



RESCUR: NA VALOVIMA

KURIKUL OTPORNOSTI ZA PREDŠKOLSKU I OSNOVNOŠKOLSKU DOB

Priručnik za odgojitelj(ic)e

Carmel Cefai – Malta – koordinator

Renata Miljević-Ričički, Dejana Bouillet, Tea Pavin Ivanec, Mirjana Milanović – Hrvatska

Anastassios Matsopoulos, Mariza Gavogiannaki – Grčka

Maria Assunta Zanetti, Valeria Cavioni – Italija

Paul Bartolo, Katya Galea – Malta

Celeste Simoes, Paula Lebre, Anabela Caetano Santos – Portugal

Birgitta Kimber, Charli Eriksson - Švedska





RESCUR: NA VALOVIMA KURIKUL OTPORNOSTI ZA PREDŠKOLSKU I OSNOVNOŠKOLSKU DOB Priručnik za odgojitelj(ice)

Carmel Cefai – Malta – koordinator

Renata Miljević-Ričički, Dejana Bouillet, Tea Pavin Ivanec, Mirjana Milanović – Hrvatska

Anastassios Matsopoulos, Mariza Gavogiannaki – Grčka

Maria Assunta Zanetti, Valeria Cavioni – Italija

Paul Bartolo, Katya Galea – Malta

Celeste Simões, Paula Lebre, Anabela Caetano Santos – Portugal

Birgitta Kimber, Charli Eriksson – Švedska



RESCUR: NA VALOVIMA
KURIKUL OTPORNOSTI ZA PREDŠKOLSKU I OSNOVNOŠKOLSKU DOB
Priručnik za odgojitelj(ice)



**Lifelong
Learning
Programme**

A Lifelong Learning Programme Comenius projekt

Ova publikacija izrađena je u sklopu projekta RESCUR – Razvoj kurikula otpornosti za djecu predškolske i osnovnoškolske dobi u Europi – www.rescur.eu. Projekt je financirala Europska komisija u sklopu Lifelong Learning Programa, No. 526813-LLP-1-MT-COMENIUS-CMP.

Autori

Carmel Cefai – Malta – koordinator

Renata Miljević-Riđički, Dejana Bouillet, Tea Pavin Ivanec, Mirjana Milanović – Hrvatska

Anastassios Matsopoulos, Mariza Gavogiannaki – Grčka

Maria Assunta Zanetti, Valeria Cavioni – Italija

Paul Bartolo, Katya Galea – Malta

Celeste Simões, Paula Lebre, Anabela Caetano Santos – Portugal

Birgitta Kimber, Charli Eriksson – Švedska

© prosinac 2015.

Urednice hrvatskog izdanja

Renata Miljević-Riđički, Dejana Bouillet, Tea Pavin Ivanec, Mirjana Milanović



Sveučilište u
Zagrebu

Izdavač: Učiteljski fakultet Sveučilišta u Zagrebu

Za izdavača: Prof. dr. sc. Ivan Prskalo

ISBN 978-953-7210-98-4

CIP zapis je dostupan u računalnome katalogu Nacionalne i sveučilišne knjižnice u Zagrebu pod brojem **000923573**.

Sva prava pridržana. Nijedan dio ove publikacije ne smije se reproducirati niti prenositi ni u kakvom obliku niti ikakvim sredstvima elektroničkim ili mehaničkim, fotokopiranjem, snimanjem ili umnažanjem u bilo kojem drugom obliku bez prethodne suglasnosti vlasnika prava.

Sadržaj ove publikacije ne odražava nužno stavove i mišljenja Europske komisije.

Vježbe za usmjeravanje pažnje: © Birgitta Kimber i Charli Eriksson, prosinac 2015.

Glazba © Gorana Tomašić-Šragalj i Damir Sertić, prosinac 2015.

Izvođači: Gorana Tomašić Šragalj, Leon Cvetkovski i Ivana Cvetkovski

Naslovnica i ilustracije: Antonija Balić Šimrak

Lektura: Božica Vuić

Prijevod: Petra Ivanc

Naslov izvornika: RESCUR: SURFING THE WAVES. A resilience curriculum for early years and primary schools. Early years.

Recenzenti: Prof. dr. sc. Helen Cowie

Prof. dr. sc. Maria Poulou

Grafičko oblikovanje: Antonija Balić Šimrak i Mario Perus

Naklada: 500 primjeraka

Tisak: ITG d.o.o., Zagreb

Elektronska verzija: www.rescur.eu

www.um.edu.mt/cres/publications/rescur

SADRŽAJ

TEMA 1. Razvoj komunikacijskih vještina	1
PODTEMA 1. Učinkovita komunikacija.....	2
PODTEMA 2. Asertivnost.....	30
TEMA 2. Uspostavljanje i održavanje zdravih odnosa	61
PODTEMA 1. Zdravi odnosi.....	62
PODTEMA 2. Suradničke vještine, empatija i moralno rasuđivanje.....	91
TEMA 3. Razvoj pozitivnoga mišljenja	123
PODTEMA 1. Pozitivno mišljenje.....	124
PODTEMA 2. Pozitivne emocije.....	154
TEMA 4. Razvoj samoodređenja	187
PODTEMA 1. Rješavanje problema.....	188
PODTEMA 2. Osnaživanje i autonomija.....	228
TEMA 5. Izgradnja osobne snage	269
PODTEMA 1. Pozitivno samopoimanje i samopouzdanje.....	270
PODTEMA 2. Korištenje jakih strana u akademskom i društvenom okruženju.....	297
TEMA 6. Pretvaranje izazova u prilike	322
PODTEMA 1. Suočavanje s nedaćama i odbacivanjem.....	324
PODTEMA 2. Suočavanje sa sukobima i prihvaćanje promjena.....	358
Prilozi	388
Literatura	388

ZAHVALE

Zahvaljujemo svima onima koji su na različite načine doprinijeli razvoju ovog kurikula.

Našim kolegama i djelatnicima sa šest partnerskih sveučilišta na njihovom doprinosu u različitim fazama projekta, uključujući: Giusy Ninna i Mara Lupica Spagnolo (Italija) te Sarah Mercieca i Natalie Galea (Malta).

Antoniji Balić Šimrak koja je osmislila naslovnice za pet publikacija, ilustracije i lutke Sherlocka i Zelde, kartice sa životinjama, tri kompleta postera i ilustracije za slikovnicu u sklopu prve teme.

Brigitti Kimber i Charliju Erikssonu koji su osmislili i snimili aktivnosti za usmjeravanje pažnje (*mindfulness*), a koje se nalaze u elektronskoj verziji ove publikacije.

Gorani Tomašić Šragalj i Damiru Sertiću (skladateljima); Gorani Tomašić Šragalj, Leonu Cvetkovskom i Ivani Cvetkovski (izvođačima) za četiri glazbene teme koje su uključene u elektronsku verziju ove publikacije.

Prof. emeritus Helen Cowie sa Sveučilišta u Surreyu (UK) i prof. Marii Poulou sa Sveučilišta u Patrasu (Grčka), vanjskim recenzenticama kurikula, na njihovim dragocjenim stručnim komentarima i povratnim informacijama.

Prof. Michaelu Ungaru, ravnatelju Centra za istraživanje otpornosti Sveučilišta Dalhousie, Halifax (Kanada) na dragocjenim komentarima.

Prof. Terje Ogdenu, sa Sveučilišta u Oslu (Norveška) i dr. Susan Beltman, sa Sveučilišta Curtin (Australija) koji su vodili trening RESCUR tima za implementaciju kurikula.

Izdavaču Springer Publications, ENTRÉE LLP Comenius projekt i <http://paperboxworld.weebly.com/>, <http://it.freepik.com/>, <http://www.iconarchive.com/>, <http://www.adorabletoon.com/>, za dopuštenje da se njihov materijal uključi u ovu publikaciju.

U konačnici, zahvaljujemo 199 odgojitelja/učitelja i 1935 djece diljem Europe koji su sudjelovali u pokusnoj primjeni kurikula i čije su povratne informacije bile od velike pomoći za unaprjeđenje RESCUR-a.

Provedbi RESCUR projekta u Hrvatskoj su u, njegovim različitim fazama, doprinijeli i:

Marija Šarić, Tea Pahić, Renata Marinković Krvavica, Biserka Petrović Sočo, Višnja Rajić, Goran Lapat, Iva Gruić, Davor Brđanović, Katarina Tadić i Vatroslav Horvat

Popis vrtića i škola koje su sudjelovale u pokusnoj primjeni kurikula

Hrvatska

Dječji vrtić "Različak", Zagreb, Petrinjska 31/2

Dječji vrtić Varaždin, Varaždin, Dravska 1

IV. osnovna škola Varaždin, Varaždin, A. M. Reljkovića 36

Osnovna škola "Dr. Ivan Merz", Zagreb, Račkoga 4.

Grčka

Perfecture of Rethimno, Crete: 8th Elementary school of Rethimo

Roussospiti Elementary School

2nd Preschool of Atsipopoulo

16th Elementary school of Rethimno

Elementary school of Fourfoura, Elementary school Alfa Milopotamou

Preschool Sgourokefaliou

Elementary school of Asi Gonia Rethimnou

Preschool of Agia Galini Rethimnou

Perfecture of Hrakleio, Crete: 38th Preschool of Hrakleio

Tefeliou Preschool Hrakleio

31st Elementary school of Hrakleio

Preschool of 10 Saints, Hrakleio

24th Preschool of Hrakleio

9th Elementary School of Hrakleio

29th Preschool of Hrakleio

1st Elementary school Agias Marinas Hrakleio

30th Preschool of Hrakleio

10th Preschool of Hrakleio

25th Preschool of Hrakleio

2nd Preschool Boutes Hrakleiou

3rd preschool of Arkaloxori

1ST Preschool of Zakros

Elementary school of Kastelli Padiados

36th preschool of Hrakleio, Preschool of Skalani Hrakleiou

2nd Elementary school of Archanes Hrakleiou

36th Elementary school of Hrakleio

*Perfecture of Agios Nicholaos, Crete:*2nd Elementary School Ierapetras

2nd Preschool Neapolis Lasithiou.

Italija

Istituto Comprensivo “Via Libertà” - San Donato Milanese (MI)

Istituto Comprensivo di “Via Acerbi” – Scuola d’infanzia L’ Aquilone - Pavia

Istituto Comprensivo di Bereguardo - Bereguardo e plesso di Vellezzo Bellini (PV)

Istituto Comprensivo di Certosa di Pavia - Certosa di Pavia (PV)

Istituto Comprensivo di Garlasco - Plesso di Dorno (PV)

Istituto Comprensivo di Piazza Vittorio Veneto - Vigevano (PV)

Istituto Comprensivo di Rivanazzano Terme- Rivanazzano Terme e plesso di Retorbido (PV)

Istituto Comprensivo di Siziano - Siziano (PV)

Istituto Comprensivo di via Scopoli – Scuola primaria “E. De Amicis, Scuola primaria “Gabelli”, Scuola primaria “F. Casorati”, Scuola primaria “Montebolone” - Pavia

Istituto Comprensivo di Villanterio - Villanterio e plesso di Vistarino (PV)

Istituto Comprensivo Rivanazzano - Scuola d’infanzia “E. Diviani – Salice Terme (PV)

Istituto Comprensivo Rivanazzano - Scuola dell’infanzia “Negrotto Cambiaso” Codevilla (PV)

Istituto Comprensivo Statale di Mortara - Mortara (PV)

Istituto Comprensivo Statale di via Angelini - Pavia

Scuola dell’infanzia “G. Vaccari” - Pavia

Scuola dell’Infanzia comunale “8 Marzo” - Pavia

Scuola dell’infanzia di Portalbera - Portalbera (PV)

Scuola Primaria paritaria “Maddalena di Canossa” - Pavia

Malta

St Margaret College- Żabbar Primary School A

St Margaret College -Żabbar Primary School B

St Margaret College - Cospicua Primary School

St Margaret College - Kalkara Primary School

St Margaret College - Xgħajra Primary School.

Portugal

Agrupamento de escolas Dr. Azevedo Neves

Agrupamento de escolas Dr. Ruy Luis Gomes

Santa Casa da Misericórdia de Almada

Casa das Cores

Švedska

Förskolan Bispgården

Hansåkerskolan

Himlavalvets förskola

Humlans förskola(Mosippan)

Järåskolan




Kullsta skola

Skolbackens förskola




Smultronets förskola

TEMA 1. Razvoj komunikacijskih vještina

Podtema 1. Učinkovita komunikacija

 CJELINA 1	 CJELINA 2	 CJELINA 3
Učinkovito slušanje	Razumijevanje emocija u komunikaciji	Razmjena ideja, suradnja, pregovaranje

Podtema 2. Asertivnost

 CJELINA 1	 CJELINA 2	 CJELINA 3
Izražavanje osjećaja i potreba	Zauzimanje za sebe	Asertivno rješavanje sukoba

PODTEMA 1. Učinkovita komunikacija

Vještina učinkovite međuljudske komunikacije je proces svladavanja aktivne i interaktivne vještine i kompetencije u komunikaciji, izražavanju i logici pa je upravo ova vještina nužna za stvaranje održivoga i visokokvalitetnoga odnosa među ljudima. Komunikacija ne završava kada pošaljemo poruku i kada na nju odgovori onaj kome smo je uputili. Važno je da poruka bude jasna i ispravno shvaćena. Dvosmjerni tijek komunikacije u sadržajnom smislu obiluje porukama o tome što sudionici razgovaraju, misle, osjećaju, namjeravaju. U odnosnom smislu, radi se o pridavanju važnosti onome što drugi izjavljuje, pokazivanju interesa kroz postavljanje pitanja o idejama i namjerama sugovornika.

Prvi set aktivnosti *Vještina učinkovitoga slušanja* omogućava djetetu upoznati, razumjeti i prihvatiti drugu osobu. Ovo je zahtjevna vještina i za odrasle, ali je važan preduvjet za učenje vještine davanja povratnih informacija i iskazivanja empatije, što je sadržaj drugoga seta aktivnosti. *Empatija* je sposobnost uživanja u emocionalna stanja druge osobe i razumijevanje njezina položaja na osnovi percipirane ili zamišljene situacije u kojoj se ta osoba nalazi. Radi se o životnim vještinama koje je moguće potaknuti dodatnim vježbanjem, a koje pridonose razvoju otpornosti djeteta i zajednice u kojoj takvo dijete živi. Davanje učinkovite povratne informacije moguće je jedino ukoliko u osnovi odnosa postoji prihvaćanje i težnja za razumijevanjem i dijeljenjem osjećaja i misli te razumijevanjem uzroka ponašanja. Povratna informacija bez empatije može biti učinkovita za utjecaj na tuđe ponašanje, ali je pogubna za građenje odnosa pripadanja i povjerenja. Treći set aktivnosti *Razmjena ideja, suradnja i pregovaranje* odnosi se na to kako djeca mogu unaprijediti svoje komunikacijske vještine koristeći pregovaranje i suradnju.

CJELINA 1. UČINKOVITO SLUŠANJE

- | | |
|-----------------------|---|
| Ciljevi učenja | <ul style="list-style-type: none"> • biti osjetljiv za različite zvukove iz okoline – slušati pažljivo • slušati što drugi govore • razumjeti što druga osoba govori |
|-----------------------|---|

CJELINA 2. RAZUMIJEVANJE EMOCIJA U KOMUNIKACIJI

- | | |
|-----------------------|---|
| Ciljevi učenja | <ul style="list-style-type: none"> • prepoznati i imenovati radost, tugu, ljutnju i strah na osnovi izraza lica i govora tijela • biti osjetljiv na potrebe osobe koja ima teškoću • razumjeti kako se drugi osjećaju na osnovi promatranja njihova neverbalnoga ponašanja |
|-----------------------|---|

CJELINA 3. RAZMJENA IDEJA, SURADNJA I PREGOVARANJE

- | | |
|-----------------------|--|
| Ciljevi učenja | <ul style="list-style-type: none"> • razumjeti da postoji više od jednoga rješenja u određenoj situaciji • predlagati kako promijeniti događaj da bi se došlo do rješenja u kojemu su svi pobjednici • uočiti i razumjeti da je suradnja ponekad jedini način rješavanja problema |
|-----------------------|--|
-

Savjeti za odgojitelj(ice)

1. Formirajte u nekom izdvojenom dijelu sobnoga prostora „kutić slušanja“ i neka on ondje bude neko vrijeme (barem dva tjedna). U kutić postavite dva stolca koji će biti označeni znakovima: stolac za onoga tko želi nešto ispričati i stolac za onoga koji u određenom dijelu dana želi biti slušač. U početku povremeno bez riječi sjednite Vi na jedan od ovih stolaca kako biste djecu motivirali na korištenje mogućnosti govorenja i slušanja. Ovo je važno i zbog toga što je za neke izjave potreban pravi trenutak i dijete mnogo toga nije spremno reći kada ga mi o tome pitamo. Važno je da zna da smo mu dostupni u nekom dijelu dana. Osim toga, odrasli su dobar model za djecu i veća je vjerojatnost da će i oni preuzimati uloge slušača ili govornika ako vide da je to i Vama zanimljivo. Ukoliko djeca budu koristila „kutić govorenja i slušanja“, on može postati stalan i postupno se nadograđivati s novim stolcima – za davanje i primanje pohvale, za davanje i primanje zagrljaja, za traženje i davanje savjeta i sl. Možete ga tada nazvati i „kutić brzih popravaka“.
2. U svakodnevnim situacijama koristite svaku priliku da podsjetite djecu da pažljivo slušaju jedni druge. Budite model za slušanje.
3. U mirnom dijelu sobe, najbolje u kutu, oformite šumski kutić s velikim lutkama ili slikama Sherlocka i Zelde. Napravite ploču s džepovima za male lutke (Sherlocka i Zelde) i maske za četiri osnovne emocije. Svako dijete može ponijeti lutku kući i odjenuti je uz pomoć roditelja. Lutka se može dovesti u šumski kutić gdje se može požaliti ili samo razgovarati s velikim Sherlockom i Zeldom. Ovisno o ranijem dogovoru za vikend ili posebnim situacijama, veliki Sherlock ili Zeldu mogu se ponijeti kući.
4. Budite svjesni da empatija čini djecu boljom u njihovim odnosima. Kada nema empatije, djeca trebaju pomoć da razumiju druge. Korisno je opisati njihove osjećaje – jer to je nekoj djeci teško.
5. Napravite ilustracije u vezi s onim što radite u okviru ove teme.

Cjelina 1. Učinkovito slušanje

Na kraju ovoga seta aktivnosti djeca će moći:

- biti osjetljiva za različite zvukove iz okoline – slušati pažljivo
- slušati što govore drugi
- razumjeti što druga osoba govori.

Aktivnost 1. Pogodi po zvuku!

Cilj učenja

Biti osjetljiv za različite zvukove iz okoline – slušati pažljivo.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

pažljivije slušati, usporediti i razlikovati zvukove.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Parovi bočica punjenih različitim sadržajem (pikule, kamenčići, pijesak, riža, kovanice i slično), glazba koja predstavlja Zeldu i Sherlocka, radni listić *Pogodi po zvuku*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Sjednite zajedno s djecom u krug. Recite djeci da imate bočice s različitim sadržajem. Uzmite u ruku dvije bočice i recite im da je jedna bočica napunjena rižom, a druga pijeskom. Protresite jednu bočicu, a zatim drugu i pitajte ih prepoznaju li čime je bočica napunjena. Zatim protresite i ostale bočice. Stanite u sredinu kruga i protresite različite bočice jednu po jednu. Zamolite nekoliko djece ili jedno dijete da pogode što se u bočici nalazi. Nakon pogađanja, pitajte djecu koji su zvukovi glasni, koji su tiši, koji im se zvukovi sviđaju, koji ne i zašto.
3. Razmjestite bočice po površini kruga. Dok djeca sjede u krugu, četvero djece dobiva zadatak pronaći dvije bočice s identičnim sadržajem. Ostala djeca potvrđuju jesu li bočice par. Nakon uspješno obavljenoga zadatka, djeca koja su u krugu moraju zažmiriti, a djeca koja su riješila zadatak mijenjaju raspored bočica u krugu kako bi sljedeća grupa djece mogla pronaći novi par.
4. Potom protresite jednu bočicu, a djeci dajte zadatak da pogode što je u bočici.

5. Pozovite djecu da upoznaju Zeldu i Sherlocka. Recite im: „Sada poslušate ove zvukove.“ Pustite glazbu. Jedan zvuk predstavlja ježicu Zeldu, a drugi vjeverca Sherlocka. „Poslušajmo još jednom.“ Pustite glazbu ponovno i pitajte djecu „Što mislite koji zvukovi nam pričaju priču o vjevercu Sherlocku?“. Nakon toga pustite neka svira malo glazbe u kojoj čujemo samo flautu: „Što sad Sherlock radi?“. „A sada da čujemo Zeldu (čelo).“ „Što sada radi Zeldu?“ Pustite u pozadini malo glazbe u kojoj se čuju i flauta i čelo i pitajte djecu: „Što možete sada čuti? Mislite li da su se sreli? Što rade?“
6. Podsjetite djecu na pravilo da učinkovito slušanje uključuje punu pažnju.



Predložite djeci da uz pomoć roditelja izrade zvečke sa zvukovima tako da kutijice pune različitim stvarima iz kućanstva. Recite im da s roditeljima mogu igrati igru pogađanja „Što je unutra“. Zvečke djeca mogu pokloniti mlađoj djeci u vrtiću ili ih koristiti za sličnu igru.



POGODI PO ZVUKU!

Sigurno kod kuće imate metalnu kutiju koju možete čvrsto zatvoriti. Upotrijebite ju za igru s djetetom; stavite unutra različite stvari koje možete naći u vašem kućanstvu (npr.: rižu, šećer, grah, kamenčiće, slatkiše itd.). Dijete treba uzeti kutiju, protresti je i probati pogoditi što je unutra. Ovu igru igrate u potpunoj tišini. Ako dijete želi, ono može potajno ispuniti kutiju nečim po svojem izboru i onda vi možete pogađati što je unutra.

Napišite na papir zvukove koje je dijete odmah prepoznalo (++), one koje je prepoznalo nakon nekoliko pokušaja (+/-) i one koje je naučilo prepoznavati tek tijekom igre (+).

Izaberite koju će od napravljenih zvečki dijete ponijeti u vrtić.

Što je u kutiji?

+ +/- ++



Aktivnost 2. Pogodi po glasu!

Cilj učenja

Slušati što govore drugi.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

pažljivije slušati sugovornika.

Razina

Srednja

Potreban pribor

Povez za oči, glazba koja predstavlja Zeldu i Sherlocka, radni listić *Pogodi po glasu*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje
2. Ukažite djeci na što je važno usmjeriti pažnju kad nekoga slušamo:
 - primiti kratku verbalnu poruku
 - ne prekidati dok druga osoba govori
 - usredotočiti se na to što druga osoba govori
 - dati verbalnu ili neverbalnu povratnu informaciju.
3. Pozovite djecu da sjednu u krug. Objasnite im da ćete igrati igru *Glas*. Kažite im da je za igru potrebna prava tišina. Izaberite jedno dijete koje sjedne u sredinu kruga i prekrijte mu oči poveзом. Vi se krećite izvan kruga oko druge djece i jedno dijete u krugu dotaknite rukom po ramenu. To se dijete treba obratiti djetetu u krugu. Može ga pozvati imenom ili mu reći nešto drugo. Zadatak djeteta u krugu je pogoditi tko ga je pozvao. Kad pogodi, u krug ulazi dijete čiji je glas prepoznat i on preuzima ulogu pogađača, a vi dotaknete drugo dijete. Igra se nastavlja dok ima interesa. Igra se otežava na taj način da se dotaknuto dijete predstavi imenom nekoga iz skupine. Npr. *Ja sam Marko* (a zapravo se zove Filip). Dijete koje ima zadatak prepoznati glas, odgovara *Ne ti nisi Marko, ti si Filip*.
4. Podijelite djecu u dvije skupine i recite im da će čuti kratku priču uz glazbu. Jedna skupina predstavlja ježeve, a druga vjeverice. Počnite govoriti svoju priču koristeći flautu u pozadini: „Jednog dana Sherlock je skakao po šumi“. Ohrabrite skupinu djece koja je dobila ulogu vjeverice da se kreću po sobi. „Htio se igrati, ali na šumskom igralištu nije bilo nikoga. Odjednom začuje nečije korake.“ Sada pustite glazbu koja predstavlja Zeldu (čelo): „To je bila Zelda koja se polako približava igralištu.“ Potaknite skupinu djece koja ima ulogu ježića da se kreću po sobi. Pustite zvukove i flaute i čela zajedno. „Zelda i Sherlock su se sreli“. Djeca se iz obje skupine susreću i pozdravljaju jedni druge pokretima – govor nije dozvoljen. „Odlučuju da će se malo poigrati. Skaču i prevrću se. Igraju se lopticama.“

5. Na kraju ove igre pokretima uz glazbu pustite malo glazbe s flautom, čelom, klavirom potičući djecu na različite pokrete, još uvijek bez glasa. Trebaju se usredotočiti na zvuk instrumenata i na svoje vlastite pokrete.



Predložite djeci da s roditeljima odigraju igru *Kućice, tko u tebi stanuje?* prema uputama u radnom listiću.



POGODI PO GLASU – KUĆICE, TKO U TEBI STANUJE?

U vašoj obitelji sigurno postoji kućica za igru, šator ili stol koji se može prekriti plahtom. Potrebno vam je ovo skriveno mjesto da biste igrali igru *Kućice, tko u tebi stanuje?*.

Sakrijte se u kućicu, a djetetov zadatak je da pita „Hej, kućice, tko u tebi stanuje?“. Kad čujete pitanje, oglasite se kao krava, konj, kokoš, vuk, ptica itd. Djetetov je zadatak da pogodi koja životinja živi u kućici.

Napišite na papir zvukove koje je dijete prepoznalo odmah (++), one koje je prepoznalo nakon više pokušaja (+/-) i one koje je naučilo prepoznavati za vrijeme igre.

Tko je bio u kućici?

+ +/- ++



Aktivnost 3. Poslušaj moju priču

Cilj učenja

Razumjeti što druga osoba govori.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

pažljivo slušati sugovornika.

Razina

Napredna

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste – vjeverac, ježica, mjesec, kulise za pričanje priče *Razgovor s mjesecom*, nosač zvuka s kratkim skladbama koje simboliziraju ježa i vjevericu, uređaj za reprodukciju glazbe, materijal za crtanje – drveni ugljen, izduljeni papir (rola trgovačkog papira ili pak papira), fiksativ (lak za kosu), radni listić *Slušaj moju priču*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pozovite djecu da sjednu u krug. Pokažite djeci pljeskanjem razliku između brzoga i sporoga, a glasom razliku između glasnoga i tihoga. Provjerite jesu li vas djeca razumjela. Nakon što ste se uvjerali da su vas svi razumjeli, pustite brzu pa sporu kompoziciju *ježa i vjeverice*. Potaknite ih da se kreću u skladu s glazbom. Potom s djecom razgovarajte o razlikama u tempu. Jež je spor, a vjeverica je brza (analogija). Postupak ponovite sa skladbama glasno – tiho. Kako razgovaramo kad smo različito raspoređeni? Kad smo brzi, kad smo spori, kad smo glasni, kad smo tihi?
3. Lutke pričaju priču *Razgovor s mjesecom*:

Razgovor s mjesecom

Likovi:

Vjeverac

Ježica

Mjesec

1. scena

(Sumrak u šumi.)

Ježica: Jabučica, gljivica, žuta bobica... Hrsknem jednu, gricnem drugu, žvaknem treću...

Vjeverac: Hej, ježice bodljikavice! Stižem na večeru!

Ježica: Već jedem, repati, pusti me da završim.

Vjeverac: Donio sam lješnjake i maline, a našao sam i, pazi sad – ta-dam! – kikiriki!

Ježica: Kikiriki?!

Vjeverac: U ljusci je, ali ja ću ti poglodati ljusku i onda ćemo zajedno...

Ježica (*rado bi gricnula kikiriki, ali očito ima nešto drugo na umu*): Nećemo.

Vjeverac: Jasno da hoćemo.

Ježica: Nemam vremena zato što... Čim pojedem, idem na stijenu.

Vjeverac: Dobro, ako baš hoćeš, idemo na stijenu.

Ježica: Ja idem sama!

Vjeverac: Ne brini, neću te pustiti samu.

Ježica: Dobro, zašto me ne slušaš?

Vjeverac: Kako te ne bih slušao, idemo na stijenu poslije večere. (*Počinje brzo jesti svoje i njezino; govori punih usta*) I moramo se požuriti. Sve sam čuo.

Ježica (*sad već malo podiže ton*): Ja idem sama!!

Vjeverac: Da, idemo sami. Daj požuri s tim jelom! Premda, stvarno ne znam zašto idemo na stijenu, tamo je dosadno.

Ježica (*više mu na uho*): Ti ne ideš na stijenu!

Vjeverac: Bodljikavice, učinilo mi se da si rekla nešto što ne želim čuti.

Ježica: Kad bi ponekad malo zatvorio usta, možda bi nešto i čuo, repati!

Vjeverac: Ja?! Ja sam prvak svijeta u zatvaranju usta. Gledaj! (*Pokazuje kako će šutjeti.*)

Ježica: Pokvario si mi večeru.

Vjeverac: Kad si danas čudna!

Ježica: Eto, i opet pričaš umjesto da slušaš.

Vjeverac: Šutim!

Ježica: Pokvario si mi večeru. (*Čeka da vjeverak progovori, ovaj se suzdržava.*) Zato se ljutim na tebe. (*Opet malo pričekaj, sad je već iznenađena vjeverkovom šutnjom.*) Pa ti stvarno šutiš! (*Vjeverac jako klima glavom, živo gestikulira, ali šuti.*) Dobro, onda ću ti reći sve. Prolazila sam sinoć ispod stijene, tamo, znaš, ima slasnih borovica. A iznad stijene se dizao veliki mjesec. Okrugao i žut. I tako me milo gledao tim svojim očima.

(*Vjeverac zausti kao da će nešto reći, ali se sjeti da mora šutjeti, pa samo žustro klimne.*)

Ježica: Ni sama ne znam kako sam se našla na vrhu stijene. Mjesec je tamo tako blizu. Nećeš nikome reći ako ti kažem što se dogodilo?

Vjeverac: Nikome!

Ježica (*oklijeva, ali ipak kaže*): Onda sam razgovarala s mjesecom.

Vjeverac: Nemoguće!

Ježica: Rekla sam mu *Dobra večer*, a on mi je odgovorio. A njegov glas je iz daljine zvučao kao sitni zvončići, kao visibabe kad u proljeće šapuću, kao zrnca vode u plavom jezeru...

Vjeverac: Pusti me da idem s tobom večeras, jako bih želio to čuti, jako, jako, jako...

Ježica: Ne znam hoće li htjeti razgovarati sa mnom ako ne dođem sama.

Vjeverac: Molim te, stara bodljikava prijateljice, najdraža moja grickalice, najljepša moja ljutilice...

Ježica: Dobro, idemo.

2. scena

(Glazba. Put prema stijeni. Polako se uzdiže mjesec. Okrugao i žut.)

3. scena

(Na vrhu stijene, kao na vrhu male planine. Iznad je mjesec.)

(Ježica i Vjeverac upravo su se uspeli na stijenu. Zapuhani su, osobito ona. Vjeverac malo pomaže Ježici. Sjednu.)

Ježica (ugledala je mjesec, odjednom počinje govoriti tiho): Vidi ga!... Pst!

Vjeverac: Što je bilo?

Ježica: Vidi ga!

Vjeverac (zadivljeno): Kao najljepša zrela marelica... Divovska i slatka i mirisna...

Ježica: Ili suncokret pun slatkih sjemenki...

Vjeverac: Srebrni kolut...

Ježica: Zlatno sjaji...

Vjeverac: Hoćemo li ga pozdraviti?

Ježica: Pođimo zajedno.

Vjeverac i **Ježica** (govore glasno i prema mjesecu): Mjeseče, dobra večer.

Glas: Dobra večer, dobra večer.

Ježica: Došli smo te pozdraviti.

Glas: Pozdraviti, pozdraviti...

Ježica: Večeras sam dovela i prijatelja.

Glas: Prijatelja, prijatelja..

Vjeverac: Lijepi mjeseče, dobra večer.

Glas: Dobra večer, dobra večer.

Ježica: (Vjevercu) Oh, kako sam sretna! (glasno) Mjeseče, divan si! Ova je večer najljepša na svijetu!

Glas: Najljepša na svijetu... Najljepša na svijetu!

Ježica: Ja sam najljepša na svijetu?

Glas: Najljepša na svijetu... Najljepša na svijetu!

Ježica: Od svih stvari koje su mi se ikada dogodile, ova je najbolja!

Glas: Najbolja... najbolja...

Ježica: Ja sam najbolja?

Glas: Najbolja... najbolja...

Ježica: Jesi ga čuo?

Vjeverac (nije mu pravo, počinje tiho, nastavlja glasnije): Mjeseče, ti nju ne poznaješ tako dobro. Ona zna biti i bodljikava i mrgudava...

Glas: Bodljikava i mrgudava... Bodljikava i mrgudava...

Ježica: Što si to sad napravio? Zašto sve moraš pokvariti?

Glas: Pokvariti... pokvariti...

Vjeverac (odjednom mu je nešto čudno): Stani malo.

Ježica: Ti stani malo. Sve si pokvario.

Glas: Pokvario... pokvario...

Vjeverac: Meni je ovo čudno.

Ježica: Nije čudno nego je strašno. (*viče*) Strašno!

Glas: Strašno... strašno...

Ježica: Evo, i mjesec se slaže sa mnom. (*Šmrca.*)

Vjeverac: Ne, slušaj. Ovo je čudno. Ovaj tvoj mjesec samo ponavlja što mi kažemo.

Ježica: Koješta.

Glas: Koješta... koješta...

Vjeverac: Evo, opet je ponovio.

Ježica: Što je ponovio?

Glas: Ponovio... ponovio...

Vjeverac: Pazi sad. (*viče*) Trnje, grmlje, kopriva...

Glas: Trnje, grmlje, kopriva... Trnje, grmlje, kopriva...

Vjeverac: Čičak, smičak...

Glas: Čičak, smičak... čičak, smičak...

Ježica: Nemoguće... pa to onda znači...

Vjeverac: Da veliki mjesec ne razgovara s nama. To je obična jeka...

Ježica: Nikad čula. Jeka?

Glas: Jeka... jeka... jeka...

Vjeverac: Pričao mi je djed kako se jednom izgubio u šumi kad je bio mali. I kako se popeo na vrh stijene da pronađe put kući. I onako očajan, promrzao i uplašen, viknuo je nešto u mrak. I čuo kako mu mjesec odgovara... Ali to je bio samo njegov glas koji mu se vraćao. To ti se zove jeka.

Ježica: Jeka.

Glas: Jeka... jeka... jeka...

Ježica: Sad se osjećam tako jadno... A ja sam mislila da mi veliki mjesec odgovara!

Vjeverac: Nemoj tako. Nisi znala. Sad znaš. Ali... možda bismo se mogli s tom jekom i poigrati.

Ježica: Kako se poigrati?

Vjeverac (*viče*): Slušaj, šumo!

Glas: Slušaj šumo... slušaj šumo...

Ježica: Sretni i veseli...

Glas: Sretni i veseli... sretni i veseli...

Ježica: I svima žele miran san..

Glas: Miran san.. miran san...

Vjeverac: I sutra još bolji dan..

Glas: Još bolji dan... još bolji dan...

(*Smiju se. Njihov smijeh zvoni u odjeku jeka.*)

Ježica: Daj da ti sad povadim te čičke iz repa.

Vjeverac: Au, pazi, boli...

Ježica: Mora malo. Smiri se. Još jedan. Evo.

Vjeverac: Idemo se malo odmoriti. Ovdje je lijepo.

Ježica: Laku noć, šumo!

Glas: Laku noć, šumo.... Laku noć, šumo...

(Smiruju se, zaspali će.)

Vjeverac: Odmakni se malo, bodeš me.

Ježica: A ti smiri taj rep, šaklja me po nosu.

Vjeverac: Hoćemo se sutra opet doći igrati s jekom, ježice bodljikavice?

(Ježica ne odgovara. Zaspala je. I vjeverac se smiruje. Duboko udahne, okrene se nekoliko puta i smiri. Spavaju. Trenutak se ništa ne događa. Zatim mjesec oživi. Trepne očima, pogleda ih i nasmije se zvonko, baš kao što se mjesec smije.)

Mjesec: Spavaju. I ježica bodljikavica i repati vjeverac. Sanjaju debele maline i slasne orahe. Sanjaju kako pričaju sa mnom, kako brbljamo duboko u mrklu noć. Vidite li kako se smiješe u snu? Znae što, sutra kad se popnu na stijenu da bi se igrali s jekom, ja ću im odgovoriti! Uh, kakvo će to iznenađenje biti! *(Opet se smije, kao da zvončići zvone...)*

4. Razgovarajte s djecom tako da ih pitate:

- Što se dogodilo u priči?
- Koji likovi su razgovarali?
- Je li mjesec što rekao?
- Može li netko opisati jeku?

5. Recite djeci da ćete sada igrati igru „Slušaj pažljivo“. Brojalicom odredite jedno dijete da ukratko ispriča svoj omiljeni doživljaj. Ostala djeca u grupi imaju zadatak da dijete pažljivo slušaju. Potom jedno dijete od onih koji su slušali doživljaj imaju zadatak ponoviti ga. Ostala djeca dodaju što je dijete propustilo ponoviti.

6. Pozovite djecu da zajedno na velikom papiru nacrtaju što su čuli (ilustriraju priču).



Predložite djeci da roditeljima ispričaju osobni najdraži doživljaj i zamole roditelje da to što su čuli nacrtaju tehnikom po izboru (drvene bojice, flomasteri, tempere...). Djeca će crtež donijeti idući dan u vrtić. Osigurajte prostor na kojem će radovi biti izloženi tijekom tjedna i ohrabrujte djecu da govore o tome kako je uradak nastajao (crtežu/slici).



SLUŠAJ MOJU PRIČU

Molimo vas, porazgovarajte sa svojim djetetom o nekom njegovom doživljaju koji mu je osobito drag, a vi nacrtajte prizor koji vam je dijete opisalo (bojicom, flomasterom, olovkom,...). Dopusite mu da korigira vaš crtež u skladu s njegovim doživljajem.



Cjelina 2. Razumijevanje emocija u komunikaciji

Na kraju ovoga seta aktivnosti djeca će moći:

- prepoznati i imenovati radost, tugu, ljutnju i strah na osnovi izraza lica i govora tijela
- biti osjetljiva na potrebe osobe koja ima teškoću
- razumjeti kako se drugi osjećaju na osnovi promatranja njihova neverbalnoga ponašanja.

Aktivnost 1. 4 emocije

Cilj učenja

Razvoj sposobnosti prepoznavanja i imenovanja osnovnih emocija na osnovi izraza lica i govora tijela.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

prepoznati i imenovati radost, tugu, ljutnju i strah na osnovi izraza lica i govora tijela.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, izrezane slike, fotografije lica iz časopisa, ljepilo, 4 panoa za lijepljenje slika koja su u dogovoru s djecom označena znakom za pojedinu emociju (npr. suza za tugu), radni listić 4 emocije



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pročitajte djeci sljedeću priču koristeći se lutkama za ruku ili prste:

Zeldin rođendan

Zelda je bila jako uzbuđena. Navečer je jedva zaspala, a ujutro se jako rano probudila i požurivala mamu da što prije krenu u vrtić. Obukla je svoju najbolju haljinicu i počesljala bodlje. Čak je stavila i mašnicu u kosu. Mama je u vrtić ponijela kolačiće od mrkvice i kanticu soka od jabuke koji je Zelda jako voljela. Danas je bio njezin dan – imala je točno četiri godine. U vrtić je stigla prva. Kada je vidjela da nikoga nema, zabrinula se da njezini prijatelji danas neće doći. A tako se veselila da će svoj rođendan proslaviti u vrtiću. Uskoro se pojavio Sherlock. Rekao je: “Dobro jutro Zelda, dobro jutro teta. Zelda idemo se igrati u kutić kuhinje” Zelda ga je ljuto pogledala i

rekla "Neću. Danas nije dan za igru u kutiću kuhinje. Već imamo kolačiće i sok". Sherlock je bio njezin najdraži prijatelj i jedva je čekala da on dođe u vrtić i čestita joj rođendan. "Izgleda da je zaboravio koji je danas dan", ljutito je mislila Zelda. Sjedila je namrštena i sama u jednom kutu sobe i lupala nogama o pod. A onda su počeli dolaziti i drugi prijatelji i svi su ju pozdravljali, ali nitko joj nije čestitao rođendan. Zelda je bila sve tužnija i tužnija... U jednom trenutku teta je pitala: "Djeco znate li tko je danas dijete dana?" "Zelda!" uglas su povikali prijatelji i svi se skupili oko Zelde i počeli pjevati: "Sretan rođendan ti..." Zelda je bila jako sretna. Shvatila je da su prijatelji čekali da svi dođu u vrtić i onda ju zajedno iznenade rođendanskom čestitkom. Teta je na stol iznijela kolačiće od mrkve i sok od jabuke i pustila veselu glazbu na koju svu zaplesali.

3. Potaknite djecu da opišu kako se sve Zelda osjećala i da ukratko prepričaju priču kako bi se podsjetili kako je Zelda bila zabrinuta, pa se ljutila, pa bila tužna i na kraju vesela.
4. Odglumite izrazom lica i pokretima tijela 4 vrste osnovnih emocija i pozovite djecu da nastoje odrediti kako se pritom osjećate.
5. Potom djeca glume emocije jednu po jednu i igraju igru pantomime na temu *Pogodi kako se osjećam*.
6. Odredite u dogovoru s djecom kako ćete nacrtati svaku emociju na panou (npr. suza za tugu). Potom pozovite dijete koje zna pisati da napiše ime emocije (ako ni jedno dijete ne zna pisati, napišite Vi).
7. Postavite na stol jednu kutiju u kojoj su fotografije različitih lica. Potom jedno dijete izvlači jednu fotografiju, kaže koju emociju fotografija pokazuje, pita ostalu djecu slažu li se s tim i zatim lijepi fotografiju na odgovarajući pano. Nakon toga na red dolazi sljedeće dijete i tako sve dok pokazuju interes za aktivnost.



Predložite djeci da s roditeljima izrade četiri maske za četiri osnovne emocije: radost, tugu, ljutnju i strah. Predložite im da maske donesu u vrtić kako bi povremeno mogli koristiti svoju masku kako misle da se trenutačno osjeća njihov prijatelj ili oni sami.



4 EMOCIJE

Molimo vas da zajedno s djetetom napravite četiri maske za četiri osnovne emocije: radost, tuga, ljutnja i strah. Vaše dijete može ih donijeti u vrtić i upotrijebiti s vremena na vrijeme da pokaže prijateljima kako se osjeća ili kako misli da se oni osjećaju.

Zabilježite kako ste izrađivali maske – tko je sudjelovao, koliko ste vremena proveli u zajedničkoj izradi, je li bilo zanimljivo, jeste li ih koristili u zajedničkoj igri i sl.



Aktivnost 2. Moja je lutka bolesna

Cilj učenja

Biti osjetljiv na potrebe osoba koje imaju teškoće.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

staviti se u poziciju osobe kojoj je teško i odgovarajuće reagirati.

Razina

Srednja

Potreban pribor:

Lutka ili plišana životinja koju će dijete donijeti od kuće, bijela kuta i stetoskop za liječnike, papirići za recepte, stolci i čekaonici u čekaonici, materijali koji su potrebni za formiranje kutića ljekarne, dječji krevetići, spužve ili krevetići za lutke koji mogu poslužiti za formiranje privremene bolnice za lutke, radni listić *Moja je lutka bolesna*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Najavite djeci da će u vrtić doći liječnici (ulogu liječnika mogu preuzeti roditelji, studenti na praksi u vrtiću, volonteri ili studenti medicine u okviru nekih svojih vježbi). Dogovorite se s njima da svatko od kuće donese svoju omiljenu lutku plišanca i da odluči što se s lutkom događa kako bi ju liječnik mogao pregledati.
3. U prostoru vrtića improvizirajte čekaonicu i ambulantu na više mjesta te predložite djeci da dođu liječniku sa svojom lutkom, čekaju u čekaonici i obavljaju liječnički pregled na kojem detaljno govore liječniku što je lutki i kako se osjeća. Liječnik ju brižno pregledava i daje upute o tome što dijete treba činiti kako bi lutki bilo bolje.
4. Dijete dobiva upute o liječenju i recepte te odlazi od liječnika u ljekarnu gdje objašnjava što se s lutkom dogodilo i dobiva upute o korištenju lijeka. Ili možda nabavlja zavoje i sve što je potrebno da bi se nje govala ozlijeđena noga i sl.
5. Lutke se na kraju odmaraju na krevetićima ili na nekom drugom ugodnom mjestu, a djeca se i dalje brinu o njima tijekom dana.



Dijete lutku odnosi kući i objašnjava roditeljima što je liječnik rekao i što treba činiti.



MOJA JE LUTKA BOLESNA

Zadatak je vašega djeteta da kući donese lutku koja je bila kod liječnika i da vam objasni koje su liječnikove preporuke za liječenje lutke. Molimo vas da, što detaljnije možete, napišete u okvir što vam je dijete reklo.



Aktivnost 3. Tuđe cipele

Cilj učenja

Razumjeti kako se drugi osjećaju na osnovi promatranja njihova neverbalnoga ponašanja.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

razumjeti kako se osjećaju drugi promatrajući njihove pokrete, položaj tijela i izraz lica.

Razina

Napredna

Potreban pribor

Različite cipele, papuče nabavljene u suradnji s roditeljima, radni listić *Tuđe cipele*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Svi ustanu i kreću se na zadani način:
 - hodajte kao s nogom u gipsu, kao kraljevi, kao kauboји, kao da te žuljaju cipele, kao da su ti prevelike cipele...
 - hodajte po travi, blatu, kamenju, po vrućoj cesti, po vodi, prelazite potok po kamenju...
 - kao da ste sretni, tužni, preplašeni...
 - kao kad nosite teške stvari, kad nosite posudu u kojoj je tekućina...
3. Nakon toga slijedi razgovor - koji je hod bio posebno zanimljiv, koji im je bio posebno težak, kako misle da sami izgledaju dok hodaju.
4. Igra se može nastaviti tako da svako dijete obuđe cipele koje nisu njegove (neku od obuće koju su prikupili). Djeca imaju zadatak provesti neko vrijeme u tuđim cipelama, hodati po sobi, igrati se.
5. Na kraju ih pitajte kako su se osjećali u tuđim cipelama i što misle čije su to cipele bile i kakva je to bila osoba. Podsjetite ih na priču o Zeldinom rođendanu. Predložite im da izaberu uloge pripovjedača, Zelde i njezinih prijatelja i odglume priču.



Predložite djeci da hodaju na određeni način (kao što su radili u vrtiću), a da roditelji pogađaju je li to hod sretnoga, tužnoga, ljutoga djeteta, onog kojeg nešto boli, razočaranoga i sl. Djeca će iz vrtića/škole donijeti listu mogućih načina hodanja i kraj svakoga načina hodanja bit će omogućeno označiti je li roditelj uspio prepoznati stil hodanja ili nije.



TUĐE CIPELE

Molimo vas, poigrajte se sa svojim djetetom. Ono će vam pokazivati različite načine hodanja, a vi nastojte pogoditi o kojem se osjećaju ili posebnoj situaciji radi. Zabilježite koje ste vrste hoda i izraza lica prepoznali.

Hodanje kao:

- s nogom u gipsu
- kraljevi
- kauboji
- da dijete žuljaju cipele
- kao da su cipele prevelike
- da je dijete sretno
- da je tužno
- da se boji
- da nosi tešku stvar
- da nosi posudu u kojoj je tekućina

Hodanje po:

- blatu
- vodi
- kamenju
- vrućem pijesku



Cjelina 3. Razmjena ideja i konstruktivno rješavanje problema

Na kraju ovoga seta aktivnosti djeca će moći:

- razumjeti da postoji više od jednog rješenja u određenoj situaciji
- predlagati kako promijeniti događaj da bi se došlo do rješenja u kojem su svi pobjednici
- uočiti i razumjeti da je suradnja ponekad jedini način rješavanja problema.

Aktivnost 1. Priče o Crvenkapici

Cilj učenja

Razumjeti da postoji više od jednoga rješenja u određenoj situaciji.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći će:

prepoznati da za iste situacije postoje različiti ishodi i da je moguć dogovor.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Pano za lutkarsku predstavu, lutke za dramatizaciju priče o Crvenkapici: Crvenkapica, baka, vuk, lovac (lutke ruku ili prste, lutke na štapu), kulisa: drveće, cvijeće, bakina kuća, radni listić *Omiljena priča*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pripremite i izvedite lutkarsku predstavu poznate bajke *Crvenkapica* prema tekstu braće Grimm. Počnite priču govoreći „Ovu je priču Zeldi ispričao njezin djed...“
3. Nakon predstave razgovarajte s djecom o njihovu doživljaju bajke, postavljajući im pitanja:
 - Što vam je bilo najopasnije u priči?
 - Što vam se najviše svidjelo? Što vam se nije svidjelo?
 - Čega ste se bojali?
 - Biste li nešto promijenili u priči?
4. Ponovno dramatizirajte priču s promijenjenim krajem – npr. vuk je bio gladan i kad je došao u bakinu kuću to joj je rekao, a ona ga je pozvala da ruča zajedno s njom i njezinom unukom koja joj stiže u posjet i nosi ručak. Crvenkapica putem sretne lovca i oni skupa dolaze s košarom

punom hrane. Nakon slasnoga ručka, svi se uhvate u krug i plešu.

5. Nakon ove dramatizacije ponovno razgovarajte s djecom o tome koja im se priča više sviđa.
6. Pano, kulise i lutke ostavite u prostoru i omogućite djeci da dramatiziraju priču na način koji im se sviđa.



Dogovorite se s roditeljima da i u obitelji neku od omiljenih djetetovih bajki ispričaju na način da je kraj takav da svi dobivaju.



OMILJENA PRIČA

Molimo ispričajte svojem djetetu njegovu omiljenu priču. Nakon što ju ispričate, zajedno s djetetom promijenite kraj priče na način da u priči nema gubitnika.

Naša omiljena priča je _____
i obično ju priča _____.

Promijenili smo priču i sada je kraj ovakav:



Aktivnost 2. Nedovršena priča

Cilj učenja

Razmotriti i predlagati kako promijeniti događaj da bi se došlo do rješenja u kojem su svi na dobitku.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

predložiti kako promijeniti tijek događaja da svima bude dobro.

Razina

Srednja

Potreban pribor

Pano za lutkarsku predstavu, lutke za dramatizaciju priče o Pepeljugi braće Grimm: Pepeljuga, maćeha, dvije polusestre, dobra vila, kraljević (lutke za ruku ili prste, lutke na štapu), kulise: kuća s ognjištem, kočija, dvorac, radni listić *Nedovršena priča*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pripremite i izvedite lutkarsku predstavu poznate bajke o Pepeljugi prema tekstu braće Grimm. Počnite priču govoreći: „Ovu je priču Sherlocku ispričala njegova baka...“
3. Nakon predstave Sherlock razgovara s djecom o njihovu doživljaju bajke, postavlja pitanja o tome što im se najviše sviđjelo, a što nije i pita ih bi li nešto promijenili. Djeca daju prijedloge o tome kako bi se mogao promijeniti tijek bajke da bi kraj bio ugodan za sve likove (da jedna sestra posudi svoju haljinu, da joj druga uredi kosu i da zajedno idu na bal ili da polusestre i maćeha odu na bal, ali se maćeha predomisli i pošalje kočiju po Pepeljugu i sl.).
4. Djeca nakon razgovora biraju uloge i dramatiziraju priču na razne načine s promijenjenim ponašanjem likova i krajem koji je dobar za sve likove.



Predložite djeci da zajedno s roditeljima promijene kraj neke njima omiljene bajke i da ju nacrtaju u 6 slika (kao strip).



NEDOVRŠENA PRIČA

Molimo vas, poigrajte se sa svojim djetetom tako mu ispričate njegovu omiljenu bajku i potaknete ga da zajedno izmislite novi kraj. Nacrtajte svoju promijenjenu bajku kao priču (strip) u šest slika.



Aktivnost 3. Suradnja

Cilj učenja

Uočiti i razumjeti da je suradnja ponekad jedini način rješavanja problema.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

češće se suradnički ponašati u igri s vršnjacima.

Razina

Napredna

Potreban pribor

Dvije staklene boce s po deset plutenih čepova na koncima (grlo boce je dovoljno veliko da se lagano izvuče jedan čep), radni listić *Suradnja*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Podijelite skupinu na dvije podskupine (do desetero djece u svakoj grupi). Djeca stanu oko boce i svako dijete primi kraj jednog konca (Svi čepovi su u boci, a krajevi konca vire iz boce.). Dajte djeci uputu da na vaš znak počnu vaditi čepove iz boce. Kažite da će prvo izvlačenje biti probno, a da nagradu dobiva skupina koja u drugom pokušaju prva izvuče sve čepove iz boce. Pobijedit će skupina čiji se članovi prvi uspiju dogovoriti o redosljedu izvlačenja.
3. Slijedi razgovor o tome kako su se djeca ponašala u prvom pokušaju i što su morali učiniti da riješe problem.
4. Svaka skupina daje prijedlog teksta pouke koju su iz ove igre naučili, rade plakat s tom izrekom i stavljaju ga na vidno mjesto.



Podijelite djeci radni listić *Suradnja* i zamolite ih da razgovaraju s roditeljima o njihovoj suradnji s roditeljima.



SURADNJA

Molimo vas da se s djecom prisjetite situacija kada vam je bilo teško međusobno surađivati i kako ste riješili takve situacije.

Situacija 1

Rješenje:

Situacija 2

Rješenje:



PODTEMA 2. Asertivnost

Biti asertivan znači ponašati se odlučno, ali ne i agresivno, znači uvažavanje, ali ne i submisivnost. Asertivnost omogućuje pojedincu da se izbori za sebe, a da pritom ne nanese štetu drugome. Djeca koja se zauzimaju za sebe jasno izražavaju svoje potrebe, daju povratnu informaciju o ponašanju drugih koja im smetaju, objašnjavaju razloge zbog kojih ih to ponašanje smeta, jasno izražavaju svoje želje i, ukoliko je potrebno, ponavljaju ih više puta. Ona su u stanju reći NE, NE ŽELIM, NE MOGU, iskazuju razumijevanje za drugu osobu i mogu obraniti vlastita stajališta ili integritet, a da ne naštetite drugome. Djeca nemaju priliku vježbati asertivno ponašanje ako nisu u stvarnom ili zamišljenom sukobu s okolinom. Razlikujemo sukobe u koje djeca ulaze jer nastoje zadovoljiti neke od svojih potreba i sukobe do kojih dolazi jer druga djeca ili odrasli na bilo koji način svojim ponašanjem i zahtjevima narušavaju djetetov tjelesni i emocionalni integritet ili ugrožavaju njegovu imovinu i vrijednosti.

Okruženje u kojem djeca mogu vježbati asertivno ponašanje podržava ih u tome da poštuju sebe, daje im pravo da se predomisle, omogućava im vrijeme za razmišljanje i oslobađa ih odgovornosti za ponašanja i emocionalna stanja odraslih. Vještina asertivnoga ponašanja podupire vještine slušanja i razumijevanja drugih. Nedostatak asertivnoga ponašanja može se kod djece umjesto vještina slušanja i razumijevanja drugih razviti u submisivnost i pasivnost, dok se umjesto vještine izražavanja vlastitih potreba i zauzimanja za sebe može razviti sebičnost i neosjetljivost na potrebe drugih.

CJELINA 1. IZRAŽAVANJA OSJEĆAJA I POTREBA

- | | |
|----------------|--|
| Ciljevi | <ul style="list-style-type: none"> • prepoznati i imenovati osnovne osjećaje |
| učenja | <ul style="list-style-type: none"> • prepoznati i isprobavati različite načine izražavanja osjećaja • prepoznati povezanost između verbalnoga i neverbalnoga načina izražavanja osjećaja |

CJELINA 2. ZAUZIMANJE ZA SEBE

- | | |
|----------------|---|
| Ciljevi | <ul style="list-style-type: none"> • naučiti da se odgovor NE treba poštovati |
| učenja | <ul style="list-style-type: none"> • korisiti ja-poruke u izražavanju vlastitih osjećaja • izražavati nezadovoljstvo uz istovremeno uvažavanje drugih |

CJELINA 3. ASERTIVNO RJEŠAVANJE SUKOBA

- | | |
|----------------|--|
| Ciljevi | <ul style="list-style-type: none"> • razlikovati pristojan i nepristojan govor |
| učenja | <ul style="list-style-type: none"> • razlikovati situacije slaganja i sukoba • uočiti različite načine rješavanja sukoba |
-

Savjeti za odgojitelj(ice)

1. Pokažite djeci bezuvjetnu ljubav i prihvaćanje na način koji je usklađen s dobi djeteta.
2. Ukazujte djeci na granice dozvoljenoga ponašanja, podsjećajući ih na pravila i ohrabrujući ih na izražavanje vlastitih osjećaja na primjeren način.
3. Pohvaljajte asertivno ponašanje djece.
4. Omogućite situacije u kojima će djeca imati priliku vježbati asertivno ponašanje.
5. Ohrabrujte rasprave o osjećajima, očekivanjima i problemima djece.
6. Potičite djecu na preuzimanje odgovornosti za vlastito ponašanje.

Cjelina 1. Izražavanje osjećaja i potreba

Na kraju ovoga seta aktivnosti djeca će moći:

- prepoznati i imenovati osnovne osjećaje
- prepoznati i isprobavati različite načine izražavanja osjećaja
- prepoznati povezanost između verbalnoga i neverbalnoga načina izražavanja osjećaja.

Aktivnost 1. Svijet osjećaja

Cilj

Prepoznati i imenovati osnovne osjećaje.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

imenovati osnovne osjećaje (tuga, strah, ljutnja i radost).

Razina

Osnovna

Potrebni materijali

Lutke za ruku ili prst, papiri s nacrtanim ježevima i vjevericama, bojice, veliki plakat i mali samoljepljivi papirići, radni listić *Svijet osjećaja*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pitajte djecu jeste li im ikada ispričali kako su se Zelda i Sherlock upoznali. Zatim im pročitajte sljedeću priču koristeći se lutkama za ruku ili prst:

Novo prijateljstvo

Nekada davno, u jednoj dalekoj šumi, živjelo je mnoštvo različitih i neobičnih životinja. Bila je to prostrana, mirisna šuma puna šarenoga bilja i raskošnoga drveća. U deblu jednoga starog hrasta živio je vjeverac Sherlock. On nije volio izlaziti iz svojega doma, čak ni da bi vidio lijepo drveće i cvijeće. Zapravo, stalno je mislio da će, ako iziđe, nešto pasti na njega i da će se ozlijediti. Čak se bojao da će se u tako prostranoj šumi izgubiti pa neće naći put do svoje drage kuće.

Nedaleko od Sherlocka, među otpalim lišćem jedne tužne vrbe, živjela je ježica Zelda. Ona je često šetala oko svoje kuće, ali nije odlazila daleko jer bi se uvijek jako rastužila kada bi shvatila da je sama i da se nema s kime igrati. Poslije šetnje vratila bi se u kuću i neutješno plakala.

Jednoga dana uplakana Zelda začu veseo cvrkut šarene ptičice koja je nestašno skakala sa stabla na stablo. Dosjetila se: „Mogu napraviti zabavu i tako upoznati svoje susjede. Tako neću više biti sama.“

Počela je marljivo prikupljati šumske plodove i priredila raskošan stol pun voćnih sokova, ukusnih lješnjaka, slatkih jabuka i drugih primamljivih plodova. Dozivala je šumske stanovnike: „Vjeverice, ptičice, leptirići ... dođite na piknik!“

Ovo je dozivanje začuo i Sherlock. Izašao je na prozorčić svojega doma i rekao joj: „Draga Zeldo, ja uglavnom nikada ne izlazim iz svoje kuće zato što se toliko bojim da će mi se nešto dogoditi, ali danas ću sići jer te jako želim upoznati.“

Na to mu ježica Zelda odgovori: „Svakoga dana ovuda šecem, ali sam uvijek sama i tužna se vraćam kući. Molim te, siđi da se upoznamo i družimo.“

Uskoro su se Scherlocku i Zeldi pridružili leptirići, raznolike ptičice i ostali šumski stanari. Družili su se i gostili cijeloga popodneva. Zelda je zahvalila svojim novim prijateljima.

Rekla im je: „Hvala vam što ste došli! Iako sam se isprva jako radovala svojem novom domu, ubrzo sam postala jako tužna jer sam bila sama i nisam se imala s kime igrati. Stalno sam plakala i tužna odlazila na spavanje.“ Sherlock joj odgovori: „Draga Zeldo, ni ja nisam bio sretan zbog toga što sam iz svojega doma sa strahom promatrao ovu veliku šumu. Sada i ja vidim da mogu skakutati po šumi i lijepo se provesti.“

Od toga dana, Zelda i Sherlock postali su pravi nerazdvojni prijatelji.

3. Pomozite djeci da promisle o priči, postavljajući im sljedeća pitanja:
 - Tko je u ovoj priči bio tužan?
 - Tko je u ovoj priči bio prestrašen?
 - Jesu li Zelda i Sherlock na kraju postali sretni?
4. Zatim povežite priču s osobnim iskustvom djece, pitajući ih sljedeće:
 - Što radimo kad smo tužni?
 - Što radimo kad smo preplašeni?
 - Trebamo li drugima pokazivati kako se osjećamo?
5. Podijelite djecu u četiri skupine. Dvije skupine su ježevi, a dvije vjeverice. Dajte svakom djetetu bojice i papir s nacrtanom životinjom koja odgovara njihovoj skupini.
6. Recite svakoj skupini djece da oboje životinju na način koji će najbolje pokazati njihov osjećaj straha, tuge, radosti ili ljutnje (svaka skupina dobije zadani osjećaj koji boja).
7. Napravite izložbu radova i pozovite djecu u krug.
8. Završite aktivnost tako da pozovete djecu da nacrtaju kako se sada osjećaju (na male samoljepljive papiriće) i zalijepe svoj znak (osjećaj) na veliki plakat. Plakat se može izložiti u prostoriji vrtića nekoliko dana, ovisno o interesu djece.



Podijelite djeci radne listiće i recite djeci da uz pomoć roditelja nacrtaju jednu situaciju koja ih je tijekom dana najviše razveselila i donesu crtež sutra u vrtić. S tim crtežima napravite novu izložbu.



SVIJET OSJEĆAJA

Molimo vas, pomozite svojemu djetetu da nacrtaju neku situaciju koja ju/ga je tijekom dana najviše razveselila. Razgovarajte s djetetom o tome što ih raduje i kada su sretni.



Aktivnost 2. Kako bi tebi bilo da ...?

Cilj učenja

Prepoznati i isprobavati različite načine izražavanja osjećaja.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

izraziti osjećaje na različite načine.

Razina

Srednja

Potreban pribor

Lutke za ruke ili prste, simboli za osnovne osjećaje (tuga, radost, ljutnja, strah) koje izražavaju nacrtane maskote ježice Zelde i vjeverca Sherlocka, glazba, radni listić *Kako bi tebi bilo da ...*, radni listić *Kako bi se osjećao da se nađeš u stranoj zemlji?*



1. Pripremite prostoriju tako da u četiri različita ugla prostorije na vidljivom mjestu postavite maskote koje izražavaju različite osjećaje.
2. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
3. Pitajte djecu žele li se prisjetiti priče o tome kako su se Zeldi i Sherlock upoznali pa im pročitajte priču iz prethodne aktivnosti koristeći se lutkama za ruku ili prste.
4. Pomozite djeci da promisle o priči postavljajući im sljedeća pitanja:
 - Tko je u ovoj priči bio tužan?
 - Tko je u ovoj priči bio prestrašen?
 - Jesu li Zeldi i Sherlock na kraju postali sretni?
 - Kako se to dogodilo?
5. Zatim povežite priču s osobnim iskustvom djece pitajući ih sljedeće:
 - Što radimo kad smo tužni?
 - Što radimo kad smo preplašeni?
 - Trebamo li drugima pokazivati kako se osjećamo?
6. Pitajte djecu primjećuju li maskote ježice i vjeverca. Recite im da imenuju osjećaje koje pojedina maskota predstavlja.
7. Recite im neka stanua uz maskotu koja najbolje opisuje kako se trenutačno osjećaju.
8. Potom im objasnite da ćete čitati različite situacije (u radnom listiću *Kako bi se osjećao da ...?*). Kada ih čuju, trebaju malo razmisliti i otrčati do maskote koja najbolje opisuje kako bi se oni osjećali u toj situaciji.
Primjerice:
 - Zamisli da je u vrtić došao novi dječak. Želiš ga pozvati da se s njim igraš, ali ubrzo shvatiš da

ga ne razumiješ jer je on došao iz druge države i ne razumije hrvatski jezik. Kako bi se tada osjećao/la?

- Zamisli da je tvoj crtež dobio prvu nagradu na državnom natječaju. Dolaziš s tom viješću nakon vrtića kući i ulaziš u svoj dom koji je u potpunom mraku. Odjednom netko upali svjetlo i pred tobom se stvori tvoja cijela obitelj, rodbina i prijatelji. Svi uglas viknu: „Iznenadjenje, čestitamo ti na nagradi!“. Kako bi se tada osjećao/la?
- Zamisli da si s roditeljima otišao/la na daleko putovanje u zemlju u kojoj ranije nikada nisi bio/la. Zagledao/la si se u jedan fantastičan dućan. Jako si želio/la ući u njega, ali nisi mogao/la jer se krećeš pomoću invalidskih kolica, a do dućana vode stepenice. Kako bi se tada osjećao/la?
- Zamisli da dođeš u vrtić i tvoj najbolji prijatelj s tobom više ne želi razgovarati. Čuješ od druge djece da on više ne želi biti tvoj prijatelj jer si mu jučer rekao/la da su tvoji roditelji Romi. Kako bi se tada osjećao/la?
- Zamisli da si se probudio/la i shvatio/la da si odjednom potpuno slijep/a. Kako bi se tada osjećao/la?
- Zamisli da si na kraju godine u vrtiću dobio/la nagradu jer si najbolji/a u nogometu. Kako bi se tada osjećao/la?
- Zamisli da želiš ići u kino, a roditelji ti ne mogu kupiti kartu jer nemaju novaca. Kako bi se tada osjećao/la?
-

9. Pozovite djecu da stanu u krug. Recite im da će igrati igru koja se zove „Odgлумi osjećaj“ tako da ćete pustiti glazbu i nakon što je stišate i kažete ime osjećaja, oni ga trebaju odglumiti. Prema vlastitoj procjeni, možete se unaprijed dogovoriti s djecom na koji način će se odglumiti pojedini osjećaj. Na primjer:

- a) sreća – skoče u zrak i plješću rukama
- b) tuga – sagnu se i prave se da plaču
- c) strah – okreću se oko sebe i proizvode „strašne“ zvukove i
- d) ljutnja – mašu rukama kao da nekoga tjeraju.



