

Потребно време

① 45 минути
② 45 минути

Организација

- Индивидуална работа
- Работа во парови
- Работа во групи
- Заедничка дискусија

Подготовка

① Табела со семејни правила на табла или на хартија
② Столчиња наредени во круг за дискусија; маси за групна работа

Модул 2

Обезбедување квалитетен живот

ОПИС НА ЛЕКЦИЈАТА

Активност ①

1. Наставникот претставува разни правила што важат за семејниот живот.
2. Учениците ја препишуваат табелата и ги запишуваат правилата кои се применуваат во нивните семејства.
3. Откако ќе завршат, во пар ги разменуваат правилата со соученикот. Дискутираат за нивните гледишта: Кои правила сметате дека тешко се почитуваат? Зошто? Преку одговорите на овие прашање, тие ја пополнуваат втората колона од табелата.
4. За домашна работа, учениците прашуваат член на семејството: Кои правила членот од семејството смета дека тешко се следат и зошто? Ја пополнуваат третата колона.

Активност ②

1. Учениците се враќаат во кругот со нивните пополнети семејни правила.
2. Заедно со наставникот, ги споредуваат резултатите. Дали има слични правила? Дали правилата се важни? Како правилата придонесуваат за семејниот живот?
3. Потоа, учениците се групираат по четворица. Дискутираат за 2 – 3 правила со прашањето: Како ова правило придонесува за семејниот живот? Учениците водат белешки.
4. Потоа учениците се враќаат во кругот. Ги презентираат своите идеи. Наставникот ја води дискусијата за придонесот кон семејниот живот и за значењето на работата која се врши во семејството и надвор од него.
5. Доколку има време, учениците можат да се обидат да најдат свои, нови правила во нивното семејство. Можат да ги запишат на посебен лист хартија.

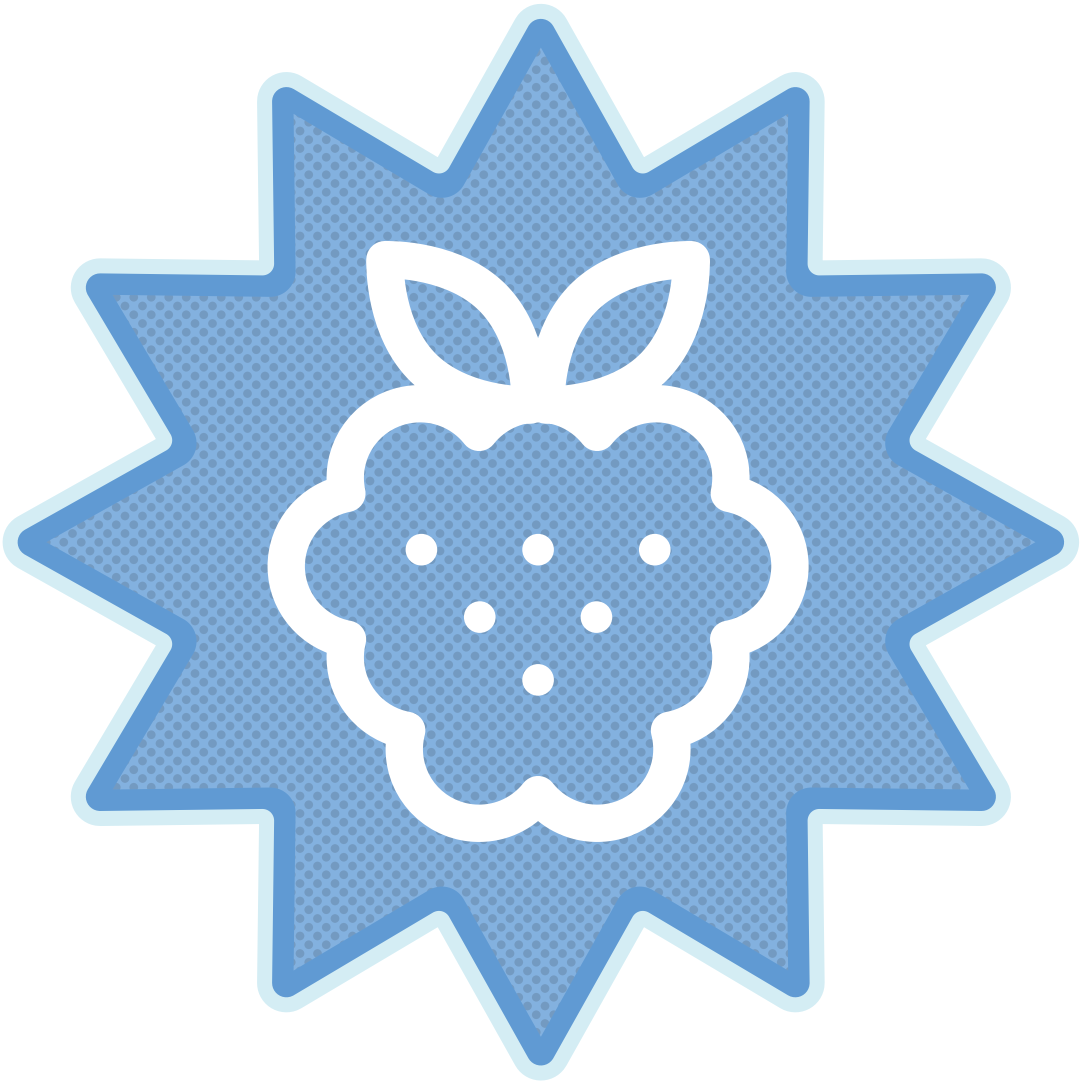
МАТЕРИЈАЛИ ЗА УЧЕНИЦИТЕ

На табла / проектор / работен лист

Активност ①

Семејни правила

	Правило	Твое гледиште	Гледиште на семејството
Правила за домаќинството (готвење, чистење и сл.)			
Телесни правила (миење, туширање и сл.)			
Правила на однесување (за време на оброк, навечер и сл.)			
Правила за играње (гледање ТВ, играње надвор и сл.)			
Временски правила (време за спиење, кога да се биде дома)			



МОДУЛ 3

ЗДРАВ НАЧИН НА ЖИВОТ

Здрав начин на живот којшто учениците ги насочува кон прашања поврзани со физичкото и емоционалното здравје, здрава исхрана, како противтежа на пороците: дрога, алкохол, пушење, родово дискриминирачки влијанија и сл.

ЗАДАЧА 9
МОЕТО ЗДРАВЈЕ Е ВАЖНО

Цел

Учениците размислуваат за нивниот начин на живот и се запознаваат со пирамидата на исхраната.

