9

ПРИРАЧНИК ЗА НАСТАВНИЦИ ЗА

# ЛИЧЕН РАЗВОЈ НА УЧЕНИЦИТЕ

## ЗА IX 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).

PH ZH ZURICH UNIVERSITY OF TEACHER EDUCATION

Kanton Zürich Gemeinnütziger Fonds

**Автори:**
Ролф Голоб
Мартин Келер
**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 IX 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 IX 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 IX 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.

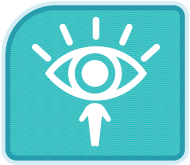
**Вештините за личен развој како составен дел од училиштето и од животот**
Едукацијата за личен развој и животни вештини е вградена во сите училишни предмети и секогаш е поврзана со образовна содржина која е релевантна за поединецот согласно неговата или нејзината моментна фаза на развој. Содржината 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

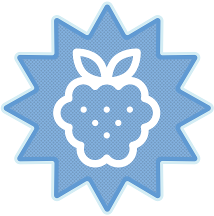
Едукацијата според спиралниот пристап во реализација на програмата за личен развој и животни вештини може да се опише како пристап кој презентира повеќе клучни концепти за учење, со нивоа на комплексност што се зголемуваат од година во година при школувањето. Следејќи го моделот на Џером Брунер (Jerome 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 претстават 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 IX ОДДЕЛЕНИЕ

Овој прирачник за IX одделение 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:

- поставување корелација меѓу достигнувањата, потенцијалот и личните аспирации врз основа на предложениот алгоритам
- примена на стратегии за самостојно справување со емоции во различни ситуации, вклучително и во образовен контекст
- изготвување различни алгоритми за решавање конфликти, вклучително и преговори, и
- идентификување на сличности и разлики помеѓу страста и љубовта за преземање одговорност во рамките на родовите односи.

Темите опфатени во IX одделение се тесно поврзани со проблемите со кои учениците најчесто се среќаваат на соодветната возраст, фокусирајќи се на нивната претстава за еднаквоста и разликите (задача 1), родот и сексуалноста (задача 2), влијанието на вредностите (задача 3) и изнаоѓање стратегии за решавање конфликти (задача 4).

**Модул 2:**
**Обезбедување квалитетен живот**
Специфична компетенција: да покаже лична одговорност при однесувањето насочено кон вреднување на себеси, другите и непосредната околина за да се обезбеди развој на личните потенцијали. Тоа вклучува:

- опишување приоритети поврзани со личните вредности и норми што се прифатени од општеството, покажувајќи диференциран пристап во нивната примена
- анализа на можностите за обезбедување квалитетен живот во однос на вработувањето и самопочитта, и
- постигнување квалитетен живот, заснован на приоритети, ресурси и самодоверба.

Темите опфатени овде се однесуваат на личната претстава за еднаквоста и правичноста согласно сопственото искуство (задача 5), празните желби наспроти

реалните можности (задача 6), начините на решавање конфликти и донесување одлуки (задача 7) и разликување помеѓу потребите и желбите (задача 8).

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

- собирање и избор на информации во врска со елементите на здравиот начин на живот, изразување отвореност и почит
- прифаќање на промените во телото за време на адолесценцијата, усогласување со сопствените потреби
- проценка на ризиците од употребата на дрога и последиците од загадувањето на животната средина врз здравјето, преземајќи одговорност за личната заштита, и
- демонстрирање одговорно однесување во однос на сопствената здравствена состојба и здравјето на другите, покажувајќи иницијатива во критични ситуации за здравјето.

Темите опфатени во IX одделение се однесуваат на планирање на превенција на околината од загадување (задача 9), балансирање на ризиците од пушење и од притисок од врсниците при пружање отпор (задача 10), разбирање на факторите кои влијаат на пристапот до чиста вода (задача 11) и здрави навики во исхраната (задача 12).

**Модул 4:**
**Професионална ориентација и развој на претприемачки начин на размислување**
Специфична компетенција: да демонстрира автономност при определувањето на правецот во школувањето/професијата, 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:

- откривање на образовни и стручни можности согласно познавањето на својата личност и пазарот на трудот
- донесување одлуки во врска со образовниот и професионалниот пат врз основа на ставови и вредности, и
- идентификување на индивидуалниот потенцијал за започнување на претприемачки иницијативи и активности во различни професионални области во заедницата.

Темите опфатени во IX одделение се однесуваат на добивање подетален преглед на професионалниот свет и на локалните можности за работа (задача 13), размислување за сопствената професионална кариера (задача 14), размислување за сопственото образование (задача 15) и презентирање на сопствените планови во вид на проект (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:

- собирање информации за потенцијалните опасности од природно потекло, вреднување на сопствените интелектуални работни вештини
- промовирање на регулаторни препораки за однесување во случај на индивидуални и национални безбедносни закани, покажувајќи одговорност и грижа за себе и за другите
- почитување на мерките на претпазливост утврдени во регулаторните акти со цел избегнување агресија во онлајн средината, покажувајќи претпазливо и ненасилно однесување, и
- манифестирање одговорно однесување во различни околности, како што се секојдневни, ризични или исклучителни ситуации, со почитување на прописите и покажување одговорност за сопствената благосостојба и благосостојбата на другите.

Темите опфатени во IX одделение вклучуваат справување со проблематични ситуации (задача 17), превенција на ризици во активностите на Интернет (задача 18), справување со врсничкото малтретирање (задача 19) и лична безбедност во сообраќајот (задача 20).

**МОДУЛ 1**

**Самоосознавање и осознавање на другите** 15
**Задача 1** Различни, но еднакви 16
**Задача 2** Родот и сексуалноста: јас, семејството, врсниците 18
**Задача 3** Кои се нашите вредности? 20
**Задача 4** Како се решава конфликт? 22

**МОДУЛ 2**

**Обезбедување квалитетен живот** 25
**Задача 5** Сите сме еднакви, но некои се поеднакви од другите 26
**Задача 6** Желби за подобар свет доколку бев волшебник 28
**Задача 7** Сите добиваат: добро за сите 30
**Задача 8** Желби и потреби 32

**МОДУЛ 3**

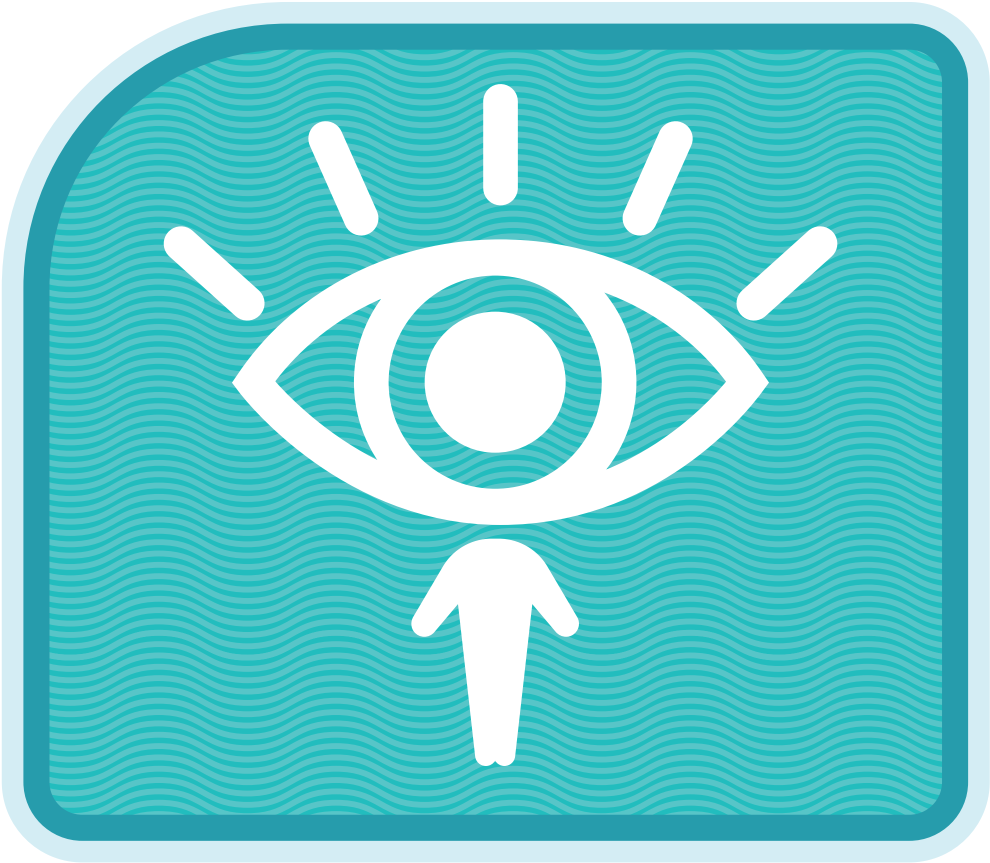
**Здрав начин на живот** 35
**Задача 9** Како да го планираме нашиот проект за животната средина? 36
**Задача 10** Пушењето е смртоносно – зошто тогаш е привлечно? 38
**Задача 11** Чиста вода – чист живот 40
**Задача 12** Моите навики во исхраната 42

**МОДУЛ 4**

**Професионална ориентација и развој на претприемачки начин на размислување** 45
**Задача 13** Каде има можности за вработување? 46
**Задача 14** Мојот професионален пат 48
**Задача 15** Мојот образовен пат 50
**Задача 16** Презентирање на мојот кариерен проект 52

**МОДУЛ 5**

**Лична безбедност** 55
**Задача 17** Почитувај ги законите – дилема 56
**Задача 18** Сајбер безбедност 58
**Задача 19** Врсничко насилство – безобѕирен начин да се уништи некој 60
**Задача 20** Мојот велосипед. Мојата кацига. Мојот живот. 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
# РАЗЛИЧНИ, НО ЕДНАКВИ

**Цел**

При развивање на своето его, младите луѓе мора да бидат свесни дека во ред е да се разликуваат од другите, истовремено почитувајќи ги основните елементи на еднаквоста.

**Потребно време**

① 15 минути
② 30 минути

**Организација**

- Работа во групи
- Заедничка дискусија

**Подготовка**

① Две ленти за поделба на просторијата
② Прашања за групна дискусија

**Модул 1**

Самоосознавање и осознавање на другите

## ОПИС НА ЛЕКЦИЈАТА

**Активност ①**

Наставникот ја дели просторијата на два дела со лента или линија нацртана со креда. Сега наставникот кажува низа карактеристики една по една. Штом ќе се спомене некоја карактеристика, оние што препознаваат дека ја имаат таа карактеристика, ја преминуваат линијата.

Примери: Сите што ...

- носат фармерки
- имаат сини очи
- се постари од просечната возраст на паралелката
- посетиле други земји
- редовно читаат весник
- биле подложени на дискриминација
- имаат пријатели хомосексуалци
- имаат предрасуди за другите
- итн.

Од учениците може да се побара сами да предложат карактеристики. Наставникот треба да обрне внимание на чувствителните карактеристики.

**Активност ②**

Учениците се поделени во мали групи по четворица или петмина и треба да разговараат за некои прашања поврзани со претходната активност. Претходно, наставникот им помага на групите да изберат говорник и модератор. Модераторот се грижи секој член на тимот да се искаже. Говорникот запишува белешки и го презентира главниот резултат од групата пред целата паралелка. Доколку паралелката сè уште не е вешта за овие улоги, важно е наставникот да им помогне. Сите ученици треба да научат да модерираат и да презентираат. По групните презентации, наставникот резимира без да дава морална евалуација. Наставникот дава сугестии, објаснувајќи како динамичното его треба да биде подготвено да учи од другите и да расте со развивање различни перспективи на гледање.

