

## 2. nastavna jedinica

### Kako se osjećate? Zaista?



Obuhvaća elemente SEL-a: **samosvjesnost (Self Aware – SelfA)**



Očekivano vrijeme: **60 - 90 minuta**

#### Pregled nastavne jedinice

Uvod, Otkrivanje riječi za imenovanje osjećaja, Rad na rječniku u skupini i povratna informacija, Rasprava, Plenarna sjednica

#### Ciljevi učenja

Ključno pitanje: Na koji način opisujem kako se osjećam?

Učenici će moći:

- ▶ opisati kako se osjećaju
- ▶ razumjeti obilježja emocija, označiti ih te grupirati.

#### Materijali i priprema

Voditelji će trebati:

- ▶ listove materijala L2R1 i L2R2
- ▶ pristupiti aplikaciji Mood te biti sposobni to izložiti (na interaktivnoj bijeloj ploči / zaslonu).

#### UVOD (10 minuta)

Predstavite nastavnu jedinicu te objasnite njezine ciljeve. Podsjetite učenike na ugovor o učenju te na mehanizme pomoći i podrške.

#### Pitajte

Jeste li se koristili aplikacijom Mood? Što o tome mislite?  
Kako ste danas? Na što mislimo kad postavimo to pitanje?

#### Aktivnost 1 (20 minuta) Otkrivanje riječi za imenovanje osjećaja

- ▶ Zamolite učenike da navedu određeni broj 'emocionalnih' riječi.
- ▶ Neka učenici predlože riječi koje ćete zapisati na školsku ploču / interaktivnu bijelu ploču. Nakon što ste ih zapisali, razvrstajte ih na pozitivne i negativne, no nemojte učenicima otkriti skupine.
- ▶ Raspravljajte o značenjima pozitivnih i negativnih riječi te po potrebi dopunite popise. Započnite prepoznavanje riječi prema visokoj ili niskoj energiji. To je koncept MoodMeter aplikacije. Pogledajte materijal L2T1 te mrežnu stranicu [www.moodmeterapp.com](http://www.moodmeterapp.com).
- ▶ Podijelite učenike u skupine te raspravljajte o riječima koje su učenici predložili.

#### Aktivnost 2 (20 minuta) Rad na rječniku – rad u skupini

- ▶ Podijelite učenike u skupine/parove.
- ▶ Podijelite skupinama/parovima listove L2R1 i L2R2.
- ▶ Tražite od učenika da prepisu riječi s lista L2R2 u odgovarajući prostor kvadranta na listu L2R1.
- ▶ Osigurajte vrijeme za raspravu i komentare. (Ispravljani odgovori nalaze se u prezentaciji.)
- ▶ Što utječe na promjenu vaših osjećaja tijekom dana? Što se događa kad niste u školi?

### Aktivnost 3 (20 minuta) Poučavanje

- ▶ Objasnite značenje riječi *okidač*; zamolite učenike da navedu primjere te ih zapišite na ploču. „Što bi vas moglo potaknuti...?”
- ▶ Što mijenja vaše raspoloženje? Što vas čini sretnima ili žalosnima?
- ▶ Zamolite učenike da raspravljaju u paru, a zatim sastavite popis načina na koje učenici mogu promijeniti svoje raspoloženje (glazba, vježba, vrijeme posvećeno sebi...).

### Završni dio (5 minuta) Osvrt na naučeno Pitajte

- ▶ Što ste danas naučili?
- ▶ Jeste li zadovoljni ovim satom?
- ▶ Smatrate li da su osjećaji važni u situacijama nasilja? Ako jesu, na koji način?
- ▶ Koliko često razmišljate o svojim osjećajima?

### Najava sljedeće nastavne jedinice

Što je sljedeće? Pokušajte utvrditi jačinu svojih osjećaja u različitim situacijama. Da bi se nasilje razumjelo, bitno je prepoznati osjećaje. Najavite sljedeću nastavnu jedinicu: Priroda nasilja.

### Zadatak koji je potrebno obaviti nakon sata

Ako se niste koristili aplikacijom Mood, koristite se sada te o tome razgovarajte s prijateljem ili roditeljem/skrbnikom.



### Popratne aktivnosti

TEHNOLOGIJA. Podsjetite učenike o konceptima četiriju područja MoodMeter ploče te o tome raspravljajte. Koristite se MoodMeter aplikacijom kako biste učenicima pokazali prelazak iz jedne emocije u drugu.

PISANJE. Istražite *haiku poeziju*. Odaberite jednu od četiriju boja raspoloženja i rječnik te haiku napišite u onoj boji koja izražava te osjećaje.

UMJETNOST. Osmislite apstraktno predstavljanje svake skupine emocija s naglaskom na oblik, tijek te nijanse svake boje emocija (npr. nijanse crvene boje za negativnu emociju visoke energije).

Rabite umjetnost kao pozadinu za svoju haiku poeziju.

Sve zajedno prikupite za razredni portfelj.

JEZICI. Istražite riječi za imenovanje osjećaja u različitim jezicima te usporedite značenje i zvuk (*Google prevoditelj*).

GLAZBA. Istražite primjere glazbe koji odražavaju osjećaje i koji bi mogli utjecati na raspoloženje u razredu, npr. klasična glazba, teški rok, džez (besplatna glazba na *Competch*).

### Poveznice

Suzbijte nasilje / Lekcija o suzbijanju nasilja u okviru mreže TES 2012 (Beat Bullying / TES 2012 anti-bullying lesson) na mrežnoj stranici - <https://www.tes.co.uk/teaching-resource/beatbullying--tes-live-lesson-plan-6303305>

ENABLE: <http://enable.eun.org/>