

WP3 Obuka nastavnika o jačanju samopouzdanja kod učenika



A3 PRIPREMA METODOLOGIJE ZA OBUKU

JAČAJMO SAMOPOUZDANJE KOD UČENIKA U OSNOVNOJ ŠKOLI

2022-1-BG01-KA220-SCH-000087066

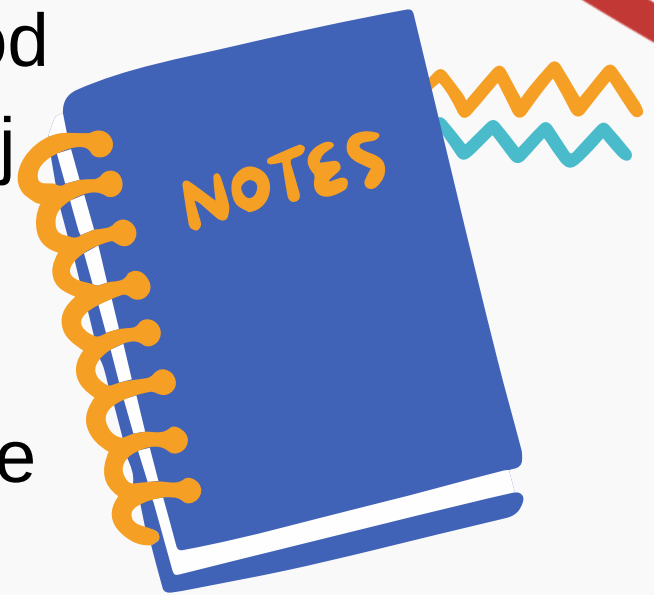
O projektu

Ovaj projekat se bavi jačanjem samopouzdanja kod učenika u osnovnoj školi razvijanjem emocionalne inteligencije, samopoštovanja i općeg blagostanja učenika. Pomoći će nam da obučimo nastavnike kako da pomognu učenicima da uče iz grešaka i da savladaju strah od neuspjeha.

Nisko samopouzdanje kod djece ometa njihovu sposobnost preuzimanja rizika i oporavka od neuspjeha. Naš projekat „Jačajmo samopouzdanje kod učenika u osnovnoj školi“ ima za cilj osnaživanje mladih učenika i jačanje njihovog samopouzdanja.

Sakupili smo najbolje prakse EU u priručnik za obuku nastavnika i realizovat ćemo radionice za roditelje o njegovanju emocionalne inteligencije. Vršnjačke veze i socio-emocionalne aktivnosti potaknut će pozitivne akcije među djecom.

Ovaj Erasmus+ projekat (2022-1-BG01-KA220-SCH-000087066) je rezultat zajedničke saradnje sa partnerima iz Bugarske, Slovenije, Bosne i Hercegovine, Portugala, Litvanije i Sjeverne Makedonije. Ovaj dokument predstavlja našu viziju kako pomoći djeci da razviju pozitivan odnos prema sebi i dostignu svoj puni potencijal.



A3 Priprema metodologije za obuku nastavnika



Metodologija za obuku nastavnika obuhvata sistematski pristup i strategije koje se koriste za planiranje, dizajniranje i realizaciju ciljeva inteligentnih, racionalnih i iskustvenih planova učenja zasnovanih na akademskim i pedagoškim razmatranjima u vezi sa metodom JAČANJA SAMOPOUZDANJA. Ona obuhvata metode i nastavne pristupe koji se koriste za jačanje i poboljšanje samopouzdanja kod učenika, njegovanje cjelokupnog okruženja u učionici, podrške vršnjaka i akademskog uspjeha.



Šta je važno za jačanje samopouzdanja kod učenika i ostvarivanje inteligentnih, racionalnih i iskustvenih planova obuke nastavnika za upotrebu metode JAČANJA SAMOPOUZDANJA?



Razumijevanje važnosti samopouzdanja - nastavnici moraju razumjeti utjecaj samopouzdanja na postignuća učenika, motivaciju i dobrobit. Takođe treba da razumiju ulogu nastavnika u promovisanju samopouzdanja među učenicima.



Identifikacija i rješavanje prepreka za samopouzdanje. Nastavnici bi trebali biti u stanju da **identifikuju** uobičajene prepreke samopouzdanju, kao što su strah od neuspjeha, društvena poređenja. Također bi trebalo da znaju kako da pomognu učenicima da prevaziđu ove barijere i izgrade pozitivnu sliku o sebi.



Razumijevanje metode JAČANJA SAMOPOUZDANJA podrazumijeva poznavanje svakog koraka **ove** metode kao i kako se metoda može primijeniti u različitim situacijama.