# МАТЕРИЈАЛИ ЗА УЧЕНИЦИТЕ

На табла / проектор / работен лист

**Активност ②**

## Прашања за дискусија

- ***Дали сте биле во група со некој со кого сметате дека немате ништо заедничко?***
- ***Какво е чувството да се биде дел од голема група?***
- ***Какво е чувството да се биде сам или во мала група?***
- ***Колку е тешко да се одбрани некој став?***
- ***Кои прашања е тешко да се одговорат во јавноста?***

Пред да започне дискусијата, изберете кој ќе биде модератор на дискусијата во групата, а кој ќе биде говорник што ќе презентира пред паралелката. Говорник може да биде и некој што не е многу искусен во тоа. Ова искуство како модератор или како говорник е многу важен елемент во „личниот развој“.

## ЗАДАЧА 2
# РОДОТ И СЕКСУАЛНОСТА: ЈАС, СЕМЕЈСТВОТО, ВРСНИЦИТЕ

**Цел**

Учениците разбираат дека родот и сексуалноста влијаат на нивниот живот како тинејџери. Родот и сексуалноста имаат големо влијание на самодовербата и на односите со другите. Учениците разбираат дека прашањата поврзани со сексуалноста треба да се засноваат на вредности како што се самопочитувањето и почитувањетонадругите.

**Потребно време**

① 20 минути
② 25 минути

**Организација**

- Работа во парови
- Заедничка дискусија

**Подготовка**

Столчиња наредени во круг за дискусија; цртање на дијаграмот на табла, PowerPoint или на флипчарт

**Модул 1**

Самоосознавање и осознавање на другите

## ОПИС НА ЛЕКЦИЈАТА

**Активност ①**

1. Наставникот покажува дијаграм што прикажува три полиња: јас, семејство, врсници и нивната врска со здравата сексуалност. Учениците треба да го прецртаат.
2. Учениците се поделени во помали тимови (можеби девојчиња и момчиња одделно). Прво, од нив се бара да најдат примери што ги илустрираат сите точки на дијаграмот. Потоа, секој член на групата зборува за себе на искрен начин, без да мора да го сподели она што сака да го задржи за себе. Наставникот им помага во тоа.

**Активност ②**

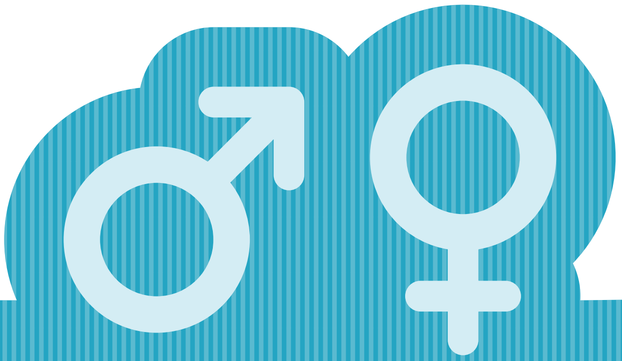
Секој тим ја резимира дискусијата и ја презентира пред паралелката имајќи ги предвид следниве точки:

- Интересни елементи на дискусијата
- Прашања што ги имаат за своите соученици
- Идеи за понатамошно дискутирање на овие работи на час
- Како можат меѓусебно да се поддржат во тешки моменти

## МАТЕРИЈАЛИ ЗА УЧЕНИЦИТЕ

На табла / проектор / работен лист

**Активност ①**



### Јас

- *го цени своето тело*
- *презема одговорност за своето однесување*
- *запознаен е со теми во врска со сексуалноста*

### Врсници

- *искажува љубов и интимност на соодветен начин*
- *има вештини да ја процени подготвеноста за зрели врски*
- *комуницира со двата пола и ги почитува во сите аспекти*

### Семејство

- *ефективно комуницира со семејството*
- *способен е да изразува љубов кон членовите на семејството*
- *исполнува домашни должности и одговорности*

**Активност ②**

### Прашања за дискусијата

- *Кога последен пат бев навистина среќен? Можам ли тоа емотивно да го споделам со моето семејство?*
- *Како реагирав последниот пат кога бев лут?*

Потоа, во своите тимови, учениците го опишуваат својот личен профил. Каде ги гледам моите јаки страни? На што треба да работам? Што не ми изгледа важно?

### Прашања за презентацијата

- *Што беше интересно во дискусијата?*
- *Што сакаме да ги прашаме нашите соученици?*
- *Како да дискутираме за нашите идеи во паралелката?*
- *Како меѓусебно да се поддржуваме кога ни е тешко?*

## ЗАДАЧА 3
# КОИ СЕ НАШИТЕ ВРЕДОСТИ?

**Цел**

Учениците разбираат дека нивните вредности влијаат врз донесувањето одлуки, здравјето и преземањето одговорност. Развиваат позитивен однос кон родот и сексуалноста. Разговараат за тоа како прашањата поврзани со сексуалноста се засноваат на вредности како што се самопочитувањето и почитувањето на другите.

**Потребно време**

① 20 минути
② 25 минути

**Организација**

- Индивидуална работа
- Работа во групи
- Заедничка дискусија

**Подготовка**

Столчиња наредени во круг за дискусија; табела „Мојата листа на вредности“

**Модул 1**

Самоосознавање и осознавање на другите

## ОПИС НА ЛЕКЦИЈАТА

**Активност ①**

1. Наставникот создава атмосфера во училницата што на сите ученици им овозможува сериозно индивидуално размислување.
2. Наставникот им ги објаснува целите на лекцијата на учениците, накратко го претставува избраниот пристап и им ја дава табелата „Моја листа на вредности“.
   Можна воведна забелешка од наставникот: „Вашата улога на млада жена или млад маж не треба да ги ограничува вашите интереси и планови. Секој може да учествува во сѐ што сака, без оглед на полот или сексуалната ориентација. Секој може слободно да избира меѓу занимањата. Клучните прашања се: Како се гледате себеси? Колку добро се познавате себеси? Како ќе се развивате понатаму? Искористете го доделеното време да размислите за себе. Не мора да ме задоволите мене или некој друг. Никој нема да ги оценува вашите размисли.“
3. Секој ученик работи индивидуално на својата табела. Прво, ја пополнуваат листата. Потоа, одговараат на прашањата и пишуваат белешки.
4. На крај, учениците работат во парови со цел да најдат начини да ги прошират сопствените перспективи.

**Активност ②**

Во дискусијата со класот, единствената улога на наставникот е да им помага на учениците да ги споделуваат своите искуства. Наставникот има само улога на модератор. Изразувањето стриктно мислење или наведувањето факти може да биде штетно. Акцентот се става на слушање, разбирање и давање можност.

## МАТЕРИЈАЛИ ЗА УЧЕНИЦИТЕ

На табла / проектор / работен лист

**Активност** ①

### Мојата листа на вредности

| | Не е важно | Важно | Многу важно |
|---|---|---|---|
| *Да бидам почитуван од моите родители* | | | |
| *Да бидам почитуван од моите пријатели* | | | |
| *Да имам позитивна слика за себеси* | | | |
| *Да имам многу пријатели* | | | |
| *Да имам успех на училиште* | | | |
| *Да сакам и да бидам сакан* | | | |
| *Да градам здрави односи со двата пола* | | | |
| *Да ги прифаќам сите сексуални ориентации* | | | |
| *Да ја прифаќам сексуалноста како фактор на личноста* | | | |
| *Да носам паметни одлуки во врска со сексуалното однесување* | | | |

- ***Што научив за себеси?***
- ***Што е карактеристично за мене?***
- ***Зошто е важно да знам повеќе за себеси?***
- ***Зошто некој би ме избрал за пријател?***

## ЗАДАЧА 4
# КАКО СЕ РЕШАВА КОНФЛИКТ?

**Цел**
Учениците учат техника на решавање конфликти. Разбираат дека решавањето конфликти може да се научи.

**Потребно време**
① 30 минути
② 15 минути

**Организација**
- Работа во групи
- Заедничка дискусија

**Подготовка**
Доволно простор за движење; моделот „Решавање конфликти во шест фази“; весници и списанија

**Модул 1**
Самоосознавање и осознавање на другите

## ОПИС НА ЛЕКЦИЈАТА

**Активност ①**

1. Наставникот опишува ситуација на конфликт за која не постои дефинирано решение. (Пример: Две групи ученици сакаат да го користат училишниот двор за спортски активности за време на одморите. Едната група за фудбал, другата за одбојка. Секојпат настанува конфликт.) Ситуацијата може да се претстави со играње на улоги. Учениците дискутираат како да се реши конфликтот. Притоа, тие може да наведуваат делови од дадениот модел или да поставуваат прашања за кои моделот може да даде одговор.
2. Се формираат две групи. Една група тивко го чита работниот лист „Решавање конфликти во шест фази“.
3. Во другата група, учениците во списание бараат репортажа за конфликт. Можат и меѓусебно да споделуваат свои искуства. Потоа, учениците формираат групи по четворица. Во секоја група има по двајца ученици кои прочитале за „Решавањето на конфликти“ и двајца кои подетално разгледале конкретен конфликт. Учениците избираат еден конфликт и ги обработуваат начините за негово решавање.
4. Двајца се противници, другите двајца се однесуваат како медијатори. Тие ги следат упатствата во работниот лист за да најдат решение.

**Активност ②**

Размислување и заедничка дискусија со целата паралелка:
- Кои конфликти се обидовте да ги решите?
- Како се обидовте да ги решите?
- Како ви помогна моделот за решавање на конфликти?

## МАТЕРИЈАЛИ ЗА УЧЕНИЦИТЕ

На табла / проектор / работен лист

**Активност** ①

### Решавање конфликти во шест фази

**1**

**Идентификувајте ги потребите**

***„Што ви е потребно?“***
*Секоја страна на конфликтот треба да одговори на ова прашање без да ја обвинува другата.*

**2**

**Дефинирајте го проблемот**

***„Што сметате дека е проблемот во овој случај?“***
Целата паралелка може да помогне во изнаоѓањето одговор што ги задоволува потребите на засегнатите. Двете страни треба да можат да ја прифатат дефиницијата.

**3**

**Барајте повеќе решенија**

***„Кој може да најде решение за проблемот?“***
Сите ученици во паралелката можат да даваат одговори. Одговорите се запишуваат без коментар, суд или евалуација. Целта во оваа фаза е да се предложат што повеќе решенија.

**4**

**Оценете ги решенијата**

***„Дали би биле задоволни со ова решение?”***
Страните на конфликтот ги разгледуваат алтернативите, објаснувајќи кои од нив се прифатливи, а кои не се.

**5**

**Одлучете кое решение е најдобро**

***„Дали и двајцата го прифаќате ова решение? Дали проблемот е решен?“***
Двете страни треба јасно да го прифатат решението. Треба да се ценат нивните напори да се најде решение.

**6**

**Поверете како се применува решението**

***„Да поразговараме уште еднаш за оваа ситуација и да провериме дали проблемот е навистина решен.“***
Треба да се направи план за евалуација на решението. Во зависност од природата на конфликтот и возраста на страните во конфликтот, евалуацијата може да се изврши по неколку минути или часови или по еден ден.

## 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
# СИТЕ СМЕ ЕДНАКВИ, НО НЕКОИ СЕ ПОЕДНАКВИ ОД ДРУГИТЕ

**Цел**

Учениците ги идентификуваат и анализираат причините и мотивите за дискриминација на другите. Оваа вежба се фокусира на влијанието на социо-економските фактори врз изгледите за општествен успех.

**Потребно време**

① 25 минути
② 20 минути

**Организација**

- Индивидуална работа
- Работа во групи
- Заедничка дискусија

**Подготовка**

Задача на табла или во работен лист; еден лист од флипчарт по група

**Модул 2**

Обезбедување квалитетен живот

## ОПИС НА ЛЕКЦИЈАТА

**Активност ①**

1. Наставникот ги дели учениците во групи од најмногу шест лица (парен број). Секоја група добива лист хартија и маркер.
2. Наставникот бара една половина од групите да нацрта карикатура на општествен победник, а другата половина црта карикатура на губитник.
3. Учениците потоа ги опишуваат карактеристиките на нивниот „победник“ односно „губитник“.