Recite djeci da uz pomoć roditelja zamisle kako bi bilo da odu u stranu zemlju. Zatim na radnom listiću koji ste im prethodno podijelili mogu nacrtati čega bi se najviše bojali, što bi ih radovalo, što naljutilo, a što rastužilo da se nađu u toj situaciju. Zamolite djecu da sutradan donesu radne listiće i stavite ih u njihov portfolio.



KAKO BI SE OSJEĆAO DA SE NAĐEŠ U STRANOJ ZEMLJI?

Molimo vas da pomognete svom djetetu u izradi crteža u kojem će nacrtati ono što misli kako bi osjećalo da se odjednom nađe na nekom nepoznatom mjestu.

Čega bi se najviše bojao/la?

Što bi ga/ju ljutilo?



Zbog čega bi bio/la tužna/na?

Čemu bi se radovao/la?



Aktivnost 3. Gdje stanuju moji osjećaji?

Cilj učenja

Prepoznati povezanost između verbalnoga i neverbalnoga načina izražavanja osjećaja.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

razumjeti da su moji verbalni i neverbalni načini izražavanja osjećaja povezani.

Razina

Napredna

Potreban pribor

5 velikih papira ili radni listići *Gdje stanuju moji osjećaji?* (predložak priložen na kraju ove aktivnosti) za svako dijete jedan, voštane pastele za svako dijete

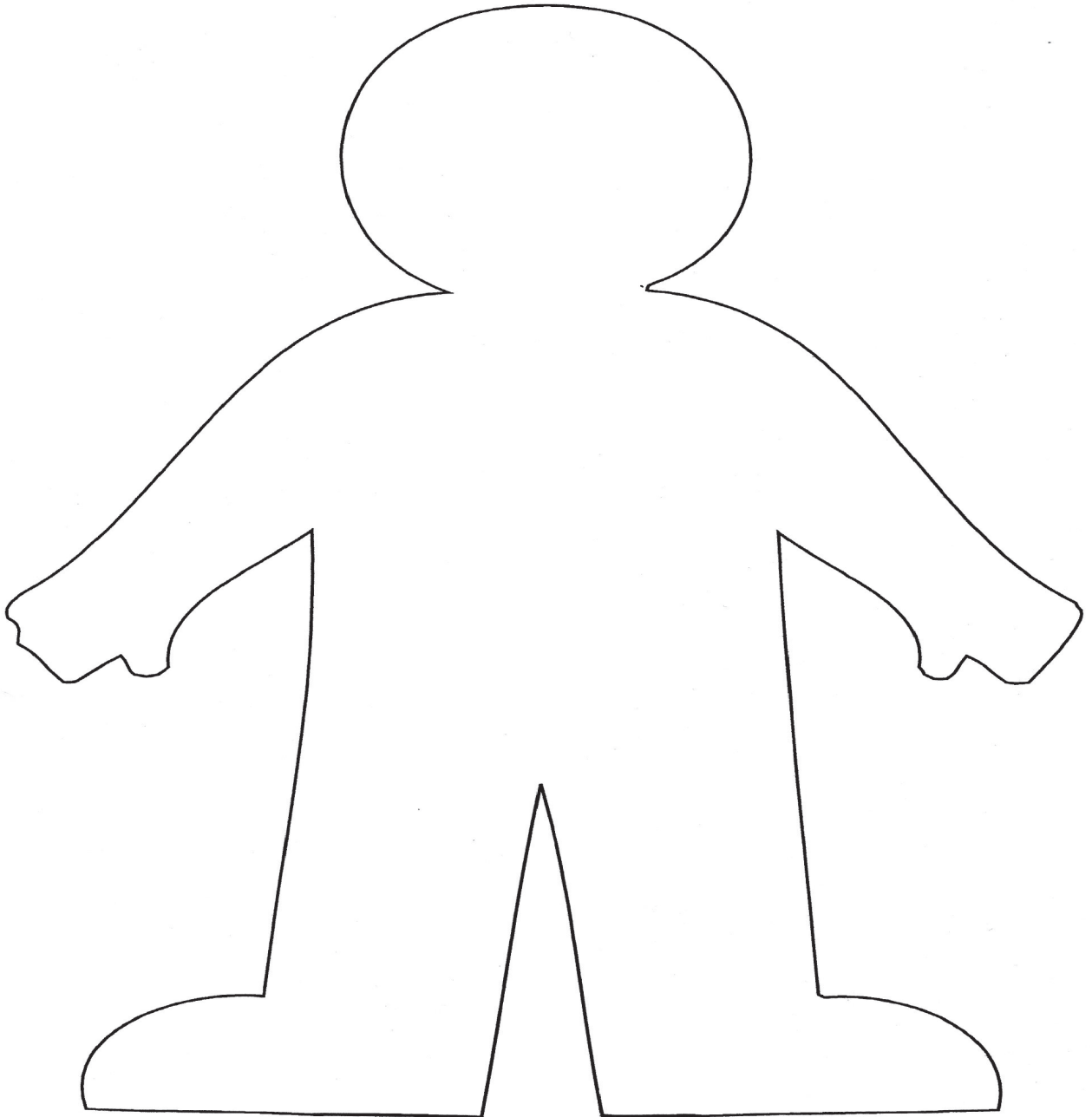


1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pripremite 5 velikih papira i zamolite petoro djece da legnu svatko na svoj papir i voštanom pastelom ocrtajte siluetu svakoga djeteta. Ako nemate dovoljno prostora u sobi ili velike papire, podijelite djeci priložene radne listiće s predloškom siluete. Zamolite djecu da oforme manje skupine oko svake siluete ili neka rade individualno na radnim listićima.
3. Neka sada svako dijete izabere boju kojom će izraziti osjećaj tuge i neka oboji siluetu tom bojom na svim onim mjestima na kojima osjeća tugu. Podsjetite ih da oboje i ona mjesta na kojima se ta tuga vidi (suze iz očiju ili spuštena ramena, ...).
4. Zatim neka svatko izabere boju za ljutnju i oboji ona mjesta na kojima osjeća da je ljuto. Promatrajte gdje djeca smještaju svoju ljutnju i potičite ih da oboje dijelove tijela u kojima izražavaju ljutnju – ako su to ruke, neka ih oboje, ako su to prsa, neka oboje vrat i usta ... Napomenite im da njihovi osjećaji mogu ponekad stanovati na istim mjestima (na primjer i tuga i ljutnja mogu biti u glavi).
5. Nakon ljutnje neka odaberu boju za strah i oboje onaj dio tijela u kojem osjećaju da se boje.
6. Podsjetite ih da se boje mogu miješati i da kada izaberu boju za radost, mogu bojiti svagdje gdje osjećaju radost, bez obzira što tu možda osjećaju i ljutnju ili tugu. Djeci koja ne znaju pisati, pomognite napraviti malo kazalo sa strane siluete da se kasnije može znati koja boja predstavlja koji osjećaj.
7. Završite aktivnost tako što ćete pozvati djecu da razgovaraju o tome što oni mogu učiniti ako se netko od njihovih prijatelja osjeća tužno, ljuto ili preplašeno.



Predložite djeci da kod kuće pitaju roditelje kako su oni pomogli nekome tko je bio tužan ili usamljen. Idući dan pitajte ih jesu li razgovarali s roditeljima i potaknite ih da prepričaju što su im roditelji rekli.

GDJE STANUJU MOJI OSJEĆAJI?



Cjelina 2. Zauzimanje za sebe

Na kraju ovoga seta aktivnosti djeca će moći:

- naučiti da se odgovor NE treba poštovati
- koristiti ja-poruke u izražavanju svojih osjećaja
- izražavati nezadovoljstvo uz istovremeno uvažavanje drugih.

Aktivnost 1. Kako reći NE?

Cilj učenja

Naučiti da se odgovor NE treba poštivati.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

uvažiti kad mi netko kaže NE.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Radni listić *Reći NE*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pitajte djecu mogu li se prisjetiti situacije kada im je netko rekao NE. Pitajte ih kako su se tada osjećali i što su učinili.
3. Opišite djeci sljedeću situaciju ili koristite neku drugu, njima poznatu situaciju:
Vjeverac Sherlock ima vrlo zaigranoga prijatelja koji ga stalno gura i vuče. Ponekad, kada mu želi pokazati nešto što je njemu zabavno, zgrabi ga za ruku i snažno vuče, ne obazirući se na to što se to njemu ne sviđa. Ponekad mu iznenada pritrči i zaigrano ga gurne u leđa u želji da se igraju lovice. Jednom mu je tako bučno i naglo pritrčao dok je Sherlock s prijateljicom Zeldom u šumi tražio jabuke. Sherlocku je njegovo ponašanje počelo prilično smetati.
 (Situacija se može, u skladu s procjenom odgojitelja, dramatizirati i odglumiti.)
4. Pitajte djecu što bi učinili u takvoj situaciji. Ako je potrebno, ponudite im odgovore:
 - gurat ću ga, štipati i vući zauzvrat (i to jako, nadajući se da će shvatiti poruku)

- kada sljedeći put opet to učini, reći ću mu: „Nemoj! Stvarno mi nije ugodno kada to radiš“, i objasniti zašto
 - pokušat ću ga izbjegavati.
5. Pitajte djecu koja im se ponašanja sviđaju, a koja ne. Potaknite ih na zaključak da je u redu reći NE kada od njih netko traži nešto što nije u skladu s njihovim željama, odlukama i potrebama.
 6. Završite aktivnost tako da kažete djeci da glasno ponavljaju: „Stop! Ja to ne želim!“, istovremeno koristeći ruke kako bi ogradili osobni prostor oko sebe.



Predložite djeci da razgovaraju s roditeljima o tome kad su jedan drugome rekli NE i zbog čega je to bilo važno? Predložite im da uz pomoć roditelja nacrtaju znak NE kojeg mogu međusobno koristiti kada jedan drugome žele reći NE.



REĆI NE

Razgovarajte sa svojim djetetom o situacijama u kojima ste jedan drugome rekli NE i navedite razloge zbog kojih je to bilo važno. Nacrtajte zajedno znak NE kojeg možete koristiti kada želite reći NE.

A large, empty rectangular area defined by a dashed orange border, intended for parents and children to draw a sign for saying 'NO'.

Aktivnost 2. Drugačiji od drugih

Cilj učenja

Potaknuti djecu da koriste ja-poruke u izražavanju svojih osjećaja.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

reći drugima što mi se ne sviđa, a da nikoga ne povrijedim.

Razina

Srednja

Potreban pribor

Pjesmica *Šarenko ipak nije sam* (korišteno uz dopuštenje autorice Vanje Kožić), radni listić *Drugačiji od drugih*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Podijelite djecu u parove i recite im da se uhvate za ruke. Neka kažu jedno drugome kako se osjećaju.
3. Pozovite djecu u krug. Pitajte ih kada drugima govore o svojim osjećajima. Zatim im pročitajte pjesmicu *Šarenko ipak nije sam*.

Šarenko ipak nije sam

Vanja Kožić

Živio jednom u jednome gradu Šarenko,

Mačak šaren od repa do uha.

Nije baš imao najljepše krzno

I često je bio pun buha.

Nisu se njime htjele igrati

Druge mačke u tom gradu.

Nazivali su ga ružnim imenima:

Obojeni! Čupavi! Smradu!

Jednoga dana potpuno iznenada,

Pojavila se u gradu epidemija buha.

I odjednom su sve mačke po redu

Imale buhe od repa do uha.

I svrbjele su se, i čupale, i grebale,
I mislile su da im nema spasa.
Al' tada se pojavio naš Šarenko
I pružio im šapu spasa.
Znao je on gdje u ovome gradu
Može se nabaviti šampon protiv buha.
Pohrlile tamo sve bušljive mačke
I našamponirale se od repa do uha.

Nestale buhe kako su i došle,
Iznenada, tiho u noći,
A svim mačkama bilo je jasno,
Kome zahvalit' na pomoći.

Shvatile su tada da nije bilo lijepo
Rugati se Šarenku jer nije k'o mačke druge,
Zbog njihovih je ružnih riječi
Noćima plakao od tuge.

Mačke iz priče sada znaju
Da treba voljeti prijatelje svoje,
Jer svi smo isti i treba nam ljubav,
Bez obzira na buhe, krzno ili boje.

4. Podijelite djecu u manje skupine i zamolite ih da odglume pjesmicu.
5. Razgovarajte s djecom o pjesmici postavljajući im sljedeća pitanja:
 - Zašto se druge mačke nisu htjele družiti sa Šarenkom?
 - Opravdavaju li ponašanje drugih prema Šarenku?
 - Kako se Šarenko osjećao?
 - Je li Šarenko manje vrijedan zato što je drugačiji?
 - Po čemu je Šarenko jednak kao i druge mačke?
6. Pitajte djecu kako bi se osjećali da su bili na Šarenkovom mjestu kada su ga svi izbjegavali. Kako bi drugima opisali svoje osjećaje? Dajte im primjer ja-poruke koju bi Šarenko mogao reći drugima (Šarenko: "Žalostan sam kad se sa mnom ne želite igrati jer želio bih da mi budete prijatelji"). Predložite djeci da smisle slične primjere kojima bi oni, da su na Šarenkovom mjestu, opisali svoje osjećaje.
7. Predložite djeci da nacrtaju Šarenka.



Podijelite djeci listiće i predložite im da toga poslijepodneva roditeljima ispričaju priču o Šarenku (mogu ponijeti i crtež Šarenka koji su nacrtali u vrtiću). Neka uz pomoć roditelja napišu kako se oni osjećaju kada se dogodi nešto što im se ne sviđa i što bi oni umjesto toga željeli. Neka vam drugi dan donesu crteže i vi ih izložite uz naslov *Svi smo mi Šarenko*.



DRUGAČIJI OD DRUGIH

Molimo, pomozite svojemu djetetu da osmisli način na koji bi izrazilo kako se osjeća kada se dogodi nešto što mu se ne sviđa i što bi ono umjesto toga željelo.

KADA SE OSJEĆAM _____

ŽELJELA/ŽELIO BIH DA _____



Aktivnost 3. Zlatna riječ NE

Cilj učenja

Izraziti neslaganje poštujući druge.

Ishodi učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

reći NE na prihvatljiv način.

Razina

Napredna

Potreban pribor

Slikovnica *Kako reći NE*, radni listić *Zlatna riječ NE*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pročitajte djeci slikovnicu *Kako reći NE*? Tijekom čitanja radite pauze i potaknite djecu da odglume pojedine pročitane situacije.
3. Pomozite djeci da promisle o priči postavljajući im sljedeća pitanja:
 - Kako vam se sviđa slikovnica?
 - Što mislite o njoj?
4. Zatim povežite slikovnicu s osobnim iskustvom djece pitajući ih sljedeće:
 - Jeste li ikada bili u situaciji kada ste htjeli reći nekom "ne", ali se niste usudili?
 - Što ste tada učinili?
 - Kako ste se tada osjećali?
5. Podijelite djecu u parove. Jedno dijete u paru treba postaviti pitanje drugom djetetu, a to dijete treba odgovoriti na pitanje, koristeći riječi „Ne, zato što“. Nakon nekoliko pitanja djeca u paru mijenjaju uloge.



Recite djeci da uz pomoć roditelja na radnom listiću nacrtaju jednu situaciju u kojoj su trebali reći NE odrasloj osobi te ih zamolite da sutradan donesu radni listić i stavite ga u djetetov portfolio.



ZLATNA RIJEČ NE

Molimo vas da pomognete djetetu da nacрта situaciju u kojoj bi trebalo reći NE odrasloj osobi. Razgovarajte s djetetom o tome kako se to može učiniti na pristojan način i zašto je u određenim situacijama važno reći NE.



Cjelina 3. Asertivno rješavanje sukoba

Na kraju ovoga seta aktivnosti djeca će moći:

- razlikovati pristojan i nepristojan govor
- razlikovati situacije slaganja i sukoba
- uočiti različite načine rješavanja sukoba.

Aktivnost 1. Vjeverice, budi pristojna!

Cilj učenja

Razlikovati pristojan i nepristojan govor.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

prepoznati što je pristojan, a što nepristojan razgovor.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Lutke ježa ili vjeverice za ruku ili prste



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pozovite djecu da sjednu u krug i recite im da su se Sherlock i Zelda sreli u šumi i da poslušaju njihov razgovor. Koristeći se lutkama ježa i vjeverice odglumite sljedeću situaciju:

Jež: Hej, vjeverice, dobar dan.

Vjeverica ne odgovara ništa već okrene glavu u suprotnom smjeru.

3. Prokomentirajte s djecom što li je toj vjeverici? Što kažemo kad nam netko kaže: "Dobar dan?" Pričekamo odgovore djece.
4. Zatim kažete da ćete nastaviti dalje i da pažljivo slušaju i gledaju.

Jež: Vjeverice, zar me nisi čula? Rekao sam ti dobar dan.

Vjeverica: Ma jesam, jesam, ali sam baš vidjela neke lješnjake pa sam ti zaboravila reći dobar dan.

Jež: I ja sam vidio neke lješnjake dok sam šetao šumom pa sam te se sjetio i uzeo ih da ti ih poklonim. Izvoli.

Vjeverica ništa ne kaže nego uzme lješnjake i odmah počne jesti.

5. Prekinite priču i pitajte djecu Što je vjeverica zaboravila reći ježu? Što kažemo kad nam netko nešto pokloni?
6. Nakon toga nastavite priču:

Jež: Joj, vjeverice, ti si danas baš nepristojna. Drugi put ti neću više nositi lješnjake na poklon. A mislim da mi se danas ni ne druži s tobom kad si takva.

Vjeverica: Oprosti, ježu, danas sam jako gladna pa sam se zaboravila pristojno ponašati. Ali, molim te, nemoj se ljutiti. Hoćeš li mi, molim te, i drugi put donijeti lješnjake ako ih nađeš? Znaš da ih jako volim. A i ne volim kad se ljutiš na mene i kad se svađamo.

Jež: Kad si me tako lijepo zamolila, hoću, i drugi put ću ti ih donijeti. Idemo se sad malo šetati po šumi i tražiti lješnjake?

Vjeverica: Može, može! A možda nađemo i koju krušku za tebe!

7. Pitajte djecu sljedeća pitanja:
 - Kako ste prepoznali da je vjeverica bila nepristojna?
 - Kako ste prepoznali da je bila pristojna?
 - Hoće li jež donijeti više lješnjaka ako je vjeverica pristojna ili nepristojna?
 - Što mislite zašto? Svađamo li se više kad smo nepristojni ili kad smo pristojni?



Predložite djeci da kod kuće u razgovoru s roditeljima što češće izgovaraju čarobne riječi „molim“, „hvala“, „izvoli“. Drugoga dana, po dolasku u vrtić, pitajte ih jesu li obavili zadatak i kako su se osjećali oni, a kako njihovi roditelji.

Aktivnost 2. Sukob ili suradnja

Cilj učenja

Razlikovati situacije slaganja i sukoba.

Ishodi učenja. Nakon ove aktivnosti moći ću:

prepoznati razliku između slaganja i sukoba.

Razina

Srednja

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, platnena loptica, veliki papir na kojem ćete iscrtati obrise jednoga djeteta, radni listić *Sukob ili suradnja*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Ispričajte djeci priču *Zelda, Sherlock i drvo*¹ koristeći se lutkama za ruku ili prste:

Zelda, Sherlock i drvo

Jednoga dana, baš je tmurno bilo jer se sunce za oblak skrilo, Zelda i Sherlock, dok šetali su šumom, začuli su čudan glas.

„Hej, Zeldo i Sherlocku!“, ogłosi se drvo.

„Molim? Tko li nas to zove?“, upitaše Zelda i Sherlock u glas.

„Hej, ježice prćastog nosa, počešljaj se, raščupana ti je kosa!“, odgovori im drvo.

„O, to si ti, neugledno drvo. Pogledaj, kao prvo, svoje grane kako strše na sve strane!“, odgovori Sherlock braneći svoju prijateljicu.

„Ne ljuti se, Sherlocku, nemirnog oka. Izgužvan ti je repić, to se vidi i s visoka!“, drvo će opet, istom mjerom.

„Ma, tko to veli?“, upita Zelda. „Kora ti je svakoga dana tako jako naborana, a sred tvoga hrapavoga trupa, ima jedna ružna, crna rupa!“, nadoda potom.

„Ta mi rupa služi da se Sherlock u njoj skrije kada kiša lije!“, odvrati drvo.

I tako su pričali i nalazili jedno drugome mane, sve u stilu: Nisi dobar, ti si loš! Toliko je toga bilo da bi moglo stati u jedan veliki koš. Eto, kome ove priče nije dosta, neka smisli još.

3. Pomozite djeci da promisle o priči postavljajući im sljedeća pitanja:
 - Što se dogodilo u priči?

1 prerađena priča *Djevojčica i drvo*, Mario Gavran, 3. 11. 2006., Smib

- Na koji način su Zelda, Sherlock i drvo razgovarali?
4. Zatim povežite priču s osobnim iskustvom djece pitajući ih sljedeće:
 - Razgovarate li vi nekada na takav način?
 - Kako se osjećate kad vam netko govori da niste dobri?
 - Što tada mislite o sebi?
 - Volite li se družiti s djecom koja tako razgovaraju?
 - Možemo li nesporazume i neslaganja rješavati na drugačiji način?
 5. Pozovite djecu da stanu u krug. Započnite rečenicu „Ljuta sam kad (ne mogu naći igračku kojom se želim igrati; moram dugo stajati u redu i sl.)“ Recite djeci da će oni dovršavati istu rečenicu kad dobiju loptu pa je bacite nekom djetetu. Igra traje dok se ne izredaju sva djeca ili dok traje interes djece.
 6. Podijelite djecu u parove i recite im da odglume što bi učinili kada bi im neko drugo dijete otelo i razbilo njihovu omiljenu igračku. Svaki par pred svima glumi neku konkretnu situaciju. Primjerice prva tri para glume situacije otimanja, druga tri para rujanja ili ucjenjivanja, treća tri para nagovaranje na nešto što je opasno raditi. Dajte svakom paru uputu što da glume (prije svakoga para im kažite npr. “Ti si dječak koji ima u ruci autić, a ti si dječak koji mu ga hoće uzeti”).
 7. Pozovite djecu u krug. U sredinu kruga stavite unaprijed pripremljeni veliki papir s nacrtanim obrisom tijela jednoga djeteta. Pitajte djecu što su glumili. Ako se radi o nasilnom ponašanju, odgovore upišite izvan siluete, a ako se radi o nenasilnom ponašanju, odgovore upišite unutar siluete.
 8. Ako nedostaju nenasilna rješenja sukoba, potaknite djecu pitanjem „Što biste mogli učiniti da u sukobu ne dođe do svađe, već do nekog rješenja koje bi bilo dovoljno dobro da se nitko ne naljuti.“ Pomozite im postavljajući dodatna pitanja (Možeš li učiniti nešto drugo?; Možeš li predložiti drugačije rješenje?; Možeš li tražiti pomoć odrasle osobe?; Možeš li tražiti pojašnjenja?; Što još može učiniti?; Kako se možeš ponašati?....). Dobivene odgovore djece dodajte unutar siluete.
 9. Pitajte djecu koja im se ponašanja više sviđaju i potaknite ih na zaključak da ponašanja koja su u silueti pomažu rješavanju sukoba na način koji nikoga ne vrijeđa i ne dovodi do svađe.
 10. Završite aktivnost dogovorom da sljedeći tjedan nastoje što više moguće koristiti ponašanja koja su upisana unutar siluete. Dajte toj silueti zajedničko ime i izvjesite je na vidljivo mjesto u prostoriji.



Podijelite djeci radne listiće i predložite im da kod kuće nacrtaju (sami ili uz pomoć roditelja ili braće, sestara ...) vlastiti crtež koji prikazuje način na koji su sukob pretvorili u suradnju. Napravite izložbu tih crteža.



SUKOB ILI SURADNJA

Molimo vas, pomozite svojemu djetetu da nacрта neku situaciju u kojoj je pokazalo kako se surađuje. Razgovarajte s djetetom o tome kako možemo sukobe pretvoriti u suradnju.



Aktivnost 3. Može i drugačije!

Cilj učenja

Prepoznati razliku u načinima rješavanja sukoba.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

razlikovati načine rješavanja sukoba i izabrati najbolji.

Razina

Napredna

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, papiri i bojice za svako dijete, blok-ploča (*flip chart*) i flomaster, radni listić *Može i drugačije*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pročitajte djeci sljedeću priču koristeći se lutkama za ruku ili prste:

Ideja

Vjeverac Sherlock u dvorištu s prijateljima igrao je nogomet. Svi su uživali u igri kad je ježica Zelda predložila „genijalnu“ ideju. „Vidite li onaj prozor na krovu? Da vidimo tko se usuđuje popeti gore na oluk i spustiti dolje što brže. Pobjednik je onaj koji to najbrže učini.“

Neki su mislili da je to sjajna ideja, ali ne i Sherlock. Rekao je glasno: „To je glupo. Reći ću vas teti odgojiteljici.“ Zelda mu se počela rugati i rekla mu da je kukavica. Ostali su se odmah pridružili Zeldi. Sherlock je osjećao strah i nelagodu. On je znao da se ne može spustiti niz oluk. Osim toga, on to uopće nije želio raditi. Htio se igrati s dečkima, a ne natjecati protiv svakoga.

U ovom trenutku priča završava, a vi djecu pitate: „Što mislite da se tada dogodilo?“

3. Podijelite djeci papire i bojice i zamolite ih da nacrtaju ili napišu kako oni zamišljaju kraj priče.
4. Kada su djeca spremna, svako dijete ispriča svoj kraj priče, a djeca imaju uputu da dignu palac gore ako smatraju da je problem riješen na prihvatljiv način, odnosno da okrenu palac dolje ako smatraju da je problem riješen na neprihvatljiv način. Vi brojite broj dignutih i okrenutih palaca i prema tome upisujete svaki zbroj palčeva u rubriku „+“, odnosno „-“ na blok-ploči (*flip chartu*).
5. Razgovarajte s djecom o tome jesu li zadovoljni brojem prihvatljivih rješenja problema. Ako takvih rješenja nema dovoljno, potaknite ih na zajedničko popunjavanje rubrike „+“ (npr. jasno izražavanje osjećaja, pozivanje na pravila, traženje pomoći odraslih, traženje objašnjenja, davanje novih prijedloga i ideja). Pitajte djecu što bi oni učinili na Sherlockovom mjestu.

6. Završite aktivnost tako da zajednički osmislite najmanje jedno pravilo o prihvatljivom načinu rješavanja sukoba u vašoj skupini. Stavite plakat na vidljivo mjesto.



Predložite djeci da tijekom tjedna nastoje što češće koristiti dogovoreno pravilo o prihvatljivom načinu rješavanja sukoba. Podijelite im radne listiće i zamolite ih da (uz pomoć roditelja, braće, sestara ...) nacrtaju jednu situaciju u kojoj je važno poštivati pravila. Neka sutradan donesu crteže u vrtić i stavite ih u djetetov portfolio.



MOŽE I DRUGAČIJE!

Molimo vas da pomognete djetetu nacrtati situaciju u kojoj je prikazano da je važno poštovati pravila. Razgovarajte s djetetom o tome zašto su pravila potrebna i važna.



Evaluacijski listić odgojitelja/ice

Ime djeteta: _____	0: Nije primijećeno / neprimjenjivo 1: Usvaja
Datum popunjavanja: _____	2: Postignuto 3: Trajno uspostavljeno

Upute: Popunite listu za svako dijete kada završite **Temu 1. Razvoj komunikacijskih vještina**

1. UČINKOVITA KOMUNIKACIJA	
1.1. ČUJEM I RAZUMIJEM DRUGE	Razina 0,1,2 ili 3
1.1.1. Učinkovito slušanje	
1.1.1.O ² . Dijete je osjetljivo za različite zvukove iz okoline – sluša pažljivo.	
1.1.1.S. Dijete sluša što drugi govore.	
1.1.1.N. Dijete razumije što druga osoba govori.	
1.1.2. Razumijevanje emocija u komunikaciji	
1.1.2.O. Dijete prepoznaje i imenuje radost, tugu, ljutnju i strah na osnovi izraza lica i govora tijela.	
1.1.2.S. Dijete je osjetljivo na potrebe osobe koja ima teškoću.	
1.1.2.N. Dijete razumije kako se drugi osjećaju na osnovi promatranja njihova neverbalnoga ponašanja.	
1.1.3. Razmjena ideja, suradnja i pregovaranje	
1.1.3.O. Dijete razumije da postoji više od jednoga rješenja u određenoj situaciji.	
1.1.3.S. Dijete može predložiti kako promijeniti događaj da bi se došlo do rješenja u kojem su svi pobjednici.	
1.1.3.N. Dijete uočava i razumije da je suradnja ponekad jedini način rješavanja problem.	
1.2. ASERTIVNOST	
1.2.1. Izražavanje osjećaja i potreba	
1.2.1.O. Dijete može prepoznati i imenovati osnovne osjećaje.	
1.2.1.S. Dijete može prepoznati i isprobavati različite načine izražavanja osjećaja.	
1.2.1.N. Dijete može prepoznati povezanost između verbalnoga i neverbalnoga načina izražavanja osjećaja.	
1.2.2. Zauzimanje za sebe	
1.2.2.O. Dijete zna da se odgovor NE treba poštivati.	

2 O = Osnovna razina, S= Srednja razina, N = Napredna razina

1.2.2.S. Dijete koristi ja-poruke u izražavanju vlastitih osjećaja.	
1.2.2.N. Dijete može izražavati nezadovoljstvo uz istovremeno uvažavanje drugih.	
1.2.3. Asertivno rješavanje sukoba	
1.2.3.O. Dijete razlikuje pristojan i nepristojan govor.	
1.2.3.S. Dijete razlikuje situacije slaganja i sukoba.	
1.2.3.N. Dijete može uočiti različite načine rješavanja sukoba.	




Djetetove jake strane:

Djetetove potrebe:

Razvojni ciljevi:

TEMA 2. Uspostavljanje i održavanje zdravih odnosa

Podtema 1. Zdravi odnosi

 CJELINA 1	 CJELINA 2	 CJELINA 3
Stvaranje i održavanje prijateljstva	Prosocijalno ponašanje	Održavanje odnosa povjerenja i sigurnosti

Podtema 2. Suradničke vještine, empatija i moralno rasuđivanje

 CJELINA 1	 CJELINA 2	 CJELINA 3
Dijeljenje s drugima, suradnja i timski rad	Empatija	Etično, odgovorno i moralno ponašanje

PODTEMA 1. Zdravi odnosi

Aktivnosti u ovoj podtemi osmišljene su kako bi potakle razvoj prosocijalnih vještina koje doprinose izgradnji čvrste mreže pozitivnih odnosa. Ključna područja na koje su ove aktivnosti usmjerene su: stvaranje i održavanje prijateljstava, traženje i pružanje potpore, njegovanje odnosa te inkluzivne i podupiruće grupne klime. Odnosi su jako važan izvor za dobrobit djece jer pomažu u smanjivanju i sprečavanju posljedica stresa te u rješavanju i suočavanju s poteškoćama. Djeca koja su uspješna u izgradnji i održavanju pozitivnih odnosa s prijateljima i vršnjacima stječu bolje socijalne vještine, imaju razvijeniju samosvijest i svijest o drugima te u stresnim situacijama pribavljaju i koriste emocionalnu podršku u većem stupnju (Doll i sur., 2004). Osim toga, emocionalna potpora štiti djecu od negativnih učinaka neugodnih događaja. Zahvaljujući pozitivnim društvenim interakcijama i potpori, djeca vjeruju da su voljena, da se o njima netko brine i da ih se cijeni te se smatraju dijelom zajednice koja im pruža podršku i razumijevanje. Brižni odnosi su bitan temelj i akademskom i socioemocionalnom razvoju jer se kroz njih njeguju toplina i prisnost te sigurnost i zaštita.

U prvom dijelu djecu se potiče da promisle o vrijednosti prijateljstva što im omogućava da razviju i ojačaju strategije za izgradnju, održavanje i zaštitu pozitivnih odnosa s prijateljima te da se uspješno nose sa situacijama koje bi mogle ugroziti prijateljstvo. Predmet drugoga dijela je razvoj vještina kojima se traži i pruža podrška u teškim situacijama. U trećemu dijelu djeca će naučiti cijeniti druge, vjerovati im i brinuti se o njima u uzajamnom, brižnom odnosu. Kroz ove aktivnosti, starija će djeca također usvojiti vještine koje će im omogućiti da cijene i poštuju individualne i kulturološke razlike. Treći dio završava aktivnostima koje se bave kvalitetom vrtičkoga ozračja. Grupna klima smatra se produktom uvjerenja, vrijednosti i stavova koji se javljaju prilikom socijalnih interakcija između djece i odgajatelja. Aktivnosti su usmjerene na stvaranje grupne klime koja se temelji na povjerenju i osjećaju pripadnosti.

CJELINA 1. STVARANJE I ODRŽAVANJE PRIJATELJSTAVA

- | | |
|----------------|--|
| Ciljevi | • dijeliti iskustva s prijateljima |
| učenja | • razumjeti osjećaj kad im nedostaje prijatelj |
| | • razumjeti i prevladati moguće poteškoće kod stjecanja prijatelja koji su drugačiji |

CJELINA 2. PROSOCIJALNO PONAŠANJE

- | | |
|----------------|---|
| Ciljevi | • prepoznati potrebu da se, uz njima važne osobe, osjećaju sigurno i sretno |
| učenja | • isprobati načine zahvaljivanja drugima |
| | • razumjeti važnost traženja potpore odraslih |

CJELINA 3. ODRŽAVANJE ODNOSA POVJERENJA I SIGURNOSTI

- | | |
|----------------|--|
| Ciljevi | • imati povjerenja u poznate i važne odrasle |
| učenja | • znati reći što im treba da se osjećaju sigurno i zaštićeno |
| | • shvatiti da u odnosima s odraslima mogu naći toplinu i sigurnost |
-

Savjeti za odgojitelj(ice)

1. Sukobi i nesporazumi neizbježan su dio društvenoga života djece. Dajte djeci priliku da sami vode brigu i održavaju svoja prijateljstva. Ako primijetite da se svađaju, dajte im vremena da poprave i obnove odnos. Organizirajte igre u kojima mogu surađivati kako bi postigli zajednički cilj.
2. Stvorite brižnu vrtićku klimu tako što ćete prihvaćati emocije djece i sami pokazivati pozitivne i tople emocije.
3. Za vrijeme likovnih aktivnosti djeca mogu izraditi pohvalnice za pružanje pomoći drugima unutar ili izvan vrtića.
4. Potičite djecu da cijene druge, pogotovo svoje vršnjake iz vrtića. Mogu primjerice nazvati bolesnu djecu da pitaju kako su, napraviti im dopisnice sa željama za brz oporavak, zajedno slaviti rođendane i sl.
5. Možete uvesti mjesečne sastanke na kojima djeca različite dobi surađuju u mentoriranim aktivnostima. Starije dijete (mentor) može dobiti mlađe (mentorirani) koje će savjetovati i pomagati mu. Ovakve aktivnosti također pomažu u razvoju socijalnih i emocionalnih vještina djece.

Cjelina 1. Stvaranje i održavanje prijateljstva

Na kraju ovoga seta aktivnosti djeca će moći:

- dijeliti iskustva s prijateljima
- razumjeti osjećaj kada im nedostaje prijatelj
- razumjeti i prevladati moguće poteškoće pri stjecanju prijatelja koji su drugačiji.

Aktivnost 1. Sretan sam s tobom

Cilj učenja

Dijeliti iskustva s prijateljima.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

osjećati zadovoljstvo jer dijelim iskustva s prijateljima.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, listovi papira, pastele ili bojice, plakat, radni listić *Kada sam sa svojim prijateljem*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pročitajte djeci sljedeću priču koristeći se lutkama za ruku ili prste:

Gdje je Sherlock?

Zelda i Sherlock provodili su većinu svojega vremena zajedno igrajući se, trčeći po šumi i plivajući u jezeru koje se nalazilo u blizini njihove kuće. Svako poslijepodne sastali bi se na svojem omiljenom mjestu: ispred Velikoga stabla na Velikome brijegu. Od tamo mogli su vidjeti cijelu šumu kao i rijeku koja je vijugala niz dolinu. Ako bi pažljivo gledali, u vodi su mogli vidjeti mnogo riba i kornjača. Natjecali su se u tome tko može prebrojati više životinja u vodi.

Jednoga poslijepodneva Zelda je stigla do Velikoga stabla, no tamo nije zatekla Sherlocka. Čekala je neko vrijeme, a Sherlock i dalje nije došao. Pogledala je rijeku, no tamo nije vidjela nikakve životinje. Otišla je do jezera, no nije joj se dalo plivati budući da je bila sama.

Prišla je grupi ježeva koji su, poput nje, živjeli u šumi, no čim su je ugledali, počeli su se pretvarati da je ne vide. Primijetila je da neki nešto šapuću, a jedan od njih je upirao prstom i smijao

se njezinim slomljenim bodljama. Zelda se osjećala drugačijom i odbačenom zbog njihova ponašanja i šaputanja. Samo je htjela upoznati nove prijatelje, ali ti se ježevi nisu htjeli družiti s njom samo zato što je imala nekoliko slomljenih bodlji. Jako se rastužila. Znala je da joj treba Sherlockovo društvo kako bi se oraspoložila. On joj je bio pravi prijatelj i ne bi joj se nikad rugao, pa čak ni njezinim slomljenim bodljama.

Zato je Zelda krenula drugim putem. Jako joj je nedostajao njezin prijatelj Sherlock te se vratila kući ranije nego inače jer nije znala što da radi bez njega.

Prije nego što je zaspala, Zelda se pitala: „Zašto Sherlock danas nije došao? Baš je čudno da se nije pojavio.” Shvatila je da se po prvi put osjeća usamljeno, kao da joj nedostaje neki dio nje same.

Sljedećega dana Zelda je ponovno otišla do Velikoga stabla i jako se iznenadila kada je tamo ugledala Sherlocka! Bila je tako sretna što ga vidi! Sherlock joj se ispričao rekavši da mu jučer nije bilo dobro i da zato nije došao do Velikoga stabla.

„Znaš, Sherlock, jučer mi u šumi nije bilo lijepo bez tebe. Jako si mi nedostajao,” rekla je Zelda.

„I meni je bilo tako. Nije mi se sviđjelo što moram ostati u kući, bez tebe. Baš si mi nedostajala,” odgovorio je Sherlock.

3. Razgovarajte s djecom tako što ćete ih pitati:
 - Što mislite o ovoj priči?
 - Kako su Zelda i Sherlock provodili vrijeme zajedno?
 - Kako se Zelda osjećala kad nije našla Sherlocka pokraj Velikoga stabla?
 - Zašto Sherlock nije došao do Velikoga stabla?
 - Kako se Zelda osjećala kad je ugledala Sherlocka idući dan?
4. Kao uvod u temu važnosti prijateljstva, recite djeci da razmisle o svojim prijateljima u vrtiću i izvan njega. Potaknite ih na razmišljanje postavljajući im sljedeća pitanja:
 - Imaš li ti prijatelja?
 - Tko su tvoji prijatelji?
 - Jesu li tvoji prijatelji iz vrtića ili ih imaš i negdje drugdje?
5. Predložite djeci da nacrtaju svoje prijatelje i da, prema željama, pokažu svoje crteže drugoj djeci iz skupine.
6. Potaknite djecu da daju svoje prijedloge kako se sve s prijateljima može provesti ugodno vrijeme i zabilježite sve njihove ideje. Pozovite ih da nacrtaju kako provode vrijeme s prijateljima.
7. Zalijepite sve crteže na jedan plakat i zadržite ga neko vrijeme u skupini.



Predložite djeci da pitaju roditelje kako oni provode vrijeme sa svojim prijateljima i na taj način s roditeljima razmijene iskustva o prijateljstvu i zadovoljstvu koje ono donosi. Na kraju, recite djeci da nacrtaju o čemu su razgovarala s roditeljima.



KAD SAM SA SVOJIM PRIJATELJEM

Dijete će vas pitati kako provodite vrijeme sa svojim prijateljem. Ispričajte mu nešto o tome i potaknite ga da to nacрта.



Aktivnost 2. Kada mi nedostaje prijatelj

Cilj učenja

Prepoznati osjećaj kada djeci nedostaje prijatelj.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

reći što osjećam kada mi nedostaje prijatelj.

Razina

Srednja

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, listovi papira, pastele, plakat, radni listić *Kad mami i tati nedostaje prijatelj*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pozovite djecu da sjednu u krug. Podsjetite djecu na priču iz prethodne aktivnosti i ako oni to žele, pročitajte priču ponovo koristeći se lutkama za ruku ili prste.
3. Razgovarajte s djecom tako što ćete ih pitati sljedeća pitanja:
 - Kako vam se svidjela priča?
 - Kako su Zelda i Sherlock provodili zajedničko vrijeme?
 - Što mislite, kako su se osjećali dok su bili zajedno?
 - Kako se Zelda osjećala kada Sherlock nije došao do Velikoga stabla?
 - Zašto Sherlock nije došao do Velikoga stabla?
 - Kako se Zelda osjećala kada je sutradan vidjela Sherlocka?
4. Pokrenite temu važnosti prijateljstva tako da zamolite djecu da razmisle o prijateljima koje imaju u vrtiću ili izvan vrtića te o stvarima koje rade zajedno. Potaknite ih da razmisle o njihovim pozitivnim osobinama. Neka djeca na list papira nacrtaju svojega prijatelja ili prijatelje.
5. Djeca koja žele mogu pokazati svoje crteže drugoj djeci i ispričati im o nekim pozitivnim osobinama svojih prijatelja. Potom ih pozovite da razmisle o tome kako se osjećaju kada nisu sa svojim prijateljima. Potaknite ih da se prisjete situacije kada im je nedostajao prijatelj i kada su bili usamljeni. Djeca koja to žele neka podijele svoja iskustva s drugom djecom.
6. Pitajte djecu imaju li ideju o tome što možemo raditi kad nam nedostaje prijatelj kako bismo se osjećali bolje. Pomozite im navođenjem nekoliko primjera (npr. poslati mu poruku o tome koliko nam nedostaje, zamisliti da je s nama i igrati se igre „kao da...“, drugom prijatelju pričati o prijatelju koji ti nedostaje i sjećati se što ste sve radili zajedno, gledati zajedničke fotografije, pronaći nekoga tko mu je sličan po ponašanju i sl.).
7. Pitajte djecu što bi rekli svojem prijatelju da je sada pored njih. Možete na jedan plakat zapisati sve poruke koje djeca žele poslati prijatelju koji im nedostaje.



Podijelite djeci radne listiće i predložite im da razgovaraju sa svojim roditeljima o tome kako se oni ponašaju i što osjećaju kada im nedostaje prijatelj.



KADA MAMI I TATI NEDOSTAJE PRIJATELJ

Molimo vas, razgovarajte sa svojim djetetom o situacijama kada su vama nedostajali prijatelji. Kako ste se tada osjećali, što ste radili i što vam je pomoglo? Tako ćete djetetu pomoći da dobije ideju o različitim načinima reagiranja i ponašanja u takvim situacijama (usamljenosti). Neke od ideja možete zajedno s djetetom zapisati ili nacrtati.



Aktivnost 3. Zeldine bodlje

Cilj učenja

Razumjeti i prevladati moguće poteškoće pri stjecanju prijatelja koji su drugačiji.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

srdačno prihvatiti nove prijatelje, čak i ako su drugačiji od mene.

Razina

Napredna

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, listovi papira, pastele, radni listić *Poteškoće u stjecanju prijatelja*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Zamolite djecu da odglume priču *Gdje je Sherlock?*
3. Razgovarajte s djecom tako što ćete ih pitati sljedeća pitanja:
 - Kako vam se sviđela priča?
 - Kako su Zelda i Sherlock provodili zajedničko vrijeme?
 - Zašto Sherlock nije došao do Velikoga stabla?
 - Što se dogodilo kada je Zelda srela druge ježeve?
 - Kako su se ježevi ponašali prema Zeldi?
 - Što mislite zašto su se oni tako ponašali prema Zeldi?
 - Mislite li da su bili poštjeni prema Zeldi? Zašto?
 - Što mislite kako se Zelda osjećala nakon toga? Zašto?
 - Što je Zelda učinila da se oraspoloži?
4. Pitajte djecu jesu li se ikada našli u situaciji sličnoj Zeldinoj. Neka vam ispričaju o svojim iskustvima. Pitajte djecu jesu li ikada sreli nepoznato dijete s kojim se nisu htjeli igrati ili jesu li se ikada nekome rugali kao što su se ježevi rugali Zeldi.
5. Pomozite djeci da shvate da su ježevi iz priče odbacili Zeldu zato što je imala nekoliko slomljenih bodlji. Ježevi su se tako ponašali jer je Zelda izgledala „različito“ pa su oni odlučili da se zbog te razlike (slomljene bodlje) ne žele družiti s njom.
6. Pitajte djecu jesu li oni ikada upoznali nekoga tko je izgledao „različito“. Razgovarajte o značenju „različitosti“ i o emocijama koje ona izaziva.
7. Organizirajte igrokaz. Neka djeca zamisle da u njihovu skupinu stiže novo, „drugačije“ dijete (npr. dijete s teškoćama u razvoju – slijepo dijete, dijete koje se kreće pomoću invalidskih kolica i sl.). Zamolite djecu da odglume priču u kojoj će pomoći novome djetetu da se osjeća sretno i dobrodošlo među svojim vršnjacima.

8. Na kraju pitajte djecu:
 - Što mislite kako se dijete osjećalo prije nego što je upoznao nove prijatelje?
 - Što mislite kako se dijete osjećalo nakon što je upoznao nove prijatelje?
9. Predložite djeci da zajedno osmisle slogan dobrodošlice za novoga člana grupe.



Podijelite djeci listiće sa zamolbom roditeljima da se prisjete nekog događaja u životu kada im je bilo teško naći prijatelje i kada su se osjećali „drugačijima“. Roditelji bi trebali objasniti zašto su se tako osjećali i tko im je tada pomogao. Predložite im da osmisle s djetetom neku poruku, slogan dobrodošlice koji ohrabruje „drugačije“. Ako dijete to želi, neka slogan i nacрта.



POTEŠKOĆE U STJECANJU PRIJATELJA

Ispričajte djeci neku situaciju u životu kad vam je bilo teško naći prijatelje i kad ste se osjećali „drugačijima“. Objasnite zašto ste se tako osjećali i tko vam je tada pomogao. Osmislite s djetetom neku poruku, slogan dobrodošlice koji ohrabruje „drugačije“. Ako dijete to želi, neka slogan i nacрта.



Cjelina 2. Prosocijalno ponašanje

Na kraju ovoga seta aktivnosti djeca će moći:

- prepoznati potrebu da se uz njima važne osobe osjećaju sigurno i sretno
- isprobati načine zahvaljivanja drugima
- razumjeti važnost traženja potpore odraslih.

Aktivnost 1. Sherlock se želi osjećati sigurno i sretno

Cilj učenja

Prepoznati potrebu da se djeca, uz njima važne osobe, osjećaju sigurno i sretno.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

prepoznati što mi treba da se osjećam sigurno i sretno uz svoju obitelj.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, klupko vune, radni listić *Lov na blago*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pročitajte djeci sljedeću priču koristeći se lutkama za ruku ili prste:

Stiže zima!

Vjeverac Sherlock živio je u šumi sa svojom obitelji, prijateljima i drugim šumskim životinjama. Jednoga jesenjeg dana Sherlock i njegova obitelj su tražili hranu koju će spremi za nadolazeću zimu. U to doba godine sve su vjeverice prikupljale velike količine hrane u svojim dupljama kako bi preživjele hladne zimske mjesece.

Svake godine Sherlockovi bi roditelji napunili svoju kuću s nekoliko vrsta hrane da bi se osjećali sigurno i toplo tijekom cijele zime. Prije nego što zima stigne, Sherlock je trebao naći puno žireva, oraha i lješnjaka te ih odnijeti kući. Toga dana Sherlock je našao jako veliki žir. Bio je toliko velik da ga nije mogao sam nositi. Sherlock je pozvao svoje roditelje da mu pomognu i zajedno su ga odnijeli kući. Sherlock je bio jako sretan što je našao toliko velik žir. Također, bilo mu je drago što ga je uspio odnijeti kući uz pomoć svojih roditelja.

Zahvalio je svojim roditeljima i odlučio je proslaviti taj dan tako što će napraviti prekrasan crtež za svoje roditelje.

3. Razgovarajte s djecom o priči tako da ih pitate sljedeća pitanja:
 - Što je bilo potrebno Sherlockovoj obitelji da bi se osjećala dobro i sigurno tijekom zime?
 - Što je Sherlock učinio kako bi pomogao svojoj obitelji?
 - Što je Sherlock učinio kada nije mogao sam ponijeti žir?
4. Povežite priču s osobnim iskustvima djece tako što ćete ih zamoliti da se sjete mjesta na kojem se osjećaju sigurno ili sretno. Neka nešto ispričaju o tome mjestu.
5. Pozovite djecu da nacrtaju svoje sigurno mjesto i sebe na tome mjestu.
6. Razgovarajte o potrebama djece tako što ćete ih pitati sljedeće:
 - Jeste li se ikada osjećali nesigurno?
 - Što se tada dogodilo?

Zamolite djecu da razmisle tko im je u toj situaciji najviše nedostajao. Neka nešto kažu o toj posebnoj osobi uz koju se osjećaju sigurno.



Predložite djeci da zajedno s roditeljima potraže neki predmet koji im daje osjećaj sigurnosti. Neka razgovaraju s roditeljima o tome kako se osjećaju sa ili bez tog predmeta i zašto. Neka sljedećega dana donesu taj predmet u vrtić i pokažu ga odgojitelju/ici i drugoj djeci te objasne zašto im taj predmet pruža osjećaj sigurnosti i sreće.



LOV NA BLAGO

Pomozite djetetu da u kući nađe neki predmet koji mu daje osjećaj sigurnosti i sreće. Razgovarajte s djetetom zašto je odabralo baš taj predmet. Podsjetite dijete da sljedećega dana taj predmet odnese u vrtić da ga pokaže odgojiteljici i drugoj djeci. I druga djeca će donijeti svoje predmete i razgovarati o njima.



Aktivnost 2. Sherlock osjeća zahvalnost

Cilj učenja

Isprobati načine zahvaljivanja drugima.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

zahvaliti osobama koje su mi na neki način pomogle.

Razina

Srednja

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, listovi papira, plakat, papirnate maramice, časopisi, pastele, flomasteri, ljepilo, škare, radni listić *Hvala ti!*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Podsjetite djecu na priču iz prethodne aktivnosti i ako želite, ponovno je pročitajte koristeći se lutkama za ruku ili prste.
3. Razgovarajte s djecom tako što ćete ih pitati sljedeća pitanja:
 - Što je bilo potrebno Sherlockovoj obitelji da bi se osjećali dobro i sigurno tijekom zime?
 - Tko je pomogao Sherlocku?
 - Kako se Sherlock osjećao nakon toga?
4. Potom povežite priču s osobnim iskustvima djece tako da ih pitate sljedeće:
 - Jeste li vi ikada tražili pomoć od drugih?
 - Kakva vam je pomoć trebala?
 - Što ste napravili zauzvrat kada vam je netko pomogao?
5. Potaknite djecu da dobro razmisle o svim načinima na koje mogu nekome zahvaliti (npr. mogu reći hvala, napraviti poklon, učiniti neku ljubaznu gestu ...)
6. Prikupite razne materijale (npr. papir, papirnate maramice, časopise, pastele, flomastere, ljepilo, škare) i zamolite djecu da izrade poklon kojim će zahvaliti nekoj posebnoj osobi i da objasne zašto su odabrala tu osobu. Kasnije djeca mogu i uručiti svoj dar toj osobi.



Predložite djeci da sa svojim roditeljima razgovaraju o osobama koje su im nekada pomogle

(kad su bili djeca). Neka im roditelji ispričaju taj događaj i kako su pokazali zahvalnost toj osobi. Potom im roditelji mogu ispričati i događaj u kojem im je netko pomogao nedavno, sada, kada su odrasle osobe i jesu li im zahvalni. Jesu li oni nekome nekada pomogli i kako znaju da su im te osobe zahvalne? Potaknite roditelje da zajedno s djecom izrade zahvalnicu osobi prema zajedničkom izboru.



HVALA TI!

Ispričajte svom djetetu sjećate li se neke situacije ili osobe koja vam je pomogla kad ste vi bili dijete i kako ste joj zahvalili. Ispričajte mu i situaciju u kojoj vam je netko nedavno pomogao i u kojoj ste vi nekome pomogli. Razgovarajte s djetetom o različitim načinima na koje možemo izraziti zahvalnost kad nam netko pomaže. Predlažemo vam da zajedno napravite jednu zahvalnicu osobi kojoj dijete i vi želite zahvaliti.



Aktivnost 3. Sherlocku je potrebna pomoć

Cilj učenja

Razumjeti važnost traženja potpore odraslih.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

tražiti potporu odrasle osobe kada mi bude bila potrebna.

Razina

Napredna

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, listovi papira, radni listić *Uz tvoju pomoć*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pitajte djecu sljedeće:
 - Jeste li se ikada našli u situaciji kada vam je nešto bilo teško? Što se dogodilo? Jeste li tražili pomoć ili ste na kraju sami svladali poteškoću?
 - Kada bismo trebali zatražiti pomoć? Kako bismo trebali zamoliti druge za pomoć?
3. Zamolite djecu da razmisle o tome što mogu sami učiniti u vrtiću, a za što im je potrebna dodatna pomoć odraslih.
4. Napravite na velikome listu papira dva stupca. Na vrhu jednoga stupca napišite naziv: MOŽEMO SAMI, a na vrhu drugoga stupca: TREBAMO POMOĆ ODRASLIH. Popunite stupce zajedno s djecom. Ovaj plakat možete staviti na pano za roditelje.
5. Predložite djeci da nacrtaju situaciju u kojoj su trebali pomoć odraslih.
6. Kada dijete završi crtež, razgovarajte s njime o tome što je nacrtalo, kako se tada osjećalo i tko mu je pomogao. Pitajte djecu jesu li oni nekada nekome pomogli.
7. Odgovore djece zapišite na poleđinu crteža i stavite taj rad u djetetovu mapu.



Predložite djeci da razgovaraju s roditeljima o situacijama u kojima su jedni drugima pomagali. Podijelite im radne listiće u koje uz pomoć roditelja mogu napisati riječi ili nacrtati znak zahvale jedni drugima.



UZ TVOJU POMOĆ

Razgovarajte s vašim djetetom o načinima i situacijama u kojima jedni drugima pomažete. Pomozite mu da napiše riječi ili nacрта znak zahvale vama na pomoći, a i vi svojem djetetu možete napisati riječi ili nacrtati znak zahvale za načine na koje ono pomaže vama.



Cjelina 3. Održavanje odnosa povjerenja i sigurnosti

Na kraju ovoga seta aktivnosti djeca će moći:

- imati povjerenja u poznate i važne odrasle osobe
- znati reći što im treba da se osjećaju sigurno i zaštićeno
- shvatiti da u odnosima s odraslima mogu pronaći toplinu i sigurnost.

Aktivnost 1. Perin strah

Cilj učenja

Imati povjerenja u poznate i važne odrasle osobe.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

vjerovati bliskim odraslima i potražiti ih kada osjećam neugodu.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Lutke za ruke ili prste, razni predmeti koji mogu poslužiti kao prepreke u igri povjerenja, radni listić *Imam povjerenja u svoju obitelj*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pročitajte djeci sljedeću priču koristeći se lutkama za ruku ili prste:

Perin strah

U Zeldinoj i Sherlockovoj grupi bilo je mnogo životinja. Tijekom dana svi su bili zajedno pod deblom staroga bora koji se srušio prije mnogo godina. To je bila njihova šumska škola.

Pero je bio jedan od najboljih u grupi. Uvijek je bio pažljiv prema drugima i spreman razgovarati i pomoći. No jednog dana Zeldina je primijetila da je Pero nekako čudan, izgledao je stvarno umoran i samo što nije prespavao taj dan! Čak nije odgovarao odgojiteljici kad bi mu se obratila pa ju je Perino ponašanje stvarno uzrujalo.

Zeldu je pomalo iznenadilo taj događaj. Prišla je Peri i upitala ga: „Pero, jesi li dobro? Izgledaš tako umorno, osjećaš li se loše danas? Brinem se za tebe.”

Čim ga je Zeldina to upitala, njegovo se lice promijenilo. Rastužio se i počeo je plakati. „Tako sam umoran,” odgovorio je Pero. „Već noćima ne spavam zato što se bojim mraka. Sada kad se moja

obitelj preselila u novu kuću, više ne mogu vidjeti mjesečinu kao što sam mogao kroz prozor svoje stare sobe. Tako me je strah po noći!”

Zelda ga je zagrlila i pomogla mu da obriše suze. „Zašto nisi razgovarao s nekim o tome?”

„Bojao sam se razgovarati o tome s nekim jer me sram. Čak nisam ništa rekao ni svojim roditeljima!” odgovorio je Pero.

„Trebao si razgovarati s našom odgojiteljicom i objasniti joj zašto se tako čudno ponašaš. Njoj nije jasno što se s tobom događa,” uzvratila mu je Zelda.

Zelda je ohrabrila Peru da razgovara s odgojiteljicom. Odgojiteljica je bila jako dobra i brižna te je shvatila Perine strahove. Utješila ga je i rekla mu da će razgovarati s njegovim roditeljima kako bi zajedno pronašli rješenje.

Pero je osjetio veliko olakšanje, a kada je stigao kući, otkrio je da su njegovi roditelji napravili velik prozor u sobi kako bi on ponovno mogao vidjeti mjesečinu.

3. Razgovarajte s djecom o priči tako što ćete ih pitati sljedeća pitanja:
 - Kako se Pero ponašao u vrtiću?
 - Zašto je Zelda to primijetila?
 - Zašto se Pero činio tako čudnim?
 - Što je Zelda učinila da mu pomogne?
 - Što je odgojiteljica učinila?
 - Što je Pero vidio kada je stigao kući?
 - Zašto Pero nije nikome rekao o svojim problemima?
4. Zamolite djecu da se sjete situacije kada ih je brinuo neki problem i kada im je trebala pomoć odrasle osobe. Potaknite djecu da ispričaju o svojim iskustvima postavljajući im sljedeća pitanja:
 - Što se dogodilo?
 - Kako ste se tada osjećali?
 - Što ste učinili?
 - Jeste li zatražili pomoć? Od koga?
 - Kako je sve završilo?
 - Kako ste se onda osjećali?
5. Predložite djeci da igraju igru *Povjerenje*. Postavite u prostoriji nekoliko prepreka (stolci, stolovi...). Podijelite djecu u parove. Jedno dijete bit će voditelj, a drugo će imati povez preko očiju ili će zažmiriti. Voditelj ima zadatak pažljivo i sigurno voditi svojega partnera između prepreka pazeći da se ovaj ne ozlijedi udarivši u neku prepreku. To se radi bez riječi. Nakon nekoliko minuta, djeca u paru zamijene uloge. Pitajte djecu kako su se osjećali za vrijeme igre i jesu li trebali imati povjerenja jedni u druge za vrijeme te igre.
6. Završite aktivnost tako da naglasite koliko je važno pouzdati se u razgovor s odraslima, kao što su odgojitelji ili roditelji, kada su nesigurni, uplašeni, tužni ili su u nekoj drugoj teškoj situaciji.



Neka djeca s članovima obitelji igraju igru *Povjerenja* (opisanu na listićima koje ćete podijeliti

djeci), ali na način da jedan član obitelji stavi dlanove obje ruke na leđa drugom članu obitelji koji se polako svom težinom naslanja na njegove dlanove tako da na kraju stoji na petama. Onaj član obitelji koji drži ruke na leđima drugoga člana obitelji mora biti čvrst i pouzdan i jako se truditi da onaj tko se naslanja bude siguran.



IMAM POVJERENJA U SVOJU OBITELJ

Igrajte s članovima obitelji igru *Povjerenja* na način da jedan član obitelji stavi dlanove obje ruke na leđa drugom članu obitelji koji se polako svom težinom naslanja na njegove dlanove tako da na kraju stoji na petama. Onaj član obitelji koji drži ruke na leđima drugoga člana obitelji mora biti čvrst i pouzdan i jako se truditi da onaj tko se naslanja bude siguran. Neka svatko sa svakim odigra ovu igru. Naravno da najmlađi član obitelji neće držati ruke na ničijim leđima jer se na njega ni ne trebate oslanjati.



Aktivnost 2. Osjećaj sigurnosti i zaštićenosti

Cilj učenja

Znati reći što djeci treba da se osjećaju sigurno i zaštićeno.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

prepoznati što mi daje osjećaj sigurnosti i zaštićenosti.

Razina

Srednja

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, plakati, pastele, radni listić *Osjećam se sigurno i zaštićeno*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Podsjetite djecu na priču iz prethodne aktivnosti, a ako to žele, ponovno im je pročitajte koristeći se lutkama za ruku ili prste.
3. Prisjetite se sadržaja priče s pomoću sljedećih pitanja:
 - Kakvo je bilo Perino ponašanje?
 - Kako je Zelda to primijetila?
 - Zbog čega je Pero bio zabrinut?
 - Zašto Pero nije nikome govorio o svojim problemima?
4. Zamolite djecu da se sjete situacije u kojoj im je jako trebala zaštita neke druge osobe (odgojiteljice, roditelja, vršnjaka, susjede, bake, djedova ...). Potaknite ih na razgovor sljedećim pitanjima:
 - Što se dogodilo?
 - Kako ste se tada osjećali?
 - Što ste učinili?
 - Je li vas netko zaštitio? Tko?
 - Je li vam to pomoglo? Kako?
 - Jeste li se osjećali sigurno i zaštićeno?
5. Odigrajte s djecom igru *Stonoga*. Recite djeci da stanu u red prema veličini stopala. Kada formiraju kolonu, neka se na vaš znak počnu lagano spuštati na koljena djeteta koje stoji iza njih. Ako se to radi polagano i istovremeno, svi će sjediti na koljenima drugoga djeteta. Neka djeca malo mašu rukama i polako se kreću kao stonoga. Pitajte djecu jesu li se osjećali sigurno i zaštićeno tijekom igre. Zašto? Što im treba da se osjećaju sigurno i zaštićeno?

6. Završite aktivnost naglašavajući da je važno imati povjerenje jedni u druge, u odrasle osobe, posebno odgojitelje ili roditelje.



Predložite djeci da razgovaraju s roditeljima o tome kada se u obitelji osjećaju sigurno i zaštićeno i što im je za to potrebno. Podijelite im radne listiće u koje uz pomoć roditelja mogu upisati ta obilježja.



OSJEĆAM SE SIGURNO I ZAŠTIĆENO

Razgovarajte s djetetom o tome kada se u obitelji osjećaju sigurno i zaštićeno i što im je za to potrebno. Pomozite im da nacrtaju kuću i u nju ucrtaju ili upišu te situacije.



Aktivnost 3. Što mi treba da se osjećam sigurno i zaštićeno

Cilj učenja

Prepoznati da se u odnosima s odraslima može naći toplina i sigurnost.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

cijeniti odnose s odraslima u kojima dobivam toplinu i sigurnost.

Razina

Napredna

Potreban pribor

Plakat, pastele, bojice, flomasteri, radni listić *Mama i tata osjećaju se sigurno i zaštićeno*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Podsjetite djecu na priču *Perin strah* uz pomoć sljedećih pitanja (ako djeca žele, priču možete ponovno pročitati):
 - Kakvo je bilo Perino ponašanje u vrtiću?
 - Zašto je Zelda to primijetila?
 - Zašto se Pero činio tako čudnim?
 - Što je Zelda učinila da mu pomogne?
 - Što je odgojiteljica učinila da mu pomogne?
 - Što je Pero vidio kada je stigao kući?
 - Tko je za to zaslužan?
3. Razgovarajte s djecom o nekom prošlom događaju kada su se osjećala sigurno i voljeno, kao i o situaciji kada su se osjećala nesigurno, bez ljubavi i neugodno. Potaknite ih na razgovor postavljajući sljedeća pitanja:
 - Jeste li se vi nekada osjećali poput Pere?
 - Jeste li tada bili sigurni u sebe, voljeni i zaštićeni?
 - Tko vam je pomogao? Kako?
 - Kako ste se tada osjećali?
4. Podijelite djecu u 4 jednake skupine. Odaberite 4 različite situacije prema dječjim iskustvima. Svakoj skupini dajte zadatak da odglumi situaciju u kojoj se dijete na kraju osjeća sigurno i voljeno te situaciju u kojoj se dijete na kraju osjeća nesigurno i nevoljeno. Možete pomoći djeci oko podjele uloga.
5. Nakon pripreme, svaka skupina odglumi pred drugom djecom svoju situaciju, a druga djeca ohrabruju „glumce“ pljeskom.

6. Nakon odigranih scenarija, pitajte djecu što im je potrebno da bi se osjećali sigurno i voljeno. Njihove odgovore zabilježite na jedan plakat. Plakat možete izložiti u kutiću za roditelje na nekoliko dana.



Podijelite djeci listiće i predložite im da pitaju roditelje kada su se i zbog čega oni osjećali sigurno, toplo i voljeno kad su bili mali. Predložite im da zamole roditelje da potraže neku fotografiju iz vremena kad su oni bili mali i opišu vam odnose osoba s kojima su na fotografiji.



MAMA I TATA OSJEĆAJU SE SIGURNO I ZAŠTIĆENO

Prisjetite se situacije kad ste se osjećali sigurno i zaštićeno zahvaljujući nekom drugom. Ispričajte to djetetu. Ako imate fotografiju na kojoj ste se tako osjećali, pokažite je djetetu i opišite mu odnose osoba s kojima ste na fotografiji.



PODTEMA 2. Suradničke vještine, empatija i moralno rasuđivanje

Ova podtema sastoji se od tri niza aktivnosti kojima se nastoji potaknuti razvoj suradničkih vještina, empatije i moralnoga rasuđivanja. U prvom dijelu ponuđeni su materijali kojima se jačaju razne vještine, od sposobnosti da se čeka na red i dijeli s drugima do suradničkih vještina i aktivnosti kojima se jača timski duh, kao što su umjetničko izražavanje, donošenje zajedničkih odluka ili igranje timskih igara. Suradnja s vršnjacima doprinosi socijalnom i emocionalnom razvoju djece što uključuje zdravije stavove prema drugima, obazrivije i suradljivije interakcije i pozitivniju sliku o sebi. Aktivnosti su organizirane tako da djeca kroz suradnju postižu zajedničke ciljeve, pri čemu je potrebno raspraviti koji je najbolji način da se izvrši zadatak te se pobrinuti da svi aktivno sudjeluju u tome.

U drugome dijelu predstavljene su aktivnosti kojima se jača sposobnost prepoznavanja i uvažavanja tuđih ciljeva, ponašanja, želja i osjećaja. Empatija je ključan čimbenik u uspješnim interpersonalnim odnosima. Smatra se nužnim preduvjetom za socijalno i prosocijalno ponašanje, također utječe na prihvaćenost pojedinca kod vršnjaka i doprinosi razvoju morala. U trećem dijelu nastoji se pomoći djeci da se kritički osvrnu, rasprave i razrade zajednički osmišljena rješenja moralnih i etičkih dilema (Gasser & Malti, 2012). Djeca uče kako prihvatiti tuđe perspektive kroz interakcije s vršnjacima te kritički promišljaju vlastita moralna obrazloženja i etiku. Prakticiranje etičnoga i odgovornoga ponašanja zahtijeva od djece da ne budu usredotočena samo na sebe i da razvijaju svoju intelektualnu i emocionalnu iskrenost. Isto tako, potrebno je da su djeca voljna suočiti se sa svojom ranjivošću te da je mogu izraziti kako bi ostvarila potrebne promjene u svojim životima (Staub & Vollhardt, 2008).

