



## **XII. MEDNARODNA KONFERENCA**

**IZZIVI IN TEŽAVE SODOBNE DRUŽBE**

**RIS DVOREC RAKIČAN**

**10. 6. 2024, Rakičan**

CIP - Kataložni zapis o publikaciji  
Univerzitetna knjižnica Maribor

37.018(082)(0.034.2)

MEDNARODNA konferenca Izzivi in težave v sodobni družbi (12 ; 2024 ; Rakičan)

XII. mednarodna konferenca Izzivi in težave sodobne družbe [Elektronski vir] : Rakičan, 10. 6. 2024 : [zbornik] / [urednica Zala Virant]. - E-zbornik. - Rakičan : RIS Dvorec, 2024

Način dostopa (URL): [https://www.ris-dr.si/go/576/3371/XII.\\_mednarodna\\_konferenca\\_IZZIVI\\_IN\\_TEZAVE\\_SODOBNE\\_DRUZBE\\_10.6.2024](https://www.ris-dr.si/go/576/3371/XII._mednarodna_konferenca_IZZIVI_IN_TEZAVE_SODOBNE_DRUZBE_10.6.2024)

ISBN 978-961-7130-19-5 (PDF)  
COBISS.SI-ID 197986819

## **KOLOFON**

### **XII. MEDNARODNA KONFERENCA »IZZIVI IN TEŽAVE SODOBNE DRUŽBE«**

#### **ZBORNİK: IZZIVI IN TEŽAVE SODOBNE DRUŽBE**

Organizacijski odbor:

- mag. Tatjana Buzeti
- Zala Virant
- Sabina Kerec

Uredniški odbor:

- Zala Virant
- Sabina Kerec

Urednica:

- Zala Virant

Tehnična obdelava:

- Zala Virant

Oblikovanje naslovnice:

- Zala Virant

Naklada (e-zbornik) – objava na:

[https://www.ris-dr.si/go/576/3371/XII. mednarodna konferenca IZZIVI IN TEZAVE SODOBNE DRUZBE 10.6. 2024](https://www.ris-dr.si/go/576/3371/XII._mednarodna_konferenca_IZZIVI_IN_TEZAVE_SODOBNE_DRUZBE_10.6.2024)

Založnik:

RIS Dvorec Rakičan

Računalniški prelom:

Robert Kološa s.p.

Leto: 2024

Kraj izida: Lendavska ulica 28, Rakičan, 9000 Murska Sobota

KAZALO:

<b>STROKOVNI PRISPEVKI.....</b>	<b>1</b>
<b>Aljoša Berk.....</b>	<b>1</b>
<b>TRAJNOSTNA FIZIKA .....</b>	<b>1</b>
<b>SUSTAINABLE PHYSICS .....</b>	<b>1</b>
<b>Darinka Bosnar.....</b>	<b>19</b>
<b>KAKO DIJAKOM V NIŽJEM POKLICNEM IZOBRAŽEVANJU PREDSTAVITI</b>	
<b>NEGO TEKSTILIJ.....</b>	<b>19</b>
<b>HOW TO INTRODUCE TEXTILE CARE TO STUDENTS IN LOWER</b>	
<b>VOCATIONAL EDUCATION .....</b>	<b>19</b>
<b>Živa Brumec Zadravec.....</b>	<b>26</b>
<b>PREPOZNAVANJE MOTENJ HRANJENJA PRI MLADIH IN SPOPADANJE Z</b>	
<b>NJIMI: PRISTOPI IN PODPORNÁ LITERATURA .....</b>	<b>26</b>
<b>RECOGNIZING AND ADDRESSING EATING DISORDERS IN YOUNG</b>	
<b>ADULTS: STRATEGIES AND SUPPORTIVE LITERATURE .....</b>	<b>26</b>
<b>Melita Bukvič .....</b>	<b>34</b>
<b>ENERGIJSKE PIJAČE MED OTROKI IN MLADOSTNIKI.....</b>	<b>34</b>
<b>ENERGY DRINKS AMONG CHILDREN AND ADOLESCENTS.....</b>	<b>34</b>
<b>Barbara Burjak.....</b>	<b>42</b>
<b>RAZREDNO DREVO .....</b>	<b>42</b>
<b>CLASS TREE.....</b>	<b>42</b>
<b>Barbara Čeh.....</b>	<b>50</b>
<b>NE SPREMINJAJMO PODNEBJA, AMPAK NAŠO METODOLOGIJO IN POTI</b>	
<b>UČENJA .....</b>	<b>50</b>
<b>LET'S NOT CHANGE THE CLIMATE, BUT OUR TEACHING WAYS AND</b>	
<b>LEARNING PATHS .....</b>	<b>50</b>
<b>Nika Forjanič Huber .....</b>	<b>56</b>
<b>RAZVIJANJE SOCIALNIH IN ČUSTVENIH VEŠČIN PRI UČENCIH .....</b>	<b>56</b>
<b>DEVELOPING STUDENTS' SOCIAL AND EMOTIONAL SKILLS .....</b>	<b>56</b>
<b>Nadja Gliha Olenik.....</b>	<b>64</b>
<b>USVAJANJE IN UČENJE TUJIH JEZIKOV .....</b>	<b>64</b>
<b>ACQUIRING AND LEARNING FOREIGN LANGUAGES.....</b>	<b>64</b>
<b>Simona Gljuk .....</b>	<b>71</b>
<b>LAHKO BRANJE PRI SLOVENŠČINI V NIŽJEM POKLICNEM</b>	
<b>IZOBRAŽEVANJU .....</b>	<b>71</b>
<b>EASY READING IN THE SLOVENE LANGUAGE COURSE IN TWO-YEAR</b>	
<b>UPPER SECONDARY VOCATIONAL EDUCATION .....</b>	<b>71</b>

<b>Boštjan Golob</b> .....	79
<b>SIMULATORJI CNC-OBDELAVE KOT POMOČ ALI BREME DIJAKOM S POSEBNIMI POTREBAMI</b> .....	79
<b>CNC MACHINING SIMULATORS AS A HELP OR A BURDEN TO STUDENTS WITH SPECIAL NEEDS</b> .....	79
<b>Polona Habič Rus</b> .....	86
<b>MLADOSTNIK, KAJ TI DA KRILA?</b> .....	86
<b>YOUTH, WHAT GIVES YOU WINGS?</b> .....	86
<b>Karmen Hrastnik</b> .....	95
<b>POKLICI PRIHODNOSTI</b> .....	95
<b>PROFESSIONS OF THE FUTURE</b> .....	95
<b>Marjana Hvalec</b> .....	102
<b>OZAVEŠČANJE O DRUŽABNIH OMREŽJIH PRI POUKU ANGLEŠKEGA JEZIKA</b> .....	102
<b>RAISING SOCIAL MEDIA AWARENESS IN THE ENGLISH CLASSROOM</b> ..	102
<b>Miha Indihar</b> .....	111
<b>DAN BREZ INFORMACIJSKE KOMUNIKACIJSKE TEHNOLOGIJE</b> .....	111
<b>A DAY WITHOUT INFORMATION COMMUNICATION TECHNOLOGY</b> .....	111
<b>Sandra Ivanuša</b> .....	120
<b>PREVENTIVNE DEJAVNOSTI NA PODROČJU MEDVRSTNIŠKEGA NASILJA V OSNOVNI ŠOLI IN NJENI UČINKI</b> .....	120
<b>PREVENTIVE ACTIVITIES AND ITS EFFECTS IN THE FIELD OF PEER VIOLENCE IN PRIMARY SCHOOL</b> .....	120
<b>Simona Jamnikar</b> .....	129
<b>INKLUZIJA IN OTROCI V BOLNIŠNIČNEM VRTCU</b> .....	129
<b>INCLUSION AND CHILDREN IN HOSPITAL KINDERGARTENS</b> .....	129
<b>Katja Janič</b> .....	137
<b>SODELOVANJE I. OSNOVNE ŠOLE CELJE Z MEDIJI</b> .....	137
<b>THE COLLABORATION OF THE FIRST PRIMARY SCHOOL CELJE WITH THE MEDIA</b> .....	137
<b>Dragica Jurkušek</b> .....	144
<b>MEDNARODNO PROJEKTNO SODELOVANJE – IZZIV ZA UČITELJE IN UČENCE</b> .....	144
<b>INTERNATIONAL PROJECT COLLABORATION – A CHALLENGE FOR TEACHERS AND STUDENTS</b> .....	144
<b>Ajda Kamenik</b> .....	154

<b>UČENJE POZITIVNEGA RAZMIŠLJANJA V NIŽJE POKLICNEM IZOBRAŽEVANJU PRI RAZREDNIH URAH .....</b>	<b>154</b>
<b>TEACHING POSITIVE THINKING IN LOWER VOCATIONAL EDUCATION DURING CLASS HOURS .....</b>	<b>154</b>
<b>Tanja Kastelic.....</b>	<b>164</b>
<b>ČE NE BOMO BRALI, NAS BO POBRALO.....</b>	<b>164</b>
<b>IF WE DON'T READ, WE'LL FADE AWAY .....</b>	<b>164</b>
<b>Bojana Keršič Ružič .....</b>	<b>172</b>
<b>TURISTIČNI KROŽEK – IZZIV ZA UČENCE.....</b>	<b>172</b>
<b>TOURIST CLUB – A CHALLENGE FOR STUDENTS .....</b>	<b>172</b>
<b>Simona Klement.....</b>	<b>181</b>
<b>MOBILNI TELEFONI V ROKAH PETOŠOLCEV.....</b>	<b>181</b>
<b>MOBILE PHONES IN THE HANDS OF FIFTH GRADERS.....</b>	<b>181</b>
<b>Milena Kranjc .....</b>	<b>191</b>
<b>DELO Z NADARJENIMI – PROJEKTNO DELO IN MEDPREDMETNO POVEZOVANJE .....</b>	<b>191</b>
<b>WORKING WITH THE GIFTED PUPILS - PROJECT WORK AND INTERCURRICULUM CONNECTION .....</b>	<b>191</b>
<b>Metoda Križanec.....</b>	<b>202</b>
<b>IZDELAVA PROJEKTNEGA PREDLOGA ŠTUDENTOV VIŠJESTROKOVNE ŠOLE ŠOLSKEGA CENTRA ŠENTJUR .....</b>	<b>202</b>
<b>DEVELOPMENT OF PROJECT PROPOSAL BY STUDENTS OF THE HIGHER VOCATIONAL SCHOOL OF THE SCHOOL CENTER ŠENTJUR .....</b>	<b>202</b>
<b>Mateja Krumpak .....</b>	<b>212</b>
<b>MEDVRSTNIŠKO NASILJE NA II. GIMNAZIJI MARIBOR .....</b>	<b>212</b>
<b>PEER VIOLENCE AT II. GIMNAZIJI MARIBOR.....</b>	<b>212</b>
<b>Nataša Kutoš Sečko .....</b>	<b>221</b>
<b>KO TE STRESE STRES .....</b>	<b>221</b>
<b>WHEN YOU ARE SHAKEN BY STRESS.....</b>	<b>221</b>
<b>Barbara Lenart Bregar .....</b>	<b>234</b>
<b>UČENJE NENASILNE KOMUNIKACIJE DIJAKOV S POSEBNIMI POTREBAMI.....</b>	<b>234</b>
<b>LEARNING NONVIOLENT COMMUNICATION OF SECONDARY SCHOOL STUDENT WITH SPECIAL NEEDS .....</b>	<b>234</b>
<b>Matjaž Macerl.....</b>	<b>242</b>
<b>INOVATIVEN NAČIN SPAJANJA ALUMINIJA PRI PRAKTIČNEM POUKU. 242</b>	