Потребно време

45 минути

Организација

- Индивидуална работа
- Заедничка дискусија

Подготовка

Дефиниција на „здравје“ според Светската здравствена организација (СЗО) на табла

Модул 3

Здрав начин на живот

ОПИС НА ЛЕКЦИЈАТА

1. Наставникот им дава на учениците да ја прочитаат дефиницијата за здравје според СЗО.
2. Наставникот им ги објаснува на учениците елементите на дефиницијата.
3. Наставникот ги запишува следниве клучни зборови на таблата, еден до друг: спиење, спорт, појадок, паузи, благосостојба. Наставникот дискутира за термините.
4. Учениците ги запишуваат нивните одговори на табла (15 минути): „Спиење“: Колку спиење ви е потребно ноќе за да се одморите? „Спорт“: Колку се движите во текот на денот? „Појадок“: Кој појадува и што јадете пред училиште? „Паузи“: Кому му е потребен одмор после училиште и како се одмарате? Благосостојба: Што означува таа за учениците?
5. Наставникот дискутира со сите ученици како да се подобрат. Дали сакаат да спортуваат повеќе? Дали сакаат да вежбаат во круг 5 минути во текот на часот? Или дали би сакале да направат салата за нивното семејство дома? И така натаму.
6. За домашна работа, учениците ги запишуваат своите планови за подобрување и се обидуваат да се држат до нив.
7. По две недели, наставникот ги забележува промените во начинот на живот на учениците. Наставникот ги мотивира да смислат идеи за следниот час, како на пример вежбање јога/гимнастика пет минути заедно на почетокот на следниот час предводени од ученик, носење рецепт за здрава храна на следниот час или презентирање како тие ги планираат паузите во текот на денот. Следете ги промените кај учениците!

МАТЕРИЈАЛИ ЗА УЧЕНИЦИТЕ

На табла / проектор / работен лист

Дефиниција на „здравје“ од СЗО:

„Здравјето е состојба на потполна физичка, психичка и социјална благосостојба, а не само отсуство на болест или слабост.“

Објаснување: Физичкото здравје значи дека лицето има доволно сон и вежби во текот на денот и здраво се храни. Психичкото здравје е составен дел на општото здравје и вклучува благосостојба и задоволство. Благосостојбата не е лесно да се дефинира бидејќи вклучува индивидуални аспекти како што се: социјално опкружување, просперитет, самореализација, квалитет на животот и учество во општеството со играње на важна улога.

World Health Organization

ЗАДАЧА 10
ОДРЖУВАЊЕ НА ЗДРАВЈЕТО ВО ТЕКОТ НА ЦЕЛАТА ГОДИНА

Цел

Учениците учат за нивото на хигиена и влијанието на годишните времиња врз здравјето.

Потребно време

45 минути

Организација

- Работа во парови
- Заедничка дискусија

Подготовка

Столчиња наредени во круг за дискусија; хартија, боици; шест клучни зборови за хигиена на табла

Модул 3

Здрав начин на живот

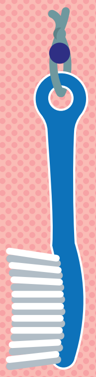
ОПИС НА ЛЕКЦИЈАТА

1. Наставникот ја претставува темата за хигиена и запишува шест клучни зборови/теми во врска со хигиената на табла. Наставникот потоа ги упатува учениците да се групираат по тројца и да разговараат за еден од клучните зборови/теми. Што е она што веќе им е познато за темата/клучниот збор?
2. По 15 минути, паралелката формира круг. Наставникот бара од групите да ја презентираат темата пред целата паралелка. Секоја група има околу три минути за презентација. Наставникот може да дополнува информации по секоја презентација. Учениците потоа ги ставаат листовите хартија со правилата за хигиена во средината на кругот.
3. Откако сите групи ќе презентираат, паралелката преку гласање треба да одреди пет правила од сите презентирани кои треба да се следат од целото училиште. Дополнително, наставникот бара од учениците да размислат дали овие правила можат да се променат во зависност од годишното време.
4. Наставникот изложува совети за хигиена заедно со учениците и ги прашува учениците кои од нив ги почитуваат.

МАТЕРИЈАЛИ ЗА УЧЕНИЦИТЕ

На табла / проектор / работен лист

Клучни зборови за хигиена



чисти раце

чиста облека

хигиена на заби

хигиена на тело

хигиена на храна

уреден дом

Правила

1.

2.

3.

4.

5.

ЗАДАЧА 11
МОЕТО ТЕЛО И КАКО ТОА СЕ МЕНУВА ВО ПУБЕРТЕТ

Цел

Учениците ги разбираат промените при развојот на детето во возрасен човек. Размислуваат за нивните тела и за хигиената.

Потребно време

① 45 минути
② 45 минути

Организација

- Работа во парови
- Заедничка дискусија
- Ппаралеката поделена на девојчиња и момчиња

Подготовка

① Слики со промени во пубертетот (од Интернет или од книги: промени во машки и женски тела); група со девојчиња: хигиенски влошки, тампони; сценарија на тема пубертет на работен лист; листови хартија
② Столчиња наредени во круг за дискусија

Модул 3

Здрав начин на живот

ОПИС НА ЛЕКЦИЈАТА

Активност ①

1. Се игра играта „пубертетски ôд": Сите ученици се распоредуваат од едниот до другиот крај на училницата (или дворот). Наставникот започнува да тапка ученик по рамото. Кога ќе го допре, ученикот започнува да оди до другиот крај на училницата. Полека, наставникот ги тапка учениците еден по друг по рамото. Кон крајот, наставникот тапка уште побавно по рамото, изоставајќи неколку ученици и преоѓа на другиот крај од училницата.
2. Учениците се редат во круг. Наставникот прашува: Како се чувствувавте кога први исчекоривте? На средина? Последни? Подобро ли е да се оди во група? Наставникот отвора дискусија за промените во пубертетот, нагласувајќи исто како и во играта, дека некои деца влегуваат во пубертет порано, а некои подоцна.
3. Наставникот ги објаснува промените во телото на момчињата и девојчињата во пубертетот преку слики или илустрации. Важно е да не се присилуваат децата да учествуваат во дискусијата. Дискусијата останува општа, освен ако нема прашања.
4. По дискусијата, паралелката се дели на две групи: момчиња и девојчиња. Наставникот секогаш работи со една група, додека другата група работи индивидуално на хигиената и на здравјето (писмена задача).
5. Во групите, учениците добиваат ливчиња хартија. Размислуваат за прашања и ги запишуваат анонимно. Наставникот извлекува едно прашање по друго и се обидува да ги одговори. За девојчињата се препорачува темата за менструација и справувањето со неа (со покажување на хигиенски влошки и тампони). Во двете групи се зборува и за хигиената во текот на денот. За ова се препорачува отворена форма на дискусија.