**Активност ②**

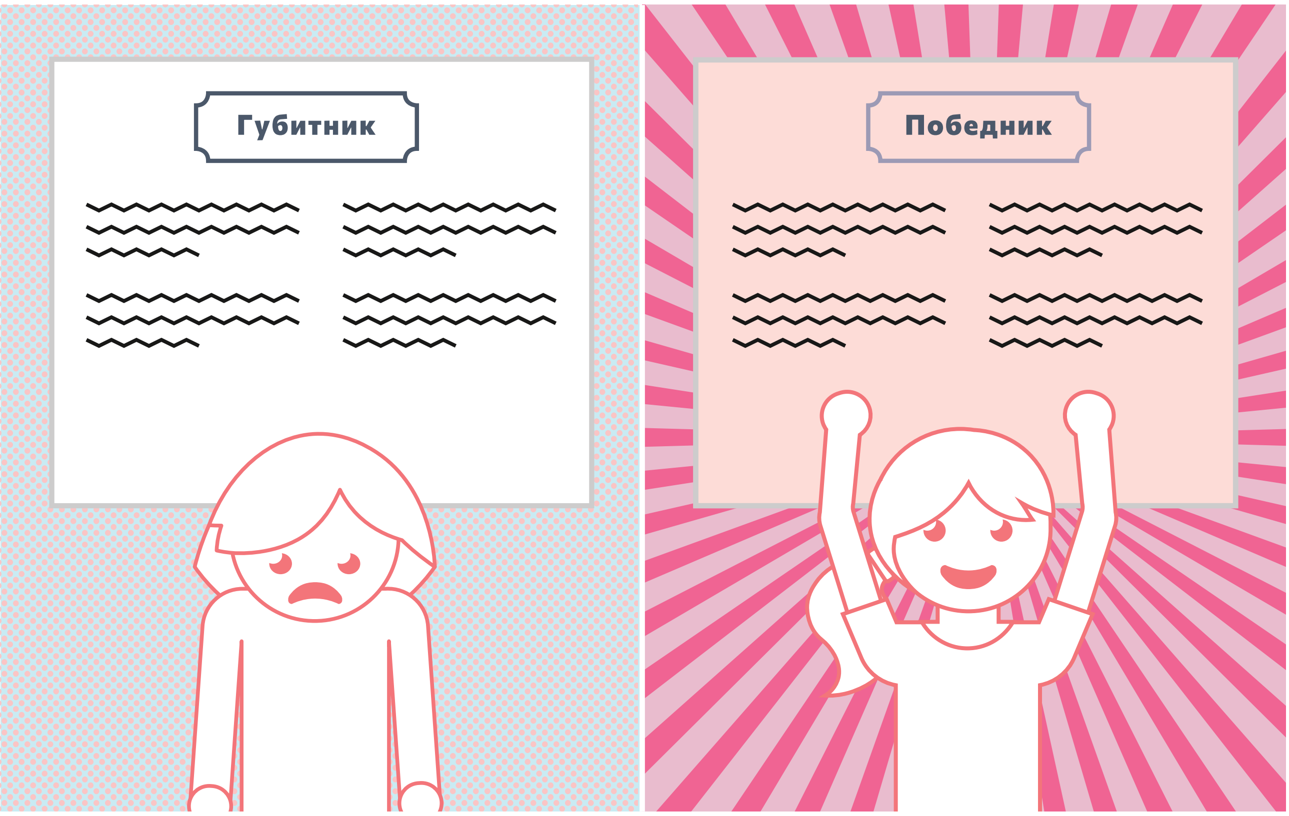
Цртежите се изложуваат на ѕидот. Секоја група го објаснува својот цртеж пред целата паралелка.

- „Уметниците“ ја коментираат својата работа објаснувајќи што е претставено на цртежот.
- Учениците ги објаснуваат карактеристиките што тие ги додале на цртежот. Како помош, можат да се поставуваат дополнителни прашања.

## МАТЕРИЈАЛИ ЗА УЧЕНИЦИТЕ

На табла / проектор / работен лист

### Активност ①




Можни карактеристики:
***социо-економско потекло, професија, пол, етничка група, активности во слободно време, стил на облекување, потрошувачки навики***

### Активност ②

**Прашања за презентацијата**

- ***Што ни кажува карикатурата?***
- ***Како ги опишавме победниците и губитниците?***
- ***Кои се главните карактеристики на успехот?***
- ***Кои се главните карактеристики на неуспехот?***
- ***Поради кои фактори мажот/жената стануваат победници или губитници?***
- ***Дали сите луѓе имаат исти можности, без оглед на нивната социјална припадност?***
- ***Победувањето е лесно, губењето е тешко: Како реагираме кога губиме?***
- ***итн.***

# ЗАДАЧА 6
# ЖЕЛБИ ЗА ПОДОБАР СВЕТ ДОКОЛКУ БЕВ ВОЛШЕБНИК

**Цел**

Учениците се поттикнуваат да креираат осмислени визии. Човекот без утописки визии се ограничува на прифаќање на статус кво. На учениците им се дава можност да ја искористат својата креативност.

**Потребно време**

① 25 минути
② 20 минути

**Организација**

- Индивидуална работа
- Работа во групи

**Подготовка**

Столчиња наредени во круг за дискусија; хартија и маркери

**Модул 2**

Обезбедување квалитетен живот

## ОПИС НА ЛЕКЦИЈАТА

**Активност ①**

1. Од учениците се бара да се замислат како волшебници.
2. Тие кажуваат (или читаат на глас): „Доколку бев волшебник, ќе направев мажите, жените и децата повеќе никогаш да не живеат во сиромаштија. За да се случи ова ... “ Секој ученик ги довршува речениците.
3. Еден по еден, учениците ги читаат своите одговори пред паралелката. За оваа вежба најдобро е столчињата да бидат наредени во круг.
4. Евалуација: учениците дискутираат кои желби и потреби биле споменати.

**Активност ②**

Ние не сме волшебници. Но како луѓе, исто така, имаме моќ. Учениците размислуваат што може да се направи за да им се оствари некоја нивна желба.

# МАТЕРИЈАЛИ ЗА УЧЕНИЦИТЕ

На табла / проектор / работен лист

## Што посакувам и што би направил за подобар свет

**Активност ①**

**Доколку бев волшебник ...**

- *ќе запрам ...*
- *ќе затворам ...*
- *ќе заборавам ...*
- *ќе се спротивставам ...*
- *ќе продолжам ...*
- *ќе создадам ...*

**Активност ②**

**Со моќта што ја имам, јас ...**

- *ќе запрам ...*
- *ќе затворам ...*
- *ќе заборавам ...*
- *ќе се спротивставам ...*
- *ќе продолжам ...*
- *ќе создадам ...*

# ЗАДАЧА 7
# СИТЕ ДОБИВААТ: ДОБРО ЗА СИТЕ

**Цел**

Учениците разбираат дека личните вредности имаат големо влијание врз начинот на кој луѓето се справуваат со тешките ситуации. Секој сака да победи, но да се биде дел од едно семејство, паралелка, или заедница, потребни се решенија што се добри за сите.

**Потребно време**

① 35 минути
② 10 минути

**Организација**

- Индивидуална работа
- Работа во групи
- Заедничка дискусија

**Подготовка**

Столчиња наредени во круг за дискусија; весници, списанија; испечатени работни листови за сите ученици

**Модул 2**

Обезбедување квалитетен живот

## ОПИС НА ЛЕКЦИЈАТА

**Активност ①**

1. Наставникот објаснува дека постојат три вида решенија за конфликтите. Двете страни добиваат: решенија кои одат во прилог на двете страни; едната страна добива: решенија кои одат во прилог само на едната страна, на сметка на другата; и двете страни губат: решенија кои не одат во прилог на ниту една од страните. Како објаснување, се прикажува цртеж кој подоцна ќе го користат сите групи во текот на часот.
2. Наставникот опишува ситуација на конфликт за која не постои одредено решение. На пример: Некои ученици сакаат истовремено да го користат спортското игралиште за нивните спортови.
3. На учениците им е дадена задача во мали групи од најмногу шестмина да ја нацртаат ситуацијата со игралиштето на голем лист хартија, така што ќе ги прикажат различните групи, нивните потреби и игрите.
4. Групите се делат во три тима од најмалку две лица. Овие тимови сега претставуваат три групи со различни интереси и запишуваат што тие сакаат, како ќе аргументираат и како се чувствуваат кога ќе изгубат во конфликт.
5. Сега ја земаат картичката „Сите добиваат" и прават описи за сите три опции: победа – победа, победа – пораз, пораз – пораз.

**Активност ②**

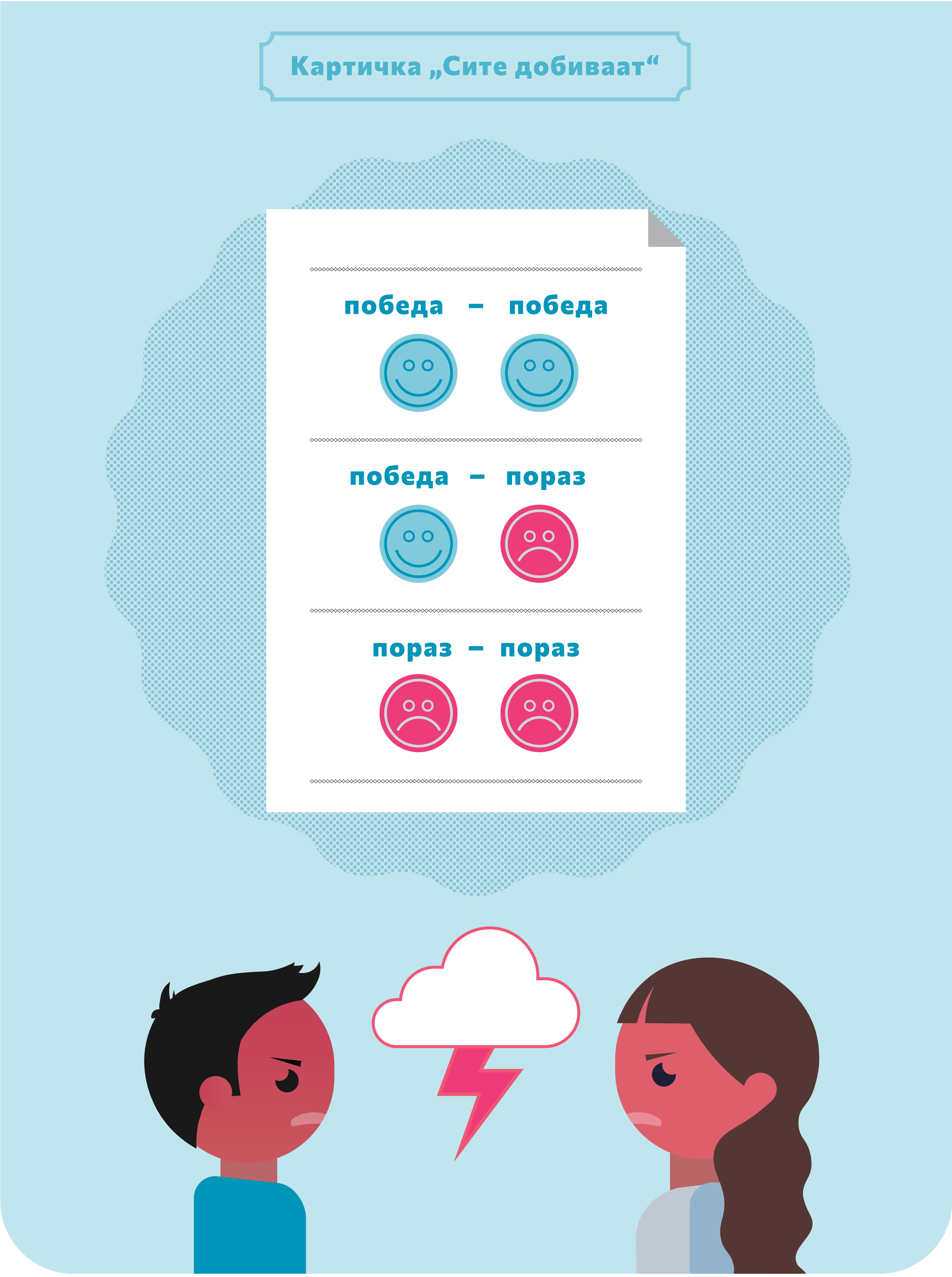
Заедничка активност: Тимовите ги презентираат своите три опции. На часот се одвива дискусија која наставникот ја води со следниве прашања:

- Зошто компромисот е толку тежок?
- Зошто во семејството, во паралелката и во соседството, повеќе ни се потребни решенија за ситуациите кои одговараат на потребите на сите луѓе?
- Какви ќе бидат последиците за општеството доколку секогаш губат истите групи?

