

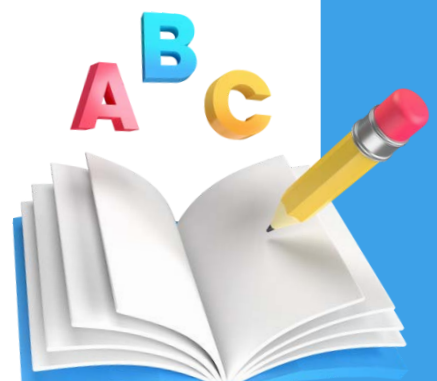


Co-funded by
the European Union



Работен пакет 2:
Набор от творчески дейности
№ 2022-1-BG01-KA220-SCH-000086869

ЕЗИКОВА КРЕАТИВНОСТ

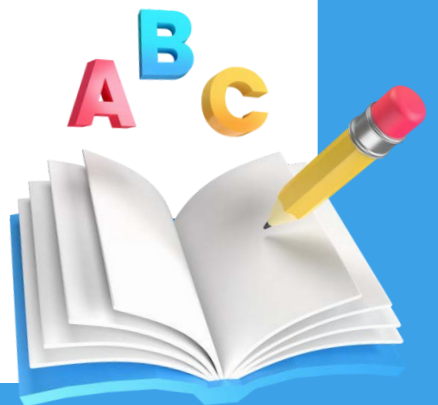




Co-funded by
the European Union



УСТОЙЧИВОСТ





Име на дейността:

1. EmoVocab - предизвикателство за развитие на устойчивост

Описание:

Тази езикова дейност е предназначена за ученици на възраст 10-12 години за повишаване на емоционалната им компетентност, свързана с устойчивостта. Дейността дава възможност на учениците да опознаят и разширяват своя емоционален речник, докато обсъждат и споделят стратегии за изграждане на устойчивост.

РЕЗУЛТАТИ:

- подобрена емоционална компетентност, включително обогатяване на емоционалния речник
- подобрени умения за устойчивост и способност за адаптиране към предизвикателствата
- повишено самосъзнание за емоционалните реакции
- повишена емпатия и разбиране за това как устойчивостта може да помогне на самия човек и на другите

Продължителност: 40-60 минути

Материали:

1. Списък с лексикални думи, свързани с емоциите (напр. гняв, разочарование, смелост, постоянство).
2. Хартия и материали за писане.
3. Достъп до бяла дъска или цифрова платформа за онлайн уроци.
4. Достъп до видеокамера или смартфон (за онлайн класове).
5. Достъп до платформа за видеоконферентна връзка (за онлайн класове).

Свързани умения:

- емоционална лексика и изразяване
- активно слушане
- комуникация и емпатия
- решаване на проблеми





Инструкции:

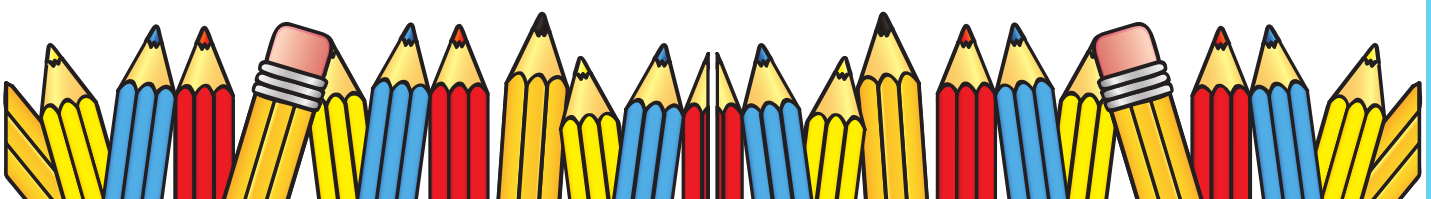
1. Започнете с обсъждане на значението на устойчивостта и нейната роля за емоционалната компетентност.
2. Предоставете на учениците списък с лексикални думи, свързани с емоциите.
3. Инструктирайте учениците да създадат кратки изречения, в които да включат възможно най-много думи от речника, демонстрирайки устойчивост в действие.
4. След това накарайте всеки ученик да сподели своите изречения или истории с класа и да обсъди как е представена устойчивостта в техните творения.

Съвети:

- Насърчавайте учениците да мислят творчески и да свързват думите от речника със ситуации от реалния живот.
- Насърчавайте активното слушане по време на етапа на споделяне, като помолите другите ученици да коментират историите на своите връстници.
- Подчертайте значението на устойчивостта и как разнообразният емоционален речник може да повиши емоционалната им интелигентност.
- Създайте безопасно пространство, в което учениците да изразяват своите мисли и емоции.

Размисъл:

1. Как тази дейност разшири емоционалния ви речник и как е свързана с изграждането на устойчивост в собствения ви живот?
2. Какви стратегии за устойчивост открихте в изреченията, споделени от вашите връстници и как бихте могли да ги приложите, за да се справите с предизвикателствата в личния си живот?
3. По какъв начин разширеният емоционален речник и по-доброто разбиране на устойчивостта могат да ви помогнат да подкрепяте и съчувствате на другите в трудни моменти?





Име на дейността:

2. Emo-Story - Работилница за устойчивост

Описание:

Работилницата за устойчивост е езиково занимание, което насърчава емоционалната компетентност и по-специално устойчивостта. В продължение на два урока от 40 минути учениците участват в творческо разказване на истории, за да разберат концепцията и да развият устойчивост, като същевременно използват езиковите си умения.

Резултати:

- повишена емоционална компетентност, с акцент върху устойчивостта и емоционалното изразяване
- подобряване на езиковите умения, включително речниковия състав и комуникацията
- повишено самосъзнание за личните силни страни, свързани с устойчивостта
- по-голяма емпатия и разбиране на предизвикателствата, пред които са изправени другите

Продължителност: 2 урока - всеки с продължителност от 40 минути

Материали:

1. Хартия и консумативи за писане или достъп до цифров документ за онлайн класове.
2. Достъп до бяла дъска или цифрова платформа за онлайн класове.
3. Достъп до видеокамера или смартфон (за онлайн класове).
4. Достъп до платформа за видеоконферентна връзка (за онлайн класове).

Свързани умения:

- емоционално изразяване чрез разказване на истории
- лексика и езикови умения
- саморефлексия и самосъзнание
- емпатия и разбиране на околните





Инструкции:

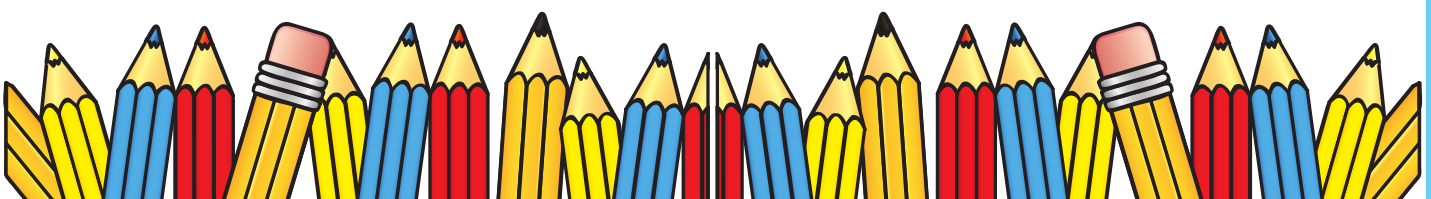
1. Започнете с обсъждане на концепцията за устойчивост и нейното значение за преодоляване на предизвикателствата.
2. Създайте предпоставки, като споделите кратка история за пътуването на личен или измислен герой, който демонстрира устойчивост.
3. Раздайте хартия и пособия за писане.
4. Инструктирайте учениците да създадат свои собствени кратки истории, които показват устойчивостта на даден герой пред лицето на изпитания.
5. След изтичане на определеното време помолете учениците да споделят историите си с класа, като насърчите дискусията по темата за устойчивостта.