Promjene u nastavnom planu i programu - nastavnici moraju biti u stanju da osmisle nastavni plan i program koji **efektivno podrazumijeva** metodu JAČANJA SAMOPOUZDANJA. Ovo uključuje raščlanjivanje metode na manje dijelove kojima se može upravljati, kreirati ciljeve učenja, osmišljavanje procjena i biranje odgovarajućih resursa.



Korištenje učinkovitih nastavnih strategija

Pedagoški principi i nastava usmjereni na učenika uključuju strategije za aktivno uključivanje učenika, te proces učenja kojim učenici izražavaju kreativno i kritičko mišljenje (efikasne metode podučavanja/učenja i ocjenjivanja). Nastavnici bi trebali znati kako stvoriti prilike za učenike da podijele svoje ideje, mišljenja i perspektive. Oni također treba da pruže izbore i opcije za učenike da personalizuju svoje učenje i izgrade autonomiju.



Pružanje konstruktivnih povratnih informacija

Nastavnici bi trebali biti u mogućnosti da pruže povratne informacije specifične, pravovremene i fokusirane na poboljšanje. Također bi trebali znati kako pomoći učenicima da koriste povratne informacije za postavljanje ciljeva i praćenje napretka.



Izgradnja pozitivne kulture u učionici

Kultura sigurnog i podržavajućeg okruženja u učionici se formira na bazi saradnje i interakcije. Nastavnici treba da znaju kako da stvore motivirajuće i inkluzivno okruženje u učionici u kojem se učenici osjećaju cijenjeno, poštovano i sigurno.



 Komunikacijske vještine: nastavnici treba da budu u stanju da efikasno komuniciraju sa učenicima.

Ovo uključuje sposobnost objašnjavanja složenih koncepata, pružanja konstruktivnih i korisnih povratnih informacija, olakšavanja grupnih diskusija, interakcija, komunikacije s roditeljima.

 Interpersonalne vještine: uključuju sposobnosti za izgradnju pozitivnih odnosa sa učenicima (empatičan, strpljiv, pruža podršku). Ovo je važno za stvaranje sigurnog i pozitivnog okruženja za učenje u kojem se učenici osjećaju ugodno postavljajući pitanja, praveći greške i preuzimajući rizik.

 Kontinuirano učenje i usavršavanje - ostati u toku sa najnovijim pedagoškim trendovima i praksama, kontinuirano odražavajući primijenjene strategije podučavanja i unoseći promjene i prilagođavanja prema potrebi kako bi se osiguralo da su ciljevi učenja ispunjeni.

Integracijom ovih komponenti na promišljen i strateški način, nastavnik može stvoriti efektivna iskustva učenja koja pomažu učenicima da izgrade svoje samopouzdanje i postignu ciljeve.

Metoda JAČANJA SAMOPOUZDANJA

G

GOAL - CILJ

To je krajnja tačka do koje želimo doći.



R

REALITY - STVARNOST

To je ono zapravo gdje smo mi sada.



O

OPTIONS/OBSTACLES – MOGUĆNOST/PREPREKE

To su prepreke koje te sprječavaju da stigneš do cilja sa mjesta gdje si sada.



W

WILL/WRAP UPS – HOĆU/ZAVRŠENO

To su mogućnosti koje postaju djela koja dovode do cilja. Ovo vodi ka uspjehu.



Metoda JAČANJA SAMOPOUZDANJA zasnovana je na modelu GROW, koji se obično koristi tokom edukacija kako bi pomogao pojedincima da postave i postignu svoje ciljeve (Whitmore, 2017; Passmore, 2011).

Metoda JAČANJA SAMOPOUZDANJA nadilazi tradicionalni model GROW fokusirajući se posebno na izgradnju samopouzdanja.

Metoda JAČANJA SAMOPOUZDANJA dodaje tri dodatna koraka:

- C: Odabir pozitivnog načina razmišljanja
- O: Prevazilaženje ograničavajućih uvjerenja
- N: Njegovanje samopouzdanja



KORACI METODE JAČANJA SAMOPOUZDAVANJA



Cilj: postavljanje jasnog i specifičnog cilja koji želite postići.



