

Samopouzdanje kod učenika – radionica

Oblast (čitalačka/matematička/prirodno-naučna pismenost):

- Prirodno-naučna pismenost

Tim nastavnika: *(Ime i prezime, pozicija)*

- Fatima Bulić, profesorica (predmetna nastava)
- Majda Štumpf Džaferagić, profesorica BHS jezika i književnosti

Zašto se praksa provela: (Polazište)

- Učenici često pokazuju nisko samopouzdanje, poteškoće u komunikaciji i nesigurnost u javnom nastupu, što može utjecati na njihov emocionalni razvoj i uključenost u nastavni proces. Praksa ima za cilj osnažiti učenike kroz radionicu fokusiranu na samoprocjenu, pozitivno razmišljanje i timski rad, kako bi razvili samopouzdanje i samopoštovanje, uz usklađenost s Nastavnim planom i programom (NPP) u okviru odjeljske zajednice (ČOZ).

Ciljna grupa djece: *(Kvalitativni i kvantitativni opis ciljane grupe djece/djeteta ne koje je usmjerena praksa)*

- Ciljano: Učenici VII a i VIII a razreda (oko 40 učenika).
- Indirektno: Nema indirektno uključenih učenika izvan ciljane grupe.

Kvalitativni indikator:

- Učenici VII a i VIII a razreda: Poneki pokazuju nisko samopouzdanje, poteškoće u izražavanju vlastitih stavova, strah od javnog nastupa i nesigurnost u društvenim situacijama.

Potencijali: Sposobni za introspekciju i timski rad uz podršku.

- **Izazovi:** Nisko samopouzdanje, strah od kritike, poteškoće u prepoznavanju vlastitih kvaliteta.

Ciljevi prakse:

- Potaknuti učenike na samoprocjenu i prepoznavanje vlastitih kvaliteta (učešća u vježbi „Ovo sam ja“).
- Razviti samopouzdanje kroz pozitivno razmišljanje i dijeljenje pozitivnih poruka (min. 1 poruka po učeniku).
- Promovisati timski rad i komunikacijske vještine kroz diskusiju i igru asocijacija (min. 80% učešća).
- Osvijestiti učenike o uzrocima niskog samopouzdanja i strategijama za njegovo prevladavanje (min. 70% tačnost u diskusiji).
- Motivisati učenike za učešće u budućim radionicama putem vježbe „Točak sreće“ (min. 80% učešća).

Međupredmetna korelacija:

- Odjeljska zajednica (ČOZ): Razvoj samopouzdanja i komunikacijskih vještina.
- BHS jezik i književnost: Pisanje refleksija i pozitivnih poruka.
- Psihologija/socijalne vještine: Razumijevanje samopouzdanja i samopoštovanja.

Aktivnosti:

Planirane aktivnosti imaju za cilj razvoj samopouzdanja, samosvijesti i socijalnih vještina učenika kroz interaktivne i refleksivne vježbe. Aktivnost započinje igrom asocijacija (brainstorming), u kojoj učenici navode svoje asocijacije na pojam samopouzdanja i zapisuje ih se na hamer papir (10 minuta). Slijedi diskusija o samopouzdanju, gdje nastavnik objašnjava pojmove samopouzdanja i samopoštovanja uz citate Virginia Satir i Davida Burnsa te PowerPoint prezentaciju (15 minuta).

U vježbi „Ovo sam ja“ učenici ispunjavaju nastavni listić s pitanjima o sebi, uključujući znanje o sebi, očekivanja i samoocjenjivanje, te dobrovoljno dijele svoje odgovore (20 minuta). Diskusija o niskom samopouzdanju obuhvata raspravu o karakteristikama, uzrocima i posljedicama niskog samopouzdanja, uz primjere i učenikove odgovore (15 minuta).

U nastavku, učenici zajedno s nastavnikom analiziraju barijere i boostere samopouzdanja; barijere uključuju samokritičnost i socijalno poređenje, dok boosteri obuhvataju asertivnost, fokus na snage i upravljanje stresom, uz diskusiju i primjere iz prakse (15 minuta). Aktivnost završava pisanjem pozitivnih poruka koje učenici kače u učionici (10 minuta). Kao domaći zadatak, učenici pripremaju „Tačak sreće“ za sljedeću radionicu, odgovaraju na postavljena pitanja i dijele svoja iskustva kod kuće.

Ostvareni ishodi:

Obrazovni:

- Razumjeti pojam samopouzdanja i samopoštovanja (80% tačnost u diskusiji).
- Prepoznati uzroke niskog samopouzdanja i strategije za njegovo jačanje (70% tačnost).

Odgojni:

- Razviti samopouzdanje kroz introspekciju i pozitivno razmišljanje (70% sigurnosti).
- Usvojiti vrijednosti samopoštovanja i asertivnosti (80% učešća).
- Razviti motivaciju za daljnje radionice (vidljivo kroz angažman).

Funkcionalni:

- Ispuniti nastavni listić „Ovo sam ja“ i podijeliti barem jedan odgovor (80% učešća).
- Napisati i prezentovati pozitivnu poruku sebi (1 poruka po učeniku).
- Učestvovati u diskusiji o samopouzdanju (80% učešća).
- Pripremiti „Točak sreće“ za sljedeću radionicu (80% učešća).