CJELINA 1. DIJELJENJE S DRUGIMA, SURADNJA I TIMSKI RAD

- | | |
|----------------|---|
| Ciljevi | <ul style="list-style-type: none"> • moći čekati svoj red za vrijeme igre • opisati zašto je važno dijeliti • sudjelovati u zajedničkoj aktivnosti koja uključuje suradnju s drugima |
| učenja | |
-

CJELINA 2. EMPATIJA

- | | |
|----------------|--|
| Ciljevi | <ul style="list-style-type: none"> • uvidjeti da drugi mogu istu stvar ili događaj vidjeti i doživjeti drugačije • pitati kako se druga osoba osjeća • opisati tuđi doživljaj ili mišljenje |
| učenja | |
-

CJELINA 3. ETIČNO, ODGOVORNO I MORALNO PONAŠANJE

- | | |
|----------------|---|
| Ciljevi | <ul style="list-style-type: none"> • odnositi se brižno prema životinjama • razumjeti važnost odgovornoga ponašanja prema drugima • razumjeti važnost pozitivnoga i odgovornoga ponašanja prema vršnjacima u nepovoljnom položaju ili vršnjacima s poteškoćama |
| učenja | |
-

Savjeti za odgojitelj(ice)

1. Podržavajte i osvješčujte kod djece prednosti sudjelovanja, vođenja i suradnje naspram suparništva, natjecanja i nesuradničkih odnosa s vršnjacima.
2. Kreirajte grupne aktivnosti koje pridonose cjelovitom i smislenom razvoju socijalnih, akademskih i drugih vještina djece.
3. Olakšajte djeci zajedničke aktivnosti potičući suradničko učenje. Suradničke aktivnosti organizirajte tako tako da svako dijete ima jasnu ulogu i zadatak.
4. Potičite djecu na dijeljenje i međusobno pomaganje u svakodnevnim situacijama.
5. Potičite djecu da međusobno izmjenjuju pozitivne informacije. Primjerice, na kraju dana dijete može reći nešto lijepo o svom prijatelju ili navesti jednu stvar na kojoj mu je zahvalno.

Cjelina 1. Dijeljenje s drugima, suradnja i timski rad

Na kraju ovoga seta aktivnosti djeca će moći:

- čekati svoj red za vrijeme igre
- opisati zašto je važno dijeliti
- sudjelovati u zajedničkoj aktivnosti koja uključuje suradnju s drugima.

Aktivnost 1. Zelda je nestrpljiva

Cilj učenja

Moći čekati svoj red za vrijeme igre.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

čekati svoj red za vrijeme igre.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, listovi papira, pastele, radni listić *Igram se s tobom*, radni listić *Kartice za igru memorije*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pročitajte djeci sljedeću priču koristeći se lutkama za ruku ili prste:

Baka Mirta i čarobni kamen

Zeldina baka Mirta stigla je k Zeldi nakon dugog putovanja. Mirta je živjela jako daleko, gore na Ledenoj gori. Jednom godišnje sišla bi u nizinu posjetiti svu svoju obitelj.

Zelda je bila jako sretna jer je znala da joj je njezina baka donijela posebne poklone s planine.

Cijela obitelj pripremila je veliki ručak kako bi proslavili bakin dolazak.

„Imam jedan poseban poklon za tebe i tvoju sestru,“ reče baka Zeldi. „To je proziran kamen. Kad pogledaš kroz njega, sav krajolik izgleda kao da je prekriven snijegom. To je slavni Sniježni kamen. Godinama sam ga tražila po planini i napokon sam pronašla jedan. Vrlo je rijedak i dragocjen. Moraš dobro paziti na njega.“

Zelda je htjela uzeti kamen, no njezina sestra Darija zgrabila ga je njoj pred nosom. Zelda se naljutila jer je htjela prva isprobati čarobni kamen. Zato je istrgnula kamen iz Darijinih ruku pa su se počele svađati. Dok su se one svađale, kamen je pao na pod i jedan se njegov dio odlomio.

Nato se baka Mirta jako uzrujala, a Zelda i Darija osjećale su veliku krivnju zbog toga. Znale su da su trebale dijeliti kamen, svaka je trebala čekati svoj red da pogleda kroz njega.

Baka Mirta je podigla kamen s poda. Srećom, još uvijek je bio u dobrom stanju i mogla je kroz njega vidjeti krajolik pokriven snijegom.

Zelda i Darija su se ispričale i shvatile da su trebale čekati svaka svoj red da koriste kamen i lijepo ga međusobno dijeliti.

3. Razgovarajte s djecom tako da ih pitate sljedeća pitanja:
 - Je li vam se svidjela ova priča?
 - Što je baka Mirta donijela svojim unukama?
 - Što se dogodilo kada je baka Mirta pokazala Zeldi i Dariji njihov poklon?
 - Zašto im se poklon slomio?
4. Povežite priču s iskustvima djece tako da ih pitate je li se njima nekada dogodilo da nisu imali strpljenja čekati svoj red? Kada je to bilo? Je li se dogodila neka šteta? Što su mogli učiniti drugačije?
5. Odigrajte s djecom igru memorije kako biste im pomogli da shvate zašto je važno čekati svoj red. Prije nego što započnete igru, pokažite im parove na karticama za igru memorije i objasnite djeci sva pravila. Naglasite da je važno poštivati red kod okretanja kartica. Svako dijete odabire po dvije kartice u potrazi za parom. Ako nađe dvije iste kartice, smije ih zadržati. Ako pogriješi i ne okrene dvije iste kartice, mora čekati svoj red kada može ponovno pokušati.
6. Na kraju igre pitajte djecu:
 - Sviđa li vam se igra?
 - Je li bilo teško ili lako čekati svoj red?
 - Zna li još neke igre u kojima morate čekati svoj red?
7. Prikupite sve ideje na jedan papir i dogovorite se s djecom kojim ćete redom igrati predložene igre.



Predložite djeci da kod kuće s roditeljima odigraju igru *Čovječe, ne ljuti se!* ili neku drugu igru u kojoj moraju čekati jedni na druge. Predložite im da pitaju roditelje vole li oni čekati u redu i kako se tada ponašaju.



IGRAM SE S TOBOM

Odigrajte s djetetom igru *Čovječe, ne ljuti se* ili neku drugu igru u kojoj se mora čekati red (igru memorije, domino,...).

Napišite koju ste igru igrali, kako je igra tekla i jesu li svi slijedili pravila igre!



Aktivnost 2. Dijeljenje čarobnoga kamena

Cilj učenja

Opisati zašto je važno dijeliti.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

opisati zašto je važno dijeliti pribor i igračke.

Razina

Srednja

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, listovi papira, plakat, pastele, radni listić *Dijelim, ne dijelim*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Podsjetite djecu na priču iz prethodne aktivnosti i, ako to žele, ponovno im je ispričajte koristeći se lutkama za ruku ili prste.
3. Razgovarajte s djecom o priči uz pomoć sljedećih pitanja:
 - Kako vam se svidjela ova priča?
 - Što je baka Mirta donijela svojim unukama?
 - Što se dogodilo kada je baka Mirta pokazala Zeldi i Dariji njihov poklon?
 - Što su Zelda i Darija naučile u ovoj priči?
4. Recite djeci sljedeće:

Zamislite da ste upravo dobili kutiju pastela od svoje mame, a već jako dugo ste si željeli baš takve pastele. Jako ste sretni što ste ih dobili i odlučili ste ih ponijeti sa sobom u vrtić. Bili ste ih mogli dijeliti s drugima ili bi to bilo teško za vas?

5. Pitajte djecu bi li im bilo teško ili lako dijeliti svoje pastele s drugima. Pitajte ih koje se još stvari mogu dijeliti s drugima u vrtiću, a koje kod kuće.
6. Podijelite djecu u manje skupine i svakoj skupini podijelite papir na kojem je jedan (isti) crno-bijeli crtež većega formata koji svaka skupina treba obojiti na određeni dogovoreni način koji je isti u svakoj skupini (to može biti npr. crtež stabla jabuke kojemu treba obojiti deblo smeđom bojom, krošnju zelenom bojom i jabuke crvenom bojom ili crtež košare u kojoj jabuke treba obojiti crveno, kruške zeleno, a banane žuto ili nešto prema vašoj zamisli). Svakoj skupini djece dajte samo više bojica samo jedne boje (npr. jednoj zelene, drugoj smeđe, a trećoj crvene). Kad svaka grupa završi sa svojom bojom, trebaju dati tu boju drugoj grupi, a druga grupa njima treba dati drugu boju). Na taj će način dijeliti ono što svima treba i svaka će skupina moći dovršiti svoj crtež sa svim bojama.

7. Na kraju, djeca pokazuju svoje crteže, a vi ih pitajte: Zašto je bilo važno dijeliti bojice? Bismo li mogli dovršiti crteže da nitko nije dijelio svoju boju s drugima?



Predložite djeci da zajedno s roditeljima razmisle o stvarima i igrama koje mogu podijeliti s drugima, kao i o onima koje se ne mogu dijeliti. Potom neka ih nacrtaju na radni listić *Dijelim, ne dijelim*.



DIJELIM, NE DIJELIM

Potaknite dijete da razmisli o stvarima ili igrama koje može ili ne može dijeliti s drugima.
Neka ih ovdje nacрта:

DIJELIM

NE DIJELIM



Aktivnost 3. Izrada zajedničkoga rada

Cilj učenja

Sudjelovati u zajedničkoj aktivnosti koja uključuje suradnju s drugima.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

raditi s drugima kao dio tima.

Razina

Napredna

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, flomasteri, plakat, radni listić *Crtajmo zajedno*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Podsjetite djecu na priču *Baka Mirta i čarobni kamen* i, ako to žele, ispričajte je ponovno koristeći se lutkama za ruku ili prste.
3. Povežite priču s iskustvima djece postavljajući im sljedeća pitanja:
 - Što su Zelda i Darija naučile u ovoj priči?
 - Što biste vi učinili da ste na njihovom mjestu?
 - Što bi se tada dogodilo?
 - Je li vam poznata razlika između suradnje i nesuradnje? Kako biste to opisali?
4. Zamolite djecu da sjednu u krug. Recite im da će danas kao grupa izraditi neobičan crtež.
5. Svakom djetetu dajte po jedan flomaster i stavite plakat na pod u sredinu kruga. Svako dijete ima 30 sekundi da nešto nacрта na plakat, a onda mora prepustiti plakat sljedećem djetetu koje isto tako ima 30 sekundi da nešto nadoda na prvi crtež. Plakat treba kružiti među djecom, dok ona naizmjenice stvaraju crtež. Objasnite djeci da im je cilj zajednički stvoriti smisleno umjetničko djelo.
6. Na kraju aktivnosti postavite im pitanja:
 - Je li vam se svidjela ova aktivnost?
 - Je li vam bilo teško ili lako čekati svoj red?
 - Je li vam bilo teško ili lako stvoriti nešto iz prethodnoga crteža?
 - Jeste li ikada prije zajednički radili na nekom crtežu?
 - Kako se osjećate?
 - Zna li neke druge aktivnosti, stvari ili igre koje se mogu dijeliti s drugima?
7. Zabilježite dječje izjave o tome kako su se osjećali dok su zajedno radili neobični crtež i stavite ih na plakat. Dvršeni crtež također izložite.



Predložite djeci da zajedno s roditeljima odigraju sličnu igru tako da naprave zajednički crtež i donesu ga drugi dan u vrtić.



CRTAJMO ZAJEDNO

Predlažemo da zajedno sa svojim djetetom odigrate igru *Suradnički crtež* u kojem vi i vaše dijete crtate naizmjenice, dijeleći iste olovke ili bojice, neko zajedničko djelo. Molimo da dijete crtež donese sa sobom u vrtić.



Cjelina 2. Empatija

Na kraju ovoga seta aktivnosti djeca će moći:

- uvidjeti da drugi mogu istu stvar ili događaj vidjeti i doživjeti drukčije
- pitati kako se druga osoba osjeća
- opisati tuđi doživljaj ili mišljenje.

Aktivnost 1. Pad u podzemlje

Cilj učenja

Uvidjeti da drugi mogu istu stvar ili događaj vidjeti i doživjeti drugačije.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

znati da drugi mogu istu stvar ili događaj vidjeti i doživjeti drugačije.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, plakat, radni listić *Da sam mrav*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pročitajte djeci sljedeću priču koristeći se lutkama za ruku ili prste:

Pad u podzemlje

Jednog dana dok su Zelda i Sherlock šetali šumom ugledali su veliku rupu u zemlji.

„Pazi Sherlock da ne bi slučajno...” No Zelda nije ni stigla dovršiti rečenicu, a Sherlock je već upao u rupu.

„Jesi li dobro?” upitala je Zelda. „Dobro sam, ali ti bi trebala sići da vidiš ovo,” odgovorio je Sherlock.

Zelda se jako iznenadila kada je sišla u rupu. Pronašli su mravlje kraljevstvo. Sve je bilo puno tunela, hrane i mnogih drugih stvari.

„Što vi radite ovdje? Zašto ste došli?” upitala je Mravlja kraljica. „Niste dobrodošli. Mi ne volimo strance, pogotovo kada dođu iz gornjeg svijeta!”

„Upali smo u ovu rupu, ali dolazimo u miru, nismo neprijatelji!” reče Zelda. „Zašto ne volite one koji dođu iz gornjega svijeta?”

„Oni iz gornjega svijeta nas mrave smatraju beskorisnim malim životinjama i ne poštuju nas. Mi nismo velike životinje, ali smo nježni i miroljubivi. Štitimo naše podzemno kraljevstvo da bi naše obitelji mogle rasti, kako to čine i sve druge životinje,” odgovorila je Mravlja kraljica.

Zelda i Sherlocku je bilo jako zanimljivo to što im je Mravlja kraljica govorila jer ni oni nisu baš često obraćali pažnju na mrave. Nakon što su poslušali Mravlju kraljicu, počeli su proučavati kraljevstvo mrava i jako ih je iznenadilo koliko su mravi vješti u izgradnji tunela kroz zemlju. Nikada nisu razmišljali kako mravi mogu živjeti pod zemljom. Zahvalili su i oprostili se od Mravlje kraljice. I taj dan su Zelda i Sherlock naučili kako gledati svijet mravljim očima.

3. Kako biste pomogli djeci da shvate priču, organizirajte igrokaz utemeljen na priči. Odaberite djecu koja će biti glavni likovi (Zelda, Sherlock i Mravlja kraljica), dok ostala djeca mogu glumiti mrave.

Na kraju igrokaza razgovarajte s djecom tako da ih pitate slijedeća pitanja:

- Što se dogodilo Sherlocku dok je bio u šumi?
 - Koga su Sherlock i Zelda upoznali u rupi u zemlji?
 - Zašto Mravlja kraljica nije voljela strance koji dolaze iz svijeta iznad zemlje?
4. Zamolite djecu da zamisle da su mravi. Dok se pretvaraju da su mravi, mogu se slobodno igrati i kretati po prostoriji.
 5. Na kraju igre, okupite djecu u krug i kažite im da zamisle kako bi svijet izgledao iz perspektive jednoga mrava. Poslušajte njihove prijedloge. Pitajte ih:
 - Što su Sherlock i Zelda naučili u ovoj avanturi?
 6. Završite aktivnost ističući kako je važno razmotriti tuđa gledišta, kao što su to učinili Zelda i Sherlock u ovoj priči.



Neka djeca kod kuće s roditeljima odigraju igru u kojoj trebaju zamisliti kako izgleda život mrava. Na primjer, mogu razmisliti o tome što mravi trebaju napraviti da bi mogli jesti, spavati, kretati se. Neka djeca nacrtaju svoje ideje na listić *Da sam mrav*.



DA SAM MRAV

Odigrajte s djetetom igru u kojoj zamišljate kako izgleda život mrava. Na primjer, možete razmisliti o tome što mravi trebaju napraviti da bi mogli jesti, spavati, kretati se. Neka dijete nacрта svoje ideje na ovaj listić.



Aktivnost 2. Kao mravi

Cilj učenja

Znati pitati kako se druga osoba osjeća.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

pitati druge kako se osjećaju.

Razina

Srednja

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, plakat, radni listić *Jednom davno...*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Podsjetite djecu na priču *Pad u podzemlje* i, ako želite, ponovno je ispričajte koristeći se lutkama za ruku ili prste.
3. Razgovarajte s djecom o priči uz pomoć sljedećih pitanja:
 - Što se dogodilo Sherlocku dok je bio u šumi?
 - Koga su Sherlock i Zelda upoznali u rupi u zemlji?
 - Zašto Mravlja kraljica nije voljela strance koji žive iznad zemlje?
4. Zamolite djecu da formiraju parove. Po jedno dijete iz svakoga para izvodi razne pokrete kao da je mrav. Drugo dijete u paru treba oponašati prvo dijete dok glumi, a nakon nekoliko minuta, djeca trebaju zamijeniti uloge.
5. Na kraju igre djeca će pitati svojega para kako je biti mrav i kako se osjeća kao mrav, a par treba odgovoriti na to pitanje pretvarajući se da je mrav. Dajte djeci dovoljno vremena da postavite pitanja i poslušaju odgovore. Potom djeca trebaju zamijeniti uloge; drugo dijete će pitati prvo kako je biti mrav.
6. Pozovite djecu da sjednu u krug i pitajte ih:
 - Kako vam se svidjela ova igra?
 - Je li vam bilo teško ili lako pitati i slušati druge dok su opisivali kako im je bilo dok su se pretvarali da su mravi?
 - Jeste li ikada prije pitali nekoga kako se osjeća?
 - Što možete naučiti iz ove igre?
7. Završite aktivnost ističući kako je važno uvažavati tuđa gledišta, kao što su to učinili Zelda i Sherlock, a posebno je važno obraćati pozornost na tuđe osjećaje. Svijest o tome se stvara sagledavanjem tuđih perspektiva i emocija, kao što su djeca učinila u ovim igrama.



Predložite djeci da uz pomoć roditelja smisle kratku priču u kojoj je mrav glavni lik. Neka nacrtaju prizor iz priče ili zamole roditelje da je napišu na listiće koje ćete im podijeliti.



JEDNOM DAVNO...

Pomozite djetetu da smisli kratku priču u kojoj je mrav glavni lik. Napišite priču na ovaj papir ili neka dijete nacрта prizor iz te priče!



Aktivnost 3. Da sam mrav

Cilj učenja

Opisati tuđi doživljaj ili mišljenje.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

opisati tuđi doživljaj ili mišljenje.

Razina

Napredna

Potreban pribor

Plakat, radni listić *Jedan dan moje mame/mojega tate*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Podsjetite djecu na priču *Pad u podzemlje* postavljajući sljedeća pitanja:
 - Koga su Zelda i Sherlock upoznali u rupi u zemlji?
 - Zašto Mravlja kraljica nije voljela strance koji žive iznad zemlje?
 - Jeste li vi vidjeli strance?
 - Po vašem mišljenju, kako se Mravlja kraljica osjećala na početku kada je upoznala Zeldu i Sherlocka?
 - Biste li se vi isto tako osjećali?
3. Na kraju igre okupite djecu u krug i zamolite ih da zamisle kako bi svijet izgledao iz perspektive jednoga mrava.
4. Potaknite djecu da razmisle o tome kako svijet izgleda drugačiji iz mravlje perspektive. Neka nacrtaju ono što su zamislila. Neka vam pokažu svoje crteže i ispričaju što su nacrtali. Zabilježite njihove iskaze i zajedno s crtežima postavite malu izložbu za roditelje.
5. Završite aktivnost ističući da je važno sagledati stvari iz druge perspektive, kao što su to učinili Zelda i Sherlock.



Zamolite djecu da sagledaju tuđu perspektivu tako što će s jednim roditeljem razgovarati o onome što on/ona radi svaki dan. Potom neka ispune radni listić *Jedan dan moje mame/mojega tate* i nacrtaju 4 radnje koje njihov roditelj obično radi.



JEDAN DAN MOJE MAME/MOJEGA TATE

Razgovarajte s djetetom o tome što radite svaki dan. Neka dijete nacрта 4 radnje!

1	2
3	4



Cjelina 3. Etično, odgovorno i moralno ponašanje

Na kraju ovoga seta aktivnosti djeca će moći:

- brižno se odnositi prema životinjama
- razumjeti važnost odgovornoga ponašanja prema drugima
- razumjeti važnost pozitivnoga i odgovornoga ponašanja prema vršnjacima u nepovoljnom položaju ili vršnjacima s poteškoćama.

Aktivnost 1. Pozitivno ponašanje prema životinjama

Cilj učenja

Brižno se odnositi prema životinjama.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

odnositi se brižno prema životinjama.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, plakat, pastele, listovi papira, radni listić *Znam se brinuti o...*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pročitajte djeci sljedeću priču koristeći se lutkama za ruku ili prste:

Zelda i Sherlock spašavaju ljubimca

Jednoga dana dok su šetali šumom, Zelda i Sherlock začuli su neku čudnu buku. Zvučalo je kao da netko plače.

Slijedeći taj zvuk, stigli su do jednoga grma i vidjeli da se u njemu nešto miče.

„Što je to?” upitala je Zelda. „Izgleda kao... psić!” „Da, to je maleni pas, pogledaj ga!” odgovorio je Sherlock.

„Gledaj!” reče Zelda. „Izgleda da ima nešto u oku. Oko mu je zatvoreno i čini mi se da ga ne može otvoriti.”

„Meni se čini i da mu je hladno i da je uplašen. Sav drhti!” reče Sherlock.

Zelda i Sherlock su primijetili da psić ima problema s hodanjem te da ne vidi dobro na svoje malo, zatvoreno oko. „Moramo se pobrinuti za njega, ova šuma nije sigurno mjesto za drhtavoga psića u nevolji. Hoćemo li ga nahraniti i naći mu neko toplo i sigurno mjesto?“

Uzeli su ga sa sobom i otišli Zeldinoj kući. Tamo je Zelda odmah zatražila pomoć svoje mame. Zajedno su psiću dali hrane i mlijeka. Pobrinuli su se za njegovu bolesno oko. Psić je prestao plakati i odmah se osjećao bolje. Počeo je skakati i igrati se sa Zeldom i Sherlockom. Iako i dalje nije dobro vidio na bolesno oko, osjetio je ljubav i sigurnost u Zeldinoj obitelji koja ga je prihvatila i pobrinula se za njega.

3. Potaknite djecu na raspravu o priči postavljajući im sljedeća pitanja:
 - Što je sve mučilo psića kojeg su Zelda i Sherlock pronašli u šumi?
 - Je li mu trebala pomoć?
 - Jesu li Zelda i Sherlock učinili dobro djelo i što mislite zašto? Je li psić na kraju priče bio sretan? Zašto?
4. Zamolite djecu da razmisle na koje se sve načine mogu brinuti o životinjama. Popunjavajući radni listić *Znam se brinuti o...*, djeca trebaju razmisliti o nekoj životinji i nacrtati sve načine kako se mogu brinuti o njoj (na primjer, nahraniti je, dati joj vode, očistiti je).
5. Prikupite sve njihove radove i stavite ih na zajednički plakat.



Neka djeca zamole članove obitelji (ili neku drugu njima poznatu osobu) koji imaju ljubimce da im ispričaju kako se brinu o svojem ljubimcu. Potom neka nacrtaju ono što su saznali.



ZNAM SE BRINUTI O

(UPIŠITE IME I VRSTU ŽIVOTINJE)

Ako u obitelji imate kućnoga ljubimca, pomozite djetetu da opiše kako se svatko od vas brine za njega. Ako nemate, omogućite djetetu da razgovara s nekim članom šire obitelji (ili nekom drugom njemu poznatom osobom) koji ima kućnoga ljubimca da mu ispriča kako se brine o svojem ljubimcu. Potaknite dijete da to nacрта.



Aktivnost 2. Zelda i Sherlock žele pomoći psiću

Cilj učenja

Razumjeti važnost odgovornoga ponašanja prema drugima.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti, moći ću:

opisati što znači odgovorno se ponašati prema drugima.

Razina

Srednja

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, listovi papira, pastele ili bojice, plakati, radni listić *Odgovorana sam kada...*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Podsjetite djecu na priču iz prethodne aktivnosti i, ako želite, ponovno je ispričajte koristeći se pri tome lutkama za ruku ili prste.
3. Razgovarajte s djecom o priči uz pomoć sljedećih pitanja:
 - Koga su Zelda i Sherlock pronašli u šumi?
 - Što su učinili za njega?
 - Zašto su mu odlučili pomoći?
 - Kako su mu pomogli?
4. Produbite glavnu temu priče pitajući djecu sljedeće:
 - Što mislite kako su se Zelda i Sherlock osjećali kad su našli psića?
 - Što mislite kako se psić osjećao nakon što su mu pomogli?
 - Što mislite kako su se Zelda, Sherlock i psić osjećali na kraju priče?
5. Prikupite sve ideje na tri različita plakata (svaki plakat prikazuje odgovore djece na jedno pitanje).
6. Podijelite djecu u skupine i svakoj skupini dajte jednu situaciju u kojoj netko treba pomoć: npr. netko se porezao – kako bismo mu mogli pomoći; djevojčica čeka autobus, a počela je padati kiša – kako bismo joj mogli pomoći; vani je zima, a jedan je dječak izašao igrati se u park u laganoj odjeći i hladno mu je – kako bismo mu mogli pomoći? Navedite primjere koji djeci vaše skupine mogu biti bliski i zanimljivi i recite ima da se prvo dogovore kako bi se sve moglo pomoći i neka svakako nacrtaju više načina na koje mogu pomoći u zadanoj situaciji. Osigurajte djeci dovoljno vremena da rasprave svoje ideje unutar svake skupine. Neka svaka skupina izradi crtež koji prikazuje više ideja.
7. Na kraju aktivnosti razgovarajte o njihovim prijedlozima kako pomoći u svakoj od situacija prikazanih u stripovima/kućicama/cртеžima i istaknite da je važno pomoći drugim ljudima.



Predložite djeci da uz pomoć radnog listića *Odgovorana sam kada...* razgovaraju s roditeljima o situacijama u kojim su se ponašala odgovorno. Kod svake sličice roditelji mogu potaknuti djecu da razmisle i razgovaraju o prošlom događaju, sličnom onome na sličici kada su se ponašala odgovorno.

**ODGOVORAN/NA SAM KADA ...**

Pogledajte slike na ovom listiću sa svojim djetetom i razgovarajte o sličnim situacijama kada se ponašao/la odgovorno.

Zajedno popunite listić označivši sličice za koje dijete kaže da se tako ponašalo.

**TJEŠIM VRŠNJAKA****DIJELIM IGRU S PRIJATELJEM****PRUŽAM DOBRODOŠLICU PRIJATELJU**



BRINEM SE O LJUBIMCU



DIJELIM UŽINU



POMAŽEM DRUGOJ OSOBI



TRUDIM SE DOK RADIM ZADATAK





PAZIM NA IGRAČKE U VRTIĆU



PAZIM NA SVOJE STVARI



Aktivnost 3. Psić je u nevolji!

Cilj učenja

Razumjeti važnost odgovornoga ponašanja prema vršnjacima u nepovoljnom položaju ili vršnjacima s poteškoćama.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

prepoznati da je važno odgovorno se ponašati prema vršnjacima u nepovoljnom položaju ili vršnjacima s poteškoćama.

Razina

Napredna

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, listovi papira, pastele, plakati, radni listić *Odgovorno ponašanje mojih roditelja*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Podsjetite djecu na priču *Zelda i Sherlock spašavaju ljubimca* (ili im ju, po potrebi, ponovno ispričajte koristeći se lutkama za ruku ili prste).
3. Razgovarajte s djecom o priči pomoću sljedećih pitanja:
 - Koga su Zelda i Sherlock pronašli u šumi?
 - Što su učinili za njega?
 - Zašto su mu odlučili pomoći?
4. Zamolite djecu da promisle kako bi se mogao osjećati psić koji je bio sam, promrzao i nije mogao dobro vidjeti na jedno oko.
5. Produbite glavnu temu priče tako da pitate djecu kako su se Sherlock i Zelda osjećali kada su pronašli psića.
6. Neka djeca šecu po prostoriji u parovima u kojima jedno dijete ima jedno oko zatvoreno, a drugo mu je vodič u šetnji. Cilj ove aktivnosti je pomoći djeci da prijeđu s iskustvene razine (biti „slijep” na jedno oko) na misaonu razinu kako bi razumjeli osjećaje psića iz priče.
7. Na kraju okupite djecu u krug i zamolite da vam kažu kako su se osjećali kad nisu mogli vidjeti na jedno oko.
8. Pitajte ih jesu li ikada upoznali osobe s nekim teškoćama (na primjer s tjelesnim invaliditetom) i zamolite ih da podijele sa svima svoja iskustva o tome. Potaknite raspravu pitajući ih sljedeća pitanja:
 - Zašto mislite da je toj osobi teško?
 - Što bismo mogli učiniti da joj bude lakše?

9. Zaključite aktivnost ističući da je važno ponašati se odgovorno prema drugim ljudima, a posebno prema onima koji imaju poteškoće



Neka djeca razgovaraju sa svojim roditeljima o situacijama u kojima se roditelji osjećaju odgovornima za druge i neka nacrtaju tu situaciju u listiće koje ste im podijelili.



ODGOVORNO PONAŠANJE MOJIH RODITELJA

Ispričajte djetetu neke situacije kad ste se vi ponašali odgovorno prema drugima. Neka dijete nacrtaj jednu takvu situaciju!



Evaluacijska lista odgojitelja/ice

Ime djeteta: _____	0: Nije primijećeno / neprimjenjivo
Datum popunjavanja: _____	1: Usvaja
	2: Postignuto
	3: Trajno uspostavljeno

Upute: Popunite listu za svako dijete kada završite **Temu 2. Uspostavljanje i održavanje zdravih odnosa**

2. USPOSTAVLJANJE I ODRŽAVANJE ZDRAVIH ODNOSA	
2.1. ZDRAVI ODNOSI	Razina 0,1,2 ili 3
2.1.1. Stvaranje i održavanje prijateljstva	
2.1.1.O. ³ Dijete može razgovarati s prijateljima o svojim iskustvima.	
2.1.1.S. Dijete može reći što osjeća kada mu nedostaje prijatelj.	
2.1.1.N. Dijete razumije i može svladati poteškoće koje se mogu pojaviti kada stječe nove prijatelje koji su drugačiji.	
2.1.2. Prosocijalno ponašanje	
2.1.2.O. Dijete prepoznaje svoju potrebu da se uz prijatelje osjeća sigurno i sretno.	
2.1.2.S. Dijete isprobava načine kako zahvaliti drugim ljudima.	
2.1.2.N. Dijete razumije važnost traženja potpore od odraslih osoba.	
2.1.3. Njegovanje odnosa i grupne klime	
2.1.3.O. Dijete ima povjerenja u poznate odrasle.	
2.1.3.S. Dijete zna reći što mu daje osjećaj sigurnosti i zaštićenosti.	
2.1.3.N. Dijete razumije da u odnosima s bliskim odraslim osobama može naći toplinu i sigurnost.	

2.2. SURADNIČKE VJEŠTINE, EMPATIJA I MORALNO RASUĐIVANJE	
2.2.1. Dijeljenje s drugima, suradnja i timski rad	
2.2.1.O. Dijete može čekati svoj red za vrijeme igre.	
2.2.1.S. Dijete zna reći zašto je važno dijeliti s drugima.	
2.2.1.N. Dijete može sudjelovati u zajedničkoj aktivnosti koja uključuje suradnju s drugima.	
2.2.2. Empatija	
2.2.2.O. Dijete uviđa da drugi mogu istu stvar ili događaj vidjeti i doživjeti drukčije.	
2.2.2.S. Dijete zna pitati kako se druga osoba osjeća.	

3 O = Osnovna razina, S = Srednja razina, N = Napredna razina

2.2.2.N. Dijete može opisati tuđi doživljaj ili mišljenje.	
2.2.3. Etično, odgovorno i moralno ponašanje	
2.2.3.O. Dijete se zna brižno odnositi prema životinjama.	
2.2.3.S. Dijete razumije važnost odgovornoga ponašanja prema drugim osobama.	
2.2.3.N. Dijete razumije važnost odgovornoga i pozitivnoga ponašanja prema vršnjacima s poteškoćama ili vršnjacima u nepovoljnom položaju	




Djetetove jake strane:

Djetetove potrebe:

Razvojni ciljevi:

TEMA 3. Razvoj pozitivnoga mišljenja

Podtema 1. Pozitivno mišljenje

 CJELINA 1	 CJELINA 2	 CJELINA 3
Pozitivno i negativno mišljenje	Dobro je misliti pozitivno	Promijeniti negativne misli

Podtema 2. Pozitivne emocije

 CJELINA 1	 CJELINA 2	 CJELINA 3
Nada	Sreća	Humor

PODTEMA 1. Pozitivno mišljenje

Prva podtema bavi se poticajem pozitivnoga i optimističnoga razmišljanja, posebno u teškim razdobljima. Tijekom aktivnosti djeca će dobiti priliku razmišljati na optimističan način, sagledati neke od svojih nekorisnih, odmažućih misli, a potom ih osporiti. Takav način razmišljanja pomaže djeci da s pozitivnim stavom svladavaju teškoće (Seligman, 2002; Noble & McGrath, 2008). Prvi dio naslovljen *Pozitivno i negativno mišljenje* na različite načine približava djeci pozitivan i negativan način razmišljanja. Mlađa djeca uče razlikovati vedri i tmurni pogled na svijet uz pomoć likova Gospodina Vedroga i Gospodina Tmurnoga. Starija djeca uče razlikovati, promišljati i koristiti se optimističnim i pesimističnim eksplanatornim stilovima. Pesimisti su skloni vjerovanju da su oni sami krivi za loše stvari koje im se događaju i da će se one uvijek događati i tako utjecati na njihov život. S druge strane, optimisti shvaćaju da nedaće mogu imati vanjske uzroke koji su privremeni i specifični, a nikako sveobuhvatni (Seligman, 2006).

Tijekom drugoga dijela *Dobro je razmišljati pozitivno* djeca počinju shvaćati da gledanje na život s vedrije strane može imati pozitivan utjecaj na naše osjećaje i radnje. Mlađa djeca počinju shvaćati da nam sagledavanje dobrih strana situacije, kao i zabavne i pozitivne aktivnosti pomažu da se osjećamo dobro. Starija djeca uče da su misli, osjećaji i radnje međusobno povezani i da promjena načina razmišljanja može utjecati na buduće osjećaje i radnje. U zadnjem dijelu *Promijeniti negativne misli* djeca uče kako se suprotstaviti negativnim mislima i vjerovanjima koja ih mogu obeshrabriti. Budući da bi to mogao biti zahtjevan zadatak za jako malu djecu, aktivnosti za predškolsku djecu uglavnom su usredotočene na uočavanje pozitivnoga. Djeca se potiču da navedu dobre strane neke situacije (Noble & McGrath, 2008). Starija djeca se potiču da koriste pozitivne misli o sebi, kao što su „Ja sam dobar“ i „Rado pomažem drugima“ kako bi se suprotstavili svojim negativnim mislima. Djecu se također potiče da o problemima razmišljaju na konstruktivan i fleksibilan način te da za njih traže alternativna rješenja.

CJELINA 1. POZITIVNO I NEGATIVNO MIŠLJENJE

- | | |
|----------------|--|
| Ciljevi | <ul style="list-style-type: none"> • uvidjeti da se može imati vedri ili tmurni pogled na život |
| učenja | <ul style="list-style-type: none"> • prepoznati što bi rekao netko s vedrim pogledom na život • razlikovati kako bi na poteškoće reagirali optimisti, a kako pesimisti |

CJELINA 2. DOBRO JE MISLITI POZITIVNO

- | | |
|----------------|---|
| Ciljevi | <ul style="list-style-type: none"> • uvidjeti da pozitivno razmišljanje pomaže da se osjećamo bolje |
| učenja | <ul style="list-style-type: none"> • prepoznati osjećaje koji proizlaze iz pozitivnoga načina razmišljanja • opisati kako se osjećamo nakon što smo razmišljali pozitivno |

CJELINA 3. PROMIJENITI NEGATIVNE MISLI

- | | |
|----------------|---|
| Ciljevi | <ul style="list-style-type: none"> • uočiti na sebi nešto pozitivno što pomaže da se osjećaju bolje u teškoj situaciji |
| učenja | <ul style="list-style-type: none"> • odrediti po jednu dobru stvar koja im se sviđa na njima i na drugome • odrediti jednu pozitivnu izjavu koja pomaže da se suprotstave svojim negativnim mislima |
-

Savjeti za odgojitelj(ice)

1. Djeca uče o pozitivnom načinu razmišljanja od odraslih oko sebe zato je važno da im odgojitelji/ce pružaju primjer svojim pozitivnim stavom.
2. Pokušajte uključiti optimistično razmišljanje u svakodnevicu vaše skupine. To možete postići petminutnim pauzama tijekom kojih ćete pjevati pjesme za podizanje raspoloženja. Ako na kraju dana imate slobodnoga vremena, možete zamoliti djecu da vam kažu što im je bio najbolji dio toga dana. Također, možete razgovarati o najboljem dijelu tjedna, čemu se vesele u vezi sa sutrašnjim danom i sl.
3. Kada u skupini postoje problemi i kada su djeca uzrujana, pomozite im da se usredotoče na ono „što im je u glavi“ (na svoje razmišljanje) i razmotre pomaže li im taj način razmišljanja ili ne.
4. Kada čitate priče ili gledate filmove, potaknite djecu da promisle o mislima, osjećajima i radnjama nekih likova. Također, djeca nakon priče ili filma mogu nacrtati dijagram tjeka misli, osjećaja i radnji likova (kako su misli putovale, kako su osjećaji rasli, smanjivali se i mijenjali).
5. Neka djeca smisle zajednički slogan kojeg se mogu sjetiti kada se nađu u nekoj teškoj situaciji. Podsjetite djecu na taj slogan kada su obeshrabreni zbog negativnoga samogovora (misli koje su im u glavi).

Cjelina 1. Pozitivno i negativno mišljenje

Na kraju ovoga seta aktivnosti djeca će moći:

- uvidjeti da se može imati vedri ili tmurni pogled na život
- prepoznati što bi rekao netko s vedrim pogledom na život
- razlikovati kako bi na poteškoće reagirali optimisti, a kako pesimisti.

Aktivnost 1. Gospodin Vedri i gospodin Tmurni

Cilj učenja

Uvidjeti da je moguće imati vedri ili tmurni pogled na život.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

razlikovati vedar i tmuran način gledanja na događaje.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, vesela glazba, tužna glazba, radni listić *Što je najbolje u mojoj obitelji?*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pročitajte djeci sljedeću priču koristeći se lutkama za ruku ili prste:

Sunčeva planina

U jednoj šumi živjeli su vjeverac Sherlock i ježica Zeldi. U njihovoj šumi postojala je planina koja se zvala Sunčeva planina. To je bila najveća planina u šumi. Nije uopće bilo lako popeti se na nju. Ove godine red je bio na Sherlocka da se uspne na planinu. No neke šumske životinje nisu vjerovali da se Sherlock može popeti na sam vrh. „Ti si samo jedan sitan vjeverac!” govore su. „Nikad se nećeš popeti na sam vrh!” Sherlock je bio jako tužan što neke životinje govore takve stvari o njemu. No stigao je dan kada se trebao popeti na Sunčevu planinu. Penjao se i penjao. No na pola puta do vrha Sherlock se jako umorio. „Ne mogu ja ovo,” reče Sherlock. „Nikad se neću popeti na sam vrh!” I tako se okrenuo nazad. Sljedećega dana, Sherlock se ponovno pokušao popeti na planinu. No na pola puta, opet se jako umorio. „Ne mogu ja ovo,” reče Sherlock. „Nikad se neću popeti na sam vrh!” Pa se okrenuo natrag. Sljedećega dana zamolio je svoju prijateljicu Zeldu da pođe s njim. Na pola puta do vrha, Sherlock je opet bio vrlo umoran. „Ne mogu ja ovo,” reče Sherlock. „Nikad se neću popeti na sam vrh!” Sherlock se namjeravao

okrenuti nazad kad je začuo Zeldin glas. „Možeš ti to Sherlock!” rekla mu je, pa se Sherlock nastavio penjati i penjati. „Mogu ja to,” govorio je Sherlock svakim korakom. Konačno, nakon puno muke, Zelda i Sherlock stigli su na vrh Sunčeve planine. Sherlock je bio tako sretan! Bilo mu je drago što se uspeo na vrh planine dok su druge životinje mislile da on to ne može. Zelda i Sherlock su gledali zalazak sunca s vrha planine. A budući da je Sherlock tako dobro obavio posao, Zelda mu je dala posebnu značku za uspon na sam vrh planine.

3. Potaknite raspravu o priči postavljajući djeci sljedeća pitanja:
 - Kako vam se svidjela ova priča?
 - Što su druge životinje mislile o Sherlocku?
 - Ispočetka je Sherlock imao crne misli i nije vjerovao da se može popeti na sam vrh. Kako je on razmišljao?
4. Potom povežite priču s vlastitim iskustvima djece tako da ih pitate sljedeće:
 - Koje su stvari vama teške napraviti?
 - Kada morate napraviti nešto što vam je teško, što si tada govorite? Gledate li na to s vedre strane ili vam je sve tmurno?
5. Recite djeci da stanu u krug. Pokažite im lutke i predstavite im likove Gospodina Vedroga (ili Gospođe Vedre) i gospodina Tmurnoga (ili Gospođe Tmurne). Objasnite im da se gospodinu Vedrom događaju i dobre i loše stvari, no on pokušava na njih gledati s vedrije strane, dok gospodin Tmurni i dobre i loše stvari koje mu se događaju, uvijek gleda crno. Neka se djeca upoznaju s novim likovima.
6. Najavite djeci da će se igrati oponašanja. Pustite neku veselu glazbu i pokažite im kako da oponašaju gospodina Vedroga. Usmjeravajte djecu pitanjima: „Gledam li gore ili dolje? Kako hodam? Kako izgleda moje lice?” Neka djeca oponašaju gospodina Vedroga, jedno po jedno dijete. Kada jedno dijete završi oponašanje, neka odabere sljedeće dijete da nastavi, sve dok se sva djeca nisu okušala u oponašanju gospodina Vedroga.
7. Ponovite vježbu, ali uz tužnu glazbu i oponašanje gospodina Tmurnoga. Zamolite djecu da vas oponašaju, jedno po jedno dijete. Djeca mogu dati svoje prijedloge kako se ponaša gospodin Tmurni.
8. Pitajte djecu sljedeće:
 - Kako vam je bilo glumiti gospodina Vedroga? Kako vam je bilo glumiti gospodina Tmurnoga?
 - Da morate birati da budete poput jednog od njih dvojice, koga biste odabrali? Zašto?
9. Djeca mogu nacrtati jednoga od dvojice likova, po svojem izboru.



Roditelji mogu pomoći djeci da vježbaju pozitivno razmišljanje. Neka pitaju djecu što im se najviše sviđa kod njihove obitelji. I roditelji mogu navesti jednu ili dvije stvari koje im se najviše sviđaju, a djeca neka nacrtaju najdraže stvari na radni listić.



ŠTO JE NAJBOLJE U MOJOJ OBITELJI?

Pitajte svoje dijete što mu se najviše sviđa kod vaše obitelji. I vi možete odgovoriti na to pitanje. Neka dijete u kućice nacрта ono što voli u svojoj obitelji!

Što dijete voli u svojoj obitelji:

Što roditelj voli u svojoj obitelji:



Aktivnost 2. Što bi gospodin Vedri rekao?

Cilj učenja

Prepoznati što bi rekao netko s vedrim pogledom na život.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

opisati što bi rekao netko tko gleda na život s vedrije strane.

Razina

Srednja

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, vesela glazba, tužna glazba, radni listić *Što gospodin Vedri vidi?*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Ako želite, ponovno pročitajte djeci priču iz prethodne aktivnosti koristeći se lutkama za ruku ili prste ili ih samo podsjetite na nju.
3. Razgovarajte s djecom o priči postavljajući im sljedeća pitanja:
 - Kako vam se svidjela ova priča?
 - Što su druge životinje mislile o Sherlocku?
 - Ispočetka Sherlock nije vjerovao da se može popeti na sam vrh. Kako je on razmišljao?
 - Kako je Sherlock razmišljao kada je pogledao situaciju s vedrije strane?
4. Potom povežite priču s osobnim iskustvima djece tako da ih pitate sljedeće:
 - Što je vama je teško napraviti?
 - Kada morate napraviti nešto što vam je teško ili kada se pojavi neki problem, što si tada govorite? Gledate li na to s vedre strane ili vam je sve crno?
 - Kada moramo napraviti nešto što nam je teško, ponekad o tome razmišljamo pozitivno, kao Sherlock na kraju priče. U takvim situacijama možemo si reći „Ja to mogu!“ Koje bismo još riječi mogli reći?
5. Recite djeci da stanu u krug. Pokažite im lutke i predstavite im likove Gospodina Vedroga (ili Gospođe Vedre) i gospodina Tmurnoga (ili Gospođe Tmurne). Objasnite im da se gospodinu Vedrom događaju i dobre i loše stvari, no on pokušava na njih gledati s vedrije strane, dok gospodin Tmurni i na dobre i na loše stvari koje mu se događaju uvijek gleda crno. Neka se djeca upoznaju s novim likovima.
6. Najavite djeci da će se igrati igre uloga. Pustite neku veselu glazbu i glumite gospodina Vedrog. Dok ga glumite, govorite stvari koje bi on mogao reći; „Danas je prekrasan dan!“ ili „Baš sam dobre volje!“ Neka i djeca odglume gospodina Vedroga, jedno po jedno dijete. Kada jedno dijete završi svoju ulogu, neka odabere sljedeće dijete sve dok se sva djeca nisu okušala u ulozi

gospodina Vedroga i dok svako dijete nije reklo nešto pozitivno. Zatim pustite ozbiljnu glazbu i neka djeca glume gospodina/gospođu Tmurnoga/Tmurnu.

7. Pitajte djecu sljedeće:

- Kako vam je bilo glumiti gospodina Vedroga? Kako vam je bilo glumiti gospodina Tmurnoga?
- Da morate birati da budete poput jednoga od njih dvojice, koga biste odabrali? Zašto?
- Da sretnete gospodina Tmurnoga, što biste mu rekli da ga potaknete da gleda na stvari s vedrije strane?

8. Na kraju aktivnosti, djeca mogu nacrtati gospodina Vedroga i gospodina Tmurnoga.

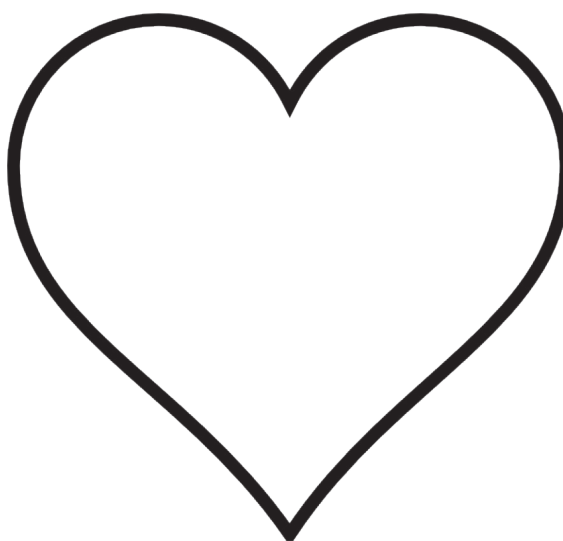
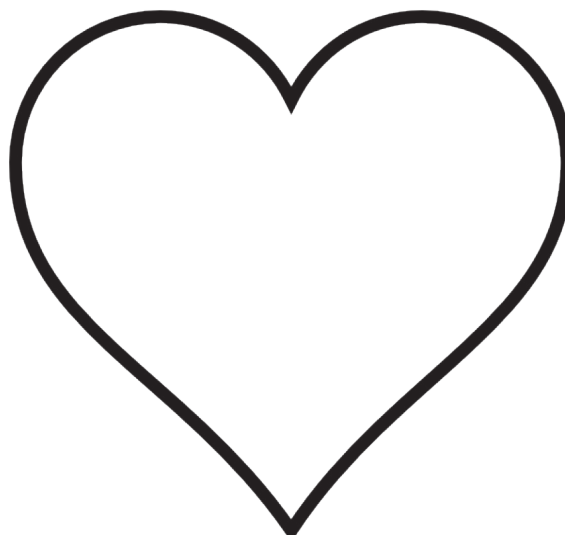
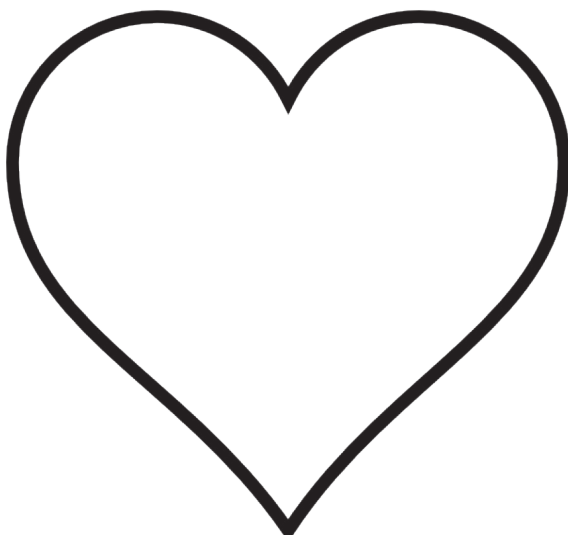


Roditelji mogu nastaviti igru uloga s djetetom. Neka se malo osvrnu oko sebe, pa zajedno s djetetom navedu što je sve dobro na ovom svijetu. Dijete treba nacrtati neke od navedenih dobrih stvari na radni listić Što gospodin Vedri vidi.



ŠTO GOSPODIN VEDRI VIDI?

Osvrnite se zajedno sa svojim djetetom oko sebe i navedite što je sve dobro na ovom svijetu. Zamolite svoje dijete da u srca nacрта nešto od onog što ste u razgovoru spomenuli.



Aktivnost 3. Što biste vi učinili?

Cilj učenja

Razlikovati kako bi na poteškoće reagirali optimisti, a kako pesimisti.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

razlikovati kako na poteškoće reagiraju optimisti, a kako pesimisti.

Razina

Napredna

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, vesela glazba, tužna glazba, radni listić *Što bi učinio gospodin Vedri?*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Podsjetite djecu na priču *Sunčeva planina* i, ako želite, ponovno je ispričajte, koristeći se pri tom lutkama za ruku ili prste.
3. Razgovarajte s djecom tako da ih pitate sljedeća pitanja:
 - Kako vam se svidjela ova priča?
 - Što su druge životinje mislile o Sherlocku?
 - Ispočetka je Sherlock imao crne misli i nije vjerovao da se može popeti na sam vrh. Kako je tada razmišljao?
 - Kako je Sherlock razmišljao kada je pogledao situaciju s vedrije strane?
 - Što se dogodilo na kraju?
4. Potom povežite priču s vlastitim iskustvima djece:
 - Što je vama teško napraviti?
 - Kada morate napraviti nešto što vam je teško ili kada se pojavi neki problem, što si tada govorite? Gledate li na to s vedrije strane ili vam je sve tmurno?
 - Kada moramo napraviti nešto što nam je teško, ponekad o tome razmišljamo pozitivno, kao Sherlock na kraju priče. U takvim situacijama možemo si reći „Ja to mogu!“ Koje bismo još riječi mogli reći?
 - Kada primijetimo da naš prijatelj razmišlja negativno o nekom problemu, kako mu možemo pomoći?
5. Pustite neku veselu glazbu. Recite djeci da će se sada ponašati kao gospodin Vedri, osoba koja stalno gleda na život s vedrije strane (Ako djeca žele, mogu se ponašati kao gospođa Vedra). Dok vi pripovijedate o danu gospodina Vedroga, djeca trebaju glumiti ono što čuju **u skladu s karakterom** gospodina Vedroga. Možete reći: „Ustaješ iz kreveta i ideš u vrtić.“ Zatim dodajte neke zahtjevne situacije koje gospodin Vedri doživljava tijekom dana. Opet, djeca moraju reagirati na te situacije **u skladu s karakterom** gospodina Vedroga.

- Gospodinu Vedrom doručak je pao na pod.
 - Vrijeme je za vrtić, a gospodin Vedri ne voli ići u vrtić.
 - Nitko u skupini ne želi biti par gospodinu Vedrom kada idu u šetnju.
 - Gospodin Vedri se nema s kime igrati.
 - Gospodin Vedri se igra s drugom djecom, no ne razumije igru.
6. Pitajte djecu:
- Kako ste se osjećali dok ste se ponašali poput gospodina Vedroga?
 - Kako je gospodin Vedri reagirao na probleme?
 - Biste li više voljeli biti kao gospodin Vedri ili Gospodin Tmurni? Zašto?
7. Na kraju aktivnosti djeca mogu nacrtati gospodina Vedroga i gospodina Tmurnoga.



Roditelji mogu nastaviti igranje uloga s djecom. Neka pitaju dijete: „Što kad se gospodin Vedri uzruja i počne plakati? Što misliš da bi on tada učinio?“, a djeca neka na radni listić nacrtaju što bi učinio gospodin Vedri.



ŠTO BI UČINIO GOSPODIN VEDRI?

Zamolite svoje dijete da zamisli da se gospodin Vedri uzrujao i da sada plače. Pitajte ih: „Što bi gospodin Vedri učinio?“ Neka vaše dijete u okvir nacрта što misli da bi učinio gospodin Vedri.



Cjelina 2. Dobro je misliti pozitivno

Na kraju ovoga seta aktivnosti djeca će moći:

- uvidjeti da pozitivno razmišljanje pomaže da se osjećamo bolje
- prepoznati osjećaje koji proizlaze iz pozitivnoga načina razmišljanja
- opisati kako se osjećamo nakon što smo razmišljali pozitivno.

Aktivnost 1. Dok mi sunce sja

Cilj učenja

Uvidjeti da pozitivno razmišljanje pomaže da se osjećamo bolje.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

uvidjeti da mi pozitivno razmišljanje pomaže da se osjećam bolje.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, pjesma *Walking on sunshine* grupe Katrina and the Waves, bijeli karton, žuta boja za slikanje prstima, radni listić *Kako se osjećam nakon pjesme?*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pročitajte djeci sljedeću priču koristeći se lutkama za ruku ili prste:

Natjecanje u šumi

Vjeverac Sherlock i ježica Zelda živjeli su u šumi. Nakon izlaska sunca, šumske bi životinje uvijek rado igrale jednu posebnu igru, skupljale bi lješnjake po šumi, a pobijedila bi ona životinja koja je skupila najviše lješnjaka. Nakon igre, životinje bi imale posebnu zabavu. Vjeverice su jako dobre u skupljanju lješnjaka, no Sherlock nije bio poput ostalih vjeverica, nije mu išlo skupljanje lješnjaka. Svejedno bi sudjelovao u igri iako nikad ne bi pobijedio. „To je GROZNO! Ja sam vjeverac koji uopće ne zna skupljati lješnjake! Baš sam GUBITNIK! NIKAD ne pobjeđujem! Natjecanja NISU ZABAVNA. NEĆU ići na zabavu!“ Jednom je Sherlock bio toliko tužan da je otišao sjesti na maleni kamen i ondje plakao. Tada je Zelda pomogla Sherlocku da gleda na to s vedrije strane. Rekla mu je da razmisli o stvarima u kojima je dobar. „Pa, sada sam postao dobar u penjanju na planine! I mislim da sam dobar prijatelj. Također Zelda, ja sam još uvijek vrlo mlad vjeverac. Možda kada porastem postanem bolji skupljač lješnjaka.“ Sherlocka je još uvijek

mučilo što nije pobijedio, no razmišljanje o njegovim dobrim stranama mu je pomoglo da se osjeća bolje. Odlučio je otići na zabavu nakon igre i provešeliti se sa svojim prijateljima. Shvatio je da je svatko jedinstven na svoj poseban način. I iako nije bio dobar u skupljanju lješnjaka, bio je dobar u mnogim drugim stvarima.

3. Razgovarajte s djecom tako da ih pitate sljedeće:
 - Kako vam se sviđela priča?
 - Kada Sherlock nije pobijedio, razmišljao je negativno o svojem porazu. Što je tada rekao?
 - Kako se zbog toga osjećao?
4. Potom povežite priču s osobnim iskustvima djece tako da ih pitate:
 - Kada Sherlock nije pobijedio, prvo je razmišljao negativno o svojem porazu. Što još biste mogli pomisliti kada doživimo poraz u igri?
 - Zatim je Sherlock počeo razmišljati pozitivno o svojem porazu. Kako mi možemo razmišljati pozitivno kada doživimo poraz u igri?
5. Pjevajte i plešite uz pjesmu *Walking on sunshine*:

Pripjev⁴

I'm walking on sunshine (whoa oh)
 I'm walking on sunshine (whoa oh)
 I'm walking on sunshine (whoa oh)
 And don't it feel good (HEY!) Alright now
 And don't it feel good (HEY!) Alright now
 All right now yeah! (HEY!)

6. Na bijeli karton nacrtajte veliki žuti krug. Neka djeca ostave otiske svojih dlanova izvan kruga formirajući na taj način zrake sunca. Recite djeci da kada razmišljamo o pozitivnim i lijepim stvarima, kao što su sunce i cvijeće, onda se možemo osjećati bolje.



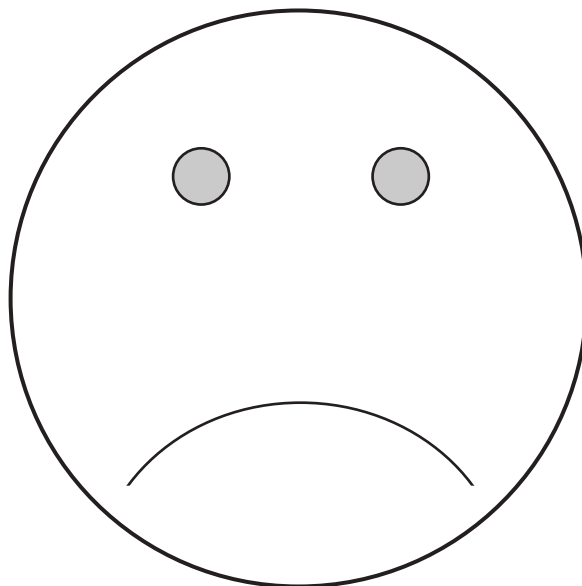
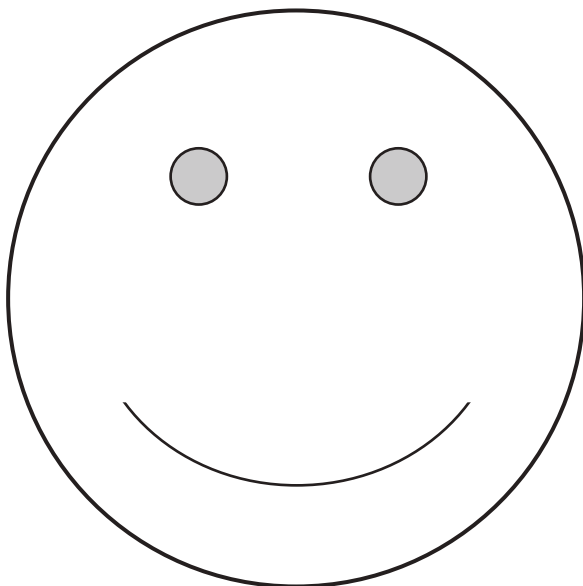
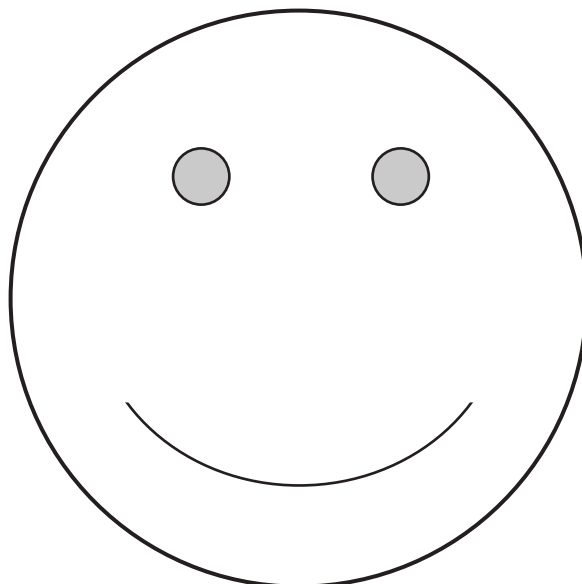
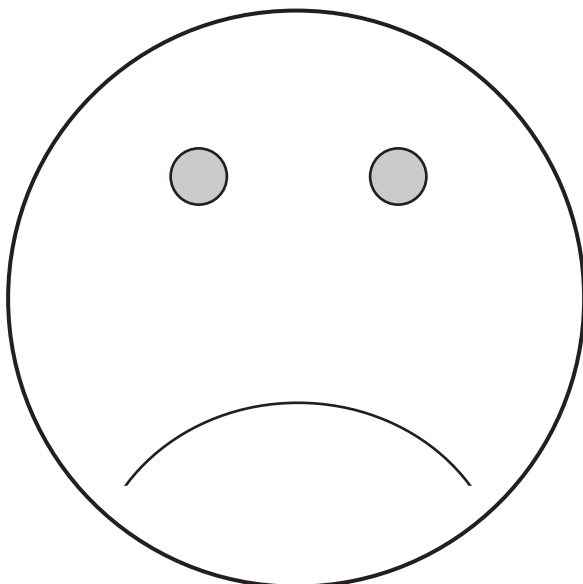
Pjevajte i plešite na pjesmu po izboru djeteta. Razgovarajte o tome kako se dijete osjeća poslije pjevanja i plesanja. Zamolite dijete da na radnom listiću oboji ona lica koja odgovaraju njegovom/njezinom raspoloženju.

4 Dok sunce mi sja (ooooo) / Dok sunce mi sja (ooooo) / Dok sunce mi sja (ooooo) / Meni dobro je (JE!) je je / Meni dobro je (JE!) je je... I dobro je sve (JE!)



KAKO SE OSJEĆAM NAKON PJESME?

Pjevajte i plešite na vedru pjesmu po izboru vašega djeteta. Zamolite dijete da oboji lica koja odgovaraju njegovom/njezinom raspoloženju nakon pjevanja i plesanja.



Aktivnost 2. Kakav divan svijet!

Cilj učenja

Prepoznati osjećaje koji proizlaze iz pozitivnoga načina razmišljanja.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

prepoznati osjećaje koji proizlaze iz pozitivnoga načina razmišljanja.

Razina

Srednja

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, lopta na kojoj je nacrtan smješko, plakat, bojice, fotografije lica koja izražavaju različite osjećaje, flomasteri, pjesma *What a Wonderful World* Louisa Armstronga, radni listić *Vedriji pogled pomaže mi da se osjećam bolje*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Ispričajte djeci priču iz prethodne aktivnosti koristeći se pri tom lutkama za ruku ili prste.
3. Razgovarajte s djecom tako da ih pitate sljedeće:
 - Kako vam se sviđela priča?
 - Kada Sherlock nije pobijedio, razmišljao je negativno o svom porazu. Što je tada rekao?
 - Kako se zbog toga osjećao?
 - Što je Sherlock onda učinio?
4. Potom povežite priču s osobnim iskustvima djece tako da ih pitate sljedeće:
 - Kada Sherlock nije pobijedio, prvo je razmišljao negativno o svojem porazu. Što bi još djeca mogla pomisliti kada dožive poraz u igri?
 - Zatim je Sherlock počeo razmišljati pozitivno o svojem porazu. Što bi još djeca mogla reći kada dožive poraz u igri?
 - Kako se možemo osjećati ako razmišljamo pozitivno o svojem problemu?
5. Zamolite djecu da sjednu u krug. Bacite loptu jednom djetetu i pitajte „Koja ti je najdraža stvar na svijetu oko tebe?“ (na primjer, cvijeće, more, nebo, sunce, moja obitelj, moji prijatelji...) Nastavite igru sve dok svako dijete ne kaže jednu od svojih najdražih stvari.
6. Potom postavite fotografije lica u sredinu kruga i neka jedno po jedno dijete odabere osjećaj koji možemo osjetiti nakon što smo razmišljali pozitivno.
7. Kada su sva djeca odabrala slike, zajedno izradite plakat s osjećajima koje je pozitivno razmišljanje uzrokovalo. Na vrh napišite naslov *Pozitivno razmišljanje* ili *Gledati na svijet s vedrije strane* i zalijepite slike svih lijepih i pozitivnih osjećaja koje su djeca odabrala. Plakat se može ukrasiti slikama ili crtežima najdražih stvari koje su djeca ranije spomenula tijekom igre.

8. Zaključite aktivnost pjevanjem i plesanjem uz pjesmu Luisa Armstronga *What a Wonderful World*.



Predložite roditeljima da pitaju djecu o nečemu što im je taj dan proteklo glatko. I roditelji mogu navesti što je njima išlo glatko cijeli dan. Zatim neka zajedno na radni listić nacrtaju kako se osjećaju nakon što su razmišljali pozitivno o svojem danu.



VEDRIJI POGLED POMAŽE MI DA SE OSJEĆAM BOLJE

Spomenite nešto što vam je išlo glatko tijekom današnjega dana i nacrtajte kako se osjećate nakon što ste sagledali dobru stranu dana.

Sada zamolite svoje dijete da se sjeti nečega što je njemu proteklo glatko i da nacrti kako se osjeća nakon što je sagledalo dobru stranu dana.



Aktivnost 3. Volim vrtić zbog...

Cilj učenja

Opisati kako se osjećamo nakon što smo razmišljali pozitivno.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

opisati kako se osjećam nakon što sam razmišljao/la pozitivno.

Razina

Napredna

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, radni listić *Koji su osjećaji posljedica pozitivnoga razmišljanja?*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Podsjetite djecu na priču *Natjecanje u šumi* i, ako želite, ponovno je pročitajte koristeći se pri tome lutkama za ruku ili prste.
3. Razgovarajte s djecom tako da ih pitate sljedeće:
 - Kako vam se svidjela priča?
 - Kada Sherlock nije pobijedio, vidio je samo lošu stranu svojega poraza. Što je tada rekao?
 - Kako se zbog toga osjećao?
 - Što je Sherlock onda učinio?
 - Tko mu je po mogao da vidi dobru stranu poraza?
4. Potom povežite priču s osobnim iskustvima djece tako da ih pitate sljedeće:
 - Kada Sherlock nije pobijedio, prvo je vidio samo lošu stranu svojega poraza. Što bi još djeca mogla pomisliti kada dožive poraz u igri?
 - Potom je Sherlock sagledao dobre strane poraza. Što bi još djeca mogla reći kada dožive poraz u igri?
 - Kako se možemo osjećati ako gledamo dobru stranu situacije?
5. Zamolite djecu da se prisjete svojega prvog dana u vrtiću. Jeste li bili uplašeni? Uzbuđeni? Jeste li mislili da ćete upoznati nove prijatelje? Jeste li plakali? Što se dogodilo na kraju?
6. Neka vam svako dijete navede jedan razlog zbog kojeg voli ići u vrtić.
7. Pitajte djecu kako se sada osjećaju, nakon što su razmišljali o dobrim stranama vrtića.
8. Neka djeca nacrtaju kako se osjećaju nakon ove aktivnosti.