## МАТЕРИЈАЛИ ЗА УЧЕНИЦИТЕ

На табла / проектор / работен лист

**Активност 1**



# ЗАДАЧА 8
# ЖЕЛБИ И ПОТРЕБИ

**Цел**

Учениците ја разбираат разликата помеѓу работите што ги сакаат и работите што навистина им се потребни. На овој начин тие откриваат како Конвенциите за човекови права и за правата на децата се тесно поврзани со потребата на луѓето да живеат достоинствено.

**Потребно време**

① 25 минути
② 20 минути

**Организација**

- Индивидуална работа
- Работа во групи
- Заедничка дискусија

**Подготовка**

Столчиња наредени во круг за дискусија; списанија; ножици за секоја група; јаже од околу 4 метри; 15 до 20 штипки за облека или безопасни игли

**Модул 2**

Обезбедување квалитетен живот

## ОПИС НА ЛЕКЦИЈАТА

**Активност ①**

1. Наставникот ги замолува учениците, неколку дена однапред, да донесат списанија (може и стари), или самиот наоѓа списанија.
2. Во групи од тројца до петмина, од учениците се бара да исечат дваесеттина слики од предметите или за начинот на живот што тие би сакале да ги имаат.
3. Секоја група ги подредува своите слики според: слики со предмети/начин на живот што овозможуваат луксузен живот (желби), како на пример „козметички производи“, „неверојатни автомобили“, „луксузна облека“; и слики што илустрираат достоинствен живот (потреби) како на пример „здрава храна“, „пријатели и семејство“, „заштита од насилство“, „чиста вода“, „образование“.
4. Сега тимовите ги прикачуваат сликите со штипки на јаже и ги сортираат според желбите (лево) и потребите (десно). Оние за кои им е тешко да се одлучат, се прикачуваат во средина.

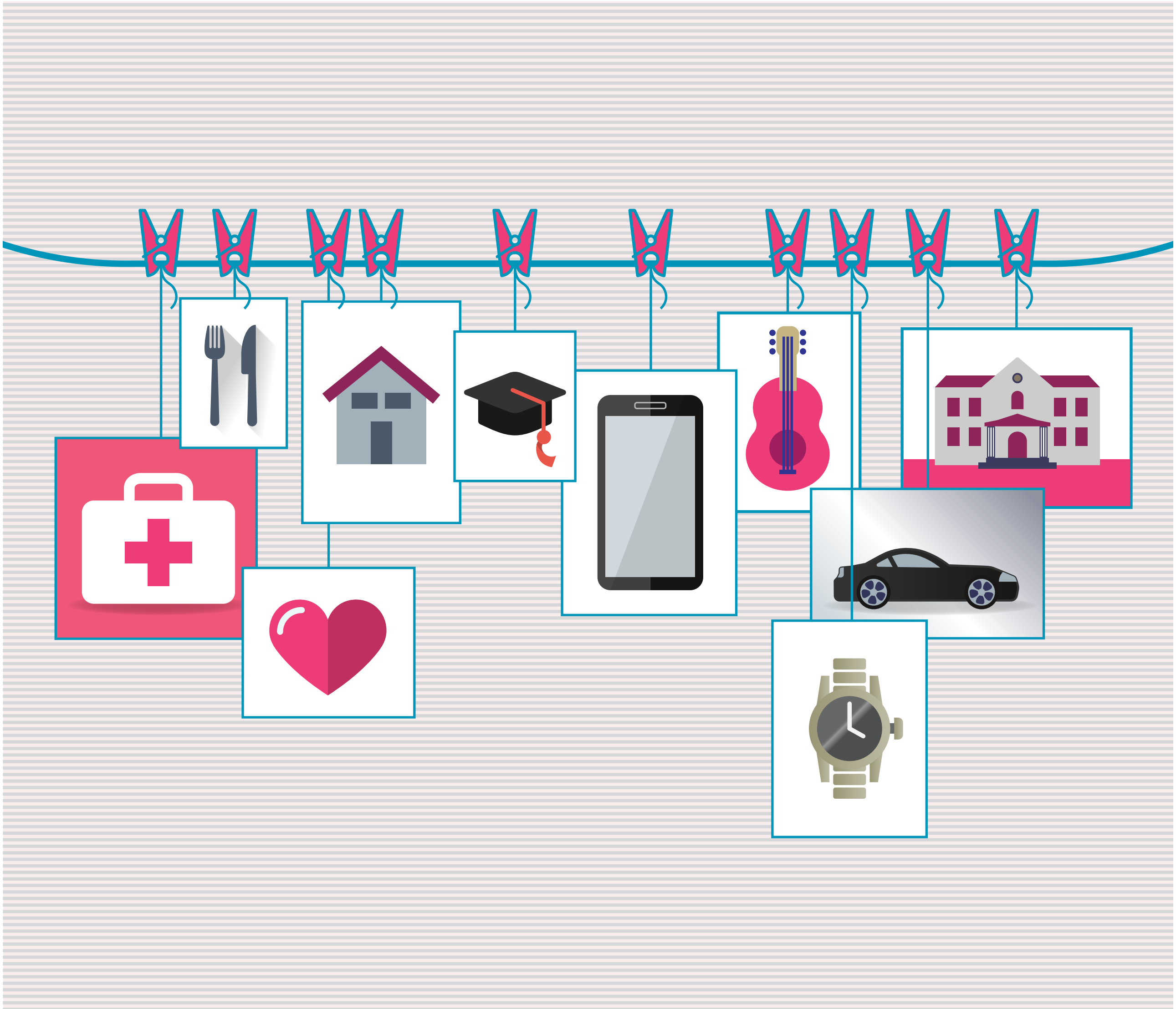
**Активност ②**

1. Учениците меѓусебно ги оценуваат решенијата, поставуваат прашања и коментираат.
2. Наставникот започнува дискусија за разликата помеѓу работите што навистина ни требаат и работите што само ги сакаме. Важно е да се избегне моралистичка дискусија, бидејќи е сосема нормално да се имаат желби.

# МАТЕРИЈАЛИ ЗА УЧЕНИЦИТЕ

На табла / проектор / работен лист

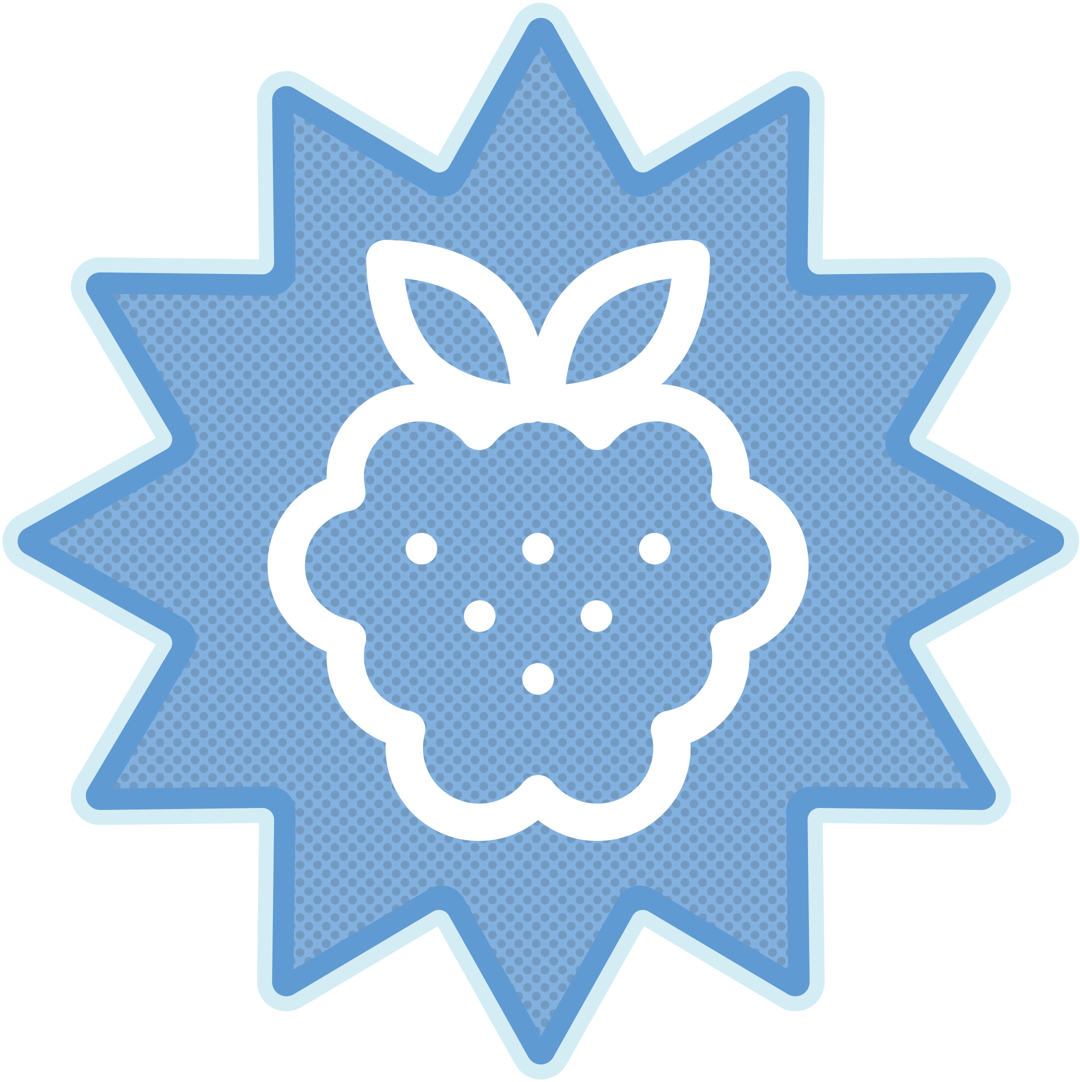
**Активност ①**



**Активност ②**

**Изложување и објаснување**
Доколку има време (или на дополнителен час), наставникот ја дистрибуира Конвенцијата за човекови права (и/или Конвенцијата за правата на децата). Учениците се обидуваат да направат споредба на своите потреби претставени на сликите со одредбите од Конвенциите. Што е претставено, а што не е претставено?

Дали можат да најдат дополнителни слики за да бидат застапени што е можно повеќе права? Учениците можеби веќе се запознаени со Конвенциите од часовите по Граѓанско образование или други предмети. Ова е дополнителен материјал, а не само повторување: Примената на Конвенциите во различни околности им дава подлабоко значење.



## 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

# КАКО ДА ГО ПЛАНИРАМЕ НАШИОТ ПРОЕКТ ЗА ЖИВОТНАТА СРЕДИНА?

**Цел**

Учениците ја разбираат меѓусебната зависност во заедницата. Разбираат дека секое решение се однесува на сите членови во заедницата. Доколку одлуката треба да се прифати, сите членови на заедницата мора да ја разберат и треба да имаат можност да учествуваат во процесот на донесување одлуки.