Съвети:

- Насърчете креативността и подчертайте, че няма правилни или грешни отговори; фокусът е върху изучаването на устойчивостта.
- Създайте атмосфера на подкрепа и съпричастност, в която учениците да се чувстват комфортно да споделят своите истории.
- Проведете дискусия след дейността, като се съсредоточите върху общите елементи на устойчивост в историите.
- Подчертайте значението на разбирането и развиването на устойчивост в ежедневието.

Размисъл:

1. Какви елементи на устойчивост разгледахте в историята си и как тези аспекти могат да се приложат в собствения ви живот?
2. Как написването на история за устойчивостта се отрази на разбирането ви за тази концепция и как може да повлияе на начина, по който подходите към предизвикателствата?
3. По какъв начин развиването на устойчивост чрез разказване на истории може да ви помогне да разберете и подкрепите връстниците си, когато са изправени пред трудности?





Име на дейността:

3. Пътешествие за устойчивост

Описание:

"Пътешествие за устойчивост" е езиково занимание, което повишава емоционалната компетентност и по-специално устойчивостта. Тази дейност включва съвместно разказване на истории и размисъл, за да помогне на учениците да разберат и развият устойчивост чрез творчески разкази.

Резултати:

- подобряване на емоционалната компетентност с акцент върху устойчивостта, емпатията и емоционалното изразяване
- подобрени езикови умения, включително лексика, комуникация и изграждане на разкази
- повишено самосъзнание за личните силни страни, свързани с устойчивостта
- по-голяма емпатия и разбиране на предизвикателствата, пред които са изправени другите

Продължителност: 40-60 минути

Материали:

1. Хартия и пособия за писане или достъп до цифров документ за онлайн класове.
2. Достъп до бяла дъска или цифрова платформа за онлайн класове.
3. Достъп до камера или смартфон (за онлайн класове).
4. Достъп до платформа за видеоконферентна връзка (за онлайн класове).

Свързани умения:

- емоционално изразяване чрез разказване на истории
- лексика и езикови умения
- сътрудничество и работа в екип
- саморефлексия и самосъзнание
- емпатия и разбиране на другите





Инструкции:

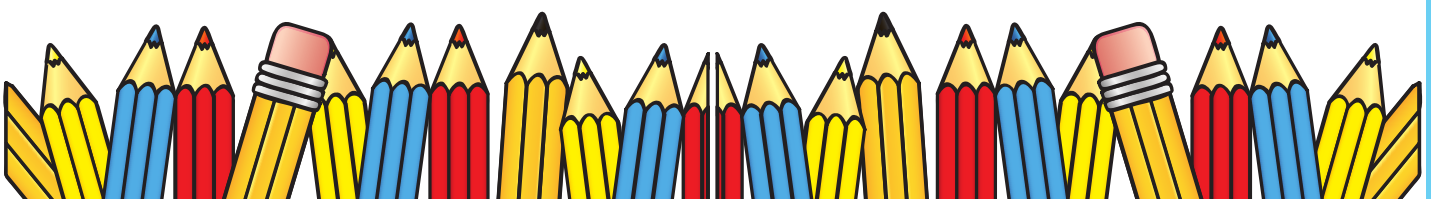
1. Започнете с обсъждане на концепцията за устойчивост и нейното значение за справяне с предизвикателствата.
2. Подгответе обстановката, като споделите кратко начало на история, оставяйки я в критичната точка, в която е необходимо да се прояви устойчивост.
3. Разделете класа на групи от по 3-4 ученика.
4. Осигурете на всяка група хартия и принадлежности за писане.
5. Инструктирайте всяка група да продължи историята, като се съсредоточи върху това как героите проявяват устойчивост и преодоляват предизвикателствата.
6. Поканете всяка група да сподели историите си с класа, като насърчите дискусията по темата за устойчивостта.

Съвети:

- Насърчавайте творчеството и сътрудничеството в групите.
- Създайте атмосфера на съпричастност и подкрепа, в която учениците се чувстват комфортно да споделят своите истории.
- Водете дискусия за общите елементи на устойчивост в историите и как те могат да бъдат приложени в реални ситуации.
- Подчертайте значението на устойчивостта и работата в екип в ежедневието.

Размисъл:

1. Как историята в групата отразява концепцията за устойчивост и какви поуки можете да извлечете от нея, за да се справите с предизвикателствата в собствения си живот?
2. По какъв начин приносът към съвместното разказване на истории допринесе да разберете и оцените значението на устойчивостта и работата в екип?
3. Как може да използвате наученото от проведената дейност за да подкрепите връстниците си, когато се сблъскат с трудности?





Описание на дейността:

4. Писма за отразяване на устойчивостта

Описание:

"Писма за отразяване на устойчивостта" е езиково занимание, което повишава емоционалната компетентност и устойчивостта на учениците. В тази дейност учениците ще напишат лични писма до себе си, в които ще разсъждават за своите силни страни, механизми за справяне и цели за изграждане на устойчивост.

Резултати:

- подобряване на емоционалната компетентност с акцент върху саморефлексията и разбирането на личната устойчивост
- подобрени умения за писмена комуникация и изразяване на езика
- повишено самосъзнание за индивидуалните силни страни и стратегии за справяне
- съпричастност и разбиране на предизвикателствата, пред които са изправени самите те и другите

Продължителност: 60 минути

Материали:

1. Хартия и пособия за писане или достъп до цифров документ за онлайн класове.
2. Достъп до бяла дъска или цифрова платформа за онлайн класове.
3. Достъп до камера или смартфон (за онлайн класове).
4. Достъп до платформа за видеоконферентна връзка (за онлайн класове).

Свързани умения:

- емоционално изразяване чрез писане
- рефлексивно мислене и самосъзнание
- позитивна комуникация и насърчаване на себе си
- съпричастност и разбиране на собствените предизвикателства и тези на другите





Инструкции:

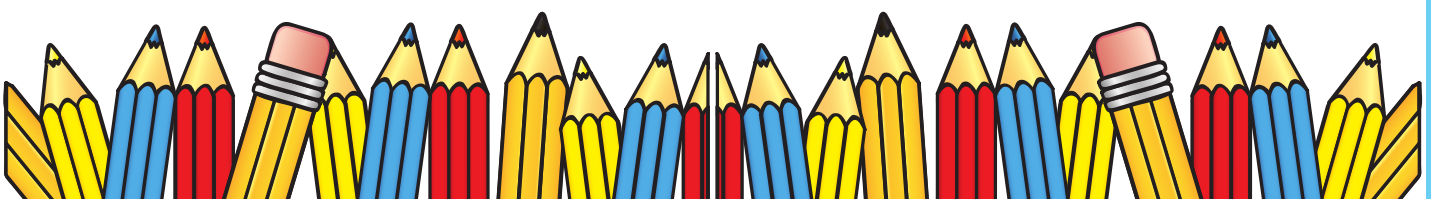
1. Проведете с учениците кратка медитация или упражнение за релаксация, за да създадете спокойна и рефлексивна атмосфера.
2. Инструктирайте учениците да напишат писмо до себе си, като се съсредоточат върху собствената си устойчивост, силни страни и стратегии за справяне.
3. Определете подходящо време, като дадете възможност на учениците за обмисляне и за написване на лични писма.
4. Насърчавайте творчеството и персонализирането на писмата.
5. След изтичане на определеното време учениците могат да сложат писмата си в пликове или да ги запазят в личен дневник за бъдещо осмисляне.

Съвети:

- Създайте подкрепяща и безопасна среда за учениците, в която те да се занимават с рефлексивно писане.
- Насърчавайте учениците да бъдат честни и открити в писмата си.
- Подчертайте значението на самоутвърждаването и позитивната комуникация за изграждането на устойчивост.
- Обсъдете потенциалните ползи от повторното разглеждане на тези писма в трудни моменти.