Активност ②

1. Наставникот ја продолжува дискусијата за промените во пубертетот. Сега, учениците работат на сценарија за пубертет.
2. Учениците се групираат во парови. Добиваат сценарија од наставникот и дискутираат за две прашања. Ги запишуваат одговорите.
3. Се враќаат во кругот и ги споделуваат резултатите. Наставникот нагласува дека пубертетот е процес кој секој го доживува различно и дека тоа треба да се почитува. Хигиенските навики можат да се повторат и овде.

МАТЕРИЈАЛИ ЗА УЧЕНИЦИТЕ

На табла / проектор / работен лист

Активност ①

Промени во пубертетот

Прашања за општа дискусија:

Што е пубертет?
Кои се главните промени во пубертетот – физички и емоционални?
За момчиња? За девојчиња?
Како да го одржувате телото здраво?
Зошто е важна хигиената?

Родови групи:

Писмена задача (за индивидуална работа)
Што е важно во пубертетот?
Како го одржувате телото здраво?

Можни прашања за дискусија

Момчиња
- Кога да почнам да се бричам?
- Што се тоа влажни соништа?
- Може ли да користам дезодоранс?
- Може ли да стискам мозолки?
- ...

Девојки
- Што е менструација?
- Како да реагирам?
- Кога можам да користам шминка?
- ...

Активност ②

Сценарија за пубертет

Јулија секогаш ја одбираат последна во спортските тимови. Таа не е спортски градена и е многу ниска. Прекарот ѝ е „Кепец".

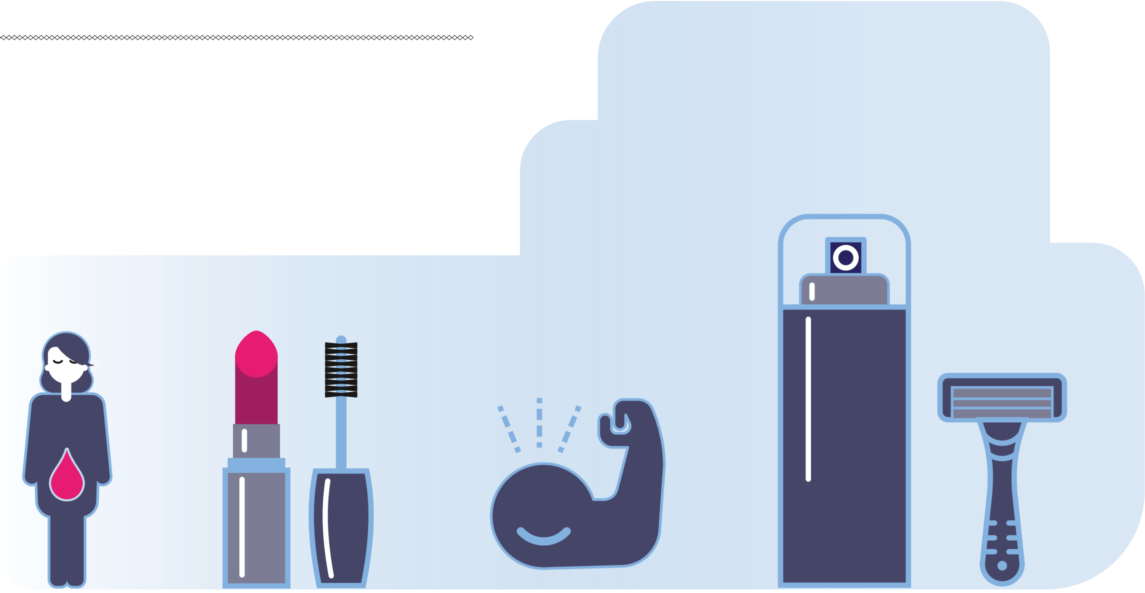
Алана е висока, крупна и почнале да ѝ растат гради. Децата не сакаат да бидат во нејзина близина поради нејзиниот мирис. Таа многу се поти.

Том е најмал меѓу момчињата во паралелката. Две момчиња го подигнале и го ставиле во корпата за отпадоци.

Од летото, порасnatиот Марин носи чевли поголеми за два броја. Поради тоа, тој е несмасен и децата му се смеат кога ќе се сопне.

Ливија секоја недела има различна симпатија. Носи шминка и градник на училиште и секогаш зборува за тоа. На момчињата им испраќа СМС пораки. Ливија бара од другите девојчиња да одат со неа за да зборуваат со момчињата.

Алекс е многу популарен и има многу пријатели. Од неодамна, девојчињата започнаа да му пишуваат и да му испраќаат слики. Секогаш ги прашуваат пријателите на Алекс дали му се допаѓаат. Алекс сака кошарка и не размислува за девојчињата од V одделение.



ЗАДАЧА 12
ХРАНА И ИСХРАНА
ЗДРАВА ИСХРАНА: ПЕТ ПОРЦИИ НА ДЕН

Цел

Учениците размислуваат за нивните навики во исхраната и собираат идеи за здрава дневна исхрана.

Потребно време

① 45 минути
② 45 минути

Организација

- Индивидуална работа
- Заедничка дискусија

Подготовка

Столчиња наредени во круг за дискусија; вистинска храна или слики од храна; карти со зборови; шаблон за табела и домашна работа во табела

Модул 3

Здрав начин на живот

ОПИС НА ЛЕКЦИЈАТА

Активност ①

1. Учениците седат во круг. Наставникот ја започнува дискусијата со прашањето: „Што е здраво, а што не е здраво?“ Наставникот наведува дека движењето, спортовите, здравата исхрана се фактори за одржување на здравјето. Потоа става разни видови храна на чаршаф на средината на кругот (или користи слики). Наставникот има подготвено зборовни карти со: млечни производи, овошје и зеленчук, житарици, месо/риба/тофу (протеини), слатки.
2. Учениците се обидуваат да ја сортираат храната во пет категории на храна. Дискутираат со наставникот дека одредена храна е здрава, а друга не е здрава, а дека одредена храна може да се јаде само во мали количини.
3. Потоа, цртаат табела и ја запишуваат храната во табелата.
4. За домашна задача, прават тридневно истражување и ја забележуваат сета различна храна којашто се јаде во нивното семејство во тој период.

