

Életviteli kompetenciák fejlesztése

Tanári kézikönyv



Erasmus+



SUPREM



2. MODUL A CÉLOK MEGHATÁROZÁSA

2. MODUL

A CÉLOK MEGHATÁROZÁSA

	Tudás	Képesség	Attitűd	Autonómia és felelősség
2. A célok meghatározása	Ismeri a célok meghatározásának kritériumait. Ismeri az értő figelmet, és meg tudja osztani a tapasztalatait másokkal.	Rövid és közép távú célokat határoz meg. Képes gondolatokat, érzéseket, tapasztalatokat megérteni és kifejezni szóban és írásban egyaránt. Különböző kontextusokban képes adekvát reakcióra.	A helyes döntések meghozatalához a tanulóknak saját magukra és szükségleteikre kell összpontosítaniuk, hagyniuk kell, hogy a szükségleteik vezéreljék őket.	A tanulók kezdik megismerni önmagukat, és megértik a saját képességeiket.

BEVEZETÉS

A 13-15 éves korosztály egyik legfontosabb feladata az életútjával kapcsolatos döntések meghozatala. Ahhoz, hogy el tudják dönteni, mit fognak tenni felnőttként, először meg kell ismerniük önmagukat, a saját képességeiket. A helyes döntés meghozatalához diákjainknak önmagukra és a szükségleteikre kell fókuszálniuk, fel kell ismerniük a félelmeiket és a valódi belső igényeiket. A érzéseket, félelmeket, megérzéseket, bizonytalanságokat leginkább az írás, a szövegek alkotása segítségével lehet felszínre hozni. Erre épül az önéletrajzi műhely. Az önéletrajzi műhely célja, hogy segítse a gyerekeket önmaguk megismerésében, megértésében, és a megfelelő döntések meghozatalában. Az önéletrajz mint dokumentum az életpálya egyes lépéseinek fontos dokumentuma, egyaránt tartalmazza a múlt, a jelen történéseit és a jövő terveit.

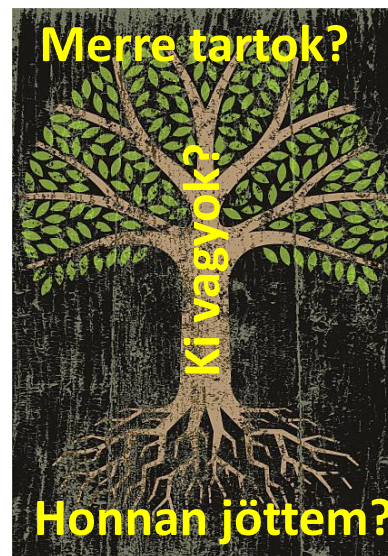
A kamaszkorban lévőket leginkább 3 kérdéskör foglalkoztatja:

1. Honnan jöttem? Hol vannak, és mik a gyökereim?
2. Ki vagyok?
3. Merre tartok?

Az önéletrajzi műhely kapcsán ezt az utat fogjuk bejárni.

A kisgyermekkorai álmoktól a célokig vezető út bejárása során feladatokat oldunk meg. A feladatok során keletkező termékeket egy Önismereti naplóban gyűjtjük össze. A naplót a diákok magukkal vihetik, tovább írhatják, alakíthatják a gondolataikkal. Mivel ebben az életkorban még a szülők egyetértésével kell megszületnie a pályaválasztással kapcsolatos döntésnek, a naplóban lehetőséget adunk a szülői gondolatok megjelenésére is.

A napló együttes – diák, szülő és pedagógus általi – megtekintése hasznos segítség lehet a pályaválasztási folyamat során.



RÁHANGOLÓDÁS

Minden diák hozzon magával egy portré fotót önmagáról, és egy családjáról készül képet.

A Varázsdoboz feladathoz.

A tanár megkéri a gyerekeket, hogy hozzanak 5 tárgyat otthonról, ami jellemzi őket, és tegyék bele egy dobozba (pl: balettcipő, gyerekkori fénykép, egy labda stb.).

