Srednja škola Bedekovčina

Šk. godina 2019./2020.

Predmet: Životne vještine

Razred: 2.G

Predavači:

Tatjana Papst, prof. ped.

Tomislav Čekolj, prof. psih.

Kurikulum predmeta (35 sati)

**Životne vještine**

Predmet je zamišljen kao 1-godišnji kurikulum koji obuhvaća elemente i teme iz preventivnih programa, komunikacijskih vještina, pedagogije, psihologije, etike, građanskog i zdravstvenog odgoja te domaćinstva. Nastao je iz uočene potrebe kod učenika za razvojem općih znanja i vještina u socijalnim odnosima, emocionalnoj i socijalnoj inteligenciji, temeljeno na praksi i iskustvu stručnih suradnika.

Kurikulum se eksperimentalno realizira kroz 1 sat tjedno kao fakultativna nastava u 2. razredu programa građevinskih i arhitektonskih tehničara. Način realizacije predviđa rad na različitim slučajevima iz pedagoško-psihološke prakse kroz koje će se raznim metodama i oblicima rada obrađivati teme navedene u kurikulumu.

Cilj predmeta: povećati kompetencije učenika za snalaženje u raznim životnim situacijama

Metode rada: frontalni rad, radionički rad, flipped classroom, case study, rad na tekstu, razgovor, diskusija, debata, samostalni istraživački rad, individualni i grupni rad u raznim IT alatima (zajednička platforma za dijeljenje materijala i pripremu za nastavu

Oblici rada: rad u paru, individiualni, grupni rad

Vrednovanje: praćenjem i bilježenjem učeničkog sudjelovanja, aktivnosti, pripreme za sat; vrednovanje za učenje – redovna povratna informacija o napretku, izvršavanju obveza, aktivnosti; vrednovanje kao učenje – meusobno vršnjačko vrednovanje, samovrednovanje vlastite aktivnosti I napretka u radu

Elementi praćenja i vrednovanja:

* Aktivno sudjelovanje na nastavi
* Samostalni rad

Kriteriji ocjenjivanja:

Za odličan (5) – aktivno sudjelovanje u planiranim aktivnostima i vježbama na nastavi, iznošenje vlastitih ideja i mišljenja, suradnički odnos u grupnom radu, uvažavanje i tolerancija u vježbama u paru ili grupi, izvršeni svi zadaci u pripremi za nastavu, samostalan rad

Za vrlo dobar (4) - aktivno sudjelovanje u planiranim aktivnostima i vježbama na nastavi, iznošenje vlastitih ideja i mišljenja, suradnički odnos u grupnom radu, uvažavanje i tolerancija u vježbama u paru ili grupi, izvršena većina zadataka u pripremi za nastavu, samostalan rad

Za dobar (3) - sudjelovanje u planiranim aktivnostima i vježbama na nastavi, suradnički odnos u grupnom radu, uvažavanje i tolerancija u vježbama u paru ili grupi, izvršen dio zadataka u pripremi za nastavu, samostalan rad

Za dovoljan (2) – prisutnost na satu i u planiranim aktivnostima i vježbama na nastavi, suradnički odnos u grupnom radu, uvažavanje i tolerancija u vježbama u paru ili grupi, bez aktivnog doprinosa

Samovrednovanje nastavnika: evaluacijski listići za učenike na kraju svakog obrazovnog razdoblja o zadovoljstvu kurikulumom i načinom realizacije; focus grupe povremeno o kvaliteti i svrsishodnosti sadržaja

Ishodi za učenike:

* prepoznati važnost brige o sebi – higijena, pravilna prehrana, tjelesna aktivnost
* osvijestiti vlastitu vrijednost i ojačati vjeru u sebe i svoje sposobnosti
* uvažavati vrijednost i različitost drugih osoba
* prepoznavati vlastite i tuđe potrebe i osjećaje i izražavati ih na jasan i konstruktivan način
* ostvarivati kvalitetitnu komunikaciju s drugim ljudima
* rješavati nesporazume i probleme u komunikaciji
* ostvarivati korektnu komunikaciju u konfliktnim situacijama
* zauzeti se za sebe u određenim situacijama koje to zahtijevaju
* razlikovati vrste odnosa i veza među ljudima
* uočiti najpoznatije stereotipe i predrasude kod ljudi
* razumjeti pojam i važnost percepcije u međuljudskim odnosima
* razlikovati činjenice od vlastite percepcije (politika, mediji, odnosi…)
* prepoznavati poruke iz medija i kritički ih procjenjivati
* usvojiti pravila ponašanja na Internetu i društvenim mrežama
* koristiti Internet kao sredstvo učenja
* prepoznavati razne vrste ovisnosti, uzroke i sličnosti različitih tipova ovisnosti
* prepoznavati razne vrste nasilja
* razlikovati način komunikacije u poslovnom/službenom okruženju od svakodnevne komunikacije
* prepoznavati vlastite sposobnosti, želje, afinitete u smislu izbora profesionalne karijere
* usvojiti pravila upravljanja novcem
* analizirati situacije iz svakodnevnog života i diskutirati o postupcima, ponašanjima i mogućim opcijama, kritički promišljati i preispitivati svoje stavove i vrijednosti, koristiti svoje i tuđe iskustvo za rast i razvoj