Активност ②

1. Учениците се враќаат со резултатите од тридневното истражување. Седнуваат во круг. Наставникот наведува дека за здрава исхрана важно е да се почитува правилото „петпати на ден“, коешто значи јадење пет порции овошје и зеленчук дневно. (Тоа е вкупно пет порции овошје и зеленчук заедно, а не по пет порции од секое. Порција од овошје и зеленчук е 80 г., според СЗО). Најмалку 400 г. овошје и зеленчук на ден го намалува ризикот од срцеви болести, мозочен удар и некои видови рак.
2. Учениците потоа ги споредуваат овие информации со нивното тридневно истражување. Дали јадат согласно правилото „пет порции на ден“? Разменуваат мислења сите заедно.
3. На остатокот од часот, учениците изработуваат неделна табела во која треба да ги впишуваат резултатите за „пет порции на ден“. Наставникот ги замолува да ја земат табелата дома, да им кажат на семејствата за тоа, искрено да ја пополнат и да ја донесат за следниот час.
4. Ако паралелката го почитува правилото „пет порции на ден“, наставникот може да ги стимулира учениците со дополнителни часови по спорт или игри како награда.

МАТЕРИЈАЛИ ЗА УЧЕНИЦИТЕ

На табла / проектор / работен лист

Активност ①

Мојата исхрана во текот на три дена

	Појадок	*Ручек*	*Ужина*	*Вечера*
Ден 1				
Ден 2				
Ден 3				

Активност ②

Мојата исхрана во текот на една недела

	Појадок	*Ручек*	*Вечера*
Понеделник			
Вторник			
...			

МОДУЛ 4

ПРОФЕСИОНАЛНА ОРИЕНТАЦИЈА И РАЗВОЈ НА ПРЕТПРИЕМАЧКИ НАЧИН НА РАЗМИСЛУВАЊЕ

Професионална ориентација и развој на претприемачки начин на размислување коишто го нагласуваат разбирањето на занимањето од перспектива на пазарот на трудот, професионалната ориентација и донесувањето одлуки во врска со неа, претприемништвото како професија и сл.

ЗАДАЧА 13

ЈАКИ СТРАНИ КОИ ГИ ПОСАКУВАМ ЖИВОТНО НА ЕДЕН ДЕН

Цел

Учениците размислуваат за почитта кон животните. Си замислуваат дека се животно на еден ден. Учат како да гледаат од друга перспектива.

Потребно време

① 45 минути
② 45 минути

Организација

- Индивидуална работа
- Работа во парови
- Заедничка дискусија

Подготовка

① Слики од животни; книги; паметен телефон
② Столчиња наредени во круг за дискусија; хартија, боици

Модул 4

Професионална ориентација и развој на претприемачки начин на размислување

ОПИС НА ЛЕКЦИЈАТА

Активност ①

1. Наставникот покажува слики од животни (домашни и диви животни).
2. Учениците седат во круг и дискутираат: Зошто ни се важни животните? Наставникот ги групира одговорите на учениците, на пр. за помош при работа, како придружници, за одржување на животната околина во урамнотежен животен циклус (пчели и сл.).
3. Наставникот бара од учениците да изберат едно животно од сликите. Се ставаат себеси на местото на тоа животно. Што знаат за тоа животно? Каде живее? Каков контакт има со луѓето? Дали е загрозен вид? Учениците имаат 20 минути да размислат, истражат и да напишат белешки. Можат набрзина да побараат во книгите, на Интернет и сл.
4. Потоа, 15 минути учениците одат наоколу во училницата и комуницираат еден со друг, играјќи улога на некое животно.
5. Се враќаат во кругот. Дискутираат како луѓето треба да се однесуваат кон животните. Дали знаат за случаи кога луѓе злоупотребувале животни?
6. За домашна работа, учениците размислуваат кое животно би сакале да бидат на еден ден.

Активност ②

1. Учениците се враќаат во кругот со нивниот избор за животно.
2. Го презентираат животното и објаснуваат зошто го направиле тој избор (На пр. сакам да бидам лав затоа што лавот е силен. Сакам да бидам мачка затоа што сите ги сакаат мачките и сл.). Наставникот сугерира придавки/карактеристики кои ги опишуваат животните.
3. Потоа, учениците се враќаат на место и пишуваат кус пасус за животното кое го избрале и зошто го избрале.
4. Откако ќе завршат, учениците можат да го нацртаат животното под текстот.
5. Листовите се изложуваат во училницата.

МАТЕРИЈАЛИ ЗА УЧЕНИЦИТЕ

На табла / проектор / работен лист

Активност ①

ЗАДАЧА 14

ФОКУСИРАЊЕ НА МОИТЕ ЈАКИ СТРАНИ МОЈОТ ПЛАН ОД ПЕТ ЧЕКОРИ

Цел

Учениците размислуваат во кои нешта сметаат дека се добри. Разликуваат помеѓу јаки страни и потенцијал за развој.

Потребно време

① 45 минути
② 45 минути

Организација

- Индивидуална работа
- Работа во парови
- Заедничка дискусија

Подготовка

① Скица на табла; хартија
② Столчиња наредени во круг за заедничка дискусија

Модул 4

Професионална ориентација и развој на претприемачки начин на размислување

ОПИС НА ЛЕКЦИЈАТА

Активност ①

1. Наставникот црта скица од скали на табла. Најгорната скала е означена „Добар сум во“, средната со „Би бил добар со вежбање“ и најдолната скала со „Никогаш нема да бидам добар во“. Доколку е можно, наставникот може да им дозволи на учениците да одглумат на вистински скали.
2. Наставникот ги прашува учениците да размислат за нивните вештини и што можат да прават. Учениците ја прецртуваат скицата на скалите и ги запишуваат идеите на секоја од скалите.
3. Потоа, учениците во пар заемно ги споделуваат размислувањата за себеси. Ги коментираат перципираните јаки страни, потенцијали и слабости на другиот.
4. За домашна работа, учениците размислуваат за нивните потенцијали и изготвуваат план од пет чекори за начинот на кој можат да ги подобрат своите компетенции/вештини. Наставникот го објаснува планот од пет чекори, а најдобро е преку давање пример.