**Потребно време**

① 45 минути
② 45 минути

**Организација**

- Индивидуална работа
- Работа во парови
- Заедничка дискусија

**Подготовка**

Столчиња наредени во круг за дискусија; учениците го носат својот нацрт-проект за животна средина на час; картички за играње улоги

**Модул 3**

Здрав начин на живот

## ОПИС НА ЛЕКЦИЈАТА

**Активност ①**

Младите ширум светот сакаат да ја зачуваат животната средина. Како домашна задача, учениците смислуваат идеи за (реален) еколошки проект. На час одбираат еден проект (на пример, со доделување поени). Победничкиот предлог треба да биде изработен во писмена форма.

1. Учениците формираат парови. Секој пар добива примерок од предлогот на проектот и една од картичките за улоги. Еден пар ученици претседава со дискусијата што следи.
2. Паровите составуваат листа со сите придобивки и проблеми кои се однесуваат на проектот.
3. Тоа го прават од гледна точка на лицето чија улога ја играат.
4. Носат заедничка одлука за или против проектот (15 минути).
5. Еден по еден паровите ја претставуваат својата позиција пред групата и ги објаснуваат своите причини.
6. Во дебата, секој пар треба да каже што би сакал да види дека се спроведува. Треба да се постави временска рамка за секој ученик и за целата дебата.

**Активност ②**

1. Учениците гласаат и одлучуваат дали проектот ќе се спроведе или не.
2. Доколку да, започнува следната работа:
   - Дали има други групи чиишто мислења треба да се консултираат?
   - До кој степен влијаеше мислењето на другите врз вас?
   - Дали интересите што ги брани една од групите имаат влијание врз другите групи?
   - Дали има групи чиишто мислења и интереси заслужуваат поголемо внимание?
   - Дали решението за кое гласало мнозинството е најдобро решение за целото општество и за животната средина?

# МАТЕРИЈАЛИ ЗА УЧЕНИЦИТЕ

На табла / проектор / работен лист

**Активност ①**

## Картички за играње улоги

| | |
|---|---|
| **Сопственик на мал бизнис** | **Активист** |
| **Вработен со четири деца, кој останал без работа поради еколошки проект** | **Животно** |
| **Новинар** | **Собирач на отпад** |
| **Политичар** | Улогите треба да одговараат на претходно избраниот проект. Некои улоги треба секогаш да ги има, како на пример, луѓе кои профитираат или губат, политичари, новинари… |

## ЗАДАЧА 10

# ПУШЕЊЕТО Е СМРТОНОСНО – ЗОШТО ТОГАШ Е ПРИВЛЕЧНО?

**Цел**

Со примерот за пушење учениците разбираат како знаењето за ризиците по здравјето не се секогаш доволни за да се преземат потребните мерки. Тие разговараат за можностите да се одолее и размислуваат за последиците по нивниот статус во групата и меѓу врсниците.

**Потребно време**

① 30 минути
② 15 минути

**Организација**

- Работа во парови
- Заедничка дискусија

**Подготовка**

Примероци од листата на причини за пушење за сите групи

**Модул 3**

Здрав начин на живот

## ОПИС НА ЛЕКЦИЈАТА

**Активност ①**

1. Наставникот накратко ги објаснува фактите за пушењето: Новите бројки покажуваат дека во просек во светот околу 50 % од младите мажи и 10 % од младите жени стануваат пушачи и релативно малкумина престануваат да пушат. Во XX век забележани се околу 100 милиони смртни случаи од тутун, најмногу во развиените земји. Доколку продолжи постојниот тренд на пушење, тутунот ќе убие околу една милијарда луѓе во XXI век, претежно во земјите со низок и среден приход.
2. Ова им е добро познато речиси на сите. Зошто тогаш толку многу луѓе сè уште пушат?
3. Наставникот започнува дискусија на час. Може да се постави и прашањето, зошто фактите честопати имаат толку мало влијание врз однесувањето на луѓето од сите возрасти.

**Активност ②**

Во дискусијата што следи учениците се обидуваат да најдат многу лични начини да му кажат „не“ на пушењето.

- Што може да ми помогне да одолеам?
- Какви можат да бидат последиците врз мојот статус во групите или меѓу врсниците?
- Како да започнеме добра кампања со критикување на „привлечниот елемент“ на пушењето?

# МАТЕРИЈАЛИ ЗА УЧЕНИЦИТЕ

На табла / проектор / работен лист

**Активност ①**

## Младите почнуваат да пушат бидејќи:

- ***Се љубопитни.***
- ***Нивните пријатели пушат (врснички притисок).***
- ***Се прават важни.***
- ***Медиумите и рекламите го прават пушењето привлечно.***
- ***Сакаат да се чувствуваат како возрасни.***
- ***Ги виделе постарите браќа и сестри како пушат.***
- ***Нивните родители или членови од семејството пушат.***
- ***Сакаат да намалат телесна тежина.***
- ***Се под стрес.***

ЗАДАЧА 11

# ЧИСТА ВОДА – ЧИСТ ЖИВОТ

**Цел**

Учениците сфаќаат дека водата е неопходна за животот. Ги разбираат последиците од недостигот на чиста вода и знаат како водата може да се контаминира. Знаат што конкретно можат да преземат луѓето, властите и заедниците за заштита на водата.

**Потребно време**

① 20 минути
② 25 минути

**Организација**

- Работа во групи
- Заедничка дискусија

**Подготовка**

Вода од различни локации

**Модул 3**

Здрав начин на живот

## ОПИС НА ЛЕКЦИЈАТА

**Активност ①**

1. Наставникот подготвува чаши со вода од чешма, од река или езеро, од канал, дождовна вода итн.: Дали има видлива разлика во водата? Од која чаша би сакале да пијат и зошто?
2. Во дополнителна дискусија во паралелката или во мала група прашајте дали некогаш учениците биле во ситуација да немаат пристап до чиста вода? Кои се последиците од недостиг на чиста вода?
3. Кратка презентација на групните дискусии.

**Активност ②**

1. Наставникот сега дава задача да се разгледа циклусот на водата. Тој нагласува дека не постои „нова“ вода и дека зависиме од природата и од нашето рециклирање на постојната вода. Од каде доаѓа водата во чешмите? Учениците прават истражување на Интернет за:
   - природниот циклус на водата
   - системите за прочистување на водата поставени од индустријата и заедниците.

   Учениците имаат задача на постер да го илустрираат природниот циклус на водата или системот за прочистување и да ги објаснат.

**Вонnаставна активност**

Темата за вода може да биде добар момент за започнување вонnаставни проекти.

# МАТЕРИЈАЛИ ЗА УЧЕНИЦИТЕ

На табла / проектор / работен лист

## Вонаставни активности

### Задача 1

***Во мали проектни тимови учениците изработуваат едукативна кампања за водата за пиење (во вид на видео, постер, PowerPoint презентација или брошура), истакнувајќи ги важноста на водата за пиење за животот, опасностите за водата за пиење и што можеме да сториме за да ја заштитиме. Резултатите ќе бидат изложени во училиштето и ќе се оценуваат преку конкурс.***

### Задача 2

***Учениците му пишуваат писмо на локалниот претставник, во кое се дискутира за одреден проблем со водата и предлагаат активности или бараат финансирање/внимание/повеќе истражувања за решавање на проблемот.***

### Задача 3

***Еден тим глуми дека е национален, државен, регионален или училиштен раководител и пред паралелката/училиштето го презентира својот план за решавање на проблемите со квалитетот на водата.***

# ЗАДАЧА 12
# МОИТЕ НАВИКИ ВО ИСХРАНАТА

**Цел**

Учениците разбираат дека здравата исхрана е клучна за здравјето во иднина. Разбираат дека можат да влијаат на своето здравје преку донесување добри одлуки.

**Потребно време**

① 45 минути
② 45 минути

**Организација**

- Индивидуална работа
- Работа во парови
- Заедничка дискусија

**Подготовка**

Столчиња наредени во круг за дискусија

**Модул 3**

Здрав начин на живот

## ОПИС НА ЛЕКЦИЈАТА

**Активност ①**

1. Наставникот дава краток вовед и објаснува дека навиките во исхраната во различни семејства и групи можат да бидат многу различни. Дури и еден човек може да јаде сосема различни работи во различни денови. За да дознаете повеќе за нечии навики во исхраната, може да помогне дневникот за исхрана.
2. Наставникот им покажува на учениците пример за дневник за исхрана на флипчарт, PowerPoint или на табла.
3. Индивидуално, учениците го пополнуваат својот дневник за исхрана за најмалку два дена. Тие ги споделуваат своите навики во исхраната и меѓусебно си поставуваат прашања.

**Активност ②**

1. Учениците се враќаат на заедничка дискусија и ги презентираат резултатите.
2. Наставникот црта голема празна табела на таблата. Двајца ученици ги собираат информациите од другите и ја пополнуваат табелата. Целата паралелка дискутира за табелата.

# МАТЕРИЈАЛИ ЗА УЧЕНИЦИТЕ

На табла / проектор / работен лист

**Активност** ①

## Што обично јадам во еден ден?

| Време | Оброк или ужина? | Место | Храна | Количина | Положба | Активност | Социјална состојба | Располо-жение | Ниво на глад 1 – 10 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| *07:00 – 07:10* | *ужина* | *во кујна* | *јогурт* | *1* | *стоечки* | *довршувам домашна* | *сам* | *под стрес* | *4* |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |

- ***Што е неочекувано?***
- ***Што ме прави горд?***
- ***Што сакам да променам?***
- ***Што треба да променам?***
- ***Што би било различно во недела?***

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

# КАДЕ ИМА МОЖНОСТИ ЗА ВРАБОТУВАЊЕ?

**Цел**

Учениците спроведу-ваат истражување за можностите за вработување во нивното соседство и училиштето.

**Потребно време**

① 60 минути (домашна работа)
② 45 минути

**Организација**

- Индивидуална работа
- Заедничка дискусија

**Подготовка**

Столчиња наредени во круг за дискусија; голема мапа на околината на училиштето; обоени точки или мали знамиња

**Модул 4**

Професионална ориентација и развој на претприемачки начин на размислување

## ОПИС НА ЛЕКЦИЈАТА

**Активност ①**

Учениците прават опширно истражување за да откријат какви можности за вработување постојат во нивното соседство.

1. Учениците доаѓаат по различни патеки од дома до училиште.
2. Ги запишуваат сите различни работни места што ги забележале.
   - Мали продавници
   - Хотели
   - Компании
3. Наставникот го зема училиштето како пример каде што има можности за вработување. Заедно како паралелка или во групи, учениците ги откриваат сите различни занимања што се потребни за функционирање на училиштето.

**Активност ②**

Наставникот, заедно со учениците, подготвува голема мапа на околината на училиштето (може да споите/залепите неколку листа од флипчарт).

1. Учениците ја пополнуваат листата со резултатите од нивното истражување. Некои можат да направат и PowerPoint презентација.
2. Учениците седат околу големата мапа. Секоја можност за вработување е обележана на мапата со обоени точки или мали знамиња.
3. Предлозите се собираат на табла или на флипчарт.
4. Работните места се групираат во категории:
   - Уметност и забава
   - Мали бизниси
   - Индустрија и производство
   - Спроведување на законот и вооружени сили
   - Наука и технологија
   - Здравствени и медицински услуги
   - Образование
5. Се започнува дискусија, модерирана од наставникот:
   - Што нè изненади?
   - Каков вид на работа не очекувавме?
   - Што недостига?
   - Каде можам да научам за некоја работа?