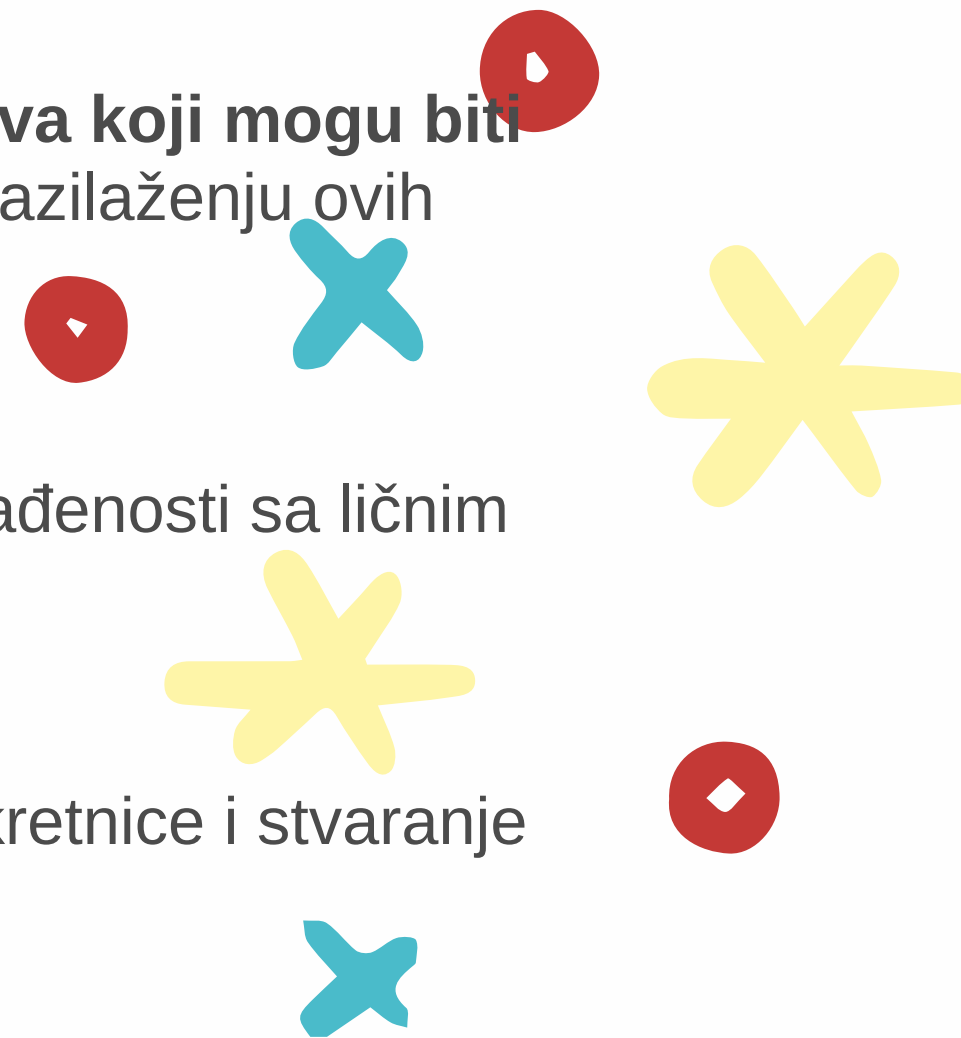
Realnost: procjena trenutne stvarnosti i identificiranje svih prepreka ili izazova koji mogu biti sprečavaju postizanje cilja. Identificiranje snaga i resursa koji mogu pomoći u prevazilaženju ovih prepreka.



Opcije: grupisanje niza mogućih opcija ili strategija za postizanje cilja. Evaluacija svake opcije na osnovu njene izvodljivosti, potencijalnog utjecaja i usklađenosti sa ličnim vrijednostima i prioritetima.



Volja: odabir najbolje opcije i kreiranje akcionog plana za postizanje cilja. Identificiranje konkretnih koraka koji se trebaju poduzeti, postavljanje rokova i prekretnice i stvaranje mreže podrške koja će vam pomoći da ostanete odgovorni i motivirani.





KORACI METODE JAČANJA SAMOPOUZDANJA



Odabir pozitivnog načina razmišljanja: korak uključuje usvajanje pozitivnog razmišljanja usmjerenog na rast. Fokusiranje na lične snage i uspjehe i gledanje na izazove i neuspjehe kao na prilike za učenje i napredovanje.



Prevazilaženje barijera: identificiranje i propitivanje bilo kakvih ograničavajućih uvjerenja ili negativnog govora o sebi koji vas možda sputavaju. Ovakva uvjerenja je potrebno zmjeniti osnažujućim i pozitivnijim.



Njegovanje samopouzdanja: Ovaj posljednji korak uključuje razvijanje i njegovanje snažnog osjećaja samopouzdanja i samopoštovanja. Slavljenje ličnih uspjeha, priznanje napretka i njegovanje osjećaja jačanja emocija i samoefikasnosti.

