

WP3 Usposabljanje učiteljev o rasti samozavesti učencev



A3 PRIPRAVA METODOLOGIJE USPOSABLJANJA

VZGOJITE SAMOZAVEST PRI OSNOVNOŠOLCIH

2022-1-BG01-KA220-SCH-000087066



Co-funded by
the European Union

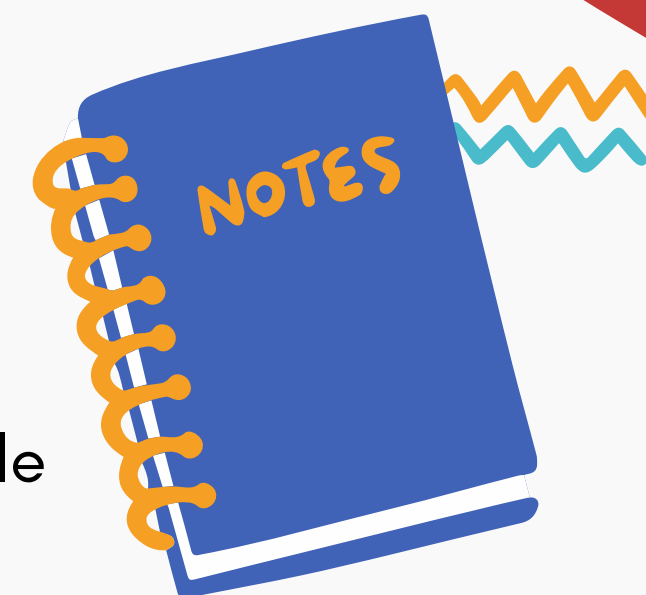
0 projektu

Ta projekt obravnava nizko samopodobo pri osnovnošolskih otrocih s krepitvijo čustvene inteligence, samozavesti in splošnega dobrega počutja. Učitelje bomo izobraževali, da bodo učencem pomagali učiti se iz napak in premagati strah pred neuspehom.

Nizka samozavest pri otrocih ovira njihovo sposobnost, da tvegajo in si opomorejo od neuspehov. Naš projekt »Razvijte zaupanje pri osnovnošolskih otrocih« je namenjen opolnomočenju mladih učencev in spodbujanju samozavesti.

Najboljše prakse EU bomo zbrali v priročnik za usposabljanje učiteljev in izvedli delavnice za starše o spodbujanju čustvene inteligence. Povezave med vrstniki in socialno-čustvene dejavnosti bodo spodbujale pozitivna dejanja otrok.

Ta projekt Erasmus+ (2022-1-BG01-KA220-SCH-000087066) je rezultat sodelovanja s partnerji iz Bolgarije, Slovenije, Bosne in Hercegovine, Portugalske, Litve in Severne Makedonije. Ta dokument predstavlja našo vizijo pomoči otrokom, da razvijejo pozitiven odnos do sebe in dosežejo svoj polni potencial.



A3 Priprava metodologije usposabljanja



Metodologija usposabljanja zajema sistematičen pristop in strategije, ki se uporabljajo za načrtovanje, oblikovanje in zagotavljanje inteligentnih, racionalnih in izkustvenih učnih načrtov, ki temeljijo na akademskih in pedagoških vidikih v zvezi s poučevanjem metode GROW CONFIDENCE. Vključuje metode in učne pristope, ki se uporabljajo za krepitev in izboljšanje samozavesti učencev, spodbujanje splošnega okolja v razredu, podporne reakcije vrstnikov in akademski uspeh.



Kaj je pomembno za razvoj samozavesti učencev in gradnjo inteligentnih, racionalnih in izkustvenih učnih načrtov za poučevanje metode GROW COFIDENCE?

- ★ Razumevanje pomena samozavesti. Učitelji morajo razumeti vpliv samozavest na uspeh učencev, motivacijo in dobro počutje. Razumeti morajo tudi vlogo učiteljev pri spodbujanju samozavesti med učenci.
- ★ Prepoznavanje in odpravljanje ovir za samozavest. Učitelji bi morali biti sposobni prepoznati pogoste ovire za samozavest, kot so strah pred neuspehom, socialne primerjave. Vedeti morajo tudi, kako učencem pomagati premagati te ovire in zgraditi pozitivno samopodobo.
- ★ Razumevanje metode GROW COFIDENCE. To vključuje poznavanje korakov metodo kot tudi, kako jo je mogoče uporabiti v različnih situacijah.
- ★ Oblikovanje učnega načrta. Učitelji morajo biti sposobni oblikovati kurikulum, ki učinkovito pokriva metodo RASTI ZAUPANJE. To vključuje razčlenitev metode na manjše, obvladljive dele, ustvarjanje učnih ciljev, oblikovanje ocenjevanja in izbiro ustreznih virov.