<b>AN INNOVATIVE WAY OF JOINING ALUMINUM IN PRACTICAL LESSONS</b> .....	<b>242</b>
<b>Urška Marčič.....</b>	<b>251</b>
<b>ZANIMIVA GEOGRAFIJA – JA, PROSIM.....</b>	<b>251</b>
<b>INTERESTING GEOGRAPHY – YES, PLEASE .....</b>	<b>251</b>
<b>Manja Mesar Bogovič .....</b>	<b>259</b>
<b>PSIHOLOŠKA PODPORA VARUHOV V USTANOVI ZA OTROKE Z MOTNJAMI V DUŠEVNEM RAZVOJU .....</b>	<b>259</b>
<b>PSYCHOLOGICAL SUPPORT FOR CAREGIVER IN AN INSTITUTION FOR CHILDREN WITH INTELLECTUAL DISABILITIES .....</b>	<b>259</b>
<b>Dario Molnar.....</b>	<b>266</b>
<b>POZNAVANJE UMETNE INTERLIGENCA KOT PRIPOMOČEK ZA PROFESIONALNI RAZVOJ UČITELJA.....</b>	<b>266</b>
<b>UNDERSTANDING ARTIFICIAL INTELLIGENCE AS A TOOL FOR THE PROFESSIONAL DEVELOPMENT OF TEACHERS .....</b>	<b>266</b>
<b>Ksenija Plazl.....</b>	<b>276</b>
<b>'THE WAY OF JEANS' – E-UČBENIK ZA KONSTRUIRANJE IN MODELIRANJE OBLAČIL IZ JEANSA.....</b>	<b>276</b>
<b>'THE WAY OF JEANS' - E-TEXTBOOK FOR CONSTRUCTION AND MODELLING DENIM CLOTHING .....</b>	<b>276</b>
<b>Jasmina Pogačnik .....</b>	<b>283</b>
<b>Z GIBANJEM IN IGRO DO ZNANJA SLOVENŠČINE.....</b>	<b>283</b>
<b>LEARNING SLOVENE THROUGH GAMES AND MOVEMENT.....</b>	<b>283</b>
<b>Tina Pokrivač.....</b>	<b>292</b>
<b>USPEŠNO VKLJUČEVANJE DIJAKOV PRISELJENCEV V SREDNJO ŠOLO</b>	<b>292</b>
<b>SUCCESSFUL INCLUSION OF IMMIGRANT STUDENTS IN SECONDARY SCHOOL .....</b>	<b>292</b>
<b>Irena Sbil .....</b>	<b>301</b>
<b>KORISTI UPORABE TEHNIK SPROŠČANJA V OSNOVNI ŠOLI: OD TEORIJE DO PRAKSE .....</b>	<b>301</b>
<b>BENEFITS OF THE USE OF RELAXATION TECHNIQUES IN PRIMARY SCHOOL: FROM THEORY TO PRACTICE .....</b>	<b>301</b>
<b>Manja Sgerm.....</b>	<b>309</b>
<b>UČNI USPEH UČENCEV IZ TUJINE V 7-LETNEM OBDOBJU TER KLJUČNI ELEMENTI PODPORE PRI DELU S STARŠI OB PREŠOLANJU V PROGRAM Z NIŽJIM IZOBRAZBENIM STANDARDOM.....</b>	<b>309</b>
<b>ACADEMIC SUCCESS OF STUDENTS FROM ABROAD OVER A 7-YEAR PERIOD AND KEY ELEMENTS OF SUPPORT WHEN WORKING WITH</b>	

<b>PARENTS DURING TRANSFER TO A PROGRAM WITH A LOWER EDUCATIONAL STANDARD .....</b>	<b>309</b>
<b>Monja Sobočan .....</b>	<b>318</b>
<b>OBLIKOVANJE SKOZI OČI MLADIH .....</b>	<b>318</b>
<b>DESIGN THROUGH THE EYES OF YOUNG PEOPLE .....</b>	<b>318</b>
<b>Lidija Šošter .....</b>	<b>327</b>
<b>IGRANJE JE BRANJE V PRVEM RAZREDU OSNOVNE ŠOLE .....</b>	<b>327</b>
<b>PLAYING IS READING IN THE FIRST CLASS OF PRIMARY SCHOOL .....</b>	<b>327</b>
<b>Andreja Tanšek .....</b>	<b>333</b>
<b>OKOLJSKA ETIKA IN PRIMERI DOBRIH PRAKS DRUŽBENE ODGOVORNOSTI MED MLADIMI.....</b>	<b>333</b>
<b>ECOLOGICAL ETHICS AND EXAMLES OF GOOD PRACTICE OF SOCIAL RESPONSIBILITY AMONG YOUNG PEOPLE .....</b>	<b>333</b>
<b>Tamara Završnik .....</b>	<b>342</b>
<b>SPODBUJANJE EMPATIJE, POVEZOVANJA IN OBČUTKA PRIPADNOSTI S ŠOLSKIM PROJEKTOM .....</b>	<b>342</b>
<b>PROMOTING EMPATHY, BONDING, AND A SENSE OF BELONGING THROUGH A SCHOOL PROJECT.....</b>	<b>342</b>
<b>Mateja Žerjavič.....</b>	<b>351</b>
<b>NAČRTUJEM IN IZDELAM.....</b>	<b>351</b>
<b>I PLANE AND MAKE.....</b>	<b>351</b>



## TRAJNOSTNA FIZIKA

### POVZETEK

V strokovnem članku in v predstavitvi na mednarodni konferenci RIS v Dvorci Rakičan bo avtor prispevka predstavil eksperimentalno delo dijakov pri pouku fizike v srednji šoli na temo okoljske trajnosti. Dijaki so s pomočjo računalniško podprte merilne tehnike proučevali fizikalne in kemične vplive človeka na okolje in podnebje. Rezultate in dognanja fizikalnih meritev so povezali s procesi v naravi in s škodljivimi vplivi na okolje. Izdelali so model tople grede in opravili meritve temperaturnega poteka z uporabo merilne opreme Vernier. Brez tople grede ni življenja na Zemlji. Preveč topla greda pomeni segrevanje oceanov in dvig morske gladine. Vpliv povečanega izpusta trdnih delcev v ozračje so dijaki simulirali z merjenjem odbojnosti in absorpcije na beli in temni površini. Večja absorpcija sončnega sevanja pomeni hitrejše taljenje ledenikov in dvig morske gladine. Z indikatorjem kislin so proučevali zakisanost oceanov ter s tem pojasnili škodljiv vpliv kislega dežja na okolje, rastline, živali in človeka. S simulacijo sončnega obsevanja vode in mivke so dijaki analizirali vpliv bližine morja na tip podnebja različnih krajev. S kalorimetrično metodo so merili specifični toploti vode in mivke. Proučevali so delovanje sončnih celic in izvajali meritve napetosti pri različnih svetlobnih pogojih. Analizirali so ogljični odtis proizvodnje, uporabe in reciklaže Li-baterij. V zaključku članka je avtor navedel predloge dijakov za zmanjšanje globalnega ogljičnega odtisa, globalnega segrevanja in onesnaževanja ter njihove ideje o najbolj zeleni energiji. Prednost raziskovalnega pouka z izvajanjem samostojnih eksperimentov je v tem, da dijaki sami ali v parih zvajajo poskuse in meritve ter pri tem po lastni poti pridejo do ugotovitev in sklepov, s katerimi si razjasnijo procese v okolju. Didaktična vloga učitelja pri takem načinu pouka je izbira ustreznih tem in priprava ustreznih pripomočkov ter merilne opreme. Dijaki v eksperimentalnem delu zelo uživajo in ure fizike jim hitro minevajo.

**KLJUČNE BESEDE:** fizikalni eksperimenti, okolje, računalniško podprte meritve, trajnostni razvoj.

## SUSTAINABLE PHYSICS

### ABSTRACT

In a technical paper and a presentation at the RIS International Conference at Dvorec Rakičan, the author presents experimental work on environmental sustainability by students in a high school physics class. Students use computer-aided measurement techniques to study the physical and chemical impacts of humans on the environment and climate. They relate the results and findings of their measurements to processes in nature and to the harmful effects on the environment. They build a model and simulate a greenhouse effect measuring its temperature profile using Vernier measuring equipment. Without the greenhouse effect, there is no life on Earth. Too much of a greenhouse effect means a higher average temperature of oceans and the rising of sea level. Students simulate the environmental impact of increased small particle exhausts in the atmosphere by measuring albedo and absorption on white and dark paper surfaces. Increased solar absorption means faster melting of ice in the glaciers and consequently sea level rise. To study ocean acidification students use acid-base indicators and explain the impact of acid rain on the environment, plants, animals and human beings. By measuring the specific heat of water and sand with the use of light bulb radiation, students analyze the climate of different places due to proximity to the sea. Performances of solar cells are measured under different light conditions. The carbon footprint of Li-ion battery production, use and recycling is discussed and debated by students. In the conclusion, the author gives the students suggestions for reducing the global carbon footprint, global warming and pollution. Students' ideas for green energy are described. The advantages of research-based physics lessons are huge. Students, alone or in pairs, carry out experiments and measurements to find out and explain how processes in nature work. The didactic role of the teacher is to select appropriate topics and to deliver appropriate tools and measuring equipment. The students enjoy the experimental work very much and the physics lessons pass quickly.

**KEYWORDS:** physics experiments, environment, computer-aided measurement, sustainability.

## 1. UVOD

V zadnjih letih iz medijev odmevajo pojmi kot so: trajnost, ekologija, razogličenje in karbonski odtis. Pri pouku fizike v srednji šoli so dijaki z raziskovalno-eksperimentalnim delom obravnavali teme povezane z okoljem in trajnostnim razvojem. Izvajali so preproste fizikalne eksperimente in meritve, s katerimi so simulirali procese in dogajanja v naravi. S samostojnim raziskovalnim delom so dijaki na inovativen način povezali teorijo s prakso in se pri tem ogromno naučili. V članku je avtor opisal izvajanje fizikalnih eksperimentov ter njihov pomen za razumevanje pojavov v okolju.

## 2. TOPLA GREDA

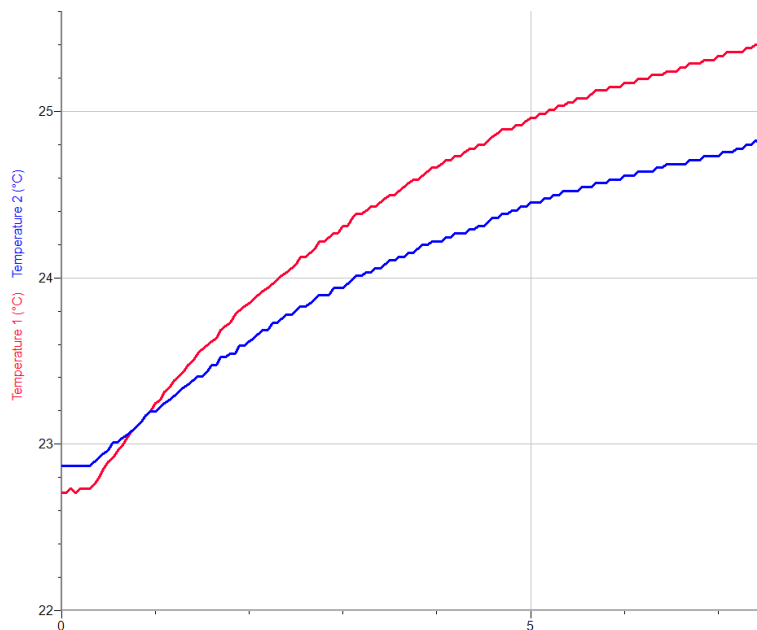
Življenje na planetu Zemlja se je razvilo zaradi prisotnosti in ustrezne sestave njen atmosfere (kisik) in učinka tople grede. Pojav tople grede pomeni zadrževanje solarnega sevanja z absorpcijo, ki jo povzročajo toplogredni plini kot so: vodna para, ogljikov dioksid in metan. Brez učinka tople grede bi bila povprečna temperatura na planetu mnogo nižja od sedanje in življenje v takšni obliki, kot jo poznamo, ne bi bilo mogoče. Na našem planetu bi bila večna ledena doba.

Dijaki so s pomočjo plastenk in grafoskopa simulirali učinek tople grede. Na računalnik so preko vmesnika Vernier [1] priključili dva termometra. En termometer so postavili v prazno ter odprto plastenko in drugega v prazno, a zatesnjeno, plastenko (**SLIKA 1**). Zaprta plastenka predstavlja model tople grede, ki segreva zemeljsko površje in omogoča živim bitjem obstoj.



**SLIKA 1:** Postavitev dveh plastenk in računalnika pred grafoskopom. Svetloba iz grafoskopa predstavlja »Sonce« - vir svetlobe in sevanja.