Prateći ovih sedam koraka, metoda jačanja samopouzdanja može pomoći pojedincima da izgrade svoje samopouzdanje i postignu svoje ciljeve na sistematičan i efikasan način.



Metoda JAČANJA SAMOPOUZDANJA u učionici



Koristeći metodu jačanja samopouzdanja u učionici, nastavnici mogu stvoriti motivirajuće i osnažujuće okruženje za učenje koje promoviše samopouzdanje učenika i pomaže im da ostvare svoj puni potencijal.



KORIŠTENJE METODE JAČANJA SAMOPOZDANJA U UČIONICI



Postavljanje jasnih i specifičnih ciljeva učenja:

Nastavnici sa svojim učenicima postavljaju jasne i specifične ciljeve učenja koji su izazovni, ali i ostvarivi. Pomažući učenicima da postave ciljeve koji su u skladu sa njihovim interesovanjima nastavnici mogu motivisati učenike i povećati njihovo samopouzdanje.



Procjena trenutne stvarnosti učenika:

Nastavnici pomažu učenicima da procijene svoje trenutne snage, prepoznaju slabosti, kao i sve prepreke ili izazove koji mogu ometati njihov napredak. Prepoznavanje njihovih snaga i resursa pomaže učenicima da razviju pozitivniju sliku o sebi i povećaju samopouzdanje u svoje sposobnosti.



Generisanje niza opcija za učenje:

Nastavnici ohrabruju učenike da uče kroz razne aktivnosti i resurse koji zadovoljavaju različite stilove učenja i uključivanja. Sloboda izbora načina učenja povećava osjećaj autonomije i samoeфикаsnosti.



KORIŠTENJE METODE JAČANJA SAMOPOUZDANJA U UČIONICI



Podsticanje razmišljanja o sebi: Nastavnici ističu bitnost truda i upornosti, i predstavljanju greške kao priliku za učenje i rast. To podstiče izdržljivost i samopouzdanje u savladavanju izazova i postizanju ciljeva.



Ispitivanje već postojećih uvjerenja: Nastavnici podstiču učenike da razmisle o svojim uvjerenjima i pretpostavkama o sebi i svojim sposobnostima. Identificiranje i ispitivanje negativnih misli i već postojećih uvjerenja može poboljšati sliku o sebi i povećati samopouzdanje.



Njegovanje samopouzdanja: Nastavnici odaju priznanje i slave uspjeh učenika, daju povratne informacije i podršku koja jača njihov osjećaj kompetencije i stručnosti. Njegovanje samopouzdanja pomaže učenicima da razviju pozitivniju sliku o sebi i veće samopouzdanje.



STRATEGIJE OBUKE ZA RAZVIJANJE SAMOPOUZDANJA UČENIKA

- ✧ **Učenje zasnovano na problemu:** uključuje upoznavanje učenika sa problemima ili scenarijima iz stvarnog svijeta koje zahtijevaju od njih da primjene svoja znanja i vještine kako bi pronašli rješenja. Učenje zasnovano na problemima podstiče samopouzdanje učenika razvijajući njihovo kritičko razmišljanje, rješavanje problema i vještine donošenja odluka.
- ✧ **Učenje iz iskustva:** naglašava praktično iskustvo i razmišljanje kako bi se promoviralo znanje sticanje, razvoj vještina i lični rast. Uključivanje praktičnih iskustava učenja u stvarnom svijetu omogućava učenicima da primjene svoja znanja i vještine na praktične načine.
- ✧ **Zajedničko učenje:** uključuje rad u grupama i timovima za rješavanje problema, zadataka i učenje jednih od drugih. Uključujući se u zajedničko učenje, učenici mogu izgraditi svoje samopouzdanje dijeleći svoje ideje i perspektive i učeći od svojih vršnjaka.



STRATEGIJE OBUKE ZA JAČANJE SAMOPOUZDANJA UČENIKA

✨ **Projektno učenje:** Metoda uključuje učenike koji rade na dugoročnom planu projekte koji zahtijevaju istraživanje, planiranje i izvršenje. Fokus je na razvoju kreativnosti, rješavanja problema i vještina saradnje.

✨ **Učenje zasnovano na upitu:** Naglašava učenje usmjereno na učenika, gdje se učenici podstiču da postavljaju pitanja, istražuju probleme i pronalaze rješenja. Fokus je na razvijanju kritičkog mišljenja i vještina rješavanja problema, kao i na promovisanju autonomije učenika.