Predložite djeci da ispričaju roditeljima o nečem lijepom što se dogodilo toga dana u vrtiću. I roditelji mogu spomenuti dobru stvar koja se njima dogodila taj dan. Djeca mogu potražiti u časopisima ili na Internetu slike pozitivnih osjećaja i zalijepiti ih na radni listić. Na taj način djeca mogu shvatiti da nam razmišljanje o lijepim stvarima pomaže da se osjećamo bolje.



KOJI SU OSJEĆAJI POSLEDICA POZITIVNOGA RAZMIŠLJANJA?

Zamolite djecu da vam ispričaju o nečem lijepom što se toga dana dogodilo u vrtiću. I vi spomenite nešto dobro što vam se dogodilo toga dana. Zajedno sa svojim djetetom potražite slike koje pokazuju kako se osjećate nakon što ste razmišljali o lijepim stvarima i zalijepite ih ovdje.



Cjelina 3. Promijeniti negativne misli

Na kraju ovoga seta aktivnosti djeca će moći:

- uočiti na sebi nešto pozitivno što im pomaže da se osjećaju bolje u teškoj situaciji
- odrediti po jednu pozitivnu stvar koja im se sviđa na njima i na drugima
- odabrati jednu pozitivnu izjavu koja pomaže da se suprotstave svojim negativnim mislima.

Aktivnost 1. Ja sam ZVIJEZDA!

Cilj učenja

Uočiti na sebi nešto pozitivno što im pomaže da se osjećaju bolje u teškoj situaciji.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

uočiti na sebi nešto pozitivno što mi pomaže da se osjećam bolje u teškoj situaciji.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, loptica s nacrtanim smješkom, radni listić *Ja sam ZVIJEZDA!*, radni listić *Dobre osobine osobe koju poznajem*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pročitajte djeci sljedeću priču koristeći se lutkama za ruku ili prste:

Jabuke i naranče

Vjeverac Sherlock i ježica Zelda voljeli su igrati se sa svojim prijateljima u šumi. Jednom su igrali igru *Jabuke i naranče*. Životinje su se podijelile u dvije ekipe. Jedna je ekipa skupljala jabuke, a druga naranče. Trebali su skupiti što više voća. Kapetani su im bili zec Mika i žabac Fredi. No kada su Mika i Fredi počeli odabirati svoje ekipe, Sherlock je ostao zadnji! Sherlock je pomislio da ga Mika i Fredi ne vole zato što ga nisu odabrali na početku. „Svi me mrže,“ mislio je Sherlock. Jako se uzrujao i počeo je plakati. Sjeo je u kut, prekrižio ruke i nije se htio igrati. Kad god bi se Sherlock uzrujao, volio je o tome razgovarati sa Zeldom. Zelda mu je i ovaj put pomogla, pokazavši mu nekoliko fotografija s prijateljima. Sherlock je gledao fotografije. Na svima se igrao sa svojim prijateljima. Bilo je i fotografija na kojima se igra skrivača s Mikom i Fredom. Bila je i

jedna s piknika povodom Fredovog rođendana na koji su ga pozvali Mika i Fredi. Bila je i jedna na kojoj svi plješču Sherlocku koji je pobijedio na natjecanju iz penjanja po stablima. Sherlock je polako počeo shvaćati da ga ipak možda ne mrze. Mika i Fredi ga odabiru za neke druge stvari. Zato što ga nisu odabrali za *Jabuke i naranče*, ne znači da ga mrze. Osjećao se malo bolje kada je shvatio da ga Mika i Fredi ne mrze i da ga i dalje vole kao prijatelja. Potom je ustao i otrčao igrati se *Jabuke i naranče* sa Zeldom i ostalim prijateljima.

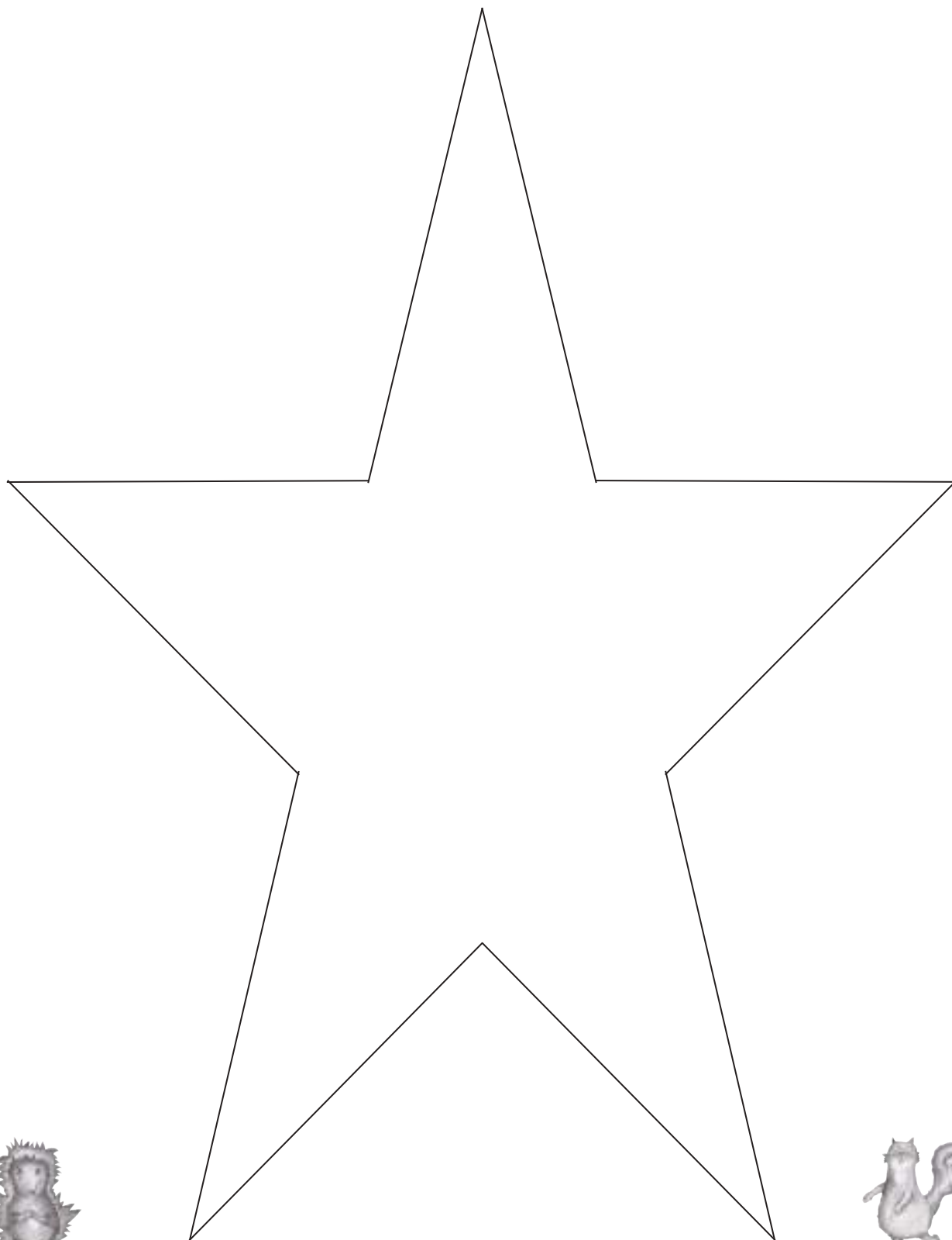
3. Razgovarajte s djecom tako da ih pitate sljedeće:
 - Kako vam se svidjela ova priča?
 - Što je mučilo Sherlocka?
 - Što je Sherlock mislio o Miki i Fredu kada ga nisu odabrali za svoje ekipe?
4. Potom povežite priču s osobnim iskustvima djece pitajući ih:
 - Kad nam naša glava govori da nismo dobri ili da smo grozni, kako se možemo osjećati?
 - Što možemo učiniti kad nas uzrujaju naše misli? (razgovarati s odraslom osobom, učiniti nešto što nam popravljiva raspoloženje...)
 - Koje si lijepe riječi možemo reći? („U redu je“, „Ja sam dobar dječak/dobra djevojčica“, „Drugi me vole“, „Ja sam ljubazan/ljubazna“...)
5. Zamolite djecu da sjednu u krug. Bacite lopticu jednom djetetu koje treba navesti jednu svoju dobru osobinu. Nastavite bacati lopticu dok sva djeca ne dođu na red i kažu svoje dobre osobine.
6. Podijelite djeci radne listiće. Objasnite im da smo svi mi poput ZVIJEZDA, svi smo lijepi i svi imamo svoje vrline. Recite im da ukrase svoju zvijezdu kako god žele.
7. Kad djeca završe, objesite njihove zvijezde po prostoriji i podsjetite ih da kada se uzrujaju, mogu pogledati na zid i sjetiti se svih svojih dobrih strana.



Neka roditelji zamole djecu da odaberu jednu osobu koju poznaju (mama, tata, brat, sestra, odgajatelj/ica, prijatelj/ica, rođak itd.) i kažu im da navedu dobre osobine te osobe. U manji okvir djeca mogu nacrtati osobu, a u veći mogu zalijepiti slike dobrih osobina koje vežu uz tu osobu.



Ja sam ZVIJEZDA





DOBRE OSOBINE OSOBE KOJU POZNAJEM

Zamolite svoje dijete da odabere neku osobu koju poznaje i navede sve njezine dobre osobine. Pomozite djetetu da u manji okvir nacрта tu osobu, a u veći zalijepi ili nacрта slike dobrih osobina odabrane osobe.



Aktivnost 2. Svi imamo svoje dobre strane

Cilj učenja

Odrediti po jednu svoju pozitivnu osobinu koja im se sviđa i jednu koja im se sviđa kod drugoga.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

odrediti po jednu svoju dobru osobinu koja mi se sviđa i pozitivnu osobinu neke druge osobe.

Razina

Srednja

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, lopta s nacrtanim smješkom, radni listić *Što je dobro u vrtiću?*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Ispričajte djeci priču iz prethodne aktivnosti koristeći se pri tome lutkama za ruku ili prste.
3. Razgovarajte s djecom tako da ih pitate sljedeće:
 - Kako vam se sviđela ova priča?
 - Što je mučilo Sherlocka?
 - Što je Sherlock mislio o Miki i Fredu kada ga nisu odabrali?
 - Što mislite što su Mika i Fredi mislili o Sherlocku?
4. Potom povežite priču s vlastitim iskustvima djece pitajući ih:
 - Sherlockove misli su mu govorele da je glup. Koje stvari, koje nisu istinite, vama govore vaše misli?
 - Što možemo učiniti kada nam misli govore da se usredotočimo na loše stvari? (Možemo razgovarati s nekim odraslim, pjevati pjesmu, pokušati raditi nešto drugo što će nam odvratiti pažnju, misliti na lijepe uspomene, misliti na dobre stvari umjesto na loše...)
 - Koje si lijepe riječi možemo reći? („U redu je“, „Ja sam dobar dječak/dobra djevojčica“, „Drugi me vole“, „Ja sam ljubazan/ljubazna“...)
5. Zamolite djecu da sjednu u krug i dodajte lopticu svakom djetetu. Djeca moraju navesti jednu dobru stvar koju vole na sebi. Odigrajte igru još jednom. Drugi put djeca moraju navesti jednu dobru stvar koja im se sviđa na drugom djetetu.
6. Djeca mogu nacrtati što im se sviđa na njima samima, a što na drugima.



Neka djeca razmisle o svemu što je dobro u vrtiću, a onda neka to nacrtaju na radni listić.



ŠTO JE DOBRO U VRTIĆU?

Podsjetite svoje dijete da jedan od načina na koji možemo pozitivno razmišljati jest da razmišljamo o svim dobrim stvarima u našem životu. Zamolite svoje dijete da navede sve što voli u vezi s vrtićem i da to nacрта.



Aktivnost 3. Ne brini se, budi sretan!

Cilj učenja

Odabrati jednu pozitivnu izjavu koja osporava njihove negativne misli.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

odabrati jednu pozitivnu izjavu koja osporava moje negativne misli.

Razina

Napredna

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, pjesma Bobbyja McFerrina *Don't Worry, Be Happy*, plakat, bojice, flomasteri, radni listić *Što je dobro u trenutačnom godišnjem dobu?*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Podsjetite djecu na priču Jabuke i naranče ili ponovno pročitajte koristeći se pri tome lutkama za ruku ili prste.
3. Razgovarajte s djecom tako da ih pitate sljedeće:
 - Kako vam se svidjela ova priča?
 - Što je mučilo Sherlocka?
 - Što je Sherlock mislio o Miki i Fredu kada ga nisu odabrali?
 - Što mislite, što su Mika i Fredi mislili o Sherlocku?
 - Kako se Sherlock sjetio da su mu Mika i Fredi zapravo dobri prijatelji?
4. Potom povežite priču s osobnim iskustvima djece tako da ih pitate sljedeće:
 - Sherlockove misli govore su mu da je glup. Koje su neke od stvari koje nam govore naše misli, a koje ne moraju biti istinite?
 - Što možemo učiniti kada nam misli govore da se usredotočimo na loše stvari? (Možemo razgovarati s nekim odraslim, pjevati pjesmu, pokušati raditi nešto drugo što će nam odvratiti pažnju, misliti na lijepe uspomene, misliti na dobre stvari umjesto na loše...)
 - Koje si lijepe riječi možemo reći? („U redu je”, „Ja sam dobar dječak/dobra djevojčica”, „Drugi me vole”, „Ja sam ljubazan/ljubazna”...)
5. Ispričajte djeci da kada gospodin Vedri počne previše razmišljati o lošim stvarima, onda zapjeva pjesmu koja ga podsjeća da mora gledati na svijet s vedrije strane.
6. Pjevajte i plešite s djecom uz pjesmu *Don't Worry, Be Happy!*⁵
Nakon pjesme zamolite djecu da sjednu u krug i zamolite ih da predlože što si sve mogu reći kako bi razmišljali pozitivno.

5 Ne brini, budi sretan!

7. Upotrijebite neke od dječjih prijedloga za izradu plakata. Objesite plakat u prostoriju da se djeca mogu prisjetiti svojih izjava kada počnu razmišljati tmurno.



Neka djeca razmisle o svemu što je dobro u vezi s trenutačnim godišnjim dobom, a onda neka to i nacrtaju na radni listić.



ŠTO JE DOBRO U TRENUTAČNOM GODIŠNJEM DOBU?

Podsjetite svoje dijete da jedan od načina na koji možemo razmišljati pozitivno jest da razmišljamo o svim dobrim stvarima u našem životu. Zamolite svoje dijete da navede sve što je dobro u vezi s trenutačnim godišnjim dobom i da to nacрта.



PODTEMA 2. Pozitivne emocije

Kroz realizaciju ove podteme djeci će biti omogućeno da postanu svjesni pozitivnih emocija, da ih prepoznaju i njima upravljaju. Pozitivne emocije kao što su nada, sreća i humor proširuju svijest, grade osobne i socijalne resurse i ublažavaju psihološke probleme (Fredrickson, 2001). U prvom dijelu, djeca sudjeluju u aktivnostima koje potiču nadu. Nada je proces u kojem se pojedinac upušta u *misli o putovima do cilja*, tj. ima sposobnost postaviti ciljeve i osmisliti puteve kojima ih može postići te u *misli o vlastitim kapacitetima za ostvarivanje cilja*, tj. ima motivaciju i vjeru da je moguće postići te ciljeve (Snyder, 1994). U aktivnostima koje se bave srećom, djecu se potiče da dalje istraže tu emociju, uključivši sve ono što ih čini sretnima, što mogu učiniti kako bi popravili svoje raspoloženje te kako mogu usrećiti druge. U zadnjem dijelu o humoru, djeca će dobiti priliku sagledati smiješnu stranu problema i iskoristiti humor na pozitivan način.

CJELINA 1. NADA

- | | |
|---------|---|
| Ciljevi | • uočiti da teška razdoblja ne traju zauvijek |
| učenja | • znati da nakon teškoga razdoblja obično dolaze bolja vremena |
| | • odrediti nove ciljeve kojima si možemo olakšati teško razdoblje |

CJELINA 2. SREĆA

- | | |
|---------|--|
| Ciljevi | • opisati neku situaciju kad su bili sretni |
| učenja | • opisati trenutke sreće |
| | • opisati aktivnost ili osobu koja ih usrećuje |

CJELINA 3. HUMOR

- | | |
|---------|---|
| Ciljevi | • iskusiti da nam sagledavanje smiješne strane može pomoći da se osjećamo bolje |
| učenja | • navesti što mogu učiniti kako bi sami sebe nasmijali |
| | • opisati što ih nasmijava |
-

Savjeti za odgojitelj(ice)

1. Neka vam fotoaparat bude stalno u blizini da možete zabilježiti posebne trenutke kada su djeca sretna, na primjer nečiji rođendan ili pobjedu na natjecanju. Djeca mogu izraditi album sretnih uspomena iz vrtića.
2. Organizirajte dan „Razveseli nekoga“. Potaknite djecu da podijele svoju sreću s ostalim vršnjacima tako da im kažu, napišu ili učine nešto lijepo. Mogu pokazati zanimanje i poslušati što ih brine, reći im nešto lijepo, izraditi im poklon, poigrati se s njima ili im napisati posebnu poruku.
3. Kada djeca nisu dobre volje ili imaju loš dan, organizirajte šetnju ili potragu za nečim što bi ih moglo oraspoložiti, npr. igračkom, knjigom ili prijateljem za razgovor.
4. Kada djeca počnu gubiti volju za ostvarivanje svojih ciljeva, pomozite im da rastave ciljeve na manje korake.
5. U vašu tjednu rutinu umjesto aktivnosti „Hvala Bogu što je petak“ uvedite „Budi sretan što je ponedjeljak“. Započnite ponedjeljak veselom pjesmom ili smiješnom pričom kako bi se djeca veselila nadolazećem tjednu (Cornett, 1986).

Cjelina 1. Nada

Na kraju ovoga seta aktivnosti djeca će moći:

- uočiti da teška razdoblja ne traju zauvijek
- znati da nakon teškoga razdoblja obično dolaze bolja vremena
- odrediti nove ciljeve kojima si možemo olakšati teško razdoblje.

Aktivnost 1. Teška vremena ne traju zauvijek

Cilj učenja

Uočiti da teška razdoblja ne traju zauvijek.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

znati da teška razdoblja ne traju zauvijek.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, pjesma *Somewhere Over The Rainbow*⁶ u izvedbi Israela IZ Kamakawiwo'olea, bijeli karton, boje za slikanje prstima, radni listić *Nakon kiše dolazi duga*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pročitajte djeci sljedeću priču koristeći se pri tome lutkama za ruku ili prste:

Duga

Prije nego što je upoznala Sherlocka, ježica Zelda živjela je u drugoj šumi. Živjela je u jako lijepom dijelu šume punom raznovrsnoga drveća. No jednog dana, u šumi je izbio požar. Zelda ga nije mogla ugasiti pa je pobjegla ostavljajući sve iza sebe. Morala je otići daleko, daleko, na drugi kraj šume. Ondje je sve bilo drugačije. Stalno je padala kiša. Nije bilo drugih ježeva i Zelda se osjećala jako usamljeno. Bilo ju je strah jer nije znala što će se dalje dogoditi. Mislila je da je svemu došao kraj. Jednog dana sjedila je na malenoj gljivi i plakala jer je bila jako tužna. Dok je tako plakala, pokraj nje je prošao jedan vjeverac. Ime mu je bilo Sherlock. Sherlock je htio pomoći ježici. „Znam da ti je ovo mjesto drugačije“, rekao je on, „ali nadam se da će se tvoja situacija popraviti iako sada ne znaš kako.“ Zelda nikad prije nije čula riječ „nadati se“.

⁶ Nedje iza duge

No, ipak je razumjela Sherlocka. Mogla je vjerovati da će biti bolje. Sama nada u to već ju je oraspoložila. Pokušala je misliti na dobre stvari koje se mogu dogoditi, a ne na loše. Pozitivan način razmišljanja pomogao je Zeldi da se osjeća bolje. „Znam!“ reče Zelda. „Mogu si izgraditi novu kuću pa će mi ovo mjesto više sličiti na dom.“

Sherlock je Zeldi pomogao izgraditi novu kuću. Koristili su lišće za izgradnju, no nakon cijeloga dana rada, zapuhao je vjetar i odnio sve lišće! Zelda je bila jako razočarana, no nije odustala. Nadala se da može izgraditi čvršću kuću. Tako su ona i Sherlock izgradili novu kuću od kamena. No, nakon cijeloga dana rada – bum! Jedan veliki vodenkonj naletio je na kamenje i srušio cijelu kuću. Zelda je bila jako razočarana, ali nije odustala. Nadala se da može izgraditi bolju kuću. Tako je izgradila novu kuću od grančica. Potom je čekala nadajući se da ovaj put kuća neće biti uništena. Čekala je vjetar. Čekala je da naiđe vodenkonj. Kuća je ostala na svojem mjestu. „To!“ reče Zelda sama sebi. „Grančice su bile pravi izbor! Dobro je da nismo odustali! Uspjeli smo, Sherlock!“ Nakon tri dana kiše, Zelda je otvorila prozor svoje nove kuće i pogledala u nebo. Bilo je obojano raznim bojama. Nikada prije nije vidjela nešto toliko prekrasno. „Sherlock, znaš li ti što je to na nebu?“ „Pa to je duga,“ odgovorio joj je Sherlock. „Ona se pojavi nakon kiše.“ „Vau!“ uzviknu Zelda, „počinjem se sve više osjećati kao kod kuće na ovom mjestu.“

3. Razgovarajte s djecom tako da ih pitate sljedeće:
 - Kako vam se svidjela priča?
 - Kako se Zelda osjećala u novome dijelu šume?
 - Što je Zelda vidjela na nebu?
4. Potom povežite priču s osobnim iskustvima djece tako da ih pitate sljedeće:
 - Jeste li vi ikada vidjeli dugu?
 - Kako se osjećamo kad vidimo dugu? (sretno, uzbuđeno...) Zašto? (Zato što je kiša prestala i izašlo je sunce.)
 - Zelda se jako bojala jer nije znala kako će joj biti u novome dijelu šume. Je li se itko od vas ikada osjećao kao Zelda? Jeste li se nadali da će stvari biti bolje nakon nekoga vremena?
5. Pjevajte i plešite uz pjesmu *Somewhere Over The Rainbow*. Pitajte djecu:
 - Kako se osjećate sada nakon što ste pjevali i plesali uz ovu pjesmu?
6. Recite djeci da nam je duga podsjetnik na to da teška razdoblja ne traju zauvijek. Duga je znak da je oluja gotova i da je izašlo sunce. Napravite dugu na bijelom kartonu od otisaka dječjih dlanova u raznim bojama. Recite djeci da kada pokušavamo prebroditi neko teško razdoblje, važno je da surađujemo i pomažemo jedni drugima. Zalijepite dugu na zid kao simbol nade.



Neka roditelji podsjete djecu da se nakon kiše ponekad pojavi duga. U prvi okvir na radnome listiću djeca mogu nacrtati oblake i kišu, a u drugi dugu. Kada djeca prolaze kroz teško razdoblje i kada im dođe da odustanu od svega, roditelji ih mogu podsjetiti na njihov crtež. Kao što nakon kiše dolazi duga, tako i dobra vremena slijede nakon teškoga razdoblja.



NAKON KIŠE DOLAZI DUGA

Podsjetite svoje dijete da se nakon kiše može pojaviti duga. Zamolite dijete da u prvi okvir na listiću nacrtá oblake i kišu, a u drugi dugu.



Aktivnost 2. Prije i poslije

Cilj učenja

Znati da nakon teškoga razdoblja obično dolaze bolja vremena.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

znati da nakon teškoga razdoblja obično slijede bolja vremena.

Razina

Srednja

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, papir formata A3, boje, pastele, radni listić *Sjeme postaje prekrasan cvijet*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Ponovno ispričajte djeci priču iz prethodne aktivnosti koristeći se pri tome lutkama za ruku ili prste.
3. Razgovarajte s djecom tako što ćete ih pitati sljedeća pitanja:
 - Kako vam se svidjela priča?
 - Što mislite, kao se Zelda osjećala kad se preselila na drugi kraj šume? Zašto?
 - Što je Sherlock rekao Zeldi?
 - Što je Zelda učinila kad joj se srušila kuća?
4. Potom povežite priču s osobnim iskustvima djece tako da ih pitate sljedeće:
 - Zelda se jako bojala jer nije znala kako će joj biti u novome dijelu šume. Je li se itko od vas ikada osjećao kao Zelda? Jesu li se stvari popravile nakon nekoga vremena?
 - Zeldina se kuća srušila nekoliko puta, no ona nije gubila nadu. Što se događa kada mi odustanemo od nečega?
 - Što ste naučili iz ove priče?
5. Zamolite djecu da izrade crteže Zelde *prije* i *poslije*. Crtež *prije* treba prikazivati Zeldu za vrijeme teškoga razdoblja (u novome kraju, bez prijatelja, puno kiše, bez doma), a crtež *poslije* prikazuje Zeldu nakon teškoga razdoblja (novi dom, prijatelj Sherlock, duga). Potom djeca mogu pokazati svoje crteže jedni drugima.
6. Objesite crteže po prostoriji kako biste podsjetili djecu da nakon teškoga razdoblja uvijek dođu bolja vremena.



Predložite djeci da na radni listić nacrtaju sjeme i prekrasan cvijet koji je nastao iz toga sjemena. Ovaj crtež može pomoći djeci zapamtiti da nakon teškoga razdoblja obično slijede bolja vremena.

**SJEME POSTAJE PREKRASAN CVIJET**

Pomozite svom djetetu da u okvire *Prije* i *Poslije* nacрта sjeme koje je izraslo u prekrasan cvijet.

Prije**Poslije**

Aktivnost 3. Zeldini novi ciljevi

Cilj učenja

Odrediti nove ciljeve kojima možemo olakšati teško razdoblje.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

odrediti nove ciljeve kako bih si olakšao/la teško razdoblje.

Razina

Napredna

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, radni listić *Simboli nade*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Podsjetite djecu na priču *Duga* i, ako želite, ponovno je ispričajte koristeći se pri tome lutkama za ruku ili prste.
3. Razgovarajte s djecom tako što ćete ih pitati:
 - Kako vam se sviđela priča?
 - Sherlock je rekao Zeldi da ne gubi nadu. Što to znači „imati nadu“?
 - Što je Zelda učinila kad joj se srušila kuća?
 - Možete li zamisliti što bi se dogodilo da je Zelda odustala?
 - Što je pomoglo Zeldi da opet gradi kuću ispočetka?
4. Potom povežite priču s vlastitim iskustvima djece tako da ih pitate sljedeće:
 - Zelda se jako bojala jer nije znala kako će joj biti u novome dijelu šume. Je li se itko od vas ikada osjećao kao Zelda? Jesu li se stvari popravile nakon nekoga vremena?
 - Zeldina se kuća srušila nekoliko puta, no ona nije gubila nadu. Je li važno gajiti nadu i ne odustajati? Zašto?
 - Zamislite da se vama dogodila ista stvar kao i Zeldi. Biste li izgradili novu kuću ili biste odustali? Postoje li trenutci kada je bolje odustati?
5. Zamolite djecu da sjednu u krug i da razmisle o drugim ciljevima koje si Zelda može postaviti kako bi joj bilo još bolje u novome domu (npr. naći nove prijatelje, organizirati zabavu, razgovarati s prijateljima kada joj nedostaje njezin stari dom itd.).
6. Neka djeca nacrtaju što Zelda može poduzeti kako bi joj bilo bolje u novom domu. Djeca mogu pokazati svoje crteže i ideje jedni drugima.



Roditelji trebaju izrezati sličice iz radnoga listića, a djeca posložiti po parovima simbole nade koji su prikazani na sličicama. Simboli nade na ovom listiću preuzeti su iz prirode i pokazuju nam da teška razdoblja ne traju zauvijek.



SIMBOLI NADE

Izrežite sličice i zamolite svoje dijete da ih razvrsta po parovima koji pokazuju da nakon teškoga razdoblja slijede bolja vremena.



Cjelina 2. Sreća

Na kraju ovoga seta aktivnosti djeca će moći:

- opisati neku situaciju kad su bili sretni
- opisati trenutke sreće
- opisati aktivnost ili osobu koja ih usređuje.

Aktivnost 1. Zelda je sretna

Cilj učenja

Opisati neku situaciju kad su bili sretni.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnost moći ću:

opisati neku situaciju kad sam bio/bila sretan/na.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, pjesma *Kad si sretan*, loptica, radni listić *Kako izgleda sreća?*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pročitajte djeci priču koristeći se lutkama za ruku ili prste:

Zelda istražuje

Ježica Zelda i vjeverac Sherlock bili su jako dobri prijatelji, a oboje su živjeli u šumi. Jednog dana, dok se Zelda kotrljala niz brežuljak, udarila je u jedan kamen i slomila nekoliko bodlji. Budući da je sada imala nekoliko slomljenih bodlji, nije se više mogla kotrljati niz brežuljak sa svojim prijateljima. Morala je biti tamo gdje je njezina mama može vidjeti i to ju je jako ljutilo. „Nije pošteno! Zašto ja moram ostati ovdje dok se svi drugi igraju u šumi?! Baš sam ljuta!“ rekla je mrzovoljno Sherlocku. Sherlock je vidio da je Zelda jako ljuta. Kad god se ljutila, njene bi se bodlje nakostriješile pa je mogla ozlijediti druge životinje ako ne bi pazila. Sherlock je znao da Zeldi, kada je ljuta, treba neko tiho mjesto kamo može otići da bi se smirila. „Žao mi je što se ne možeš pridružiti ostalima u igri,“ rekao joj je Sherlock. „Ali zašto ne bi otišla na svoje mirno mjesto gdje se možeš suočiti sa svojom ljutnjom?“ Zelda nije htjela povrijediti nekoga svojom ljutnjom, pa je odlučila uzeti predah i otići na svoje mirno mjesto.

Uspjela se smiriti i razbistriti glavu na svojem mirnom mjestu. „Stvarno bih voljela ići van i igrati se sa svojim prijateljima,“ mislila je ona, „no ipak, umjesto toga, mogu i ovdje naći nešto zabavno.“ Zelda je voljela istraživati. „Hm, možda će me istraživanje oraspoložiti,“ mislila je ona. „Sherlock, hoćeš li ići sa mnom istraživati šumu?“ pitala je Sherlocka. „O, pa to je super ideja!“ rekao je on. I tako su Zelda i Sherlock krenuli istraživati svoju okolinu. Gurali su glave pod zemlju. Trčkarali su pod stablima. Pretraživali su travu. Zelda je našla puno uzbudljivih stvari: dva šarena ptičja pera, razne vrste lišća koje nikad prije nije vidjela, zanimljiv otisak neke životinje i paukovu mrežu! Do kraja dana Zelda je bila odlično raspoložena. „Gle, Sherlock,“ rekla je uzbuđeno „moje bodlje se povlače i prestaju stršati. Opet sam sretna!“ To što je slomila bodlje nije značilo da se Zelda više ne može igrati s prijateljima, samo su morali igrati neku drugu igru. Od tog dana, Zelda je shvatila da ONA može preokrenuti svoje loše raspoloženje u dobro i da ima dobrog prijatelja koji joj u tome može pomoći.

3. Razgovarajte s djecom tako da ih pitate sljedeća pitanja:
 - Kako vam se svidjela ova priča?
 - Kako se Zelda osjećala kad se nije mogla pridružiti prijateljima?
 - Što je poduzela da bi promijenila svoje loše raspoloženje?
4. Potom povežite priču s osobnim iskustvima djece tako da ih pitate:
 - Što se događa kada smo sretni? (više se smiješimo, imamo više energije, smijemo se, želimo se igrati sa svojim prijateljima)
 - Gdje u svojem tijelu osjećate sreću?
 - U kojim bojama zamišljate osjećaje sreće?
5. Zamolite djecu da sjednu u krug. Bacite lopticu jednom djetetu, a ono neka navede jednu situaciju kada je bilo sretno (primjerice na svoj rođendan, kada je dobio/la poklon, kada se igrao/la s prijateljima, itd.). Bacajte lopticu sve dok svako dijete nije navelo neki sretan trenutak.
6. Najavite djeci da ćete sada raditi nešto što ih usređuje – pjevati. Pjevajte i plešite uz pjesmu *Kad si sretan*. Djeca mogu na kraju dodati svoje vlastite stihove (npr. „Kad si sretan, visoko poskoči ti (hop hop)/vrti se u krug (oj ej)/ glavom klimaj ti (da da)/...)

Kad si sretan

Kad si sretan, lupi dlanom ti o dlan (pljes pljes)
Kad si sretan, lupi dlanom ti o dlan (pljes pljes)
Kad si sretan i kad želiš s drugim dijelit sreću svu,
Kad si sretan, lupi dlanom ti o dlan (pljes pljes).

Kad si sretan lupi nogama o pod ti (tres tres)
Kad si sretan lupi nogama o pod ti (tres tres)
Kad si sretan i kad želiš s drugim dijelit sreću svu,
Kad si sretan lupi nogama o pod ti (tres tres).

Kad si sretan vikni glasno tad hura (HU-RA!)
Kad si sretan vikni glasno tad hura (HU-RA!)
Kad si sretan i kad želiš s drugim dijelit sreću svu,
Kad si sretan vikni glasno tad hura (HU-RA!).

Kad si sretan ti ponovi ovo sve (pljes pljes, tres tres, HURA!)
Kad si sretan ti ponovi ovo sve (pljes pljes, tres tres, HURA!)
Kad si sretan i kad želiš s drugim dijelit sreću svu,
Kad si sretan ti ponovi ovo sve (pljes pljes, tres tres, HURA!)

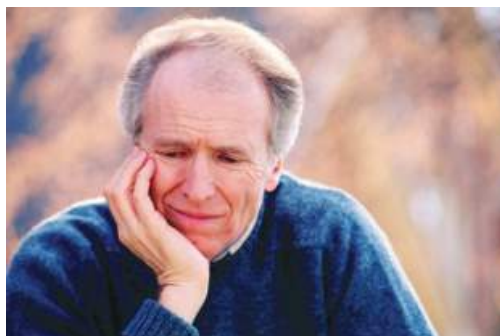


Neka djeca zaokruže slike sretnih ljudi na radnom listiću.



KAKO IZGLEDA SREĆA?

Zamolite svoje dijete da zaokruži slike osoba koje su sretno.



Aktivnost 2. Trenutci sreće

Cilj učenja

Opisati trenutke sreće.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

opisati trenutke sreće.

Razina

Srednja

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, osobne fotografije na kojima su djeca sretna, radni listić *Što me usređuje?*



1. Dan prije ove aktivnosti, zamolite roditelje da vam pošalju fotografije na kojima su njihova djeca sretna (npr. dok se ljuljaju, igraju s braćom, režu rođendansku tortu i sl.).
2. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
3. Podsjetite djecu na priču iz prethodne aktivnosti ili je ispričajte koristeći pri tome lutke za ruku ili prste.
4. Razgovarajte s djecom tako da ih pitate sljedeća pitanja:
 - Kako vam se svidjela priča?
 - Kako se Zelda osjećala kad se nije mogla pridružiti prijateljima?
 - Što se događalo u njezinu tijelu?
 - Što je poduzela da bi promijenila svoje loše raspoloženje?
5. Potom povežite priču s osobnim iskustvima djece tako da ih pitate sljedeće:
 - Zelda je bila ljuta jer se nije mogla igrati sa svojim prijateljima. Koji još neugodni osjećaji postoje?
 - Kako se obično suočavate sa svojim neugodnim osjećajima? Razgovarate li s nekim o njima? Odlazite li na neko mirno mjesto kao Zelda?
 - Zelda je otišla istraživati sa Sherlockom kako bi se oraspoložila. Što vas može razvedriti kada ste loše raspoloženi?
 - Svatko pokazuje da je sretan na drugačiji način. Kad je Zelda sretna, njezine su bodlje povučene. Neka djeca se smiju, neka se igraju, neka skaču i plješću. Kako vi pokazujete da ste sretni?
6. Potaknite djecu da govore o fotografijama koje su donijela sa sobom: što rade na slici, zašto im se to sviđa i koje su druge stvari koje ih usređuju.
7. Pitajte djecu:
 - Što možemo učiniti da usrećimo nekoga drugog?

8. Pjevajte i plešite uz neku veselu pjesmu.



Djeca mogu na radni listić nacrtati što ih usređuje.



ŠTO ME USREĆUJE?

Zamolite svoje dijete da vam navede što ga/ju usrećuje i da nešto od toga nacрта ovdje.



Aktivnost 3. Zelda istražuje

Cilj učenja

Opisati aktivnost i/ili osobu koja ih usređuje.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

opisati aktivnost i/ili osobu koja me usređuje.

Razina

Napredna

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, listovi A3 papira, izresci iz časopisa, pastele, ukrasi, radni listić *Kako mogu usrećiti drugoga?*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Podsjetite djecu na priču *Zelda istražuje* ili je ponovno pročitajte koristeći se lutkama za ruku ili prste.
3. Razgovarajte s djecom tako da ih pitate sljedeće:
 - Kako vam se sviđela priča?
 - Kako se Zelda osjećala kad se nije mogla pridružiti prijateljima?
 - Zašto je Zelda bila ljuta kad se nije mogla igrati sa svojim prijateljima?
 - Što je poduzela da bi promijenila svoje loše raspoloženje?
 - Tko joj je pomogao da promijeni raspoloženje?
4. Potom povežite priču s osobnim iskustvima djece tako da ih pitate sljedeće:
 - Kako se Zelda osjećala kad se nije mogla ići igrati sa svojim prijateljima?
 - Kad ste vi tužni ili sretni, što tada radite? Razgovarate li s nekim o tome? Odlazite li na neko mirno mjesto poput Zelde?
 - Zelda se oraspoložila radeći nešto što stvarno voli. Osim toga, zamolila je prijatelja da joj pomogne popraviti raspoloženje. Možete li se vi sjetiti nečega što vas veseli, kao što se i Zelda sjetila? Pada li vam na pamet neka osoba koja vam može pomoći da popravite svoje raspoloženje?
5. Neka djeca izrade crtež ili kolaž aktivnosti ili osobe koja ih usređuje.
6. Pitajte djecu: Što možemo učiniti da usrećimo drugu osobu?



Potaknite djecu da razgovaraju s roditeljima o tome što možemo napraviti kako bismo usrećili drugu osobu te da na radni listić nacrtaju neke od tih stvari.



KAKO MOGU USREĆITI DRUGOGA?

Razgovarajte sa svojim djetetom na koje načine možemo usrećiti nekoga. Zamolite dijete da nacрта neke od tih načina.



Cjelina 3. Humor

Na kraju ovoga seta aktivnosti djeca će moći:

- iskusiti da nam sagledavanje smiješne strane može pomoći da se osjećamo bolje
- navesti što mogu učiniti kako bi sami sebe nasmijali
- opisati što ih nasmijava.

Aktivnost 1. Složi smiješnu facu

Cilj učenja

Iskusiti da nam sagledavanje smiješne strane može pomoći da se osjećamo bolje.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

znati da mi sagledavanje smiješne strane pomaže da se osjećam bolje.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, fotoapararat, radni listić *Složi smiješnu facu*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pročitajte djeci sljedeću priču, koristeći se lutkama za ruku ili prste:

Zelda ima loš dan

O ne! Ježica Zelda ima grozan dan! Sve je pošlo po krivu! Probudila se jako kasno. Dok je prala zube, umjesto paste na četkicu je stavila šampon. A joj! Onda je navukla traperice na glavu, umjesto na noge. Uf! Umjesto naočala za čitanje, u školu je ponijela sunčane naočale. Jao meni! Umjesto svoje školske užine, uzela je pseću hranu. O, Bože! Zeldin dan stvarno nije mogao biti gori. Ispričala je Sherlocku sve o svojem groznom danu. „Tako sam ja zaspala, oprala zube šamponom, navukla traperice na glavu, donijela u školu sunčane naočale i hranu za psa! Što mi se još može dogoditi? Kakav grozan dan!“ Zelda je zamislila sebe s trapericama na glavi i sa sunčanim naočalama kako jede hranu svog psa. I počela se smijati. Sherlock i Zelda su zaključili da to ipak nije bio grozan dan. To je bio smiješan dan! Sve što se dogodilo jako ih nasmijalo. Grozan dan postao je smiješan zato što su znali uočiti njegovu smiješnu stranu.

3. Razgovarajte s djecom tako da ih pitate sljedeće:
 - Kako vam se svidjela ova priča?
 - Što vam je bilo smiješno u njoj?
 - Što je oraspoložilo Zeldu?
4. Potom povežite priču s osobnim iskustvima djece tako da ih pitate:
 - Sjećate li se nečega smiješnog što vam se dogodilo?
 - Jeste li vi ikada uočili smiješnu stranu nekog problema?
5. Zamolite djecu da naprave neki smiješan izraz lica, a vi fotografirajte svako dijete posebno dok to radi. Stavite njihove fotografije na zid pod naslovom *Smiješna lica*. Pitajte djecu kako se osjećaju sada kad su izveli nešto smiješno.



Predložite roditeljima da pomognu djeci izraditi drugu vrstu smiješnoga lica koristeći isječke iz časopisa. Da bude što smješnije, djeca mogu naljepiti dijelove lica na krivo mjesto, npr. mogu zalijepiti nos na mjesto očiju ili usne na mjesto brade itd.



SLOŽI SMIJEŠNU FACU

Pomozite svojem djetetu da izradi smiješno lice koristeći izreske dijelova lica iz časopisa. Kako bi lice ispalo što smješnije, smjestite dijelove lica na neobično mjesto, npr. nos na mjesto usana, oči na mjesto ušiju, itd.



Aktivnost 2. Znam biti smiješan/na

Cilj učenja

Navesti što mogu učiniti kako bi sami sebe nasmijali.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

navesti što mogu učiniti kako bih sam/a sebe nasmijao/la.

Razina

Srednja

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, isječki iz časopisa koji prikazuju dijelove lica (usta, oči, nosevi itd.), papir A4, flomasteri, radni listić *Smiješna životinja*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Podsjetite djecu na priču iz prethodne aktivnosti ili je ispričajte koristeći se lutkama za ruku ili prste.
3. Razgovarajte s djecom tako da ih pitate sljedeće:
 - Kako vam se svidjela ova priča?
 - Zašto je Zelda bila uzrujana?
 - Koja je smiješna strana Zeldina problema?
 - Što je pomoglo Zeldi da popravi svoje raspoloženje?
4. Potom povežite priču s osobnim iskustvima djece tako da ih pitate:
 - Sjećate li se nečega smiješnog što vam se dogodilo?
 - Sjećate li se kad ste uspjeli uočiti smiješnu stranu poteškoće koja vas je zadesila (ili nekoga koga poznajete)?
 - Što se događa kada uočavamo samo loše strane nekoga problema? A kada vidimo smiješnu stranu?
5. Stavite slike dijelova lica na sredinu stola. Zamolite djecu da izrade kolaž *Smiješno lice* koristeći razne dijelove (različite oči, usta, nos). Pitajte ih osjećaju li se sada bolje nakon što su sagledali smiješnu stranu situacije.
6. Zamolite djecu da navedu što možemo učiniti da bismo se nasmijali kada prolazimo kroz teško razdoblje. Djeca mogu i pokazati tu smiješnu radnju (npr. otplesati smiješni ples, složiti smiješnu facu itd.)



Predložite djeci da zajedno s roditeljima izrade sliku smiješnoga stvorenja koristeći isječke iz časopisa. To stvorenje mora imati tijelo jedne životinje, a glavu druge, npr. čovjek s glavom ribe, pas s glavom kokoši itd.



SMIJEŠNA ŽIVOTINJA

Pomozite djetetu da od isječaka iz časopisa složi smiješnu sliku stvorenja koje ima glavu jedne životinje, a tijelo druge. Neka dijete ovdje zalijepi tu sliku.



Aktivnost 3. Što me nasmijava

Cilj učenja

Opisati što ih nasmijava.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

razgovarati o onome što me nasmijava.

Razina

Napredna

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, papir A4, pastele, flomasteri, radni listić *Što ću odjenuti?*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Ispričajte priču iz prethodne aktivnosti koristeći se lutkama za ruku ili prste.
3. Razgovarajte s djecom tako da ih pitate sljedeće:
 - Kako vam se svidjela ova priča?
 - Zašto je Zelda bila uzrujana?
 - Koja je smiješna strana Zeldina problema?
 - Što je pomoglo Zeldi da bude bolje volje? Zašto?
4. Potom povežite priču s osobnim iskustvima djece tako da ih pitate:
 - Sjećate li se nečega smiješnog što se vama dogodilo?
 - Sjećate li se da ste imali neku poteškoću (ili netko koga vi poznajete), ali ste znali uočiti smiješnu stranu toga problema?
 - Što se događa kada uočavamo samo loše strane nekog problema? A kada vidimo smiješnu stranu?
 - Kako možemo loš dan pretvoriti u smiješan? (Pričajući šale, slušajući smiješne priče, gledajući smiješne crtiće, smijući se s prijateljima...)
5. Zamolite djecu da podijele sa svima što njih nasmijava.
6. Potaknite djecu da nacrtaju ono što ih nasmijava i pokažu svoje crteže ostatku grupe.



Predložite djeci da odigraju zabavnu igru sa svojim roditeljima. Roditelji trebaju izrezati sličice

iz radnoga listića i staviti sličice životinja u jednu vrećicu, a sličice modnih dodataka u drugu. Dijete treba uzeti po jednu sličicu iz svake vrećice te ih upotrijebiti za svoj smiješan crtež životinje s modnim dodatkom. Npr. svinja s brkovima, koza s pletenicama itd. I roditelji mogu odabrati sličice i napraviti svoj crtež. Zamolite djecu da ponesu crteže u vrtić da ih pokažu drugima.



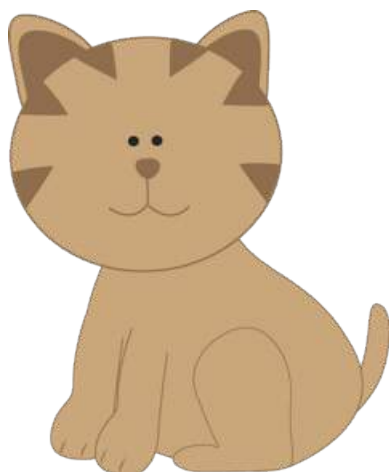
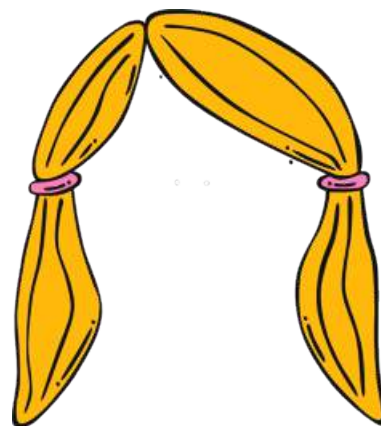
ŠTO ĆU ODJENUTI?

Odigrajte ovu zabavnu igru sa svojim djetetom. Izrežite sličice iz radnoga listića i stavite sličice životinja u jednu vrećicu, a sličice modnih dodataka u drugu. Dijete treba uzeti po jednu sličicu iz svake vrećice i onda nacrtati životinju koju je izvuklo s modnim dodatkom koji je izvuklo, npr. svinju s brkovima, mačku s pletenicama itd. I roditelji mogu izvući sličice i napraviti svoj crtež.

Životinje



Modni dodaci





Evaluacijski listić odgojitelja/ice

Ime djeteta: _____	0: Nije primijećeno / neprimjenjivo
Datum popunjavanja: _____	1: Usvaja
	2: Postignuto
	3: Trajno uspostavljeno

Upute: Popunite listu za svako dijete kada završite *Temu 3. Razvoj pozitivnog mišljenja*

3. RAZVOJ POZITIVNOG MIŠLJENJA	
3.1 POZITIVNO MIŠLJENJE	Razina 0,1,2 ili 3
3.1.1. Pozitivno i negativno mišljenje	
3.1.1.O. ⁷ Dijete uviđa da je moguće imati vedar ili tmuran pogled na život.	
3.1.1.S. Dijete može navesti što bi netko s vedrim pogledom na život rekao.	
3.1.1.N. Dijete može razlikovati kako bi na poteškoće reagirali optimisti, a kako pesimisti.	
3.1.2. Dobro je misliti pozitivno!	
3.1.2.O. Dijete uviđa da nam pozitivno razmišljanje može pomoći da se osjećamo bolje.	
3.1.2.S. Dijete zna prepoznati osjećaje koji proizlaze iz pozitivnoga načina razmišljanja.	
3.1.2.N. Dijete može opisati kako se osjeća nakon što je razmišljalo pozitivno.	
3.1.3. Promijeniti negativne misli	
3.1.3.O. Dijete može navesti jednu dobru (pozitivnu) stvar na sebi koja mu/joj pomaže da se u teškoj situaciji osjeća bolje.	
3.1.3.S. Dijete može odrediti jednu pozitivnu stvar na sebi i na drugome koja mu/joj se sviđa.	
3.1.3.N. Dijete može navesti pozitivnu izjavu koja mu pomaže da se suprotstavi svojim negativnim mislima.	

3.2. POZITIVNE EMOCIJE	
3.2.1. Nada	
3.2.1.O. Dijete može shvatiti da teško razdoblje ne traje zauvijek.	
3.2.1.S. Dijete zna da nakon teškoga razdoblja obično dolaze bolja vremena.	
3.2.1.N. Dijete može odrediti nove ciljeve kako bi si olakšalo teško razdoblje.	
3.2.2. Sreća	
3.2.2.O. Dijete može opisati neku situaciju kada je bilo sretno.	
3.2.2.S. Dijete može opisati trenutke sreće.	

7 O = Osnovna razina, S = Srednja razina, N = Napredna razina

3.2.2.N. Dijete može prepoznati aktivnost ili osobu koja ga/ju usređuje.	
3.2.3. Humor	
3.2.3.O. Dijete može shvatiti da mu/joj sagledavanje smiješne strane situacije može pomoći da se osjeća bolje.	
3.2.3.S. Dijete može navesti što može učiniti da bi samo sebe nasmijalo.	
3.2.3.N. Dijete može opisati što ga/ju nasmijava.	




Djetetove jake strane:

Djetetove potrebe:




Razvojni ciljevi:

TEMA 4. Razvoj samoodređenja

Podtema 1. Rješavanje problema

 CJELINA 1	 CJELINA 2	 CJELINA 3
Definiranje problema i izrada kreativnih rješenja	Procjena rješenja i odlučivanje	Primjena rješenja i vrednovanje

Podtema 2. Osnaživanje i autonomija

 CJELINA 1	 CJELINA 2	 CJELINA 3
Razvoj životnoga smisla i osjećaja svrhovitosti	Podržavanje djelovanja i samoefikasnosti	Poticanje samozastupanja

PODTEMA 1. Rješavanje problema

Istraživanja o psihološkoj otpornosti pokazuju da otporna djeca i adolescenti posjeduju vještine za rješavanje problema (Benard, 2004; Munist i sur., 1998). Sposobnost rješavanja problema smatra se jednom od odlučujućih vještina za suočavanje s nedaćama jer ublažava utjecaj negativnih životnih događaja na dobrobit osobe. Ona ima ključnu ulogu u procjeni rizika, vrednovanju resursa, uspostavi realističnih planova i u potrazi za zdravijim odnosima što je sve neophodno za prilagodbu i otpornost (Werner i Smith, 2001). U središtu su ove pod teme usmjerenost na problem i vještine rješavanja problema. Ona je podijeljena na tri dijela koji obuhvaćaju opće korake u rješavanju problema. U prvome se dijelu od djece traži da definiraju problem (prikupe informacije, odrede ciljeve i analiziraju barijere i facilitatore) te da stvore kreativna rješenja za njega. U drugome djelu djeca razvijaju vještine kojima procjenjuju moguća rješenja, vrijeme i trud koje ona zahtijevaju te njihove ishode. U trećemu je dijelu naglasak na primjeni i vrednovanju rješenja. Djeca isprobavaju rješenja i vrednuju ishode rješenja te, ako je potrebno, pokušavaju ponovno. U ovome zadnjem dijelu, djeca također imaju mogućnost sažeti postupak rješavanja problema i njegove korake.

CJELINA 1. DEFINIRANJE PROBLEMA I IZRADA KREATIVNIH RJEŠENJA

- | | |
|----------------|--|
| Ciljevi | <ul style="list-style-type: none"> • definirati riječ problem |
| učenja | <ul style="list-style-type: none"> • uvidjeti da je moguće pronaći rješenje problema • pronaći kreativna rješenja problema |

CJELINA 2. PROCJENA RJEŠENJA I ODLUČIVANJE

- | | |
|----------------|---|
| Ciljevi | <ul style="list-style-type: none"> • opisati jesu li rješenja učinkovita ili ne |
| učenja | <ul style="list-style-type: none"> • razlikovati jednostavna i teška rješenja • razmisliti sviđaju li im se posljedice djelovanja prije samoga donošenja odluke |

CJELINA 3. PRIMJENA RJEŠENJA I VREDNOVANJE

- | | |
|----------------|--|
| Ciljevi | <ul style="list-style-type: none"> • primijeniti rješenje problema |
| učenja | <ul style="list-style-type: none"> • vrednovati ishode primijenjenoga rješenja i, ako je potrebno, pokušati ponovno • utvrditi i primijeniti tri koraka u postupku rješavanja problema |
-

Savjeti za odgojitelj(ice)

1. Pomozite djeci da shvate da će se problemi, sukobi i nesuglasice uvijek pojavljivati, no da je moguće naučiti kako se uspješno nositi s njima.
2. Pomozite djeci da razmišljaju i prikupljaju informacije kako bi mogla uočiti i učinkovito rješavati probleme.
3. Iskoristite svakodnevne probleme u skupini za poticanje kreativnoga divergentnog mišljenja u odlučivanju i rješavanju problema.
4. Koristite takve misaone procese kod izazovnih situacija da biste na taj način potaknuli djecu na promišljanje o rješenjima prije nego što počnu djelovati.
5. Uključite djecu u donošenje odluka vezanih uz skupinu, kao što su akademsko učenje (npr. aktivnosti, pribor, domaće zadaće), socijalne interakcije i ponašanje.

Cjelina 1. Definiranje problema i izrada kreativnih rješenja

Na kraju ovoga seta aktivnosti djeca će moći:

- definirati riječ problem
- uvidjeti da je moguće pronaći rješenje problema
- pronaći kreativna rješenja problema.

Aktivnost 1. Zelda pomno razmišlja

Cilj učenja

Definirati riječ problem.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

imenovati problem.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, radni listići *Idemo oslikati svoje dlanove!* i *Zelda ima rješenje*, prazni listovi papira, smeđa boja za slikanje prstima, pastele, bojice ili flomasteri



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pročitajte sljedeću priču koristeći se lutkama za ruku ili prste:

Zelda se želi igrati

Vani je bilo jako hladno i ježica Zelda htjela je ići igrati se na brežuljku pokraj jezera. Inače se ondje stalno igrala jer je to bilo najljepše i najzabavnije mjesto u šumi. No taj dan majka ju nije htjela pustiti zbog lošega vremena. Bilo je jako hladno, a Zelda nije htjela obući kabanicu zato što onda ne bi mogla koristiti bodlje pri kotrljanju niz brežuljak što je obožavala raditi. Također, nije smjela ići sama do jezera jer je to opasno.

„Ali mama, želim ići na jezero! Želim ići i želim ići! A ti me ne puštaš!” rekla je Zelda svojoj mami. No mama je ponovila: „Danas ne možeš ići. Jako je hladno, i osim toga, opasno je da ideš sama. Ja ne mogu ići s tobom zato što imam puno posla.” Zelda je otišla u svoju sobu i naglas razmišljala: „Baš sam tužna. Što da radim?”

Doći do rješenja koje bi je usrećilo činilo se jako teško jer je Zelda samo razmišljala o tome kako želi ići na jezero. U međuvremenu, netko je pozvonio na vrata. Bio je to vjeverac Sherlock koji ju je došao posjetiti. Došao je do vrata njezine sobe i rekao: „Bok Zelda, kako si? Želiš li se ići igrati van?“ Zelda je odgovorila: „Imam ogroman problem!“ te mu objasnila o čemu se radi. Sherlock je shvatio da Zelda ima problem pa je rekao: „U redu, imamo problem. No je li stvarno toliko ogroman? Prvo malo razmislimo! Problem je taj što se ti danas želiš sama igrati vani, po hladnome vremenu, a mama te ne pušta zato što je opasno i možeš se razboljeti. Je li to problem Zelda?“ Zelda je pogledala Sherlocka u oči i rekla: „Da, tako je.“ „Zelda, ako zajedno razmislimo i pokušamo naći rješenje, sigurno ćemo uspjeti u tome“, rekao je Sherlock. Zelda je otvorila svoje oči, pažljivo poslušala što joj je prijatelj govorio i složila se s njegovim prijedlogom. „Hm... razmislimo zajedno. Što možemo učiniti?“ Tako su oni počeli razmišljati o mogućim rješenjima. „Možemo raditi nešto drugo! Možemo igrati neku zabavnu igru ovdje, u kući!“ rekao je Sherlock. „Ali ja želim ići van...“ odgovorila je Zelda. „Možemo se igrati vani neki drugi dan,“ predložio je Sherlock. „Ali ja se želim danas igrati vani!“ rekla je Zelda. Nastavili su dalje razmišljati. Zelda je pomislila: „Ako ti pođeš sa mnom, ja više neću biti sama. I ako odjenem svoju toplu vestu, šal i rukavice, neću se smočiti, pa će me mama pustiti da se odem van igrati.“ Zelda i Sherlock su zaključili da je to super ideja, najbolja koju su mogli smisliti. „Tako je, odlučeno je,“ rekao je Sherlock te uvjerenost nastavio: „Sad samo moraš pitati mamu je li smiješ!“

Zelda je otišla do svoje mame i pitala je: „Mama, ako idem sa Sherlockom i ako odjenem puno tople odjeće, hoćeš li me pustiti van? Molim te!“ „Hoću Zelda“ odgovorila joj je mama.

Kada se skroz utopila, Zelda je sa svojim najboljim prijateljem Sherlockom otišla van na kotrljanje niz brežuljak. Dok su se vraćali kući, Zelda je zaključila: „Naposljetku, pa i nije tako teško naći pravo rješenje kada malo staneš i promisliš o problemu“.

Taj dan Zelda je naučila da kada treba riješiti neki problem, najbolji način za to je prvo malo stati, razmisliti i prikupiti informacije o problemu. Tako je moguće problem razumjeti i smisliti različite načine kako ga riješiti.

3. Razgovarajte s djecom tako da ih pitate sljedeća pitanja:
 - Što vam se svidjelo, a što vam se nije svidjelo u ovoj priči? Što se dogodilo Zeldi?
 - Kakav je problem imala Zelda?
 - Kako je Sherlock pomogao Zeldi da razumije svoj problem?
4. Potom povežite priču s osobnim iskustvima djece tako da ih pitate sljedeće:
 - Jeste li vi ikad imali neki problem?
 - Kakav ste problem imali?
 - Koliko je bilo teško ili lako shvatiti da imate problem?
 - Jeste li stali da biste razmislili o svojem problemu?
5. Zamolite djecu da izrade svojega vlastitog ježa po uzoru na ježa iz radnoga listića. Dajte im prazan list papira da svatko naslika svoju ruku koristeći se bojama za prste. Svaki prst predstavlja jedno pitanje ili jedan aspekt koji najbolje dočarava problem. Recite djeci da obojaju ostatak ježa kako žele. Crteže ježeva možete staviti na pano ili u Kutak otpornosti, kada ih djeca ponovo donesu u vrtić nakon aktivnosti kod kuće.
6. Na kraju aktivnosti naglasite da se svi tijekom života susrećemo s problemima i da je prvi korak u rješavanju svakoga problema, bio on malen ili velik, prepoznavanje činjenice da problem postoji. Sljedeći korak je stati, razmisliti i prikupiti informacije o problemu. Podsjetite skupinu što je naučila iz ove priče - kada imamo problem poput Zelde, trebamo stati, razmisliti i prikupiti informacije o njemu.



Predložite djeci da ponesu kući svoje crteže ježeva i razgovaraju s roditeljima o priči i podijelite im radne listiće za roditelje. Djeca mogu roditeljima opisati Zeldin problem i način na koji su ona i Sherlock pronašli rješenje. Mogu s roditeljima također razgovarati i o nekim drugim problemima. Idući dan zamolite djecu da vam kažu o čemu su razgovarala s roditeljima.

IDEMO OSLIKATI SVOJE DLANOVE!

Kad imam problem, prvo stanem, razmislim i prikupim informacije o problemu.

Primjer:



Napravi svojega ježa – neka otisak tvojega dlana postane Zeldino tijelo. Svaki prst će te podsjećati na to da možeš razmisliti o svojem problemu jer će ti to onda pomoći da izraziš što je tvoj problem.





ZELDA IMA RJEŠENJE



Vaše je dijete donijelo crtež ježa koji će vam pokazati. Razgovarajte s djetetom o priči *Zelda se želi igrati*. U toj priči Zelda ima problem i treba naći rješenje. Pitajte svoje dijete koje rješenje je Zelda pronašla. Razgovarajte i o drugim problemima i njihovim rješenjima.



Aktivnost 2. Zeldina majica

Cilj učenja

Uvidjeti da je moguće pronaći rješenje problema.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

uvidjeti da problemi imaju svoja rješenja.

Razina

Srednja

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, radni listići *Idemo rezati i bojiti!* i *Zeldina majica*, papirnate maramice izrezane u obliku majice, bojice ili flomasteri, ljepilo



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Ispričajte djeci priču iz prethodne aktivnosti koristeći se lutkama za ruku ili prste. Potaknite djecu da odglume priču uz pomoć lutaka.
3. Razgovarajte s djecom tako da ih pitate sljedeća pitanja:
 - Što vam se sviđjelo, a što vam se nije sviđjelo u ovoj priči? Što se dogodilo Zeldi?
 - Što je Zeldina majica da bi riješila svoj problem?
 - Kako je Sherlock pomogao Zeldi da razumije svoj problem?
 - Koje su sve informacije prikupili da bi mogli riješiti problem?
4. Potom povežite priču s osobnim iskustvima djece tako da ih pitate:
 - Možete li se sjetiti situacije kada ste imali neki problem? Kakav ste problem imali?
 - Jeste li vjerovali da možete riješiti problem?
 - Je li bilo jednostavno ili teško naći rješenje?
 - Jeste li stali i razmislili o problemu?
5. Recite djeci da je normalno imati probleme te da svatko gleda stvari oko sebe na svoj način. Da bismo bili uspješniji u rješavanju problema, bolje je razmišljati kako riješiti problem nego kriviti druge ili sebe zbog onoga što se događa ili vjerovati da je teško riješiti taj problem. Recite djeci da neki ljudi vjeruju da imaju puno problema, dok drugi misle da ih uopće nemaju. Neki ljudi imaju vrlo ozbiljne probleme, no čak i oni mogu razmišljati pozitivno, jer tako mogu lakše pronaći rješenje. Naglasite da svi možemo naučiti kako razmišljati o problemima na pozitivan način.
6. Zamolite djecu da što ljepše oboje Zeldinu majicu. Djeca će dobiti sliku ježice Zelde koju mogu obojiti, a onda zalijepiti majicu na nju. Možete staviti sve crteže na pano. Napomena: dobro

je unaprijed se pripremiti za aktivnost tako da izrežete papirnate majice. Ako je moguće, upotrijebite papirnate maramice umjesto papira.

7. Na kraju aktivnosti još jednom naglasite da je važno zastati, razmisliti i prikupiti informacije o problemu kada želimo identificirati svoj problem. Također je važno znati da moramo vjerovati da problemi imaju rješenja (moramo biti pozitivni).

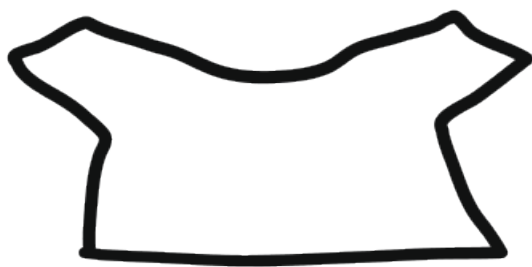


Predložite djeci da razgovaraju sa svojim roditeljima o Zeldinu problemu kao i o drugim uobičajenim problemima koje ljudi imaju. Također mogu razgovarati o tome da je važno zastati i razmisliti o problemu i vjerovati da postoje rješenja (biti pozitivan). Podijelite im radne listiće za roditelje i zamolite djecu da sa svojim roditeljima nacrtaju neki problem te da donesu crtež u vrtić sljedeći dan.

IDEMO REZATI I BOJITI!

Kada se pojavi neki problem, ja sam pozitivan/na! Vjerujem da problemi imaju svoja rješenja!

U ovoj priči Zelda je pronašla rješenje. Oboji i izreži Zeldinu majicu, a onda Zeldi obuci majicu.





ZELDA IMA PROBLEM I TRAŽI RJEŠENJE

Razgovarajte sa svojim djetetom o Zeldinu problemu i o drugim problemima koje ljudi obično imaju. Zajedno nacrtajte neki problem. Podsjetite ih da trebamo stati i razmisliti i vjerovati da postoje rješenja naših problema (trebamo biti pozitivni).



Aktivnost 3. Zelda je kreativna

Cilj učenja

Pronaći kreativna rješenja problema.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

pronaći nekoliko različitih rješenja problema.

Razina

Napredna

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, radni listići *Idemo vježbati oluju ideja!* i *Imam rješenje*, slike predmeta koji predstavljaju različita rješenja problema opisanoga u priči (npr. kaput, majica, cipele, šal, rukavice, kišobran, računalo, kuća, društvena igra), drvene bojice ili flomasteri, ljepilo, razni materijali za kolaž (npr. vuna, tkanina, čačkalice, špageti), škare



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Podsjetite djecu na priču *Zelda se želi igrati* ili je ponovno ispričajte koristeći se lutkama za ruku ili prste. Potaknite djecu da odigraju lutkarsku igru uloga utemeljenu na priči.
3. Razgovarajte s djecom tako da ih pitate:
 - Koje rješenje je Zelda pronašla za svoj problem? Tko joj je pomogao pronaći rješenje?
 - Je li Zelda mogla smisliti više od jednoga rješenja?
 - Možete li vi smisliti neka druga rješenja Zeldina problema?
4. Potom povežite priču s osobnim iskustvima djece tako da ih pitate sljedeće:
 - Možete li se prisjetiti situacije kada ste imali neki problem?
 - Jeste li mogli smisliti više od jednoga rješenja?
 - Nađete li uvijek isto rješenje? Ili nekoliko različitih?
 - Mislite li da problemi mogu imati više od jednoga rješenja?
5. Recite djeci da za jedan problem često postoji više od jednoga rješenja. Nije uvijek lako smisliti druga rješenja. Recite djeci da ćete ih naučiti metodu *olujna ideja* koja im može pomoći da dođu do mnogo različitih ideja.