A ráhangolódsi szakasz gyakorlatai közül a pedagógus választja ki az osztály, csoport sajátosságaihoz legjobban illeszkedőt. Javasolt időkeret 30 perc.

szakasz	gyakorlat	munkaforma/tanári szerep	eszköz, anyag
Ráhangolóds	Történetmesélés	beszélgető kör/ facilitátor	személyenként egy A/4 méretű lap, íróeszköz
	Ha én ...	beszélgető kör/ facilitátor	személyenként egy üres A/6 méretű lap, íróeszköz
	Ki vagyok?	beszélgető kör/ facilitátor	tárgyakat, jelenségeket, élőlényeket ábrázoló képek, képeslapok

1. Történetmesélés

A tanulók körben leülnek, mindenki kap egy lapot és íróeszközt.

Feladat: Mindenki kezdjen el egy történetet. Lehet olyan, ami veled megtörtént, vagy szeretnéd, hogy megtörténjen. Legfeljebb 3 mondatot írhat a lap tetejére. Ha elkészültél, úgy hajtsd be, hogy csak az utolsó leírt sort lehessen látni. Add tovább a tőled jobbra ülőnek, aki szintén 2-3 mondattal folytatja a történetet. A körbeadás és írás addig folytatódik, amíg a papír vissza nem ér az eredeti gazdájához.

20 fő feletti létszámnál érdemes kettéosztani a csoportot, és két körben leültetni. A lapok körbeadásánál számolni kell a lépéseket.

Ezután mindenki felolvassa a történetet, és reflektálhat rá. Hogyan végződött az eredeti történet? Milyen fordulatokat vett a közösen írt történet?

2. Ha én ...

A tanulók körben ülnek, mindenkinél van egy hosszúkás (könyvjelző alakú) üres lap és íróeszköz. Írd a lap tetejére: mi lennél, ha növény vagy állat lennél? Írd le alá öt tulajdonságodat.

Amikor mindenki elkészült, következik a bemutatás. Az öt leírt tulajdonság közül mindenki egyet választhat, amivel a következő mondatot mondja:

„Én olyan(tulajdonság) vagyok, mint egy

A csoport többi tagjának ki kell találnia, hogy milyen növény, vagy állat neve lehet a papírra írva! ha nem sikerül, akkor még egy tulajdonságot felolvashat a listáról. ha akkor sem találják ki, akkor még egyet.....

Az folytatja a játékot, aki a legkevesebb tulajdonságból találta ki az élőlényt.

3. Ki vagyok?

Felkészülést igényel: gyűjtsünk össze minél többféle képeslapot, vagy képeslap méretű képet. Bármit ábrázolhat, hisz az asszociáció a fontos. Lehetnek közöttük egyformák is.

A képeslapokat a kör közepén kiszórjuk a padlóra, és felszólítjuk a diákokat, hogy mindenki válasszon egy hozzá közel álló képet. Engedjük, hogy válogassanak a képek között. Aki választott, a képpel együtt visszaül a helyére.

Amikor már mindenki ül, a tanár vezetésével mindenki megmutatja a választott képet, és indokolja a választását.

A tanár számíton arra, hogy lesznek felszínebb és mélyebb indoklások. A felszínesek esetében egy kérdéssel ássunk mélyebbre.

JELENTÉSTEREMTÉS

szakasz	gyakorlat	munkaforma/ tanári szerep	eszköz, anyag
1.Honnan jöttem?	Helyem a családban Helyem az osztályban	csoportmunka csoportmunka, páros munka	családi fotók, munkalapok hívókártyák
2.Ki vagyok?	Erősségeim, lehetőségeim	egyéni munka csoportmunka	Kettős gyémánt
3. Merre tartok?	Álmok és célok	egyéni munka csoportmunka	Bakancslista

A jelentésteremtés szakasz alkotja a modul fő részét, javasolt időkerete 180 perc. Az egyes gyakorlatok megvalósítása hosszabb időt igényel (60-60 perc/gyakorlat)

A **„Honnan jöttem?”** blokkban a gyökereket járjuk körbe. Ahogyan egy fát csak egy erős gyökérszövet tarthat meg, úgy minden ember számára meghatározóak a gyökerei. Ahol felnőttünk, az a család. A család döntően meghatározza az életünket, a gondolkodásunkat, a viselkedésünket, és a céljainkat is.