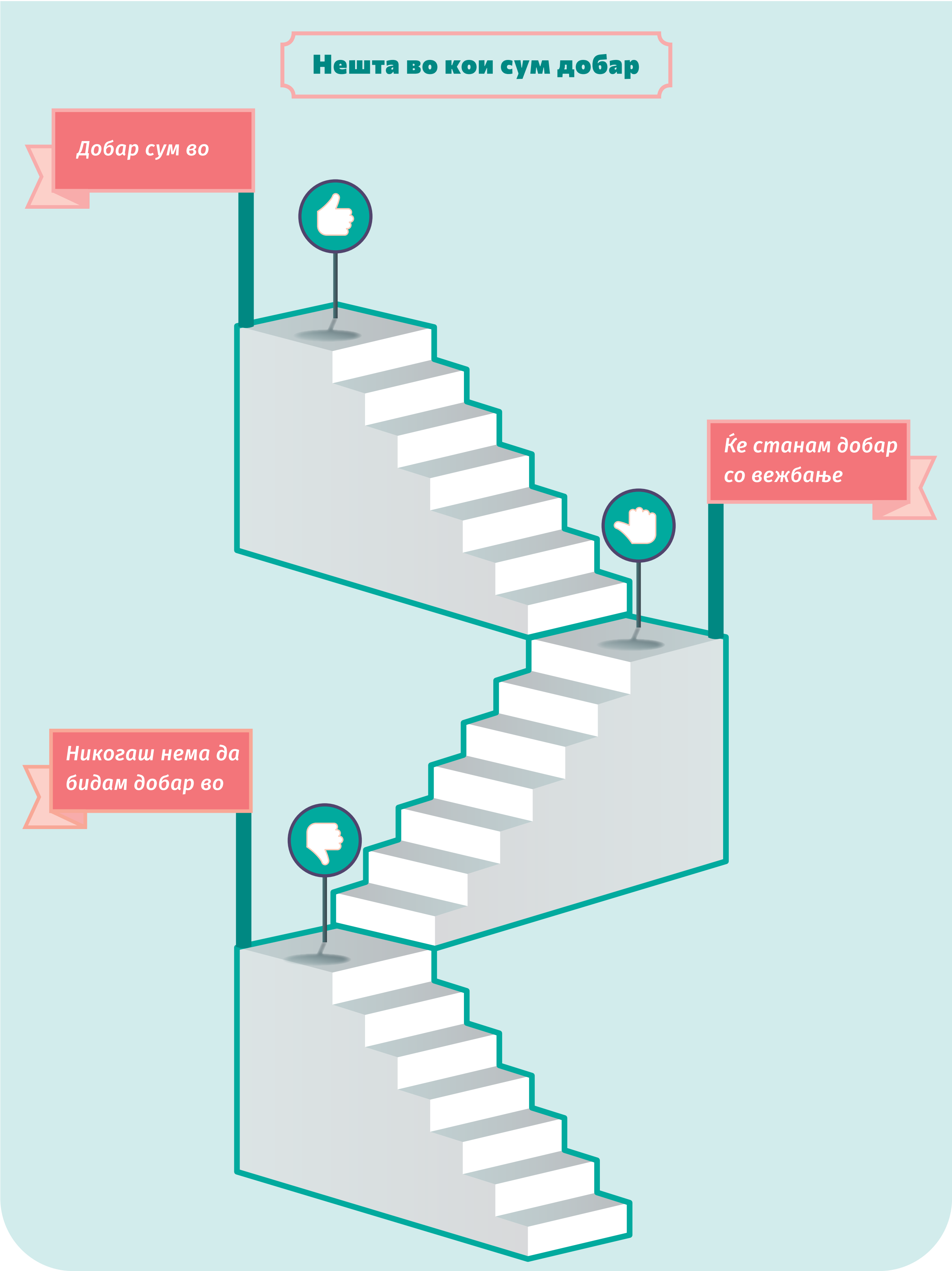
Активност ②

1. Учениците доаѓаат во кругот со нивните планови од пет чекори. Наставникот бара по двајца ученици да се свртат еден кон друг и да си ги објаснат плановите еден на друг. Учениците си ги коментираат плановите и си даваат сугестии за дополнителни нешта што би биле од помош.
2. Потоа, учениците со наставникот разговараат за дијалозите шти воделе со соучениците. Даваат предлози како би сакале да го следат исполнувањето на својот план (потсетници, задачи и сл.).

МАТЕРИЈАЛИ ЗА УЧЕНИЦИТЕ

На табла / проектор / работен лист

Активност ①



ЗАДАЧА 15
ЈАКИТЕ СТРАНИ НА НАШАТА ГРУПА ВЕШТИНИ НА ПАРАЛЕЛКАТА

Цел

Учениците учат како да спроведат анкета и да ги идентификуваат вештините кои ги поседуваат индивидуално и како паралелка.

Потребно време

① 45 минути
② 45 минути

Организација

- Индивидуална работа
- Работа во парови
- Заедничка дискусија

Подготовка

① Шаблон за анкета на табла или на хартија
② Столчиња наредени во круг за дискусија; шаблон на столбест графикон на табла или на хартија; боици

Модул 4

Професионална ориентација и развој на претприемачки начин на размислување

ОПИС НА ЛЕКЦИЈАТА

Активност ①

1. Наставникот црта на табла (или на лист) симболи за разни вештини, коишто ќе се користат за анкета.
2. Наставникот им дава инструкции на учениците да ја земат листата, да се движат низ училницата и да ги прашуваат другите што е она во што тие се добри. Учениците се обидуваат да прашуваат колку што е можно повеќе ученици во паралелката.
3. Штиклираат секогаш кога некој ќе одговори. Бараат секој да даде пример.
4. На крај, запишуваат во што самите тие се добри. Потоа, пребројуваат за секоја спомената вештина и ги запишуваат бројките.
5. Се враќаат во кругот и ги споделуваат резултатите.

Активност ②

1. На следниот час, учениците ги земаат табелите со бројки и со наставникот ги забележуваат бројките во графикон.
2. Ги обојуваат столбовите со различни бои.
3. Се враќаат во кругот и ги разгледуваат вештините на паралелката заедно со наставникот. Заедно дискутираат за некои примери. Дискутираат и зошто е важно во групата да има различни вештини.

МАТЕРИЈАЛИ ЗА УЧЕНИЦИТЕ

На табла / проектор / работен лист

Активност ①

Размислување, решавање проблеми

Вршење поправки

Непосредна комуникација со луѓе

Пеење, танцување, свирење инструмент

Сликање, цртање

Работа со бројки

Организирање

Помагање на другите

Раскажување приказни

Добри сме во многу нешта

Вештина	Пример	Штиклирај	Бр.
Мислење, решавање проблем		IIII	4
Вршење поправки		~~IIII~~ I	6
Непосредна комуникација со луѓе			

Активност ②

Вештини на паралелката

Вештина	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Мислење, решавање проблем	■	■	■	■						
Вршење поправки	■	■	■	■	■	■				
Непосредна комуникација со луѓе										

ЗАДАЧА 16

ПРВИОТ ВПЕЧАТОК Е ВАЖЕН ЈАС СЕ ПРЕТСТАВУВАМ СЕБЕСИ

Цел

Учениците учат како да се претставуваат и како да даваат повратна информација.