Oluja ideja podrazumijeva da djeca mogu reći sve što im padne na pamet, bez opterećenja kako će ostali reagirati. To je odličan način da se smisle dobra rješenja. Obično ne traje dugo i može biti vrlo zabavno. Ova je metoda osmišljena kako bi pomogla ljudima da otkriju nove poglede na stvari.

Na početku je svaka ideja dobra. Treba se potruditi smisliti što više ideja koje u početku ne vrednujemo. Rješenja mogu biti neobična i čak ne moraju imati smisla. Nema ideje koja je „prećaknuta“ ili preapsurdna. Koliko god se ideja činila ludom, može nas potaknuti da razmislimo o nekoj drugoj ili boljoj ideji. Čak može ispasti da je upravo to najbolja ideja!

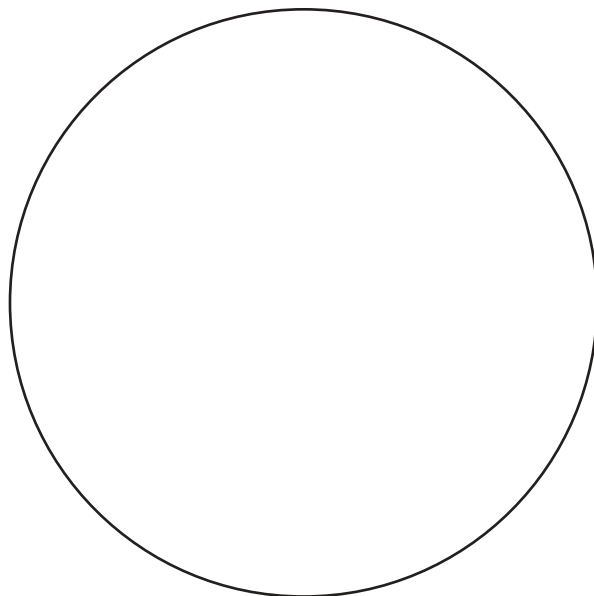
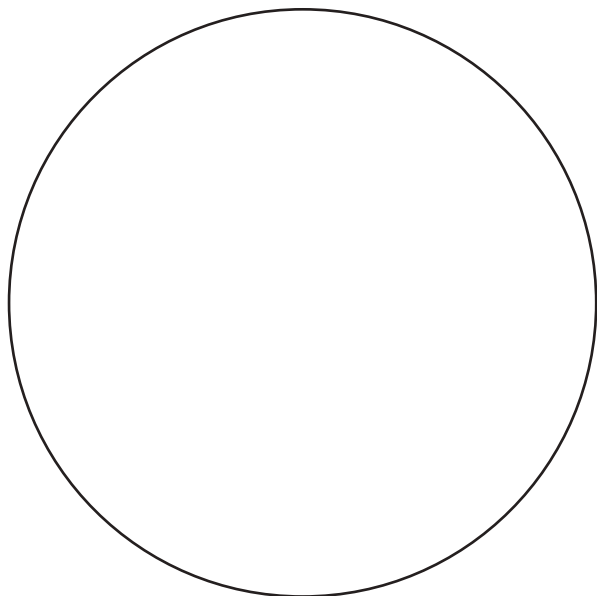
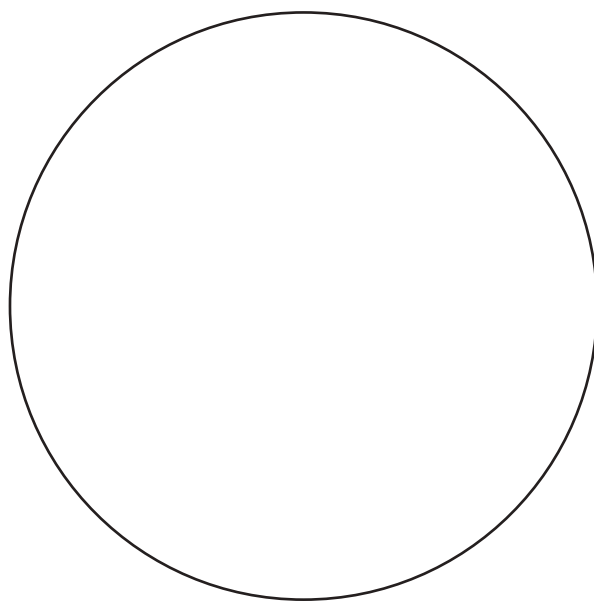
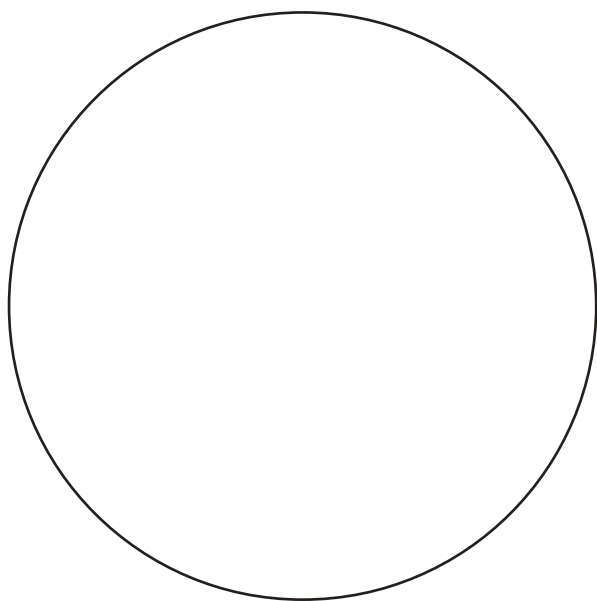
6. Objasnite im metodu na primjeru kružnice. Pitajte djecu na koje sve načine mogu kružnicu pretvoriti u poznate likove ili predmete. Neka sva djeca sudjeluju u davanju prijedloga pa na kraju izbrojite koliko je ideja cijela skupina smislila.
7. Da biste vježbali metodu *oluja ideja*, podsjetite djecu na priču i zamolite ih da naprave kolaž o priči. Neka pri tom razmišljaju o različitim rješenjima Zeldina problema. Kada su gotovi, neka svako dijete pokaže i protumači svoj kolaž ostatku skupine.
8. Na kraju aktivnosti naglasite da je za identifikaciju problema važno stati, promisliti i prikupiti informacije. Nakon toga treba pokušati pronaći što više kreativnih rješenja.



Predložite djeci da odnesu kući svoje kolaže i razgovaraju s roditeljima o različitim rješenjima Zeldina problema. Podijelite im radne listiće za roditelje i recite im da zamole roditelje da im daju primjer jednog problema te nekoliko rješenja za taj problem. Na taj način, djeca će uvidjeti da je nakon identificiranja problema, moguće doći do više od jednoga kreativnog rješenja. Idući dan, pitajte djecu jesu li razgovarala s roditeljima i koja su rješenja pronašli.

IDEMO VJEŽBATI OLUJU IDEJA

Problemi imaju više od samo jednoga rješenja – vježbajte metodu *oluja ideja*. Koliko predmeta možete nacrtati koristeći se ovim kružnicama? Nacrtajte što više različitih predmeta koristeći se ovim kružnicama.





Zelda se želi igrati u šumi, no mama je ne pušta van. Što Zelda može učiniti? Upotrijebite sličice na ovoj stranici za izradu kolaža o Zeldi i prikažite različita rješenja Zeldina problema.

Rješenje A	Rješenje B	Rješenje C





IMAM RJEŠENJE

Vaše je dijete donijelo kolaž kako bi s vama razgovaralo o različitim rješenjima Zeldina problema. Zajedno razmislite o nekom problemu i više mogućih rješenja toga problema. Naglasite svom djetetu da je nakon što se neki problem uoči, moguće smisliti više od samo jednog rješenja.

KORACI U RJEŠAVANJU PROBLEMA



Cjelina 2. Procjena rješenja i odlučivanje

Na kraju ovoga seta aktivnosti djeca će moći:

- opisati jesu li rješenja učinkovita ili ne
- razlikovati jednostavna i teška rješenja
- razmisliti sviđaju li im se posljedice djelovanja prije samoga donošenja odluke.

Aktivnost 1. Zelda, Sherlock i Harry se igraju

Cilj učenja

Opisati jesu li rješenja učinkovita ili ne.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

razlikovati rješenja koja su učinkovita od onih koja nisu.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, radni listići *Idemo crtati* i *Obećanje*, pastele, bojice ili flomasteri



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pročitajte djeci sljedeću priču koristeći se lutkama za ruku ili prste:

Nova obitelj

Ježica Zelda i vjeverac Sherlock jedva su čekali da upoznaju novu obitelj dabrova koja se trebala doseliti u šumu. Čuli su da je jedan od dabrova njihovih godina pa su se nadali da će se moći igrati s njim. Dok su se jednoga poslijepodneva igrali pokraj jezera, ugledali su jednoga dabra kako se sam igra pokraj vode. Odlučili su ga pozvati da im se pridruži. „Bok, ja sam Sherlock, a ovo je moj prijateljica Zelda. Kako se ti zoveš?“ upitao je Sherlock. „Ja sam Harry. Doselio sam ovamo sa svojom obitelji zato što je moj tata ovdje dobio posao“, rekao je dabar. „Drago nam je da smo te upoznali. Želiš li se igrati s nama? Upravo idemo na drugu stranu jezera. Ondje uvijek ima puno zabavnih stvari“, rekli su Zelda i Sherlock. „Dobro, reći ću svojoj mami da idem s vama“, odgovorio je dabar.

Tako su otišli zajedno usput pričajući o stvarima koje vole i koje ne vole. Igrali su se cijelo poslijepodne. Kopali su rupe, penjali se na stabla i kotrljali se niz brežuljke. Zelda i Sherlock bili

su jako sretni zbog svojega novog prijatelja – Harry im se činio baš super!

Predvečer su stigli do Harryjeve kuće i Harry je upitao: „Sherlock, želiš li sutra sa mnom ići u šumu, u potragu za granama i lješnjacima?“ Bez razmišljanja, Sherlock je odgovorio: „Vrlo rado!“ Zelda se ubacila u razgovor i podsjetila Sherlocka da su se bili dogovorili pomoći njezinoj mami oko kućanskih poslova. „To možemo i neki drugi dan, Zeldo!“ rekao joj je Sherlock. Zelda se rastužila, ali je smatrala da ne treba ponavljati Sherlocku što su se bili dogovorili.

Sljedećega dana Zelda je morala pomoći svojoj mami i bila je jako tužna što Sherlock nije bio s njom. I Sherlock je bio tužan i nije se zabavio jer je cijelo vrijeme mislio na Zeldu i na to kako ju je razočarao. Poslijepodne je došao k Zeldi i zamolio ju da mu oprostí jer je, nakon što je razmislio o svemu, zaključio da je razočarao svoju prijateljicu.

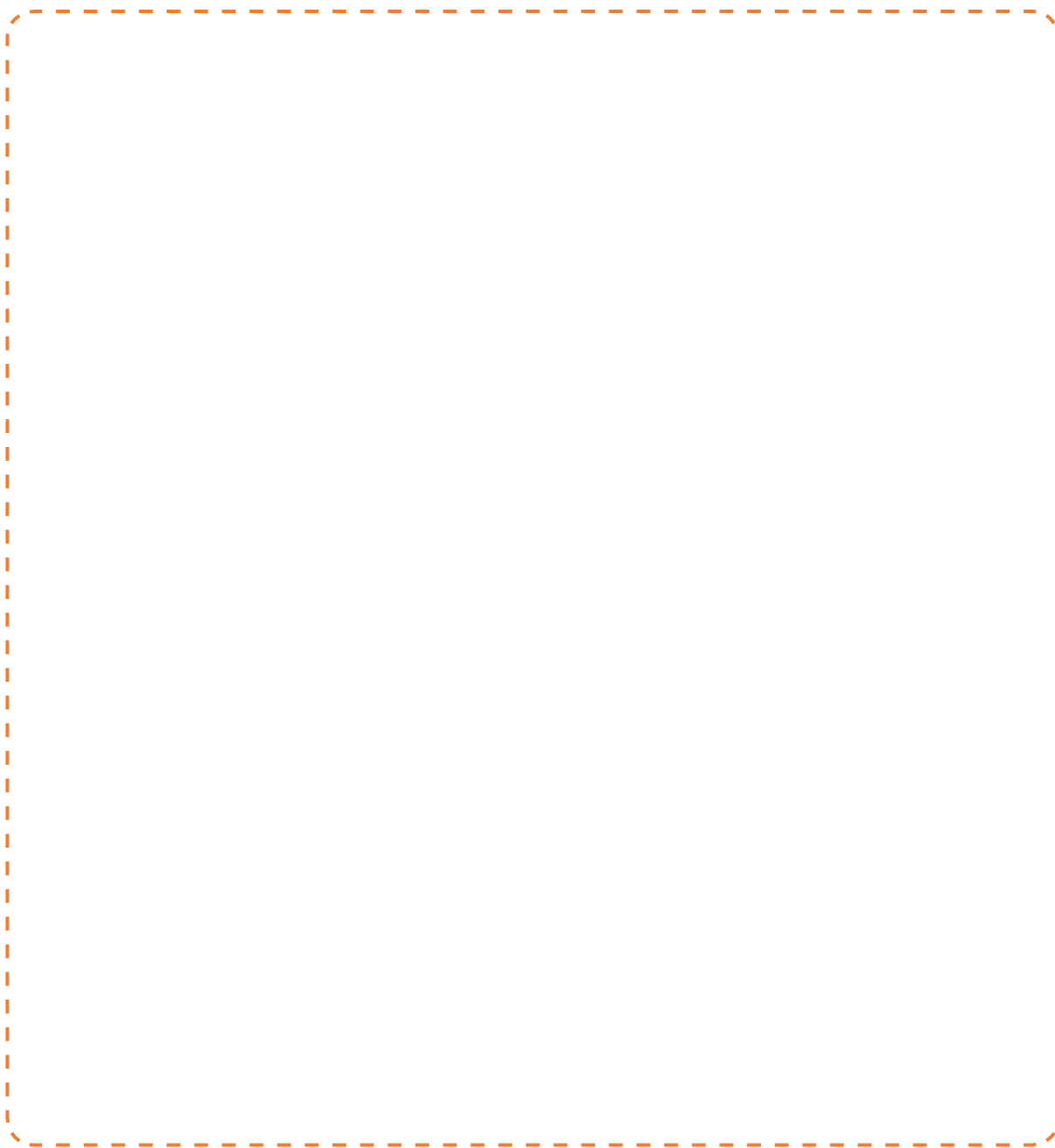
3. Razgovarajte s djecom tako da ih pitate sljedeća pitanja:
 - Što vam se svidjelo, a što vam se nije svidjelo u ovoj priči?
 - Tko je Zeldin i Sherlockov novi prijatelj?
 - Sherlock je donio jednu odluku. Je li odabrao dobro ili nije?
4. Potom povežite priču s osobnim iskustvima djece tako da ih pitate:
 - Kad imate neki problem, zastanete li da biste promislili o tome kako ga riješiti?
 - Možete li dati primjer neke dobre odluke koju ste donijeli?
5. Recite djeci da, kada imaju neki problem, trebaju vrednovati rješenja toga problema i razmisliti o njihovim ishodima (npr. hoće li rješenje nekoga povrijediti, hoće li se svidjeti svima kojih se tiče). Djeca moraju odlučiti i odabrati jedno rješenje. Što se dogodi kada se igraju loptom i ona ode na cestu? Prvo moraju prikupiti podatke o svojim radnjama i njihovim posljedicama i tako će lakše znati što bi se moglo dogoditi. A kada znaju što bi se moglo dogoditi, mogu izbjeći loše odluke ili osjećaj krivnje zbog svojih postupaka.
6. Potaknite djecu da naprave crtež vezan uz priču koristeći se radnim listićem *Idemo crtati!* To će ih potaknuti na razmišljanje o tome što bi napravili da su na Sherlockovu mjestu. Kada su gotova s crtanjem, razgovarajte o tome zašto misle da su odabrala dobro rješenje te kakve bi posljedice mogla imati druga, lošija rješenja.
7. Na kraju aktivnosti svako dijete može opisati svoj crtež i reći svoje rješenje. Nakon procjene svih rješenja, djeca biraju najbolje rješenje u skupini. Recite djeci da prije nego što učine nešto za što sumnjaju da nije u redu, razmisle o posljedicama - tko bi mogao stradati, kakva bi šteta mogla nastati i slično. Pravila postoje s razlogom i uvijek je pametno dobro odabrati. Dobra odluka im može pomoći u rješavanju problema.



Recite djeci da ponesu kući svoje crteže kako bi ih obojili i razgovarali o njima s roditeljima i podijelite im radne listiće za roditelje. Roditelji će im pomoći da ocijene Sherlockov izbor te da ocijene svoje dobre i loše odluke iz prošlosti. Sljedećega dana zamolite djecu da svima pokažu svoje crteže i kažu o čemu su razgovarala s roditeljima.

IDEMO CRTATI!

Prije nego što nešto poduzmeš, razmisli o tome što bi se moglo dogoditi. Dobra odluka ti može pomoći da riješiš problem! Prikaži crtežom priču koju si čuo/la:





OBEĆANJE

Pomozite svojem djetetu da oboji crtež prizora iz priče *Nova obitelj*. U toj priči Sherlock zaboravi da je obećao Zeldi da će joj pomoći i se umjesto toga odluči ići igrati se s njihovim novim prijateljem. Raspravite sa svojim djetetom Sherlockovu odluku te razgovarajte o dobrim i lošim odlukama koje je vaše dijete donijelo. Zapišite vaš zajednički zaključak.



Aktivnost 2. Sherlock i njegovo rješenje

Cilj učenja

Razlikovati jednostavna i teška rješenja.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

uočiti postoje li teškoće u primjeni nekog rješenja.

Razina

Srednja

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, radni listići *Dobro rješenje* i *Pomozimo Sherlocku*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Podsjetite djecu na priču iz prethodne aktivnosti ili je ponovno pročitajte koristeći se lutkama za ruku ili prste. Zamolite djecu da odigraju igru uloga utemeljenu na priči koristeći se lutkama.
3. Razgovarajte s djecom tako da ih pitate sljedeća pitanja:
 - Što vam se sviđjelo, a što vam se nije sviđjelo u ovoj priči? Tko je Zeldin i Sherlockov novi prijatelj?
 - Je li Sherlock zastao da razmisli o Harryjevu prijedlogu?
 - Što mislite o Sherlockovoj odluci? Je li mu bilo teško donijeti takvu odluku?
4. Potom povežite priču s osobnim iskustvima djece tako da ih pitate:
 - Kada vas muči neki problem, uzmete li si vremena da promislite o rješenjima?
 - Razmišljate li o tome hoće li biti teško primijeniti rješenje koje odaberete?
5. Podsjetite djecu da kad imaju neki problem, onda trebaju potražiti više rješenja i razmisliti o njihovim ishodima prije nego što odaberu rješenje koje će primijeniti. Odabir pravoga rješenja također zahtijeva razmišljanje o tome koliko je teško provesti u djelo to rješenje. Važno je uzeti dovoljno vremena za razmišljanje i za razgovor o tome što bi se moglo dogoditi i koliko će biti teško primijeniti određeno rješenje - sve to pomaže da se problem riješi. Također je važno primijetiti da čak i kad je rješenje teško ostvarivo, djeca se trebaju potruditi oko njega.
6. Djecu potaknite da razmisle o drugim rješenjima koje je Sherlock mogao pronaći. Izaberite dvoje djece koja će uzeti lutke i odglumiti priču koju su upravo čuli. Recite im da sada Sherlock treba razmišljati i odlučiti drugačije, onako kako djeca smatraju da bi bilo bolje. Potom neka skupina raspravi sva predložena rješenja. Pitajte ih je li lakše ili teže primijeniti nova rješenja. Što čini svako od rješenja lakšim ili težim?



Podijelite djeci radne listiće za roditelje i predložite im da s roditeljima razgovaraju o priči i o rješenjima koja ona imaju za Sherlockov problem te da zajedno vrednuju rješenja problema (koliko će teško biti primijeniti određeno rješenje) i razmotre proces donošenja odluke. Idućega dana zamolite djecu da sa svima podijele o čemu su razgovarali sa svojim roditeljima.

DOBRO RJEŠENJE

Odabir rješenja zahtijeva razmišljanje o tome koliko će biti lako ili teško primijeniti to rješenje. Nacrtaj rješenje koje je tvoja skupina odabrala kao najbolje.





POMOZIMO SHERLOCKU

Zamolite svoje dijete da vam ispriča priču *Nova obitelj*. U toj priči Sherlock zaboravi da je bio obećao Zeldi pomoći joj i umjesto toga odluči se ići igrati s njihovim novim prijateljem. Sada porazgovarajte sa svojim djetetom o drugim mogućim rješenjima Sherlockova problema. Zajedno razmotrite koliko bi bilo teško ili jednostavno primijeniti to rješenje. Osmislite neku ohrabrujuću poruku za Sherlocka i zapišite ju.



Aktivnost 3. Sherlock donosi odluku

Cilj učenja

Razmisliti sviđaju li im se posljedice djelovanja prije samoga donošenja odluke.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

razlučiti sviđaju li mi se posljedice mogega djelovanja prije nego što odlučim što ću poduzeti.

Razina

Napredna

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, prazni listovi papira, radni listići *Vrijeme za igru* i *Problemi, problemi*, škare, pastele, bojice ili flomasteri, ljepilo



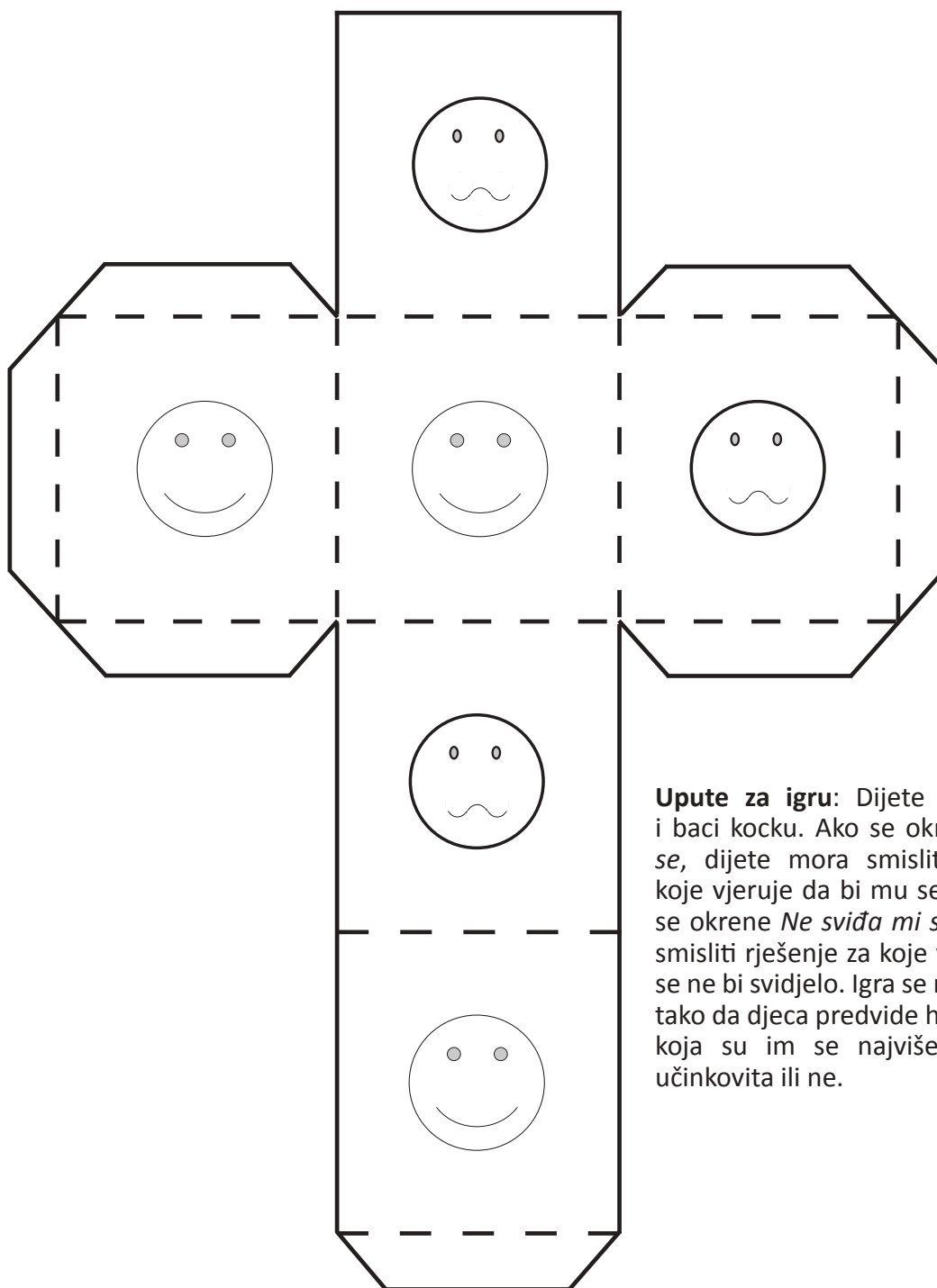
1. Prije same aktivnosti, prema uputama iz radnoga listića izrežite kocku i kartice s problematičnim situacijama.
2. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
3. Podsjetite djecu na priču *Nova obitelj* ili je ponovno ispričajte koristeći se lutkama za ruku ili prste. Potaknite djecu da odigraju lutkarsku igru uloga utemeljenu na priči.
4. Razgovarajte s djecom tako da ih pitate sljedeća pitanja:
 - Što vam se sviđjelo, a što vam se nije sviđjelo u ovoj priči? Tko je Zeldin i Sherlockov novi prijatelj?
 - Sherlock je donio odluku. Je li mu se sviđjela posljedica njegove odluke?
5. Potom povežite priču s osobnim iskustvima djece tako da ih pitate sljedeće:
 - Što vi radite kada vas muči neki problem?
 - Što obično prvo učinite?
 - Učinite li nešto prije odabira rješenja? Možete li dati primjer neke odluke koju ste donijeli? Je li vam se sviđjela posljedica te odluke? Je li ta odluka riješila problem?
6. Recite djeci da je važno odrediti problem i stvoriti kreativna rješenja za probleme. Kada odabiru rješenje, važno je procijeniti ishode rješenja prije donošenja odluke.
7. Zamolite jedno dijete da izvuče karticu iz svežnja pitanja *Problematične situacije* i baci kocku. Ako se okrene strana *Sviđa mi se*, dijete treba smisliti rješenje čiji bi mu se ishodi sviđjeli. Ako se okrene *Ne sviđa mi se*, treba smisliti rješenje čiji mu se ishodi ne bi sviđjeli. Svako dijete treba barem jednom baciti kocku i na taj način vježbati odabir rješenja te procjenu rješenja i njihovih ishoda. Igra se može nastaviti tako da zamolite djecu da predvide hoće li rješenja koja su im se najviše sviđjela biti učinkovita ili ne.



Predložite djeci da odnesu kući radni listić *Vrijeme za igru* kako bi mogla izraditi svoju vlastitu kocku. Mogu odigrati ovu igru sa svojim roditeljima razmišljajući o drugim mogućim problemima. Sljedećega dana pitajte ih što su radili sa svojom obitelji.

VRIJEME ZA IGRU

Pri odabiru rješenja važno je procijeniti ishode rješenja i uvidjeti hoće li to zaista riješiti problem ili ne te hoće li se tebi svidjeti ishodi rješenja.



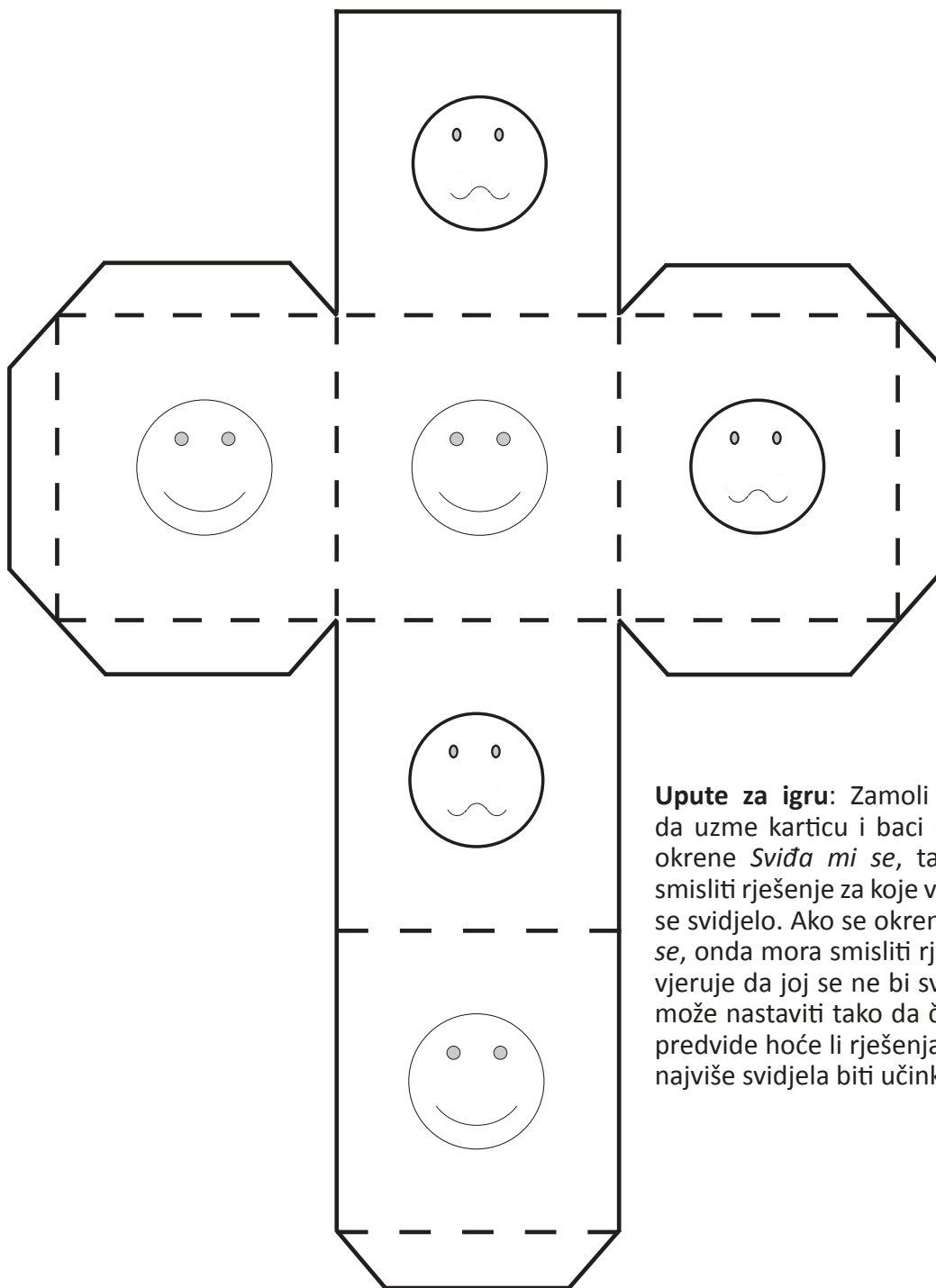
Upute za igru: Dijete uzme karticu i baci kocku. Ako se okrene *Sviđa mi se*, dijete mora smisliti rješenje za koje vjeruje da bi mu se svidjelo. Ako se okrene *Ne sviđa mi se*, onda mora smisliti rješenje za koje vjeruje da mu se ne bi svidjelo. Igra se može nastaviti tako da djeca predvide hoće li rješenja koja su im se najviše svidjela biti učinkovita ili ne.





PROBLEMI, PROBLEMI

Zajedno sa svojim djetetom, izradite kocku koristeći se ovim radnim listićem. Odigrajte igru i razmislite o drugim mogućim problemima u vašim životima. Kroz ovu igru dijete će vježbati izbor rješenja te vrednovanje rješenja i njihovih ishoda.



Upute za igru: Zamoli člana obitelji da uzme karticu i baci kocku. Ako se okrene *Sviđa mi se*, ta osoba mora smisliti rješenje za koje vjeruje da bi joj se sviđjelo. Ako se okrene *Ne sviđa mi se*, onda mora smisliti rješenje za koje vjeruje da joj se ne bi sviđjelo. Igra se može nastaviti tako da članovi obitelji predvide hoće li rješenja koja su im se najviše sviđjela biti učinkovita ili ne.





PROBLEMATIČNE SITUACIJE

JEDAN DJEČAK IZ SKUPINE REKAO JE DRUGOME DA JE DEBEO I RUŽAN	NISI DOBIO/LA POZIVNICU ZA ROĐENDAN SVOJEGA NAJBOLJEG PRIJATELJA
PRESELIO/LA SI SE U NOVI VRTIĆ I NE ZNAŠ KAKO STEĆI NOVE PRIJATELJE	NEKA DJECA IZ VRTIĆA RUGAJU SE TVOJEMU PRIJATELJU JER JE SIROMAŠAN
ŽELIŠ PITATI PRIJATELJA KOJI JE DOŠAO IZ STRANE ZEMLJE DA SE IGRA S TOBOM, NO ON LOŠE GOVORI TVOJ JEZIK	TVOJ NAJBOLJI PRIJATELJ SE NE ŽELI IGRATI S TVOJIM DRUGIM PRIJATELJEM SAMO ZATO ŠTO JE ON/A DRUGE BOJE KOŽE
NE VOLIŠ JESTI ONO ŠTO JE DANAS ZA RUČAK	ŽELIŠ NOVU IGRAČKU, NO MAMA TI JE NE ŽELI KUPITI
POZVAO/LA SI NA IGRANJE PRIJATELJA KOJI JE GLUH I NE ZNAŠ KAKO RAZGOVARATI S NJIM	BOJIŠ SE SPAVATI SAM/A U SVOJOJ SOBI
ŽELIŠ GLEDATI SLIKOVNICU S PRIJATELJEM KOJI JE SLIJEP, NO NE ZNAŠ KAO BI TO UČINIO/LA	TVOJ NAJBOLJI PRIJATELJ GOVORI RUŽNE STVARI O DRUGOM PRIJATELJU SAMO ZATO ŠTO JE ON U INVALIDSKIM KOLICIMA



Cjelina 3. Primjena rješenja i vrednovanje

Na kraju ovoga seta aktivnosti djeca će moći:

- primijeniti rješenje problema
- vrednovati ishode primijenjenoga rješenja i, ako je potrebno, pokušati ponovno
- utvrditi i primijeniti tri koraka u postupku rješavanja problema.

Aktivnost 1. Sherlock i Zelda rješavaju problem

Cilj učenja

Primijeniti rješenje problema.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

primijeniti rješenje problema.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, lopta, radni listić *Mogu riješiti problem*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pročitajte djeci sljedeću priču koristeći se lutkama za ruku ili prste:

To je moje gnijezdo!

Dan je bio sunčan i vedar. Kao i svakoga poslijepodneva, ježica Zelda i vjeverac Sherlock igrali su se u šumi. Zelda je tražila kukce dok je Sherlock kopao rupe u potrazi za zakopanim lješnjacima. Mama Ptica i njezina obitelj letjeli su naokolo i stvarali puno buke. Odlučili su se odseliti u topliji dio šume. Mama Ptica došla se oprostiti i rekla je Zeldi i Sherlocku: „Vidite li ono gnijezdo gore na stablu? Ako želite, uzmite ga. Moje drage cure više ga ne trebaju jer su sada već odrasle. Osim toga, odlučili smo odseliti iz ove šume. Mi volimo a i treba nam toplo vrijeme, pa selimo u topliju šumu u Africi. Želimo vam puno sreće!“ Zelda i Sherlock rekoše: „I mi vama želimo puno sreće. Nedostajat ćete nam.“ „Znam, ali sjetite se da smo mi došli samo zato jer smo tu dobili posao. Sad se moramo vratiti u svoju voljenu zemlju. Za praznike nas možete doći posjetiti“, odgovorila je mama Ptica. „Da, to bi bilo super!“ Zelda i Sherlock uskliknuše u isti glas.

Zelda i Sherlock oprostili su se s obitelji ptica, pa su se dali u trk do gnijezda jer su mislili da

u gnijezdu nema dovoljno mjesta za oboje. Gurajući se i natežući, počeli su se svađati. „Gnijezdo je moje. Ja sam ga prvi vidio, Zeldo!“ reče Sherlock. „Ne, ne! Nisi u pravu Sherlock! Oboje smo stigli u isto vrijeme!“ reče Zeld. Nakon duge rasprave, oboje su bili jako ljuti jer nijedno od njih nije htjelo dijeliti gnijezdo – tako je nastao problem.

„Dobro, Sherlock, stani. Ne moramo se svađati. Imamo problem, i što sad možemo poduzeti u vezi s njime?“ pitala je Zeld. Sherlock, koji se sada malo smirio, reče: „Ti možeš nastaviti tražiti kukce dok ću se ja ovdje igrati u svom gnijezdu.“ „Ili ti možeš ići tražiti lješnjake,“ rekla je Zeld. Činilo se da će biti teško pronaći zadovoljavajuće rješenje njihova problema. Sherlock je malo razmislio pa predložio: „Pa, možemo se dogovoriti da se igramo u gnijezdu u različite dane. Na primjer, danas je gnijezdo moje, a sutra će biti tvoje i tako dalje.“ Zeldi se to svidjelo, ali je onda počela razmišljati o nedostacima toga rješenja: „Ali onda se ne možemo zajedno igrati i zabavljati u gnijezdu!“ Sherlock je odgovorio: „Možemo se zajedno igrati izvan gnijezda...“ Zeld je predložila: „Možda možemo smisliti način kako dijeliti gnijezdo i igrati se u njemu u isto vrijeme.“ „To mi se čini kao odlična ideja, Zeldo. Gnijezdo nije jako veliko, ali ako se stisnemo možda oboje stanemo u njega. Idemo isprobati je li to moguće!“ zaključio je vjeverac.

Ispostavilo se da oboje stanu u gnijezdo. Zeld i Sherlock igrali su se cijelo poslijepodne i odlično se zabavljali. Dok su išli kući, jako sretni zbog zajednički provedenoga vremena, shvatili su da su pronašli odlično rješenje svojega problema. „Znaš što Sherlock, zapravo nije toliko teško naći rješenje naših problema. Samo moramo razmisliti, istražiti koje mogućnosti postoje, odabrati onu koja nam izgleda najbolje i isprobati je. I čak ako ne upali, uvijek možemo pokušati ponovo i isprobati neki drugi način“, rekla je Zeld. Sherlock se nasmijao i složio s njom. „Ti uvijek nešto lijepo kažeš! Zato si ti moja najbolja prijateljica!“

3. Razgovarajte s djecom tako da ih pitate sljedeća pitanja:
 - Što vam se svidjelo, a što vam se nije svidjelo u ovoj priči? Sherlock i Zeld imali su problem. Kako su ga riješili?
 - Kako se vama čini njihovo rješenje?
 - Jesu li bili zadovoljni odabranim rješenjem? Kako im se činilo odabrano rješenje?
1. Potom povežite priču s osobnim iskustvima djece tako da ih pitate sljedeće:
 - Jeste li vi ikada imali sličan problem?
 - Što ste tada učinili?
 - Jeste li našli dobro rješenje? Koje?
 - Kakvo vam se ono činilo?
4. Recite djeci da kad imaju neki problem, nakon što ga uoče, moraju procijeniti moguća rješenja, a potom odabrati jedno rješenje i isprobati ga (primjena rješenja). Važno je da se djeca okušaju u rješavanju problema jer će im to iskustvo pomoći u rješavanju budućih problema.
5. Zamolite djecu da sjednu u krug i bacite loptu jednom djetetu. Dijete koje ima loptu u rukama mora reći jednu od tri riječi, pazeći na redoslijed riječi (bip, boing, pim). Prvo dijete mora reći bip, drugo boing, treće pim, i tako u krug dok netko ne pogriješi. U tom slučaju moraju početi ispočetka. Nakon toga neka djeca pokušaju istu stvar, no umjesto riječi bip, boing, pim, neka navedu jedan od tri koraka u rješavanju problema koja su bila naučila ranije: *Stani i razmisli*, *Nađi rješenje*, *Primijeni ga* (dodajte geste za svaki od ovih koraka). Svako dijete mora barem jednom proslijediti loptu.



Podijelite djeci radne listiće za roditelje i predložite im da razgovaraju s roditeljima o priči koju su čula u vrtiću i zajedno smisle druga rješenja za Zeldin i Sherlockov problem. Djeca mogu pokazati svojim roditeljima tri geste koje idu uz korake u rješavanju problema. Idućega dana pitajte djecu o čemu su razgovarala s roditeljima.



MOGU RIJEŠITI PROBLEM

Razgovarajte sa svojim djetetom o priči *To je moje gnijezdo!* i pomozite mu/joj da smisli druga rješenja za Zeldin i Sherlockov problem. U ovoj priči oni su pronašli malo gnijezdo i prvo su proveli dosta vremena svađajući se kome će pripasti dok nisu shvatili da u gnijezdu ima mjesta za oboje. Vježbajte s djetetom korake u rješavanju problema.

 <p>STANI I RAZMISLI</p>
 <p>PRONAĐI RJEŠENJE</p>
 <p>PRIMIJENI GA</p>



Aktivnost 2. Sherlock i Zelda uče dijeliti

Cilj učenja

Vrednovati ishode primijenjenoga rješenja i, ako je potrebno, pokušati ponovno.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

ocijeniti je li primijenjeno rješenje učinkovito i, ako nije, pokušati ponovno.

Razina

Srednja

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, prazni listovi papira, pastele, bojice ili flomasteri, radni listići *Idemo rezati i lijepiti* i *Tražimo rješenje*, stari časopisi sa slikama



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Podsjetite djecu na priču iz prethodne aktivnosti ili je ispričajte koristeći se lutkama za ruku i prste. Potaknite djecu da odigraju lutkarsku igru uloga utemeljenu na priči.
3. Razgovarajte s djecom tako da ih pitate sljedeća pitanja:
 - Što vam se sviđjelo, a što vam se nije sviđjelo u ovoj priči? Sherlock i Zelda imali su problem. Kako su ga riješili?
 - Jesu li bili zadovoljni rješenjem? Koje su bile posljedice rješenja koje su oni odlučili primijeniti?
4. Potom povežite priču s osobnim iskustvima djece tako da ih pitate sljedeće:
 - Jeste li vi ikada imali sličan problem?
 - Što ste tada učinili?
 - Jeste li našli dobro rješenje? Ispričajte nam o tomu rješenju.
 - Što mislite o posljedicama toga rješenja?
5. Podsjetite djecu da kad imaju neki problem, nakon što ga uoče, moraju procijeniti moguća rješenja, a potom odabrati i primijeniti ono rješenje koje smatraju najboljim. Nakon primjene rješenja, važno je ocijeniti ishode rješenja kako bi znala da je problem riješen. Ako nije, trebaju početi ispočetka i pokušati naći drugi način kako riješiti problem.
6. Zamolite djecu da izrade kolaže o Zeldinu i Sherlockovu problemu. Trebaju izrezati i zalijepiti slike iz starih časopisa (stabla, grmlje, oblaci, ptice, gnijezda, cvijeće, itd.) ili iskoristiti sličice iz radnoga listića *Idemo rezati i lijepiti*. Na kraju, neka cijela skupina prodiskutira o Sherlockovoj i Zeldinoj odluci i o njezinim posljedicama.



Predložite djeci da ponesu kući svoj kolaž kako bi ispričali priču roditeljima. Zajedno s njima mogu razmisliti o nekom problemu koji su imali i ocijeniti svoj tadašnji izbor rješenja. Sljedećega dana, pitajte djecu o čemu su razgovarala sa svojim roditeljima.

IDEMO REZATI I LIJEPITI

Kada primijenite neko rješenje, važno je ocijeniti ishode toga rješenja kako biste znali je li problem sada riješen. Ako je potrebno, trebate pokušati ponovno. Izradite kolaž o Zeldinu i Sherlockovu problemu - pobočajte sličice, izrežite ih i složite ih tako da pričaju priču.





TRAŽIMO RJEŠENJE

Vaše je dijete donijelo svoj kolaž o priči *To je moje gnijezdo!* Zajedno razmislite o nekom problemu koji ste imali i rješenjima koje ste pronašli. Pokušajte pomoću slika iz starih časopisa zajedno s djetetom napraviti slikovnicu s rješenjem tog problema.



Aktivnost 3. Sherlock i Zelda se zabavljaju

Cilj učenja

Utvrđiti i primijeniti tri koraka u postupku rješavanja problema.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

utvrđiti i primijeniti tri koraka u postupku rješavanja problema (stani, razmisli i primijeni).

Razina

Napredna

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, radni listić *Nacrtaj rješenje*, tri komada papira s ispisanim koracima u rješavanju problema, pastele, bojice ili flomasteri, zajednički izrađena knjižica *Znam riješiti problem*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Podsjetite djecu na priču *To je moje gnijezdo!* ili je ponovno ispričajte koristeći se pri tome lutkama za ruku ili prste. Potaknite djecu da odigraju lutkarsku igru uloga utemeljenu na priči.
3. Razgovarajte s djecom tako da ih pitate sljedeća pitanja:
 - Što vam se svidjelo, a što vam se nije svidjelo u ovoj priči? Kakav su problem imali Sherlock i Zelda?
 - Koja su različita rješenja smislili?
 - Smatrate li da su donijeli ispravnu odluku? Zašto?
4. Potom povežite priču s vlastitim iskustvima djece tako da ih pitate sljedeće:
 - Jeste li vi imali sličan problem?
 - Što ste tada učinili?
 - Jeste li smislili različita rješenja?
 - Jeste li našli dobro rješenje? Ispričajte nam o tomu rješenju.
 - Što ste sve učinili dok niste pronašli najbolje rješenje?
5. Možete podsjetiti djecu da kad imaju neki problem, nakon što ga uoče, moraju procijeniti moguća rješenja, a potom odabrati i primijeniti jedno rješenje te vrednovati ishode toga rješenja. Pokažite im slike triju koraka u rješavanju problema i podsjetite ih na tri riječi koje uz to idu (*Stani i razmisli, Nađi rješenje, Primijeni ga*). Također ih podsjetite da su smislili različite geste koje predstavljaju ta tri koraka (koraci u rješavanju problema nalaze se u prethodnoj aktivnosti).
6. Podijelite djecu u parove i zamolite ih da smisle jedan problem (može biti neki koji su imali ili ga izmisle). Parovi trebaju odglumiti problem pred skupinom imajući na umu što su naučili o rješavanju problema (tri koraka). Neka skupina prokomentira ono što je vidjela (na primjer, je

li im se svidjelo, je li rješenje bilo prihvatljivo), a vi naglasite da je važno učiniti sve korake u rješavanju problema. Pazite da djeca ne preskoče neki korak.

7. Recite djeci da će sada izraditi plakat s nazivima koraka u rješavanju problema. Neka imenuju tri koraka, a vi ih napišite na ploču. Podijelite djecu u tri grupe. Svaka grupa dobit će papir s ispisanim jednim korakom (ako djeca ne znaju čitati, vi im ga pročitatite) ili s nacrtanom gestom za pojedini korak. Djeca mogu ukrasiti taj papir kako žele. Na kraju, trebaju posložiti korake pravilnim redosljedom i objesiti ih negdje u prostoriji. Možete izraditi knjižicu s primjerima uspješno riješenih problema. Ta knjižica, *Mogu riješiti problem*, imat će onoliko stranica koliko ima djece u skupini.



Djeca će naizmjenice odnositi kući knjižicu *Znam riješiti problem*, kako bi zajedno sa svojom obitelji nacrtali neki problem koji je bio uspješno riješen (dobro rješenje).

NACRTAJ RJEŠENJE

KNJIŽICA ZNAM RIJEŠITI PROBLEM

Nacrtaj neki uspješno riješen problem. Nemoj zaboraviti tri koraka u rješavanju problema!



Zajedno sa svojim djetetom pogledajte knjižicu *Znam riješiti problem* te zajedno nacrtajte neki uspješno riješen problem.



PODTEMA 2. Osnaživanje i autonomija

Osnaživanjem se smatra osobna percepcija vlastitih sposobnosti i uvjerenje da je moguće postići ciljeve, dok se autonomija odnosi na osjećaj vlastita identiteta i sposobnost samostalnoga djelovanja i djelomičnu kontrolu nad svojom okolinom (Benard, 2004). U središtu prvoga dijela ove podteme je razvoj životnoga smisla i osjećaja svrhovitosti. Djeca će dobiti priliku razmisliti o općem i situacijskom/trenutačnom značenju te promisliti o svojoj svrsi dok zamišljaju kako će izgledati budućnost. Traganje za životnom svrhom i značenjem glavno je pitanje u životu svakoga pojedinca, a njihovo otkriće ima zaštitni efekt jer je to važan pokazatelj otpornosti. Cilj je drugoga dijela poticati djelovanje i samoeфикаsnost i tako pomoći djeci da shvate kako mogu biti uspješna i pomagati drugima da budu uspješni te da mogu postići svoje ciljeve i svladati zapreke. Od svih mehanizama ljudskoga djelovanja ni jedan nije toliko centralan i rasprostranjen kao vjera u osobnu ефикаsnost. Ako pojedinci ne vjeruju da svojim djelima mogu postići željene rezultate, onda imaju malo motivacije djelovati ili ustrajati kad su suočeni s teškoćama (Bandura, 1997). U trećemu dijelu ističe se važnost poticanja djece na samozastupanje, s naglaskom na poznavanju sebe i drugih te kako i što zastupati. Samozastupanje ili sposobnost zauzimanja za ono što trebamo i želimo važna je sastavnica samoodređenja koje se povezuje s otpornošću jer djeluje kao moderator utjecaja nedaća na psihološku dobrobit djeteta ili kao medijator koji unaprjeđuje samopoštovanje, samosvijest i snažniju povezanost sa zajednicom (Grover, 2005; Benard, 1999). Sudjelujući u aktivnostima djeca će imati priliku istraživati ljudska prava i povećati svoju sposobnost pronicljivog i dubokog razmišljanja, puno više od onoga što se inače očekuje od djece njihove dobi (Ujedinjeni narodi, 2004).

CJELINA 1. RAZVOJ ŽIVOTNOGA SMISLA I OSJEĆAJA SVRHovitosti

- | | |
|----------------|---|
| Ciljevi | <ul style="list-style-type: none"> • odrediti i opisati što im je važno |
| učenja | <ul style="list-style-type: none"> • razumjeti zašto se neke stvari događaju • zamisliti i opisati što će se dogoditi kad odrastu |

CJELINA 2. PODRŽAVANJE DJELOVANJA I SAMOEFIKASNOSTI

- | | |
|----------------|--|
| Ciljevi | <ul style="list-style-type: none"> • uvidjeti da mogu ostvariti namjere |
| učenja | <ul style="list-style-type: none"> • shvatiti da im drugi mogu pomoći u ostvarivanju namjera • vjerovati da su sposobni djelovati samostalno |

CJELINA 3. POTICANJE SAMOZASTUPANJA

- | | |
|----------------|--|
| Ciljevi | <ul style="list-style-type: none"> • uočiti sličnosti i razlike između sebe i drugih |
| učenja | <ul style="list-style-type: none"> • zauzeti se za svoja prava • opisati svoja prava i odgovornosti. |
-

Savjeti za odgojitelj(ice)

1. Imajte povjerenja u djecu i pokažite im da vjerujete u njih i njihov uspjeh. Proslavite njihove uspjehe i ističite njihov trud.
2. Izložite djecu različitim vrstama aktivnosti kako bi se povećalo njihovo znanje o posebnim interesima i talentima koje posjeduju.
3. Budite pozitivni i optimistični glede budućnosti djece i potičite ih da izražavaju svoje ideje o budućnosti.
4. Iskoristite svakodnevna iskustva da biste razgovarali o dječjim pravima i odgovornostima.

Cjelina 1. Razvoj životnoga smisla i osjećaja svrhovitosti

Na kraju ovoga seta aktivnosti djeca će moći:

- odrediti i opisati ono što im je važno
- razumjeti zašto se neke stvari događaju
- zamisliti i opisati što će se dogoditi kad odrastu.

Aktivnost 1. Zelda razmišlja što je uistinu važno

Cilj učenja

Odrediti i opisati ono što je djeci važno.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnost, moći ću:

opisati ono što mi je važno.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, pastele, bojice ili flomasteri, radni listići *Nacrtaj ono što ti je važno* i *Važno, važno*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pročitajte djeci sljedeću priču koristeći se lutkama za ruku ili prste:

Kolač od maline

Ježica Zelda i vjeverac Sherlock vratili su se iz vrtića vrlo uzbuđeni. Bližio se dan godišnjega izleta njihova vrtića i oni nisu mogli biti sretniji. Ove godine u vrtiću su odlučili odvesti svu djecu na plažu. Zelda je obožavala plažu i sve što se na plaži može raditi, sve ono što se ne može raditi u šumi kao na primjer močenje nogu u slanoj vodi, sunčanje, lizanje sladoleda i valjanje po toplom pijesku... „Jedva čekam da odemo onamo, Sherlock! Tako sam sretna!“ rekla je Zelda smijući se.

Zeldina bi mama uvijek pripremila ukusnu hranu za vrtićki izlet. Ni ove godine neće biti drugačije. Dan prije izleta, Zeldina je mama pripremila ukusnu pitu od gljiva, salatu od lješnjaka i pomfrit. Nedostajao je samo Zeldin omiljeni desert - kolač od malina.

Na dan izleta, Zelda se probudila jako rano da ne bi zakasnila. Njezina mama stavljala je kolač

od malina u pećnicu i opekla je ruku na pećnici. „Nije ništa strašno“, rekla je mama pokušavajući smiriti Zeldu koja se jako zabrinula. No onda je dodala: „Kakav peh da mi se to dogodi baš danas! S ovakvom opečenom rukom neću moći ispeći svoju pitu od lubenice za šumsko natjecanje u pečenju pita!“

Zelda je osjetila puno toga u isto vrijeme. Htjela je ići na izlet, ali također je znala da će njezina mama biti tužna jer ne može pripremiti svoju pitu od lubenice za natjecanje. Zadnje tri godine uzastopce je osvajala nagradu na tom natjecanju. Zelda je pomislila da može ostati kod kuće i pomoći mami jer je jedna od njezinih najdražih stvari bila pripremanje pita s mamom. Ali toliko je silno željela na izlet sa svojim prijateljima iz vrtića. Tada joj je sinula ideja kako riješiti tu situaciju. „Mama?“ upitala je Zelda. „Da Zeldo?“ „Imam ideju! Pomoći ću ti prije nego što odem u vrtić, a onda ću pozvati našu susjedu da ti pomogne s tvojom pitom. Uz našu pomoć, moći ćeš sudjelovati u natjecanju, a ja ću moći na izlet, a da ne budem zabrinuta za tebe. Jako mi je važno da odem na vrtićki izlet, ali sada ti želim pomoći. Bit ću jako sretna ako uspijem u tome.“ „Oh Zeldo, daj da te zagrlim!“ rekla je njezina mama.

Mala je ježica zamolila susjedu za pomoć, na što je ona rado pristala. Provela je to jutro pomažući Zeldinoj mami da ispeče pitu od lubenice. Zelda je bila jako sretna zbog svoje odluke. Zapravo, Zelda je uvijek sretna kada pomaže svojoj mami, ali i svima drugima. Pomaganje je nešto što ona voli raditi.

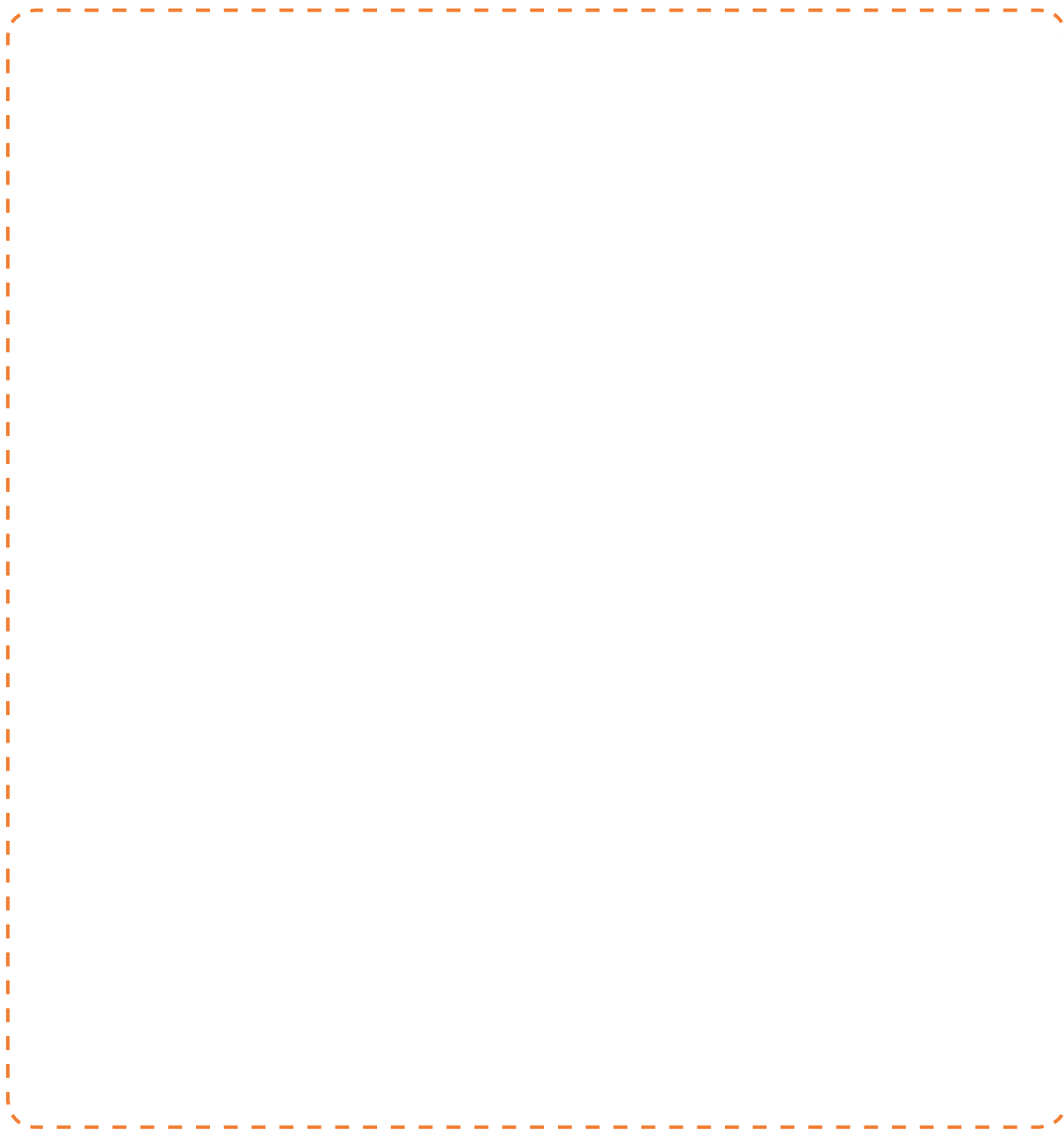
3. Razgovarajte s djecom tako da ih pitate sljedeća pitanja:
 - Kako vam se svidjela priča?
 - Što se dogodilo Zeldinoj mami?
 - Što je Zelda učinila?
 - Kako se Zelda osjećala?
4. Potom povežite priču s osobnim iskustvima djece tako da ih pitate sljedeće:
 - Možete li dati primjer onoga što volite raditi i što vas veseli?
 - Jeste li ikada maštali o nečemu, a onda ste to pokušali i ostvariti?
 - Možete li dati primjer onoga što vam je važno?
5. Zamolite djecu da nacrtaju nešto o čemu su maštali, a onda su to pokušali i ostvariti. Mogu primjerice odabrati jednu aktivnost koju vole (npr. pjevanje, igranje...) i koja im je važna. Na kraju, potaknite djecu da vam kažu nešto o svom crtežu i objasne što su nacrtali te zašto im je to važno.
6. Istaknite ideju da kada djeca stvarno žele nešto što se još nije dogodilo, veća je vjerojatnost da će im se želja ostvariti ako mogu zamisliti to što žele. U tom će slučaju djeca hrabrije nastojati ostvariti svoje želje.



Predložite djeci da odnesu kući radni listić *Nacrtaj ono što ti je važno* i pokažu svoj crtež roditeljima. Podijelite im radne listiće za roditelje. Idućega dana pitajte ih o čemu su razgovarala sa svojim roditeljima i pitajte ih što su nacrtala.

NACRTAJ ONO ŠTO TI JE VAŽNO

Nacrtaj nešto što ti je važno, npr. nešto što voliš raditi ili nešto zbog čega se dobro osjećaš.



**VAŽNO, VAŽNO**

Vaše je dijete donijelo crtež nečega što mu/joj je važno. Razgovarajte sa svojim djetetom o tome, pitajući, npr. zašto je nacrtalo upravo to i zašto mu/joj je to važno. Također vam predlažemo da razgovarate s djetetom što je važno vama osobno ili vašoj obitelji. Potaknite dijete da nacрта nekoliko simbola koji predstavljaju vaše obiteljske vrijednosti.



Aktivnost 2. Zelda se pita zašto se ovo događa

Cilj učenja

Razumjeti zašto se neke stvari događaju.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

opisati zašto se neke stvari događaju.

Razina

Srednja

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, pastele, bojice ili flomasteri, radni listić *Nacrtaj ono što znaš sam/a napraviti*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Podsjetite djecu na priču iz prethodne aktivnosti ili je ispričajte koristeći se pri tome lutkama za ruku ili prste. Potaknite djecu da odigraju lutkarsku igru uloga utemeljenu na priči.
3. Razgovarajte s djecom tako da ih pitate sljedeća pitanja:
 - Kako vam se sviđela priča?
 - Što se dogodilo Zeldinoj mami?
 - Kako je Zeldina mama ozlijedila ruku?
 - Kako je Zelda odlučila pomoći mami?
 - Što mislite o Zeldinoj odluci?
4. Potom povežite priču s osobnim iskustvima djece tako da ih pitate sljedeće:
 - Je li se vama dogodilo nešto slično?
 - Zašto se to dogodilo?
5. Razgovarajte s djecom o onome što im se događa. Naglasite da je važno da vjeruju da mogu samostalno djelovati te da ponekad ljudi mogu utjecati na ono što im se događa i mogu promijeniti tijek nekih događaja.
6. Zamolite djecu da nacrtaju ono što znaju obaviti sami, primjerice: *Mogu oprati zube, Znam sam/a jesti, Znam upotrebljavati rupčiće, Znam svoju kućnu adresu i telefonski broj, Znam se brinuti o svojim stvarima u vrtiću, Mogu pomoći svojoj obitelji u nekim poslovima* (postaviti stol, pomoći ispeći kolač ili urediti vrt).
7. Potom zamolite djecu da navedu primjere kako oni mogu utjecati na ono što im se događa. Na primjer: *Ako odlučim igrati igru koja mi se sviđa i ako je odigram puno puta, postati ću bolji/a u njoj; Ako budem usredotočen/a i slušam odgojiteljicu, naučit ću više i bit ću bolji/a u izvršavanju zadataka.* Naglasite da kada vjerujemo u sebe i stalno pokušavamo, tada su nam šanse da naučimo kako biti samostalan jako velike.



Predložite djeci da odnesu kući radni listić *Nacrtaj ono što znaš sam/a napraviti* i razgovaraju sa svojim roditeljima o njemu. Zamolite ih da dovrše listić i nacrtaju ono što znaju samostalno napraviti u kući. Idućega dana pitajte djecu što su nacrtala.



NACRTAJ ONO ŠTO ZNAŠ SAM/A NAPRAVITI

Vaše je dijete već nacrtalo na ovaj radni listić što zna samostalno napraviti u vrtiću. Zajedno dovršite listić tako da nacrtate nešto što vaše dijete zna samostalno napraviti u kući.

U vrtiću znam napraviti sam/a:

Kod kuće znam napraviti sam/a:

Kada vjerujemo u sebe i kada više puta pokušavamo nešto učiniti, veće su nam mogućnosti naučiti kako to možemo samostalno obavljati!



Aktivnost 3. Zelda pronalazi svrhu

Cilj učenja

Zamisli i opisi što će se dogoditi kad odrastu.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći će:

zamisli i razgovarati o onome što će se dogoditi kad odrastem.

Razina

Napredna

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, pastele, bojice ili flomasteri, radni listići *Nacrtaj u krugove* i *Moja budućnost*

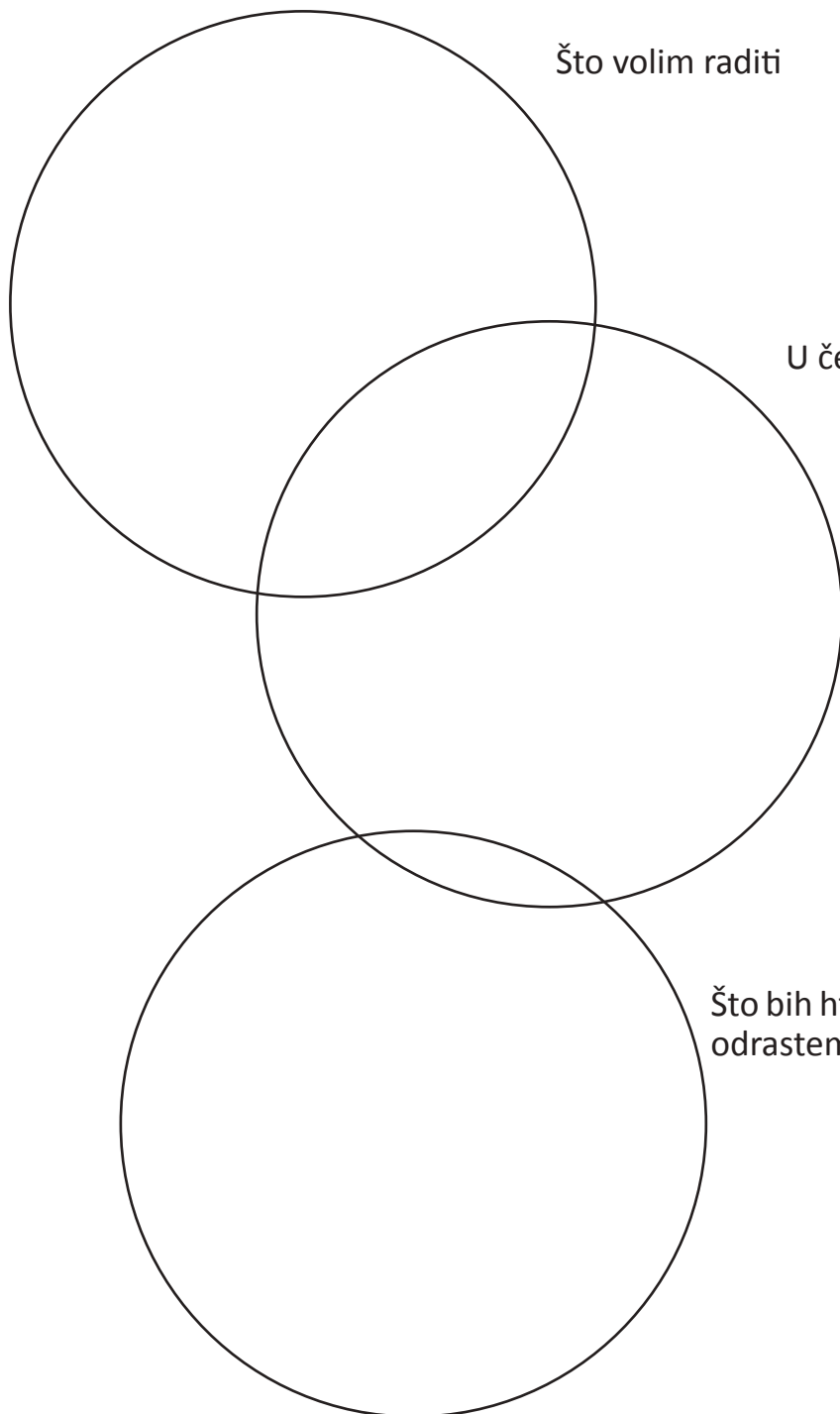


1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Podsjetite djecu na priču *Kolač od maline* ili je ponovno ispričajte koristeći se pri tome lutkama za ruku ili prste. Potaknite djecu da odigraju lutkarsku igru uloga utemeljenu na priči.
3. Razgovarajte s djecom tako da ih pitate sljedeća pitanja:
 - Kako vam se svidjela priča?
 - Što se dogodilo Zeldinoj mami?
 - Što je Zelda htjela raditi na dan izleta, a što u budućnosti?
4. Povežite priču s osobnim iskustvima djece pitajući ih:
 - Jeste li razmišljali o tome što biste voljeli raditi u budućnosti?
5. Prije nego što započnete aktivnost, recite djeci da se zamisle kao odrasle osobe. Što će se dogoditi? Čime će se baviti? Zamolite ih da nacrtaju ono što vole raditi i u kojima su dobra te stvari koje bi voljela raditi kada odrastu. Na kraju neka pokažu svoje crteže svima u skupini.