A **„Ki vagyok”** blokkot a gyökereket követően a jelenkori énnel történő szembenézés gyakorlatai alkotják. A tanár szintén 60 perccel gazdálkodhat. Mielőtt elkezd a tanár ezt a blokkot, a fa ábráján is erősítse meg, hogy a gyökerek felől a törzs irányába lép. A blokk megkezdése előtt a tanulók üljenek vissza a csoportjukba.

A **„Merre tartok?”** a jelent áttekintő blokk után a jövőről szól. A tanár mutassa be a fa ábrán, hogy a törzs többfelé is ágazhat, a jövő több irányba is vezethet. A blokk célja az álmok és a realitás közelítése, a célok fogalmának tisztázása. Az első feladata a vágyakról szól, majd megismerkedünk a SMART mozaikszó jelentésével, és a célok jellemzőivel.

1. Helyem a családban

Valamely módszer segítségével véletlenszerűen 4-5 fős csoportokat alakítunk. Minden diák vigye magával a csoportba a családról hozott fotót.

Minden diák mutassa be a fotót, és a hozzá tartozó történetet. A csoport tagjai igyekezzenek minél többet megtudni a családról. Ennek érdekében mindenki feltehet 3-3 kérdést. Pl. Kik vannak a képen? Mit csináltok együtt szívesen? Kinek az akarata szokott érvényesülni? Ki mondja ki a végső szót? Van-e kedvenc játékok? Ki nem tud veszíteni? Hallgatnak-e a véleményedre?

A beszélgetést követően minden tanuló az alábbi lapon mutassa be a családját, emelje ki a számára legfontosabb dolgokat. Az elrendezést bízunk a tanulókra.

A gyakorlat végén a tanár emelje ki azokat a gondolatokat, kifejezéseket, amelyek a célmeghatározás szempontjából fontosak, és helyezze el a fa gyökerein.



2. Helyem az osztályban

A tanár lefelé fordított kártyákat tesz minden csoport asztalára. A csoport tagjai felváltva húznak 1-1 kártyát. Felolvassák a kártyán lévő hívószavakat, majd beszélnek róla. A beszélgetés addig tart, amíg minden kártya elfogy az asztal közepéről.

A tanár hívja fel a figyelmet, hogy a saját válaszait mindenki rögzítheti az önismereti naplójába.

Kedvenc tantárgyam	Az ideális tanár...	Az iskola fontos, mert...
A könyv, amit utoljára olvastam	A film, amit utoljára láttam	Kedvenc képregényem
Kedvenc kisállatom	Kedvenc sportom	Legkedveltebb nyaralóhelyem
Kedvenc személyem	Ahol a legjobban szeretek lenni	Az ideális barát...

A következő feladathoz a tanár párokat alakít az osztály tagjaiból. lehetőleg más kiscsoport tagjai alkossanak párt!

A párok 2x2 percben ismerhetik meg egymást. A 2 perc alatt igyekezzenek minél többet megtudni a másiktól. A párok megegyeznek a kérdező-válaszoló sorrendben. A tanár méri az időt, és jelzi a cserét. Az első fél kezdi a kérdezést, majd 2 perc után szerepet cserélnek.

Az interjúkat követően a pár egyik tagja a székén ülve marad, a másik mögé áll és a vállára teszi mindkét kezét. Úgy mutatkozik be, mintha ő lenne a széken ülő társa, majd egyes szám első személyben beszél „magáról” legfeljebb 1 percben. Ezt követően szerepet cserélnek. A feladatnak akkor van vége, ha minden személy bemutatkozott a másik bőrbe bújva.