Literatura za nastavnike: D. Bratko: Psihologija, Profil, Zagreb, 2008., Šimunović, Papst: Načela poučavanja, ŠK, Zagreb, 2014., Anti-bullying games, Product of the Erasmus+ strategic partnership 2014-1-EL01-KA201-001372, V. Takšić: Upitnici emocionalne kompetencije, Rijeka, 2017., slučajevi iz prakse (iz bilješki stručnih suradnika) SŠ Bedekovčina, Centar za poremećaje hranjenja Bea, priručnik iz programa prevencije poremećaja hranjenja “Tko je to u ogledalu?”, J. Bićanić: Vježbanje životnih vještina, Alinea, Zagreb, 2001.

Literatura za učenike: materijal pripremljen od strane nastavnika predavača

**↓**

* Odnosi
* Komunikacija
* Svakodnevni život

Kurikulum predmeta (35 sati)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Red.br. cjeline/ sata** | **Cjelina** | **Naziv teme** | **Opis teme/ podteme** | **Ishodi za učenike** |
| 1 sat |  | Uvodni sat | - upoznavanje s kurikulumom, međusobno upoznavanje  - dogovor o načinu rada, vrednovanju  - procjena sadržaja i tema kurikuluma, mogućnost modifikacije | - upoznati se s kurikulumom, dogovoriti način rada i vrednovanja  - upoznati se bolje međusobno |
| 1.  - 2 sata | JA | Tko sam ja? | - samosvijest  - samopoštovanje  - samopouzdanje | - osvijestiti svoje vrijednosti, znanja, vještine, osobine… |
| 2.  - 3 sata | TI | Tko si ti? | - svijest o drugoj/drugim osobama, njihovim potrebama, željama, navikama, vrijednostima, strahovima...  - različitost/tolerancija/  uvažavanje/stereotipi i predrasude | - osvijestiti različitost ljudi i uvažavati je, ne osuđivati, prihvatiti |
| 3.  - 4 sata | KOMUNIKACIJA | Što je između nas? | - intrapersonalna  - interpersonalna  - verbalna i neverbalna  - slušanje  - komunikacija s nepoznatim ljudima  - komunikacija u obitelji  - komunikacija u prijateljskoj/kolegijalnoj sredini  - komunikacija u vezi | - prepoznavati neverbalnu komunikaciju kod sebe I kod drugih  - izražavati svoje mišljenje I stav bez osude tuđeg i želje da smo jedini I uvijek u pravu  - razvijati otvoorenu I direktnu komunikaciju  - zauzeti se za sebe I uvažavati druge |
| 4.  - 4 sata | ODNOSI | S kime smo u nekom odnosu? | - definicija odnosa  - vrste odnosa  - gradnja odnosa  - prekidi odnosa  - emocije  - empatija | - definirati odnos  - razlikovati vrste odnosa  - opisati korake gradnje odnosa  - prepoznavati svoje i tuđe emocije  - definirati empatiju, pronaći primjere, vježbati empatično ponašanje |
| 5.  - 2 sata | KONFLIKTI | Konfliktne situacije i što s njima? | - u obitelji  - u školi  - s prijateljima  - s nepoznatima | - prepoznati konfliktne situacije  - razvijati vještinu mirnog i nenasilnog rješavanja sukoba i konflikata |
| 6.  - 5 sati | OKO NAS | Opasnosti za naše tjelesno i mentalno zdravlje i odnose koje imamo | - nasilje (vrste, uzroci, posljedice)  - ovisnosti (alkohol, cigarete, droga, klađenje, internet, mobiteli)  - mediji i reklame  - donošenje odluka  - povodljivost (kako reći ne)  - odgovornost | - osvijestiti sve vrste i oblike nasilja  - zaključiti samostalno o negativnim posljedicama sredstava ovisnosti  - prepoznati poruke iz medija  - ojačati u procesu donošenja odluka |
| 7.  - 3 sata | BRIGA O SEBI | Opet ja i prvo ja | - higijena  - tjelesna aktivnost  - mentalna aktivnost  - pravilna prehrana i poremećaji prehrane  - zaštita spolnog zdravlja | - raditi na usvajanju zdravih navika i izboru odgovarajućih tjelesnih I mentalnih aktivnosti, pravilne prehrane i zaštite spolnog zdravlja |
| 8.  - 5 sati | ODRASLI ŽIVOT | Živjeti samostalno? | - upravljanje vremenom  - upravljanje novcem  - osnovne vještine “preživljavanja” i samostalnog života  - komunikacija s ustanovama  - pretraživanje Interneta u svrhu rješenja problema | - steći uvid u obaveze i odgovornosti “odraslog života”-nabrojati obaveze u kućanstvu, financijske i fizičke  - usvojiti vještinu pripreme jednostavnog jela, osnove šivanja i kreativnog rješavanja mogućih nezgoda I situacija u kućanstvu |