Predložite djeci da ponesu kući svoje crteže i o njima razgovaraju s roditeljima. Podijelite im radne listiće za roditelje. Roditelji im mogu reći kako su oni razmišljali kada su bili njihovih godina, a djeca to mogu nacrtati te ponijeti crtež u vrtić sljedećega dana.

NACRTAJ U KRUGOVE



Što volim raditi

U čemu sam dobar/dobra

Što bih htio/htjela raditi kad odrastem





MOJA BUDUĆNOST

Vaše je dijete donijelo svoje crteže o budućnosti. Recite mu/joj kako ste vi razmišljali kad se bili njegovih/njezinih godina i zajedno nacrtajte o čemu ste razgovarali.



Cjelina 2. Podržavanje djelovanja i samoeфикаsnosti

Na kraju ovoga seta aktivnosti djeca će moći:

- uvidjeti da mogu ostvariti svoje namjere
- znati da im drugi mogu pomoći u ostvarivanju namjera
- vjerovati da su sposobni samostalno djelovati.

Aktivnost 1. Sherlock vjeruje da on to može

Cilj učenja

Uvidjeti da mogu ostvariti svoje namjere.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

uvidjeti da mogu ostvariti svoje namjere.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, pastele, olovke ili bojice, radni listići *Nacrtaj* i *Ja pomažem*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pročitajte djeci sljedeću priču koristeći se lutkama za ruku ili prste:

Žuta ptica

Vjeverac Sherlock sakupljao je drva u šumi jer ga je mama zamolila da donese drva za ogrjev. Kad je završio s poslom, shvatio je da mu je torba preteška i koliko god se trudio, nije ju mogao podići. Vukao je i vukao, no nije ju mogao pomaknuti. Odlučio je ostaviti torbu u šumi, no onda je pomislio: „Sigurno mogu naći nekoga tko bi mi pomogao odnijeti drva kući.“

Tako je Sherlock počeo šetati i uskoro je ugledao jednoga jelena s velikim rogovima. „Bok! Hoćeš li mi, molim te, pomoći? Trebam odnijeti kući ovu torbu punu drva, no toliko je teška da je ne mogu nositi sam“, zamolio je vjeverac. Jelen je pogledao Sherlocka i rekao mu da mu ne može pomoći jer baš nekamo žuri. Sherlock se rastužio, ali je nastavio hodati dok nije ugledao lisicu. Izgledala mu je snažna i brza. Sherlock je pomislio da mu ona sigurno može pomoći. Dotrčao je do nje i upitao: „Bok! Možeš li mi, molim te, pomoći? Trebam odnijeti kući ovu torbu punu drva, no toliko je teška da je ne mogu nositi sam.“ Lisica je odgovorila: „Žao mi je,

ali upravo sam se vratila s puta i jako sam umorna. Pokušaj naći nekog drugoga da ti pomogne ovaj put.“ „Pokušat ću“, rekao je Sherlock i nastavio hodati. Nakon nekog vremena ugledao je malu žutu pticu i pomislio: „Možda mi ova ptičica može pomoći. No tako je malena i ne izgleda baš snažno...“ Ipak je pokušao: „Hej bok! Možeš li mi, molim te, pomoći? Trebam odnijeti kući ovu torbu punu drva, no toliko je teška da je ne mogu nositi sam.“ Ptičica je odgovorila: „Da, naravno! Rado ću ti pomoći!“

Vratili su se do mjesta gdje je Sherlock ostavio svoja drva i zajedno su ponijeli torbu. Ubrzo su stigli Sherlockovoj kući. Sherlocka je zadivila snaga male ptice. Zahvalio joj je i pozdravio se s njom.

Tada je Sherlock naučio da je važno biti uporan i vjerovati da je moguće naći rješenje, čak i kada se problem čini velikim.

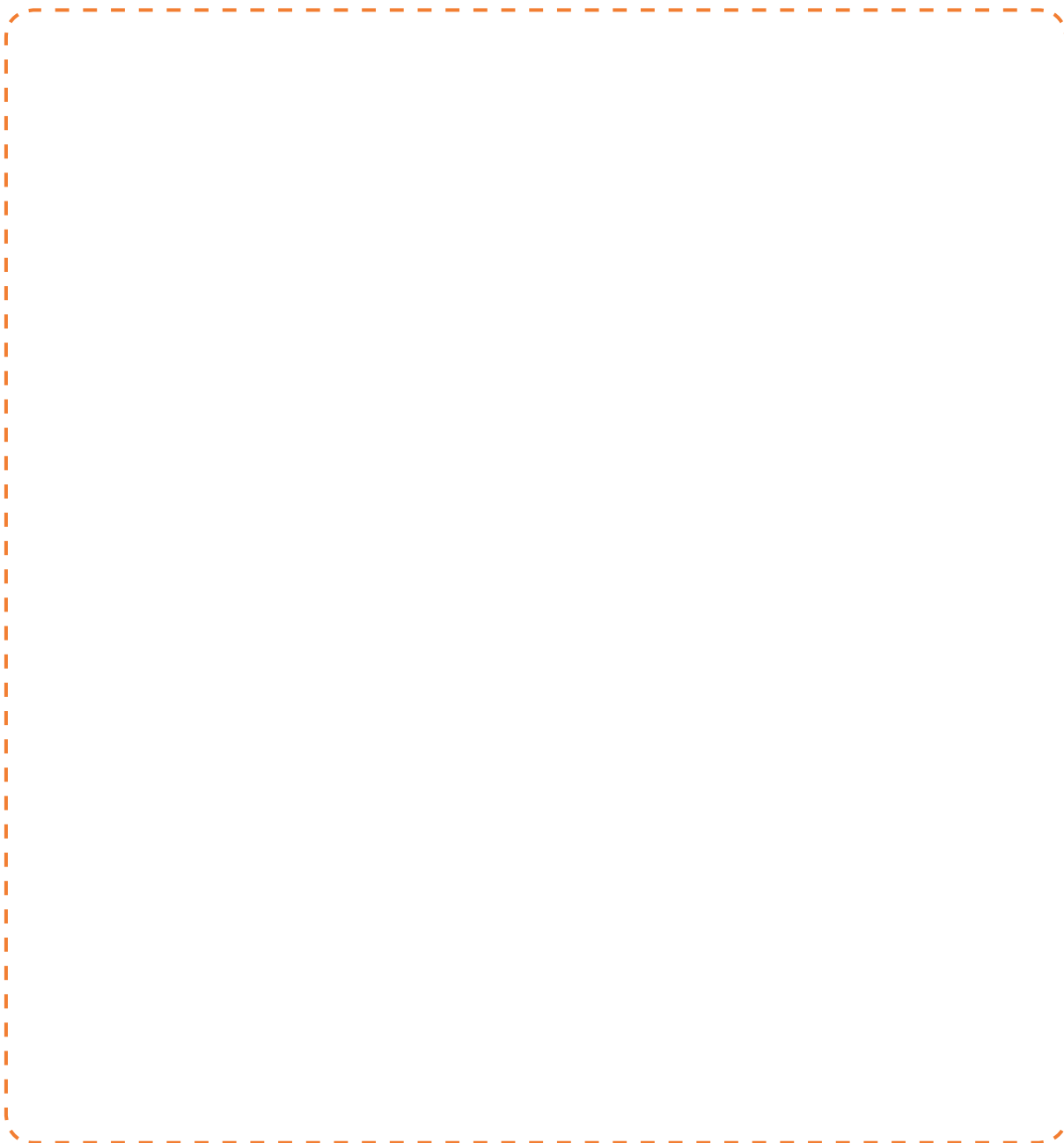
3. Razgovarajte s djecom tako da ih pitate sljedeća pitanja:
 - Kako vam se svidjela ova priča?
 - Što se dogodilo Sherlocku?
 - Kako je riješio svoj problem?
 - Što je Sherlock mislio?
 - Kada nije mogao naći pomoć, što je učinio?
4. Potom povežite priču s osobnim iskustvima djece tako da ih pitate sljedeće:
 - Jeste li vi nekada imali neki problem?
 - Možete li ga opisati?
 - Kako ste ga doživljavali?
 - Kako ste ga riješili?
5. Zamolite djecu da nacrtaju Sherlockov problem i kako ga je Sherlock riješio. Zatim neka djeca svima pokažu svoje crteže i razgovaraju o njima. Zaključite aktivnost tako da kažete djeci da smo jači kada vjerujemo da možemo ostvariti svoje namjere.



Predložite djeci da donesu kući svoje crteže i pokažu ih roditeljima. Podijelite im radne listiće za roditelje kako bi zajedno nacrtala situaciju u kojoj su djeca pomogla roditeljima. Sljedećega dana pitajte djecu što su nacrtala pa stavite sve crteže na pano.

NACRTAJ

Jači smo kada vjerujemo da možemo ostvariti svoje namjere! Prikaži priču crtežom.





JA POMAŽEM

Vaše je dijete donijelo svoj crtež priče *Žuta ptica*. Razgovarajte s djetetom o situaciji u kojoj je ono pomoglo vama u nekoj aktivnosti ili događaju. Potaknite dijete da tu aktivnost nacrtá.



Aktivnost 2. Sherlock traži pomoć

Cilj učenja

Shvatiti da im drugi mogu pomoći u ostvarivanju namjera.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

razumjeti i cijeniti što mi drugi mogu pomoći u ostvarivanju mojih namjera.

Razina

Srednja

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, pastele, bojice ili flomasteri, radni listići *Ono što radiš* i *Trebam pomoć*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Podsjetite djecu na priču iz prethodne aktivnosti ili je ispričajte koristeći se lutkama za ruku ili prste. Potaknite djecu da odigraju lutkarsku igru uloga utemeljenu na priči.
3. Razgovarajte s djecom tako da ih pitate sljedeća pitanja:
 - Kako vam se svidjela ova priča?
 - Što se dogodilo Sherlocku?
 - Je li mogao sve sam? Ili je tražio pomoć od drugih?
 - Koga je tražio za pomoć?
 - Kako je na kraju riješio svoj problem?
4. Potom povežite priču s osobnim iskustvima djece tako da ih pitate sljedeće:
 - Jeste li ikad imali problem sličan Sherlockovu, kada ste morali tražiti pomoć da biste ga riješili?
 - Tko vam je pomogao?
5. Recite djeci da je dobro tražiti pomoć onda kad nešto ne možemo sami. Drugi nam mogu pomoći da ostvarimo svoje ciljeve. Zamolite djecu da pogledaju sličice na radnom listiću *Stvari koje radiš* i označe križićem ono što rade uz tuđu pomoć. Zatim ih zamolite da nacrtaju nešto za što im treba pomoć (npr. „Mogu se okupati uz pomoć roditelja,“ „Mogu plivati u dubokom dijelu bazena uz pomoć odgojiteljice“). Na kraju, neka vam djeca protumače svoje crteže.



Predložite djeci da ponesu kući radne listiće i razgovaraju s roditeljima o tome što su radili u vrtiću i s njima nacrtaju nešto što rade kod kuće uz tuđu pomoć. Zamolite ih da crteže koje su radili s roditeljima donesu u vrtić i da ih opišu ostatku skupine. Na kraju posložite sve crteže na jedan plakat.

ONO ŠTO RADIŠ

Kada nešto ne možemo sami, dobro je tražiti pomoć! Pogledajte sličice i označite križićem što dijete može učiniti samo.



Oprati zube



Pojesti



Listati knjigu



Urediti vrt





Igrati se s prijateljem iz vrtića



Nacrtaj nešto što možeš učiniti uz tuđu pomoć:

A large, empty rectangle with a dashed orange border, intended for the child to draw their answer to the prompt above.



TREBAM POMOĆ

Razgovarajte s djetetom o onome što ono može učiniti samo i o onome što može učiniti uz pomoć drugih. Zajedno nacrtajte nešto što može učiniti kod kuće uz malu pomoć.



Aktivnost 3. Sherlock ostvaruje ciljeve

Cilj učenja

Vjerovati da su sposobni djelovati samostalno.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

vjerovati da mogu sam/a nešto napraviti.

Razina

Napredna

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, pastele, bojice ili flomasteri, stari časopisi, ljepilo, škare, radni listić *Ja mogu i To radim sam/a*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Podsjetite djecu na priču *Žuta ptica* ili je ponovno ispričajte koristeći se pri tome lutkama za ruku ili prste. Potaknite djecu na lutkarsku igru uloga utemeljenu na priči.
3. Razgovarajte s djecom tako da ih pitate sljedeća pitanja:
 - Kako vam se svidjela ova priča?
 - Kakav je problem/poteškoću imao Sherlock?
 - Što je on mislio o tome?
 - Što je poduzeo da bi riješio problem?
 - Kako je Sherlock razmišljao tijekom priče (npr. bio je uvijek optimističan/pesimističan; uvjeren/sumnjičav da će mu drugi pomoći)?
4. Potom povežite priču s osobnim iskustvima djece tako da ih pitate sljedeće:
 - Možete li se sjetiti drugih situacija, sličnih ovoj Sherlockovoj?
 - Što se vi tada mislili?
 - Što ste poduzeli da biste riješili tu situaciju?
 - Kako ste vi razmišljali u vezi s postizanjem svojega cilja (npr. bili ste uvijek optimistični/pesimistični; uvjereni/sumnjičavi da će vam drugi pomoći)?
5. Recite djeci da se svatko suočava s izazovima i da ih svatko može savladati. Važno je da vjerujemo da možemo postići svoje namjere. Lakše je kada vjerujemo u svoje sposobnosti i kada vjerujemo da će se na kraju sve riješiti. Tako mi ustrajemo u svojim naporima da uspijemo.
6. Dajte svakom djetetu radni listić *Ja mogu i To radim sam/a* i zamolite ih da razmisle o onome što mogu učiniti, samostalno ili uz tuđu pomoć. Neka ih nacrtaju u oblačiće. Na kraju neka djeca pokažu što su nacrtala, a vi ukratko opišite njihove crteže.



Predložite djeci da razgovaraju s roditeljima o tome što mogu napraviti kod kuće i da izrade popis tih stvari. Sljedećega dana pitajte djecu o čemu su razgovarala sa svojim roditeljima.

JA MOGU...

Lakše je svladati izazove kada vjerujemo u sebe! Nacrtaj ono što znaš da možeš sam/a ili uz tuđu pomoć.





TO RADIM SAM/A

Razgovarajte sa svojim djetetom o tome što ono može učiniti kod kuće. Primjerice, možete napraviti popis stvari iz svakodnevnoga života koje vaše dijete može napraviti.



Cjelina 3. Poticanje samozastupanja

Na kraju ovoga seta aktivnosti djeca će moći:

- ustanoviti sličnosti i razlike između sebe i drugih
- zauzeti se za svoja prava
- opisati svoja prava i odgovornosti.

Aktivnost 1. Zeldu diže glas

Cilj učenja

Uočiti sličnosti i razlike između sebe i drugih.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

uočiti sličnosti i razlike između mene i ostalih osoba.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, škare, boje za prste, radni listići *Otisci mojih prstiju* i *Tko je sličan, a tko različit?*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pročitajte djeci sljedeću priču koristeći se lutkama za ruku ili prste:

Slični i različiti?

Ježica Zeldu i vjeverac Sherlock igrali su se na dječjem igralištu. Uživali su u toplom suncu i jeli svoju užinu. Odjednom, opazili su da se jedna skupina životinja glasno smije. Odlučili su vidjeti što se to događa pa su im se približili. U sredini skupine je bila jedna mala ježica.

„Poznaš li je, Sherlock?“ upitala je Zeldu. „Čini mi se da je to Julija, novo dijete u našem vrtiću. Rugaju joj se zato što ima samo dvije bodlje“, odgovorio je vjeverac.

„Moramo nešto poduzeti, Sherlock! To što rade nije lijepo!“ uskliknula je Zeldu. Sherlock nije bio tako siguran u to... Ako se zauzmu za malu ježicu, možda će onda druge životinje isključiti njih iz igre. „I što ako se više ne budu htjeli igrati s nama? Možda da se pretvaramo da nismo ništa vidjeli?“ predložio je Sherlock. „Ne mogu vjerovati da tako govoriš, Sherlock! Moramo učiniti ono što smatramo i znamo da je ispravno!“ zaključila je Zeldu koja je već krenula prema

lasica Bobu. „Bobe, zašto se rugate maloj Juliji? Ona je naša nova prijateljica. Trebali biste se potruditi da se ona osjeća dobrodošlo i ugodno!“ „Ma daj Zelda! Pa ona ima samo dvije bodlje!!! Nemoguće je ne smijati joj se!“ odgovorio je Bob. „Bobe, baš si me iznenadio takvim ponašanjem! Sjećaš li se što su tebi drugi govorili kad si tek stigao u vrtić?“ upitala je Zelda.

Lasica Bob je pognuo glavu i otišao. Sjetio se kako se on grozno osjećao na svoj prvi dan vrtića kada su mu se neke životinje rugale zbog njegova mirisa. Zelda je bila u pravu, nije se lijepo ponašao prema Juliji.

Idućeg dana kada su Zelda i Sherlock stigli u vrtić, vidjeli su Boba i druge životinje kako se igraju sa malom Julijom. „Zeldo, ne možeš vjerovati što sve ona može samo sa svoje dvije bodlje! Stvarno je zabavna“, rekao je lasica Bob smijući se.

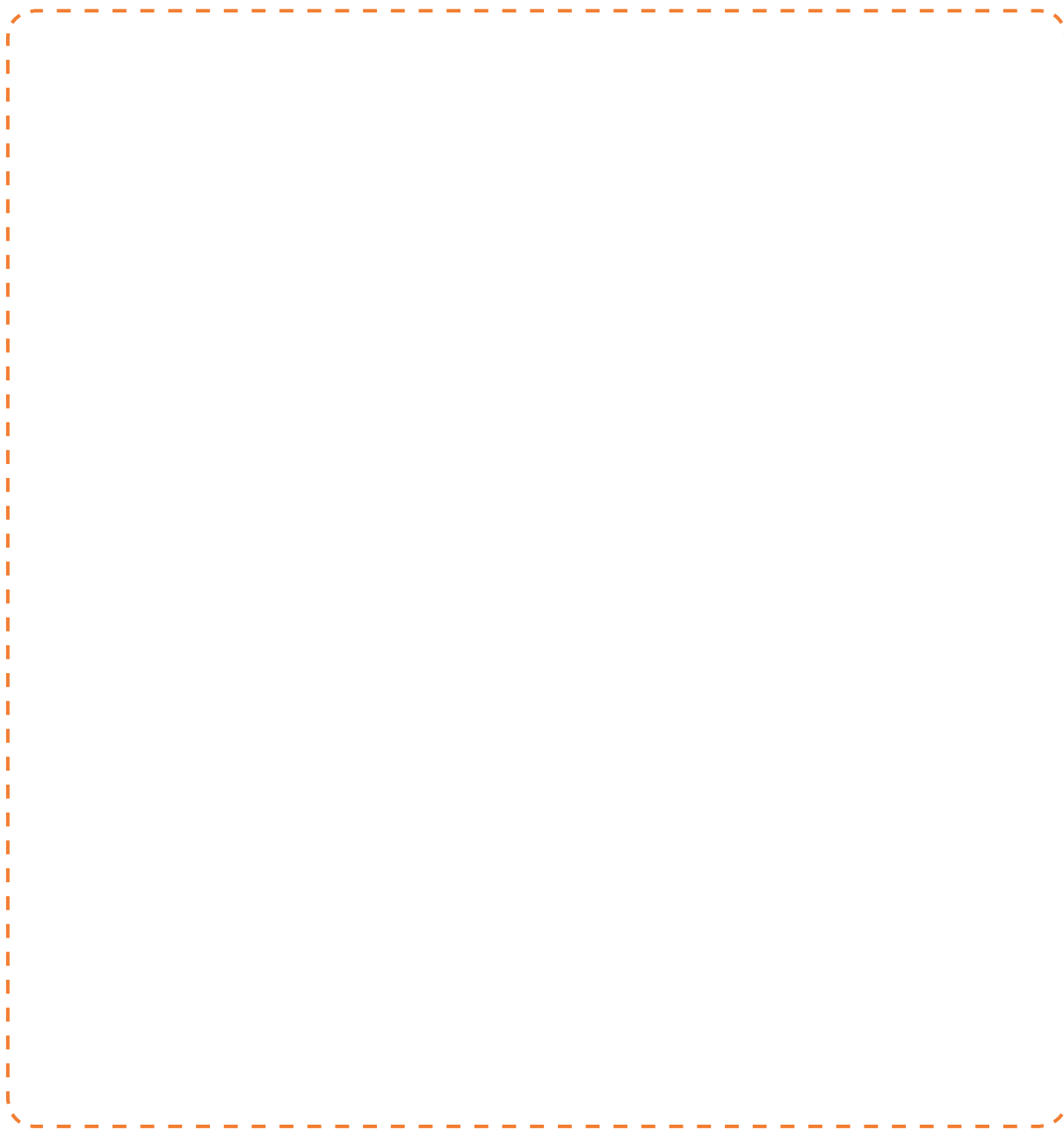
Od toga dana sve životinje u vrtiću lijepo su se slagale bez obzira na svoje sličnosti ili različitosti.

3. Razgovarajte s djecom tako da ih pitate sljedeća pitanja:
 - Kako vam se svidjela ova priča?
 - Zašto su se životinje rugale Juliji?
 - Što vi mislite o njihovom ponašanju?
4. Potom povežite priču s osobnim iskustvima djece tako da ih pitate sljedeće:
 - Jeste li vidjeli da se netko ruga nekom drugom samo zato što je on/a drugačiji/ja?
 - Što ste tada učinili?
 - Što nas razlikuje od drugih, a što nas čini sličnima?
5. Recite djeci da u različitosti nema ničega lošeg, to je samo jedna činjenica! Započnite aktivnost objašnjavajući da smo svi međusobno slični i različiti, svatko na poseban način. Djeca imaju zajedničke osobine i kvalitete (možda imaju različite boje očiju ili kože, mogu biti visoki, niski ili su čak rođeni u različitim zemljama, no sva su djeca ljudska bića, imaju osjećaje, razmišljaju, imaju prava). Zato se trebaju slagati s drugima, bez obzira na međusobne sličnosti ili razlike.
6. Zamolite djecu da stanu u krug te im objasnite da će igrati igru koja se zove *Tko je kome po nečemu sličan*. Jedno dijete dobiva od vas lopticu i ima zadatak pogledati svu djecu u krugu i odnijeti lopticu onome djetetu koje mu je po nečemu slično. Kaže mu u čemu su slični (npr. „Imaš dugu kosu kao i ja“; „Imaš mlađeg brata, a i ja ga imam“; „Voliš se igrati kockama kao i ja“...) i daje mu lopticu. Ovo dijete pažljivo promatra druge u skupini, bira kome je po nečemu slično, odnosi mu lopticu i objašnjava svoj razlog. Igra se nastavlja dok svako dijete u skupni ne dobije lopticu i ne odnese ju nekome.
7. Naglasite da svi imamo osobine po kojima smo slični ili različiti od drugih. Recite djeci o otiscima prstiju. Svi otisci imaju isti oblik, no istovremeno svaki je jedinstven i različit od drugih. Koristeći se bojom za prste neka svako dijete na radnom listiću *Otisci mojih prstiju* izradi otisak svojih prstiju. Zatim razgovarajte s djecom o tome zadatku i potaknite ih da prepoznaju sličnosti i razlike među otiscima. Naglasite da se sličnosti i razlike koje postoje među nama odnose na tjelesne karakteristike, ali i na ostale stvari kao što su mjesta u kojima smo rođeni, jezici koje govorimo i hrana koju jedemo, u skladu s našim kulturama.



Podijelite djeci radne listiće za roditelje i predložite im da sa svojim roditeljima razgovaraju o članovima obitelji koji su slični ili različiti od njih. Zatim mogu nacrtati jednoga člana obitelji s kojim imaju neke sličnosti (npr. ista boja kose). Idućega dana pitajte djecu što su nacrtala sa svojim roditeljima.

OTISCI MOJIH PRSTIJU





TKO JE SLIČAN, A TKO RAZLIČIT?

Svi imamo osobine po kojima smo slični ili različiti od drugih. I dobro da je tako!

Razgovarajte s djetetom o članovima obitelji koji su međusobno slični ili različiti. Pomozite mu da nacrtaj jednog člana obitelji s kojim ima neke sličnosti (npr. ista boja kose).



Aktivnost 2. Zela se zalaže za Julijina prava

Cilj učenja

Zauzeti se za svoja prava.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

zauzeti se za sebe i svoja prava.

Razina

Srednja

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, pastele, bojice ili flomasteri, radni listići *Samozastupanje i Zalažem se za sebe*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Podsjetite djecu na priču iz prethodne aktivnosti ili je ispričajte koristeći se pri tome lutkama za ruku ili prste. Potaknite djecu na lutkarsku igru uloga utemeljenu na priči.
3. Razgovarajte s djecom tako da ih pitate sljedeća pitanja:
 - Kako vam se svidjela ova priča?
 - Kako su se druge životinje ponašale prema Juliji?
 - Što mislite o njihovoj reakciji na to što je Julija drugačija?
 - Što su Zelda i Sherlock rekli kako bi se zauzeli za Juliju?
 - Kako su Zelda i Sherlock pomogli Juliji?
4. Potom povežite priču s osobnim iskustvima djece tako da ih pitate sljedeće:
 - Znaete li za neku situaciju sličnu ovoj iz priče?
 - Što se tada dogodilo?
 - Što ste prvo učinili?
 - Što ste rekli?
 - Kako ste svoj zahtjev učinili jasnim s obzirom na situaciju i svoje potrebe?
5. Objasnite djeci značenje samozastupanja. Recite im da je zaista važno izraziti svoje potrebe i zauzeti se za sebe i svoja prava, a istovremeno priznati i poštivati prava drugih. Objasnite da **samozastupanje znači razumjeti svoje jake strane i potrebe, odrediti svoje osobne ciljeve i poznavati svoja zakonska prava i dužnosti te sve to dati drugima na znanje**. Stoga kada se pojave životni izazovi i prepreke, djeca se trebaju pobrinuti da njihove potrebe budu zadovoljene. Objasnite da kao i svaka druga osoba, djeca imaju temeljna prava, pravo da kažu „Ne“, pravo da kažu „Ne znam“, pravo da na prvo mjesto stave svoje osjećaje, misli i potrebe, pravo da pogriješe, pravo da se predomisle, pravo na mišljenje, pravo da ponekad budu sami, pravo da ponekad prekinu drugog, pravo da traže promjenu, pomoć ili podršku, pravo na stanovito

priznanje zbog svojih uspjeha i dobro obavljenoga posla. Djeca bi trebala biti svjesna da je samozastupanje davanje drugima na znanje tko su ona i koje su njihove potrebe i mišljenja.

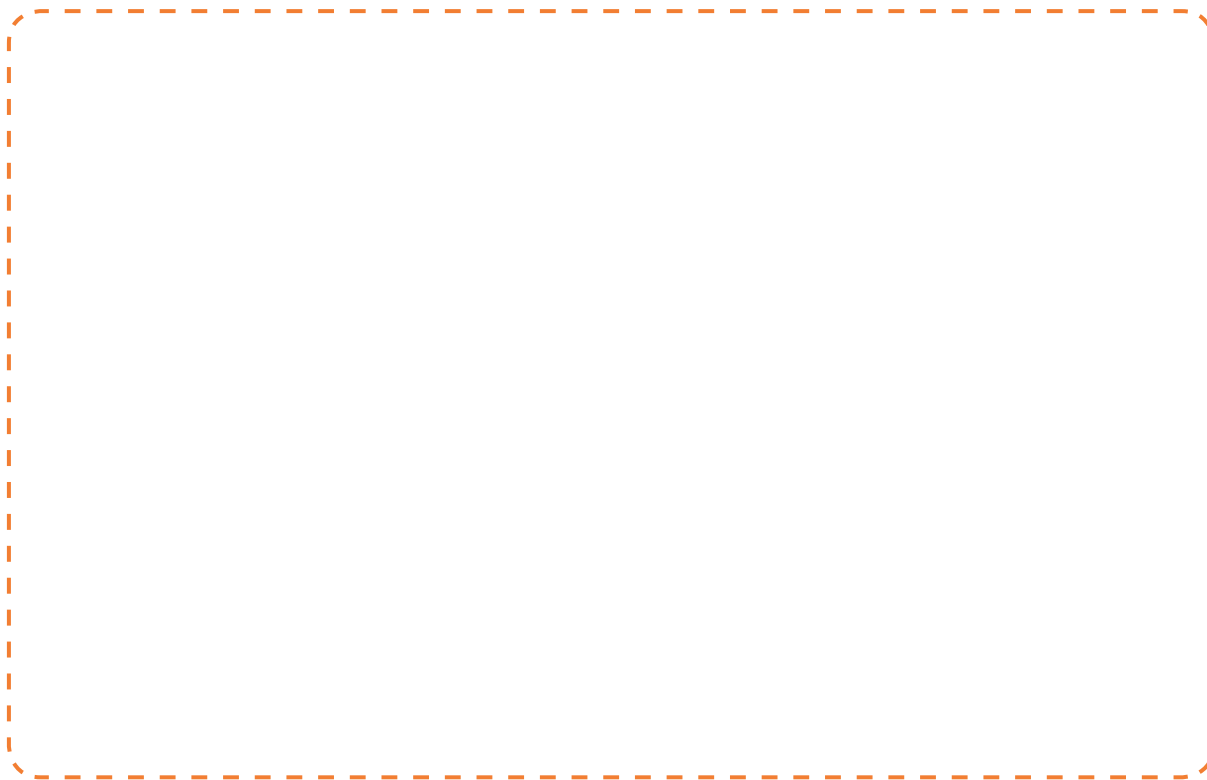
6. Zamolite djecu da se prisjete neke teške situacije i kako su tada mogla postupati kao samozastupnik (npr. netko ih je izgurao ili isključio iz igre, druga su im se djeca rugala). Potaknite ih da pričaju o tome i pomozite im da shvate što su mogli na početku učiniti i reći. Na kraju, potaknite djecu da nacrtaju tu situaciju.



Predložite djeci da razgovaraju sa svojim roditeljima o situacijama u kojima im nije bilo ugodno izraziti svoje potrebe te da kroz igru uloga isprobaju nekoliko načina kako zagovarati i zauzeti se za sebe. Podijelite im radne listiće za roditelje i idućega dana pitajte djecu o čemu su razgovarala sa svojim roditeljima.

SAMAZASTUPANJE

Vrlo je važno izražavati svoje potrebe i zauzeti se za sebe i svoja prava, a istovremeno, prepoznati i poštivati prava drugih. Nacrtaj jednu situaciju u kojoj se ti samozastupaš.





ZALAŽEM SE ZA SEBE

Razgovarajte sa svojim djetetom o situacijama u kojima mu/joj nije bilo ugodno izraziti svoje potrebe. Kroz igru uloga isprobajte nekoliko načina kako se dijete može zalagati i zauzeti za sebe. Svoje dojmove možete napisati na listić.



Aktivnost 3. Zeldi i Sherlock uče o svojim pravima i odgovornostima

Cilj učenja

Opisati svoja prava i odgovornosti.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

navesti svoja prava i odgovornosti.

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, škare, pastele, bojice ili flomasteri, radni listić *Dječja prava i odgovornosti*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Podsjetite djecu na priču *Slični ili različiti?* ili je ispričajte koristeći se pri tome lutkama za ruku ili prste. Potaknite djecu na lutkarsku igru uloga utemeljenu na priči.
3. Razgovarajte s djecom tako da ih pitate sljedeća pitanja:
 - Kako vam se sviđela ova priča?
 - Što se dogodilo Juliji?
 - Kako su se druge životinje ponašale prema Juliji? Koji je bio njihov razlog?
 - Što mislite o Zeldinoj reakciji i njezinom zauzimanju za Juliju?
4. Potom povežite priču s osobnim iskustvima djece tako da ih pitate:
 - Možete li se sjetiti neke situacije slične Julijinoj?
 - Kako ste se tada osjećali?
 - Što ste učinili?
 - Što mislite koja su vaša prava i odgovornosti?
5. Recite djeci da je jako važno da su svjesna svojih prava i odgovornosti. Prije nego što započnete s aktivnošću, izrežite kartice iz radnoga listića. Možda ćete morati napraviti dodatne kopije tako da svako dijete dobije barem jednu karticu.
6. Pokažite djeci slike s dječjim pravima i odgovornostima i zamolite ih da opišu što vide na svakoj slici. Nakon što oni opišu sličice recite im o kojem se pravu i odgovornosti na pojedinoj sličici radi.
7. Dajte svakom djetetu po dvije kartice (pravo i odgovornost) na kojima je samo upisan tekst, pročitajte mu što na karticama piše i recite mu da nacrtava svoje simbole za to pravo i odgovornost.



Predložite djeci da pokažu svojim roditeljima karticu koju su nacrtala u vrtiću. Idućega dana pitajte ih što su roditelji rekli o njoj. Stavite kartice s pravima i odgovornostima na zid i istaknite da su prava i odgovornosti zaista važni.

DJEČJA PRAVA I ODGOVORNOSTI

Jako je važno da ste svjesni svojih prava i odgovornosti!







DJEČJA PRAVA I ODGOVORNOSTI

Vaše je dijete donijelo dvije kartice koje je nacrtalo u vrtiću. Pogledajte ih i razgovarajte sa svojim djetetom o njima.

Posebno se osvrnite na načine na koje djeca ova prava ostvaruju kod kuće.



Evaluacijski listić odgojitelja/ice

Ime djeteta: _____	0: Nije primijećeno / neprimjenjivo
Datum popunjavanja: _____	1: Usvaja
	2: Postignuto
	3: Trajno uspostavljeno

Upute: Popunite listu za svako dijete kada završite **Temu 4. Razvoj samoodređenja**

4. RAZVOJ SAMOODREĐENJA	
4.1. RJEŠAVANJE PROBLEMA	Razina 0,1,2 ili 3
4.1.1. Definiranje problema i izrada kreativnih rješenja	
4.1.1.O ⁸ . Dijete može definirati riječ problem.	
4.1.1.S. Dijete uviđa da može naći rješenje problema.	
4.1.1.N. Dijete može pronaći kreativna rješenja.	
4.1.2. Procjena rješenja i odlučivanje	
4.1.2.O. Dijete može opisati jesu li rješenja učinkovita ili ne.	
4.1.2.S. Dijete razlikuje jednostavna i teška rješenja koja treba primijeniti.	
4.1.2.N. Dijete može prepoznati sviđaju li mu/joj se posljedice djelovanja prije samoga donošenja odluke.	
4.1.3. Primjena rješenja i vrednovanje	
4.1.3.O. Dijete može primijeniti rješenje problema.	
4.1.3.S. Dijete može vrednovati ishode primijenjenoga rješenja, i ako je potrebno, pokušati iznova.	
4.1.3.N. Dijete može navesti i primijeniti tri koraka u postupku rješavanja problema.	

4.2.1. OSNAŽIVANJE I AUTONOMIJA	
4.2.1. Razvoj životnoga smisla i osjećaja svrhovitosti	
4.2.1.O. Dijete može odrediti i opisati što mu/joj je važno.	
4.2.1.S. Dijete može razumjeti zašto se neke stvari događaju.	
4.2.1.N. Dijete može zamisliti i opisati što će se dogoditi kad odraste.	
4.2.2. Njegovanje djelovanja i samoeфикаsnosti	
4.2.2.O. Dijete uviđa da može ostvariti svoje namjere.	
4.2.2.S. Dijete zna da mu/joj drugi mogu pomoći u ostvarivanju namjera.	

8 O = Osnovna razina, S= Srednja razina, N = Napredna razina

4.2.2.N. Dijete vjeruje da je sposobno djelovati samostalno.	
4.2.3. Poticanje samozastupanja	
4.2.3.O. Dijete može uočiti sličnosti i razlike između sebe i drugih.	
4.2.3.S. Dijete se može zauzeti za svoja prava.	
4.2.3.N. Dijete može opisati svoja prava i odgovornosti.	

Djetetove jake strane:

Djetetove potrebe:

Razvojni ciljevi:

TEMA 5. Izgradnja osobne snage

Podtema 1. Pozitivno samopoimanje i samopouzdanje

CJELINA 1	CJELINA 2	CJELINA 3
Poznavati sebe da bismo imali pozitivan pojam o sebi	Otkrivanje svojih pozitivnih strana za veće samopoštovanje	Shvaćanje da su naše snage dio onoga što smo bili i što možemo postati

Podtema 2. Korištenje jakih strana u akademskom i društvenom okruženju

CJELINA 1	CJELINA 2	CJELINA 3
Korištenje snaga u neugodnim situacijama i kod pružanja utjehe	Poticanje društvenoga sudjelovanja	Poštivanje sebe i drugih

PODTEMA 1. Pozitivno samopoimanje i samopouzdanje

Samopoimanje se odnosi na „skup uvjerenja o vlastitoj prirodi, jedinstvenim kvalitetama i tipičnom ponašanju... mentalnu sliku samog sebe ... skup pojmova o sebi... (ono) može podrazumijevati uvjerenja kao što su „Ja sam ležeran“, „Ja sam lijepa“ ili „Ja sam marljiva“. (Weiten, Dunn i Hammer, 2012) . Niz je područja na koja se samopoimanje odnosi: društveno, afektivno, tjelesno, akademsko, obiteljsko, područje kompetencija,... Pojam o sebi nije ograničen određenim trenutkom jer nije važno samo ono kakva je osoba sada, nego i kakva je bila i kakva može postati, što djelomično objašnjava zašto je pojam o sebi važan za buduća postignuća. Samopoštovanje (koliko osoba cijeni samu sebe) smatra se jednom od tri komponente pojma o sebi, druge dvije su slika o sebi (kako osoba vidi sebe) i idealno ja (kakva osoba želi biti). Što je osoba bliže svojem idealnom ja, to je zapravo u povoljnijoj poziciji (Rogers, 1959). Poštovanje prema sebi je korisno samo po sebi, no ono mora biti kongruentno, tj. pojam o sebi mora biti u skladu sa stvarnošću. U prva dva dijela, djeca će imati priliku otkriti stvari o sebi koje će doprinijeti jačanju njihova pojava o sebi i samopoštovanja. Cilj je trećega dijela potaknuti djecu da uvide da su njihove jake strane dio onoga što su bila te što će postati.

CJELINA 1. POZNAVATI SEBE DA BISMO IMALI POZITIVAN POJAM O SEBI

- | | |
|---------|--|
| Ciljevi | <ul style="list-style-type: none"> • shvatiti da je ime važan dio osobnosti |
| učenja | <ul style="list-style-type: none"> • prepoznati svoje pozitivne osobine koje se sviđaju prijateljima • opisati zašto su dobili baš takvo ime |

CJELINA 2. OTKRIVANJE SVOJIH POZITIVNIH STRANA ZA VEĆE SAMOPOŠTOVANJE

- | | |
|---------|---|
| Ciljevi | <ul style="list-style-type: none"> • stvarati pozitivna uvjerenja o sebi |
| učenja | <ul style="list-style-type: none"> • biti ponosan na neke vlastite osobine • odabrati jednu osobinu ili vještinu koju mogu poboljšati |

CJELINA 3. SHVAĆANJE DA SU SNAGE DIO ONOGA ŠTO SMO BILI I ŠTO JESMO KAO I ONOGA ŠTO MOŽEMO POSTATI

- | | |
|---------|--|
| Ciljevi | |
| učenja | <ul style="list-style-type: none"> • uočiti da se sklonosti mogu mijenjati s vremenom • uočiti da se naklonost prema igrama i igračkama s vremenom mijenja • opisati kako mala djeca izražavaju osjećaje te kako se i to s vremenom mijenja |
-

Savjeti za odgojitelj(ice)

1. Što češće ukazujte djeci na njihove snage i govorite o njima za vrijeme aktivnosti. Budite što precizniji i pokušajte govoriti o postupcima djece. Nečije ponašanje može napredovati i popravljati se, dok se osobine puno teže mijenjaju. Ako komentirate osobine, djeca bi se mogla osjećati nesigurno i zabrinuto. Umjesto da kažete „Tako si pametan“, recite „Sviđa mi se što se jako trudiš kad radiš svoje zadatke, to će ti se isplatiti u budućnosti.“ Umjesto da kažete „Ti si dobra prijateljica“, recite „Cijenim što si tako dobra prema svojim prijateljima“.
2. Pazite da govorite o stvarima koje zaista i opažate. Primjećujte i komentirajte napredak djece u svakom području.
3. Pružite djeci primjer tako što ćete im govoriti o onome na što ste ponosni ili koje volite na sebi.
4. Potičite djecu da primjećuju i komentiraju ono što im se sviđa kod njihovih vršnjaka.
5. Osvijestite kod djece činjenicu da se stvari s vremenom mijenjaju. Primjerice, kada razgovarate s njima o pričama koje ste čitali, možete im pokazati kako je prošlost dio nas, ali i onoga što bismo mogli postati.

Cjelina 1. Poznavati sebe da bi imali pozitivan pojam o sebi

Na kraju ovoga seta aktivnosti djeca će moći:

- shvatiti da je ime važan dio osobnosti
- prepoznati svoje pozitivne osobine koje se sviđaju prijateljima
- opisati zašto su dobili baš takvo ime.

Aktivnost 1. Zovem se Zelda!

Cilj učenja

Shvatiti da je njihovo ime važan dio njih.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

shvatiti da je moje ime važan dio mene.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pročitajte djeci sljedeću priču koristeći se lutkama za ruku ili prste:

Lijepo ime Zelda

Zelda je ježica koja živi u vrtu blizu tvoje kuće. Svaki dan šeće naokolo i traži hranu koju voli jesti. Danas je našla jako finu hranu pa je jako zadovoljna sama sobom. Razmišlja o svom imenu - Zelda. Sviđa joj se to ime, misli da joj pristaje i da je stvarno čini jedinstvenom. Sad hoda naokolo i izgovara svoje ime. Istovremeno, ovako plješće rukama (plješćite prateći slogove): Zel-da, Zel-da, Zel-da. Počinje skakati naokolo. Stvarno je dobro raspoložena.

3. Razgovarajte s djecom tako da ih pitate sljedeća pitanja:
 - Razmišljate li često o svom imenu?
 - Što Zelda misli o svom imenu?
4. Potom povežite priču s osobnim iskustvima djece pitajući ih sljedeće:

- Sviđa li se vama vaše ime?
 - Biste li se ste htjeli drugačije zvati?
 - Da ste suprotnoga spola, kako biste se htjeli zvati?
5. Razgovarajte s djecom o tome koliko su posebna. Recite im da je svatko od njih jedinstveno ljudsko biće. Sjajno je biti jedinstven/a. Lijepo je poznavati druge jedinstvene osobe i lijepo je poznavati sebe. Naše je ime dio nas. Često se poistovjećujemo sa svojim imenom.
 6. Neka vam svako dijete ponosno kaže svoje ime.
 7. Sada pronađite ritam za svako ime. Možete primjerice udarati dlanom o dlan na svaki slog imena. Započnite sa svojim imenom. Na primjer, Lisa je Li-sa, a Antonio An-to-ni-o (po jedan udarac za svaki slog). Odplješćite uz svako ime. Isto tako, djeca mogu šetati po sobi i udarati nogama o pod na svaki slog imena.
 8. Odpjevajte neku pjesmu s imenima (u većini vrtića postoje pjesme o imenima koje djeca mogu pjevati. Ako ne, onda izmislite svoju pjesmu).



Zamolite djecu da s roditeljima odplješću svoje ime te ime nekog člana obitelji.

Aktivnost 2. Sherlock i njegovi prijatelji govore lijepe stvari

Cilj učenja

Prepoznati svoje pozitivne osobine koje se sviđaju prijateljima.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

saznati što moji prijatelji vole na meni.

Razina

Srednja

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, fotografije svakoga djeteta, ljepilo, listovi papira, hamer, pastele, bojice ili flomasteri, radni listić *Sherlock i prijatelji govore lijepe stvari*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pročitajte djeci sljedeću priču koristeći se lutkama za ruku ili prste:

Lijepo ime Sherlock

Sherlock je mladi vjeverac. On voli skakati po stablima. Jako se ponosi svojim imenom jer su mu roditelji rekli da je dobio ime po jednom detektivu. Ponosan je i osjeća se posebno zbog svojega imena. Jednog dana, vjeverice su se sjetile igre u kojoj jedna drugoj moraju reći nešto lijepo. Igra ide ovako: dok Sherlock sjedi na posebnoj grani, ostali mu kažu nešto lijepo o njemu. Govore mu da je iskren, da može daleko skakati i da zna pjevati puno pjesama. Nakon Sherlocka, red dolazi na neku drugu vjevericu koja će čuti lijepe stvari o sebi, i tako dalje.

3. Razgovarajte s djecom tako da ih pitate sljedeća pitanja:
 - Što mislite o igri koju su vjeverice igrale?
 - Zašto je Sherlock ponosan na svoje ime?
4. Potom povežite priču s osobnim iskustvima djece pitajući ih sljedeće:
 - Jeste li vi dobili ime po nekome?
 - Postoji li nešto vezano uz vaša imena čime se ponosite?
5. Razgovarajte s djecom o tome koliko su posebna. Recite im da je svatko od njih jedinstveno ljudsko biće. Sjajno je biti jedinstven/a; lijepo je poznavati druge jedinstvene ljude i lijepo je poznavati sebe. Naše je ime dio nas. Često se poistovjećujemo sa svojim imenom.
6. Postavite fotografije djece na zid, pokažite na jednu fotografiju, a djeca neka kažu nešto lijepo o djetetu na fotografiji. Kako bi djeci bilo jasnije što da rade, kažite im nešto lijepo o svom kolegi ili o sebi. Također, dajte im primjere što bi mogli reći. Na primjer: „Marija voli dijeliti“, „Filip uvijek pažljivo sluša druge“ itd. Zabilježite sve što kažu o drugoj djeci.

7. Pozovite djecu da sjednu u krug. Jedno po jedno, svako dijete dolazi u sredinu kruga, a vi mu/joj čitate iz svojih bilješki lijepe stvari koje su druga djeca rekla o njemu/njoj. Svakako pročitajte barem tri pozitivne stvari o svakome djetetu.
8. Zalijepite fotografiju na listić svakoga djeteta i ispod nje napišite po tri pozitivne stvari o njemu/njoj (Trebapaziti da sva djeca imaju jednak broj pozitivnih stvari).
9. Na hamer napišite sažetak ove aktivnosti: „Imena djece u ovoj skupini su ... i mi smo...“ (napišite imena djece i tri pozitivne stvari za svako dijete). Glasno pročitajte sažetak da vas čuju sva djeca.



Predložite djeci da pokažu roditeljima listiće sa svojim imenima i fotografijama, a roditelje zamolite da dodaju još jednu pozitivnu osobinu svojega djeteta. (Idući dan, obavezno razgovarajte s djecom o tome što su roditelji dodali na popis.)



SHERLOCK I PRIJATELJI GOVORE NEŠTO LIJEPO

Molimo vas, dodajte na popis najmanje jednu pozitivnu osobinu svojega djeteta.



Aktivnost 3. Kako su se Zelda i Sherlock upoznali

Cilj učenja

Opisati zašto su dobili baš takvo ime.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

znati kako sam dobio/la svoje posebno ime.

Razina

Napredna

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, listovi papira, pastele ili bojice, radni listić *Zelda i Sherlock su se upoznali*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pročitajte djeci sljedeću priču koristeći se lutkama za ruku ili prste:

Susret

Vi ste već upoznali Zeldu i Sherlocka. Ovo je priča o tome kako su se njih dvoje upoznali.

Jednog dana dok je Sherlock skakutao po stablima, ugledao je na tlu bodljikavu lopticu. Skočio je na zemlju da bi je bolje proučio. Potpuno se umirio i pitao se što to gleda. Nakon nekoga vremena, loptica se počela micati i Sherlock je shvatio da je to neka životinja.

„Hej“, reče Sherlock „što si ti?“

„Ja sam Zelda“, reče Zelda. „Ja imam jako lijepo i zanimljivo ime.“

„Ali što si ti?“ upita Sherlock.

„Ja sam ježica“, odgovori Zelda. „Zar nikada nisi vidio ježa?“

„Ne“, odgovori Sherlock. Ali mislim da imaš jako lijepo ime i sviđaju mi se tvoje bodlje. Ja se zovem Sherlock i živim tu u blizini.“

„Oho, jesi li ti detektiv poput Sherlocka Holmesa?“ upita Zelda.

„Ne“, odgovori Sherlock, „ali volim uhoditi svoju braće i sestre. Hoćeš li mi se pridružiti u tome?“

„Da, svakako“, odgovori Zelda i zaplješće rukama, pa njih dvoje odoše vidjeti čime se bave Sherlockova braća i sestre.

3. Razgovarajte s djecom tako da ih pitate sljedeće:
 - Koga je Sherlock upoznao dok je skakao naokolo?
 - Kako je ona izgledala?
 - Što vi mislite?
4. Potom povežite priču s osobnim iskustvima djece pitajući ih sljedeće:

- Jeste li ikada vidjeli ježa?
 - Što čini vaša imena zanimljivima i lijepima?
5. Razgovarajte s djecom o tome koliko su posebna. Recite im da je svatko od njih jedinstveno ljudsko biće. Sjajno je biti jedinstven/a, lijepo je poznavati druge jedinstvene ljude i lijepo je poznavati sebe. Ne razmišljamo često o tome tko smo. Naše ime, odnosno kako se mi zovemo važna je stvar. Mi se često poistovjećujemo sa svojim imenom.
 6. Zamolite djecu da na list papira precrtaju svoje ime i onda ga ukrase u stilu koji govori nešto o njima ili njihovu imenu. Kako bi im bilo jasnije što da rade, i vi ukrasite svoje ime raznim slikama, npr. cvijećem, bojama ili životinjama koje volite.
 7. Okupite djecu i pozovite ih da, ako žele, pokažu kako su ukrasila svoja imena.
 8. Pitajte ih bi li netko među njima htio neko drugo ime. Ako da, koje?
 9. Predložite im da razmisle o tome zašto vole svoje ime. Ako žele, mogu to nacrtati na drugoj strani papira.



Predložite djeci da ponesu kući svoje napisano i ukrašeno ime i pitaju roditelje kako i zašto su im odlučili dati baš to ime. Sljedećega dana djeca koja žele ispričat će kako su dobila svoje ime.



KAKO SU SE ZELDA I SHERLOCK UPOZNALI

Ispričajte svojemu djetetu kako ste mu odabrali ime.

Moje ime:



Cjelina 2. Otkrivanje svojih pozitivnih strana za veće samopoštovanje

Na kraju ovoga seta aktivnosti djeca će moći:

- stvarati pozitivna uvjerenja o sebi
- biti ponosna na neke vlastite osobine
- odabrati jednu osobinu koju mogu poboljšati.

Aktivnost 1. Moje pozitivne osobine

Cilj učenja

Stvarati pozitivna uvjerenja o sebi.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

opisati ono u čemu sam dobar/dobra.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, pastele, bojice ili flomasteri, jež (igračka ili lutka za prst), radni listić *Moje pozitivne osobine*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pročitajte djeci sljedeću priču koristeći se lutkama za ruku ili prste:

Dječakova pjesma

Zelda je ježica koja živi u jednoj lijepoj šumi u blizini naselja. Njezina se kućica nalazi u grmlju pokraj jednog velikog stabla. Ona se voli šetati po šumi, pogotovo u sumrak ili zoru. Često veselo trči naokolo i to ponekad izgleda kao da pleše. Jednu večer dok je tražila nešto za jelo, Zelda je ugledala maloga dječaka. Dječak je šetao šumom i pjevao pjesmu, a Zeldi se svidjelo kako on pjeva. Pomislila je da taj dječak jako lijepo pjeva i kad bi ona tako lijepo pjevala, baš bi bila sretna. Potom je počela razmišljati o tome što ona može voljeti na sebi. „Pa, dobro mi ide pronalaženje voća“, reče ona sama sebi, „i također, ja sam velikodušna jer rado dijelim s drugima ono što imam. Drugi mi kažu da sam dobra jer mislim na njih i često primjećujem kako se oni osjećaju te ih tješim ako treba. Dobra sam u davanju zagrljaja. Oh, baš je dobro misliti

na ono u čemu sam dobra“, promrmljala je Zelda za sebe. U tijelu joj se pojavio ugodan, topao osjećaj koji se proširio posvuda od glave do pete. Počela se kotrljati pretvorivši se u bodljikavu lopticu. Baš izgleda poput male lopte kada se tako sklupča.

3. Razgovarajte s djecom tako da ih pitate sljedeća pitanja:
 - Kako se Zelda osjećala?
 - Zbog čega se ona tako osjećala?Potaknite djecu da postavite pitanja Zeldi.
4. Potom povežite priču s osobnim iskustvima djece pitajući ih sljedeće:
 - Na što ste vi ponosni?
 - Koje lijepe stvari drugi govore o tebi?
5. Recite djeci na što ste kod sebe ponosni. Svakako im navedite više od jedne osobine kako biste im dali ideju na što ona mogu biti ponosna.
6. Izradite plakat o tome što djecu čini ponosnom. Na vrhu možete napisati: *Djeca ove skupine su dobra u/ponosna na...* (napravite popis). Recite djeci da je to plakat za roditelje. Roditelji će ga vidjeti kad dođu po svoje dijete u vrtić.



Predložite roditeljima da dodaju još nešto u čemu je njihovo dijete dobro i na što može biti ponosno.

MOJE POZITIVNE OSOBINE

Dobar/dobra sam u,



Upišite još jednu stvar u kojoj je vaše dijete dobro i na koju može biti ponosno.



Aktivnost 2. Čime se ponosim

Cilj učenja

Biti ponosni na vlastite osobine.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

opisati ono čime se kod sebe mogu ponositi.

Razina

Srednja

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, radni listić *Čime se ponosim*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pročitajte djeci sljedeću priču koristeći se lutkama za ruku ili prste:

Ponosna Zelda

Zelda je u šumi. Sjetila se maloga dječaka kojeg je čula neki dan. Tako je lijepo pjevao! „Da ja pjevam tako lijepo kao on, baš bih bila ponosna na sebe“, razmišljala je Zelda. Onda je počela razmišljati na što može zapravo biti ponosna. „Pa, poprilično sam dobra u trčkanju naokolo“, kaže ona sama sebi, „i također, ja sam velikodušna prijateljica jer rado dijelim ono što imam. Kažu mi da uvijek brinem i pazim na druge te da često primjećujem kako se drugi osjećaju i tješim ih ako treba. Uvijek znam reći nešto lijepo. Oh, baš je dobro misliti na stvari u kojima sam dobra“, promrmljala je Zelda sama za sebe. Obuzeo ju je ugodan, topao osjećaj koji se proširio cijelim njezinim tijelom od glave do pete. Počela se kotrljati naokolo pretvorivši se u loptu s isturenim bodljama. Izgleda poput loptice kada se tako sklupča.

3. Razgovarajte s djecom tako da ih pitate sljedeća pitanja:
 - O čemu je Zelda razmišljala?
 - Na što je ona ponosna?
4. Potom povežite priču s osobnim iskustvima djece pitajući ih sljedeće:
 - Je li vam poznat Zeldin osjećaj?
 - Gdje vi u svom tijelu imate taj osjećaj?
5. Zamolite djecu da vam pokažu kako izgledaju kada se tako osjećaju.
 - Recite im čime se vi ponosite i dajte im nekoliko primjera za inspiraciju.
 - Neka vam svako dijete kaže čime se ponosi.
6. Zajedno s djecom napišite pjesmu o stvarima na koje su ponosna. Pjesma bi mogla početi ovako:

Mi smo ponosna djeca.

Ana je ponosna na...

Stjepan je ponosan na ...itd.

7. Potom, ako želite, pročitajte pjesmu, a djeca neka tjelesnim pokretima i gestama pokažu na što je pojedino dijete ponosno. Primjerice, ako je Ana ponosna na svoj osmijeh, dok budete čitali o njoj, djeca se mogu smiješiti.



Predložite djeci da pitaju roditelje na što su ponosni u vezi sa sobom ili svojom obitelji (pogledajte radni listić). Zamolite roditelje da to zapišu, a idućega dana razgovarajte o tome s djecom.



ČIME SE PONOSIM

Recite svojem djetetu na što ste ponosni u vezi sa sobom ili svojom obitelji, a zatim svoje odgovore napišite na ovaj radni listić.



Aktivnost 3. Zelda spoznaje nove stvari

Cilj učenja

Odabrati jednu svoju osobinu ili vještinu koju mogu poboljšati.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

odrediti što bih kod sebe htio/la poboljšati.

Razina

Napredna

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, materijal potreban za izradu bedža (papir, pastele, ljepilo i sl.), već gotovi bedž s ispisanim vašim imenom i jednom osobinom koju vi želite poboljšati na sebi



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pročitajte djeci sljedeću priču koristeći se lutkama za ruku ili prste:

Zelda vježba davanje pohvala

Zelda skakuće po šumi. Razmišlja o stvarima koje joj dobro idu: „Ide mi trčanje“, kaže Zelda. „Također, ja sam dobra i brižna prijateljica i često drugima kažem nešto lijepo. Baš je dobro razmišljati o stvarima u kojima sam dobra!“ misli ona. „Htjela bih biti dobra u još nečem“, kaže Zelda sama sebi. „Kako da to postignem? Što bih mogla poboljšati na sebi?“ pita se ona. „Znam! Mogu se usavršiti u davanju pohvala!“ reče Zelda. „Uh, kako je uzbudljivo vježbati davanje pohvala!“ kaže Zelda. Počinje se kotrljati naokolo pretvorivši se u loptu s izbočenim bodljama. Izgleda poput loptice kada se tako sklupča.

3. Razgovarajte s djecom tako da ih pitate sljedeća pitanja:
 - O čemu Zelda razmišlja?
 - Što ona želi poboljšati na sebi?
4. Potom povežite priču s osobnim iskustvima djece pitajući ih sljedeće:
 - Razgovarajte s djecom o osjećaju ponosa. Što je to? Kako se osjeća netko tko je ponosan?
 - Postoje li stvari na koje su djeca ponosna? Naka vam ispričaju koje su to stvari. I vi njima ispričajte na što ste vi ponosni.
5. Pokažite djeci bedž koji ste izradili. Na njemu piše vaše ime te „Želim se usavršiti u...“
6. Potaknite djecu da izrade bedževe sa svojim imenom u sredini. Na njega trebaju napisati jednu stvar koju žele poboljšati na sebi. Ako ne znaju pisati, pomozite im. Neka ga i ukrase.



Predložite djeci da pokažu svoje bedževe roditeljima te da zamole roditelje da ih savjetuju kako mogu usavršiti tu vještinu.

Cjelina 3. Shvaćanje da su snage dio onoga što smo bili i dio onoga što možemo postati

Na kraju ovoga seta aktivnosti djeca će moći:

- uočiti da se sklonosti s vremenom mogu mijenjati
- uočiti da se naklonost prema igračkama i igrama s vremenom mijenja
- opisati kako mala djeca izražavaju osjećaje te kako se i to s vremenom mijenja.

Aktivnost 1. Hrana koju smo voljeli kad smo bili mali

Cilj učenja

Razumjeti da se sklonosti mogu s vremenom mijenjati.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

opisati što sam volio/voljela jesti kad sam bio/bila manji/a i kako se to sad promijenilo.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, radni listić *Što nam je bilo fino kad smo bili mali*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pročitajte djeci sljedeću priču koristeći se lutkama za ruku ili prste:

Zeldina omiljena hrana

Ježica Zelda trči po polju. Upravo je naučila kako naći nešto za jelo. Ona voli razno korijenje, a mrkva joj je najdraža. Kada dođe kući i kaže svojoj mami što je našla, majka joj se smiješi. „Reci mi“, kaže mama, „sjećaš li se kad si bila mala ježica?“ „Ne baš“, odgovara Zelda. „Kad si bila mala, tvoje bodlje su bile potpuno bijele i još ti nisu izrasle. Sada su smeđe i tvrde. Baš si bila slatka mala ježica“, odgovara mama. „Pričaj mi još o tome kad sam bila mala“, kaže Zelda. „Puno si spavala i voljela si mlijeko koje sam ti davala.“ „Zar sam pila mlijeko?“ upita Zelda. „Da“, odgovara majka, „voljela si mlijeko.“ „Ali sada volim korijenje“, kaže Zelda. „Znam“, kaže mama i pita je: „Što misliš, što će biti tvoja omiljena hrana kad skroz narasteš?“ „Uf, ne znam“, odgovara Zelda. „Što ti najviše voliš?“ „Ja obožavam voće“, odgovara joj majka. „Onda ću ga i ja vjerojatno voljeti“, kaže Zelda i odlazi tražiti još korijenja.

3. Razgovarajte s djecom tako da ih pitate sljedeća pitanja:
 - Voli li Zelda sada istu hranu koju je voljela kad je bila mala?
 - Što sada voli, a što je voljela dok je bila mala?
4. Potom povežite priču s osobnim iskustvima djece pitajući ih sljedeće:
 - Što vi volite jesti, koja vam je omiljena hrana?
 - Volite li istu hranu kao onda kad ste bili mali?
 - Što mislite, što ćete voljeti kad odrastete?
5. Zajedno s djecom, smislite pjesmicu koja govori o tome što vole jesti. Primjerice, „Martin voli jaja, Lisa voli voće...“
6. Pročitajte pjesmicu, a djeca neka se kreću ili plješću u ritmu. Kada dođe na red njihova omiljena hrana, neka dignu ruke u zrak.



Predložite roditeljima da zapišu što su djeca voljela jesti kad su bila manja.



HRANA KOJU SMO VOLJELI KAD SMO BILI MALI

Zapišite što je vaše dijete voljelo jesti dok je bilo manje. Možda se i dijete sjeća toga. Ako se ne sjeća, vi mu/joj kažite.

Kad sam bio/bila mali/bila mala...



Aktivnost 2. Omiljene stvari

Cilj učenja

Razumjeti da se naklonost prema igračkama i igrama može s vremenom promijeniti.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti, moći ću:

opisati čime sam se volio/voljela igrati kad sam bio/bila mlađi/a i kako se to promijenilo sada kad sam narastao/la.

Razina

Srednja

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, radni listić *Omiljene stvari*, veliki lješnjak ili neki sličan predmet koji se može sakriti



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pročitajte priču djeci koristeći se lutkama za ruku ili prste:

Sherlockova igra

Vjeverac Sherlock igra se *skrivača* sa svojim prijateljima. Sherlock se jako zabavlja jer baš voli tu igru. Jedna druga igra koju voli jest *skrivanje lješnjaka*. U toj igri netko sakrije lješnjak, a drugi ga igrač pokušava pronaći. Sada je red na Sherlocka da traži lješnjak. On počinje pitajući: „Ptica, riba ili između?“ Prijatelj mu kaže „riba“ ako je lješnjak skriven negdje dolje, „ptica“ ako je visoko gore ili „između“ ako se nalazi negdje između toga. Ako Sherlock dođe u blizinu lješnjaka, prijatelj će mu reći „Postaje toplo“, ili ako mu se skroz približi „Vruće je“. Sherlock se sjeća da mu je, kada je bio manji, omiljena igra bila *tu sam*. Uvijek se glasno smijao kada su se roditelji s njim igrali baš tu igru. Sherlock ima starijega brata, koji se isto voli igrati, no on voli neke druge igre. Sherlock se pita što će on voljeti kada poraste.

3. Razgovarajte s djecom tako da ih pitate sljedeća pitanja:
 - Čega se igraju vjeverice?
 - O čemu Sherlock razmišlja?
4. Potom povežite priču s osobnim iskustvima djece pitajući ih sljedeće:
 - Čega se vi volite igrati?
 - Sjećate li se što ste se voljeli igrati kad ste bili mali?
 - Koja je vaša omiljena igračka?
 - Koje je vaše omiljeno jelo?
 - Mislite li da ste se promijenili odkad ste bili mali?
5. Odigrajte *skrivanje lješnjaka* s djecom.



Podijelite djeci listić *Omiljene stvari* i predložite im da ga ispune zajedno s roditeljima. Zamolite ih da ispunjene listiće donesu idući dan u vrtić i pitajte djecu što su im roditelji rekli.



OMILJENE STVARI

Razgovarajte sa svojim djetetom o tome što je najviše voljelo kad je bilo mlađe (hrana, igračke, igre). Zapišite to na ovaj listić.



Aktivnost 3. Izražavanje osjećaja

Cilj učenja

Opisati kako mala djeca izražavaju osjećaje i kako se to s vremenom mijenja.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

opisati kako sam pokazivao/la osjećaje kad sam bilo/bila mali/a i kako to radim sada.