Размисъл:

1. Какви силни страни и стратегии за справяне с трудностите посочихте в писмото си за размисъл за устойчивостта и как бихте могли да ги използвате в трудни моменти?
2. Как процесът на писане на писмо до себе си повлия на разбирането за устойчивост и какви прозрения получихте за способността си да се справяте с предизвикателствата?
3. По какъв начин положителните утвърждения и размислите от писмото могат да допринасят за изграждането на устойчивост не само за вас, но и за хората около вас?





Име на дейността:

5. Дневник на силните страни

Описание:

Дневникът на силните страни е езикова дейност, целяща да изгради емоционална компетентност и устойчивост чрез рефлексивно писане. В тази дейност, учениците ще създадат лични дневници, за да проучат и отбележат своите индивидуални силни страни, като насърчат положителното си самочувствие.

Резултати:

- повишена емоционална компетентност и самосъзнание
- подобрени умения за писмено общуване и изразяване на езика
- повишена самооценка и чувство за лична компетентност
- насърчаване на емпатията и разбирането сред връстниците

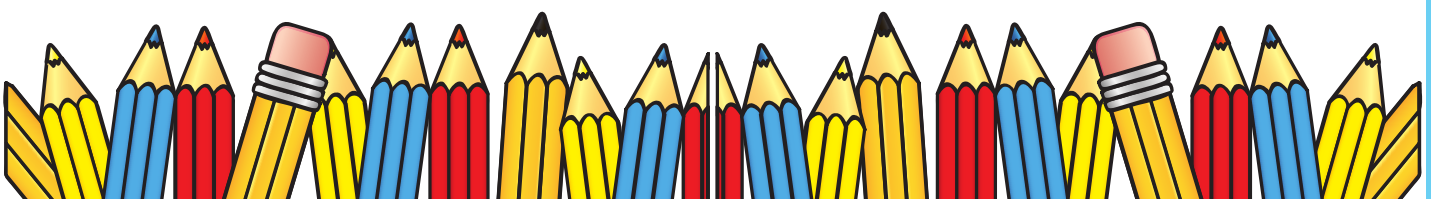
Продължителност: 15 минути

Материали:

1. Тетрадки или хартия за всеки ученик.
2. Приспособления за писане.
3. Достъп до класна стая или тихо място за провеждане на дейността.

Свързани умения:

- рефлексивно мислене и самосъзнание
- позитивна комуникация чрез писане
- разпознаване и оценяване на силните страни на личността
- съпричастност и разбиране на собствените и чуждите уникални качества





Инструкции:

1. Представете концепцията за дневника на силните страни, като обясните, че всеки ученик ще създаде личен дневник, за да опознае своите силни страни.
2. Разположете дневниците и принадлежностите за писане на централно място.
3. Отделете подходящо време за учениците да пишат в дневниците си.
4. Насърчавайте учениците да размишляват и да пишат за своите лични силни страни, постижения и положителни качества.
5. След приключване на дейността предложете възможност на учениците да споделят своите размисли, ако се чувстват комфортно, като по този начин насърчите чувството за разбиране и връзка между връстниците.

Съвети:

- Подчертайте положителния и непредубеден характер на дейността, като създадете пространство, в което учениците да изразяват себе си по автентичен начин.
- Насърчавайте учениците да се фокусират върху своите уникални качества и постижения.
- Напомнете на учениците, че дневникът на силните страни е лично пространство за самоанализ.
- Затвърдете идеята, че всеки има силни страни и тази дейност е възможност да ги признае и отбележи.

Размисъл:

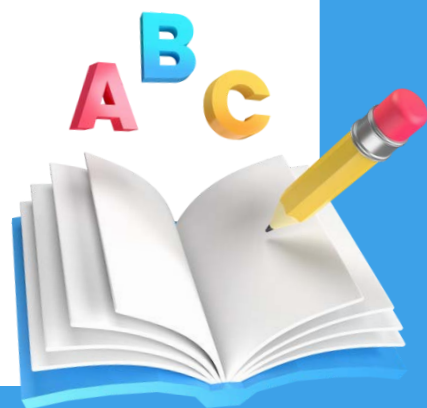
1. Какви силни страни идентифицира и отбеляза в дневника и как те биха могли да допринесат за твоята устойчивост?
2. Как процесът на писане за силните ти страни повлия на разбирането ти за устойчивост и какви прозрения получи за способността си да се справяш с предизвикателствата?
3. По какъв начин разпознаването и отбелязването на силните ти страни може да повлияе положително на взаимодействията с връстниците и как това може да допринесе за една по-приобщаваща и подкрепяща общност?





E-MotiOn

СПРАВЯНЕ СЪС СТРАХА





Име на дейността:

6. Аз намирам

Описание:

Дейността "Аз намирам" е чудесен начин за развиване на езиковите умения на малките деца.

Резултати:

- демонстриране на езикови умения
- повишаване на осведомеността за творческите способности

Продължителност: 20 минути

Материали: Не са необходими

Свързани умения:

- Управление на страха
- Самоувереност

Инструкции:

Стъпка 1: Учителите се оглеждат наоколо и описват нещо, което учениците трябва да разпознаят.

Страхът на учениците от публично говорене може да бъде намален, като дейността се направи забавна.

Стъпка 2: Учениците трябва да разпознаят описаните неща. Това е чудесна възможност да се използва пълноценно речникът и дори да се научат някои нови думи.





Съвети:

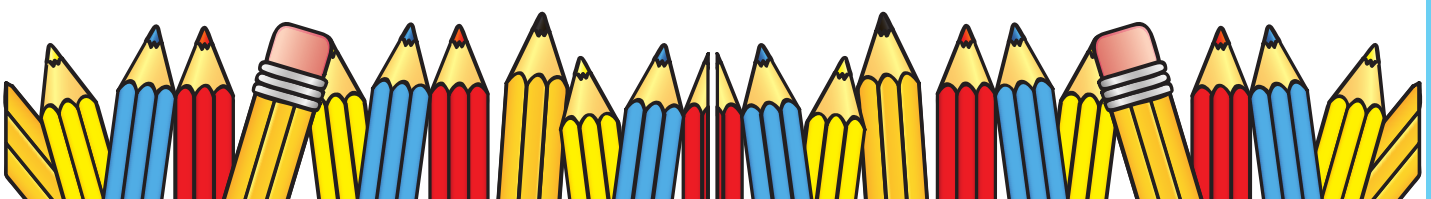
Езиковите умения могат да бъдат подобрени чрез творчески и забавни дейности.

Използвайте всички възможности!

Участието в забавни дейности е ефективен начин за развиване на езиковите и комуникативните умения.

Размисъл:

1. Има ли полза от страха? Защо?
2. Пречи ли ми страхът да постигна образователните си цели?
3. Страхът влияе ли на емоциите? Как?





Име на дейността:

7. Изгубени на острова

Описание:

Това е забавна и колективна дейност, която упражнява лексиката и граматиката.

Резултати:

- демонстриране на адекватна употреба на писмен език
- подобрени комуникационни умения

Продължителност: 20 минути

Материали:

1. Листове хартия
2. Химикали

Свързани умения:

- управление на страха
- умения за говорене

Инструкции:

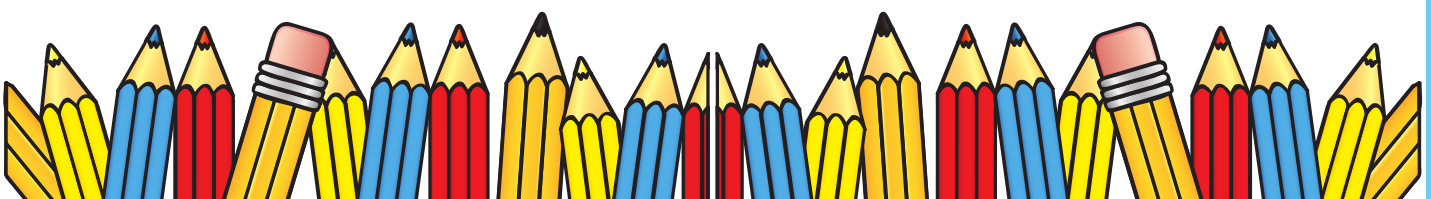
Стъпка 1: Децата трябва да си представят, че са попаднали на необитаем остров.