## МАТЕРИЈАЛИ ЗА УЧЕНИЦИТЕ

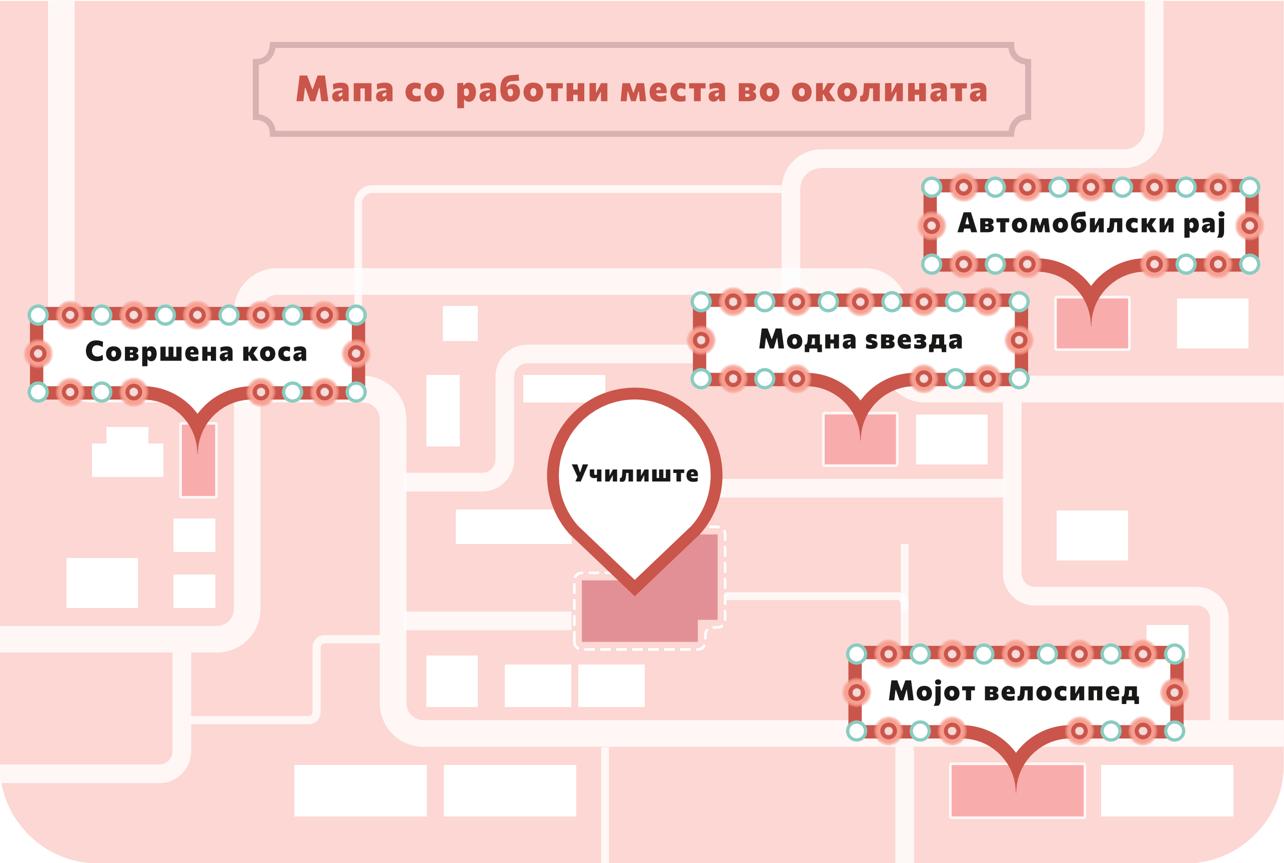
На табла / проектор / работен лист

### Активност ①

#### Можности за вработување

| Вид на работа | Име на компанија | Адреса на лице за контакт | Работни места |
|---|---|---|---|
| *Фризерски салон* | *Совршена коса* | *г-ѓа Силвија Фантазиска*<br>*Филозофски пат 88*<br>*Тел: ...........*<br>*Е-пошта: ...........* | • *Помлад стилист*<br>• *Виш стилист*<br>• *Директор на продажба*<br>• *Менаџер за маркетинг*<br>• *Сметководител*<br>• *Хигиеничар* |
| *Автомобилска компанија* | *Автомобилски рај* | .........<br>.........<br>......... | • *Автомеханичар*<br>• *Директор на продажба*<br>• *Смеководител*<br>• *Работник во перална за автомобили*<br>• *Возач* |

### Активност ②



## ЗАДАЧА 14
# МОЈОТ ПРОФЕСИОНАЛЕН ПАТ

**Цел**

Учениците ги идентификуваат активностите за индивидуално вработување.
Прават разлика помеѓу краткорочен (до летниот распуст) и среднорочен план (за време на летниот распуст и по него).

**Потребно време**

① 25 минути
② 20 минути

**Организација**

- Индивидуална работа
- Заедничка дискусија

**Подготовка**

Наслови на активностите за професионална ориентација на табла со простор за запишување на идеите од учениците

**Модул 4**

Професионална ориентација и развој на претприемачки начин на размислување

## ОПИС НА ЛЕКЦИЈАТА

**Активност ①**

1. За почеток, наставникот дава примери на 2 – 3 активности во кои учениците можат да учествуваат на пазарот на трудот пред летниот распуст и 2 – 3 активности во кои можат да учествуваат за време на летниот распуст и по него.
2. Во групи по четворица, се доделуваат улогите на модератор и говорник. Говорникот презентира кратко резиме (3 минути) во рамки на Активноста 2. Сите членови на групата собираат што повеќе идеи за активности во врска со работата:
   - Волонтерска работа: ...
   - Вршење разни работи за малку пари: ...
   - Набљудување стручно лице во текот на еден работен ден: ...
   - Наоѓање деловни субјекти кои нудат работни места за ученици: ...
   - Идентификување на можностите за обука за деловни компетенции: ...

   Кога и каде е потребна кратка биографија (CV)? Дали имате образец? Интервју за работа: Како да се подготвам? Дали знаете луѓе кои можат да ве поддржат во вашата кариера?

**Активност ②**

1. На час, групите ги презентираат своите резултати. Наставникот ги забележува клучните зборови на таблата под главните категории (види погоре). Наставникот додава информации каде што е потребно.
2. Учениците, гледајќи ги резултатите од таблата, започнуваат со индивидуална изработка на две плански листи:
   - до летниот распуст (краткорочна).
   - за време на летниот распуст и по него (среднорочна).

   За домашна работа, учениците ги прошируваат двете листи така што бараат поддршка од наставниците, родителите и други луѓе за спроведување на нивниот план.

## МАТЕРИЈАЛИ ЗА УЧЕНИЦИТЕ

На табла / проектор / работен лист

### Активности во светот на занимањата

**Активност ②**

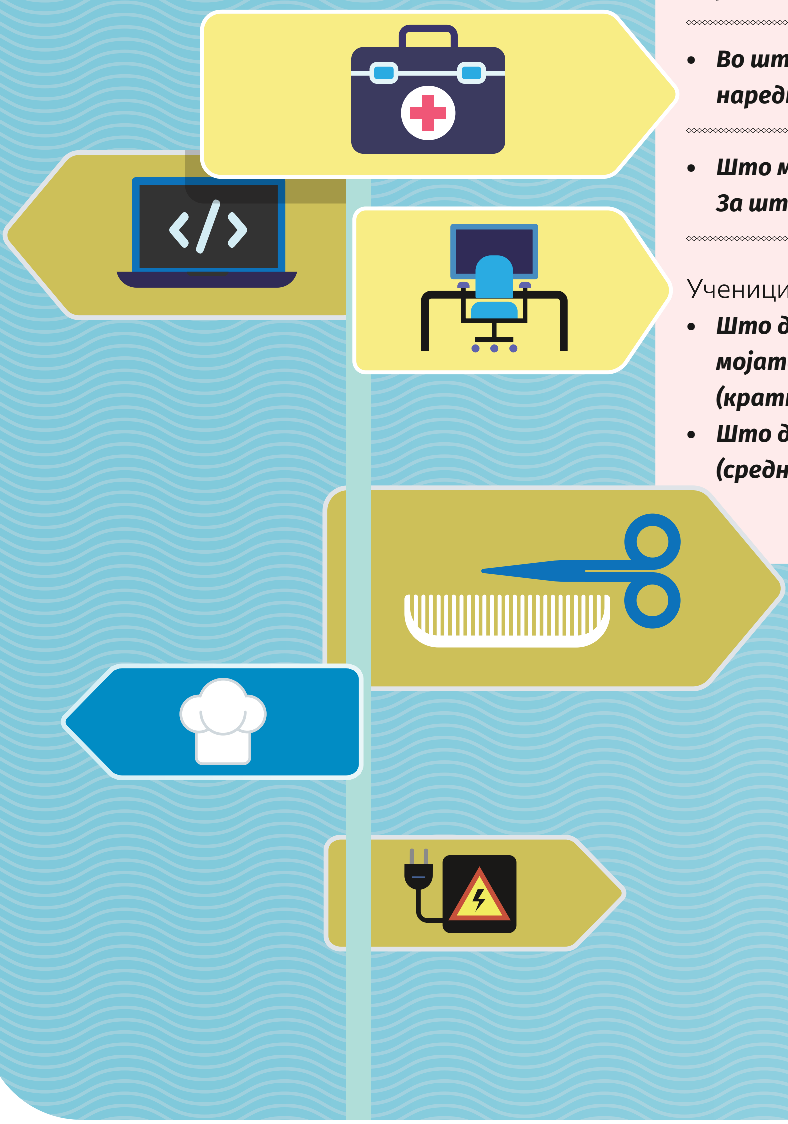
**Заклучоци**

Откако сите групи ќе ја презентираат својата работа, учениците индивидуално извлекуваат заклучоци:

- ***Што е интересно за мене? Што ми оди од рака?***
- ***Во што треба да се усовршам? Што наредно треба да направам за таа цел?***
- ***Што можам да правам самостојно? За што ми треба поддршка? Од кого?***

Учениците ги групираат идеите во две листи:

- ***Што да правам сега за да ја испланирам мојата професионална кариера (краткорочна).***
- ***Што да правам по летниот распуст (среднорочна).***



ЗАДАЧА 15

# МОЈОТ ОБРАЗОВЕН ПАТ

**Цел**

Учениците ги идентификуваат индивидуалните активности и чекори во образовниот систем. Прават разлика помеѓу краткорочни (оваа учебна година) и среднорочни активности (следната учебна година).

**Потребно време**

① 25 минути
② 20 минути

**Организација**

- Работа во групи

**Подготовка**

Наслови на активностите за професионална ориентација на табла со простор за запишување на идеите од учениците

**Модул 4**

Професионална ориентација и развој на претприемачки начин на размислување

## ОПИС НА ЛЕКЦИЈАТА

**Активност ①**

1. Наставникот нагласува дека оваа задача не се фокусира на добивање работа. Станува збор за планирање на образовниот пат во рамките на училишниот систем. Наставникот дава примери за можни акциски планови на учениците за подобрување на компетенциите:
   - во моментот
   - до крајот на следното полугодие
   - по почетокот на следното полугодие
2. Во групи од петмина учениците собираат повеќе различни идеи за својот образовен пат.

**Активност ②**

1. На час, групите ги презентираат своите резултати. Наставникот ги забележува клучните зборови на таблата под главните категории (види погоре). Наставникот додава информации каде што е потребно.
2. Учениците, гледајќи ги резултатите од таблата, започнуваат со индивидуална изработка на две плански листи: до летото (јуни) / по летото (септември).
   За домашна работа, учениците ги проширувaат двете листи така што бараат поддршка од наставниците, родителите и други луѓе за спроведување на нивниот план.

## МАТЕРИЈАЛИ ЗА УЧЕНИЦИТЕ

На табла / проектор / работен лист

### Активности во текот на образованието

**Активност ①**

**Активности**

Во групи, учениците дефинираат што е можно повеќе конкретни чекори за планирање на своето образование. Ги прикажуваат чекорите и мерките во презентација:

- ***Еднаш неделно учење на предметот… заедно со?***
- ***Редовно помагање на друг ученик по предметот…***
- ***Учествување во изработка или предлагање на мал училиштен проект***
- ***Потребни оценки: По кои предмети?***
- ***Идентификација на училишта / институции во соседството***
- ***Идентификација на условите за пријавување***
- ***Формалности, како на пр., постапки за аплицирање итн.***
- ***Приемни испити***
- ***Листа на луѓе што можат да помогнат***

**Активност ②**

**Заклучоци**

Откако ќе ги ислушаат сите групи, учениците извлекуваат заклучоци:

- ***Што е интересно за мене? Што ми оди од рака?***
- ***Во што треба да се усовршам? Што наредно треба да направам за таа цел?***
- ***Што можам да правам самостојно? За што ми треба поддршка? Од кого?***

Учениците ги групираат идеите во две листи:

- ***Што да правам сега во врска со моето образование (краткорочно)***
- ***Што да правам по летниот распуст (среднорочно).***

## ЗАДАЧА 16
# ПРЕЗЕНТИРАЊЕ НА МОЈОТ КАРИЕРЕН ПРОЕКТ

**Цел**

Учениците учат како да подготват кратка презентација за следните чекори во нивната образовна и професионална кариера, со краткорочен и среднорочен план.

