



PREDLOG AKTIVNOSTI ZA OTROKE IN STROKOVNE DELAVCE

Ime aktivnosti:	Program za spodbujanje prijaznosti
Cilji:	<ul style="list-style-type: none"> Spodbujanje in krepitev osebne prožnosti pri otrocih v vrtcih in šolah. <p>Otroci:</p> <ul style="list-style-type: none"> Krepijo veščine samozavedanja (vadijo, kako biti pozoren na svojo notranjost in na zunanost, kako biti pozoren na dihanje in na občutke v telesu...), znajo prepoznati, poimenovati in izražati različna čustva, tako prijetna kot neprijetna, vedo kako so nam čustva lahko v pomoč, znajo bolje izraziti, kako se počutijo, znajo izraziti prijaznost do sebe in do drugih, prepoznajo dejanja prijaznosti, znajo bolj uspešno umiriti svoje misli, se ob problemu znajo (hitreje) pomiriti in najti konstruktivne možnosti za rešitev problema, lažje prepoznajo, za kaj so hvaležni, krepijo moč hvaležnosti, prepoznajo in lažje/bolj uspešno sprejemajo podobnosti in razlike med ljudmi...
Ciljne skupine:	<ul style="list-style-type: none"> Predšolski otroci Mlajši šolski otroci
Časovni obseg:	Posamezne delavnice trajajo od pol do ene ure.
Pripomočki, materiali:	Vsi pripomočki in materiali, ki jih potrebujemo za izvedbo programa, so predstavljeni v priročniku za izvajanje programa »Program za spodbujanje prijaznosti. Priročnik za izvedbo delavnic za otroke«.
Izvedba:	Priporočamo, da se aktivnosti v obstoječih skupinah v vrtcu oziroma OŠ izvajajo dvakrat tedensko. Posamezne aktivnosti lahko izvajajo tudi starši doma s svojim otrokom.
Opis delavnic	<p>Program obsega 24 delavnic, preko katerih obravnavamo različne teme. Vsebinski sklopi:</p> <p>1. SKLOP DELAVNIC:</p> <ul style="list-style-type: none"> Čuječe telo in sejanje semen prijaznosti Čustva čutim navznoter (v sebi) To, kako se počutim znotraj v sebi, se kaže navzven <p>V prvem sklopu delavnic otroci vadijo usmerjanje pozornosti in čuječnost. Z otroki oblikujemo »vrt prijaznosti«, na katerem tekom izvajanja programa sadijo »semena prijaznosti« (»semena prijaznosti« dodajo na »vrt« za prijazna dejanja, ki jih naredijo ali opazijo). Preko različnih zgodb se otroci naučijo, kako smo lahko pozorni na čustva, kako jih prepoznamo, jih izražamo.</p>



Projekt »Izzivi medkulturnega sobivanja«

Naložbo sofinancirata Republika Slovenija in Evropska unija iz Evropskega socialnega sklada.

Konzorcij: Osnovna šola Koper, Osnovna šola Maksa Durjave Maribor, Srednja šola Slovenska Bistrica, Druga osnovna šola Slovenj Gradec, Osnovna šola Karla Destovnika-Kajuha Šoštanj III., osnovna šola Celje, Osnovna šola Tončke Čec Trbovlje, Osnovna šola Leskovec pri Krškem, Osnovna šola Grm, Novo mesto, Osnovna šola Antona Globočnika Postojna, Osnovna šola Trzin, Osnovna šola Livada, Srednja šola Jesenice, Osnovna šola Matije Čopa Kranj, Osnovna šola Milojke Štrukelj Nova Gorica in ISA institut.



	<p>2. SKLOP DELAVNIC:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Poskrbimo za močna čustva – navznoter in navzven • Kako se pomirimo in rešujemo probleme • Hvaležnost <p>Pri drugemu sklopu delavnic se otroci učijo, krepijo veščine za obvladovanje močnih čustev (za čustveno, miselno in telesno ravnovesje) in uspešno reševanje problemov. Skupino spodbudimo, da v igralnici oziroma v razredu »kotiček prijaznosti« kot prostor, kjer so jim na voljo pripomočki, ki jih spoznavajo tekom delavnic in ki jim pomagajo, da so bolj prijazni do sebe in do drugih, se umirijo ...</p> <p>3. SKLOP DELAVNIC:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ljudje smo odvisni drug od drugega in od narave • Hvaležnost in skrb za naš svet/planet <p>Zadnji sklop delavnic je namenjen temi hvaležnosti do narave, do našega planeta. Z otroki se pogovarjamo o tem, na kakšen način izražamo hvaležnost do narave, na kakšen način jo spoštujemo, kaj delamo, da poskrbimo za naravo.</p> <p>Otrokom preko zgodb približamo tudi tuje jezike, druge kulture, spoznavajo, kako se beseda »mir« reče v različnih jezikih, razmišljajo o tem, v čem smo si ljudje podobni in v čem se razlikujemo.</p> <p>V zaključnih delavnicah otroci likovno ustvarjajo in izdelajo »roke pomoči« in srca – s temi izdelki potem okrasijo svoje igralnice.</p> <p>Ob zaključku prejmejo tudi diplome za sodelovanje na delavnicah.</p> <p>Med delavnicah preko pisem za starše in tudi posameznih izdelkov, ki jih otroci odnesejo domov, seznanimo tudi starše s cilji posameznih aktivnosti in jih nagovorimo, da različne aktivnosti izvajajo tudi doma.</p>
Viri in literatura:	Program za spodbujanje prijaznosti. Priročnik za izvedbo delavnic za otroke. November, 2019. Center for Healthy Minds in Healthy Minds Innovations, Inc. Prevod in priredba: Mateja Dolinar in Mateja Štirn, ISA institut.

Predlog sta pripravili Andreja Slapšak, multiplikatorica na OŠ Tončke Čeč in Mateja Štirn (ISA institut).



Projekt »Izzivi medkulturnega sobivanja«

Naložbo sofinancirata Republika Slovenija in Evropska unija iz Evropskega socialnega sklada.

Konzorcij: Osnovna šola Koper, Osnovna šola Maksa Durjave Maribor, Srednja šola Slovenska Bistrica, Druga osnovna šola Slovenj Gradec, Osnovna šola Karla Destovnika-Kajuha Šoštanj III., osnovna šola Celje, Osnovna šola Tončke Čeč Trbovlje, Osnovna šola Leskovec pri Krškem, Osnovna šola Grm, Novo mesto, Osnovna šola Antona Globočnika Postojna, Osnovna šola Trzin, Osnovna šola Livada, Srednja šola Jesenice, Osnovna šola Matije Čopa Kranj, Osnovna šola Milojke Štrukelj Nova Gorica in ISA institut.