Teme po satima:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **Tema** | **Podtema** | **Ishodi** |
|  |  | Uvodni sat – međusobno upoznavanje, dogovor o sadržaju i načinu rada | - upoznati se međusobno  - dogovoriti sadržaj i način rada, pravila |
|  | JA | **Što mi se sviđa…kod mene?**  **Temelj za sljedeći sat:**  Priča učenice: “Nitko me ne voli..” – na digit.platformi Trello | - osvijestiti – izreći naglas svoje vrijednosti/znanja/vještine/  osobine |
|  | **Nitko me ne voli…**  **Temelj za sljedeći sat:**  Priča učenika A. | - prepoznati i opisati osjećaj socijalne isključenosti  - pronaći poznate primjere iz svog školovanja/sebe/drugih |
|  | TI | **Što mi se sviđa…kod tebe?** | - izreći naglas što nam se sviđa kod drugih osoba  - osvijestiti vrijednosti drugih |
|  | **Što mi se NE sviđa…kod drugih?**  **Temelj za sljedeći sat:**  Slika HATE C:\Users\PROFESOR\Desktop\TANJA\TANJA\2019-20\NOVI KURIKULUM\69262065_1601970313272666_6773677520492429312_n.jpg | - osvijestiti različitosti/  uvažavanje/neosuđivanje  - analizirati/raspravljati/  procijeniti možemo li u svakoj osobi naći ono što nam se sviđa i bazirati odnos na tome  - imenovati primjere koji su iznimka |
|  | **“Iznajmljujem sobu…”**  **Temelj za sljedeći sat:**  Slika C:\Users\PROFESOR\Desktop\TANJA\TANJA\2019-20\NOVI KURIKULUM\69305542_10157534786832390_1741306370319187968_n.jpg | - prepoznati vlastite predrasude i stereotipe  - procijeniti opravdanost istih |
|  | **Naranče/limuni smo svi…** | - opažati različitost  - analogijom između voća i ljudi zaključiti o ljepoti različitosti |
|  | **VREDNOVANJE** | **Napomena: vrednovanje se odvija kontinuirano tijekom svih sati, određen sat se koristi za analizu rada kod kuće, čitanja eseja i samovrednovanja/vršnjačkog vrednovanja**  **Temelj za sljedeći sat:**  Slika | **- pratiti vlastiti napredak (učenici)**  **- pratiti napredak učenika (nastavnici)** |
|  | KOMUNIKACIJA | **Što je između tebe i mene?**  **Temelj za sljedeći sat:**  Priča učenika B. | - opisati komunikacijski proces  - objasniti šumove u komunikacijskom kanalu  - razlikovati vrste komunikacije  - procijeniti udjele raznih vrsta komunikacije u cjelokupnoj komunikaciji |
|  | **I kad šutimo, komuniciramo…** | - opisati neverbalnu komunikaciju  - prepoznavati izraze lica, držanje, geste  - razlikovati neverbalne poruke kada su različite od verbalnih |
|  | **Kada smo ljubazni i pristojni?**  **Temelj za sljedeći sat:**  Priča-patološka ljubomora (čokolada priručnik-Tamna strana ljubavi) s naglaskom na komunikaciju | - prepoznati kod sebe (ili ne) različitu komunikaciju s nepoznatima i s obitelji ili prijateljima |
|  | **“Gdje si ti do sada?”** | - prepoznati i opisati paraverbalnu komunikaciju |
|  | **VREDNOVANJE** |  |  |
|  | ODNOSI i EMOCIJE | **S kim se sve (p)odnosimo?**  **Temelj za sljedeći sat:**  Ciglice – Lino (što sve čini odnos boljim) | - definirati pojam odnosa  - definirati vrste odnosa  - opisati komunikaciju u odnosu |