Стъпка 2: Учителите дават на учениците следните насочващи въпроси и ги молят да запишат отговорите, след което да разкажат за своя избор.

Кои два хранителни продукта биха искали да има на острова?

Кои са трите неща, които бихте взели със себе си на острова?

Кой е първия начин, който бихте използвали, за да потърсите помощ?





Свъвети:

- Дайте възможност на учениците да напишат отговорите си, за да подобрят уменията си за писане.
- Не настоявайте децата, които не се чувстват комфортно да изразяват мнението си публично.

Размисъл:

1. От какво всъщност се страхувам?
2. Чувствам ли, че мога да се справя с този процес?
3. Страхувам ли се, че мога да направя грешка?





Име на дейността:

8. Създаване на комикси

Описание:

Това е забавна дейност, която позволява на децата да създават комикси, като развиват езикови и писмени умения.

Резултати:

- повишена креативност чрез рисуване
- подобрени умения за писане

Продължителност: 45 минути

Материали:

- листове хартия
- пастели

Свързани умения:

- управление на страха
- умения за писане

Инструкции:

Стъпка 1: Учениците са приканени да използват своята креативност и вдъхновение и да направят комикси по даденото изречение.

"Безстрашните деца вярват в чудеса и очакват изненади. Те могат да намерят любовта, като нахранят папагал."

Стъпка 2: От децата се иска да използват уменията си за писане и да допълнят следното изречение: "Има едно животно, с което бих искал да говоря на неговия език и ето какво бих му казал..."



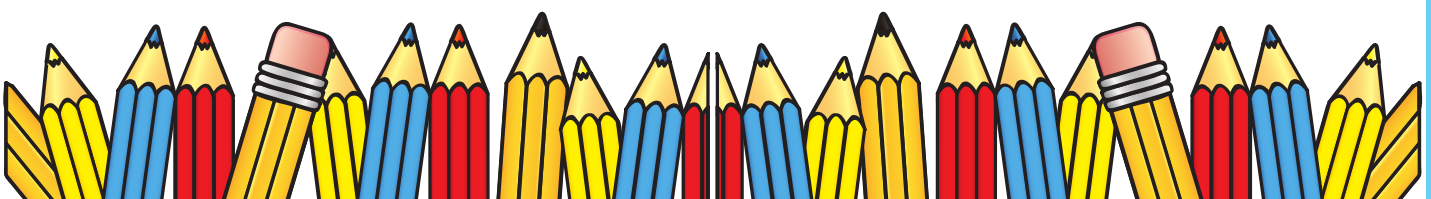


Съвети:

- Дайте свобода да използват творческите си способности.
- Не поставяйте граници на въображението и позволете на учениците да разберат, че в тази дейност няма правилно и неправилно.

Размисъл:

1. Може ли страхът да бъде избегнат, ако се говори за него с другите?
2. Страхувам ли се от това какво може да си помисли друг човек за мен?
3. Страхувам се от процеса или от резултата?





Име на дейността:

9. Умея добре да...

Описание:

Това е приятно занимание, което помага на децата да преодолеят страховете си чрез приемане на техните качества.

Резултати:

- подобрена увереност в себе си
- подобрени умения за писане

Продължителност: 45 минути

Материали:

- листове хартия
- пастели

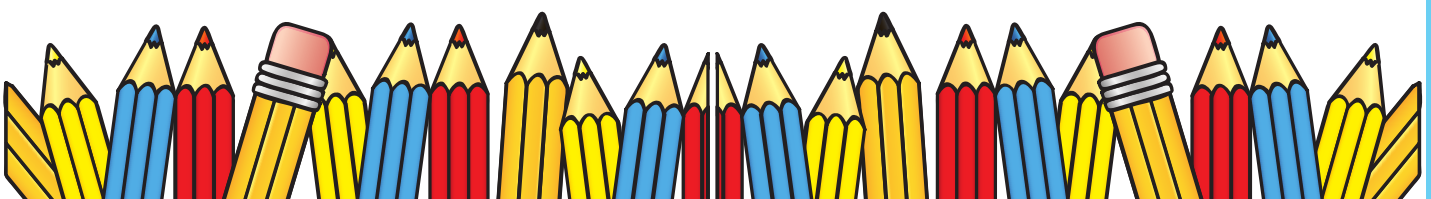
Свързани умения:

- управление на страха
- умения за писане

Инструкции:

Стъпка 1: Учениците са инструктирани да напишат най-големия си страх. След това трябва да опишат себе си, като използват възможно най-много качества.

Стъпка 2: Децата се призовават да нарисуват своя собствен автопортрет въз основа на направеното описание.



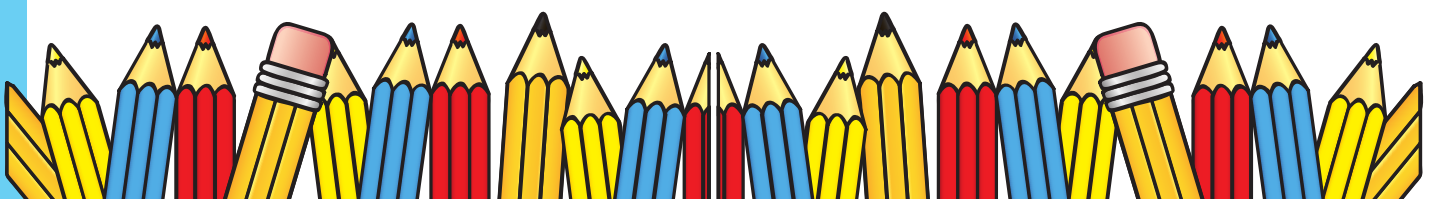


Съвети:

- Дайте свобода да използват творческите си способности.
- Оставете учениците сами да напишат най-големия си страх, не настоявайте да го напишат, ако не се чувстват комфортно.

Размисъл:

1. Чувствам ли се уверен в способностите си да работя?
2. Изпитвам ли натиск върху себе си, за да взема бързо решение?
3. Опитвам ли се да се предпазя от определена ситуация?





Име на дейността:

10. Разказът като мост за преодоляване на страха

Описание:

Разказването на истории е чудесно занимание в училище, което насърчава езиковото развитие и запознава децата с нова лексика.

Резултати:

- подобрени творчески способности за използване на повествователни и езикови умения
- повишено самочувствие чрез приемане на определени събития и преодоляване на страха

Продължителност: 20 минути

Материали:

- листове хартия
- химикали

Свързани умения:

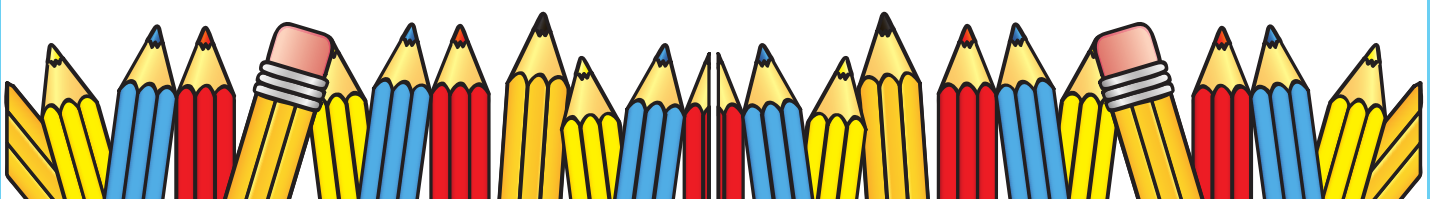
- управление на страха
- преодоляване на негативни мисли

Инструкции:

Стъпка 1: Учениците прочитат следния разказ: "Един заек се изгубил в полята и не може да намери дома си, за да се прибере. Нощта настъпва внезапно и заекът изглежда много уплашен, че е сам..."