Потребно време

① 45 минути
② 45 минути

Организација

- Индивидуална работа
- Работа во парови
- Заедничка дискусија

Подготовка

① Клучни зборови на табла или на хартија; А5 или А4 листови
② Столчиња во круг за дискусија; мали ливчиња хартија за повратна информација

Модул 4

Професионална ориентација и развој на претприемачки начин на размислување

ОПИС НА ЛЕКЦИЈАТА

Активност ①

1. Наставникот подготвува клучни зборови на табла или на хартија.
2. Наставникот ги задолжува учениците да размислат како би се презентирале себеси при аплицирање, на пр. за мала работа во слободно време (чување деца, испомош и сл.)
3. Наставникот нагласува што е важно за презентацијата. Ги собира идеите на учениците (на пр. што да се презентира, јасни реченици, гласно, визуелни помагала, контакт со очи и сл.)
4. Учениците подготвуваат презентација за себе. Можат да користат листови хартија во замена за слајдови од Power Point презентација. На секој лист можат да напишат неколку збора или да нацртаат нешто. Можат да користат најмногу шест листа.
5. Разменуваат идеи и ја вежбаат презентацијата со друг соученик во пар. Може да направат измени по потреба.
6. За домашна задача, учениците ги вежбаат презентациите.

Активност ②

1. На следниот час, учениците се враќаат со листовите и се подготвуваат за презентацијата. Нивните соученици слушаат и после секоја презентација даваат повратна информација. Запишуваат една позитивна забелешка и нешто што треба да се подобри. Наставникот се грижи повратната информација да биде учтива, конкретна и конструктивна.
2. По сите презентации, наставникот и учениците разговараат за тоа како се чувствувале при презентацијата.
3. За која работа од соништата би аплицирале? Дискутирајте за ова заедно.

МАТЕРИЈАЛИ ЗА УЧЕНИЦИТЕ

На табла / проектор / работен лист

Активност ②

МОДУЛ 5

ЛИЧНА БЕЗБЕДНОСТ

Лична безбедност којашто ги подготвува учениците за начин на однесување што ќе им осигури лична безбедност и безбедност на другите.

ЗАДАЧА 17

ДЕЦАТА ИМААТ ПРАВО ДА БИДАТ ЗАШТИТЕНИ И БЕЗБЕДНИ

Цел

Учениците размислуваат за важноста на заштитата на децата и правата на децата.

Потребно време

① 45 минути
② 45 минути

Организација

- Индивидуална работа
- Работа во парови
- 2 големи групи
- Заедничка дискусија

Подготовка

① Илустрација на табла; слики; картички со правата на децата; хартија, боици
② Столчиња наредени во круг за дискусија

Модул 5

Лична безбедност

ОПИС НА ЛЕКЦИЈАТА

Активност ①

1. Наставникот црта две деца на табла. Се додаваат балончиња за дијалози. Едно дете вели: „Работам во фабрика“, друго вели „Не сум јадел со денови“. Наставникот покажува кон секоја слика и прашува: „Дали детето е заштитено и безбедно?“ Ги охрабрува учениците да образложат зошто не е.
2. Наставникот го објаснува значењето на безбедноста и пишува две реченици на таблата: „Децата се безбедни и заштитени“. „Децата не се безбедни и не се заштитени.“ Следува размислување со цел давање примери за што повеќе ситуации за двете колони. Наставникот подвлекува дека постои „Декларација за правата на децата (1959)“ и „Меѓународен ден на детето“ (20-ти ноември).
3. Наставникот ја дели паралелката на две групи и разделува картички со правата на децата и исечени слики од списанија на кои има безбедни и небезбедни ситуации (нега, утеха, грижа за болен, мобинг, насилство и сл.)
4. Учениците ги гледаат сликите и ги сортираат во „безбедни“ и „небезбедни“. Учат како да разликуваат ситуации во кои децата треба да бидат заштитени и ситуации каде тоа не е случај, но треба да биде.
5. Наставникот им помага на двете групи и го проверува сортираното.
6. Сите ученици ги забележуваат сите „безбедни/небезбедни“ случаи во две колони.

Активност ②

1. Учениците се враќаат во кругот. Наставникот повторно ја нагласува разликата меѓу ситуациите кога се безбедни и небезбедни или заштитени и незаштитени.
2. Учениците сега работат индивидуално и размислуваат за ситуација во која се чувствувале заштитено и безбедно и ситуација во која се чувствувале незаштитено и небезбедно.
3. Добиваат два листови А4 од наставникот на кои пишуваат краток пасус за секоја од ситуациите. Додаваат и цртеж под текстот.
4. Откако ќе ги завршат двата листа, ги разменуваат со соученикот.
5. Наставникот одлучува согласно динамиката на групата дали ќе има дискусија. Доколку да, се дискутира како да се спречат ситуации на небезбедност и незаштитеност.

МАТЕРИЈАЛИ ЗА УЧЕНИЦИТЕ

На табла / проектор / работен лист

Активност ①

Картички со правата на децата

living-democracy.com/childrens-rights-cards, Илустрација: Peti Wiskemann

ЗАДАЧА 18

ОПАСНИ СИТУАЦИИ ШТО ДА ПРАВАМ?

Цел

Учениците учат да ги разбираат разните опасни ситуации и да развиваат стратегии за справување со нив.

Потребно време

① 45 минути
② 45 минути

Организација

- Индивидуална работа
- Работа во парови
- Заедничка дискусија

Подготовка

① Столчиња наредени во круг за дискусија; слики на опасни ситуации; ливчиња хартија
② Мобилен телефон; постер со броеви за итни повици; постер со клучни прашања

Модул 5

Лична безбедност

ОПИС НА ЛЕКЦИЈАТА

Активност ①

1. Учениците седат во круг. Наставникот ја претставува темата така што става слика (или неколку слики) со опасни ситуации на средината на кругот (на пр. оган, незгода, кражба и сл.)
2. Наставникот започнува дискусија за тоа кои ситуации можат да бидат опасни (дома, на училиште, на улица и сл.). Учениците споделуваат идеи. Наставникот води белешки (на ливчиња) и ги става на средина од кругот.
3. Наставникот бара од учениците да формираат парови. Секој пар може да одбере една ситуација. Секој пар размислува што да направи во дадената ситуација. Запишуваат белешки и се подготвуваат за мала презентација.
4. Учениците се враќаат во кругот и ги презентираат идеите. Наставникот наведува стратегии како викање помош, јавување на итните броеви во полиција, брза помош или противпожарна единица, прашување возрасен, обраќање до наставникот и сл., во зависност од ситуацијата.

