



Enida Cokoja

24.05.2025. 11:21

Pogledano: 70 puta

"Kod tebe mi se dopada..." - radionica afirmativnih poruka

Radionica potiče međusobno uvažavanje, pozitivnu komunikaciju i jačanje samopouzdanja kroz pisanje afirmativnih poruka u krugu. Učenici prepoznaju dobre osobine kod drugih i sebe, jačaju grupnu povezanost i samopoštovanje.



Tags

Odgojne strategije

Aktivnosti sa učenicima

Socio-emocionalni razvoj i razvoj ličnosti

Organizacijski oblik nastave

Predmetna nastava 3. razred

Vrsta nastavnog procesa

Osnovna vrsta nastave - Izborna nastava

Osnovna vrsta nastave - Redovna nastava

Poseban vid nastavnog procesa - Vannastavne aktivnosti

Suradnja škole sa roditeljima i zajednicom te razvoj školskog kolektiva

Aktivnosti sa učenicima

Trajanje

45 minuta

Oblasti

Kroskurikularne i međupredmetne teme

Sat razrednika/Odjeljska zajednica

Društveno-humanističko područje

Predmet

Psihologija

Ključne kompetencije

Građanska kompetencija

Kompetencija kulturološke svijesti i istraživanja

Ciljevi i ishodi učenja i poučavanja

☒☒ Cilj:

☒ Jačanje samopouzdanja i pozitivne slike o sebi

☒☒ Razvijanje empatije i pozitivne komunikacije

☒☒ Unapređenje grupne kohezije

☒☒ Ishodi:

Učenici će:

☒☒ Prepoznati pozitivne osobine kod drugih i sebe

☒☒ Izgraditi osjećaj pripadnosti grupi

☒☒☒ Vježbati izražavanje afirmacija

☒ Dobiti uvid u to kako ih drugi doživljavaju

Detaljan opis realizacije

1. Uvod i uspostavljanje atmosfere (5 min)

Kratko predstavljanje cilja radionice: radimo na jačanju samopouzdanja, međusobnom uvažavanju i pozitivnoj komunikaciji.

Isticanje pravila: iskrenost, poštovanje, nema ismijavanja, sve poruke su afirmativne i konkretne.

Upute:

Sjedni u krug s ostalim članovima grupe.

Na donji desni ugao svog papira napiši svoje ime, a na gornji lijevi ugao napiši "Kod tebe mi se dopada..."

Papir daj osobi koja sjedi s tvoje desne strane.

Kada dobiješ nečiji papir, napiši jednu iskrenu, pozitivnu poruku toj osobi.

Poruka treba biti konkretna, kratka i afirmativna (npr. Kod tebe mi se dopada tvoja smirenost kad su svi nervozni.)

Kada završiš s pisanjem, presavij red s porukom tako da sljedeća osoba ne vidi šta si napisao/la.

Daj papir dalje osobi s tvoje desne strane.

Papiri kruže sve dok svaki papir ne stigne nazad do svog vlasnika.

Kad dobiješ svoj papir, napiši i poruku sebi koja počinje s:

„Kod tebe mi se dopada...”

U tišini pročitaj sve poruke koje si dobio/la.

2. Pisanje poruka (25 min)

U tišini (ili uz laganu instrumentalnu muziku), svaki učenik napiše afirmativnu poruku osobi čiji je papir dobio.

Poruka se presavije i papir proslijedi dalje udesno.

Postupak se ponavlja dok svaki učenik ne dobije svoj papir nazad.

3. Pisanje poruke sebi i čitanje (5 min)

Kada dobiju vlastiti papir, učenici napišu poruku sebi: "Kod tebe mi se dopada..."

Zatim u tišini čitaju sve poruke koje su dobili.

4. Refleksija (10 min)

Kratak krug refleksije:

Kako ste se osjećali čitajući poruke?

Je li vas neka poruka iznenadila?

Kako je bilo pisati afirmacije za druge?

Napomena za nastavnika:

Ohrabriti učenike da čuvaju svoj papir kao podsjetnik na vlastite kvalitete viđene očima drugih.

Praćenje i procjenjivanje

☒☒ Posmatranje angažmana: Nastavnik prati koliko su učenici aktivni, iskreni i fokusirani tokom pisanja poruka.

☒☒ Refleksija na kraju: Kratka diskusija ili pisani odgovor o tome šta su naučili i kako su se osjećali.

☒ Kvalitet poruka: Procjena da li su poruke afirmativne, konkretne i iskrene.

☒☒ Samoprocjena: Učenici mogu sami ocijeniti koliko su im ove poruke pomogle u osjećaju samopouzdanja i pripadnosti grupi.

☒☒ Zabilješke nastavnika: Vođenje kratkih bilješki o atmosferi u grupi i eventualnim poteškoćama (npr. neiskrenost, neprijatnost).

Ideje za domaće zadaće (nastavak aktivnosti) i uključivanje roditelja

1. Pisanje afirmativne poruke roditelju ili članu porodice ☒☒

Napiši jednu konkretnu, pozitivnu rečenicu koja počinje sa „Kod tebe mi se dopada...” i daj im da pročitaju. ☒☒

2. Vođenje dnevnika zahvalnosti ☒☒

Svaki dan napiši tri stvari koje cijeniš kod sebe i/ili drugih članova porodice. ☒☒☒☒

3. Razgovor o kvalitetama ☒☒☒

Razgovaraj s roditeljem ili starijim članom porodice o tome šta im se sviđa kod tebe i šta oni cijene kod sebe. ☒☒☒☒☒☒

Savjeti za druge nastavnike/ce kod realizacije ove lekcije/teme

☒ Naglasiti važnost iskrenosti i konkretnih poruka ☒☒☒☒

☒☒☒ Voditi brigu o sigurnoj atmosferi (bez ismijavanja) ☒☒☒☒

☑☑☑☑ Poželjno je da i nastavnik učestvuje ☑☑

☑ Dati učenicima dovoljno vremena za razmišljanje ☑☑☑☑

Metode i tehnike

Učenje zasnovano na igri

Proces pisanja

Collections

Inspiriraj druge

Priprema za čas - Srednja škola

Odgojne strategije

Prosečna ocena

5