3. Legfontosabb vonásaim kettős gyémántja

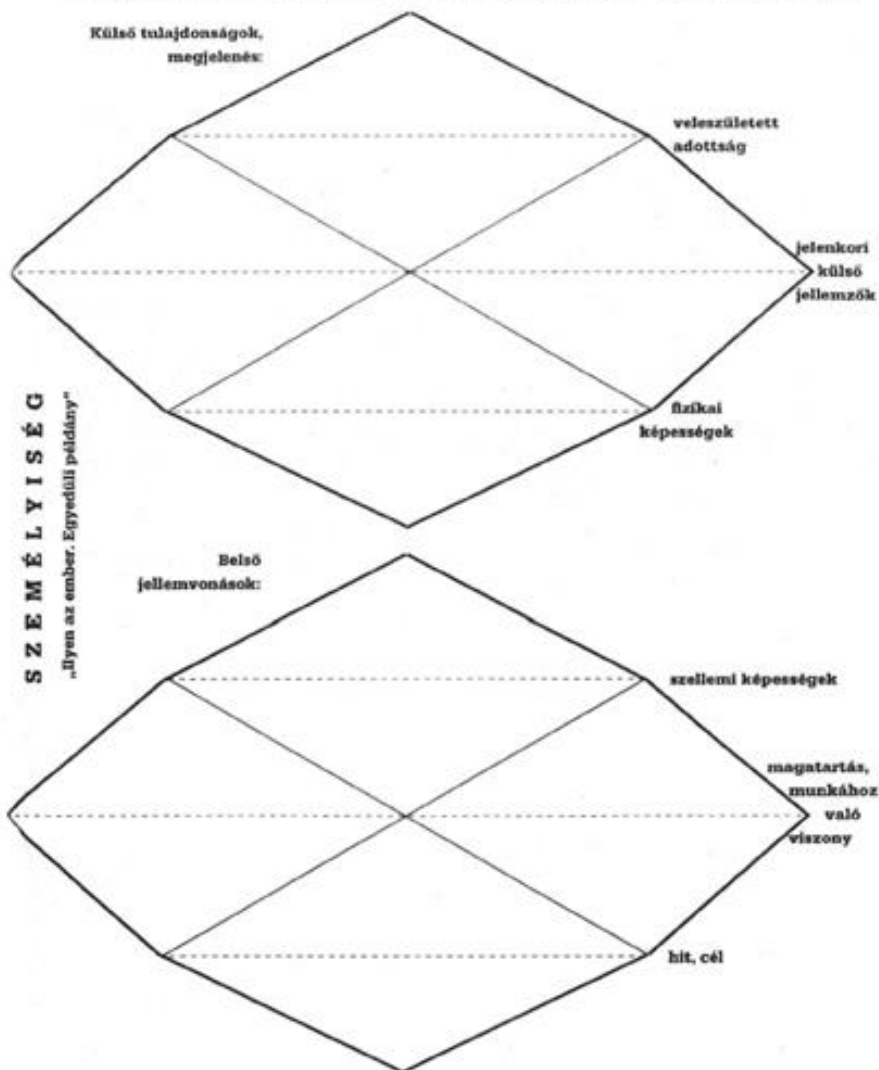
A feladat elkezdése előtt tanári irányítással beszélje meg az osztály:

a mottót: „Ilyen az ember. Egyedüli példány”; a feladat szerkezetét: külső és belső tulajdonságok; szükség szerint a szempontok értelmezését; a kitöltés módját (a szaggatott vonalak a gyémánt csiszolási felületei, mindkét oldalára lehet írni)

A kitöltésre biztosítsunk elegendő időt.

Minden tanuló a saját gondolatai alapján töltsen meg tartalommal önmagáról a gyémánt felületeit.

LEGFONTOSABB VONÁSAIM KETTŐS GYÉMÁNTJA



Az ábra forrása:

<https://onedrive.live.com/?authkey=%21ABoUuQNIgEZ7WWg&cid=A4FB1D753CE0990B&id=A4FB1D753CE0990B%21508&parId=A4FB1D753CE0990B%21314&o=OneUp>

4. Erősségeim, lehetőségeim

A feladat megkezdése előtt a tanár vezetésével értelmezzék a 4 mezős táblázatot.

Nem szükséges a klasszikus SWOT-analízis szempontjait bemutatni, inkább az alábbiakra fókuszáljon a bemutatás:

Erősségek: amiben jó vagy, amit jól tudsz csinálni,

Gyengeségek: amit nem tudsz vagy nem tudod jól csinálni,

Lehetőségek: amiben fejlődhetsz, kiteljesedhetsz, amire építhetsz a jövőben,

Veszélyek: ami akadályozhat a fejlődésben. a kiteljesedésben

A kiscsoportjában mindenki mutassa be a kettős gyémántját. Amiben a többiektől megerősítést kap, írja be az alábbi táblázatba.