Активност ②

1. На следниот час, учениците повторно седат во круг. Наставникот ги повторува разните опасни ситуации и ги наведува институциите кои можат да се контактираат во случај на пожар, итна медицинска помош или закани за безбедноста/криминал. Наставникот може и да праша дали учениците искусиле такви ситуации. Бројот на полицијата, противпожарната единица и брзата помош се пишуваат со големи букви на постер. Постерот се изложува во училницата.
2. Од учениците сега се бара да симулираат една опасна ситуација. Истите парови (како во активноста 1) работат на нивната ситуација. Наставникот дискутира со учениците за најважните прашања и одговори кои треба да ги запомнат при повикување итна помош: „Кој“ се јавува? „Што“ се случило? „Кога“ се случило? „Кој“ е засегнат/повреден и сл.? „Каде“ се наоѓа?
3. Паровите ја вежбаат симулацијата.
4. Учениците се враќаат во кругот. Некои парови можат да презентираат.
5. Финалниот голем постер со клучните прашања и информации што треба да им се дадат на службите за итна помош се изложува во училницата.

МАТЕРИЈАЛИ ЗА УЧЕНИЦИТЕ

На табла / проектор / работен лист

Активност ②

Однесување во случај на опасност

Броеви за итни повици

? ? ?

Што да правам?

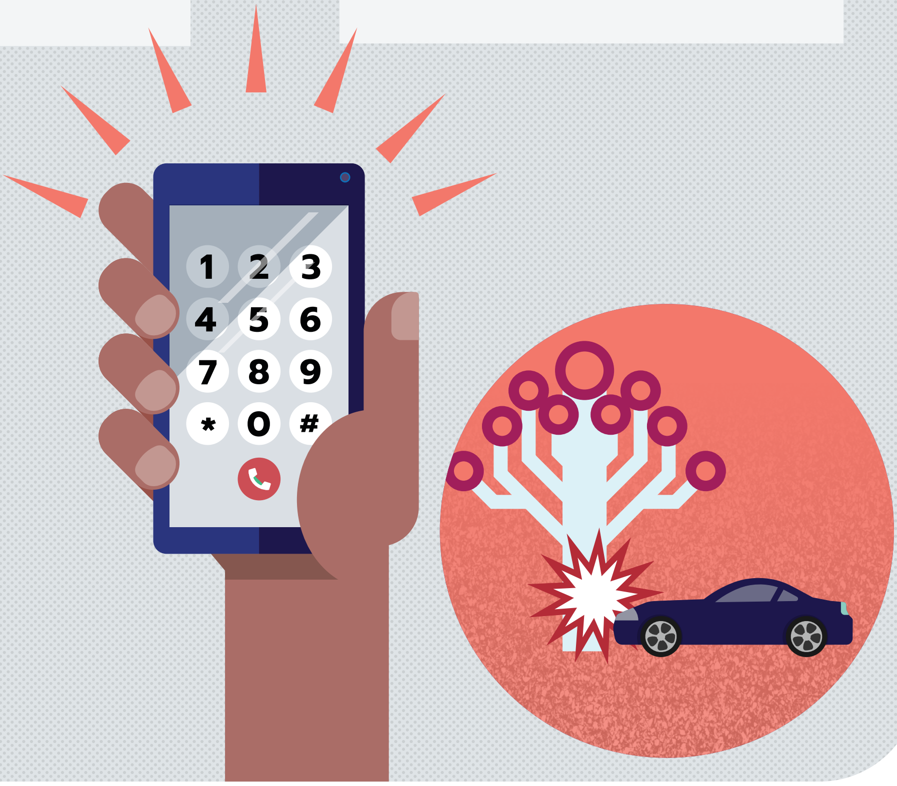
КОЈ *се јавува?*

ШТО *се случило?*

КОГА *се случило?*

КОЈ *е засегнат/ повреден и сл.?*

КАДЕ *се наоѓа?*



ЗАДАЧА 19
БЕЗБЕДНОСТ НА УЛИЦА

Цел

Учениците учат како да спроведат анкета. Идентификуваат опасности во околината на патот до училиште и на улица. Развиваат правилно однесување во сообраќајот и учат како да се заштитат.

Потребно време

① 45 минути
② 45 минути

Организација

- Работа во парови
- Работа во групи
- Заедничка дискусија

Подготовка

① Скицирана мапа од околината на училиштето; прашања за анкетата на картичка или табла; образец за столбест графикон на табла
② Столчиња наредени во круг за дискусија

Модул 5

Лична безбедност

ОПИС НА ЛЕКЦИЈАТА

Активност ①

1. Наставникот покажува груба скица на улиците околу училиштето. Ги прашува учениците од каде доаѓаат до училиште и каде ги преминуваат улиците. Учениците со боици ги исцртуваат нивните рути кон училиштето.
2. Наставникот им кажува на учениците дека ќе спроведат анкета за безбедност во сообраќајот. Учениците формираат парови. На секој пар му дава по една картичка со прашање.
3. Учениците ја спроведуваат анкетата и потоа се враќаат во кругот.
4. Наставникот ги собира сите одговори и ги запишува на табла.
5. Се дискутира анкетата. Како одговориле повеќето? Каде има најголем ризик? Каде на возачите им е најтешко да ве видат? Што можат возачите да направат за да ве заштитат?
6. За дома, наставникот им дава на учениците да изработат леток за (новите) ученици за безбедност на улица. Можат да го дизајнираат летокот по слободен избор, но истиот мора да содржи најмалку пет правила за безбедно однесување. Потоа наставникот може да даде примери.