Uporaba učinkovitih učnih strategij. Na študenta osredotočena pedagoška načela in poučevanje strategije – spodbujanje aktivnega vključevanja študentov v učni proces, spodbujanje kreativnega in kritičnega mišljenja (učinkovite metode poučevanja/učenja in ocenjevanja). Učitelji bi morali vedeti, kako ustvariti priložnosti za učence, da delijo svoje zamisli, mnenja in poglede. Študentom bi morali ponuditi tudi izbire in možnosti za prilagajanje učenja in krepitev avtonomije.



Zagotavljanje konstruktivnih povratnih informacij. Učitelji bi morali biti sposobni zagotoviti povratne informacije, tj specifični, pravočasni in usmerjeni v izboljšave. Vedeti morajo tudi, kako učencem pomagati pri uporabi povratnih informacij pri postavljanju ciljev in spremljanju napredka



Gradnja pozitivne razredne kulture. Temelji na varnem in podpornem razrednem okolju o sodelovanju in interakciji. Učitelji bi morali vedeti, kako ustvariti spodbudno in vključujoče razredno okolje, kjer se učenci počutijo cenjene, spoštovane in varne.





Komunikacijske veščine: učitelji morajo biti sposobni učinkovito komunicirati z učenci. To vključuje sposobnost razlage zapletenih konceptov, zagotavljanja konstruktivnih in koristnih povratnih informacij, omogočanja skupinskih razprav, interakcij in komunikacije s starši.



Medosebne veščine: vključujejo sposobnosti za vzpostavljanje pozitivnih odnosov z učenci (biti empatična, potrpežljiva, podporna). To je pomembno za ustvarjanje varnega in pozitivnega učnega okolja, v katerem se učenci počutijo prijetno spraševati, delati napake in tvegati.



Nenehno učenje in izboljšanje: biti na tekočem z najnovejšimi pedagoškimi trendi in praksami, nenehno odražati uporabljene strategije poučevanja ter po potrebi vnašati spremembe in prilagoditve, da se zagotovi doseganje učnih ciljev.

Z integracijo teh komponent na premišljen in strateški način lahko učitelj ustvari učinkovite učne izkušnje, ki učencem pomagajo zgraditi njihovo samozavest in doseči cilje.



Metoda RASTI ZAUPANJE



Metoda GROW CONFIDENCE temelji na modelu GROW, ki je okvir, ki se pogosto uporablja v coachingu za pomoč posameznikom pri postavljanju in doseganju ciljev (Whitmore, 2017; Passmore, 2011).



Metoda GROW CONFIDENCE presega tradicionalni model GROW in se posebej osredotoča na krepitev zaupanja.



Akronim GROW pomeni: cilj, resničnost, možnosti in volja. Metoda GROW COFIDENCE doda tri dodatne korake:

C: Izbira pozitivne miselnosti O: Premagovanje omejujočih prepričanj N: Negovanje samozavesti





KORAKI METODE GROW COFIDENCE (1)



Cilj: postaviti si jasen in specifičen cilj, ki ga želite doseči.



Realnost: ocenjevanje trenutne realnosti in prepoznavanje morebitnih ovir ali izzivov preprečiti doseganje cilja. Prepoznavanje prednosti in virov, ki lahko pomagajo premagati te ovire.



Možnosti: generiranje vrste možnih možnosti ali strategij za doseganje cilja. Vrednotenje vsake možnosti na podlagi njene izvedljivosti, potencialnega učinka in usklajenosti z osebnimi vrednotami in prioritetami.



Volja: izbira najboljše možnosti in izdelava akcijskega načrta za dosego cilja. Določite posebne korake, ki jih morate izvesti, določite roke in mejnike ter ustvarite podporno mrežo, ki vam pomaga ostati odgovorni in motivirani.





KORAKI METODE GROW COFIDENCE (2)



Izbira pozitivne miselnosti: korak vključuje sprejetje pozitivne in v rast usmerjene miselnosti. Osredotočanje na osebne prednosti in uspehe ter gledanje na izzive in padce kot na priložnosti za učenje in rast.



Premagovanje omejujočih prepričanj: prepoznavanje in izziv vseh omejujočih prepričanj ali negativnega samogovora, ki vas morda zadržuje. Zamenjava teh prepričanj z bolj močnimi in pozitivnimi.



Negovanje samozavesti: ta zadnji korak vključuje razvijanje in negovanje močnega občutka samozavesti in samozavesti. Proslavljanje osebnih uspehov, priznavanje napredka in negovanje občutka odpornosti in samoučinkovitosti.

Po teh sedmih korakih lahko metoda GROW COFIDENCE pomaga posameznikom zgraditi samozavest in doseči svoje cilje na sistematičen in učinkovit način.