Razina

Napredna

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, listovi papira, pastele, bojice, materijal za izradu plakata, radni listić *Izražavanje osjećaja*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pročitajte djeci sljedeću priču koristeći se lutkama za ruku ili prste:

Nezgoda

Vjeverac Sherlock i njegovi prijatelji su u šumi i igraju se igre *slijedi vođu*. Sherlock je vođa, on skače po granama, između grana i trči po zemlji. Ostale vjeverice ga slijede i rade ono što on radi. Ondje je puno vjeverica, neke su starije, neke su mlađe od Sherlocka. Odjednom Sherlock začuje neku buku, jedan mlađi vjeverac viče. I viče li ga, viče. Što se događa? Sherlock prekida igru i odlazi do vjeverca koji viče. „Što je bilo?“ upita ga Sherlock. Mlađi vjeverac, koji se zove Petar, kaže: „Ana mi je stala na rep i sad me jako boli!“ „Oh“, uzvratu Sherlock, „jesi li ljut ili tužan?“ „Ljut sam“, odgovara Petar. „Ljut sam jer mi je Ana stala na rep“. „Misliš li da je to učinila namjerno?“ pita ga Sherlock. „Ne, ne mislim. No svejedno sam ljut.“ „Razumijem“, odgovara Sherlock i odlazi razgovarati s Anom o tome. Ana je tužna jer se Petar ljuti na nju pa sad plače. Ona ne govori jezik baš dobro jer je nedavno došla iz zemlje u kojoj je rat – ona je izbjeglica. „Što da radim?“ pita se Sherlock i odlazi do svoje majke da ju pita za savjet. Mama mu kaže da su i Ana i Petar mali i da ih oboje prvo treba utješiti. Normalno je da male vjeverice reagiraju kao što su reagirali Ana i Petar. „Kad porastu, bolje će znati kako izraziti svoje osjećaje i kako se utješiti ili potražiti utjehu“, kaže Sherlockova mama. Ona također objašnjava Sherlocku da je Ani potrebna posebna pažnja jer nije tako lako doći živjeti u stranu zemlju. Možda ona ne razumije u potpunosti što drugi govore ili ne zna kako i zašto se rade određene stvari. Osim toga, možda ju muče neka neugodna sjećanja i iskustva. Sherlock se vraća do malih vjeverica i razgovara s njima. Tješi ih oboje, pa se Ana i Petar smiruju. Uskoro se opet svi igraju. Ovoga je puta Ana vođa, a nakon nje, Petar. I Ana i Petar opet su sretni, a Sherlocku je drago što im je uspio pomoći da se osjećaju bolje.

3. Razgovarajte s djecom tako da ih pitate sljedeća pitanja:
 - Što je uzrujalo Petra?
 - Što se dogodilo s Anom?
 - Tko je pomogao Sherlocku da shvati što se sve dogodilo?

- Što je Sherlockova mama rekla o Ani?
4. Potom povežite priču s osobnim iskustvima djece pitajući ih sljedeće:
 - Sjećate li se kako ste vi izražavali svoje osjećaje kad ste bili manji (npr. vikali ste kad ste bili gladni ili tužni, spavali ste kad ste bili zadovoljni itd.)? Ako se djeca ne sjećaju, pitajte ih da vam kažu kako bebe pokazuju svoje osjećaje.
 - Kako vi sada pokazujete svoje osjećaje? Na primjer, kada ste ljuti, tužni ili sretni? Potaknite ih da vam pokažu kako tada izgledaju i zvuče.
 - Kako odrasli pokazuju svoje osjećaje?
 5. Pitajte djecu smatraju li da se Ana osjeća drugačije nego Petar? Koji su posebni izazovi pred Anom? Jesu li djeci poznati još neki mogući izazovi, osim onih Aninih? Imaju li nekog prijatelja koji je suočen s posebnim izazovom u svom životu? Jesu li oni sami suočeni s nekim izazovom?
 6. Što sve, unutar sebe i oko sebe, mogu iskoristiti kao pomoć za svladavanje tih izazova?
 7. Predložite djeci da nacrtaju kako su izražavala ljutnju dok su bila bebe i kako je sada pokazuju.
 8. Zajedno izradite plakat o životnim izazovima i kako ih možemo savladati.



Predložite djeci da pitaju roditelje kako su ona izražavala svoje osjećaje kad su bila mlađa i kako će ih pokazivati kad odrastu (radni listić).



IZRAŽAVANJE OSJEĆAJA

Kažite svojem djetetu kako je ono izražavalo svoje osjećaje dok je bilo mlađe i što mislite kako će ih izražavati kad odraste. Molimo, zapišite to.



PODTEMA 2. Korištenje jakih strana u akademskom i društvenom okruženju

Pozitivan i realističan (kongruentan) pojam o sebi kod djece, pogotovo ako ga odrasli pojačavaju, može utjecati na akademski i društveni angažman djece. Prije gotovo pedeset godina, Purkey (1970) je naglasio važnost pojma o sebi kao čimbenika školskoga uspjeha, kao i ulogu koju odgojitelji, učitelji, vrtić i škola imaju u jačanju pozitivnoga i kongruentnoga pojma o sebi kod djece. U središtu prvoga dijela ove pod teme jest kako iskoristiti svoje jake strane u teškim situacijama i pružiti utjehu sebi i drugima. Drugi dio nastoji potaknuti društveni angažman i sudjelovanje. Društveno sudjelovanje i angažman pomažu u razvijanju osjećaja vrijednosti, pripadanja i privrženosti, što su ključni elementi za izgradnju otpornosti. (Berkman, Glass, Brissette i Seeman, 2000). U zadnjem dijelu naglasak je na poštivanju sebe i drugih, kojim se unaprjeđuje vlastiti akademski i društveni angažman.

CJELINA 1.	KORIŠTENJE SVOJIH SNAGA U NEUGODNIM SITUACIJAMA I ZA PRUŽANJE UTJEHE DRUGIMA I SEBI
Ciljevi	
učenja	<ul style="list-style-type: none"> • razviti sposobnost utješiti se kada su tužni • razviti sposobnost utješiti se kada doživljavaju neugodne osjećaje • razviti sposobnost utješiti sebe i druge kada su usamljeni
CJELINA 2.	POTICANJE DRUŠTVENOGA SUDJELOVANJA
Ciljevi	<ul style="list-style-type: none"> • prepoznati što vole kod svoje obitelji
učenja	<ul style="list-style-type: none"> • prepoznati svoje jake strane kroz povratnu informaciju vršnjaka • razviti sposobnost davanja i primanja pozitivne povratne informacije
CJELINA 3.	POŠTIVANJE SEBE I DRUGIH
Ciljevi	<ul style="list-style-type: none"> • razviti sposobnost davanja i prihvaćanja pohvala
učenja	<ul style="list-style-type: none"> • prepoznati što im se sviđa na prijateljima • poštovati sebe i druge zbog onoga što cijene kod sebe i drugih, kod kuće i u vrtiću

Savjeti za odgojitelj(ice)

1. Pokažite djeci što sve cijenite na njima. Govorite im o tome ističući ono što djeca vole raditi.
2. Svakako razgovarajte o tome kako se djeca mogu nositi s tugom i neugodnim osjećajima na konstruktivan način. Ako smatrate prikladnim, dajte im primjere iz svojega života.
3. Budite im uzor, pružajte im konkretne pozitivne povratne informacije i uvijek dajte do znanja da primjećujete kada djeca jedna drugoj pružaju pozitivne povratne informacije.
4. Dajte im do znanja svaki put da ste primjetili prijateljsko ponašanje. Opet, usredotočite se na to kako se djeca ponašaju, a ne kakva su ona.
5. Koristite svaku priliku kako biste skrenuli djeci pažnju na primjere kako se djeca ili drugi (likovi u pričama) tješe.

Cjelina 1. Korištenje svojih jakih strana za suočavanje s neugodom i za pružanje utjehe

Na kraju ovoga seta aktivnosti djeca će moći:

- razviti sposobnost utješiti se kada su tužni
- razviti sposobnost utješiti se kada doživljavaju neugodne osjećaje
- razviti sposobnost utješiti sebe i druge kada su usamljeni.

Aktivnost 1. Pad na nos

Cilj učenja

Razviti sposobnost utješiti se kada su tužni.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

utješiti se kada sam tužan/na.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, fotoapararat



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pročitajte djeci sljedeću priču koristeći se lutkama za ruku ili prste:

Utjeha

Zelda je upravo otišla van igrati se s drugim ježevima. Odjurila je vidjeti što oni rade. Igraju se *lovice* i Zelda im se pridružuje. I ona trči po polju. Njezine nožice stvarno su brze. Zelda obožava trčati, baš se dobro osjeća! Odjednom, Zelda pada i udara se u nos. Jako se rastuži i pretvara se u loptu s bodljama koje strše na sve strane, tako da joj se nitko ne može približiti. Jedna prijateljica dolazi do nje i pita što je bilo. Zelda se odmota i kaže: „Udarila sam se u nos.“ „Daj da vidim“, kaže njezina prijateljica i Zelda joj pokaže. Prijateljica je zagrlila i nježno puhne prema Zeldinu nosu. Zelda osjeti toplinu svoje prijateljice koja je grli i odmah se osjeća bolje. Nos ju ubrzo prestaje boljeti i Zelda se opet može igrati sa svojim prijateljima. Zelda je sretna što ima prijateljicu koja zna kako utješiti druge. Ona pomisli: „Kad bih bar mogla samu sebe tako utješiti!“

3. Razgovarajte s djecom tako da ih pitate sljedeća pitanja:
 - Što je Zelda učinila kada se udarila u nos?
 - Tko joj je pomogao i kako?
4. Potom povežite priču s osobnim iskustvima djece pitajući ih sljedeće:
 - Što vas rastužuje?
 - Što vam pomaže kad ste tužni?
 - Kako se možete utješiti?
5. Razgovarajte s djecom o osjećaju tuge i o tome kako ljudi izgledaju kada su tužni. Neka vam djeca pokažu kako ona izgledaju kada su tužna, a vi ih fotografirajte dok vam to pokazuju.
6. Nastavite razgovarati o tome kako bi djeca htjela da ih se utješi kad su tužna, bilo da ih tješe drugi ili da se tješe sama. Osim toga, recite im da je velika stvar znati kako sam sebe utješiti i da je to moguće naučiti. Razgovarajte o načinima kako se sve može pružati utjeha (npr. umirivanje, opuštanje, smijanje, zagrljaji, slušanje glazbe, maženje s ljubimcem, razgovor s drugom osobom ili ljubimcem, igra, masaža, itd.). Potaknite djecu da vam kažu svoje ideje, a vi dodajte nekoliko svojih prijedloga. Zamolite ih da vam pokažu kako se mogu utješiti kada su tužni i pritom ih fotografirajte.
7. Zajedno s djecom sastavite pjesmu o pružanju utjehe. Na primjer: *Kad je Lisa tužna, ona može... Kad je Petar tužan, on može....*
8. Izložite fotografije i pjesmu na zid ulazne prostorije, tako da mogu vidjeti i roditelji.



Zamolite djecu da vježbaju pružanje utjehe drugima i sebi samima.

Aktivnost 2. Selidba

Cilj učenja

Razviti sposobnost utješiti se kada doživljavaju neugodne osjećaje.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

utješiti se kad budem imao/la neugodne osjećaje.

Razina

Srednja

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pročitajte djeci sljedeću priču koristeći se lutkama za ruku ili prste:

Sherlock je zabrinut

Sherlock je upravo saznao da će se on i njegova obitelj preseliti. Moraju se seliti zato što će stablo u kojem su živjeli biti srušeno. Kad je Sherlock saznao za to, u glavi i u trbuhu mu se pojavio čudan osjećaj. Zapravo ne razumije kakav je to osjećaj, no zna da mu se ne sviđa. Sherlock o tome razgovara sa svojim ocem i on mu kaže: „Mislím da si zabrinut i to je normalno. Normalno je biti zabrinut kada se događaju velike promjene, kao što je na primjer ova naša selidba na novo mjesto. Reci mi, što te brine?“ pita ga otac. Sherlock sjeda i počinje razmišljati o svojim brigama.

3. Razgovarajte s djecom pitajući ih sljedeće:
 - Što mislite, što Sherlocka brine (npr. selidba, novi prijatelji, nova soba, novi vrtić, itd.)?
4. Potom povežite priču s osobnim iskustvima djece pitajući ih sljedeće:
 - Jeste li se ikada osjećali kao Sherlock?
 - Što ste tada učinili?
5. Pitajte djecu kako se Sherlock može utješiti i neka vam to i pokažu. Recite djeci da je jako važno znati kako se utješiti. Znati nositi se s neugodnim osjećajima vrlo je korisna sposobnost, za njih kao prijatelje, ali i za njih same. To je vještina koju je moguće usavršiti.
6. Ispričajte djeci o nečemu što vas je brinulo i zamolite ih da vam daju svoje prijedloge kako ste se tada mogli utješiti (npr. zagrljaji, utješne riječi, opuštanje, slušanje glazbe, samogovor, bodrenje, itd.).
7. Pitajte ih što brine djecu njihove dobi i na koje se načine djeca mogu utješiti, bilo sama sebe, bilo da im drugi pružaju utjehu.

- Potaknite djecu da vam pokažu razne načine pružanja utjehe sebi ili drugoj djeci, a vi ih fotografirajte. Postavite malu izložbu tih fotografija pod naslovom *Znamo pružiti utjehu*.



Zamolite djecu da vježbaju kako pružiti utjehu sebi i nekom drugom u obitelji.

Aktivnost 3. Nedostaje mi mama

Cilj učenja

Razviti sposobnost utješiti sebe i druge kada su usamljeni.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

pružiti utjehu sebi ili drugima kada sam/su usamljen/i.

Razina

Napredna

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, fotoaparata, radni listić *Nedostaje mi mama*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pročitajte djeci sljedeću priču koristeći se lutkama za ruku ili prste:

Dan bez mame

Jutros se Zelda probudila s čudnim osjećajem. Nije bila sretna kao inače kad se probudi. Bila je posve sama, nigdje nikoga pokraj nje. „Gdje su svi?“ pitala se. Protrčala je naokolo, no nije vidjela nikoga. Sjela je i pokušala razmisliti o tome što se događa. Sjetila se da taj dan njezini roditelji idu u posjet baki i da će njihova susjeda paziti na nju. Zelda je htjela ići s roditeljima, no rekli su joj da ne može jer je baka prebolesna da primi puno posjetitelja. Zelda je otišla k susjedi na doručak. Bilo je fino, pojela je nekoliko jabučica. Ona stvarno voli jesti jabuke. Iako je susjeda bila jako ljubazna i pokušala razgovarati s njom, Zelda se osjećala usamljeno. Otišla je sjesti na mjesto odakle se moglo vidjeti dolazi li netko. Nikoga nije vidjela i osjećala se kao najusamljeniji jež na cijelome svijetu. Suze su joj počele kliziti niz obraze i osjećala se ne samo usamljeno nego i tužno. Zatvorila je oči i mislila na svoju baku kad je začula glas svoje majke. Skočila je i potrčala ususret majci. Mama nije izgledala pretjerano sretno. „Što se dogodilo?“ upitala je Zelda. „Usamljena sam“, rekla je mama, „nedostaje mi moja majka.“ „I meni isto rekla je Zelda i zagrlila svoju mamu. Dok su tako stajale zagrljene, počele su se osmjehivati. „Sada se osjećam bolje“, rekla je Zeldina mama. „I ja isto“, pomislila je Zelda.

3. Razgovarajte s djecom tako da ih pitate sljedeća pitanja:
 - Što je Zeldi bilo neobično kada se probudila?
 - Kako se osjećala?
4. Potom povežite priču s osobnim iskustvima djece razgovarajući s njima o osjećaju samoće tako da ih pitate sljedeća pitanja:
 - Jeste li ikada iskusili taj osjećaj?
 - Gdje ga možete osjetiti?
 - Kako izgledate kada ste usamljeni?
 - Što vam uzrokuje osjećaj samoće?

5. Razgovarajte o tome što mogu poduzeti kada su jako usamljena, kako se mogu utješiti (npr. mogu pjevati pjesme, čitati, slušati glazbu, nazvati prijatelja, razgovarati s ljubimcem, itd.). Ako se netko drugi osjeća usamljeno, što mogu poduzeti u vezi s tim (npr. zagrliti ga, izmasirati ga, dotaknuti ga, igrati se s njim, itd.)?
6. Igrajte se *nijemog kazališta* u kojem djeca moraju svojim tijelima i pokretima prikazati da su usamljena. Isto tako, neka u tišini pokažu kako mogu utješiti sebe i svoje prijatelje. Fotografirajte njihovu izvedbu i složite Power Point prezentaciju o tome.
7. Završite pitajući djecu kako se mogu utješiti kad se osjećaju usamljeno. Neka dovrše rečenicu: „Kada sam usamljen/a, ja želim/mogu...” Postavite rečenice na zid tako da ih mogu vidjeti i roditelji.



Predložite djeci da pokažu roditeljima kako se mogu utješiti *kada se osjećaju usamljeno* i da pitaju *članove obitelji* što oni rade u takvoj situaciji. Podijelite im listić na kojem piše: „Kada sam usamljen/a, ja želim/mogu...” kako bi ih roditelji mogli popuniti. Idućega dana svakako razgovarajte s djecom o tome kako je protekla aktivnost kod kuće.



NEDOSTAJE MI MAMA

Dijete će vam pokazati kako se može utješiti kada se osjeća usamljeno i pitat će vas što vi radite u takvoj situaciji. Napišite što vam je dijete reklo i popunite dio listića na kojem piše: „Kada sam usamljen/a, ja želim/mogu...“.

Kada sam usamljen/a, ja želim/mogu.....



Cjelina 2. Poticanje društvenoga sudjelovanja

Na kraju ovoga seta aktivnosti djeca će moći:

- prepoznati što vole kod svoje obitelji
- prepoznati svoje jake strane kroz povratne informacije vršnjaka
- razviti sposobnost davanja i primanja pozitivne povratne informacije.

Aktivnost 1. Vrline u mojoj obitelji

Cilj učenja

Prepoznati što vole kod svoje obitelji.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

opisati što volim kod svoje obitelji.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, radni listić *Snaga moje obitelji*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pročitajte djeci sljedeću priču koristeći se lutkama za ruku ili prste:

Volim svoju obitelj

Zelda je danas na vrtićkom izletu. Svi su u šumi gdje gledaju mnoge uzbudljive stvari. Uče o stablima i cvijeću te o svemu ostalom što raste u šumi. Zelda je sa svojom prijateljicom koja puno govori o svojoj obitelji i zašto je voli. Nakon što se vratila kući, Zelda razmišlja o svojoj obitelji i svemu što voli u vezi s njima. Zelda kaže svojoj mami: „Volim našu obitelj i baš mi se sviđa što se mi jako zabavljamo kad smo zajedno.“ „Sretna sam što si mi to rekla“, kaže njezina mama. „A što se tebi sviđa kod naše obitelji?“ pita Zelda. „Sviđa mi se što svi pomažu jedni drugima.“ Zelda je i sretna i ponosna zbog toga što je mama rekla.

3. Razgovarajte s djecom tako da ih pitate sljedeća pitanja:
 - Što Zelda voli kod svoje obitelji?
 - Što Zeldina mama voli?

- Kao se Zelda zbog toga osjeća?
4. Potom povežite priču s osobnim iskustvima djece pitajući ih razumiju li kako se Zelda osjeća. Navedite im jednu ili dvije stvari koje vi volite kod svoje obitelji, a onda neka vama djeca kažu što ona vole kod svojih obitelji. Zapišite to na list papira.
 5. Idućega dana nastavite aktivnost izradom plakata, na kojem ćete prikazati što članovi obitelji djece vole kod svojih obitelji.



Predložite djeci da zamole roditelje/članove obitelji da im kažu i zapišu na radni listić što vole kod svoje obitelji. Ako je moguće, predložite djeci da donesu u vrtić jednu obiteljsku fotografiju na kojoj obitelj uživa u nekoj aktivnosti kao što je izlet ili obiteljsko okupljanje.



SNAGA MOJE OBITELJI

U vrtiću smo razgovarali što tko voli kod svoje obitelji. I vaše je dijete o tome govorilo. Pitajte ga što ono voli kod vaše obitelji i zabilježite njegov odgovor. Ako dijete želi, možete to zajedno i nacrtati. Zatim vi ispunite dio listića koji se odnosi na to što vi volite kod vaše obitelji.

Moja obitelj i naše snage

Što ja volim kod svoje obitelji / Što mi volimo kod naše obitelji



Aktivnost 2. Cijenimo jedni druge

Cilj učenja

Prepoznati svoje jake strane na osnovi povratne informacije vršnjaka.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

znati što drugi cijene na meni.

Razina

Srednja

Potreban pribor

Veliki list papira, fotoapararat, bojice, pastele, lutke za ruku ili prste



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pročitajte djeci sljedeću priču koristeći se lutkama za ruku ili prste:

Skok na skok

Sherlock se igra sa svojom prijateljicom Suzanom. Suzana je osoba s poteškoćom: jedna noga joj je puno kraća od druge zbog čega Suzana izgleda pomalo čudno kad hoda. Drugi je zato često zadirkuju i ponekad joj ne daju da im se pridruži u igri. Ona i Sherlock sada skaču s grane na granu. Suzana zna jako dobro upravljati svojim repom i Sherlock je zadržan time. Njih dvoje nastavljaju svoju igru skačući s jednog stabla na drugo. Dok skaču, viču na sav glas. Nakon nekog vremena moraju se odmoriti pa zapuhani sjedaju na jednu granu. „Tako dobro upravljaš svojim repom“, kaže Sherlock Suzani. „Hvala,“ uzvraća mu ona. Ubrzo dodaje: „Ti si najbolji skakač kojeg sam ikada vidjela, možeš skočiti tako daleko.“ „Hvala“, kaže Sherlock.

3. Razgovarajte s djecom tako da ih pitate sljedeća pitanja:
 - Kakvu poteškoću ima Suzana?
 - Kako se drugi ponašaju prema njoj zbog toga?
4. Potom povežite priču s osobnim iskustvima djece pitajući ih kako se Suzana i Sherlock osjećaju kada dobivaju pohvale? Je li netko od njih zbog toga bio posebno sretan? Što misle kako se Suzana osjeća kada je druge životinje isključuju? Može li ona nešto poduzeti u vezi s tim? Zamolite djecu da vam daju primjere snaga na kojima Suzana može poraditi. Jesu li i djeca suočena s nekim izazovnim situacijama? Koje njihove snage im mogu u tome pomoći? Znaju li u čemu su dobra? Neka vam djeca kažu koje stvari im dobro idu. To se ne mora odnositi samo na stvari koje dobro rade, nego i na to kakve su oni osobe.
5. Smislite pjesmicu o onome što djeci dobro ide. Na primjer *Marija je dobra u..., Pavao je dobar u pjevanju ...* i tako dalje. Napišite pjesmicu na plakat pod naslovom *U ovoj skupini mi cijenimo jedni druge*. Neka djeca ukrase plakat, a za to vrijeme vi ih fotografirajte za slike koje možete staviti pokraj plakata.



Zamolite djecu da vježbaju neku svoju vještinu koju mogu poboljšati.

Aktivnost 3. Cvijet

Cilj učenja

Razvijati sposobnost davanja i primanja pozitivne povratne informacije.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

dati i primiti pozitivnu povratnu informaciju.

Razina

Napredna

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, listovi papira (jedan za svako dijete), bojice



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pročitajte djeci sljedeću priču koristeći se lutkama za ruku ili prste:

Oluja

Jednoga dana šumu je zadesila strašna oluja. Sve su se životinje posakrivale od obilne kiše. I Zelda i Sherlock sakrili su se pod jedno stablo. Sherlock dugo prije toga nije sreo Zeldu te joj je rekao: „Nedostajala si mi, a posebno mi je nedostajao tvoj slatki osmijeh i ugodni razgovori s tobom.“ Zelda je osjetila toplinu oko srca i stvarno nije znala što bi rekla. Ustala je, uputila Sherlocku jedan od svojih osmijeha i samo rekla: „Hvala.“

3. Razgovarajte s djecom tako da ih pitate:
 - Zašto se Zelda sakrila pod stablo?
 - Što joj je Sherlock rekao i kako se ona osjećala?
4. Potom povežite priču s osobnim iskustvima djece pitajući ih sljedeće:
 - Jeste li vi ikada dobili neku pohvalu?
 - Kakav je to osjećaj?
 - Kakav je osjećaj dijeliti pohvale?
5. Ispričajte djeci o nečem lijepom ili nekoj pohvali koju ste dobili od prijatelja. Opišite im kako ste se tada osjećali. Također možete razgovarati o tome zašto je važno jasno pokazati što vam se sviđa kod drugih osoba. Na bijeloj ploči ili plakatu napravite popis stvari koje je moguće voljeti kod drugih kako biste djeci dali ideje. Uključite i ono u čemu je netko dobar, ali navedite i stvari kao što su *biti brižan, govoriti lijepo stvari*, itd.
6. Podijelite djecu u skupine po pet i dajte svakom djetetu prazan papir na koji će nacrtati cvijet s četiri laticice. Svako dijete treba napisati svoje ime u sredinu cvijeta (napišite ga vi ako dijete ne piše svoje ime), dok ostala djeca iz grupe u svaku laticu trebaju napisati nešto što im se sviđa na djetetu kojemu cvijet pripada. Pomozite djeci koja još ne znaju pisati.

7. Potaknite djecu da ukrase svoje cvjetove, a potom stavite sve cvijeće u „vazu“ na zidu.



Predložite djeci da pokažu svoj cvijet nekome izvan vrtića. Pitajte ih idući dan kome su pokazali cvijet i što im je ta osoba rekla.

Cjelina 3. Poštovanje sebe i drugih

Na kraju ovoga seta aktivnosti djeca će moći:

- razviti sposobnost davanja i prihvaćanja pohvala
- prepoznati što im se sviđa na prijateljima
- poštovati sebe i druge zbog onoga što cijene kod sebe i drugih kod kuće i u vrtiću.

Aktivnost 1. Cijenimo jedni druge

Cilj učenja

Razviti sposobnost davanja i prihvaćanja pohvala.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

iskusiti prihvaćanje pohvala od svojih vršnjaka.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pročitajte djeci sljedeću priču koristeći se lutkama za ruku ili prste:

Rep

Sherlock se igra sa svojom prijateljicom Suzanom. Njih dvoje sada skaču s grane na granu. Suzana jako dobro upravlja svojim repom i Sherlock je zavidljen time. Njih dvoje nastavljaju svoju igru, skačući s jednoga stabla na drugo. Dok skaču, viču na sav glas. Nakon nekog vremena moraju se odmoriti, pa zapuhani sjedaju na jednu granu. „Tako dobro upravljaš svojim repom“, kaže Sherlock Suzani. „Hvala,“ uzvraća mu ona. Ubrzo dodaje: „Ti si najbolji skakač kojega sam ikada vidjela, možeš skočiti tako daleko.“ „Hvala“, kaže Sherlock.

3. Razgovarajte s djecom tako da ih pitate sljedeća pitanja:
 - Što su radili Sherlock i Suzana?
 - Koje su pohvale dali jedan drugome?

4. Potom povežite priču s osobnim iskustvima djece pitajući ih kako se osjećaju Sherlock i Suzana kada dobiju pohvalu. Znaju li oni u čemu su dobri? Neka vam djeca kažu u čemu su ona dobra. To se ne mora odnositi samo na stvari koje dobro rade, nego i na to kakve su oni osobe.
5. Pozovite djecu da sjednu u krug, a jedno dijete u sredinu kruga. Ostala djeca trebaju reći u čemu je dijete u sredini kruga dobro. Zabilježite što djeca govore kako biste mogli izraditi plakat. Na njemu ćete za svako dijete navesti po tri stvari u kojima je ono dobro (djeca mogu odabrati koje ćete tri stvari napisati na plakat). Plakat stavite na mjesto dostupno roditeljima.



Predložite djeci ispričaju nekome izvan vrtića koje dvije stvari o sebi im je bilo posebno drago čuti. Pitajte ih idući dan kako su obavili tu aktivnost i jesu li zadovoljni.

Aktivnost 2. Što mi se sviđa na prijateljima

Cilj učenja

Prepoznati što im se sviđa na prijateljima.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

opisati što mi se sviđa na mojim prijateljima i što se njima sviđa na meni.

Razina

Srednja

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, listovi papira, pastele, bojice, pismo prijateljice u kojem vam ona piše zašto cijeni vas i vaše prijateljstvo

Nešto poput ovoga:

Draga...,

prošlo je dosta vremena od kada sam ti zadnji put pisala. Moram ti reći da mi nedostaju naše zajedničke šetnje. Mislim da je važno da ti kažem zbog čega cijenim tebe i naše prijateljstvo. Čini mi se da si prerijetko govorimo te stvari, i prije nego što se okreneš, može biti kasno. Budući da smo toliko dugo prijateljice, sad je krajnje vrijeme da ti kažem koje su to stvari koje volim kod tebe. Ti si topla, draga, velikodušna i brižna prijateljica. Uvijek se brineš o drugima i pomažeš kada im je potrebna pomoć. Skromna si i rado prepuštaš drugima zasluge za stvari koje si ti učinila. Kada smo zajedno, nas se dvije zabavljamo i smijemo. Jako si pažljiva slušateljica, to stvarno cijenim. Ima još puno toga na čemu sam ti zahvalna, no o njima ću ti pisati u svojem sljedećem pismu. Naravno, znam da i ja imam kvalitete koje se tebi sviđaju. Znam da misliš da je zabavno sa mnom provoditi vrijeme i da sam ja velikodušna osoba.

Tvoja draga prijateljica...



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pročitajte djeci sljedeću priču koristeći se lutkama za ruku ili prste:

Pismo

Jednoga dana kad je Zelda došla kući, dočekalo ju je prijateljičino pismo. Mama joj je pročitala pismo i onda je Zelda bila jako sretna jer joj je prijateljica pisala o onome što voli kod nje. „O,“ mislila je Zelda, „sada moram postati još bolja prijateljica. Moram odlučiti na čemu moram poraditi...“

3. Razgovarajte s djecom tako da ih pitate sljedeća pitanja:
 - O čemu je bilo pismo koje je Zelda dobila?
 - Kako se osjećala nakon što joj je mama pročitala pismo?

4. Potom povežite priču s osobnim iskustvima djece pitajući ih o stvarima koje se mogu voljeti na prijatelju (ono zbog čega cijenimo prijatelje).
5. Pročitajte izmišljeno pismo prijatelja (gore navedeno ili neko vaše) i neka vam djeca kažu što misle, kako se vi osjećate kad dobijete jedno takvo pismo. Osim toga, razgovarajte s njima o onome što cijenimo kod prijatelja (kako biste im pomogli u sljedećem zadatku).
6. Djeca trebaju raditi u paru. Pomozite svakom djetetu da izrazi po jednu stvar koju cijeni na svojem paru i na sebi. Neka zapišu svoje izjave na list papira (pomozite djeci koja ne znaju pisati), a onda neka ih i ukrase.
7. Završite aktivnost tako što će djeca koja žele pokazati drugima što su napravila.



Predložite djeci da pokažu svoje listove papira jednom članu obitelji.

Aktivnost 3. Ja cijenim...

Cilj učenja

Poštovati sebe i druge zbog onoga što cijene kod sebe i drugih, kod kuće i u vrtiću.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

poštovati sebe i druge zbog onoga što cijenim kod sebe i drugih (prijatelja, članova obitelji).

Razina

Napredna

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, listovi papira, bojice, pastele, (po mogućnosti) fotografije stvari koje cijenite, radni listić *Ja cijenim...*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pročitajte djeci sljedeću priču koristeći se lutkama za ruku ili prste:

Volim ... ne volim

Sherlock je marljivo skupljao lješnjake i drugu hranu kada je susreo Zeldu. „Bok, kako si?“ upitao ju je. „Dobro sam“, odgovorila je. „Što to radiš?“ „Skupljam lješnjake“, reče Sherlock. „O, tvoja obitelj sigurno stvarno cijeni što im toliko pomažeš,“ reče Zelda. „Sigurno da. A ja njih cijenim zato što mi u svemu pružaju potporu“, uzvratila Sherlock. Zelda je počela razmišljati o tome što ona cijeni kod svoje obitelji, kao i o tome što cijeni kod svojih prijatelja. Razmišljajući o tome shvatila je da se osjeća dobro. Sherlock je bio zauzet i otrčao je dalje, a Zelda je odskakutala kući.

3. Razgovarajte s djecom tako da ih pitate:
 - O čemu su Zelda i Sherlock razgovarali?
 - Kako se ona zbog toga osjećala?
4. Potom povežite priču s osobnim iskustvima djece pitajući ih:
 - Što vi cijenite kod svojih prijatelja, kod svoje obitelji i kod sebe samih?
5. Recite djeci koje stvari vi cijenite, i ako je potrebno, pojasnite im tu riječ. Ako imate fotografije, pokažite im npr. kako provodite vrijeme sa svojom obitelji na bazenu, u šetnji sa psom, u vrtiću s djecom.
6. Zamolite djecu da vam ponovo navedu što cijene kod svojih prijatelja i obitelji, kod sebe i u vrtiću. Pomozite im sjetiti se još nekih primjera.
7. Podijelite djeci radne listiće na koje će nacrtati stvari koje cijene kod svoje obitelji, prijatelja, sebe i u vezi s vrtićem.



Recite djeci da zamole članove obitelji da zajedno ispune radni listić tako da u njega upišu ono što oni cijene. Svakako idućega dana razgovarajte s djecom o aktivnosti kod kuće.

JA CIJENIM...

Što cijenim kod svoje obitelji, prijatelja, sebe i u vrtiću.



Dodajte na popis vašega djeteta još nekoliko osobina.



Evaluacijski listić odgojitelja/ice

Ime djeteta: _____	0: Nije primijećeno / neprimjenjivo
Datum popunjavanja: _____	1: Usvaja 2: Postignuto 3: Trajno uspostavljeno

Upute: Popunite listu za svako dijete kada završite **Temu 5. Razvijanje jakih strana**

5. RAZVIJANJE JAKIH STRANA	
5.1 POZITIVNO SAMOPOIMANJE I SAMOPOŠTOVANJE	Razina 0,1,2 ili 3
5.1.1. Poznavati sebe kako bismo imali pozitivan pojam o sebi	
5.1.1.O ⁹ . Dijete može shvatiti da je njegovo/njezino ime važan dio njega/nje.	
5.1.1.S. Dijete može prepoznati koje pozitivne osobine njegovi/njezini prijatelji vole na njemu/njoj.	
5.1.1.N. Dijete može opisati zašto je dobilo svoje ime.	
5.1.2. Otkrivanje svojih pozitivnih strana kako bi povećali samopoštovanje	
5.1.2.O. Dijete može stvarati pozitivna uvjerenja o sebi.	
5.1.2.S. Dijete je ponosno na neke osobine koje posjeduje.	
5.1.2.N. Dijete može odlučiti što će usavršiti na sebi.	
5.1.3. Razumijevanje da su naše snage dio onoga što smo bili, što jesmo i što bismo mogli postati	
5.1.3.O. Dijete može razumjeti da se sklonosti mogu promijeniti s vremenom.	
5.1.3.S. Dijete može razumjeti da naklonost prema igrama i igračkama može promijeniti s vremenom.	
5.1.3.N. Dijete može opisati kako mala djeca izražavaju svoje osjećaje i kako se to s vremenom mijenja.	

5.2. KORIŠTENJE JAKIH STRANA U AKADEMSKOM I DRUŠTVENOM OKRUŽENJU	
5.2.1. Korištenje snaga u neugodnim situacijama i kod pružanja utjehe	
5.2.1.O. Dijete može razviti sposobnost da se utješi kada je tužno.	
5.2.1.S. Dijete može razviti sposobnost da se utješi kada doživljava neugodne osjećaje.	
5.2.1.N. Dijete može razviti sposobnost da utješi sebe i druge kada su usamljeni.	
5.2.2. Poticanje društvenoga sudjelovanja	
5.2.2.O. Dijete može prepoznati što voli kod svoje obitelji.	
5.2.2.S. Dijete može prepoznati svoje jake strane na osnovi povratne informacije vršnjaka.	

9 O = Osnovna razina, S = Srednja razina, N = Napredna razina

5.2.2.N. Dijete može razviti sposobnost davanja i primanja pozitivne povratne informacije.	
5.2.3. Poštivanje sebe i drugih	
5.2.3.O. Dijete može razviti sposobnost davanja i prihvaćanja pohvala.	
5.2.3.S. Dijete može prepoznati što voli kod svojih prijatelja.	
5.2.3.N. Dijete može poštovati sebe i druge zbog onoga što cijeni kod sebe i drugih, kod kuće i u vrtiću.	

Djetetove jake strane:

Djetetove potrebe:

Razvojni ciljevi:




TEMA 6. Pretvaranje izazova u prilike

Važan temelj psihološkome sazrijevanju i osobnome rastu je znanje o tome kako se uspješno nositi s teškim životnim situacijama. Primjerice, odbacivanje od strane važnih osoba, gubitci i prijelazna životna razdoblja mogu biti vrlo stresni za djecu i dovesti ih u vrlo ranjivi položaj. Stoga je pomoć u suočavanju s takvim teškoćama presudna za zdrav razvoj djece i njihovu dobrobit. Reakcije djece na teškoće ovise o njihovom razvojnom stupnju i kulturološkom porijeklu, o reakciji odraslih kojima su okruženi i o vrsti teškoće s kojom su se suočili. Djeci najviše pomaže kada se o takvim situacijama i događajima razgovara na otvoren, autentičan i djeci primjeren način. Važno je da u takvim situacijama njima važne odrasle osobe daju do znanja da su uz njih i da će im uvijek pružati podršku.




Suočavanje s teškoćama može djelovati na osjećaj osobnoga identiteta i samopoštovanja djeteta (Bredenkamp i Copple, 1997). Ipak, teškoće su prilika za djecu da uče i da se razvijaju na višestrukim razinama (Dockett i Perry, 2007). U tom pogledu, prilagodba promjeni može pomoći djeci da razviju otpornost.

Zato se šesta tema odnosi na pretvaranje izazova u prilike. Radi se o posebnim situacijama u kojima se dijete može naći. Važno je da odgojitelji prepoznaju situacije s kojima se djeca susreću u vrtiću ili obitelji te da povećaju dječju osjetljivost i razumijevanje u tim situacijama. Tema obuhvaća dvije podteme. To su *Suočavanje s nedaćama i odbacivanjem* te *Suočavanje sa sukobima i prihvaćanje promjena*.

Podtema 1. Suočavanje s nedaćama i odbacivanjem

 CJELINA 1	 CJELINA 2	 CJELINA 3
Suočavanje s nedaćama	Suočavanje s odbacivanjem	Suočavanje s nepravdom

Podtema 2. Suočavanje sa sukobima i prihvaćanje promjena

 CJELINA 1	 CJELINA 2	 CJELINA 3
Suočavanje s gubitkom	Suočavanje sa sukobima u obitelji	Suočavanje s promjenom i prijelaznim razdobljima

PODTEMA 1. Suočavanje s nedaćama i odbacivanjem

Podtema *Suočavanje s nedaćama i odbacivanjem* temelji se na ideji da su hrabrost i ustrajnost svojstvene otpornom mišljenju te na ideji da je moguće svladati zapreke i očekivati pozitivne ishode (Scheier i Carver, 1992). Neka od obilježja mentalne izdržljivosti u teškim situacijama su ustrajnost, hrabrost unatoč nedaćama, bilo privremenima (teškoće u učenju) bilo trajnima (invaliditet, bolest) i optimistični mentalni sklop unatoč zaprekama ili nepravednim situacijama (diskriminacija). Osim toga, ključna kvaliteta za jačanje otpornosti kod djece jest sposobnost sagledavanja nevolja iz nove perspektive što se postiže razvijanjem pozitivnih stilova suočavanja (Newman, 2002). Da zaključimo, umjesto da budu usredotočena samo na negativne učinke nedaća, djeca mogu naučiti kako uvidjeti njihovu prednost, a to su prilike za razvoj pozitivnih osobina, kao što su hrabrost i ustrajnost. Iskorištavanje tih prilika može značajno utjecati na to da postanu otporna i da usvoje pozitivan pristup nevoljama i aktivan i optimističan pogled na život.

Ova je podtema podijeljena na tri dijela koji obuhvaćaju općenite korake za hrabro i uporno suočavanje s nedaćama. U prvome dijelu djeca trebaju opisati i izraziti svoje osjećaje i misli vezane uz poteškoće s kojima su suočena. Zatim se traži od djece da sagledaju te poteškoće iz druge perspektive i da se distanciraju od njih. Konačno, trebaju odrediti koje aktivnosti mogu poduzeti da bi se nosila s izazovima prouzročenim tim poteškoćama.

CJELINA 1. SUOČAVANJE S NEDAĆAMA

- | | |
|----------------|---|
| Ciljevi | • opisati i izraziti misli i osjećaje kad su suočeni s teškoćama |
| učenja | • koristiti pozitivan samogovor u teškim situacijama
• primijeniti plan djelovanja za suočavanje s teškoćama |

CJELINA 2. SUOČAVANJE S ODBACIVANJEM

- | | |
|----------------|---|
| Ciljevi | • opisati i izraziti osjećaje i misli kada doživljavaju odbacivanje |
| učenja | • razmišljati pozitivno kad se suočavaju s odbacivanjem
• prepoznati aktivnosti za uspješno suočavanje s vršnjačkim nasiljem |

CJELINA 3. SUOČAVANJE S NEPRAVDOM

- | | |
|----------------|--|
| Ciljevi | • opisati i izraziti osjećaje i misli kada su suočeni s nepravdom |
| učenja | • sagledati nepravdu iz drugog kuta razmišljajući pozitivno
• izraditi plan djelovanja za suočavanje s nepravdom. |
-

Savjeti za odgojitelj(ice)

1. Na svakodnevnom primjerima pokazujte djeci da se svi suočavaju s poteškoćama, nepravdom, diskriminacijom, nekom vrstom teškoća, sve je to dio života. Potičite djecu da izražavaju svoje osjećaje osobito kada su suočena s teškoćama.
2. Djeca uče izražavati svoje osjećaje oponašajući odrasle osobe oko sebe. Zbog toga je važno da im vi budete uzor u izražavanju osjećaja (pozitivnih i negativnih).
3. Kada se djeca suoče s teškoćama u svakodnevnom životu, pomozite im da sagledaju problem iz drugog kuta, da se distanciraju od problema i da koriste pozitivan govor.
4. Pomozite djeci da izrade plan djelovanja svaki put kad se suoče s nekom teškom situacijom i potaknite ih da razmisle kako mogu primijeniti U-O-H (ustrajnost, optimizam, hrabrost) u svojem slučaju.
5. I roditelje je potrebno osnažiti za suočavanje s teškoćama. Pružite im potporu i informirajte ih o tome kako mogu podržati svoje dijete. Razgovarajte s njima o aktivnostima koje s djecom provode kod kuće.
6. Zajedno s djecom izradite *mirni kutić* kamo djeca mogu otići kada se žele smiriti. Neka kutić bude uređen tako da se djeca osjećaju ugodno u njemu.

Cjelina 1. Suočavanje s nedaćama

Na kraju ovoga seta aktivnosti djeca će moći:

- opisati i izraziti misli i osjećaje kada su suočena s teškoćama
- koristiti pozitivan samogovor u teškim situacijama
- primijeniti plan djelovanja za suočavanje s teškoćama.

Aktivnost 1. Zelda ima hrabrosti natjecati se s klokanom

Cilj učenja

Opisati i izraziti misli i osjećaje kada su suočena s teškoćama.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

govoriti o svojim mislima i osjećajima u situacijama koje su za mene teške.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, karton, pastele, bojice ili flomasteri, uvećani ispis slike Zelde, razni instrumenti, radni listić *Hrabra životinja*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pročitajte djeci sljedeću priču koristeći se lutkama za ruku ili prste:

Zelda se natječe protiv Karla

Jednoga dana Zeldina je odgojiteljica najavila da će se idući tjedan u vrtiću održati utrka s preponama i da će svatko tko je zainteresiran moći sudjelovati. Kada je klokan Karlo čuo tu najavu, počeo se svima hvaliti koliko brzo može trčati i kako će lako pobijediti u utrci. Također, rugao se ježici Zeldi govoreći joj: „Bolji sam od tebe u trčanju i mogu lako preskočiti svaku preponu“. Zelda se rastužila jer je jako dobro znala da je spora i da ne može preskakati nikakve prepone. Zapravo, sudjelovala je u toj utrci prošle godine i nije ju uspjela dovršiti. Još se uvijek sjeća kako se loše osjećala nakon utrke.

Kada je Zelda stigla kući, razgovarala je sa svojim roditeljima o utrci. I oni su se sjećali kako je Zelda bila tužna prošle godine nakon što nije dovršila utрку. Kad se Zelda sjetila prošlogodišnje utrke, počela je plakati. „Znaš, mama, nije pošteno što neke životinje mogu tako brzo trčati

i skakati, a ja ne mogu. Baš sam ljuta što ne mogu trčati i skakati dovoljno brzo. Nikad neću uspjeti pobijediti u nekoj utrci!“ Mama je zagrlila Zeldu i rekla joj: „Zelda, jako mi je drago što si mi rekla kako se osjećaš. Razumijem koliko ti je teško što se tako osjećaš. Znam da ti nije lako trčati, no želim da uvijek znaš koliko te tata i ja volimo i koliko vjerujemo u tebe“. Zeldin tata je dodao: „Draga moja Zeldice, želim da u svom srcu sačuvaš jednu malu tajnu koju ću podijeliti s tobom – nastavi se truditi iz sve snage. Trud je puno važniji od konačnoga rezultata. Ne zaboravi da tvoj trud pokazuje kolika je tvoja hrabrost i tvoj karakter! Želim da to uvijek imaš na umu, srce moje!“

Sutradan, odgojiteljica je pitala tko želi sudjelovati u utrci. Karlo je prvi dignuo ruku. Odgojiteljica je malo pričekala i u zadnji tren ugledala Zeldu kako diže ruku. Svi su bili iznenađeni Zeldinom hrabrošću da se natječe protiv tako dobrog trkača kao što je Karlo.

Utrka je počela i Karlo je odjurio daleko ispred Zelde, s lakoćom preskačući sve prepone. Stigao je do sredine staze i Zelde više nije bilo nigdje na njegovu vidiku. Bilo je vrijeme ručka i Karlo je bio gladan, pa je odlučio napraviti pauzu da bi pojeo svoj omiljeni obrok. Kada je pojeo, rekao je: „Uf, trbuh mi je pun i ne mogu odmah nastaviti trčati. Mislim da mi je dobra ideja kratko odspavati. Osim toga, čak i ako me Zelda prestigne, moći ću je sustići prije ulaska u cilj.“

Istovremeno, Zelda je polako hodala, korak po korak. Kada se na putu pojavila neka prepreka, poput malog kamena, Zelda se smotala u lopticu i otkotrljala preko prepreke. Bilo joj je jako teško natjecati se s Karlom zato što klokani mogu brzo trčati i skakati. Pa ipak, Zelda nije odustajala, bez obzira na to koliko je bila umorna. Trudila se nastaviti dalje. Cijelo je vrijeme mislila na riječi svojih roditelja. Te su joj riječi davale snagu.

Na drugoj strani, Zelda je polako hodala, korak po korak, govoreći : „Moj je cilj završiti utrku, bez obzira koliko mi vremena trebalo. Neću odustati, čak ni kad Karlo bude bio skroz blizu cilja“. Kada joj se na putu pojavila neka prepreka, na primjer neki mali kamen, Zelda se smotala u lopticu i brzo otkotrljala preko prepreke. Bilo joj je jako teško natjecati se s Karlom zato što klokani mogu brzo trčati i skakati. Pa ipak, Zelda nije odustajala, bez obzira na to koliko je bila umorna. Samo je nastavljala ići dalje.

Karlo je prespavao i kada se probudio nigdje nije mogao vidjeti Zeldu! Punom je brzinom otrčao do cilja i ondje ugledao Zeldu koja ga je čekala! Ježica Zelda je pobijedila u utrci! Zeldina hrabrost i upornost napokon su se isplatile!

3. Razgovarajte o priči s djecom tako da ih pitate sljedeća pitanja:
 - Koji je Zeldin glavni problem?
 - Kako se Zelda osjećala dok joj se klokan Karlo rugao?
 - Kako se Zelda osjećala prošle godine kada nije uspjela završiti utrku?
 - Mislite li da je Zeldina ideja da podijeli svoje osjećaje s roditeljima bila dobra?
 - Kako su roditelji pomogli Zeldi? Koja je bila tajna Zeldina tate?
 - Što je Zeldi pomoglo da pobijedi u utrci?
4. Potom povežite priču s vlastitim iskustvima djece tako da ih pitate sljedeće:
 - Postoji li nešto na vama što vam se ne sviđa i stvara vam neugodu?
 - Kako se osjećate u vezi s tim?
 - Jeste li razgovarali s nekim o tome?
 - Je li vam netko pomogao suočiti se s tom teškoćom/osobnim izazovom?
 - Što bi vam moglo pomoći da se suočite s tom teškoćom/nedaćom?
 - Navedite neke od ohrabrujućih riječi koje su pomogle Zeldi?
5. U ovome trenutku važno je naglasiti djeci (možete upotrijebiti lutku za ruku) da je razgovor s nekim koga vole i kome vjeruju o svojim osjećajima dobar način da se počnu suočavati s

teškom situacijom u kojoj se nalaze. Također im naglasite da u teškim situacijama pomažu ohrabrujuće misli koje se skrivaju u njihovim glavama.

6. Pročitajte djeci tekst kratke pjesmice i zamolite ih da nađu melodiju za nju. Možete upotrijebiti glazbene instrumente kako bi aktivnost bila još zabavnija. Ovo je tekst pjesmice:

Ako se u mom životu neka teškoća pojavi,
Rješenje je sigurno skriveno u mojoj glavi.
Ako ga potražim, ja ću ga nekako i naći,
I onda će me jedan SUPER osjećaj snaći!

7. Na kraju aktivnosti recite djeci da ih je Zelda zamolila da joj pripreme ohrabrujuće poruke kako bi ih dobro upamtila. Pomozite djeci da izrade veliki transparent na kojem će pisati ohrabrujuća poruka za Zeldu.



Uputite djecu da uz pomoć roditelja pronađu priče o hrabrim životinjama, koje su se uspješno nosile s nekom teškoćom ili nedaćom. Možda su djeca vidjela takve priče na televiziji (npr. crtani filmovi, dječji filmovi itd.) ili čitali o njima u knjigama za djecu. Idućega dana zamolite djecu da vam predaju radne listiće i stavite ih u njihov portfolio.



HRABRA ŽIVOTINJA

Pomozite svojemu djetetu da u dječjim knjigama, filmovima ili crtanim filmovima pronađe priče o hrabrim životinjama koje su se uspješno suočile s teškoćama i svladale ih. Potaknite raspravu s djetetom o osobinama životinja koje su bile ključne za svladavanje prepreka. Na radni listić zapišete naslove priča koje ste pronašli, a vaše dijete neka nacрта životinju iz priče.

Naslovi filmova ili knjiga:

Nacrtaj hrabru životinju iz filma ili knjige



Aktivnost 2. Zelda se ohrabruje

Cilj učenja

Koristiti pozitivan samogovor u teškim situacijama.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

Sam sebe ohrabrivati kad se nađem u teškoj situaciji.

Razina

Srednja

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, radni listić *Ružno pače*, uvećani crtež Zelde



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Podsjetite djecu na priču iz prethodne aktivnosti, a ako želite, možete je ponovno pročitati. Podsjetite djecu na priču pomoću sljedećih pitanja:
 - Koji je Zeldin glavni problem?
 - Koja je Zeldina tajna?
 - Koje su neke od ohrabrujućih riječi koje si je Zelda govorila?
 - Kako su te ohrabrujuće riječi pomogle Zeldi?
3. Podsjetite djecu na pjesmicu koju ste skladali u prethodnoj aktivnosti i ponovno je odsvirajte:

Ako se u mom životu neka teškoća pojavi,
Rješenje je sigurno skriveno u mojoj glavi.
Ako ga potražim, ja ću ga nekako i naći,
I onda će me jedan SUPER osjećaj snaći!
4. Objasnite djeci da su ohrabrujuće riječi dobar način da si pomognu da budu snažni i hrabri kada su suočeni s nekom teškoćom ili nedaćom.
5. Podijelite djecu u parove. Recite im da ćete igrati igru *igranje uloga*. U paru će jedno dijete biti Zelda, a drugo njezin slušatelj. Podsjetite djecu na Zeldine riječi za ohrabrenje. Potom zamolite djecu koja su u ulozi Zelde da glasno izgovaraju te riječi, a drugo dijete sluša što Zelda govori. Svako dijete u ulozi Zelde treba zapamtiti i reći bar dvije ohrabrujuće rečenice. Nakon nekog vremena, djeca promijene uloge (dijete koje je bilo u ulozi Zelde postaje slušatelj, a dijete koje je bilo u ulozi slušatelja postaje Zelda).

Ovo su Zeldine ohrabrujuće rečenice:

„Borit ću se svim svojim snagama“, „Dat ću sve od sebe“, „Cilj mi je završiti utrku, bez obzira

koliko to trajalo“, „Neću odustati, čak i kad klokan bude bio posve blizu cilja“, „Uživat ću u utrci bez obzira na rezultat“, „Bit ću sretna ako uspijem biti malo brža nego što sam bila u prošloj utrci“.

6. Podsjetite djecu na Zeldine riječi kada se za to pojavi prilika.



Uputite djecu da uz pomoć roditelja pročitaju priču *Ružno pače*. Neka s roditeljima razgovaraju o porukama koje su pačetu pomogle da prevlada svoju tešku situaciju.



RUŽNO PAČE

Pročitajte zajedno sa svojim djetetom priču *Ružno pače*. Razgovarajte s djetetom o mislima i porukama koje su pačetu pomogle da prevlada teške trenutke. Osmislite nekoliko ohrabrujućih poruka i zapišite ih na listić.

Ohrabrujuće poruke



Aktivnost 3. Zelda je posebna

Cilj učenja

Primijeniti plan djelovanja za suočavanje s teškoćama.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

Odlučiti o tome što ću napraviti kad mi je teško.

Razina

Napredna

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, papiri, bojice, pastele ili flomasteri, radni listić *Kakav sam ja*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pročitajte djeci sljedeću priču koristeći se lutkama za ruku ili prste:

Zeldin plan djelovanja za borbu s lisicom

Ježica Zelda živi u šumi sa svojom obitelji. Kad je bila mala, doživjela je nesreću i slomila je nekoliko bodlji na svojoj glavi. Zato su sada te bodlje manje od ostalih na njezinu tijelu.

Kad je Zelda dovoljno narasla, tata ju je poveo u šumu da je nauči kako će se zaštititi. Tata joj je objasnio: „Znaš Zeldo, ježevi obično imaju debele oklope i jake bodlje kako im lisice ne bi mogle naškoditi.“ Čuvši tatine riječi, Zelda je počela plakati: „Oh, tatice, nisam znala da mi imamo neprijatelje! A kako ću se ja braniti od neprijatelja kad imam polomljene bodlje?“ govorila je Zelda suznih očiju.

Tata ju je zagrlio i rekao joj: „Draga moja Zeldo, razumijem te. Ipak moraš razmišljati o tome kako preživjeti s prirodnim oružjem koje imaš.“ „Ali tata, ja nemam nikakvo oružje za borbu!“ reče Zelda. „Naravno da imaš. Samo ti možda treba pomoć da ga nađeš. Ja ću ti pomoći!“ odgovorio je tata.

„Mi ježevi imamo jako dobra osjetila koja koristimo u lovu, kao što su izvanredan sluh i odličan njuh“, nastavio je tata svoje objašnjenje. „Tako možeš koristiti te istančane sposobnosti da otkriješ mogućeg neprijatelja.“ Zelda je bila primijetila da ima stvarno dobar sluh i njuh, no nije znala da je to može štiti od neprijatelja. „Znaš, tata, imam još jednu ideju. Mogu se sakriti na neko sigurno mjesto i sve dok je lisica u lovu, ne napuštati svoje skrovište.“ „Odlična ideja, zlato moje! Ti si jako bistra i to će ti pomoći da otkriješ puno načina kako se zaštititi“, reče Zeldin tata. Zelda je bila sretna što je imala plan djelovanja kako se zaštititi.

Kad je Zelda prvi put otišla sama u šumu, ispočetka ju je bilo pomalo strah. No, onda je rekla: „Tata je u pravu. Imam odličan sluh, a osjećaj njuha mi je vrhunski. Mogu koristiti te sposobnosti za otkrivanje neprijatelja. Osim toga, bistra sam i mogu smisliti puno načina kako se zaštititi. Imam plan djelovanja kako se sama zaštititi i sigurna sam da ja to mogu.“

Navečer se Zelda sretno i sigurno vratila kući. Opisala je svojim roditeljima i braći i sestrama kako je u šumi bila oprezna i izbjegla lisicu. Čak štoviše, dok je jedna lisica bila u lovu, Zelda ju

je uspjela čuti iz velike daljine te je imala dovoljno vremena sakriti se na sigurno mjesto i tako se spasiti. Kad je Zelda završila svoju priču, svi su joj zapljeskali i izgrlili je. Roditelji su joj rekli: „Jako smo ponosni na tebe. Vjeruješ u sebe i mi znamo da ćeš biti uspješna u puno stvari u svom životu! Ti si jako sposobna ježica i dovoljno bistra da pronađeš rješenje za svaku tešku situaciju!“

3. Razgovarajte o priči s djecom tako da ih pitate sljedeća pitanja:
 - Što je Zeldu smetalo?
 - Kako je Zelda doživljavala sebe?
 - Kako je tata ohrabrio Zeldu?
 - Kakav je plan djelovanja Zelda smislila za obranu? Je li plan djelovao?
 - Kako su roditelji pomogli Zeldi da osjeti samopouzdanje i svlada svoje teškoće?
4. Potom povežite priču s vlastitim iskustvima djece tako da ih pitate sljedeće:
 - Postoji li neka osobina s kojom niste zadovoljni?
 - Kako se osjećate zbog nje?
 - Jeste li ikada s nekime o tome razgovarali?
 - Što radite da vam bude lakše?
5. Podijelite djeci prazne listove papira i zamolite ih da nacrtaju najmanje jednu stvar u kojoj su dobri (na koju su ponosni) i jednu s kojom baš nisu zadovoljni.
6. Kad završe s crtanjem, neka svako dijete pokaže svoj crtež, a druga mu djeca govore što bi mogli učiniti da budu zadovoljniji svojim osobinama.



Predložite djeci da pitaju svoje roditelje s kojim su svojim osobinama zadovoljni, a s kojima su manje zadovoljni. Neka ih pitaju što roditelji rade da bi postali zadovoljniji sobom. Dobivene odgovore mogu zapisati ili nacrtati na radni listić.



KAKAV SAM JA

Razgovarate sa svojim djetetom o svojim osobinama kojima ste zadovoljni i onima kojima ste manje zadovoljni. Recite im što radite kada želite biti zadovoljniji sobom. Pomozite im da to nacrtaju.



Cjelina 2. suočavanje s odbacivanjem

Na kraju ovoga seta aktivnosti djeca će moći:

- opisati i izraziti osjećaje i misli kada doživljavaju odbacivanje
- razmišljati pozitivno kad se suočavaju s odbacivanjem
- prepoznati aktivnosti za uspješno suočavanje s vršnjačkim nasiljem.

Aktivnost 1. Zelda traži prijatelja

Cilj učenja

Opisati i izraziti osjećaje i misli kada doživljavaju odbacivanje.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

govoriti što mislim i osjećam kada me prijatelji odbacuju.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, plastelin, slamke, radni listić *Zelda i prijatelj*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pročitajte djeci sljedeću priču koristeći se lutkama za ruku ili prste:

Zelda traži prijatelja

Ježica Zelda preselila se sa svojom obitelji u novu šumu. Jako je željela naći nove prijatelje. Kada je krenula u vrtić, pokušala se sprijateljiti s drugim životinjama, no nije joj bilo lako jer je bila najmlađa u grupi i trebalo joj je više vremena da nauči mnogo toga što je u vrtiću za nju bilo novo.

Prije polaska u vrtić Zelda je uvijek bila tužna. Smatrala je da ne može ništa poduzeti kako bi pronašla prijatelja. Ponekad, nakon buđenja govorila bi mami: „Mama, ne želim ići u vrtić. Molim te! Boli me trbuh i želim ostati doma.“ Mama bi joj na to rekla: „O moja Zeldice, znam da ti je teško pronaći prijatelja. Sigurna sam da će se stvari popraviti. Ali nemoj zaboraviti da se moraš truditi cijelo vrijeme. Sigurna sam da postoji neki prijatelj za tebe koji će te voljeti!“

Sutradan je Zelda odlučila da će se i dalje truditi pronaći prijatelja koji će je bezuvjetno prihvatiti. Započela je potragu u svom susjedstvu. Prvo se pokušala sprijateljiti s jednim zečićem, no na

žalost on joj je rekao: „Spora si u svemu! Ne mogu te cijelo vrijeme čekati i zato mi ne možemo biti prijatelji.“ Potom se Zelda pokušala sprijateljiti s malom lisicom koja je živjela blizu nje, no lisica je rekla: „Uf, tvoje bodlje smetaju mojoj mekoj koži i krznu i baš mi nanose bol.“ Zatim je Zelda sreća prekrasnoga pauna koji se nedavno doselio u njihovo susjedstvo i pomislila da bi on možda želio novu prijateljicu poput nje. No, paun joj je rekao: „Ja čak ni ne vidim tvoje slomljene bodlje. Baš mi te je žao što si takva. Ja želim prijatelje koji su jednako lijepi kao i ja.“ Zeldu su jako naljutile paunove riječi. Zapravo, povrijedile su je riječi svih životinja. Mislila je da nije pravedno što je nekim životinjama tako lako naći prijatelje, a njoj je to tako teško! Potom je pomislila da više ništa ne može poduzeti. Dugo je plakala, a onda je promrmljala za sebe: „Baš mi je teško i bolno što nijedna životinja ne želi biti moj prijatelj. Stvarno je teško postići da te drugi prihvate onakvu kakva jesi! Baš je to tužno! Voljela bih naći prijatelja kojeg nije briga kako izgledam!“

Dok je tako plakala neko vrijeme, pale su joj na pamet majčine riječi: „Ne zaboravi da se moraš cijelo vrijeme truditi! Sigurna sam da postoji neki prijatelj za tebe koji će te zavoljeti!“ Zelda se osjećala malo bolje te je odlučila da neće odustati i da će posjetiti druga mjesta u šumi, daleko od svojega susjedstva.

Odjednom je začula glas: „Ja ti mogu biti prijatelj! Meni uopće ne smetaju tvoje oštre bodlje! I ja imam oklop! I spor sam kao i ti i mislim da je baš super biti spor!“ Zelda se jako prepala. U blizini nije mogla vidjeti nikakvu životinju, niti je znala odakle dolazi taj glas. Jedino što je vidjela je bila mala okrugla loptica. Uplašena Zelda je upitala: „Tko to govori? Gdje si? Zašto se skrivaš?“ Odjednom se smeđa loptica odmotala te se niotkuda pojavila jedna glava i četiri noge! Bio je to pasanac! On reče: „Zovem se Tomo i kad god poželim, mogu se pretvoriti u malenu loptu. Bit će mi drago biti tvoj prijatelj. Mislim da si ti jedna jako posebna ježica! Baš ti se divim što si otputovala na drugi kraj šume da bi pronašla prijatelja.“ Zelda se oduševila i zavikala od sreće: „Napokon sam uspjela! Našla sam svojega prvog prijatelja koji me prihvaća onakvu kakva jesam! Jupi!“ Toga dana mala ježica i pasanac postali su nerazdvojni prijatelji. Po cijele su se dane igrali i tumarali šumom. Njihovo je društvo naraslo jer su im se u veselim igrama pridružile i druge životinje. Nije ih bilo briga kako netko izgleda – bilo im je važno da se svi zajedno zabavljaju!

3. Razgovarajte o priči s djecom tako da ih pitate sljedeća pitanja:
 - Što vam se svidjelo u ovoj priči?
 - Zašto druge životinje nisu htjele biti Zeldini prijatelji?
 - Kako se Zelda osjećala kada su je druge životinje odbile?
 - Što je mama rekla Zeldi?
 - Što je pomoglo Zeldi da konačno nađe prijatelja?
4. Povežite priču s vlastitim iskustvima djece tako da ih pitate sljedeće:
 - Zelda je osjetila da druge životinje nisu htjele biti njezini prijatelji. Zna li za neku situaciju kada netko nije htio biti prijatelj drugom djetetu?
 - Kako se to dijete osjećalo?
 - Kako je reagiralo?
 - Je li razgovaralo s nekim o svojem problemu?
 - Je li poduzelo nešto da bi se osjećalo bolje ili promijenilo situaciju? Ako da, kako se osjećalo nakon toga?
5. Potom (ako niste to već ranije učinili) razgovarajte o osjećajima koje odbacivanje može izazvati; osjećaji ljutnje, frustracije, tuge, nepravde ili bespomoćnosti. Naglasite činjenicu da iako su svi ti osjećaji neugodni, potpuno je normalno i razumljivo da ih osjeća netko tko je odbačen.
6. Na kraju, zamolite djecu da izrade Zeldu i Tomu od plastelina i oraha. Podijelite im slamke izrezane na komadiće različitih duljina od kojih će izraditi Zeldine bodlje. Pomozite im u izradi

tijela i glave od plastelina. Upotrijebite orahovu ljusku i plastelin za izradu Tome. Neka djeca odnesu Zeldu i Tomu kući i ispričaju o njima svojim roditeljima.



Potaknite djecu da ispričaju svojim roditeljima priču o Zeldi te da nacrtaju Zeldu prije i nakon što je pronašla prijatelja.



ZELDA I PRIJATELJ

Potaknite svoje dijete da vam ispriča priču o Zeldi koja je dugo tražila prijatelja i svašta doživjela dok ga nije našla. Zatim zamolite dijete da nacрта Zeldu prije nego što je našla prijatelja i nakon što ga je našla te razgovarajte o tome što se promijenilo.

Nacrtaj Zeldu prije nego što je pronašla prijatelja.

Nacrtaj Zeldu nakon što je pronašla prijatelja.



Aktivnost 2. Zelda ima plan

Cilj učenja

Razmišljati pozitivno kad se suočavaju s odbacivanjem.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

pozitivno razmišljati iako se netko sa mnom ne želi družiti.

Razina

Srednja

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, radni listić *Zeldina pjesmica*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Podsjetite djecu na priču iz prethodne aktivnosti ili je, prema potrebi, ponovno pročitajte.
3. Postavite djeci sljedeća pitanja:
 - Kako se Zelda osjećala kada nije mogla naći prijatelja?
 - Što je Zelda tada radila?
 - Što vi mislite, je li dobro postupila?
 - Što je pomoglo Zeldi da konačno nađe prijatelja?
4. Potom povežite priču s osobnim iskustvima djece tako da ih pitate sljedeće:
 - Što djeca rade kad se netko s njima ne želi igrati?
 - Kako se tada osjećaju? Što tada o sebi misle?
 - Mislite li da možemo promijeniti svoj način razmišljanja? Može li nam ta promjena pomoći?
 - Što mislite kako pozitivno razmišljanje može djelovati na naše osjećaje?
5. Recite djeci da je Zelda smislila kratku pjesmicu koja joj pomaže svaki put kad osjeti razočaranje. Izrecitirajte je:

Puno je stvari
koje ne mogu promijeniti.
No postoje i stvari
koje stvarno mogu promijeniti.
Promijeniti druge nije moguće
No promijeniti svoje misli,
E to je moguće!
Negativne misli, one mi škode.
Pozitivne misli, pomoć mi dovode.