Стъпка 2: Учениците затворят очи и си представят заека сам, уплашен, бягащ през полето и настъпващата нощ, която пада внезапно.

Стъпка 3: Учениците упражняват разказвателните и езиковите си умения, като помислят и опишат какво биха направили, ако са около заека и го видят страшен и уплашен.





Стъпка 4: В свободна дискусия децата разказват какви решения са намерили. Могат дори да запишат идеите си и да ги прочетат. Как са се справили със страха в историята? Лесно или трудно беше?

Съвети:

- Не принуждавайте децата да мислят за реална ситуация, от която са се страхували, освен ако не са съгласни.
- Страхливите ситуации могат да предизвикат тревожни състояния при децата!
- Докато разказват намерените решения, обърнете внимание на това как са се справили със страха от заека и какъв езиков речник използват, за да изразят решенията си.

Размисъл:

1. Какво щях да направя, ако бях заекът?
2. Трудно ли е да се управлява страхът в критични ситуации?
3. Когато се страхувам, кой е първият човек, с когото се свързвам?





ПОЕМАНЕ НА РИСКОВЕ



Име на дейността:

11. Papers & Dragons - фентъзи игра

Описание:

В тази дейност се пресъздава настолната играта Dungeon & Dragons, адаптирана към езиковата култура и рисковете, свързани с вземането на решения. Ще бъде представена първоначална история с конкретна цел, а учениците сами ще импровизират развитието и завършването на историята.

Резултати:

- създаване на напълно импровизирана групова история
- увереност при вземането на решения със съответните им последствия
- насърчаване на разказването на истории и творчеството

Продължителност: 60 минути

Материали:

- листове хартия
- картонена кутия
- бяла дъска и тебешир/маркери
- зарове за вземане на решения на случаен принцип

Свързани умения:

- абстракция и творчество
- импровизация и умствена сръчност
- търпение и вземане на решения
- способност за поставяне в измислени и предрешени ситуации





Инструкции:

Стъпка 1: Всеки ученик написва на лист хартия една дума, която може да бъде място, предмет, емоция или друга дума. Тези хартийки се съгват и поставят в малка кутия.

Стъпка 2: Учителят представя история, в която 4 приключенци се отправят да спасят свой спътник, който е бил отвлечен от дракон. Развитието на историята зависи от импровизацията на учениците.

Стъпка 3: Един по един учениците, теглят произволно листче от кутията, прочитат думата и продължават историята, като импровизират кратък откъс, който включва тази дума.

Стъпка 4: Историята се развива с всеки ученик и неговата импровизация, създавайки по-сложни ситуации, в които те трябва да адаптират всички предишни варианти към избраната дума и развитието на историята.

Стъпка 5: Историята завършва с последния ученик, който избира лист хартия, като се уверите, че той успява да управлява добре историята, така че да приключи благополучно в този момент.

Съвети:

- Ако учениците не поемат рискове в импровизираните си истории, учителят може да се намеси в ролята на разказвач и да представи събития, които подтикват приключенците да поемат рискове.
- Не забравяйте, че в тази дейност няма "правилни" отговори.
- Насърчавайте учениците да се потопят в историята, като използвате музика от обкръжението или увлекателни описателни разкази.

Размисъл:

1. С какви трудности се сблъскахте при вземането на решения?
2. Смятате ли, че представените рискове могат да бъдат преодоляни само по един начин?
3. Какви стратегии използвате в ежедневието си, за да вземате трудни решения?





Име на дейността:

12. Литературен клуб

Описание:

Публичното говорене може да бъде предизвикателство за много хора, особено когато е свързано с емоционални теми, рискът е още по-голям. Ето защо тази дейност насърчава учениците да създават поетична композиция на всеки две седмици и доброволно да я представят в класната стая пред своите връстници.

Резултати:

- увереност в изразяването на чувства и емоции пред другите.
- увереност в себе си при публично говорене.
- спокойна и безопасна среда за свободно изразяване.

Поръчителност: 1 ден на всеки 2 седмици (20 минути)

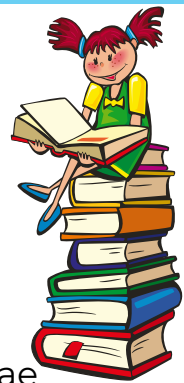
Материали:

- място, което служи за сцена

Свързани умения:

- способност за вербално изразяване на чувствата и емоциите
- поетично творчество
- публично говорене
- способност за поставяне на себе си в измислени и непознати ситуации





Инструкции:

Стъпка 1: Предложете създаването на литературен клуб, който трае само 20 минути един път седмично.

Стъпка 2: Учениците имат за задача да напишат поетично съчинение или непоетичен текст за тези събития, изразявайки своите емоции относно ситуация, която те или към нещо или някого, което/когото ги вдъхновява.

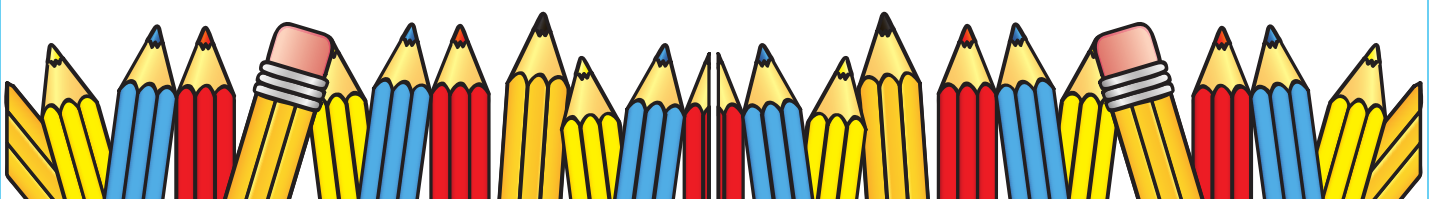
Стъпка 3: В определения ден учениците доброволно се записват в списък, за да излязат на сцената и да рецитират своите текстове пред съучениците си. Насърчете уважението и внимателното слушане от страна на публиката. Учениците ще благодарят на доброволците за всяко изпълнение и ще насърчават други да излязат на сцената в даден момент.

Съвети:

- Текстовете няма да бъдат оценявани въз основа на тяхното съдържание и формат. Основният стимул е да се поеме рискът от рецитиране на написаното пред публика и да се насърчи уважението като публика.
- Никой не трябва да бъде принуждаван да рецитира. Напротив, създайте спокойна, изпълнена с доверие и уважение атмосфера.
- Учителят може да рецитира, в случай че няма доброволци, за да насърчи и да послужи като евентуален пример за учениците.

Размисъл:

1. Как се чувстваше, когато рецитираше пред публика? Ако не си рецитирал, как според теб са се чувствали хората, които са рецитирали?
2. Какви фактори според теб са от значение за преодоляване на сценичната треска или за това да се чувстваш по-сигурен в публични ситуации?
3. Ако си рецитирал, как смяташ, че това преживяване ти е помогнало?





Име на дейността:

13. Party & Risk - Парти и риск

Описание:

Версия на популярната настолна игра "Party & Co", в която основната тема е вземането на решения и поемането на риск. В тази версия учениците се състезават и участват в различни игри като шаради, табу (забранени думи) и въпроси.