|  | **Kako gradimo/rušimo odnos?**  **Temelj za sljedeći sat:**  Priča-patološka ljubomora (čokolada priručnik-Tamna strana ljubavi) s naglaskom na odnos i izražavanje osjećaja | - opisati kako raditi na odnosu do kojeg nam je stalo  - opisati kako pokazati da nam je stalo do odnosa |
|  | **Ja se osjećam…ti se osjećaš** | - izraziti svoje osjećaje  - prepoznati tuđe osjećaje |
|  | **Kontroliram svoje emocije…** | - prepoznati razloge za kontrolu i regulaciju emocija  - navesti situacije  - procijeniti vlastite emocionalne kompetencije i emoc. kompet. drugih |
|  | KONFLIKTI | **Konflikti i što s njima** | - navesti primjere konflikata, stvarne situacije i reakcije (svoje i tuđe)  - predložiti mirna rješenja |
|  |  | **Sukobi vs nasilje** | - razlikovati sukobe od nasilja, predložiti rješenja |
|  | **VREDNOVANJE** | **Temelj za sljedeći sat:**  Priče #spasime |  |
|  | OKO NAS | **Što nas sve napada?** | - razlikovati vrste nasilja, uzroke, posljedice, predlagati rješenja |
|  | **Što nam se sve nudi sa svih strana?** | - razlikovati vrste sredstava ovisnosti, posljedice za organizam  - kritički razmišljati o opravdanosti i stvarnoj potrebi uzimanja sredstava ovisnosti  - navesti sve suvremene ovisnosti |
|  | **Kockanje**  **Temelj za sljedeći sat:**  Priča M. | - analizirati posljedice ovisnosti o kockanju i klađenju |
|  | **Gdje nas sve ima – Googlaj se**! | - razlikovati prednosti i mane digitalizacije  - čitati poruke iz medija  - zaključiti o trajnim digitalnim zapisima i mogućim posljedicama |
|  | **Kako reći ne?**  **Temelj za sljedeći sat:**  Priča – G. smrdi | - analizirati vlastitu povodljivost  - diskutirati o pojmu odgovornosti prema sebi i drugima |
|  | BRIGA O SEBI | **Opet malo o meni** | - navesti pravila osobne higijene  - objasniti važnost tjelesne aktivnosti  - objasniti principe zdrave prehrane |
|  | **Želim biti mršav/a**  **Temelj za sljedeći sat:**  Esej na temu “Pazim na sebe i štitim se” – od čega sve se trebam štititi… | - razlikovati važnost izgleda “duše” od izgleda tijela  - čitati poruke iz medija  - razlikovati važnost tjelesne aktivnosti za zadravlje i za izgled  - nabrojati i opisati poremećaje prehrane |
|  | **Pazim na sebe i štitim se** | - prepoznati situacije u životu u kojima se trebamo štititi (sredstva ovisnosti, negativni odnosi, spolna zaštita, nasilje…) |
|  | **VREDNOVANJE** | **Temelj za sljedeći sat:**  Priča “Pale sam na svijetu”  Esej na temu “Sam u kući” |  |
|  | ODRASLI ŽIVOT | **Sam u kući 1** | - razmišljati i raspravljati o mogućim situacijama u samostalnom životu  - predviđati problem i moguća rješenja |
|  | **Sam u kući 2** | - nabrojati osnovne troškove života  - napraviti plan za samostalno ljetovanje s društvom |
|  | **Sam u kući 3** | - komunicirati s ustanovama – napisati mail, zamolbu, upit, pritužbu |
|  | **Sam u kući 4** | - sašiti gumb, zakrpati poderani odjevni predmet, izglačati košulju |
|  | **Sam u kući 5** | - napraviti popis za trgovinu  - pripremiti jednostavan obrok |
|  | **ZAVRŠNO VREDNOVANJE** |  |  |