**Потребно време**

① 45 минути
② 45 минути

**Организација**

- Индивидуална работа
- Работа во групи
- Заедничка дискусија

**Подготовка**

На табла/проектор материјали за изработка на постер

**Модул 4**

Професионална ориентација и развој на претприемачки начин на размислување

## ОПИС НА ЛЕКЦИЈАТА

**Активност ①**

1. Наставникот објаснува на што се однесува првиот час: изработка на презентација и добивање повратни информации од соученик.
   Малиот постер за презентацијата:
   - ги содржи двата кариерни плана: светот на занимањата (професионален) и на училиштето (образовен)
   - содржи краткорочни и среднорочни активности
   - содржи симболи, цртежи и фотографии за да ги илустрира идеите
   - не содржи повеќе од шест клучни збора
   - трае најмногу три минути
2. Учениците работат индивидуално на нивниот постер.
3. Во групи по двајца, си го претставуваат меѓусебно првиот нацрт и даваат/добиваат повратни информации.
4. За домашна работа, учениците го завршуваат малиот постер и тестираат дали презентацијата трае само три минути.

**Активност ②**

1. Учениците го презетираат постерите во мали групи по четворица или петмина. Останатите даваат повратни информации со методот „Две добри работи, една што треба се подобри".
2. Наставникот повикува 2 – 3 ученици да презентираат пред целата паралелка. Паралелката дава повратни информации со истиот метод.

## МАТЕРИЈАЛИ ЗА УЧЕНИЦИТЕ

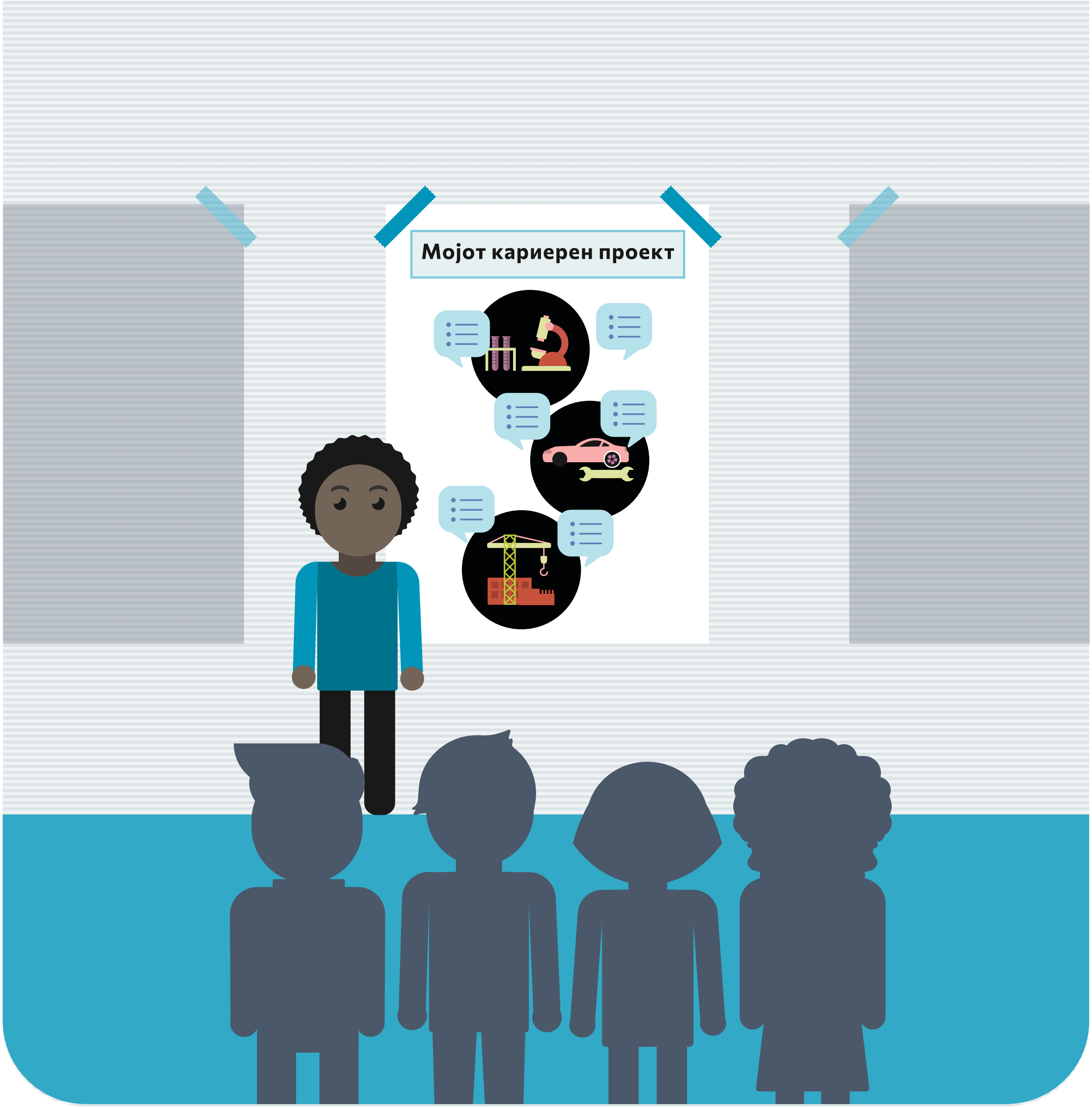
На табла / проектор / работен лист

### Активност ①

**Изработка на постер дома**
Учениците собираат материјали за изработка на нивниот мал постер, на пр. на мали ливчиња хартија, за да можат да ги распоредуваат и преуредуваат. Треба да имаат предвид дека симболите и сликите се важни исто колку и зборовите: тие се надополнуваат едни со други. Наставникот треба да ги потсетува учениците за домашната работа. Во спротивно, наредните задачи нема да можат да се реализираат.

### Активност ②

**Презентација и добивање повратни информации**
Учениците се поттикнуваат да вложат максимални напори додека презентираат. Дали другите се интересираат за она што тие го зборуваат? Дали сите се подготвени и едуцирани да дадат квалитетни повратни информации?



## 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
# ПОЧИТУВАЈ ГИ ЗАКОНИТЕ – ДИЛЕМА

**Цел**

Учениците ја истражуваат природата на законските обврски на луѓето. Тие ја истражуваат разликата помеѓу моралните и законските обврски како начин на справување со ризични ситуации.

**Потребно време**

① 10 минути
② 35 минути

**Организација**

- Индивидуална работа
- Работа во парови
- Заедничка дискусија

**Подготовка**

Столчиња наредени во круг за дискусија; случајот „Дилемата на Јован“ е подготвен за презентација

**Модул 5**

Лична безбедност

## ОПИС НА ЛЕКЦИЈАТА

**Активност ①**

1. Наставникот го опишува случајот со Јован и ги замолува учениците да работат во парови и да размислат дали Јован треба да го прекрши законот или не. На таблата се напишани два наслова:
   - „Јован треба да ги украде парите затоа што ...“
   - „Јован не треба да ги украде парите затоа што ...“
2. Наставникот ги забележува причините, на пр.:
   - „тој треба да ги украде затоа што спасувањето живот е поважно од законот“
   - „тој не треба да ги украде затоа што може да биде фатен“
3. За различните причини се дискутира на час.

**Активност ②**

1. Наставникот посочува низа причини зошто луѓето треба да го почитуваат законот: личен интерес, грижа за другите луѓе, грижа за благосостојбата на општеството.
2. За илустрација на овие концепти, наставникот црта три концентрични круга на таблата, обележани со „јас“, „другите“ и „општеството“, почнувајќи од внатрешниот круг.
3. Наставникот нагласува дека лицата што го почитуваат законот не мора да значи дека се „добри граѓани“. Направени се многу погрешни дела од луѓе кои го почитувале законот, тврдејќи дека само ја „вршеле својата должност“. Понекогаш дури и праведните мора да го кршат законот поради нивните морални убедувања.
4. Учениците пишуваат свои ситуации на дилема (на пр. прекршување на ограничувањето на брзината во итни случаи) и ги читаат своите примери на час. Наставникот потоа ја подвлекува разликата помеѓу моралните одговорности и законските должности.

## МАТЕРИЈАЛИ ЗА УЧЕНИЦИТЕ

На табла / проектор / работен лист

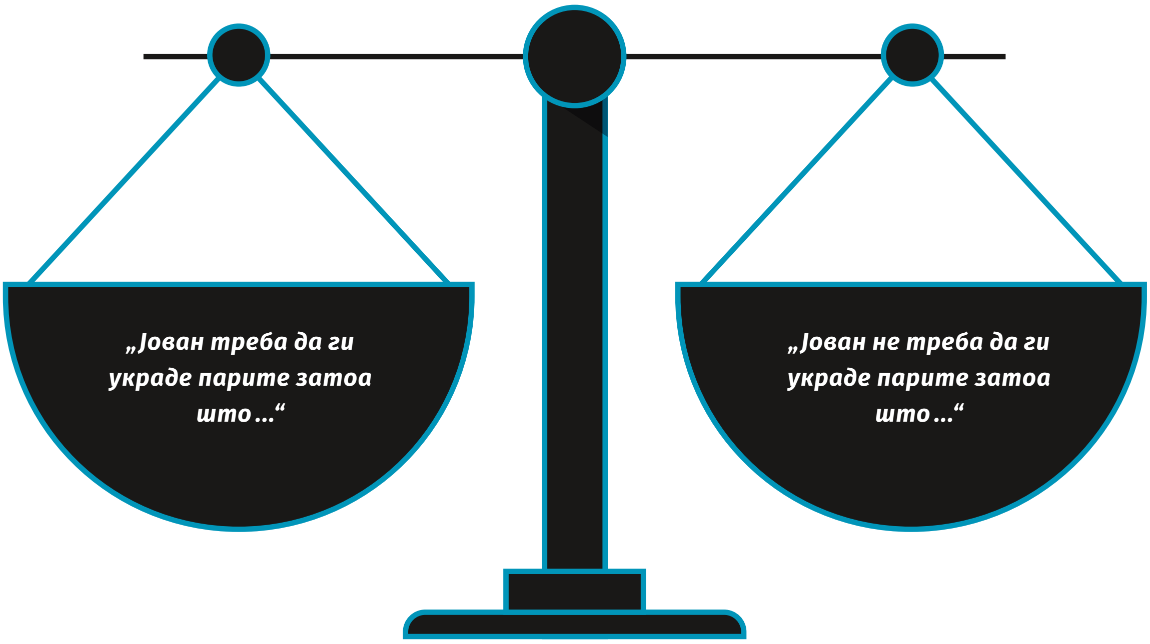
**Активност** ①

**Случај:**
### Дилемата на Јован

*Единствената ќерка на Јован е многу болна. Итно треба да се оперира, но за тоа требаат пари. Јован не знае што да прави. Тој и неговата сопруга имаат некои заштеди со кои се надевале дека ќе купат мала продавница. Тие со задоволство ќе го дадат сето ова за да ја спасат својата ќерка, но тоа ни оддалеку не е доволно.*

*Јован ги замолува лекарите да ја направат операцијата за помалку пари, но тие велат дека би било неправедно кон сите други кои треба да платат цела сума. Тој ги замолува семејството и пријателите да му позајмат пари, но успева да собере само малку. А состојбата на ќерка му сè повеќе се влошува.*

*Во очај, Јован размислува да го украде остатокот од парите за да го спаси животот на својата ќерка.*



## ЗАДАЧА 18
# САЈБЕР БЕЗБЕДНОСТ

**Цел**

Учениците се здобиваат со дополнително знаење за Интернет, компјутерите и мобилните телефони. Учат како да се заштитат од криминалот на Интернет.