Резултати:

- способност за изразяване чрез невербални или алтернативни средства
- разпознаване на думи и термини, свързани с поемането на риск
- учене чрез игра

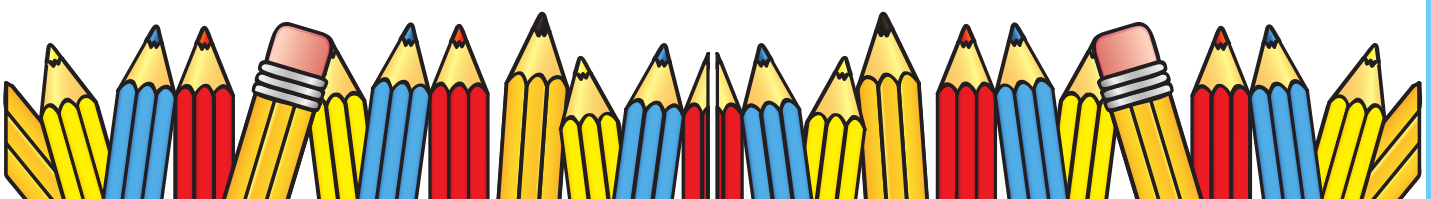
Продължителност: 60 минути

Материали:

- листове хартия
- ножица
- моливи

Свързани умения:

- невербална комуникация
- мисловна ловкост
- работа в екип и комуникация





Инструкции:

Стъпка 1: Създават се карти с думи и въпроси, свързани с поемане на риск, например: смелост, увереност, избор, изразяване на чувствата и т.н. Учениците сформират двойки, които ще играят срещу други 3 двойки в играта.

Стъпка 2: Целта на играта е да се спечелят 3-те медала преди друга двойка. За да постигнат това, ще преминават през шаради, табу и предизвикателства с въпроси:

Шаради: един от двойката изтегля карта и се опитва да обясни думата на партньора си (без да използва думи). Ако отгатнат правилно, получават точка и продължават да теглят карти. Партньорът им разполага с 30 секунди, за да отгатне възможно най-много думи.

Предизвикателствата табу работят подобно на шарадите, но в този случай трябва да опишат избраната дума, без да използват 3 забранени думи, споменати на картата.

Предизвикателството с въпроси включва външен човек, който задава въпрос, като дава на двойката 30 секунди, за да даде окончателния си отговор.

Стъпка 3: След като спечелят 5 точки в дадена категория, получават медал за тази дисциплина. Първата двойка, която спечели всичките 3 медала, печели.



Съвети:

- Комбинирайте няколко маси, за да създадете по-голяма зона за игра.
- Опитайте се да сведете до минимум ситуациите на съревнование и прекомерна конкуренция.
- Разпределете учениците по двойки на случаен принцип.

Размисъл:

1. Кой думи от играта смятате, че са най-свързани с поемането на риск?
2. Когато играете на стратегическо ниво поемате ли рискове? По-лесно ли ви е да поемате рискове, отколкото при вземането на други решения в ежедневието?
3. От думите в играта върху кои смятате, че трябва да работите повече, за да развиете уменията си за вземане на решения и поемане на риск?





Име на дейността:

14. Вдигане на завесата (NTC gledališče)

Описание:

Тази интерактивна театрална дейност има за цел да разгледа способността за поемане на рискове чрез сценично представяне. Участниците ще имат възможност да се потопят в импровизирани сцени и да разсъждават върху смелото вземане на решения в контролирана и творческа среда.

Резултати:

- повишена увереност при поемане на рискове
- подобрени умения за импровизация и адаптивност
- развитие на умения за комуникация и работа в екип
- размисъл за значението на смелостта и дързостта в ежедневието

Продължителност: 60 минути

Материали:

- Просторна среда за представяне
- Реквизит и предмети от ежедневието за импровизация

Свързани умения:

- творчество
- ефективна комуникация
- гъвкавост и адаптивност
- работа в екип
- самоувереност





Инструкции:

Стъпка 1: Разделете участниците на малки групи и представете обща тема за импровизация, като например "спешна ситуация" или "ситуация на неочаквано пътуване." Възложете на всяка група конкретна тема, свързана с поемането на риск.

Стъпка 2: Всяка група трябва да създаде кратка импровизационна сцена представяща зададената тема. Участниците трябва да включат елементи на риск, смелост и смело вземане на решения в своята сцена.

Стъпка 3: Всяка група ще изпълни своята сцена пред останалите. Насърчете публиката да определи моментите, в които героите са поемали рискове, и да обсъди как тези рискове са повлияли на разказа.

Стъпка 4: След всяко изпълнение улеснете откритата дискусия за поемането на риск. Въпроси като "Какво ги е мотивирало да поемат този риск?", "Какви са били последствията?" и "Какви поуки можем да приложим в ежедневието си?" могат да насочат размисъла.

Съвети:

- Създаване на безопасна и подкрепяща среда, в която участниците се чувстват свободни да изследват и да поемат творчески рискове.
- Насърчаване на участниците да предизвикват себе си и да излизат от зоната си на комфорт по време на импровизация.
- Подчертаване на важността на ученето от грешки и намирането на иновативни решения в предизвикателни ситуации.

Размисъл:

1. Какви умения за поемане на риск и кураж мога да открия в театралното представление?
2. Как мога да приложя наученото за поемането на риск в ежедневието си?
3. По какъв начин мога да продължа да развивам увереността си да поемам рискове и да вземам смели решения в бъдеще?





Име на дейността:

15. Клуб за смело четене

Описание:

Ще бъде пресъздаден читателски клуб за анализ и размисъл върху популярни приказки и техните елементи, свързани с поемането на риск, определяне на термини и свързани с тях ситуации, като се насърчават дебати, размисъл и диалог.

Резултати:

- насърчаване на творчеството и въображението
- подобряване на способността за анализиране на рискове и вземане на решения
- развитие на уменията за общуване и разказване на истории
- размисъл за смелостта и поемането на рискове в ежедневието
- насърчаване на четенето

Продължителност: 60 минути

Материали:

- листове хартия и химикали
- достъп до място, където участниците могат да споделят своите истории

Свързани умения:

- творчество
- умения за четене
- критично мислене и анализ на ситуации
- емпатия





Инструкции:

Стъпка 1: Предварително учениците са уведомени да изберат популярна приказка подходяща за тяхната възраст. Разполагат с приблизително една седмица, за да я прочетат вкъщи или през свободното време в училище.

Стъпка 2: В деня на дейността се провежда читателски клуб, в който учениците се редуват да споделят коя приказка са прочели като накратко обобщават прочетеното.

Стъпка 3: След като бъдат представени всички приказки, всеки ученик трябва да обясни какви ситуации на поемане на риск е открил в приказката, както и какви са последиците от тях и как са били разрешени.

Стъпка 4: Учителят насърчава открита дискусия, като задава въпроси, които водят до дебат и самоанализ. Алтернативно може да попита какви промени биха направили учениците в историята или как биха я разрешили сами.

Съвети:

- Определете ред на разказването, за да гарантирате, че времето е спазено и всеки може да говори и да сподели своите размисли.
- Създайте подкрепяща и уважителна среда, в която учениците се чувстват комфортно да споделят своите идеи и опит.
- Насърчавайте участниците да се поставят на мястото на героите в приказките, за да разберат по-добре рисковете, пред които са били изправени.

Размисъл:

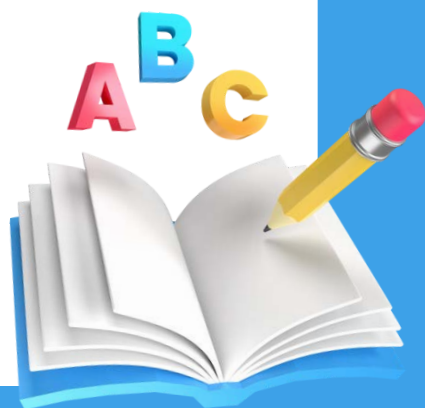
1. Кой елементи от историята ми се сториха най-смели и защо?
2. Как мога да приложа смелостта и поемането на риск, които разгледах в разказа, в собствения си живот?
3. Какви смели решения съм вземал в миналото и как те са повлияли на личното и професионалното ми израстване?





E-MotiOn

УПРАВЛЕНИЕ НА СТРЕСА





Име на дейността:

16. EmoWord Stress Busters

Описание:

Дейността цели да подобри емоционалната компетентност, свързана с управлението на стреса. Това занимание дава възможност на учениците да изследват техники за намаляване на стреса чрез създаване на положителни и укрепващи думи.