Metoda GROW COFIDENCE v razredu



Z uporabo metode GROW CONFIDENCE v razredu lahko učitelji ustvarijo spodbudno in krepilno učno okolje, ki spodbuja samozavest učencev in jim pomaga doseči njihov polni potencial.



UPORABA METODE GROW CONFIDENCE V RAZREDU (1)



Postavljanje jasnih in specifičnih učnih ciljev: Učitelji skupaj s svojimi učenci postavljajo jasne in posebne učne cilje, ki so zahtevni, a dosegljivi. S pomočjo učencem pri postavljanju ciljev, ki so v skladu z njihovimi interesi in strastmi, lahko učitelji motivirajo učence in povečajo njihovo samozavest.



Ocenjevanje trenutne resničnosti učencev: Učitelji pomagajo učencem oceniti njihovo trenutno resničnost tako, da prepoznavanje njihovih prednosti in slabosti ter kakršnih koli ovir ali izzivov, ki morda ovirajo njihov napredek. Prepoznavanje njihovih prednosti in virov pomaga učencem razviti bolj pozitivno samopodobo in krepí njihovo zaupanje v svoje sposobnosti.



Ustvarjanje vrste možnosti za učenje: Učitelji spodbujajo učence, da ustvarijo vrsto možnosti možnosti za učenje z zagotavljanjem različnih dejavnosti in virov, ki ustrezajo različnim učnim stilom in željam. Svoboda izbire načina učenja krepí občutek avtonomije in samoučinkovitosti.



UPORABA METODE GROW CONFIDENCE V RAZREDU (2)



Spodbujanje miselnosti rasti: Učitelji poudarjajo vrednost truda in vztrajnosti ter slavite napake kot priložnosti za učenje in rast. To spodbuja vzdržljivost in samozavest pri premagovanju izzivov in doseganju ciljev.



Izzivanje omejujočih prepričanj: Učitelji učence spodbujajo k razmišljanju o svojih prepričanjih in predpostavke o sebi in svojih sposobnostih. Prepoznavanje in spopadanje z negativnimi mislimi in omejujočimi prepričanji lahko izboljša samopodobo in poveča samozavest.



Negovanje samozavesti: Učitelji priznavajo in slavijo uspehe učencev, zagotavljajo povratne informacije in podpora, ki krepija njihov občutek usposobljenosti in mojstrstva. Negovanje samozavesti učencem pomaga razviti bolj pozitivno samopodobo in večjo samozavest.



STRATEGIJE USPOSABLJANJA ZA RAZVOJ SAMOZAVESTI ŠTUDENTOV (1)



Problemsko temelječe učenje: vključuje predstavitev učencem problemov ali scenarijev iz resničnega sveta

ki zahtevajo, da uporabijo svoje znanje in veščine za iskanje rešitev. Učenje na podlagi problemov spodbuja samozavest učencev z razvojem njihovega kritičnega mišljenja, reševanja problemov in spretnosti odločanja.



Izkustveno učenje: poudarja praktične izkušnje in razmislek za spodbujanje znanja pridobivanje, razvoj veščin in osebna rast. Vključevanje praktičnih učnih izkušenj iz resničnega sveta študentom omogoča, da svoje znanje in veščine uporabijo na praktičen način.



Sodelovalno učenje: vključuje delo v skupinah in ekipah za celovito reševanje problemov naloge in se učijo drug od drugega. Z vključevanjem v sodelovalno učenje si lahko učenci pridobijo samozavest tako, da delijo svoje ideje in perspektive ter se učijo od vrstnikov.



STRATEGIJE USPOSOBLJANJA ZA RAZVOJ SAMOZAVESTI ŠTUDENTOV (2)

- ★ **Projektno učenje:** metoda vključuje študente, ki delajo na dolgi rok projekti, ki zahtevajo raziskave, načrtovanje in izvedbo. Poudarek je na razvijanju kreativnosti, reševanju problemov in sposobnostih sodelovanja.
- ★ **Učenje, ki temelji na poizvedovanju:** poudarja učenje, osredotočeno na študente, ki spodbujajo, da postavljajo vprašanja, raziskujejo težave in iščejo rešitve. Poudarek je na razvijanju kritičnega mišljenja in veščin reševanja problemov ter spodbujanju avtonomije učencev.
- ★ **Eksperimentiranje:** spodbujanje študentov k eksperimentiranju in tveganju lahko vodi do bolj inovativno učno izkušnjo. To lahko študentom pomaga pri učenju s poskusi in napakami, kar vodi do globljega razumevanja snovi.