6. Recite im da će Zelda biti sretna ako joj pomognu pronaći novu, veselu melodiju za njezinu pjesmicu. Neka djeca pronađu ritam pjesmice (možete upotrijebiti lutku i glazbene instrumente da aktivnost bude još zanimljivija). Zajedno s djecom, ponavljate Zeldinu pjesmicu u ritmu dok je djeca ne upamte.
7. Zamolite djecu da vam navedu neke od Zeldinih pozitivnih misli koje su joj pomogle da konačno pronađe prijatelja. Podsjetite djecu na te misli:

„Sigurna sam da mogu naći prijatelja negdje drugdje!“

„Neću odustati!“

„Mora postojati neka životinja koja će mi prihvatiti takvu kakva jesam i neće joj smetati moje bodlje ili spore kretnje.“

„Postoje osobe koje me prihvaćaju i vole upravo onakvu kakva jesam, kao što je moja obitelj. Sigurna sam da mogu naći i prijatelje koji će me isto tako voljeti.“

„Proći ću cijelu šumu i sigurno ću naći prijatelja.“

8. Zamolite djecu da riječima ohrabre i osnaže Zeldu. Upotrijebite lutku za ruku ili prste i pomozite im da se prisjete Zeldinih pozitivnih misli (vidi korak 7.) te da ih sada upotrijebe u 2. licu jednine:

“Sigurni smo da možeš pronaći prijatelja negdje drugdje!“

“Ne odustaj!”

„Mora postojati neka životinja koja će te prihvatiti takvu kakva jesi i neće joj smetati tvoje bodlje ili spore kretnje.“

„Postoje osobe koje te prihvaćaju i vole upravo takvu kakva jesi, kao što je tvoja obitelj. Sigurni smo da možeš naći i prijatelje koji će te isto tako voljeti.“

„Moraš proći cijelu šumu i sigurno ćeš naći prijatelja.“



Potaknite djecu da pjevaju Zeldinu pjesmicu i kod kuće. Podijelite im radne listiće na kojoj je tekst pjesmice.



ZELDINA PJESMICA

Pomozite svojem djetetu da nauči i pjeva Zeldinu pjesmicu s kojom se upoznao u vrtiću. Pronađite melodiju za pjesmicu i pomozite djetetu da zapamti cijeli tekst.

*Kad mene zadesi neka nedaća
Otkriti rješenje pravo, postaje moja zadaća!
A ako rješenje ne pronađem lako
Ja i dalje pokušavam i trudim se jako!*



Aktivnost 3. Prijatelji rješavaju sukob

Cilj učenja

Prepoznati aktivnosti za uspješno suočavanje s vršnjačkim nasiljem.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

riještiti sukob s prijateljem bez svađe.

Razina

Napredna

Potreban pribor

Lutke ježa i vjeverice, radni listić *I ovako i onako*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pročitajte djeci sljedeću priču koristeći se lutkama za ruku ili prste:

U zaklonu

Dok su šetali šumom, ježica i vjeverac naišli su na savršeni zaklon od lešinara. Djelovao je jako sigurno i ondje su mogli provesti noć. No, u zaklonu je bilo mjesta samo za jednu životinju njihove veličine. Vjeverac i ježica počeli su se svađati tko ima više prava na zaklon. Obje životinje misle da je upravo ona zaslužna što je zaklon otkriven te da je ona u lošijoj poziciji od ove druge i da je zato zaklon više potreban baš njoj. Na primjer, vjeverac je podsjetio ježicu da ona ima bodlje kojima se lakše brani od lešinara. No, ježica je podsjetila vjeverca da se on može popeti na stablo puno brže od nje. Njihova svađa ne prestaje.

3. Razgovarajte o priči s djecom tako što ćete ih pitati sljedeća pitanja:
 - Mogu li bodlje uvijek spasiti ježicu od lešinara?
 - Može li brzi uspon na stablo uvijek spasiti vjeverca od lešinara?
 Potaknite djecu da osvijeste kako svatko ima pravo na sigurno sklonište.
4. Potom povežite priču s vlastitim iskustvima djece tako da ih pitate sljedeće:
 - Jeste li se vi ili netko koga poznajete ikada našli u sličnoj situaciji?
 - Kako je ta situacija završila?
5. Zamolite djecu da vam predlože kako bi se mogla riješiti svađa između ježice i vjeverca.
6. Recite djeci da ćete sada izvesti malu predstavu u kojoj će sukob između ježice i vjeverca biti riješen. Nakon svađe, ježica i vjeverac odluče potražiti novo, veće sklonište. Dok ga ne nađu, životinje će naizmjenice boraviti u zaklonu koji su ranije pronašle (jednu noć će tamo spavati ježica, drugu noć vjeverac). Ako su se djeca dosjetila nekom drugom zadovoljavajućem rješenju, odglumite i tu situaciju, kao još jednu mogućnost rješavanja sukoba.

7. Završite aktivnost tako da naglasite djeci da je sukobe moguće riješiti na način koji je svima prihvatljiv.



Zamolite djecu da razgovaraju sa svojim roditeljima o načinima na koje rješavaju sukobe sa svojim vršnjacima. Neka naprave listu poželjnih i nepoželjnih načina rješavanja sukoba s vršnjacima.

**I OVAKO I ONAKO**

Razgovarajte sa svojim djetetom o načinima na koje rješavaju sukobe sa svojim vršnjacima. Napravite listu poželjnih i nepoželjnih načina rješavanja sukoba s vršnjacima.

POŽELJNI NAČINI RJEŠAVANJA SUKOBA	NEPOŽELJNI NAČINI RJEŠAVANJA SUKOBA



Cjelina 3. Suočavanje s nepravdom

Na kraju ovoga seta aktivnosti djeca će moći:

- opisati i izraziti osjećaje i misli kada su suočena s nepravdom
- sagledati nepravdu iz drugog kuta razmišljajući pozitivno
- izraditi plan djelovanja za suočavanje s nepravdom.

Aktivnost 1. Bijela vjeverica u Sherlockovoj grupi

Cilj učenja

Opisati i izraziti osjećaje i misli kada su suočena s nepravdom.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

govoriti što mislim i osjećam kada je nešto nepravdedno.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, radni listić *To je prava nepravda*, pastele, bojice ili flomasteri



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pročitajte djeci sljedeću priču koristeći se lutkama za ruku ili prste:

Bijela vjeverica u vrtiću

Bio je ponedjeljak ujutro i sve su vjeverice radosno stigle u vrtić. Vrtić se nalazio u središtu šume i sve vjeverice u njoj su bile smeđe boje. Taj ponedjeljak nije bio poput ostalih jer je djecu iz Sherlockove skupine čekalo iznenađenje. Odgojiteljica im je predstavila novo dijete, Vedrana. Vedran je bio bijeli vjeverac i došao je iz mjesta jako udaljenoga od njihove šume. Sve su vjeverice bile silno iznenađene Vedranovom pojavom jer nikad prije nisu vidjele bijelu vjevericu.



Prije ručka sve su vjeverice otišle van na igranje. Vedran je pitao vjeverice može li se igrati s njima, no svi su ga izbjegavali pristojno mu govoreći da on ne zna njihove igre. Idućega dana, Vedran ih je pitao da se igraju skrivača, no djeca su mu odgovarala da s njim nije zabavno igrati skrivača jer ga svatko može lako uočiti zbog njegove bijele boje. Dan nakon toga, odgojiteljica je rekla Vedranu da se ode igrati s drugim vjevericama, no on joj je odgovorio da ne želi. Osjećao se usamljeno i bio je jako tužan u svojem novom vrtiću. U starome vrtiću nikada se nije tako osjećao. Osim toga, smatrao je da nije pošteno što se njegova obitelj odlučila preseliti i odvesti ga u vrtić u koji idu samo smeđe vjeverice.



Nakon cijeloga tjedna usamljenosti Vedran je odlučio razgovarati sa svojom odgojiteljicom. Rekao joj je koliko je usamljen i koliko je tužan zato što je drugačiji. Odgojiteljica ga je zagrlila i rekla mu: „Dragi Vedrane, razumijem te! Imaš se pravo tako osjećati. Nekim vjevericama je jako teško prihvatiti različitosti, no ti moraš biti hrabar i uporan, i ja ti obećajem da će se mnogo toga uskoro promijeniti. Pomoći ću ti koliko god mogu.“ Vedranu je bilo puno bolje nakon što se povjerio odgojiteljici. Vjerovao je da će biti bolje, no trebao je biti uporan i ne odustajati.

Zaista, nakon nekoliko tjedana, stvari su se prilično promijenile. Tome je puno doprinijela odgojiteljica. Organizirala je razne igre koje su pomogle drugim vjevericama da shvate da biti u nečem drugačiji nije problem. Sada Vedran ima puno prijatelja u novome vrtiću. Čak je i podučio svoje nove prijatelje nekim novim igrama koje je prije igrao s bijelim vjevericama u starome vrtiću. Sada je cijela Sherlockova skupina velika brižna skupina veselih vjeverica.

3. Razgovarajte o priči s djecom tako da ih pitate sljedeća pitanja:
 - Kako su se djeca iz Vedranove skupine ponašala prema njemu?
 - Zašto se smeđe vjeverice nisu htjele igrati s Vedranom?
 - Kako se Vedran osjećao zbog toga?
 - Kako je Vedranova odluka da razgovara s odgojiteljicom promijenila njegov život u vrtiću?
 - Kako su hrabrost i upornost pomogli Vedranu da nađe rješenje svojega problema?
4. Potom povežite priču s vlastitim iskustvima djece tako da ih pitate sljedeće:
 - Jeste li se ikada našli u novoj okolini (novi vrtić, zabava) gdje se nitko nije htio igrati s vama zato što ste novi ili drugačiji?
 - Kako ste se tada osjećali?
 - Kako ste reagirali? Jeste li razgovarali s nekim o toj situaciji?
 - Jeste li poduzeli nešto kako biste se osjećali bolje ili promijenili tu situaciju? Ako da, kako ste se osjećali nakon toga?
5. Zamolite djecu da nacrtaju što njih čini različitim od drugih. Njihove radove izložite na panou i dajte izložbi neki naziv (*OK je biti različit* ili sl.)
6. Na kraju aktivnosti naglasite da je izostavljanje djece iz igre zbog različitosti nepravedno i potaknite ih da svako dijete izgovori neku rečenicu koja opisuje nepravdu.



Potaknite djecu da uz pomoć roditelja među dječjim knjigama, crtanim filmovima ili filmovima pronađu priče u kojima su likovi drugačiji od ostalih u priči. Djeca mogu nacrtati prizor u kojem se lik osjeća tužno jer mu je učinjena nepravda. Idućega dana pitajte djecu da vam opišu što su radila i o čemu su razgovarala s roditeljima.



TO JE PRAVA NEPRAVDA!

Pomozite svojem djetetu da među dječjim knjigama, filmovima ili crtanim filmovima pronađe priče o životinjama koje su drugačije od ostalih. Zamolite svoje dijete da nacrtá prizor iz priče gdje je životinja tužna jer je doživjela nepravdu i razgovarajte s djetetom o tim osjećajima.

A large, empty rectangular area defined by a dashed orange border, intended for a child to draw a scene from a story where an animal is sad because of an injustice.

Aktivnost 2. Bijela vjeverica razmišlja pozitivno

Cilj učenja

Sagledati nepravdu iz drugog kuta razmišljajući pozitivno.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

pronaći pozitivne misli kad mi se dogodi neka nepravda.

Razina

Srednja

Potreban pribor

Lutke za ruku i prste, komadi smeđe i bijele tkanine, radni listić *Glavu gore!*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Ponovno pročitajte djeci priču iz prethodne aktivnosti koristeći se lutkama za ruku ili prste, ali s drugačijim krajem priče.

Bijela vjeverica u vrtiću

Bio je ponedjeljak ujutro i sve su vjeverice radosno stigle u vrtić. Vrtić se nalazio u središtu šume i sve vjeverice u njoj su bile smeđe boje. Taj ponedjeljak nije bio poput ostalih jer je djecu iz Sherlockove skupine čekalo iznenađenje. Odgojiteljica im je predstavila novo dijete, Vedrana. Vedran je bio bijeli vjeverac i došao je iz mjesta jako udaljenoga od njihove šume. Sve su vjeverice bile silno iznenađene Vedranovom pojavom jer nikad prije nisu vidjele bijelu vjevericu.



Prije ručka sve su vjeverice otišle van na igranje. Vedran je pitao vjeverice može li se igrati s njima, no svi su ga izbjegavali pristojno mu govoreći da on ne zna njihove igre. Idućega dana Vedran ih je pitao da se igraju skrivača, no djeca su mu odgovarala da s njim nije zabavno igrati skrivača jer ga svatko može lako uočiti zbog njegove bijele boje. Dan nakon toga, odgojiteljica je rekla Vedranu da se ode igrati s drugim vjevericama, no on joj je odgovorio da ne želi. Osjećao se usamljeno i bio je jako tužan u svojem novom vrtiću. U starome vrtiću nikada se nije tako osjećao. Osim toga, smatrao je da nije pošteno što se njegova obitelj odlučila preseliti i odvesti ga u vrtić u koji idu samo smeđe vjeverice.



Cijeli je dan Vedran bio tužan i potpuno neraspoložen. Roditelji su ga pitali zašto izgleda tako tužno, a on im je odgovorio: „U vrtiću nitko ne želi imati posla sa mnom zato što sam bijele boje. Više nemam prijatelja zato što se smeđe vjeverice nikad ne žele igrati s bijelim vjevericama!“ Vedranovi roditelji rekoše: „Imaš pravo biti ljut, zlato. Nisi ti kriv, no obično je ispočetka teško steći prijatelje u novom vrtiću. Mislim da smeđe vjeverice nikad prije nisu vidjele bijelu vjevericu i zato se tako ponašaju. No sigurni smo da će nakon nekoga vremena smeđe vjeverice shvatiti da si im jednak i da se možete zajedno zabavljati.“ U sobi je bio prisutan i Vedranov brat te je i on dodao: „Znaš Vedrane, to se i meni dogodilo. No zahvaljujući upornosti i nekoliko dobrih ideja sada me sve smeđe vjeverice vole. Moraš biti hrabar i razmišljati pozitivno.“

Sljedećega dana Vedran se pokušao ohrabriti govoreći si: „Treat će vremena, no na kraju će biti bolje. Smeđe vjeverice me ne poznaju i zato se ne osjećaju ugodno sa mnom. Bit ću uporan i tražit ću ih da me uključe u svoje igre, pa će me tako bolje upoznati.“ Vedran se lijepo ponašao prema drugima i predložio im je neke zanimljive igre. Nakon nekoliko tjedana stvari su se prilično popravile. Smeđe vjeverice više ne vide Vedrana kao bijelu vjevericu, nego samo kao vjevericu poput svih drugih vjeverica.

3. Razgovarajte o priči s djecom tako da ih pitate sljedeća pitanja:
 - Zašto se, prema vašemu mišljenju, druge vjeverice nisu htjele igrati s Vedranom?
 - Kako se Vedran osjećao zbog toga?
 - Što su roditelji rekli Vedranu i kako mu je razgovor s njima pomogao?
 - Kako mu je brat pomogao?
 - Što je Vedran govorio da bi se ohrabrio?
 - Što se dogodilo na kraju?
4. Potom povežite priču s vlastitim iskustvima djece tako da ih pitate sljedeće:
 - Jeste li se ikada našli u novoj okolini (novi vrtić, zabava) gdje se nitko nije htio igrati s vama zato što ste novi ili drugačiji?
 - Kako ste se tada osjećali?

- Jeste li ikada isprobali neka nova ponašanja kako biste potaknuli drugu djecu da se igraju s vama?
- Ako da, kako ste se osjećali nakon toga?

5. Potaknite djecu na igru uloga.

Prvi prizor: Podijelite četiri komada tkanine djeci koja će glumiti Vedrana, njegove roditelje i brata. Zamolite djecu da odglume prizor kada Vedranova obitelj razgovara s njim i pokušava ga oraspoložiti i ohrabriti da bude uporan i razmišlja pozitivno.

Drugi prizor: Podijelite djeci smeđe komade tkanine, a samo jednom djetetu dajte bijeli komad tkanine. Zamolite djecu da odglume smeđe vjeverice u vrtiću (na dvorištu) kada se među njima pojavi Vedran, bijeli vjeverac i novi član njihove skupine. Dajte djeci zadatak da prihvate Vedrana izgovarajući mu ohrabrujuće poruke (pozivajući ga na igru i sl.).

6. Završite aktivnost potičući svako dijete da izgovori neku pozitivnu poruku Vedranu.



Potaknite djecu da razgovaraju sa svojim roditeljima jesu li ikada doživjeli neku nepravdu i što su tada učinili. Neka zajedno osmisle nekoliko ohrabrujućih misli koje im u takvim situacijama pomažu i zapišu ih na radni listić.



GLAVU GORE!

Razgovarajte sa svojim djetetom o nepravdama koje ste doživjeli i što ste tada učinili. Osmislite zajedno nekoliko ohrabrujućih misli koje u takvim situacijama mogu pomoći i zapišite ih.



Aktivnost 3. Bijela vjeverica ima plan

Cilj učenja

Izraditi plan djelovanja za suočavanje s nepravdom.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

smisliti moguće načine suprotstavljanja nepravdi.

Razina

Napredna

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, smeđi i bijeli komadi tkanine, veći papir, olovka ili flomaster, radni listić *Pričam ti priču*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Ponovno pročitajte djeci priču iz prethodne aktivnosti koristeći se lutkama za ruku ili prste, ali s drugačijim krajem priče.

Vedran nalazi prijatelje među smeđim vjevericama

Bio je ponedjeljak ujutro i sve su vjeverice radosno stigle u vrtić. Vrtić se nalazio u središtu šume i sve vjeverice u njoj su bile smeđe boje. Taj ponedjeljak nije bio poput ostalih jer je djecu iz Sherlockove skupine čekalo iznenađenje. Odgojiteljica im je predstavila novo dijete, Vedrana. Vedran je bio bijeli vjeverac i došao je iz mjesta jako udaljenoga od njihove šume. Sve su vjeverice bile silno iznenađene Vedranovom pojavom jer nikad prije nisu vidjele bijelu vjevericu.



Prije ručka sve su vjeverice otišle van na igranje. Vedran je pitao vjeverice može li se igrati s njima, no svi su ga izbjegavali pristojno mu govoreći da on ne zna njihove igre. Idućega dana Vedran ih je pitao da se igraju skrivača, no djeca su mu odgovarala da s njim nije zabavno igrati skrivača jer ga svatko može lako uočiti zbog njegove bijele boje. Dan nakon toga, odgojiteljica je rekla Vedranu da se ode igrati s drugim vjevericama, no on joj je odgovorio da ne želi. Osjećao se usamljeno i bio je jako tužan u svojem novom vrtiću. U starome vrtiću nikada se nije tako osjećao. Osim toga, smatrao je da nije pošteno što se njegova obitelj odlučila preseliti i odvesti ga u vrtić u koji idu samo smeđe vjeverice.



Cijeloga dana Vedran je bio tužan i potpuno neraspoložen. Roditelji su ga pitali zašto izgleda tako tužno, a on im je odgovorio: „U vrtiću nitko ne želi imati posla sa mnom zato što sam bijele boje. Više nemam prijatelja, zato što se smeđe vjeverice nikad ne žele igrati s bijelim vjevericama!“ Vedranovi roditelji rekoše: „Imaš pravo biti ljut, zlato. Nisi ti kriv, no obično je ispočetka teško steći prijatelje u novome vrtiću. Mislim da smeđe vjeverice nikad prije nisu vidjele bijelu vjevericu i zato se tako ponašaju. No sigurni smo da će nakon nekog vremena smeđe vjeverice shvatiti da si im jednak i da se možete zajedno zabavljati.“ U sobi je bio prisutan i Vedranov brat te je i on dodao: „Znaš Vedrane, to se i meni dogodilo. No zahvaljujući upornosti i nekoliko dobrih ideja sada me sve smeđe vjeverice vole. Moraš biti hrabar i razmišljati pozitivno.“

„Možete li mi pomoći s idejama kako postići da se svidim drugim vjevericama?“ Vedranovi roditelji i braća proveli su puno vremena razgovarajući o tome. Na kraju su smislili da će Vedran ponijeti u vrtić fotografije svojega starog vrtića. Pokazat će djeci iz skupine vrtić bijelih vjeverica i ispričat će im zanimljive priče o svojem životu u starome vrtiću. Također, Vedran se pripremio pokazati novoj skupini svoju omiljenu igru koju je često igrao sa svojim starim prijateljima.

Sutradan je bio jedan od najsretnijih dana u Vedranovu životu. Vedranove fotografije i priče stvarno su se svidjele smeđim vjevericama. Kada je Vedran predložio novu igru, i ta se ideja svima svidjela i svi su je htjeli igrati. Do kraja dana, Vedran je imao puno novih prijatelja. Od idućega dana više nitko nije gledao Vedrana kao samo bijelu vjevericu, nego kao zanimljivu vjevericu koja zna puno zanimljivih priča i novih igara.

3. Razgovarajte o priči s djecom tako da ih pitate sljedeća pitanja:
 - Što mislite, zašto se smeđe vjeverice nisu htjele igrati s Vedranom?
 - Kako se Vedran osjećao zbog toga? Što su roditelji rekli Vedranu i kako je njemu taj razgovor pomogao?
 - Koji je bio Vedranov plan djelovanja? Je li bio uspješan?
 - Što se dogodilo na kraju?
4. Potom povežite priču s vlastitim iskustvima djece tako da ih pitate sljedeće:
 - Jeste li se ikada našli u novoj okolini (novi vrtić, zabava) gdje se nitko nije htio igrati s vama?

- Kako ste se tada osjećali?
- Jeste li ikada isprobali neki plan djelovanja kako biste potakli drugu djecu da se igraju s vama?
- Ako da, kako ste se osjećali nakon toga?

5. Odigrajte nekoliko igara uloga s djecom.

Prvi prizor: Neka petero djece uzme bijele komade tkanine i upotrijebi ih kao svoje krzno. Zamolite djecu da odglume scenu iz priče kada Vedran razgovara sa svojim roditeljima i bratom o svojem planu djelovanja.

Drugi prizor: Podijelite djeci smeđe komade tkanine (oni će glumiti djecu iz Vedranove grupe), a samo jednom djetetu dajte bijeli komad tkanine (ono će glumiti Vedrana). Zamolite djecu da odglume scenu u kojoj Vedran pokazuje fotografije, priča priče i igra novu igru s ostalom djecom. Potaknite djecu da izraze svoje osjećaje i misli.

6. Završite aktivnost poticanjem djece da predlažu Vedranu što je još mogao učiniti da se suprotstavi nepravdi. Njihove odgovore zapišite na veći komad papira koji ćete na neko vrijeme izložiti u kutak za roditelje.



Potaknite djecu da uz pomoć roditelja izmisle priču u kojoj će neki lik biti suočen s nepravdom kojoj će se suprotstaviti na primjeren način. Priču, prema izboru, dijete može nacrtati ili je vi možete zapisati.



PRIČAM TI PRIČU

Pomozite svojemu djetetu da izmisli priču u kojoj će neki lik biti suočen s nepravdom kojoj će se suprotstaviti na primjeren način. Neka priču, prema izboru, dijete nacрта ili je vi zapišite.

Priča:



PODTEMA 2. Suočavanje sa sukobima i prihvatanje promjena

Važan temelj psihološkome sazrijevanju i osobnome rastu je znanje o tome kako se uspješno nositi sa sukobima u različitim socijalnim okruženjima i situacijama, gubitcima i prihvaćanjem promjena osobito kad su one iz perspektive djeteta neprihvatljive i neželjene.

Primjerice, gubitci i ozbiljni sukobi između roditelja i razvod obično negativno utječu na zdravlje i dobrobit djece te mogu ugroziti njihov razvoj. Važan čimbenik u tome kao taj stresor utječe na djecu je način kako odrasle osobe postupaju u takvim sukobima (Pedro-Carroll 2001). Stoga je pomoć djeci da se nose s neugodnim emocijama (kao što su ljutnja, zbunjenost, tuga, krivnja, nemir) uzrokovanim sukobima, razvodom roditelja i drugim neželjenim promjenama, ključna za izgradnju otpornosti djece koja su izložena tom mogućem riziku.

Vrtičke aktivnosti mogu djeci pružiti dobre temelje za jačanje otpornosti u situacijama nad kojima imaju vrlo malo ili nimalo kontrole jer otkrivaju djeci kako se zaštititi od štetnih posljedica takvih iskustva, kako sagledati takva iskustva iz drugoga kuta, kako se distancirati od tih situacija i kako razmišljati pozitivno.

U prvome nizu aktivnosti djeca se potiču na suočavanje s gubitkom, u drugom setu na suočavanje s mogućim obiteljskim sukobima, a treći je niz posvećen suočavanju s promjenama i prijelaznim životnim razdobljima.

CJELINA 1. SUOČAVANJE S GUBITKOM

- | | |
|----------------|--|
| Ciljevi | • prepoznati osobe kojima se mogu obratiti kada su uznemireni |
| učenja | • prepoznati osobe koje im mogu pomoći kad im se dogodi neki gubitak |
| | • koristiti sustav podrške kada im se dogodi neki gubitak |

CJELINA 2. SUOČAVANJE SA SUKOBIMA U OBITELJI

- | | |
|----------------|--|
| Ciljevi | • izraziti misli i osjećaje vezane uz obiteljske sukobe |
| učenja | • sagledati obiteljske sukobe iz drugoga kuta |
| | • prepoznati aktivnosti koje mogu poduzeti u situaciji roditeljskih sukoba |

CJELINA 3. SUOČAVANJE S PROMJENOM I PRIJELAZNIM ŽIVOTNIM RAZDOBLJIMA

- | | |
|----------------|---|
| Ciljevi | • prepoznati sentimentalnu vrijednost određenih predmeta |
| učenja | • koristiti prijelazne objekte da bi se osjećali sigurnijim |
| | • izraziti misli i osjećaje o prelasku iz vrtića u školu |
-

Savjeti za odgojitelj(ice)

1. Pružite djeci priliku da ispričaju svoju priču i budite dobar slušatelj. Kada saznate da je neko dijete u vašoj skupini upravo izgubilo voljenu osobu, kažite skupini što se događa (ako roditelji i dijete tako žele) i razgovarajte o tome što djeca mogu učiniti kako bi pomogla. Svakom djetetu omogućite dovoljno vremena za žalovanje na način koji njemu/njoj odgovara.
2. Možete reći djeci da izrade kolaž u sjećanje na osobu ili bilo što drugo što je njima bilo posebno, a to su izgubili.
3. Jedan od načina da se djeca prisjete posebnih uspomena i podijele ih s drugima jest da donesu u vrtić nešto što ih podsjeća na posebne trenutke. To može biti fotografija, neki predmet, slika itd., a djeca ih mogu pokazati drugima za vrijeme aktivnosti na tepihu.
4. Nabavite neku od slikovnica koje se bave gubitkom (npr. Palmer, Pat: Da te barem mogu držati za ruku ili Petrečija, Biserka: Kada umre netko koga voliš) i pročitajte je s djecom.
5. Kada razgovarate s djecom o teškim temama, pripazite da ne tjerate djecu da govore o osobnim stvarima koje su njima bolne, već im uvijek omogućite da sami izaberu koliko će i kada govoriti.
6. Koristite priloge koje dobivate od roditelja za „zaokruživanje“ aktivnosti.

Cjelina 1. Suočavanje s gubitkom

Na kraju ovoga seta aktivnosti djeca će moći:

- prepoznati osobe kojima se mogu obratiti kada su uznemireni
- prepoznati osobe koje im mogu pomoći kad im se dogodi neki gubitak
- koristiti sustav podrške kada im se dogodi neki gubitak.

Aktivnost 1. Ljudi koji me vole

Cilj učenja

Prepoznati osobe kojima se mogu obratiti kada su uznemireni.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

nabrojiti osobe kojima se mogu obratiti kada sam uznemiren/a.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, radni listić *Kada sam uznemiren/a, mogu se obratiti ...*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pročitajte djeci sljedeću priču koristeći se lutkama za ruku ili prste:

Filip se seli

Ježica Zelda i vjeverac Sherlock imali su jednoga posebnog prijatelja. To je bio žabac Filip koji je živio u jezeru u šumi. Svako poslijepodne Zelda i Sherlock našli bi se s Filipom kod najvećega stabla pokraj jezera i njih troje uvijek bi se silno zabavljali. Plivali su, prskali se i skakali u jezero. Imali su natjecanja tko će najbrže plivati i Filip bi uvijek pobijedio. Jednoga dana Filip je rekao Zeldi i Sherlocku da se njegova obitelj mora preseliti na drugo jezero jer u ovome jezeru nema dovoljno hrane za njih. To je značilo da će otići živjeti jako, jako daleko, u drugu šumu pa Zelda i Sherlock više nikada neće vidjeti Filipa. Neće moći plivati s njim u jezeru ni natjecati se tko je najbrži. Zeldu je ta vijest šokirala i nje mogla vjerovati da više nikada neće vidjeti Filipa. I Sherlock je bio silno tužan što više neće vidjeti svojega jako dobrog prijatelja. Zelda i Sherlock osjećali su da bez Filipa oni nisu pravi Zelda i Sherlock. Obitelji Zelde i Sherlocka pomagale su im prebroditi to teško razdoblje, slušali su ih i grlili kad god im je to bilo potrebno. Zadnju večer, Zelda i Sherlock posjetili su Filipovu obitelj. Prisjetili su se svih veselih trenutaka koje su Zelda,

Sherlock i Filip proveli zajedno. Zelda i Sherlock su Filipu poklonili poseban dar koji su izradili za njega. Bio je to prekrasan list na kojem će Filip moći plutati na svojem novom jezeru. Sjećanja i taj poklon pomogli su Zeldi, Sherlocku i Filipu da shvate da će svatko od njih u svojem srcu uvijek imati posebno mjesto za ovog drugog. Nakon što se Filip odselio u daleku šumu, Zelda i Sherlock svako su se poslijepodne sastajali kod najvećeg stabla pokraj jezera i plivali u jezeru. Često su razgovarali o Filipu i smijali su se zajedničkim uspomenama. Bili su sretniji sada kad su znali da će Filip zauvijek ostati u njihovim srcima, a možda će se u životu opet negdje sresti.

3. Razgovarajte o priči s djecom tako da ih pitate sljedeća pitanja:
 - Kako vam se svidjela ova priča?
 - Zašto su Sherlock i Zelda bili toliko uznemireni?
 - Tko je pomogao Zeldi i Sherlocku tijekom tog teškog razdoblja?
4. Potom povežite priču s vlastitim iskustvima djece tako da ih pitate sljedeće:
 - Jeste li vi ikada prošli kroz neku tešku situaciju, poput Zelde i Sherlocka u ovoj priči?
 - Jeste li ikada izgubili nekoga ili nešto što ste jako voljeli, npr. kućnoga ljubimca?
 - Kako se djeca mogu osjećati kada izgube nekoga ili nešto što stvarno vole?
5. Recite djeci da je u slučajevima kada izgube nešto što vole ili ostanu bez osobe koja im je bila važna, bitno znati da su odrasli uz njih i da se brinu o njima. Potom ih pitajte koje su osobe kojima se mogu obratiti za pomoć kada su uznemireni?
6. Predložite djeci da nacrtaju osobe kojima se obraćaju kada im je teško. Od dječjih radova napravite izložbu.



Predložite djeci da zajedno s roditeljima nacrtaju obris svojega dlana i nabroje imena osoba kojima se mogu obratiti kada su uznemireni. Neka roditelji zapišu imena tih osoba uz prste.



KADA SAM UZNEMIREN/A, MOGU SE OBRATITI...

Pomozite svojem djetetu da nacрта obris dlana i pitajte ga/je kojim se osobama može obratiti kada je uzrujan/a. Napišite imena osoba uz vrhove prstiju i recite ih djeci.

A large, empty rectangular area defined by a dashed orange border, intended for a child to draw a handprint outline.

Aktivnost 2. Tko mi može pomoći?

Cilj učenja

Prepoznati osobe koje im mogu pomoći kada im se dogodi neki gubitak.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

naći osobe koje mi mogu pomoći kada izgubim ljubimca ili omiljenu igračku.

Razina

Srednja

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, tužna muzika, radni listić *Kako mi oni mogu pomoći?*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Podsjetite djecu na priču iz prethodne aktivnosti, a ako želite, ponovno je pročitajte, koristeći se lutkama za ruku ili prste:
3. Povežite priču s vlastitim iskustvima djece tako da ih pitate sljedeće:
 - Jeste li vi ikada izgubili neku igračku ili ostali bez kućnoga ljubimca kojeg ste jako voljeli?
 - Kako ste se tada osjećali?
 - Kome ste se obratili za pomoć?
 - Kako su vam te osobe pomogle?
4. Recite djeci da je su svi tužni kada dožive neki gubitak. Podijelite s njima neki svoj doživljaj gubitka i ispričajte im kako ste taj gubitak prevladali te tko vam je najviše pomogao.
5. Pustite djeci neku tužnu melodiju i pozovite ih da se kreću u ritmu muzike i kretnjama pokazuju osjećaj tuge.
6. Ponovno pitajte djecu s kime razgovaraju kad se osjećaju na način koji su glumili. Kako im te osobe pokazuju da ih vole i podržavaju? (Ako je ovo pitanje djeci teško, dajte im primjere. Možete reći da odrasli pokazuju djeci da ih vole i podržavaju kada se brinu o njima, kuhaju za njih i slušaju o njihovim problemima. Druga djeca pokazuju da im je stalo do nekoga kada se igraju s tom osobom itd.)
7. Pozovite djecu da stanu u krug. Recite im: „Evo načina na koji možemo pomoći jedni drugima da bismo se opustili. Ustanite i okrenite se nadesno. Napetost najviše osjećamo u ramenima i vratu. Pokušat ćemo je smanjiti laganim masiranjem vrata i gornjeg dijela ramena. Svatko to čini osobi ispred sebe.” Nakon nekog vremena, djeca se okrenu ulijevo i ponove postupak.



Predložite djeci da razgovaraju s roditeljima o tome što jedni drugima mogu učiniti da iskažu međusobnu ljubav i podršku.



KAKO MI ONI MOGU POMOĆI?

Razgovarajte sa svojim djetetom što jedni drugima mogu učiniti da iskažu međusobnu ljubav i podršku. Neka dijete nacrtá neke od tih načina.



Aktivnost 3. Moj sustav podrške

Cilj učenja

Koristiti sustav podrške kada im se dogodi neki gubitak.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

znati na koga se mogu osloniti kada mi je teško.

Razina

Napredna

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, papir ili karton u boji formata A3, fotografije voljenih osoba, kolaž papir, boje, pastele ili flomasteri, ukrasi, radni listić *Kako im ja mogu pomoći?*



1. Nekoliko dana prije ove aktivnosti, zamolite roditelje da po djeci pošalju nekoliko obiteljskih fotografija.
2. Na dan aktivnosti, započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
3. Koristeći se lutkama za ruku ili prste, podsjetite djecu na priču *Filip se seli*. Ako želite, priču možete djeci ponovno pročitati i postaviti im sljedeća pitanja:
 - Zašto su Sherlock i Zelda bili toliko uznemireni?
 - Tko je pomogao Zeldi i Sherlocku u tome teškom razdoblju?
 - Što su njihove obitelji i prijatelji poduzeli da bi im pomogli?
 - Kako su se Zelda i Sherlock osjećali na kraju?
4. Potom povežite priču s vlastitim iskustvima djece tako da ih pitate sljedeće:
 - Kako se djeca mogu osjećati kada izgube nekoga koga vole?
 - Tko su osobe koje djeca vole i koje se brinu za njih?
 - Kako im one pokazuju da ih vole i podržavaju dok prolaze kroz neko teško razdoblje?
5. Potom pozovite djecu da pokažu fotografije koje su donijeli i predstave ih drugoj djeci u skupini.
6. Ako djeca žele, ponudite im da pomoću kolaž papira izrade sustave podrške, odnosno slike osoba koje im mogu pomoći kada im je teško.



Neka roditelji sa svojim djetetom razgovaraju o tome što se sve može učiniti da se pokaže

Ljubav ili podrška prijatelju ili članu obitelji koji je upravo izgubio nekoga ili nešto vrlo posebno. Neka dijete nacrta što ono može učiniti da pomogne prijatelju koji je upravo izgubio nekoga ili nešto vrlo posebno.



KAKO IM JA MOGU POMOĆI?

Sa svojim djetetom razgovarajte o tome što ono može učiniti da pokaže ljubav i podršku prijatelju ili članu obitelji koji je upravo izgubio nekoga ili nešto jako posebno. Neka dijete u ovaj okvir nacрта nešto od toga.



Cjelina 2. Suočavanje sa sukobima u obitelji

Na kraju ovoga seta aktivnosti djeca će moći:

- izraziti misli i osjećaje vezane uz obiteljske sukobe
- sagledati obiteljske sukobe iz drugoga kuta
- prepoznati aktivnosti koje mogu poduzeti u situaciji roditeljskih sukoba.

Aktivnost 1. Nije uvijek tako lako!

Cilj učenja

Izraziti misli i osjećaje vezane uz obiteljske sukobe.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

slobodno govoriti o tome što mislim i osjećam kada se članovi moje obitelji sukobljavaju.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, bojice, listovi papira za crtanje



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Koristeći se lutkama za ruku ili prste, pročitajte djeci sljedeću priču:

Uzrujana Zelda

Jednoga dana Zelda je bila jako uzrujana. Posvađala se sa svojim bratom koji joj nije dozvolio da se igra s njegovim igračkama. Bila je toliko ljuta da se sva tresla. Kad ju je tata ugledao, rekao joj je da se udobno smjesti i opusti. Predložio joj je: „Zatvori oči i usredotoči se na disanje. Diši normalno. Pokušaj pratiti svoj udah i izdah. Potpuno si mirna. Sjeti se toga što naljutilo. Zamisli taj prizor. Pokušaj se sjetiti kako je sve bilo. Ponovo vidiš ljude oko tebe i čuješ izgovorene riječi. Ponovo doživljavaš iste osjećaje. Osjećaš razdraženost, sve veću ljutnju, bijes koji počinje ključati u tebi. Ljuta si. Jako si ljuta.“

Sada se pokušaj smiriti. Zamisli da si balon. Kada duboko udahneš, balon se napuhuje. Potom izdahni svu svoju ljutnju, i istovremeno viči „Uuuuuu!“. Ponovi sve to dva puta (duboki udah i izdah uz zvuk Uuuuu).“

3. Pozovite djecu da se poput Zelde prisjete neke svađe s članovima svoje obitelji. To mogu biti roditelji, braća, sestre, djedovi ili bake. Recite im da i oni zatvore oči i usredotoče se na disanje. Neka dišu normalno. Neka pokušaju pratiti svoj udah i izdah. Recite im: „Potpuno ste mirni. Sjetite se toga što vas je tada naljutilo. Zamislite taj prizor. Pokušajte se sjetiti kako je sve bilo. Ponovo vidite ljude oko tebe i čujete izgovorene riječi. Ponovo doživljavate iste osjećaje. Osjećate razdraženost, sve veću ljutnju, bijes koji počinje ključati u vama. Ljuti ste. Jako ste ljuti. Sada se pokušajte smiriti. Zamislite da ste balon. Kada duboko dahnete, balon se napuhuje. Potom izdahnite svu svoju ljutnju i istovremeno vičite „Uuuuuuu!“.
4. Potom razgovarajte o priči s djecom tako što ćete ih pitati sljedeća pitanja:
 - Kako se Zelda osjećala?
 - Što je njezin tata učinio?
 - Je li to pomoglo Zeldi?
5. Zatim povežite priču s vlastitim iskustvima djece tako da ih pitate sljedeće:
 - Je li i vama pomogla vježba koju smo malo prije vježbali?
 - Je li to način na koji se uobičajeno ponašate kada se u vašoj obitelji dogodi neki nesporazum ili svađa?
 - Što tada najčešće radite? Kako se osjećate?
 - Možete li učiniti i nešto drugačije?
6. Podijelite djecu u parove. Svakom paru dajte jedan komad papira i jednu olovku. Njihov je zadatak da zajedno, istovremeno držeći olovku, svatko nacrtaju neki svoj crtež. Neka crtaju nekoliko minuta i potom ih pitajte:
 - Je li im bilo teško crtati na taj način?
 - Kako su pokušali provesti svoju želju?
 - Kako su se osjećali? Jesu li se željeli posvađati s partnerom?
 - Događa li se nekada nešto slično u njihovim obiteljima?
 - Znači li sukob da se članovi obitelji međusobno ne vole?
7. Završite aktivnost potičući djecu na zaključak da je prilikom svađe uvijek dobro jasno reći što nam smeta, kako se osjećamo i zamoliti drugu osobu da nas sasluša jer u obitelji jedni druge volimo i jedni se o drugima brinemo.



Zamolite djecu da kod kuće pokušaju sa svojim roditeljima nacrtati zajednički crtež jednom olovkom. Neka razgovaraju s roditeljima o tome što su sve mogli učiniti da izbjegnu mogući sukob.



JEDNA OLOVKA – DVA CRTAČA

Pokušajte sa svojim djetetom nacrtati zajednički crtež koristeći se jednom olovkom. Razgovarajte s njima o tome što je sve moguće učiniti da se izbjegne mogući sukob.



Aktivnost 2. Nije sve tako sivo

Cilj učenja

Sagledati obiteljske sukobe iz drugoga kuta.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

razmisliti o različitim pogledima na sukob s članovima obitelji.

Razina

Srednja

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pročitajte djeci sljedeću priču koristeći se lutkama za ruku ili prste:

Sherlock misli da je život grozan

Sherlock je ovih dana jako tužan jer se puno puta posvađao sa svojim roditeljima. Neki dan mama mu je rekla da pospremi svoju sobu, no u tom trenutku to mu se nije dalo pa je obećao da će to učiniti kasnije. No poslijepodne je došao njegov prijatelj Hrvoje, pa se Sherlock otišao igrati s njim u šumu. Kada se vratio kući, bio je jako umoran i nije održao obećanje koje je dao mami. Mama se naljutila na njega i rekla mu da ni ona neće održati svoje obećanje da ga odvede na piknik. I zaista, idućega dana mama i Sherlock nisu otišli na piknik kao što su planirali. Sherlock je bio vrlo razočaran jer je volio ići u prirodu sa svojom mamom. Drugoga dana tata mu je rekao da iz šume donese nešto lješnjaka za večeru. Sherlock je otišao u šumu, putem je sreo prijatelje s kojima se ostao igrati u šumi. Kada se vratio kući, shvatio je da je zaboravio na lješnjake. Tata se jako naljutio i rekao mu da je neodgovoran. Još ga je i kaznio tako što mu je zabranio da se igra u šumi narednih tjedan dana.

Sherlock je bio jako tužan zbog svega toga i počeo je plakati. Pomislio je da ga roditelji više ne vole i da se zato tako ponašaju. Zapravo, Sherlock nije mogao shvatiti zašto se roditelji tako često ljute na njega. „Moj život više nije zabavan. Zapravo, moj život je totalno grozan. Živim s roditeljima koji se stalno ljute na mene bez razloga!“

3. Razgovarajte o priči s djecom pitajući ih sljedeće:
 - Zašto se Sherlock sukobio sa svojim roditeljima?
 - Kako se Sherlock osjećao zbog sukoba s roditeljima?
 - Što je Sherlock mislio o svojim roditeljima?
 - Jesu li roditelji mogli drugačije postupiti?
4. Potom povežite priču s vlastitim iskustvima djece tako da ih pitate sljedeće:
 - Možete li se prisjetiti nekog sukoba/svađe sa svojim roditeljima?

- Kako ste se tada osjećali?
 - Što su vaši roditelji tada učinili? A što ste učinili vi?
 - Imate li ideju što možemo učiniti drugačije da bismo izbjegli sukob?
5. Pozovite djecu da pomognu Sherlocku tako da mu ispričaju zbog čega su se, prema njihovom mišljenju, roditelji naljutili na njega. Potom ih pozovite da ispričaju Sherlockovim roditeljima zašto se Sherlock naljutio na njih.
 6. Organizirajte igranje uloga tako da podijelite djecu u parove. Recite im da se dogovore tko će biti Sherlock, a tko njegova mama ili njegov tata. Njihov je zadatak da jedno drugome ispričaju svoju stranu sukoba, govoreći o tome što ih je naljutilo i kakvo su ponašanje očekivali. Nakon nekoga vremena, djeca mijenjaju uloge.
 7. Završite aktivnost tako da potaknete djecu da promijene priču tako da svi budu zadovoljni.



Potaknite djecu da s roditeljima razgovaraju o nekom svojem nedavnom sukobu. Ohrabrite ih da kažu roditeljima kako su se tada osjećali i da zamole roditelje da oni njima kažu kako su se oni tada osjećali.

Aktivnost 3. Što li se to događa?

Cilj učenja

Prepoznati aktivnosti koje mogu poduzeti u situaciji roditeljskih sukoba.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

odvojiti roditeljske sukobe od njihove ljubavi i brige za mene.

Razina

Napredna

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, radni listić *Obiteljski amblem*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Koristeći se lutkama za ruku ili prste, pročitajte djeci sljedeću priču:

Zelda je uznemirena

Zelda živi u šumi sa svojom obitelji. Najčešće uživa u vremenu provedenom sa obitelji. Oni obično zajedno objeduju i idu na izlete na obližnje brežuljke kojima teče jedna rijeka. Nedjeljna poslijepodneva ponekada provode u šumi igrajući obiteljske igre. Zelda jako voli svoju obitelj i želi stalno biti sretna. No, ponekad stvari ne idu baš najbolje i njezini se roditelji posvađaju oko nekih stvari koje Zelda baš ne razumije. Tata i mama često viču jedan na drugoga. Nakon nekoga vremena, mama počne plakati, a tata odlazi u šumu da se malo ohladi i da bude u prirodi. Zelda ne zna što da radi kad se njezini roditelji svađaju. Osjeća se jako tužno i često plače.

Jednoga dana, kada je bila jako tužna, donijela je važnu odluku. Odlučila je razgovarati o tome sa svojom starijom sestrom. Počela je razgovor rekavši: „Jako sam tužna i želim podijeliti svoje osjećaje s nekim kome vjerujem. Kad vidim naše roditelje kako se svađaju, osjećam se uznemireno i bespomoćno.“ Nato joj je sestra rekla: „Kada se odrasli ne slažu, znaju razgovarati na taj način, a mi to ne možemo razumjeti. Razgovarala sam o tome sa svojim prijateljima i oni su mi rekli da se i njihovi roditelji ponekad svađaju. To se događa u gotovo svim obiteljima. Ipak, to ne znači da oni tebe ne vole. Odnose među odraslim osobama nama, djeci, zaista je teško razumjeti. Zato ti predlažem da zamoliš roditelje da to ne rade pred tobom jer ti to smeta.“

Zelda je zahvalila sestri na savjetu i dobrim idejama. Bilo joj je lakše jer je sad imala ideju kako razmišljati o sukobu roditelja na drugačiji način. Nakon razgovora sa sestrom, osjećala se puno bolje te je i roditeljima ispričala kako se osjeća kada se oni pred njom svađaju.

3. Razgovarajte o priči s djecom tako da ih pitate sljedeća pitanja:
 - Što se dogodilo u Zeldinoj obitelji?
 - Što je Zelda mislila, zašto se njezini roditelji svađaju?
 - Kako se Zelda osjećala dok su se njezini roditelji prepirali i svađali?
 - Što je Zelda učinila da si pomogne nositi se sa svojim osjećajima?

- Koje joj je savjete dala njezina sestra?
4. Potom povežite priču s vlastitim iskustvima djece tako da ih pitate sljedeće:
 - Znete li nekoga tko je doživio roditeljski sukob?
 - Kako se to dijete osjećalo?
 - Je li razgovaralo s nekim o toj situaciji?
 - Je li poduzelo nešto kako bi promijenilo tu situaciju?
 - Ako da, što je dijete učinilo i kako se osjećalo nakon toga?
 5. Upotrijebite lutku ježa koju ćete postarati raznim dodacima. Pokažite lutku djeci i recite im da je to stari, mudri jež, kojeg je Zelda zatražila pomoć. Mudri jež iz šume sada je stigao u vrtić objasniti djeci što ona mogu učiniti ako se nađu u sličnoj situaciji:

„Ako se vaši roditelji nekada sukobe, u redu je da imate neugodne misli i osjećaje zbog toga. Isto tako, u redu je ako želite plakati. No nakon plakanja, pomoći će vam ako povjerite svoje osjećaje nekome koga volite (npr. sestra, brat, ponekad i roditelji nakon sukoba). Najvažniji savjet koji imam za vas jest da nikada ne zaboravite da vas vaši roditelji vole, bez obzira na to što se oni možda međusobno posvađaju. Zato, recite svojim roditeljima da vam to smeta i zamolite ih da svađe ostave za neko mjesto i vrijeme kada ih vi ne morate slušati.“
 6. Pitajte djecu što misle o ovom savjetu mudroga ježa. Jesu li nekada prije čuli slične savjete? Potaknite ih da ta iskustva podijele s vama.
 7. Završite aktivnost brojalicom: *Mir, mir, mir, nitko nije kriv, rata, rata, rata, neće biti rata*. Dijete na kojem se brojalica zaustavi, predloži igru koju će igrati.



Predložite djeci da zajedno s roditeljima izrade obiteljski amblem koji će biti znak njihove međusobne ljubavi i zajedništva. Zamolite ih da amblem donesu u vrtić i stavite ih u njihov portfolio.



OBITELJSKI AMBLEM

Nacrtajte u suradnji s djetetom obiteljski amblem koji će biti znak vaše međusobne ljubavi i zajedništva.



Cjelina 3. Suočavanje s promjenom i prijelaznim životnim razdobljima

Na kraju ovoga seta aktivnosti djeca će moći:

- prepoznati sentimentalnu vrijednost određenih predmeta
- koristiti prijelazne objekte da bi se osjećali sigurnijim
- pripremiti se za prelazak iz vrtića u školu.

Aktivnost 1. Tereza i njezine uspomene

Cilj učenja

Prepoznati sentimentalnu vrijednost određenih predmeta.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

odabrati neke predmete (kao što su slike i igračke) koji me podsjećaju na drage osobe i stvari u mom životu.

Razina

Osnovna

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, listovi papira, pastele, flomasteri, plakat, ljepilo, radni listić *Jako važna stvar*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pročitajte djeci sljedeću priču koristeći se lutkama za ruku ili prste:

Kutija uspomena

Bilo je kasno poslijepodne i Zelda se dosađivala. Njezina sestra Darija otišla je u trgovinu s njihovom mamom, a Zelda je ostala sjediti na kauču s tatom. Na televiziji nije bilo ničega, pa je Zelda odlučila posjetiti Terezu, jednu dragu kunu koja živi u blizini. Tereza je bila jako zaposlena. Toga dana pomagala je svojim roditeljima da se spakiraju za selidbu na novo stablo!

Zelda je htjela pomoći Terezi u pakiranju. No kada je vidjela zapakirane kutije, zanimalo ju je što je sve u njima. I tako, umjesto da zatvara kutije, Zelda ih je počela otvarati. U njima je vidjela fotografije Terezine obitelji, odjeću, igračke. Pitala je Terezu zašto čuvaju sve te stare stvari. Tereza joj je odgovorila da su svi ti predmeti važne uspomene. Sada kad su Tereza i njezina

obitelj morali preseliti na drugo stablo, Tereza se pomalo bojala napustiti svoj stari dom. Znala je da će naći nove prijatelje u novome vrtiću, no fotografije će joj pomoći da ne zaboravi stare prijatelje i da ih uvijek čuva u svojem srcu.

3. Razgovarajte o priči s djecom tako da ih pitate sljedeća pitanja:
 - Kako vam se sviđela ova priča?
 - Kamo je Zelda otišla?
 - Što je Zelda radila kod Tereze?
 - Što je Zelda pronašla u Terezinoj kući?
4. Potom povežite priču s osobnim iskustvima djece tako da ih pitate sljedeće:
 - Imate li vi neke igračke, odjeću ili fotografije koje su vam jako drage?
 - Koji su to predmeti i zašto su vam dragi?
 - Podsjećaju li vas oni na neku određenu osobu ili nešto što ste napravili? Ako da, na koga i na što vas podsjećaju?
 - Neka djeca podijele s vama svoje uspomene i osobna iskustva.
5. Zamolite djecu da nacrtaju jedan od predmeta o kojem ste prethodno razgovarali.
6. Pomozite djeci da shvate da se pomoću predmeta mogu sačuvati uspomene na ljude ili lijepa iskustva iz prošlosti. Dajte im primjer tako što ćete im pokazati svoje osobne i profesionalne uspomene. Važno je naglasiti da fotografije i ostali predmeti mogu pomoći u čuvanju uspomena na prošle događaje te nam također mogu pomoći i u teškim trenucima, kao što je npr. Terezina selidba na novo stablo.
7. Prikupite sve dječje crteže na jedan plakat i zabilježite afektivna i simbolička značenja predmeta koje su djeca nacrtala.



Djeca mogu zamoliti roditelje da odaberu neki predmet koji im je važan i da im objasne kakvo značenje taj predmet ima za njih. Predložite djeci da nacrtaju taj predmet, a roditelji zapišu zašto su ga odabrali.



JAKO VAŽNA STVAR

Odaberite neki predmet koji vam je važan i objasnite djetetu kakvo značenje taj predmet ima za vas. Potaknite dijete da nacrtaj taj predmet, a vi napišite zašto ste ga odabrali.



Aktivnost 2. To mi je važno

Cilj učenja

Koristiti prijelazne objekte da bi se osjećali sigurnijim.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

koristiti neku meni dragu stvar da bih se osjećao/la sigurnijim/om.

Razina

Srednja

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, plakat, flomasteri, radni listić *Bilo mi je važno!*



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pročitajte djeci priču iz prethodne aktivnosti koristeći se lutkama za ruku ili prste.
3. Razgovarajte o priči s djecom tako da ih pitate sljedeća pitanja:
 - Je li vam se svidjela ova priča?
 - Kamo je Zelda otišla?
 - Što je Tereza radila?
 - Što je Zelda potom učinila?
 - Što je Zelda pronašla u kutijama?
 - Kako se Tereza osjećala? Zašto?
 - Što mislite, zašto je Terezi bilo važno sačuvati te predmete?
4. Zamolite djecu da razmisle o Terezinom postupku i uvjerenju da će joj svi sačuvani predmeti pomoći da se prisjeti pozitivnih iskustva koja je imala sa svojim starim prijateljima.
5. Organizirajte igru za djecu: neka svako dijete odabere predmet iz vrtića koji smatra važnim i objasni zašto. Dajte im dovoljno vremena da istraže svaki kut prostorije prije nego što odaberu svoj predmet. Recite im da mogu odabrati igračku, ali i bilo koji drugi predmet. Najvažnije je da djeca znaju objasniti zašto su odabrala određeni predmet i kakve uspomene on budi u njima.
6. Na kraju, djeca mogu ostalima pokazati svoj predmet i objasniti zašto su ga odabrala.



Recite djeci da zajedno s roditeljima potraže neki predmet koji im je bio jako važan kad su bili mlađi i neka sljedećega dana taj predmet donesu u vrtić.

**BILO MI JE VAŽNO!**

Pomozite djetetu da nađe neki predmet/igračku od kojeg se neko vrijeme nije odvajalo i koji mu je bio jako važan kad je bilo mlađe. Podsjetite ga da sljedećega dana taj predmet donese u vrtić.



Aktivnost 3. Promjena je razvoj

Cilj učenja

Izraziti misli i osjećaje o prelasku iz vrtića u školu.

Ishod učenja. Na kraju ove aktivnosti moći ću:

razumjeti što će se dogoditi kada krenem u školu i biti ću bolje pripremljen/a za školu.

Razina

Napredna

Potreban pribor

Lutke za ruku ili prste, radni listić *Tereza se seli*, radni listić *Prvi dan škole mojih roditelja*, plakat, bojice, flomasteri



1. Započnite s aktivnošću za usmjeravanje pažnje.
2. Pročitajte djeci priču iz prethodne aktivnosti koristeći se lutkama za ruku ili prste.
3. Razgovarajte o priči s djecom tako da ih pitate sljedeća pitanja:
 - Je li vam se svidjela ova priča?
 - Kamo je je Zelda išla?
 - Što je Zelda radila?
 - Što je Zelda pronašla u kutijama?
 - Što mislite, kako se Tereza osjećala? Zašto?
4. Zamolite djecu da riješe listić *Tereza se seli* i otkriju put kojim Tereza mora ići da bi stigla do svojega novog stabla.
5. Na kraju aktivnosti, nakon što je svako dijete otkrilo pravi put, zamolite ih da razmisle o Terezinom postupku. Pred njom je velika promjena poput one koja očekuje djecu iduće godine kada će završiti vrtić i krenuti u školu.
6. Potaknite detaljnije misli pitanjima:
 - Jeste li se ikada zapitali kako će vam biti iduće godine u prvome razredu?
 - Postoji li nešto što vas veseli u vezi sa sljedećom godinom?
 - Postoji li nešto što vas brine u vezi sa sljedećom godinom?
7. Prikupite sve ideje na jedan plakat. Razgovarajte s djecom o postupcima koje im mogu pomoći u suočavanju s brigama oko polaska u školu. Važno je da uvažite brige svakoga djeteta jer će tako djeca moći izraziti svoje osjećaje i potražiti zajednička rješenja za svoje brige i poteškoće.
8. Pripremite s djecom odlazak u obližnju školu – recite im kad ćete ići, što moraju ponijeti sa sobom, koliko će posjet trajati i sl.



Predložite djeci da zamole svoje roditelje da im ispričaju o svojem prvom danu škole, a zatim nacrtaju to iskustvo svojih roditelja.

TEREZA SE SELI

POMOZI TEREZI DA NAĐE PUT DO SVOJEGA NOVOG STABLA





PRVI DAN ŠKOLE

PRVI DAN ŠKOLE MOJIH RODITELJA

Ispričajte svojemu djetetu kakav je bio vaš prvi dan škole i potaknite ga da to nacрта.



Evaluacijski listić odgojitelja/ice

Ime djeteta: _____	0: Nije primijećeno / neprimjenjivo
Datum popunjavanja: _____	1: Usvaja 2: Postignuto 3: Trajno uspostavljeno

Upute: Popunite listu za svako dijete kada završite **Tema 6. Pretvaranje izazova u prilike**

6. PRETVARANJE IZAZOVA U PRILIKE	
6.1. SUOČAVANJE S NEDAĆAMA I ODBACIVANJEM	Razina 0,1,2 ili 3
6.1.1. Suočavanje s teškoćama	
6.1.1.O ¹⁰ . Dijete može opisati i izraziti misli i osjećaje kad su suočeni s teškim situacijama.	
6.1.1.S. Dijete može koristiti pozitivan samogovor u teškim situacijama.	
6.1.1.N. Dijete može primijeniti plan djelovanja za suočavanje s teškoćama.	
6.1.2. Suočavanje s odbacivanjem	
6.1.2.O. Dijete može opisati i izraziti osjećaje i misli i osjećaje kada doživljava odbacivanje.	
6.1.2.S. Dijete može razmišljati pozitivno kad se suočava s odbacivanjem.	
6.1.2.N. Dijete može prepoznati aktivnosti za uspješno suočavanje s vršnjačkim nasiljem.	
6.1.3. Suočavanje s nepravdom	
6.1.3.O. Dijete može opisati i izraziti osjećaje i misli kada je suočeno s nepravdom.	
6.1.3.S. Dijete može sagledati nepravdu iz drugoga kuta razmišljajući pozitivno.	
6.1.3.N. Dijete može izraditi plan djelovanja za suočavanje s nepravdom.	

6.2. SUOČAVANJE SA SUKOBIMA I PRIHVAĆANJE PROMJENA	
6.2.1. Suočavanje s gubitkom	
6.2.1.O. Dijete može prepoznati osobe kojima se može obratiti kada je uznemireno.	
6.2.1.S. Dijete može prepoznati osobe koje mu mogu pomoći kad mu se dogodi neki gubitak.	
6.2.1.N. Dijete može koristiti sustav podrške kada mu se dogodi neki gubitak.	
6.2.2. Suočavanje sa sukobima u obitelji	
6.2.2.O. Dijete može izraziti osjećaje vezane uz obiteljske sukobe.	
6.2.2.S. Dijete može sagledati obiteljske sukobe iz drugoga kuta.	

¹⁰ O = Osnovna razina, S = Srednja razina, N = Napredna razina

6.2.2.N. Dijete može prepoznati aktivnosti koje može poduzeti u situaciji roditeljskoga sukoba.	
6.2.3. Suočavanje s promjenom i prijelaznim životnim razdobljima	
6.2.3.O. Dijete može prepoznati sentimentalnu vrijednost određenih predmeta.	
6.2.3.S. Dijete može koristiti prijelazne objekte da bi se osjećalo sigurnije.	
6.2.3.N. Dijete može izraziti misli i osjećaje o prelasku iz vrtića u školu.	

Djetetove jake strane:

Djetetove potrebe:

Razvojni ciljevi:

Literatura

- Bandura, A. (1997). Self-efficacy: The exercise of control. *Psychological Review*, 84, 191-215.
- Berkman, L., Glass, T., Brissette, I., & Seeman, T. (2000). From social integration to health: Durkheim in the new millennium. *Social Science & Medicine*, 51 (6), 843-857.
- Bernard, B. (2004). *Resiliency: What we have learned*. San Francisco: WestEd.
- Bredekamp, S. & Copple, C. (1997). *Developmentally appropriate practice in early childhood Programs*. Washington, DC: National Association for the Education of Young Children.
- Dockett, S. & Perry, B. (2007). *Starting School: Perceptions, expectations and experiences*. Sydney: UNSW Press.
- Doll, B., Brehm, K., & Zucker, S. (2004). *Resilient classrooms: Creating healthy environments for learning*. New York, NY: Guilford Press.
- Frederickson, B.L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden – and – build theory of positive emotions. *American Psychologist*, 56 (3): 218-226.
- Gasser, L., & Malti, T. (2012). Children's and their friends' moral reasoning: Relations with aggressive behavior. *International Journal of Behavioral Development*, 36 (5), 358–366.
- Grover, S. (2005). Advocacy by children as a causal factor in promoting resilience. *Childhood*, 2 (4), 527-538.
- Munist, M., Santos, H., Katliarenco, M.A., Snárez, E.N., Infante, F. & Gotberg, E. (1998). *Manual de identificación y promoción de la resiliencia en niños y adolescents*. Santiago de Chile: Organización Panamericana de la Salud.
- Newman, T. (2002). *Promoting resilience: a review of effective strategies for child care services*, Centre for Evidence Based Social Services, University of Exeter.
- Noble, T., & McGrath, H. (2008). The positive educational practices framework: A tool for facilitating the work of educational psychologists in promoting pupil well-being. *Educational and Child Psychology*, 30 (1), 43-65.
- Pedro-Carroll, J.L. (2001). The promotion of wellness in children and families in transition: Challenges and opportunities. *American Psychologist*, 56, 993-1004.
- Purkey, W.W. (1970). *Self Concept and School Achievement*. Englewood Cliffs N.J.: Prentice – Hall.
- Rogers, C.R. (1959). A Theory of Therapy, Personality and Interpersonal Relationships, as Developed in the Client-Centred Framework. U: S. Kock (ur.) *Psychology: A study of a Science*. Volume 3: Formulations of the Person and the Social Context. New York: McGraw-Hill (181-256).
- Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1992). Effects of optimism on psychological and physical well-being: The influence of generalized outcome expectancies. *Health Psychology*, 16, 201–228.
- Seligman, M.E.P. (2002). *Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfilment*. New York: Free Press.
- Seligman, M.E.P. (2006). *Learned Optimism: How to Change your Mind and your Life*. New York: First Vintage Books Edition.

- Snyder, C.R. (1994). *The psychology of hope: You can get there from here*. New York: Free Press.
- Staub, E. & Vollhardt, J. (2008). Altruism Born of Suffering: The Roots of Caring and Helping After Victimization and Other Trauma. *American Journal of Orthopsychiatry*, 78 (3): 267-280.
- United Nations Development Programme (2004). *Human Development Report 2004*. Cultural Liberty in Today's Diverse World.
- Weiten, W., Dunn, D., & Hammer, E. (2012). *Psychology applied to modern life: adjustments in the 21st century*. Belmont, CA: Wadsworth.

Ideje za neke od predloženih aktivnosti autori/ce su našle u sljedećim publikacijama:

- Bašić, J., Hudina, B., Koller-Trbović, N., Žižak, A. (1993): *Integralna metoda*. Zagreb: Alinea
- Bićanić, J. (2001): *Vježbanje životnih vještina*, Zagreb: Alinea.
- Miljević-Riđički, R., Maleš, D., Rijavec, M. (1999): *Odgoj za razvoj*. Zagreb: Naklada Slap i Ured UNICEF-a za Hrvatsku
- Pregrad, J. (2007): *Za sigurno i poticajno okruženje u školama – prevencija i borba protiv nasilja među djecom*. Zagreb: Ured UNICEF-a za Hrvatsku.
- Forum za slobodu odgoja (2014): *Zbirka radionica Pokreni promjenu!*, Zagreb: Forum za slobodu odgoja.

Tjedan za tjednom djeca su dolazila iščekujući da će nastaviti tamo gdje su Zelda i Sherlock stali! Aktivnosti su išle jako dobro, zabavno i uzbudljivo. Bilo je zanimljivo gledati kako djeca "rastu". Nema zlatnog recepta za razvoj otpornosti u djece, ali sigurna sam da je ovaj kurikulum dobar način.

Učiteljica

Naučio sam da prepreka može postati prilika.

Naučila sam kako se smireno ponašati i da se ne ljutim na druge.

Program mi se svidio jer smo učili kako misliti na pozitivan način.

Učenici osnovne škole

RESCUR se temelji na širokom znanju praktičara i istraživača. Materijali su pažljivo osmišljeni kako bi bili privlačni i približili se unutarnjem svijetu djeteta kroz priče, glazbu, poeziju, glumu i umjetnost, koristeći pritom različite i maštovite načine poput usmjeravanja pažnje, pričanja priča, crtanja, stripova, različitih aktivnosti, igranja uloga, aktivnosti kod kuće te, što je najbolje, očaravajućim ilustriranim likovima – Zeldom i Sherlockom. Djeci se nude brojne prilike za istraživanje različitih rješenja svakodnevnih problema i raspravu o složenim društvenim, moralnim i etičkim pitanjima s kojima će se svi susretati u životu, a kroz primjere modela koji demonstriraju snagu otpornosti u suočavanju s nedaćama.

Prof. Helen Cowie, Sveučilište Surrey, UK

RESCUR je vrlo obećavajući i svakako nužan odgovor društvenim, kulturalnim i ekonomskim izazovima s kojima se u današnje vrijeme suočavaju mnoga djeca u Europi. Ovaj kurikulum nudi prevenciju i ranu intervenciju koja promiče pozitivna ponašanja, omogućuje akademsko obogaćenje i ističe važnost školovanja i kvalitetnog obrazovanja. Za djecu koji su pod većim rizikom društvenog i akademskog neuspjeha RESCUR pruža „sigurnosnu mrežu“ kako bi se izbjeglo da „propadnu kroz pukotine“.

Prof. Maria Poulou, Sveučilište u Patrasu, Grčka

Konačno sveobuhvatan pristup promicanju otpornosti predškolske i osnovnoškolske djece koji je ujedno i kulturalno osjetljiv te koristan u različitim okruženjima. Nakon opsežnog terenskog ispitivanja, teme u sklopu RESCUR-a mogu pomoći svoj djeci da razviju vještine potrebne za suočavanje s problemima. Štoviše, RESCUR će posebice biti koristan djeci koja odrastaju u nepovoljnom okruženju, pružajući im vještine rješavanja problema i socijalne vještine potrebne da razviju i održe mrežu brige i potpore.

Prof. Michael Ungar, Sveučilište Dalhousie, Kanada



www.rescur.eu www.um.edu.mt/cres/publications/rescur