✨ **Eksperimentisanje:** Ohrabrivanje učenika da eksperimentišu i preuzmu rizik može dovesti do inovativnijeg iskustva učenja. Ovo može pomoći učenicima da uče putem pokušaja i grešaka, što dovodi do dubljeg razumijevanja materijala.



STRATEGIJE OBUKE ZA RAZVIJANJE SAMOPOUZDANJA UČENIKA (3)



Vježbe igranja uloga i simulacije: omogućavaju učenicima da vježbaju i razvijaju svoje vještine u sigurnom okruženju koje pruža podršku. Vježbe igranja uloga i simulacije mogu pomoći učenicima da izgrade svoje samopouzdanje tako što će doživjeti uspjeh i uče iz svojih grešaka.



Preokrenuta učionica: pristup uključuje učenike koji završavaju nastavne aktivnosti, npr kao što je gledanje videa i čitanje tekstova van nastave. Vrijeme se zatim koristi za interaktivne aktivnosti, kao što su diskusija, rješavanje problema i saradnja.

Gamifikacija: korištenje elemenata zasnovanih na igrici, kao što su sistemi bodova i izazovi, za

motivisati i uključiti učenike u učenje. Fokus je na tome da učenje učini zabavnim i zanimljivim, te promoviše unutrašnju motivaciju.

STRATEGIJE OBUKE ZA JAČANJE SAMOPOUZDANJA UČENIKA



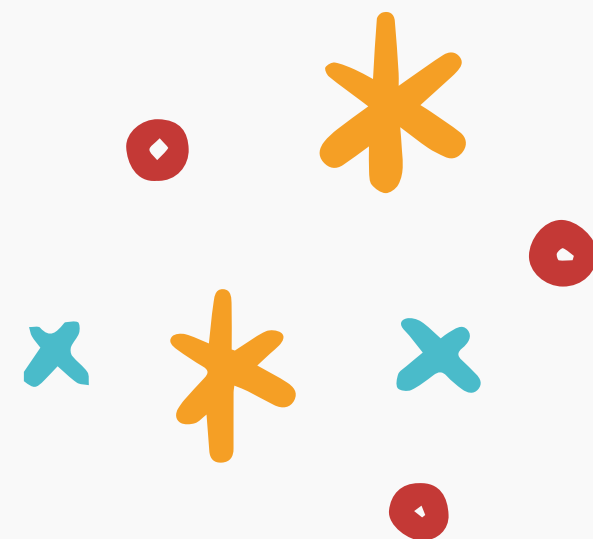
Grupne odgovornosti:

Uključuju stvaranje malih grupa učenika koji motivišu i drže jedni druge odgovornima za postizanje svojih ciljeva učenja. Radeći sa vršnjacima koji dijele slične ciljeve i izazove, učenici mogu razviti osjećaj pripadnosti i podrške.



Tehnike svjesnosti i opuštanja:

Mogu pomoći učenicima da smanje stres i anksioznost, koja može ometati njihova postignuća u učenju i samopouzdanju. Primjena tehnika osvještavanja i opuštanja, nastavnici mogu pomoći učenicima da razviju osjećaj smirenosti i prioriteta, što može povećati njihovo samopouzdanje.



Reference

- Bandura, A. (1977). Samoefikasnost: Koračajući ka zajedničkoj teoriji promjene ponašanja. Psihološki pregled, 84(2), 191–215.
- Bennett, John L.; Bush, Mary Wayne (2013). Treniranje za Chanea. New York: Routledge.
- Bright, J. (2019). Metoda JAČAJ SAMOPOUZDANJE: Model za izgradnju samopouzdanja. International Journal of Coaching Psychology, 10(1), 52-65.
- Graham, H. (2016). Objašnjen model GROW i trening. Coaching at Work, 11(1), 50-54.
- Hattie, J., & Timperley, H. (2007). Moć povratnih informacija. Pregled obrazovnih istraživanja, 77(1), 81–112.
- Passmore, J. (2011). Izvrsnost u treniranju: Vodič za industriju. Kogan Page Publishers.
- Schunk, D. H. (2012). Teorije učenja: obrazovna perspektiva (6. izdanje). Pearson.
- Whitmore, J. (2010). Obuka za izvedbu: ljudski potencijal u porastu i svrha: principi i praksa obuke i liderstva. Hachette UK.

Na projektu radili:



“Finansira Evropska unija. Sadržaj je prilagođen i uređen od strane partnera, te stavovi autora ne odražavaju nužno stavove Evropske unije ili Evropske izvršne agencije za obrazovanje i kulturu (EACEA). Ni Evropska unija ni EACEA ne mogu se smatrati odgovornim za njih”



Co-funded by
the European Union