Časovna poteka temperature v obeh plastenkah nista enaka. Zrak v zaprti plastenki se bolj segreva, ker iz nje ne more uhajati (rdeča krivulja). S sevanjem dovedena toplota je ostala ujeta kot notranja energija zraka (**SLIKA 2**).



**SLIKA 2:** Časovni potek temperature v odprti plastenki (modra krivulja) in v zaprti plastenki (rdeča krivulja), ki ju obseva isti grafoskop. Enote na vodoravni (časovni) osi so minute.

### 3. (PRE)TOPLA GREDA

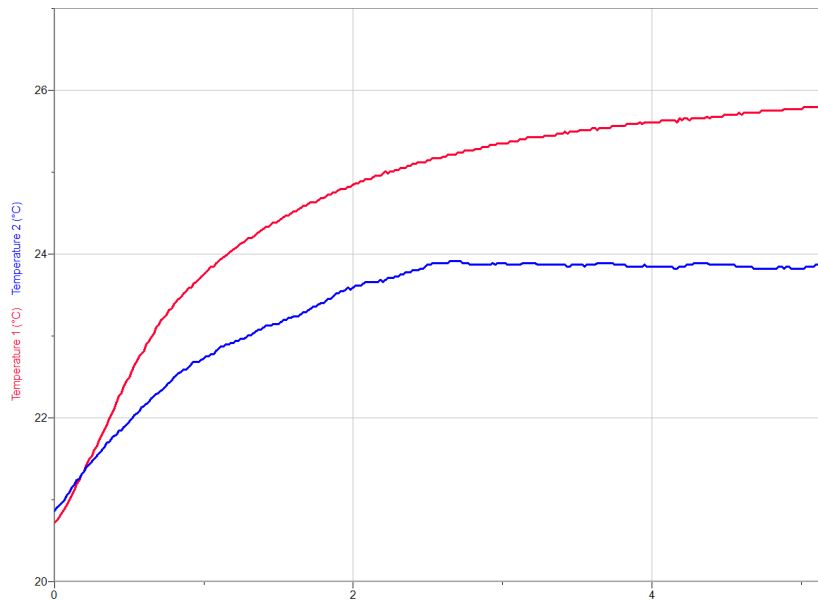
Problem nastane, če je učinek tople grede prevelik in planet se globalno preveč segreva. Do povečanja izpustov metana, ogljikovega dioksida in ostalih toplogrednih plinov je prišlo v zadnjih 100 letih zaradi enormnega izkoriščanja fosilnih goriv (izpusti  $\text{CO}_2$ ,  $\text{SO}_2$ ,  $\text{NO}_2$ ) ter intenzivne živinoreje (izpusti  $\text{CH}_4$ ). Ozračje, tla in oceani se prekomerno segrevajo. Posledično se tali več ledu, dvigne se gladina morja in oceani se razsolijo. Posledice se prenašajo globalno po celem planetu in se manifestirajo v izrazitejših vremenskih pojavih in v spremembi podnebja.

Dijaki so pripravili dve stekleni posodi. V eni je bila samo voda. V drugi je bila ista masa vode, v katero so vrgli Mg-šumečo tableto. Pri njeni reakciji z vodo izhaja  $\text{CO}_2$ , ki je toplogredni plin. Obe posodi sta bili zatesnjeni, v njuno notranjost je segal termometer, ki se ni dotikal tekočine, ampak je meril temperaturo ozračja v posodi. Kozarca so obsevali s »Soncem« - grafoskopom (**SLIKA 3**).



**SLIKA 3:** Postavitev dveh zaprtih kozarcev in računalnika pred grafoskopom. V desnem kozarcu je dodana obarvana šumeča tableta Mg, da je atmosfera v njem dodatno obogatena s CO<sub>2</sub>. V levem kozarcu je samo voda enake mase. Termometra sta na pokrovček zatesnjena z vročim silikonom, da zrak ne uhaja iz kozarcev.

Temperatura zraka v kozarcu s presežkom CO<sub>2</sub> v enakem časovnem intervalu bolj naraste, kar pomeni povečan učinek tople grede. Dijaki s tem poskusom dokažejo hipotezo, da povečana koncentracija CO<sub>2</sub> v zraku zagotovi pogoje za hitrejše segrevanje atmosfere v kozarcu s povečano prisotnostjo CO<sub>2</sub>. Časovni potek temperature v obeh kozarcih, narejen z računalniškim vmesnikom Vernier, to trditev dokazuje (**SLIKA 4**).

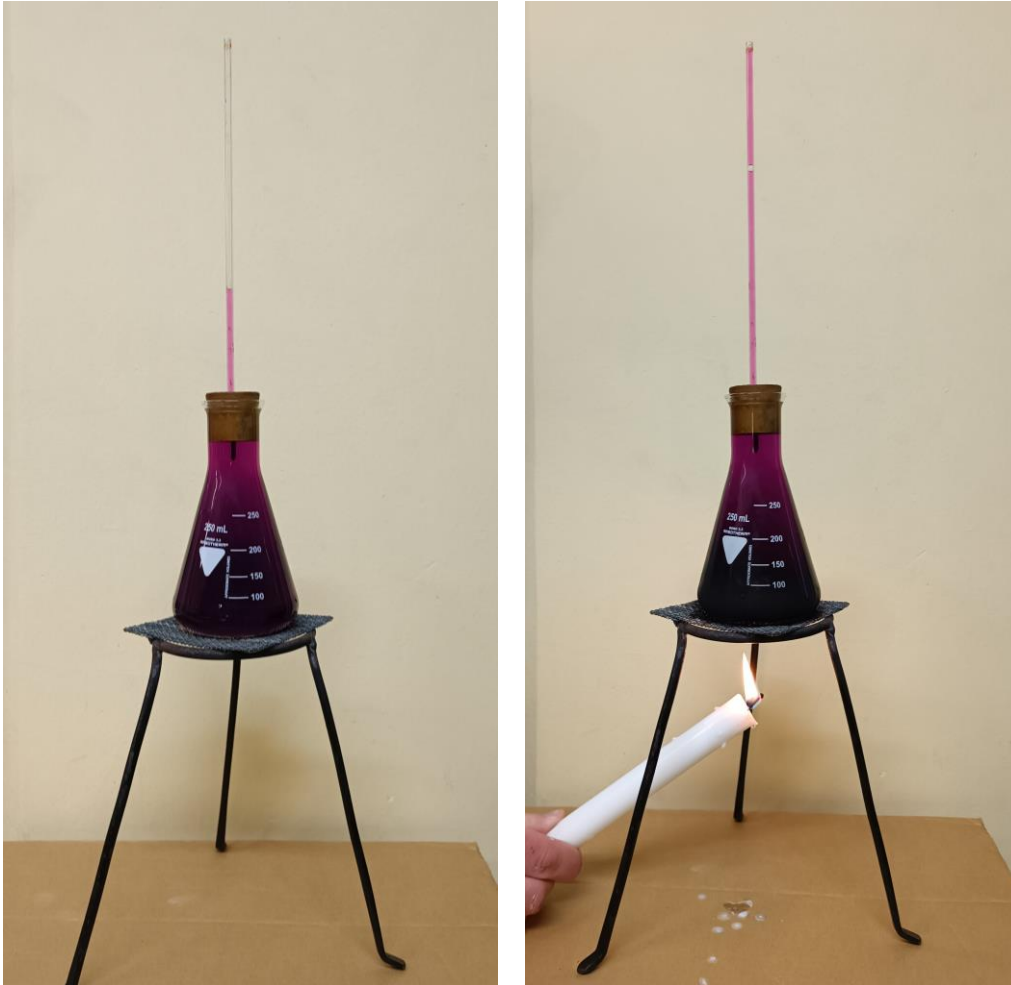


**SLIKA 4:** Časovni potek temperature v kozarcu z vodo in zrakom (modra krivulja) ter v kozarcu z vodo, zrakom in dodanim CO<sub>2</sub> (rdeča krivulja). Enote na vodoravni (časovni) osi so minute.

### 3. TEMPERATURNO RAZTEZANJE KAPLJEVIN

Večina snovi se pri segrevanju razteza. Zaradi globalnega segrevanja se oceani raztezajo. Posledica je dvig morske gladine ter poplavljanje predelov pokrajin ob morju. To pomeni migracije prebivalcev na druga območja in socialne ter ostale težave.

Dijaki so sestavili model kapljevinskega termometra, ki ponazori segrevanje obarvane tekočine (**SLIKA 5**). Pri majhnih spremembah temperature so spremembe prostornine zelo majhne, zato se uporabi ozka kapilara, da je raztezek bolj izrazit.

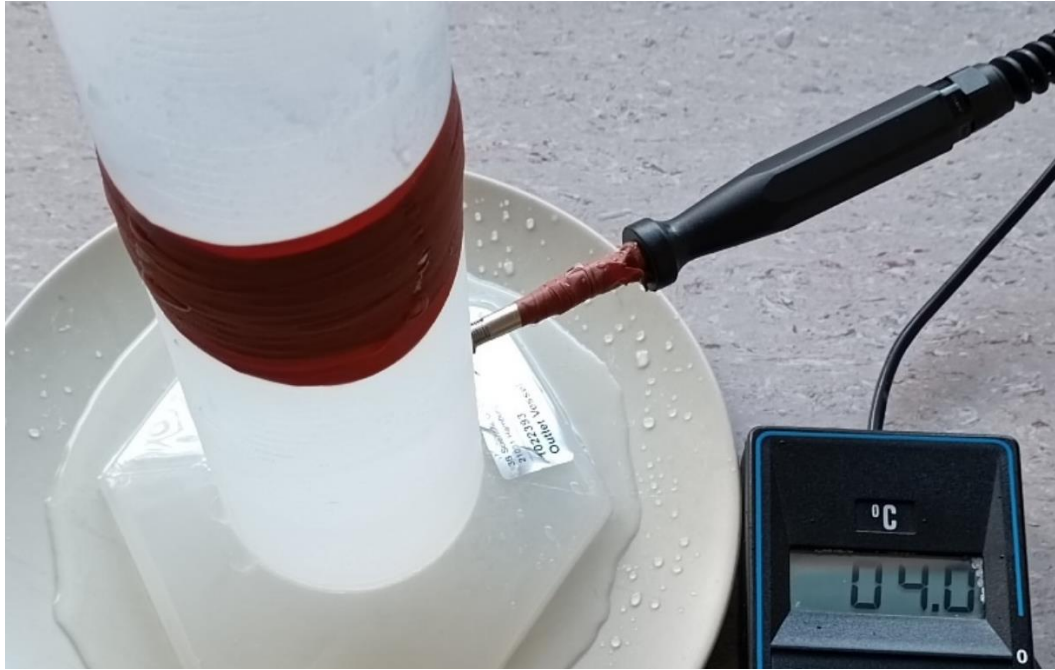


**SLIKA 5:** Model kapljevinskega termometra. Levo je hladna in desno segreta tekočina. Segreta tekočina ima večji volumen od hladne, zato se dvigne navzgor po kapilari.

#### 4. ANOMALIJA VODE

Anomalija pomeni nepravilnost ali izjemo. Večina snovi v naravi se pri segrevanju razteza in pri ohlajanju krči. Ko snov prejme toploto, se ji poveča notranja energija, atomi v snovi močneje nihajo okoli ravnovesnih leg in snov se razpne. Nekatere snovi so izjeme in se pri segrevanju krčijo ter pri ohlajanju raztezajo. Takšen primer je voda med 0 °C in 4 °C. Gostota vode pri 4 °C je večja od gostote vode pri 0 °C. Led je redkejši od vode pri katerikoli temperaturi in vedno plava na njen i površini. Pojav je zelo pomemben za življenje na Zemlji. Ko voda v jezeru zmrzuje, najprej zmrzne na gladini, gostejša in toplejša voda pa se posede na dno in ne zamrzne. To omogoča vodnim bitjem preživeti mrzlo zimo.

Dijaki so v merilni valj naredili tri luknje na različnih višinah in vanj vlili hladno vodo. V zgornjo in spodnjo luknjo so vstavili termometra, na sredini med obema luknjama pa so s palico fiksirali kos ledu. Čez nekaj časa je spodnji termometer kazal 4 °C, zgornji pa 0 °C (**SLIKA 6**). Potrdili so hipotezo, da je voda pri 4 °C gostejša od vode pri 0 °C, saj je voda s temperaturo 4 °C potonila na dno valja.