Резултати:

- подобряване на емоционалната компетентност с акцент върху управлението на стреса, изразяването на емоции и позитивността
- подобрен речник и езикови умения
- повишено самосъзнание за личните стресови фактори и ефективни техники за намаляване на стреса
- по-голяма увереност в използването на езикови стратегии за намаляване на стреса

Продължителност: 40 минути

Материали:

1. хартия и пособия за писане или достъп до цифров документ за онлайн класове.
2. достъп до бяла дъска или цифрова платформа за онлайн класове.
3. достъп до камера или смартфон (за онлайн класове).
4. достъп до платформа за видеоконферентна връзка (за онлайн класове).

Свързани умения:

- емоционално изразяване чрез думи
- лексика и езикови умения
- позитивно мислене и преформулиране
- самоосъзнаване и саморегулация





Инструкции:

1. Започнете с обсъждане на понятието "стрес" и значението на ефективното управление на стреса.
2. Споделете примери за техники за намаляване на стреса, като например положителни потвърждения или изразяване на думи.
3. Осигурете на всеки ученик хартия и принадлежности за писане.
4. Инструктирайте учениците да създадат списъци с положителни и зареждащи думи, фрази или утвърждения, които могат да използват за справяне със стреса.
5. Насърчете ги да проявят творчество и да оформят своите словоизлияния с цветни мотиви.
6. След това, поканете всеки ученик да сподели своите словесни изрази и да обясни как може да ги използва за намаляване на стреса.

Съвети:

- Насърчаване на творчеството и позитивното мислене в рамките на изразяването на думи.
- Насърчавайте учениците да разсъждават върху личните си стресови фактори и как избраните думи могат да им помогнат да се справят със стреса.
- Създайте подкрепяща и непредубедена среда за споделяне.
- Обсъдете значението на езика и саморазговора за справяне със стреса.

Размисъл:

1. Как думите и изразите, които създадохте в дейността, допринасят за вашия набор от инструменти за справяне със стреса?
2. Как силата на позитивните думи и утвържденията може да повлияе на емоционалния отговор на стреса и предизвикателните ситуации?
3. Кои са някои сценарии от реалния живот, в които можете да използвате тези словосъчетания, за да се справите със стреса и да го облекчите?





Име на дейността:

17. Предизвикателство за преодоляване на стреса

Описание:

"Предизвикателството за преодоляване на стреса" е езикова дейност, предназначена за подобряване на емоционалната компетентност на учениците за справяне със стреса. В тази дейност учениците ще създават и споделят стихотворения, които изразяват техните емоции и насърчават намаляването на стреса.

Резултати:

- подобряване на емоционалната компетентност с акцент върху управлението на стреса, изразяването на емоции и творческото решаване на проблеми
- подобрени езикови умения, включително речник, метафорично мислене и творчество
- повишено самосъзнание за личните стресови фактори и ефективни техники за намаляване на стреса
- по-голяма увереност при използването на езикови и творчески стратегии за освобождаване от стреса

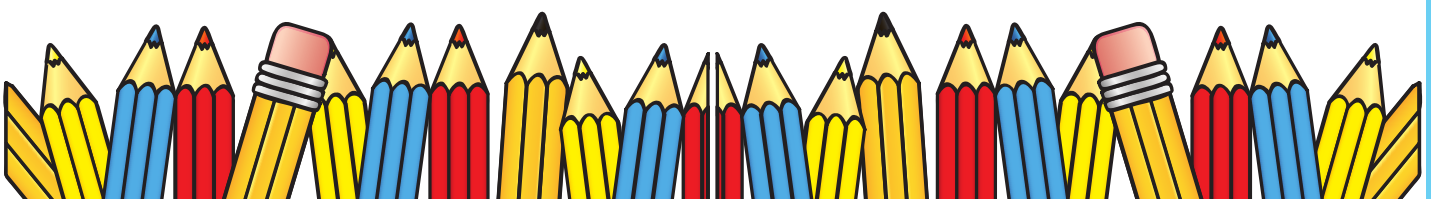
Продължителност: 40-60 минути

Материали:

- 1.Хартия и пособия за писане или достъп до цифров документ за онлайн класове.
- 2.Достъп до бяла дъска или цифрова платформа за онлайн класове.
- 3.Достъп до камера или смартфон (за онлайн класове).
- 4.Достъп до платформа за видеоконферентна връзка (за онлайн класове).

Свързани умения:

- емоционално изразяване чрез поезия
- лексика и езикови умения
- метафорично мислене и творческо изразяване
- самосъзнание и саморегулация





Инструкции:

1. Започнете с обсъждане на понятието "стрес" и значението на ефективното управление на стреса.
2. Споделете примери за техники за намаляване на стреса, включително използването на творческо изразяване чрез поезия.
3. Осигурете на всеки ученик хартия и принадлежности за писане.
4. Инструктирайте учениците да създадат стихотворения, които изразяват техните емоции и осигуряват усещане за облекчаване на стреса.
5. Насърчавайте ги да бъдат креативни, да използват метафори и да обмислят различни поетични форми.
6. В края на дейността насърчете всеки ученик да сподели стихотворението си с класа и да обсъди как спомага за освобождаване от стреса.

Съвети:

- Насърчавайте творчеството и поощрявайте учениците да изразяват емоциите си в безопасна среда без осъждане.
- Обсъдете значението на метафоричното мислене в поезията и как може да помогне за справяне със стреса.
- Насърчавайте саморефлексията и разработването на лични техники за облекчаване на стреса.
- Подчертайте силата на езика и творческото изразяване за насърчаване на емоционалното благополучие.

Размисъл:

1. Как стихотворението допринася за техниките за справяне със стреса и какви емоции е помогнало да изразите и облекчите?
2. Как метафорите и творческият език в стихотворението изразяват вашата емоционална реакция на стреса и как биха могли да вдъхновят други хора за облекчаване на стреса?
3. Какви са някои сценарии от реалния живот, при които бихте могли да използвате стихотворението си или други творчески изразни средства, за да управлявате и облекчавате ефективно стреса?





Име на дейността:

18. Поезия за справяне със стреса

Описание:

Дейността "Поезия за справяне със стреса" цели да се повиши емоционалната компетентност на учениците. В тази дейност учениците ще създадат и споделят стихотворения, които изразяват техните емоции, ще разсъждават върху управлението на стреса и ще осигурят творчески начин за развитие на емоционално благополучие.

Резултати:

- подобряване на емоционалната компетентност с акцент върху управлението на стреса, изразяването на емоции и творчеството
- подобрени езикови умения, включително лексика, метафорично мислене и творческо писане
- повишено самосъзнание за личните стресови фактори и ефективни техники за намаляване на стреса
- по-голяма увереност в използването на думите и изкуството като инструменти за постигане на емоционално благополучие

Продължителност: 40 минути

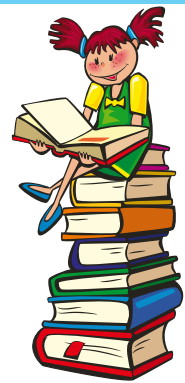
Материали:

1. Хартия и принадлежности за писане или достъп до цифров документ за онлайн уроци.
2. Достъп до бяла дъска или цифрова платформа за онлайн класове.
3. Достъп до видеокамера или смартфон (за онлайн класове).
4. Достъп до платформа за видеоконферентна връзка (за онлайн класове).

Свързани умения:

- емоционално изразяване чрез поезия
- лексика и езикови умения
- метафорично мислене и творческо изразяване
- самосъзнание и саморегулация





Инструкции:

1. Започнете с обсъждане на понятието "стрес" и неговото въздействие върху емоционалното състояние.
2. Споделете примери за техники за намаляване на стреса, като наблегнете на използването на творческо изразяване чрез поезия.
3. Осигурете на всеки ученик лист хартия и пособия за писане.
4. Инструктирайте учениците да създадат кратки стихотворения, които изразяват техните емоции, осигуряват облекчаване на стреса и разсъждават върху личните си техники за справяне със стреса.
5. Насърчете ги да бъдат креативни, да използват метафори и да изследват различни поетични форми.
6. В края на дейността, насърчете учениците да сподели стихотворението си с класа и да обсъди емоционалните му елементи и елементите за освобождаване от стреса.