**Потребно време**

① 20 минути
② 25 минути
Неколку дополнителни часа, домашна работа или часови по ликовно

**Организација**

- Работа во групи
- Заедничка дискусија

**Подготовка**

Материјал со основни информации за безбедноста; материјали за постерот

**Модул 5**

Лична безбедност

## ОПИС НА ЛЕКЦИЈАТА

**Активност ①**

1. Наставникот претставува мал, но важен проект за часот: Целта е да се напишат интересни и тематски постери за безбедноста на Интернет за во училиштето. Тоа може да биде еден постер што ќе се ископира за сите, или неколку постери за различни училници, ходникот и просторијата за вработените.
2. Наставникот им дава на учениците основни информации коишто учениците ги доработуваат и довршуваат преку индивидуално истражување на Интернет.

**Активност ②**

Учениците ги разгледуваат основните информации дадени од наставникот. Потоа прават дополнително истражување на Интернет и изработуваат визуелен и информативен постер за безбедноста на Интернет.
Учениците можат да поканат претставници од други паралелки или стручњаци за Интернет да ги проценат нивните резултати. Може дури и да се организира натпревар со доделување прва награда.

## МАТЕРИЈАЛИ ЗА УЧЕНИЦИТЕ

На табла / проектор / работен лист

**Активност ①**

Учениците прават онлајн истражување за законите за Интернет. За почеток, еве некои основни правила. Тие треба да бидат прилагодени и дополнети доколку е потребно.

### Основни информации за безбедност

**Не им отворајте на непознати**
*Дома: Никогаш не им отворајте на непознати. На Интернет: Кажете му на родител/возрасен доколку некој непознат сака да комуницира со вас онлајн.*

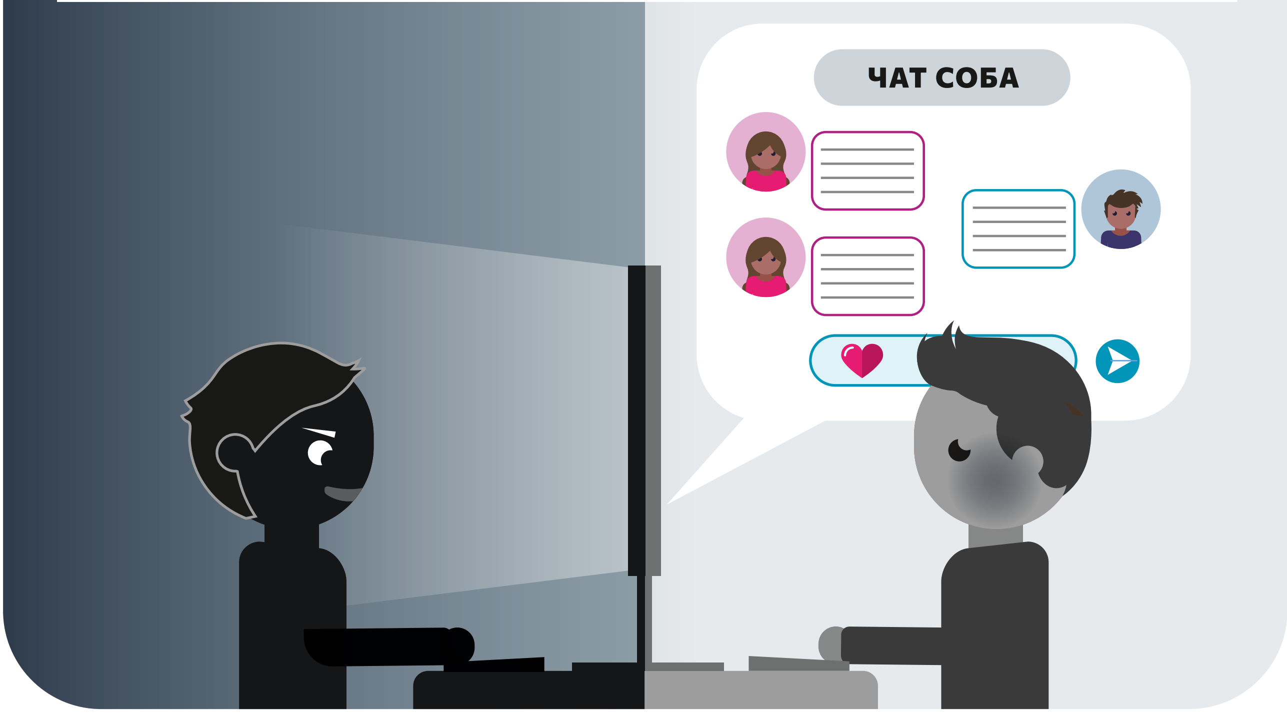
**Веб сајтови**
*Веб сајтовите треба да бидат одобрени од родителите или наставниците.*

**Чат соби**
*Пред да разговарате со некој на Интернет, побарајте одобрение од возрасните. Не се вклучувајте во разговори (chat rooms) без знаење на родителите или наставниците. Никогаш не договарајте средба со некој што сте го запознале онлајн.*

**Е-пошта**
*Не отворајте е-пошта и прилози од непознати. Не споделувајте адреси од е-пошта (без одобрение).*

**Давање информации**
*Не споделувајте лични податоци (име, адреса, телефон, датум на раѓање, фотографија, име на родители, училиште итн.)*

**Лозинки**
*Лозинката е вашиот идентитет. Треба да ја чувате во тајност и да ја откривате само на родител/старател.*



## ЗАДАЧА 19

# ВРСНИЧКО НАСИЛСТВО – БЕЗОБЅИРЕН НАЧИН ДА СЕ УНИШТИ НЕКОЈ

**Цел**

Учениците разбираат кога различни однесувања претставуваат физичко, вербално или социјално насилство, односно дали тие всушност малтретираат некого.

**Потребно време**

45 минути

**Организација**

- аедничка дискусија

**Подготовка**

Столчиња наредени во круг за дискусија; работен лист за врсничко насилство; наслови на четирите вида насилство, по еден на лист

**Модул 5**

Лична безбедност

## ОПИС НА ЛЕКЦИЈАТА

1. Учениците седат во голем круг. Средината на просторијата е поделена со две ленти кои се прекрстуваат и го делат просторот на четири дела. Наставникот дава вовед во темата користејќи го насловот на часот: Врсничко насилство (булинг) – ужасен начин да се уништи некој. Наставникот ги прашува учениците што мислат и дали имале искуство со врсничко насилство.
2. Наставникот потоа прашува што всушност е малтретирањето во училиште, а потоа ги става четирите наслови за видовите насилство во четирите полиња на подот.
3. Сега наставникот ги става сите различни описи по случаен избор во средината на кругот. Учениците ги земаат еден по еден, одлучуваат во која категорија спаѓаат и ја образложуваат својата одлука.
4. Сега наставникот го дистрибуира работниот лист и бара корекции доколку е потребно.
5. Во завршна дискусија, наставникот им предлага на учениците да формираат „работна група“ против врсничкото насилство.

# МАТЕРИЈАЛИ ЗА УЧЕНИЦИТЕ

На табла / проектор / работен лист

## Врсничко насилство

| Вид на врсничко насилство | Описи |
|---|---|
| **Физичко насилство** | • *редовно удирање некого*<br>• *сопнување или туркање некого при поминување*<br>• *крадење / барање нечии предмети*<br>• *закана преку Интернет дека лично ќе повреди некого*<br>• *оштетување или кршење нечиј имот, униформа, училишни работи*<br>• *стоење врз некој за да се плаши дека ќе биде повреден; заплашување* |
| **Вербално насилство** | • *постојано задевање и обид да направите некој да се чувствува лошо*<br>• *кажување или правење подли работи за да вознемират некого*<br>• *испраќање непријатни пораки преку Интернет*<br>• *исмевање нечиј изглед или гардероба*<br>• *испраќање некому непристојни слики преку Интернет*<br>• *задевање некого затоа што не е добар во спорт*<br>• *задевање некого затоа што е добар во учење, математика итн.*<br>• *давање погрдни имиња* |
| **Социјално насилство** | • *исмевање пред други луѓе, како на пр. „еве го чудакот пак“*<br>• *обид за спречување некој да се придружи во група*<br>• *обид да се натераат другите да не сакаат некој*<br>• *кажување подли или понижувачки работи за некого*<br>• *ширење гласини или лаги за некого*<br>• *означување на несоодветни и непријатни слики на Интернет*<br>• *постапување како некој да не постои, односно игнорирање*<br>• *постојано задевање некого зашто не е „типично“ девојче или момче, т.е. задевање девојче затоа што е добра во спорт или момче затоа што е пристоен со другите* |
| **Не е насилство** | • *борба за тоа кој каде да седи на училиште*<br>• *недопаѓање на некој што е во вашата група*<br>• *лутење на некој што ви ги зел работите*<br>• *несподелување на вашите предмети со некого*<br>• *велење дека не се согласувате со нечиј коментар на Интернет*<br>• *грубо однесување со некого, но потоа сфаќате дека не е во ред*<br>• *шегување со некого дека секогаш ги заборава своите работи* |

## ЗАДАЧА 20
# МОЈОТ ВЕЛОСИПЕД. МОЈАТА КАЦИГА. МОЈОТ ЖИВОТ.

**Цел**

Учениците разбираат зошто треба да се носи кацига при возење велосипед. Така, учениците го учат концептот на рекламирање.

**Потребно време**

① 45 минути
② Домашна работа

**Организација**

- Индивидуална работа
- Работа во групи
- Заедничка дискусија

**Подготовка**

Материјали за изработка на постер, видео или аудио запис

**Модул 5**

Лична безбедност

## ОПИС НА ЛЕКЦИЈАТА

**Активност ①**

1. Наставникот ги претставува трите златни правила за безбедност при возење велосипед: бидете одговорни, бидете предвидливи, бидете видливи. Учениците се информираат дека според статистиката, употребата на кациги го намалува ризикот од повреди на мозокот за 80 проценти.
2. На часот се дискутира зошто луѓето, иако знаат дека кацигата може да им ги спаси животите, не ја носат. Учениците прво доаѓаат до свои идеи (размислуваат), потоа ги комплетираат идеите преку дискусија со соученик (во пар) и потоа ги споделуваат своите идеи на заедничка дискусија (споделување). Наставникот (или некој ученик) води белешки на ливчиња од хартија. Паралелката се обидува да ги групира одговорите на подот. Дали има очигледни категории?
3. Наставникот ја претставува идејата за изработка на реклами што ќе мотивираат носење кацига.
4. Се презентираат примери на реклами. Учениците размислуваат колку се ефективни рекламите.

**Активност ②**

Учениците работат во тимови и изработуваат реклама што промовира носење кациги. Можни се различни продукти: радио реклама, постер, леток, видео.

Наставникот дискутира и за можноста за презентирање на рекламите на училиште, пред родителите или за пошироката јавност. Можеби има заинтересирана осигурителна компанија која ќе донира награди?

## МАТЕРИЈАЛИ ЗА УЧЕНИЦИТЕ

На табла / проектор / работен лист

**Активност ②**

**Изработка на реклама**
Во тимови, учениците изработуваат план, подготвуваат временски распоред и ја изработуваат задачата дома. Ќе има ли натпревар? Или презентација? Која ќе биде публиката? Овие изработки треба да бидат јавно објавени/презентирани, бидејќи се значајни: се работи за превенција на оштетувања и повреди на мозокот. Потребни материјали: реклами од списанија, весници, Интернет; бои, маркери, хартија во боја, мобилни телефони со камери и сл.