**SLIKA 6:** Voda na dnu valja ima najvišjo gostoto pri temperaturi 4 °C. Voda v zgornjih plasteh plastičnega valja je hladnejša in s tem redkejša od vode v spodnjih plasteh.

## 5. PRAŠNI DELCI IN ALBEDO

Po izumu toplotnega stroja, ki za pridobivanje toplote izkorišča sežig fosilnih goriv (les, naftni derivati), v začetku 19. stoletja, je v obdobju industrijske revolucije močno narasla emisija prašnih delcev v ozračje. Prašni delci (saje) iz dimnikov ter izpušnih cevi zaidejo v ozračje. Prašni delci nastajajo pri obrabi zavornih ploščic disk zavor vozil in pri obrabi njihovih pnevmatik pri vožnji. Prav tako nastajajo pri vseh sežigih fosilnih goriv in zaidejo v atmosfero. Vetrovi jih globalno raznosijo po celem planetu, nato se delci zaradi gravitacije posedejo na tla. Padejo tudi na področja s snežno odejo. Delci so temni (ogljik, težke kovine) in površina zasneženega pobočja ni več enako bela (svetla, odbojna), ampak postane za odtenek temnejša. Temnejša snov močneje absorbira sevanje Sonca, zato se bolj segreva, posledično se sneg in led hitreje talita. To povzroča naraščanje gladine svetovnih morij ter pomanjkanje sladke vode. Zaradi segrevanja oceanov se spreminja podnebje, ledeniki se manjšajo ali v celoti izginjajo, zime so mile, puščave se širijo in vremenski pojavi so vse bolj izraziti, burnejši ter pogostejši (nevihte, nalivi, toča, poplave, suša, tornadi, hurikani).

Dijaki so odbojnost in absorpcijo različnih površin predstavili z belim in črnim listom, ki so ju postavili v goriščno ravnino Fresnelove leče grafoskopa (**SLIKA 7**). Počrnjen list hitro zagori, bel list nikoli ne zagori. S poskusom z grafoskopoma so dijaki dokazali hipotezo, da temna snov bolje vpija sevanje in se zato hitreje in bolj močno segreva od svetlejše snovi. Opažanja so povezali z dogajanjem v naravi: prašni delci umažejo sneg in led, zato vpijeta več sevanja in se hitreje talita, večni led izginja.





**SLIKA 7:** Obsevanje belega in črnega lista s svetlobo iz enakih grafoskopov. Oba lista sta na višini gorišča leče in sta obsevana enako časa. Desno vidimo, da se je počrnjen list vžgal in kasneje je v njem nastala luknja.

## 6.SPECIFIČNA TOPLOTA VODE IN MIVKE

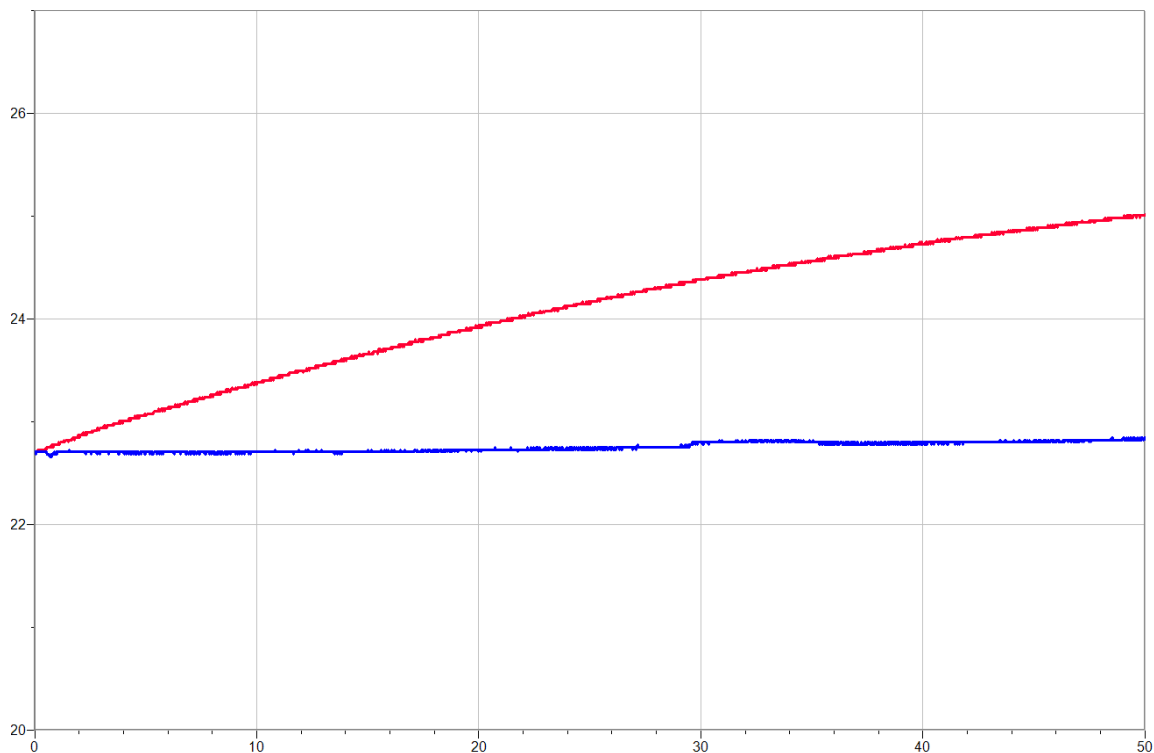
Voda ima zelo veliko specifično toploto. Kraji v bližini morja imajo milejšo klimo, saj se morje počasi segreva in počasi ohlaja. Bližina morja pozimi »greje« kraje ob morju, zime so ob morju mile. Nasprotno se celina (pesek, mivka) hitro segreje in hitro ohlaja, saj ima mivka približno 4-krat manjšo specifično toploto. V puščavi je lahko čez dan vroče do 50 °C, ponoči pa lahko pade temperatura pod 0 °C.

Z dvema grafoskopoma smo obsevali steklena kozarca, v katerih je bila v enem določena masa vode in v drugem enaka masa mivke. Merili smo časovno odvisnost temperature vode in mivke (**SLIKA 8**).



**SLIKA 8:** Vodni balon (levo) ne počí pri segrevanju. Zračni balon (desno) počí takoj.

Grafa na računalniku kažeta, da se je mivka hitreje in bolj segrevala, kot voda, saj je temnejša in ima nižjo specifično toploto od vode. Voda se je v času 50 min minimalno segrela. Potrdili smo zgornjo hipotezo, da imamo v puščavi ekstremna temperaturna nihanja med dnevom in nočjo zaradi jasnih noči in nizke specifične toplote mivke in da imajo kraji ob morju majhna temperaturna odstopanja med dnevom in nočjo ter mile zime (SLIKA 9).



**SLIKA 9:** Obsevanje mivke (rdeča krivulja) in vode (modra krivulja) z dvema grafoskopoma. Časovna os je v minutah, navpična os v °C.

Dijaki so nato kvalitativno prikazali razliko med specifično toploto vode in zraka. Imeli so enaka balona. V enem je bil zrak in v drugem voda. Oba balona segrevamo z ognjem iz sveče ali vžigalnika. Balon z zrakom takoj počí, vodni balon ne počí, saj voda v njem prevzame toploto od ognja. V primerjavi z zrakom ima voda okoli 4-krat višjo specifično toploto. Pri tem igrata vlogo še masi zraka in vode v balonu, saj ima npr. 2 dl vode v balonu maso 200 g, 5 dl zraka pa le nekaj gramov (**SLIKA 10**).

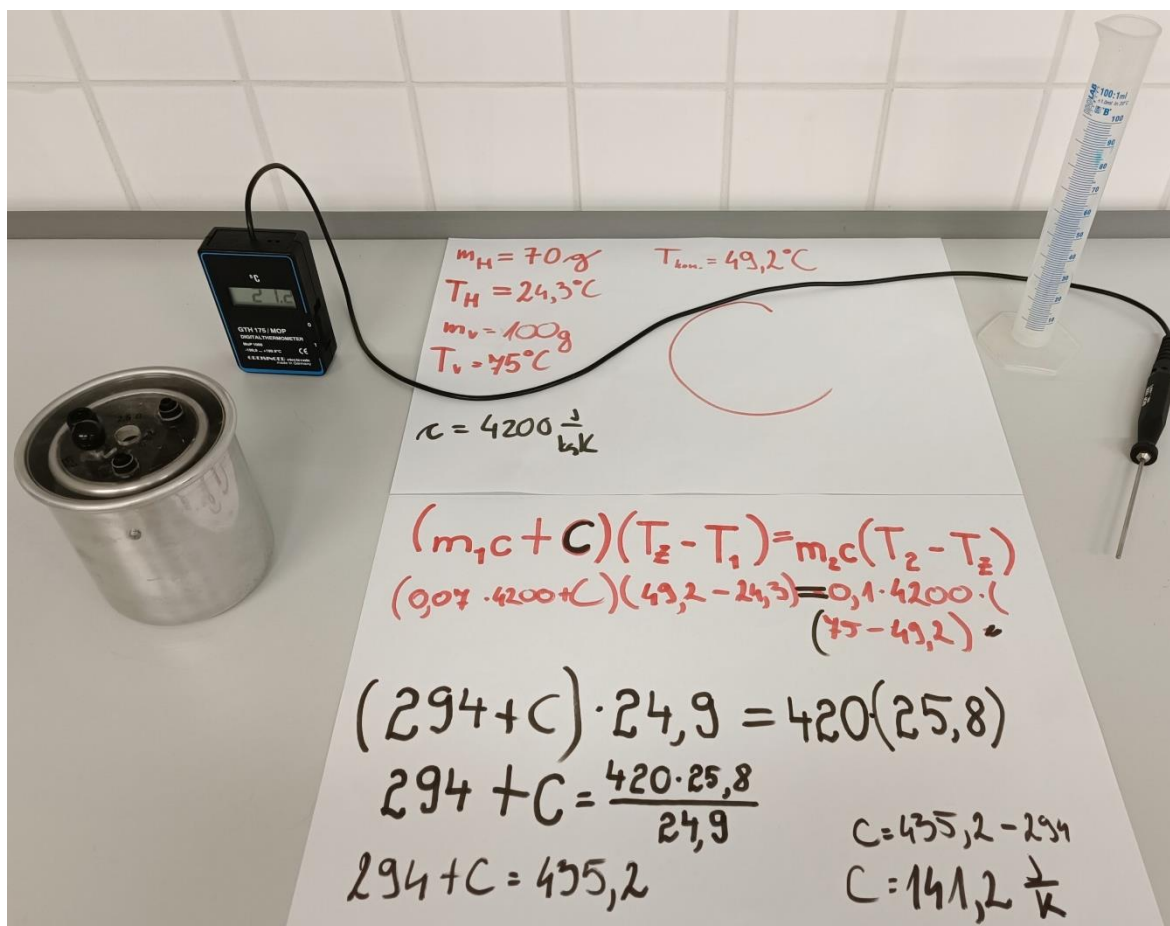
Po prvi izkušnji so izvedli kalorimetrično meritev specifične toplote vode in mivke, da so potrdili zgornjo hipotezo. Meritev je upoštevala merjenje toplotne kapacitete kalorimetra.