Съвети:

- Насърчавайте творчеството и стимулирайте учениците да изразяват емоциите си в подкрепяща и непредубедена среда.
- Обсъдете силата на метафорите и творческия език в поезията за насърчаване на освобождаването от стреса и емоционалното благополучие.
- Изтъкнете значението на саморефлексията и разработването на лични техники за облекчаване на стреса.
- Насърчете учениците да проучат емоционалното въздействие на своите стихотворения и да споделят своя опит.

Рефлексия:

1. Как стихотворението отразява емоционалния ти отговор на стреса и техниките, които използваш за справяне със стреса?
2. Как метафорите и творческият език в стихотворението допринасят за облекчаване на стреса и емоционалното ти благополучие?
3. По какъв начин поезията и творческите изрази могат да бъдат ефективни инструменти за управление и облекчаване на стреса в ежедневието ти?





Име на дейността:

19. Спокойни разговори

Описание:

"Спокойни разговори" е лингвистичен метод за повишаване на емоционалната компетентност за справяне със стреса чрез конструктивни разговори и размисъл.

В това 40-60-минутно занимание учениците ще се включат в ръководени дискусии, за да проучат причините за стреса и да разработят ефективни стратегии за справяне със стресови ситуации.

Резултати:

- подобряване на емоционалната компетентност с акцент върху управлението на стреса
- подобряване на уменията за общуване и активно слушане
- повишено самосъзнание за задействащите фактори на стреса и механизмите за справяне с него
- засилване на чувството за съпричастност и разбиране сред връстниците.

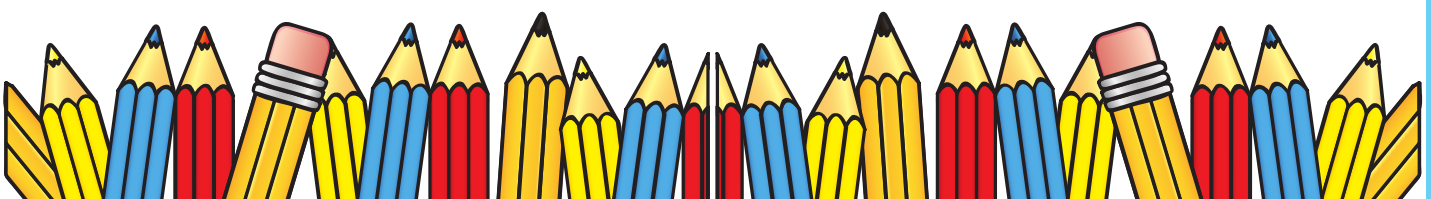
Продължителност: 40-60 минути

Материали:

- Бяла дъска или голям лист хартия (за присъствени занятия).
- Маркери или тебешир.
- Хартия и пособия за писане за всеки ученик.
- Достъп до класна стая или тихо място за провеждане на дейността.

Свързани умения:

- активно слушане и ефективна комуникация
- рефлексивно мислене и самосъзнание
- определяне и разглеждане на причините за стреса
- разработване на стратегии за управление на стреса





Инструкции:

1. Започнете със създаването на подкрепяща среда, като подчертаете значението на активното слушане и откритата комуникация.
2. Въведете концепцията за водене на спокойни разговори, като обясните, че учениците ще участват в ръководени дискусии за управление на стреса.
3. Използвайте бялата дъска или голяма хартия, за да създадете визуално представяне на факторите, предизвикващи стрес и стратегиите за справяне със стреса.
4. Разделете учениците по двойки или на малки групи и осигурете на всяка група хартия и пособия за писане.
5. Планирайте подходящо време, което да позволи провеждането на дискусията и дейността за размисъл.
6. Задайте подкани за дискусия, свързани с причинителите на стрес и ефективните стратегии за справяне. Насърчавайте учениците да слушат активно и да споделят мислите си.
7. След приключване на дейността се съберете отново класа и обсъдете общите теми и прозрения.

Съвети:

- Установете ясни насоки за уважителна и съпричастна комуникация по време на дейността.
- Насърчавайте учениците да споделят личен опит, свързан със стреса, по подкрепящ начин.
- Подчертайте значението на поверителността и създаването на безопасно пространство за открита дискусия.
- Подчертайте, че няма правилни или грешни отговори и целта е да се учим един от друг.

Размисъл:

1. Какви познания получихте за собствените фактори, които предизвикват стрес и какви са ефективните стратегии за справяне с него?
2. Как активното слушане и споделянето на опит с връстниците допринесе за разбирането ти за справяне със стреса?
3. По какъв начин наученото от тази дейност може да се приложи в ежедневието, особено при управлението на стреса и подкрепата на твоите връстници?





Име на дейността:

20. Размяна на писма за преодоляване на стреса

Описание:

Дейността "Размяна на писма за преодоляване на стреса" има за цел да изгради емоционална компетентност за справяне със стреса чрез писмена комуникация и съпричастност. В тази дейност с продължителност от 40-60 минути учениците ще си разменят подкрепящи писма с акцент върху облекчаването на стреса и разбирането.

Резултати:

- подобряване на емоционалната компетентност с акцент върху управлението на стреса
- подобрени умения за писмена комуникация и изразяване на езика
- повишена емпатия и разбиране на преживяванията на връстниците
- насърчаване на позитивна и подкрепяща класна или онлайн общност

Продължителност: 40-60 минути

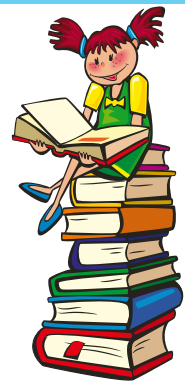
Материали:

1. Тетрадки или хартия за всеки ученик.
2. Пособия за писане.
3. Достъп до класна стая или тихо място за провеждане на дейността.

Свързани умения:

- изразително писане за облекчаване на стреса
- позитивна комуникация и емпатия
- рефлексивно мислене и самоосъзнаване
- разработване на стратегии за управление на стреса





Инструкции:

1. Представете дейността като обясните, че учениците ще пишат подкрепящи писма до своите връстници, като се фокусират върху облекчаването на стреса.
2. Разположете тетрадките и принадлежностите за писане на централно място.
3. Отделете 40-60 минути за дейността по писане.
4. Инструктирайте учениците да напишат писмо до свой връстник, като му предложат подкрепа, съпричастност и стратегии за облекчаване на стреса.
5. Насърчавайте креативността и автентичността в изразяването им.
6. След дейността улеснете размяната на писма, при която учениците могат да прочетат и да отговорят на получените писма.

Съвети:

- Подчертайте положителния и подкрепящ характер на дейността, като създадете пространство, в което учениците да изразяват себе си по автентичен начин.
- Насърчавайте учениците да се съсредоточат върху осигуряването на подкрепа и стратегии за облекчаване на стреса в своите писма.
- Напомнете на учениците, че тази дейност е свързана със съпричастност и разбиране и че няма правилни или грешни отговори.
- Затвърдете идеята, че всеки изпитва стрес и тази дейност е възможност да се покаже доброта и подкрепа.

Размисъл:

1. Как се почувства, получавайки писмо за облекчаване на стреса, и какви стратегии за справяне със стреса, споменати в писмото ти допаднат?
2. По какъв начин писането на писмо в подкрепа на връстник допринесе за разбирането на понятието емпатия и позитивна комуникация?
3. Как преживяването от размяната на писма за облекчаване на стреса може да повлияе на цялостната атмосфера в класната стая или онлайн общност и каква роля може да играе емпатията в изграждането на подкрепяща среда?





Co-funded by
the European Union



Работен пакет 2:
Набор от творчески дейности
№ 2022-1-BG01-KA220-SCH-000086869

ЕЗИКОВА КРЕАТИВНОСТ