ERŐSSÉGEK	GYENGESÉGEK
LEHETŐSÉGEK	VESZÉLYEK

5. Bakancslista

A tanár tisztázza a „Bakancslista” szó jelentését, majd kérje meg a diákokat, hogy készítsék el a saját bakancslistájukat.



Beszélgető kör: Néhány tanuló mutassa be az elkészült listáját. A tanár emeljen ki néhány olyan elemet, ami álom, és néhány olyan elemet, ami elérhető. Beszélgessenek az álmok és a célok különbségéről, készítse elő a csoportmunkát.

6. SMART célok meghatározása

A tanár ossza el a csoportok között a mozaikszó betűit, és az internet segítségével minden csoport értelmezze a cél jellemzőjét, keressen jó és rossz példákat. A csoportok mutassák be a munkájuk eredményét.

SMART célok meghatározása

Specific	Specifikus, Konkrét
Measurable	Mérhető
Achievable	Akció orientált, elérhető
Relevant	Reális, releváns
Time-bound	Terminizált , határidőhöz kötött

Ezt követően mindenki határozzon meg önmaga számára 3 SMART kritériumoknak megfelelő célt. A tanár hívja fel a tanulók figyelmét, hogy a célok meghatározásához használják az önmagukról kitöltött 4 mezős táblázatot.

Néhány példán keresztül elemezzük közösen a meghatározott cél megfelelését a kritériumoknak.

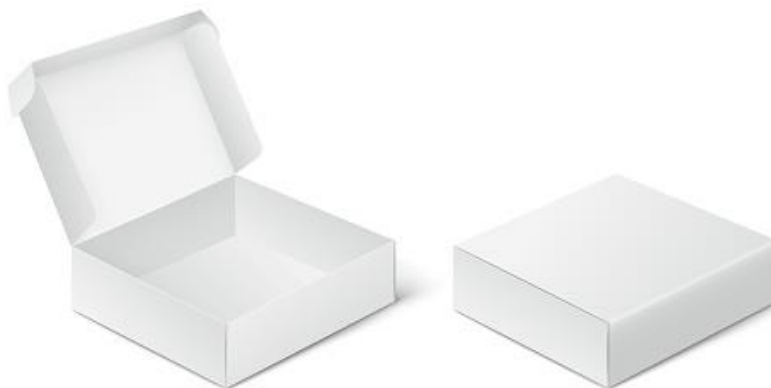
REFLEXIÓ

7. Varázsdoboz

A zárókörben a tanár megkéri a tanulókat, hogy mutassák a dobozukat, a hozott tárgyakat, és egészítsék ki azzal, hogy mit tennének bele és vinnének haza. Ezeket írják fel egy lapra és tegyék a dobozba,

Mit hoztam?

Mit viszek?



A dobozban a hozott tárgyak a tanulók gyerekkorából, családi emlékeiből, kedvelt tevékenységeiből, olvasmányaiból, élményeiből hoznak a felszínre gondolatokat. Amit visznek, azok már egy jelenben élő kamasz gondolatai, céljai, ismeretei önmagáról. A tanár mutasson rá, hogy a fa ábra hogyan mutatja a múlt-jelen-jövő kapcsolatát, és az önismereti műhely milyen fontos lépést jelent a múltból a jövő tervezése felé.

SUPREM – SUCCESSFUL PREPARATION MODEL FOR SCHOOLS



1.SZELLEMI TERMÉK OKTATÁSI PROJEKT PORTFÓLIÓ

A 2019-1-HU01-KA201-061091
PROJEKT KERETÉBEN KÉSZÜLT

A 2 modul szerzője
(A célok meghatározása)

Istituto Comprensivo Perugia 2
Cooperativa Sociale Borgorete

2021.

Az Európai Bizottság támogatása ezen kiadvány elkészítéséhez
nem jelenti a tartalom jóváhagyását, amely kizárólag a szerzők
álláspontját tükrözi, valamint a Bizottság nem tehető felelőssé
ezen információk bármilyen felhasználásáért.
Projektazonosító: 2019-1-HU01-KA201-061091