**SLIKA 10:** Vodni balon (levo) ne počí pri segrevanju. Zračni balon (desno) počí takoj.

#### **a) MERJENJE TOPLOTNE KAPACITETE KALORIMETRA**

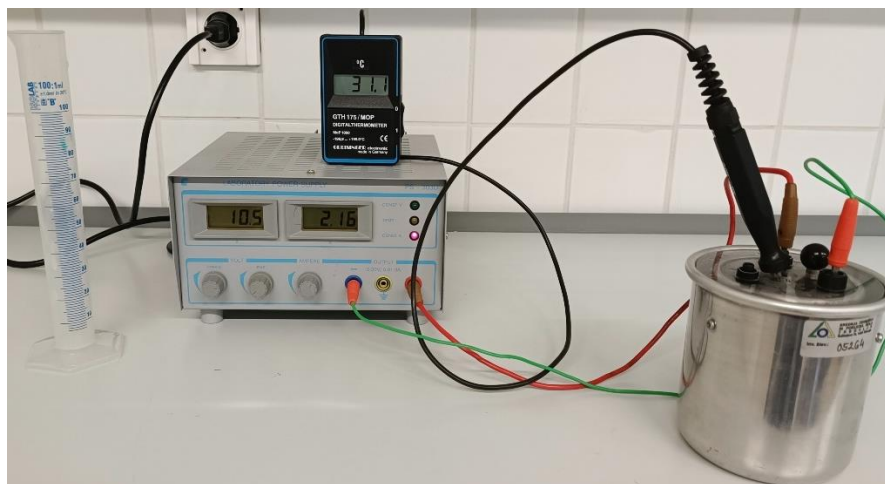
V posodi imamo dolgo časa znano maso vode  $m_H$  in znane temperature  $T_H$ . Sklepamo, da imata voda in posoda enako temperaturo  $T_H$ . Dolijemo znano maso vroče vode  $m_v$  z znano temperaturo  $T_v$ . Premešamo, počakamo in izmerimo končno temperaturo  $T_{kon}$ . V izračunu upoštevamo, da en del toplote vroče vode prevzame hladna voda, en del pa hladna posoda. Mase posode ne poznamo, izračunamo pa lahko razmerje, ki pove, koliko J toplote vzame posoda, če se segreje za 1 K (**SLIKA 11**). To razmerje je toplotna kapaciteta posode. Z upoštevanjem specifične toplote vode iz priročnika  $c = 4200 \text{ J/kgK}$  dobimo  $C = 141,2 \text{ J/K}$ . Ta podatek upoštevamo pri naslednjih meritvah s tem kalorimetrom in je konstanta za neko posodo [2].



**SLIKA 11:** Merjenje toplotne kapacitete kalorimeterske posode omogoča zelo natančne meritve v kalorimetriji.

### b) MERJENJE SPECIFIČNE TOPLOTE VODE

Znano maso vode  $m$  določen čas  $t$  segrevamo z električnim grelcem ter merimo tok  $I$ , napetost  $U$  in začetno  $T_1$  ter končno temperaturo  $T_2$  vode. V računu upoštevamo toplotno kapaciteto kalorimetra in dobimo rezultat  $4,32 \text{ kJ/kgK}$ . Točna vrednost za vodo je  $4,186 \text{ kJ/kgK}$ , kar pomeni 3 % napako (**SLIKA 12**).



$$\begin{aligned}
 U &= 10,7 \text{ V} & P &= U \cdot I & P \cdot t &= m \cdot c \cdot \Delta T + C \cdot \Delta T \\
 I &= 2,16 \text{ A} & P &= 10,7 \text{ V} \cdot 2,16 \text{ A} & & \downarrow 141,2 \frac{\text{J}}{\text{K}} \\
 t &= 10 \text{ min} = 600 \text{ s} & P &= 23,112 \text{ W} & c &= \frac{P \cdot t - C \cdot \Delta T}{m \cdot \Delta T} \\
 T_1 &= 17,5^\circ\text{C} & \Delta T &= T_2 - T_1 & c &= \frac{23,112 \cdot 600 - 141,2 \cdot 13,8}{10,2 \cdot 13,8} \\
 T_2 &= 31,3^\circ\text{C} & \Delta T &= 13,8^\circ\text{C} & c &= 4318,3 \frac{\text{J}}{\text{kgK}} \\
 m &= 200 \text{ ml} = 0,2 \text{ kg} & & & & \\
 & & & & & \\
 & & & & & 4318,3 - 4186 = 132,3 \\
 \text{NAPAKA} &= \frac{132,3}{4186} \cdot 100\% \approx 3\% & & & & \text{VODA}
 \end{aligned}$$

**SLIKA 12:** Kalorimeter s termometrom ter virom napetosti (zgoraj). Grelec je potopljen v posodi. Računanje specifične toplote vode (spodaj).

### c) MERJENJE SPECIFIČNE TOPLOTE MIVKE

V kalorimeter damo znano maso mivke  $m_p$  z znano temperaturo  $T_p$ . Dolijemo znano maso vroče vode  $m_v$  z znano temperaturo  $T_v$ . Počakamo, da se temperatura mešanice ustali na  $T_k$ . Iz enačbe za toplotno ravnovesje brez izgub  $Q_{\text{odd}} = Q_{\text{dov}}$  izrazimo specifično toploto mivke  $c_p$ . Dobimo 960 J/kgK, kar je cca. 4-krat manj od vode  $c_v = 4200 \text{ J/kgK}$  (**SLIKA 13**).

$m_{\text{prazna}} = 40 \text{ g}$   
 $Z \text{ Mivko} = 190 \text{ g}$   
 $m = 9 \text{ g}$   
 $T_{\text{mivke}} = 18,9^{\circ}\text{C}$   
 $T_{\text{vode}} = 82^{\circ}\text{C}$   
 $m_{\text{vode}} = 146 \text{ g}$   
 $T_{\text{končna}} = 70^{\circ}\text{C}$

## MERJENJE SPECIFIČNE TOPLOTE

MIVKE

$$m_p \cdot c_p \cdot (T_k - T_p) = m_v \cdot c_v \cdot (T_v - T_k)$$

$$150 \cdot c_p \cdot (70 - 18,9) = 146 \cdot 4200 \frac{\text{J}}{\text{kg K}} \cdot (82 - 70)$$

$$c_p \cdot 7665 = 7358400$$

$$c_p = \frac{7358400}{7665}$$

$$c_p = 960 \frac{\text{J}}{\text{kg K}}$$

**SLIKA 13:** Izračun specifične toplote mivke s pomočjo znane mešalne temperature  $T_k$ .

## 7. ZAKISANJE OCEANOV

Sežig fosilnih goriv je reakcija oksidacije, pri kateri nastajajo strupeni žveplovi in dušikovi oksidi ter ogljikov dioksid. Pri reakciji z vodno paro v ozračju oksidi tvorijo kisline s skupnim imenom kisli dež. Ta uničuje objekte, korodira konstrukcije, zakisa rodovitno zemljo in se izpira v morje. Morja postajajo zaradi globalnega segrevanja vse bolj topla in zaradi izpustov nepopolnega izgorovanja fosilnih goriv vse bolj kislila, njihov pH se niža. Posledice za živa bitja, vode in rodovitno zemljo so zelo neugodne [3].

Dijaki so za indikator kislin uporabili vodo kuhanega rdečega zelja. Postavili so mali kozarec v velikega. V malem kozarcu je bila voda s šumečo Mg-tableto. V velikem kozarcu je bila voda obarvana s sokom rdečega zelja, prvotno modro-vijola barve. Vse je bilo neprodušno zaprto v velikem kozarcu (**SLIKA 14**). Ko je v malem kozarcu nastajal  $\text{CO}_2$  in ga je voda s sokom zelja absorbirala, se je raztopina v velikem kozarcu postala roza-rdeča. Sprememba barve indikatorja je dokaz zakisanja, ki potrjuje zgornjo hipotezo, da fosilna goriva zakisajo okolje.

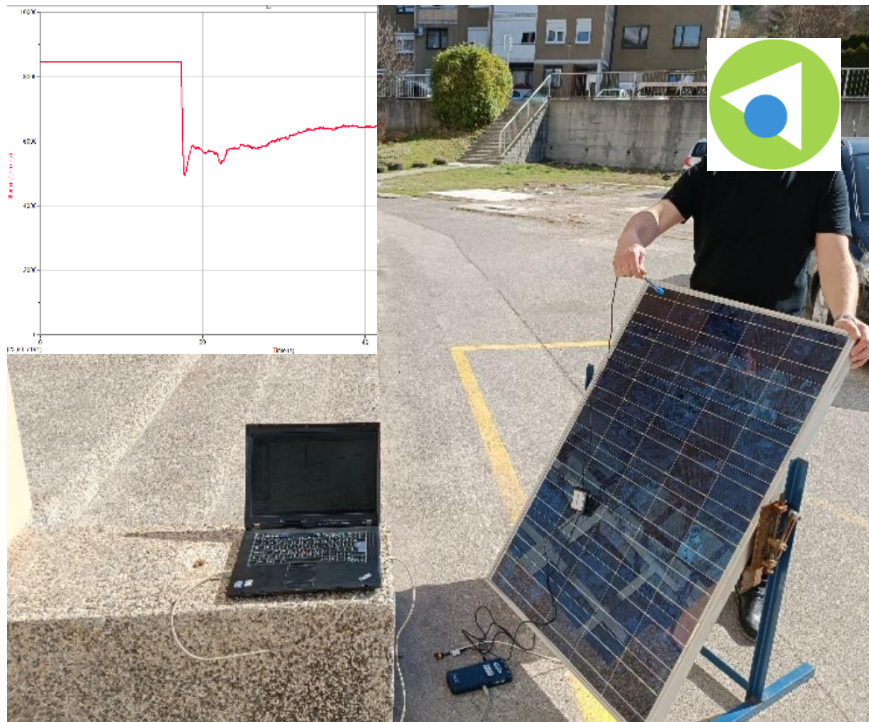


**SLIKA 14:** Indikator kislin je sok rdečega zelja. Levo brez dodanega CO<sub>2</sub> in desno z absorbiranim CO<sub>2</sub>.

## 8. FOTOVOLTAIKA

Med »zelenimi« energijami v zadnjem času prednjači fotovoltaika. Šola ima učni panel in dijaki so si ga sposodili v elektro-laboratoriju. Ploščo so nesli pred šolo in z računalniškim senzorjem merili izhodno napetost panela in osvetljenost. Spoznavali so, kako je izhodna napetost odvisna od naklonskega kota panela ter ugotavljali prednosti in koristi ter pasti postavitve fotovoltaičnih celic na strehe stavb (**SLIKA 15**). Izdelali so plakate na temo polprevodniške celice. Problem

uporabe fotovoltaike so oblačni dnevi in kratek čas dneva pozimi zaradi premikanje ure. Investicija ni majhna.



**SLIKA 15:** Učna ura fizika pred šolo z učilom za fotovoltaike. Graf levo zgoraj prikazuje časovno odvisnost osvetlitve. Vidno je zmanjšanje osvetlitve zaradi vrtenja plošče po horizontalni osi stran od direktne svetlobe.

## 9. LITIJEVE BATERIJE

Dijaki so na spletu našli mnogo novic o samovžigu Li-ion baterij. Našli smo baterijo iz starega telefona in jo segrevali ter mehansko deformirali. Delali smo na terenu, saj nismo imeli občutka, kako močna bosta ogenj in eksplozija (**SLIKA 16**). Prišlo je do manjše eksplozije, ogenj je hitro ponehal, saj je bila baterija majhna. Sledila je debata o tem, ali so električni avti res zelena prihodnost? Ugotovili so, da je ogljični odtis od pridobivanja surovin do izdelave Li-baterije prevelik in v tem ne vidijo prihodnosti. Prihodnost dijaki vidijo v vozilih na vodik ter v jedrski energiji





**SLIKA 16:** V slogi je moč. Delo na terenu.

## 10. SKLEP

Izvajanje poskusov ne poteka vedno gladko, saj je teorija eno, praktična izvedba pa nekaj povsem drugega. Za računalniške meritve ne potrebujemo dragih prenosnikov. Učitelji v Sloveniji opažamo, da imajo dijaki vse manj bralnih, pismenih in motoričnih spretnosti. Vse si površno pogledajo na spletu in mislijo, da razumejo in znajo. Resnica je nekje drugje. Šele s praktičnim delom lahko dijak ponotranji in uzavesti teorijo. Šele, ko dobi uvid, kje lahko to uporabi in zakaj stvar na tak način deluje, dijak zna in ve. Nekateri poskusi ne uspejo takoj, ampak terjajo ponovitve in korekcije. Največje veselje dijaki doživijo, ko poskus uspe po dolgem trudu in veliko neuspešnih ponovitev in si na koncu rečejo: «Vaaaaau, to smo pa dobro naredili!» Takrat doživijo aha efekt in takrat delajo znanost. Delati znanost pomeni samostojno odkrivati in aktivno izvajati poskuse. Učitelj mora stopiti iz cone udobja frontalnega pouka in pripraviti dijake do aktivnega sodelovanja. Tak način dela zahteva od učitelja temeljito pripravo tem in materiala. Ko eksperimenti uspejo, je učitelju poplačan vsak trud preživet v iskanju podatkov v knjigah ali na spletu. Dijaki si za vedno zapomnijo poskuse, ki so jih sami uspešno naredili in to jih žene, da še naprej z naravoslovno radovednostjo in vedoželjnostjo potujejo skozi obdobje odraščanja.