STRATEGIJE USPOSABLJANJA ZA RAZVOJ SAMOZAVESTI ŠTUDENTOV (3)



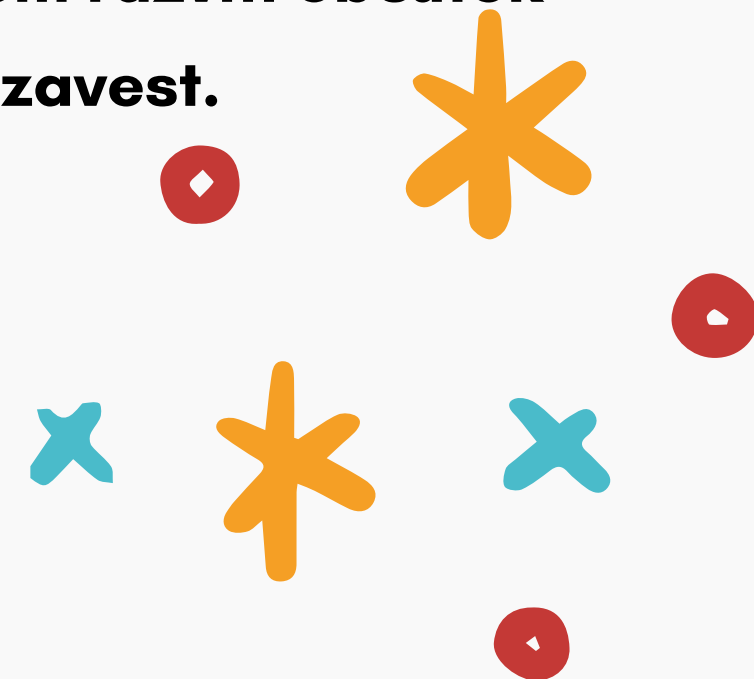
- ✨ **Igranje vlog in simulacijske vaje:** Študentom omogočajo vadbo in razvoj spretnosti v varnem in podpornem okolju. Igranje vlog in simulacijske vaje lahko študentom pomagajo zgraditi njihovo samozavest tako, da doživijo uspeh in se učijo iz svojih napak.
- ✨ **Obrnjena učilnica:** pristop vključuje študente, ki dokončajo učne dejavnosti, npr. gledanje videoposnetkov in branje besedil izven pouka. Čas pouka se nato uporabi za interaktivne dejavnosti, kot so razprave, reševanje problemov in sodelovanje.
- ✨ **Igrifikacija:** uporaba elementov, ki temeljijo na igrah, kot so sistem točk in izzivi, za motivirati in vključiti študente v učenje. Poudarek je na tem, da postane učenje zabavno in privlačno ter na spodbujanju notranje motivacije.

STRATEGIJE USPOSOBLJANJA ZA RAZVOJ SAMOZAVESTI ŠTUDENTOV (4)



✨ **Skupine odgovornosti:** vključujejo ustvarjanje majhnih skupin študentov, ki podpirajo in imajo drug drugega odgovornega za doseganje svojih učnih ciljev. S sodelovanjem z vrstniki, ki imajo podobne cilje in izzive, lahko učenci razvijejo občutek pripadnosti in podpore.

✨ **Tehnike čuječnosti in sprostitve:** lahko študentom pomagajo zmanjšati stres in anksioznost, ki lahko ovira njihove učne dosežke in samozavest. S spodbujanjem čuječnosti in tehnik sproščanja lahko učitelji pomagajo učencem razviti občutek umirjenosti in osredotočenosti, kar lahko poveča njihovo samozavest.



Reference

Bandura, A. (1977). Samoučinkovitost: proti enotni teoriji vedenjskih sprememb. Psihološki pregled, 84 (2), 191-215.

Bennett, John L.; Bush, Mary Wayne (2013). Treniranje za Chane. New York: Routledge.

Bright, J. (2019). GROW CIFIDENCE: model coachinga za krepitev zaupanja. International Journal of Coaching Psychology, 10(1), 52-65.

Graham, H. (2016). Razložen model GROW in coaching. Coaching pri delu, 11 (1), 50-54.

Hattie, J. in Timperley, H. (2007). Moč povratne informacije. Pregled izobraževalnih raziskav, 77(1), 81-112.

Passmore, J. (2011). Odličnost v coachingu: industrijski vodnik. Kogan Page Publishers.

Schunk, DH (2012). Teorije učenja: perspektiva izobraževanja (6. izdaja). Pearson.

Whitmore, J. (2010). Coaching za uspešnost: naraščajoči človeški potencial in namen: načela in praksa coachinga in vodenja. Hachette UK.

Projekt ustvaril:



“Financira Evropska unija. Izražena stališča in mnenja so le avtorjev in ne odražajo nujno stališč Evropske unije ali Evropske izvajalske agencije za izobraževanje in kulturo (EACEA). Niti Evropska unija niti EACEA ne moreta biti odgovorna zanje.”