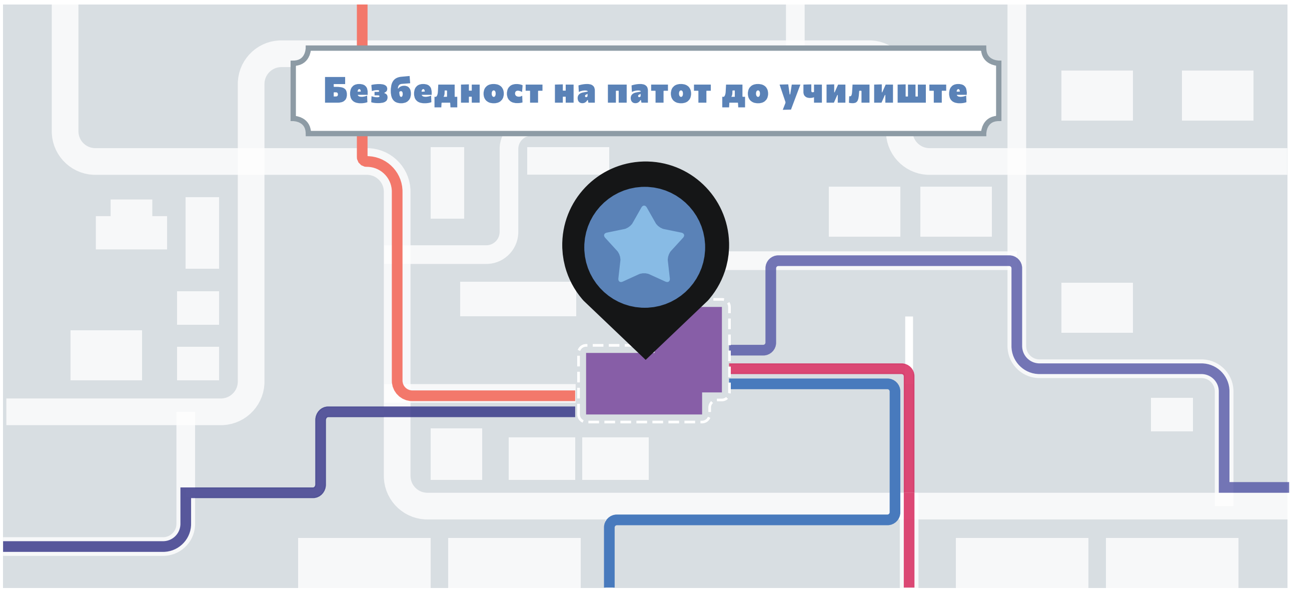
Активност ②

1. На следниот час, учениците ги носат летоците и ги изложуваат во училницата.
2. Сите ученици одат наоколу и ги разгледуваат летоците како на изложба.
3. Потоа формираат круг со нивните летоци и даваат примери за нивните правила. Наставникот ги забележува примерите.
4. Потоа излегуваат надвор, и сите вежбаат безбедно однесување на улица со нивните летоци. Во зависност од паралелката, наставникот може да формира и помали групи од четворица за да го вежбаат однесувањето и да си даваат повратни информации едни на други.
5. Потоа, се враќаат во училницата и во круг дискутираат дали нивните правила биле реалистични и дали се придржувале до нив.

МАТЕРИЈАЛИ ЗА УЧЕНИЦИТЕ

На табла / проектор / работен лист

Активност ①



Прашања за анкетата

Дали улиците во вашата населба се опасни за деца кои пешачат или возат велосипед?

При пешачење или возење велосипед, дали се плашите од сообраќајот?

Дали некогаш ве удрило или речиси ве удрило возило при пешачење или возење велосипед?

Дали сметате дека сообраќајот понекогаш е многу брз во вашата населба?

Дали сметате дека рутата од дома до училиште треба да биде побезбедна, за децата да можат да пешачат или да возат велосипед?

Дали повеќе би пешачеле и возеле велосипед доколку патиштата во вашата населба се побезбедни?

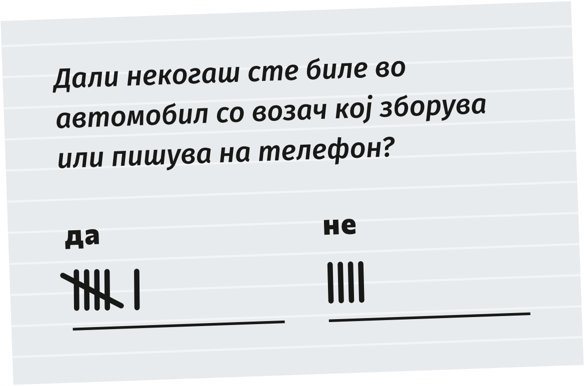
Дали би сакале повеќе да пешачите и да возите велосипед, на пример, за да стигнете до училиште, да одите во парк, или да се видите со пријателите?

Дали сметате дека се потребни повеќе тротоари, патеки или премини во вашиот реон за да пешачите или возите велосипед до парк или до продавница, да се видите со пријатели или да стигнете до училиште?

Дали некогаш сте биле во автомобил со возач кој сметате дека вози пребрзо?

Дали некогаш сте биле во автомобил со возач кој зборува или пишува на телефон?

Дали сте виделе возачи со мобилни телефони во вашето маало?



ЗАДАЧА 20
БЕЗБЕДНОСТ ДОМА И НА УЧИЛИШТЕ

Цел
Учениците ги увидуваат опасните ситуации дома и на училиште, и развиваат соодветни одговори во случај на опасност.

Потребно време
① 45 минути
② 45 минути

Организација
- Индивидуална работа
- Работа во групи
- Заедничка дискусија

Подготовка
① Слики од опасни ситуации од дома или од училиште; картички, голема хартија, боици
② Столчиња наредени во круг за дискусија; постери од групите од Активност 1

Модул 5
Лична безбедност

ОПИС НА ЛЕКЦИЈАТА

Активност ①
1. Наставникот ја започнува лекцијата со играта „Оган, вода, гром“: Учениците се движат по ритамот на музиката. Кога музиката запира, наставникот изговара еден збор: „оган”, „вода“ или „гром“. Оган: сите ученици се качуваат на стол или седнуваат на маса (стапалата треба да бидат над земја). Вода: сите ученици седнуваат на под и се преправаат дека пливаат. Гром: сите ученици застануваат и се вкочануваат како погодени од гром.
2. Потоа, сите се собираат во круг. Наставникот зборува за опасни ситуации, дома или на училиште. Учениците наведуваат различни опасни ситуации. Наставникот ги забележува на ливчиња хартија и ги става во кругот.
3. Наставникот избира неколку различни ситуации на кои ќе работат учениците. Учениците се поделени во групи по четворица (бројот на ситуации треба да одговара на бројот на групите). Секоја група ќе работи на една ситуација.
4. Во групите, тие дискутираат што да прават во таква ситуација и тоа го запишуваат. Потоа, изработуваат постер со препораки. Наставникот оди наоколу и им дава поддршка на групите.

Активност ②
1. Учениците ги презентираат постерите. Секогаш по двајца стојат пред постерот додека останатите од паралелката одат наоколу. Двајцата „експерти“ го објаснуваат постерот и одговараат на прашања.
2. По ова, редот е на другата половина од учениците да ги разгледаат постерите. Другите двајца ученици сега стојат пред нивниот постер, го објаснуваат и одговараат на прашања.
3. Откако ќе заврши презентацијата на постерите, сите се враќаат во кругот. Зборуваат за нивните искуства додека го правеле постерот и за презентацијата. Наставникот ја завршува дискусијата со играње на улоги (симулација).
4. Учениците треба да си замислат дека се во опасна ситуација. Се глуми итен повик. Со наставникот, учениците избираат една ситуација (на пр. незгода во училиштето, пожар во домот и сл.). Еден ученик се јавува, другиот го игра лицето од службата за итна помош. Наставникот кажува каков вид информација се бара: Што? Кога? Каде? Кој? Итниот повик се вежба неколкупати со различни ученици и за различни ситуации.

МАТЕРИЈАЛИ ЗА УЧЕНИЦИТЕ

На табла / проектор / работен лист

Активност ①