## LITERATURA IN VIRI

- [1] <https://www.vernier.com/>
- [2] K. Rudolf, Visokošolska fizika, Del 1, Mehanski in toplotni pojavi. Državna založba Slovenije, 1989.
- [3] <https://kolednik.wordpress.com/onesnazenje-o-zracja/kisel-dez/> (30. 5. 2024)

## **KAKO DIJAKOM V NIŽJEM POKLICNEM IZOBRAŽEVANJU PREDSTAVITI NEGO TEKSTILIJ**

### **POVZETEK**

Dijaki programa Pomočnik v biotehnik in oskrbi imajo v okviru odprtega kurikula predmet Vzdrževanje in izdelava enostavnih tekstilnih izdelkov. Ena izmed tem je tudi nega tekstilij. Zanimalo nas je, koliko o tej temi dijaki že vedo in posledično načrtovati obravnavo snov tako, da se bodo dijaki čim več naučili. V tem izobraževalnem programu je veliko dijakov je s posebnimi potrebami in različnimi omejitvami. Kljub temu so pri tem predmetu življenjsko pomembna znanja in veščine, ki jih ti mladostniki morajo usvojiti za vsakodnevno rabo. Na podlagi preverjenega predznanja so se dijaki učili postopek za postopkom in se na ta način seznanili s celotno vsebino. Na osnovi rezultatov pred-testa smo poznali področja, ki jih dijaki ne poznajo dobro, zato smo tem vsebinam posvetili več časa in pozornosti. Pri končnem preverjanju znanja smo ugotovili, da so se dijaki več naučili. Tako bodo lahko vso pridobljeno znanje bolj koristno uporabili v praksi. Takšen metodološki in didaktičen pristop k poučevanju v nižjem poklicnem izobraževanju je lahko strokovno vodilo tudi drugim učiteljem, ki poučujejo v podobnih programih.

**KLJUČNE BESEDE:** odprti kurikulum, dijaki, nega tekstilij.

## **HOW TO INTRODUCE TEXTILE CARE TO STUDENTS IN LOWER VOCATIONAL EDUCATION**

### **ABSTRACT**

Students in the Biotechnology and Care Assistant programme have the subject Maintenance and manufacture of simple textile products as part of the open curriculum. One of these subject topics is textile care. We were interested in finding out how much the students already know about this content and consequently addressing the subject matter in such a way that the students will learn as much as possible. There are many students in this educational programme who have special needs and various limitations. Nevertheless, there are vital knowledge and skills in this subject that these young people need to acquire for everyday use. Based on the result of the background knowledge pre-test, the students learned procedure by procedure and, in this way, became familiar with the entire content. Based on the results of the pretest, we knew the areas that the students did not know well, so we devoted more time and attention to these contents. In the final assessment, we found that the students had learned more. They will be able to put all the knowledge they have gained into practice in a more useful way. This methodological and didactical approach to teaching in lower vocational education can be a professional guide for other teachers teaching in similar programmes.

**KEYWORDS:** open curriculum, students, textile care.

## 1. UVOD

Življenje nam prinaša mnoge izzive. Tistim, ki so nekoliko manj sposobni, še toliko več. To se pozna že pri otrocih in potem dalje pri mladostnikih. Tem mladim, posebej tistim s posebnimi potrebami, že vsakodnevna opravila predstavljajo določeno težavo in postanejo negotovi, ko niso prepričani v svoje sposobnosti in znanje. Zavedajo se, da lahko z nepravilnim ravnanjem povzročijo kar nekaj (nepopravljive) škode. Čeprav gre za vsakodnevna opravila, ki se nam odraslim ne zdijo nič posebnega, lahko to najstnikom predstavlja kup problemov. Tako imajo dijaki na naši šoli v nižjem poklicnem izobraževanju v okviru odprtega kurikula predmet Vzdrževanje in izdelava enostavnih tekstilnih izdelkov [1].

## 2. NIŽJE POKLICNO IZOBRAŽEVANJE

Programi nižjega poklicnega izobraževanja so namenjeni učencem, ki so izpolnili osnovnošolsko obveznost in končali najmanj 7 razredov devetletne osnovne šole oziroma so končali osnovno šolo po prilagojenem izobraževalnem programu. Izobraževanje traja dve leti. V strokovnim modulih je poudarek na praktičnem pouku, ki je podkrepjen s strokovno teoretičnimi vsebinami. Ob zaključku izobraževanja mora dijak opraviti zaključni izpit, ki obsega izdelek oziroma storitev ter zagovor. Po končanem izobraževanju je dijak usposobljen za opravljanje del na nivoju ozkega poklicnega profila, hkrati pa lahko nadaljuje izobraževanje v programih srednjega poklicnega izobraževanja [2].

Na naši šoli izvajamo program Pomočnik v biotehnikih in oskrbi.

## 3. NEGA TEKSTILIJ IN OBLAČIL

Pri uporabi se na tekstilnih izdelkih nabirajo raznovrstne tuje snovi, ki jih imenujemo umazanija. Ta kvira njihov videz in higiensko-fiziološke funkcije. Sprejemanje umazanije je odvisno od vrste in površine vlaken ter od strukture tkanine in pletiva. Razdelitev umazanije:

- po kemični sestavi in velikosti delcev je umazanija različna;
- po kemični sestavi ločimo umazanijo organskega in anorganskega izvora;
- po topnosti delimo snovi, ki sestavljajo umazanijo, na vodotopne in netopne snovi [3].

Predpisi označevanja nege izdelkov ne zahtevajo. Navajanje je zaradi pomena teh informacij kljub temu razširjeno. Odgovorni proizvajalci te podatke vedno dodajajo [4].

### 3.1 PRANJE

Namen pranja je odstranjevanje umazanije s tekstilij, ki se na njih nabira z nošenjem in uporabo. V postopek pranja so vključeni:

- temperatura pranja – povišana temperatura omogoča boljše delovanje pralnega sredstva, zato peremo pri višjih temperaturah, če želimo doseči boljši pralni učinek;
- čas pranja – daljše segrevanje do višje temperature;
- mehanska obdelava – večja mehanska obdelava pomeni lažje odstranjevanje nečistoč, vendar je potrebno paziti, da ne poškodujemo blaga;
- kemijska sredstva – z njimi omogočimo omakanje, odstranjevanje nečistoč, beljenje;

- voda – trdota vode ima pomemben vpliv na pralni učinek, podajamo jo v nemških stopinjah (°N, dH). V trdi vodi se milo manj peni, zato ga je potrebno več dodati [5].

Imamo več vrst in oblik pralnih sredstev:

- pralna sredstva in detergenti v obliki praška, gela ali tekoča pralna sredstva:
  - univerzalna,
  - specialna,
  - nizko temperaturna;
- pomožna, omakalna in mehčalna (mehčanje vode) pralna sredstva (odstranjevalci madežev, belila, paste) – z njimi povečamo pralni učinek;
- dodatna sredstva (za doseganje trdnosti, mehkebe tekstilij) – njihov učinek se pozna pri nošenju oz. uporabi tekstilnih izdelkov.

### 3. 2 KEMIČNO ČIŠČENJE

Kemično čiščenje je suho pranje tekstilnih izdelkov v emulziji (zmes tekočin) organskih topil pri temperaturi od 20 do 30 °C. Postopek poteka le v strojno zaprtih sistemih. V strojih za kemično čiščenje poteka:

- čiščenje tekstilij,
- sušenje tekstilij,
- odstranjevanje topila.

Glavni element čistilnega stroja je perforiran boben z grabilnimi rebri (podobno kot v pralnem stroju). Bobni imajo veliko prostornino v primerjavi z bobni pralnih strojev, zato oblačila niso stisnjena, se na drgnejo med seboj ali ob stene bobna, zato se manj poškodujejo.

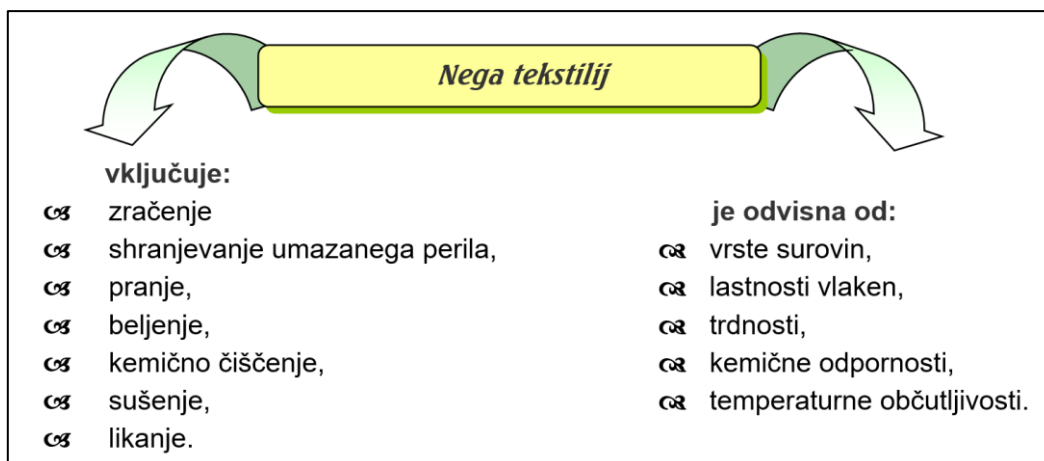
Učinek kemičnega čiščenja je odvisen od predhodnega detaširanja, pri katerem odstranimo s tekstilij posamične madeže z vodo, paro ali ustreznimi topili. Pomembno je, da znamo prepoznavati madeže! Madeže tem lažje odstranimo, čimbolj so sveži.

## 4. VZDRŽEVANJE IN IZDELAVA ENOSTAVNIH TEKSTILNIH IZDELKOV

Dijaki prvega letnika programa Pomočnik v biotehniko in oskrbi imajo na naši šoli v okviru izbirnih modulov predmet Vzdrževanje in izdelava enostavnih tekstilnih izdelkov. Skupni obseg je 160 ur, to je 32 ur teorije in 128 ur praktičnega pouka.

### 4.1 NEGA TEKSTILIJ

Najprej obravnavamo teoretične osnove nege različnih tekstilij, kot so oblačila in tekstilije za notranjo opremo. Začnemo torej z namenom nege in vzdrževanja tekstilij. Nečistoče razdelimo glede na kemično sestavo in topnost v vodi. Posebej se posvetimo odstranjevanju različnih madežev. Nadalje na eni strani spoznamo postopke, ki so vključeni v nego, na drugi pa dejavnike, od katerih je odvisna nega, kot prikazuje slika 1.



**SLIKA 1:** Nega tekstilij.

Posebej poudarimo pomen varčevanja in onesnaževanja okolja. Nato obravnavamo postopek za postopkom. Spoznavamo simbole za nego tekstilij in jih znamo razložiti ter upoštevati v praksi. Tako spoznamo pomen všivnih etiket in deklaracij, ki jih vidimo na sliki 2.



**SLIKA 2:** Deklaracija s simboli za nego tekstilij.

## 5. PREDPREVERJANJE ZNANJA

Do sedaj nam je bilo v navadi, da smo najprej obravnavali teoretične osnove, na koncu pa preverili znanje.

Tokrat sem ubrala drugačen pristop. Ker gre za vsebine, s katerimi se srečujemo vsakodnevno, sem želela najprej preveriti, koliko dijaki že vedo o negi tekstilij. Tako sem sestavila preverjanje znanja. Kar nekaj vprašanj je bilo takšnih, da je bilo potrebno izmed vseh ponujenih odgovorov izbrati pravilne. Pred obravnavo snovi sem torej dijakom dala pisat predpreverjanje, s katerim sem ugotovila, kakšno podlago, izkušnje imajo z nego tekstilij. Pred začetkom reševanja so bili kar korajžni, da poznajo in vedo nekaj o tem. Ko se je začelo zares, so pa vedno bolj spoznavali, da so jim nekatera področja kar tuja.

Na osnovi tega preverjanja sem ugotovila, kaj jim je nejasno, čemu moramo dati več poudarka. Po odpisanem preverjanju smo se z dijaki pogovorili. Posebej dekleta so izpostavila, da so

mislila, da so to lažje stvari, o katerih ni treba toliko razmišljati. So bila doma poleg mam in znajo prati, likati, sušiti. Po njihovo niti ni česa drugega.

Na splošno me je presenetilo, da dijaki nič kaj ne vedo o madežih. Da jim tudi niso znani vsi postopki, ki spadajo sem, saj jih nihče ni zbral pravilno izmed ponujenih možnosti. Na vprašanje, od česa je odvisna nega tekstilij, so kar nasedli varljivim odgovorom in tako obkroževali, da od letnega časa, čas in kraja, pa tudi od denarja. Nihče ni vedel, zakaj zračimo oblačila. Večina je pustila prazno. Dekleta so kar poznala kriterije, po katerih sortiramo umazano perilo. Težje jim je šlo pri ugotavljanju, kaj vse je vključeno v proces pranja. Večinoma so vedeli, da poznamo ročno in strojno pranje. Tudi na vprašanje, kako pripravimo perilo za pranje, so bolj odgovarjala dekleta. Glede varčevanja pri pranju je bilo nekaj pravih odgovorov, v večini pa so pustili prazno. Med tem ko jim je beljenje čisto nepoznano, prav tako ne znajo ničesar napisati o kemičnem čiščenju. Nekaj pravih odgovorov jim je uspelo pri naštevanju lahko in težko odstranljivih madežev. Dijaki vedo, kje lahko sušimo perilo, izgubijo pa se pri prednostih in slabostih določenega načina sušenja. Tudi pripomočki za likanje so nekaterim kar povzročali težave. Še nekoliko večje so nastopile, ko je bilo potrebno obkrožiti vrste likalnikov. O likalnem valju, ki ga vidimo na sliki 3, vedo zelo malo.



**SLIKA 3:** Likalni valj.

Prepoznavanje simbolov za nego jim je šlo kar dobro, saj so znali povezati simbole z opisom. Dosti več težav jim je povzročalo risanje simbolov.

### 5.1 DOSEDANJE IZKUŠNJE DIJAKOV Z NEGO TEKSTILIJ

Seveda me je zanimalo tudi, če in kako pogosto se doma srečujejo s postopki nege in vzdrževanja tekstilij. Fantje z izjemo enega nimajo nobenih domačih izkušenj. Ta en dijak pa doma pere, suši in lika perilo. Dekleta so bolj vključena v domača opravila, vendar jih kljub temu polovica ne opravlja teh gospodinjskih del.

### 5.2 OBRAVNAVA SNOVI

Glede na to, da sem dobila kar nekaj koristnih informacij o tem, kako dijaki poznajo področje nege tekstilij, mi je bilo lažje načrtovati obravnavo snovi. Tako smo v obravnavo snovi vključili čim več izkušenj dijakov in jih dopolnjevali s teoretičnimi osnovami. Zelo dobrodošlo je bilo, če so povedali, kakšni neprijetni pripetljaji so se jim zgodili v zvezi s postopki nege tekstilij, kaj je šlo narobe in kakšne so rešitve v določeni situaciji. Ker sem vedela, kaj so tista šibka področja, ki so jim manj poznana, sem poskušala tudi kaj obrniti na bolj vedro plat; skladno z odgovori na predpreverjanju znanja. Tako ne pomislijo več, da je nega tekstilij odvisna od časa in kraja ter letnega časa. Tudi so si zapomnili, da v proces pranja niso vključeni plin, zrak in nabavni stroški.

## **6. PREIZKUS ZNANJA**

Dijaki so bili prijetno presenečeni, ko so ugotovili, da so »ta test« enkrat že pisali. Vendar so bili rezultati tokratnega preverjanja čisto nekaj drugega, kot prej. Pri vprašanjih za obkroževanje so bili večinoma pravilni odgovori. Tisti nepravilni odgovori jih niso zmedli. Ko te letošnje rezultate primerjam z rezultati prejšnjih let, ugotavljam, da so boljši, dijaki bolj razumejo snov. Manj je bilo tistega učenja na pamet.

## **7. ZAKLJUČEK**

Včasih je dobro narediti kaj drugače, kot običajno. Glede na temo obravnavane snovi sem si to lahko privoščila, saj je nega perila eno izmed osnovnih in vsakodnevnih opravil. In kot takšna pomembna vsakomur, ki skrbi zase in svojo družino. Ker se s temi opravili tudi dijaki redno srečujejo, bodisi v aktivni, bodisi v pasivni vlogi, so bili na začetku mnenja, da že kar dosti vedo in da bo to čisto lahka snov. S predpreverjanjem sem jih postavila na realna tla, da ni vse tako preprosto, kot je videti. Dijaki so spoznali, da v resnici bolj malo vedo o teh stvareh. Tako so se tudi zavedali, da bo treba zadeve vzeti resno, sicer bodo slabe ocene. Še najslabše bi pa bile vse morebitne napake, ki bi se pojavile pri napačni ali pomanjkljivi negi tekstilnih materialov. Dijaki so na ta način bolj prepoznali koristnost obravnavane snovi. Tako so bili bolj motivirani, bolje so sodelovali pri pouku. Ure so bile bolj zanimive. Začutiti je bilo več zanimanja in vedoželjnosti. Dijaki so bili bolj aktivni, več so spraševali. Sami so iskali rešitve določenih problemov. Verjamem, da so bolj opolnomočeni in se bodo doma bolj pogumno lotili katerega od postopkov in ga tudi pravilno in strokovno izpeljali. To je tudi glavni namen.



## LITERATURA IN VIRI

- [1] Katalog znanj za modul Vzdrževanje in izdelava enostavnih tekstilnih izdelkov. (b. d.). Pridobljeno 23. 5. 2024 iz: <https://cpi.si/poklicno-izobrazevanje/izobrazevalni-programi/programi/npi/#pomocnik-v-biotehniki>
- [2] Nižje poklicno izobraževanje. (b. d.). Center za poklicno izobraževanje. Pridobljeno 23. 5. 2024 iz: <https://cpi.si/poklicno-izobrazevanje/izobrazevalni-programi/programi/npi/>
- [3] Jug – Hartman, M. (1997). Naravoslovje s poznavanjem blaga: kemično, tekstilno in tehnično področje. Ljubljana: DZS.
- [4] Označevanje tekstila. (19. 9. 2019). Zveza potrošnikov Slovenije. Pridobljeno 24. 5. 2024 iz: <https://www.zps.si/nasveti-in-vodniki/oznacevanje-tekstila-2019-09-19>
- [5] Šostar Turk, S., Fijan, S. (2000) Nega tekstilij in oblačil. Maribor, Univerza v Mariboru, Fakulteta za strojništvo, Oddelek za tekstilstvo.

## **PREPOZNAVANJE MOTENJ HRANJENJA PRI MLADIH IN SPOPADANJE Z NJIMI: PRISTOPI IN PODPORN A LITERATURA**

### **POVZETEK**

Motnje hranjenja pri mladih predstavljajo velik zdravstveni problem, za katerega so značilne hude motnje v prehranjevalnih navadah ter z njimi povezane misli in čustva. V prispevku skušamo zagotoviti celovit pregled, kako prepoznati motnje hranjenja v tej demografski skupini, s poudarkom na pomenu zgodnjega odkrivanja in intervencije. Ključni kazalniki motenj hranjenja vključujejo drastične spremembe telesne teže, preobremenjenost s hrano, popačeno samopodobo in vedenjske spremembe, kot so pretirana telesna vadba ali prikrita prehranjevalne navade. Učitelji, starši in vrstniki igrajo ključno vlogo pri prepoznavanju teh znakov in omogočanju pravočasne podpore.

Prispevek prav tako raziskuje učinkovite izobraževalne pristope za ozaveščanje mladih o motnjah hranjenja. Ti vključujejo vključevanje razprav o pozitivni samopodobi, duševnem zdravju in vplivu družbenih medijev v izobraževalne programe. Z ustvarjanjem odprtega in podpornega okolja lahko spodbudimo mlade odrasle, da poiščejo pomoč in spregovorijo o svojih težavah brez stigme.

Za pomoč pri procesu okrevanja priporočamo več knjig, ki ponujajo tako praktične nasvete kot čustveno podporo. Z izboljšanjem prepoznavanja, izobraževanja in razpoložljivosti virov si prizadevamo opolnomočiti mlade odrasle, da se soočijo in premagajo motnje hranjenja, ter spodbujamo bolj zdrav odnos do hrane in lastnega telesa.

**KLJUČNE BESEDE:** motnje hranjenja, pristopi, literature, vedenjske spremembe.

## **RECOGNIZING AND ADDRESSING EATING DISORDERS IN YOUNG ADULTS: STRATEGIES AND SUPPORTIVE LITERATURE**

### **ABSTRACT**

Eating disorders in young people represent a significant medical issue, characterized by severe disruptions in eating habits and associated thoughts and emotions. This article aims to provide a comprehensive overview of how to identify eating disorders in this demographic, emphasizing the importance of early detection and intervention. Key indicators of eating disorders include drastic weight changes, obsession with food, distorted self-image, and behavioral changes such as excessive exercise or secretive eating habits. Teachers, parents, and peers play a crucial role in recognizing these signs and enabling timely support.

The article also explores effective educational approaches to raising awareness about eating disorders among young people. These include incorporating discussions about positive self-image, mental health, and the impact of social media into educational programs. By creating an open and supportive environment, we can encourage young adults to seek help and talk about their issues without stigma.

To aid in the recovery process, we recommend several books that offer both practical advice and emotional support. By improving recognition, education, and resource availability, we aim to empower young adults to confront and overcome eating disorders, promoting a healthier relationship with food and their bodies.

**KEYWORDS:** eating disorders, approaches, literature, behavioral changes.

## 1. UVOD

Motnje hranjenja so duševne motnje, ki segajo globlje od preprostih prehranskih navad. Čeprav se zdi, da se pri osebah z motnjami hranjenja vse vrtili okoli hrane in bi težave lahko rešili s povrnitvijo normalnega hranjenja, je resnica mnogo kompleksnejša. Telesna teža je le zunanja manifestacija notranjih duševnih stisk, hrana pa služi kot sredstvo za obvladovanje teh stisk in bolečin. Osebe z motnjami hranjenja uporabljajo hrano za nadomeščanje nezaželenih občutkov in čustev. V ozadju teh motenj se skrivajo globoke duševne stiske, nesprejemanje samega sebe in slaba samopodoba.

Motnje hranjenja so vse pogostejše, med najpogostejšimi pa so anoreksija, bulimija, ortoreksija in bigoreksija. Anoreksija se kaže v strahu pred pridobivanjem telesne teže in v strogi omejitvi vnosa hrane, medtem ko se bulimija nervoza kaže v epizodah prenajedanja, ki jim sledijo kompenzacijska vedenja, kot sta bruhanje ali uporaba odvajal. Ortoreksija predstavlja obsesijo z zdravo prehrano, ki vodi v izključevanje celotnih skupin živil, medtem ko je bigoreksija pretirana skrb za mišično maso in telesno formo, kar vodi v ekstremne vadbene režime in prehranske dodatke [1].

Čeprav motnje hranjenja ne sodijo med bolezni odvisnosti, imajo veliko skupnih značilnosti z njimi. Tako kot pri odvisnostih, tudi pri motnjah hranjenja posamezniki uporabljajo določena vedenja za obvladovanje notranjih čustvenih stisk in bolečin. Pogosto se za tem skrivajo občutki nesprejemanja samega sebe, nizka samopodoba in težave pri obvladovanju stresa [1].

V prispevku izpostavimo vrste motenj hranjenja, kako jih prepoznamo ter predstavimo nekaj strategij in priporočil, kako lahko v šolah učitelji osveščajo mlade o motnjah in ob sumu na motnje hranjenja pristopimo k dijaku ali dijakinji na pravilen način. Pomembno je, da učitelji znajo prepoznati znake teh motenj, kot so nenadna izguba telesne teže, obsesivno ukvarjanje s hrano in telesno podobo ter spremembe v vedenju. Priporočljivo je, da se v šolah izvajajo redne izobraževalne delavnice, kjer se učence pouči o zdravih prehranjevalnih navadah, tveganjih motenj hranjenja in pomenu duševnega zdravja. Poleg tega naj bodo na voljo šolski svetovalci, ki lahko nudijo podporo in pomoč učencem, ki se soočajo s temi težavami.

## 2. RAZUMEVANJE MOTENJ HRANJENJA IN NJIHOVO PREPOZNAVANJE

Motnje hranjenja pri mladih so kompleksne duševne motnje, ki segajo daleč onkraj preprostih prehranjevalnih navad. Najpogostejše oblike so anoreksija, bulimija in prisilno prenajedanje, vse pogostejše pa se pojavljata tudi ortoreksija in bigoreksija. Teorija o motnjah hranjenja pri mladih temelji na več dejavnikih, ki vključujejo biološke, psihološke in socialne vidike. Raziskave kažejo, da imajo motnje hranjenja genetsko komponento. Družinska anamneza motenj hranjenja ali drugih duševnih motenj, kot sta depresija in anksioznost, povečuje tveganje za razvoj teh motenj. Hormonske spremembe, ki spremljajo puberteto, prav tako igrata vlogo pri občutljivosti mladih na razvoj motenj hranjenja [2].

Psihološke teorije poudarjajo pomen osebnostnih značilnosti, kot so perfekcionizem, nizko samospoštovanje in občutljivost na negativne ocene drugih. Mladi z motnjami hranjenja pogosto uporabljajo hrano kot sredstvo za obvladovanje čustvenih stisk. Anoreksija, na primer, lahko služi kot način za občutek nadzora v življenju, kjer se mladi počutijo nemočne. Bulimija in prisilno prenajedanje pa pogosto izvirata iz čustvene praznine, stresa ali travme. Socialni

vplivi, vključno s kulturnimi normami in pritiski, igrajo ključno vlogo pri razvoju motenj hranjenja. Idealizacija vitkosti v medijih in družbenih omrežjih prispeva k nerealnim standardom telesne podobe, kar povečuje nezadovoljstvo mladih s svojim telesom. Družbeni pritiski in vrstniški odnosi lahko prav tako spodbujajo nezdrave prehranjevalne navade kot sredstvo za doseganje družbenega sprejemanja [2].

Anoreksija je duševna motnja, pri kateri se oboleli kljub izjemno nizki telesni teži počutijo zelo debeli. Sčasoma se vse bolj zapirajo vase, omejujejo vnos hrane in tekočine, medtem ko obupano iščejo zunanjo potrditev. Anoreksija je klic na pomoč, saj se oboleli več v življenju ne znajdejo. Omejevanje hrane jim daje občutek nadzora nad lastnim življenjem. Ta motnja prizadene celotno družino, saj svojci pogosto težko razumejo, da je težava čustvene narave in ne zgolj povezana s hrano, ki je le zunanji znak. Znaki anoreksije so prenizka telesna teža, preobremenjenost s težo, strah pred debelostjo, upočasnen telesni razvoj in izguba menstruacije pri dekletih. Poleg telesnih posledic, kot so nizki srčni utrip in krvni tlak, okvare zob, zmanjšana kostna gostota in lomljivi lasje, so opazne tudi duševne posledice. Motnje spanja, nervoja, nihanje razpoloženja in sprememba osebnosti so le nekatere posledice anoreksije [1].

Drugi primer motnje je bulimija, ki jo je včasih zelo težko prepoznati, saj imajo lahko osebe normalno telesno težo. Osebe z bulimijo so velikokrat na videz samozavestne in priljubljene, medtem ko se počutijo v sebi negotovo, praznino zapolnjujejo s pretiranim uživanjem hrane. Preobremenjenost s težo, strah pred debelostjo in pomanjkanje nadzora nad hranjenjem vodijo do prenašanja, ki jim sledijo ukrepi za preprečevanje pridobivanja telesne teže (bljuvanje). Posledice na telesu so vidne v obliki poškodb sklenine, požiralnika, želodca, okvare ledvic, motenj srčnega ritma in telesne šibkosti. Osebe s to motnjo se velikokrat socialno umaknejo, imajo težave z depresijo ali jim zelo niha razpoloženje [1].

Prisilno prenašanje je motnja, pri kateri poskuša oseba s pretiranim hranjenjem premostiti boleča čustva, kot jezo, strah, osamljenost, žalost. Kljub temu, da si oseba ne želi prenašanja, se z namenom zapolnitve čustvene praznine zateka k hrani. Pri tej motnji so opazna hitra nihanja v telesni teži, saj se izmenjujejo pojavi prenašanja z izvajanjem diet. Prekomerno hranjenje lahko vodi do obremenitev srca, okvar jeter, sladkorne bolezni, težav s sklepi in drugih srčno-žilnih obolenj [1].

Pri ortoreksiji so osebe močno obremenjene z biološko oporečnostjo hrane, zato je njihov jedilnik zelo omejen. Kot pri ostalih motnjah pride pri osebah z ortoreksijo zaradi potrebe po nadzoru in nizke samopodobe do socialnega umika. Pri tej motnji v osnovi ni želje po pretirani vitkosti, strah pred debelostjo ni prisoten [1].

Za bigoreksijo je značilna velika želja po mišičastem telesu, prisotna je predvsem pri moških v poznem mladostniškem ali zgodnjem odraslem obdobju. Izrazita želja po nadzoru, slaba samopodoba in nizko samospoštovanje vodijo do obsesivno kompulzivnih motenj, motenj spolnih funkcij in motenj razpoloženja. Velikokrat se oboleli zatekajo k uporabi anabolnih steroidov [1].

### **3. PREPOZNAVANJE MOTENJ HRANJENJA**

Prepoznavanje motenj hranjenja temelji na opazovanju fizičnih, vedenjskih in čustvenih znakov, ki lahko nakazujejo prisotnost težave. Med fizične znake spadajo nenadna izguba teže,

kar je pri anoreksiji pogosto opazno kot drastična izguba telesne teže, dosežena s stradanjem, ter nihanje teže, ki ga povzročata bulimija in prisilno prenažedanje. Spremembe v videzu, kot so lomljivi lasje, suha koža, bledica in okvare zob zaradi bruhanja pri bulimiji, so prav tako pomembni indikatorji. Pri dekletih z anoreksijo je pogosto prisotna amenoreja ali izguba menstruacije [3].

Vedenjski znaki vključujejo preokupacijo s hrano, kjer posamezniki preživijo veliko časa z načrtovanjem obrokov, štetjem kalorij ali branjem o dietah. Izogibanje obrokom je prav tako značilno, saj osebe pogosto zavračajo hrano ali trdijo, da so že jedle. Skrivnostno prehranjevanje, značilno za bulimijo, vključuje skrivno prenažedanje in kasnejše bruhanje. Pretirana vadba, pogosto povezana z občutkom krivde po obrokih, je še en vedenjski znak [3].

Čustveni znaki, kot so anksioznost in depresija, so pogosti spremljevalci motenj hranjenja in lahko vodijo v izolacijo in socialni umik. Perfekcionizem, kjer osebe z motnjami hranjenja pogosto postavljajo nerealne cilje glede svojega videza in dosežkov, ter nizko samospoštovanje, ki se kaže v negativni samopodobi in občutku nevrednosti, so prav tako pomembni indikatorji [3].

Starši in učitelji igrajo ključno vlogo pri prepoznavanju in zgodnjem posredovanju, saj so pogosto prvi, ki opazijo spremembe v vedenju in videzu mladostnikov. Starši morajo biti pozorni na spremembe v prehranjevalnih navadah, telesni teži in razpoloženju svojih otrok, spodbujati odkrito in neobsojajočo komunikacijo o prehranjevalnih navadah in čustvenem počutju ter prikazovati podporo in razumevanje, ne pa kritike ali pritiska glede hrane in teže. Učitelji se morajo usposobiti za prepoznavanje znakov motenj hranjenja in ustrezno ukrepanje, obvestiti starše o morebitnih opaženih spremembah in sodelovati pri načrtovanju podpore ter spodbujati pozitivno samopodobo in zdrave prehranjevalne navade skozi šolske aktivnosti in programe.

Zdravstveni delavci, vključno s psihologi, psihiatri, dietetiki in zdravniki, so ključni pri diagnozi in zdravljenju motenj hranjenja. Pomembno je, da starši in učitelji usmerijo mladostnike k strokovni pomoči ob prvih znakih motenj hranjenja. Diagnostični postopki vključujejo oceno prehranjevalnih navad, kjer strokovnjaki ocenijo prehranjevalne vzorce in odnos do hrane, psihološko ocenjevanje, ki preverja prisotnost anksioznosti, depresije in drugih duševnih motenj, ter fizične preglede, ki vključujejo redne zdravniške preglede za spremljanje telesnega zdravja in odkrivanje morebitnih posledic motenj hranjenja [3].

#### **4. OZAVEŠČANJE IN PREDLOGI ZA POMOČ DIJAKOM PRI MOTNJAH HRANJENJA**

Ozaveščanje mladih v šolah o motnjah hranjenja je ključnega pomena za zgodnje prepoznavanje in preprečevanje teh motenj. Predstavljamo nekaj načinov, kako lahko šole prispevajo k ozaveščanju:

##### **a) Izobraževalni programi**

Delavnice in predavanja: šole lahko organizirajo redne delavnice in predavanja, kjer strokovnjaki na področju prehrane, psihologije in zdravja razlagajo, kaj so motnje hranjenja, njihovi vzroki, posledice in kako jih prepoznati. Vključitev v učni načrt: vsebine o zdravem

prehranjevanju, telesni podobi in motnjah hranjenja vključimo v učne načrte predmetov, kot so biologija, športna vzgoja in družboslovje.

#### **b) Uporaba multimedijskih orodij**

Izobraževalni videoposnetki in dokumentarci: Predvajanje izobraževalnih videoposnetkov in dokumentarcev, ki prikazujejo resnične zgodbe posameznikov, ki so se soočili z motnjami hranjenja. Interaktivne predstavitve: Uporaba interaktivnih predstavitev in digitalnih vsebin, ki vključujejo kvize in vprašalnike za boljše razumevanje teme.

#### **c) Podpora in svetovanje**

Dostop do svetovalcev: Zagotavljanje dostopa do šolskih svetovalcev in psihologov, ki so usposobljeni za prepoznavanje in obravnavo motenj hranjenja. Pogovorne skupine: Organizacija podpornih skupin za učence, kjer lahko varno delijo svoje izkušnje in skrbi v zvezi s prehranjevanjem in telesno podobo.

#### **č) Vključitev staršev in skupnosti**

Izobraževanje staršev: izobraževalni večeri za starše, kjer se jih informira o znakih motenj hranjenja in načinih, kako lahko podpirajo svoje otroke. Sodelovanje z lokalno skupnostjo: šole se lahko povežejo z lokalnimi zdravstvenimi ustanovami in nevladnimi organizacijami, ki se ukvarjajo z motnjami hranjenja, za izvajanje skupnih projektov in kampanj.

#### **d) Spodbujanje pozitivne telesne podobe**

Kampanje za sprejemanje telesne raznolikosti: organizacija kampanj in dejavnosti, ki spodbujajo pozitivno telesno podobo in sprejemanje raznolikosti telesnih oblik. Promocija zdravih navad: spodbujanje zdravih prehranjevalnih in telesnih navad skozi različne šolske dejavnosti, kot so športne aktivnosti, kuharski tečaji in delavnice o zdravem načinu življenja.

#### **e) Prepoznavanje in zgodnje posredovanje**

Usposabljanje učiteljev: usposabljanje učiteljev za prepoznavanje zgodnjih znakov motenj hranjenja in ustrezno ukrepanje. Anonimne ankete: redno izvajanje anonimnih anket med učenci, da bi identificirali morebitne težave in nudili pomoč tistim, ki jo potrebujejo.

#### **f) Sodelovanje z vrstniškimi svetovalci**

Usposobljeni vrstniški svetovalci: uvedba programa vrstniških svetovalcev, kjer starejši učenci, ki so usposobljeni za prepoznavanje motenj hranjenja, nudijo podporo in svetovanje mlajšim učencem.

#### **g) Priporočila za branje kakovostne literature za samopomoč**

Več priročnikov ponuja praktične nasvete in čustveno podporo za tiste, ki jih prizadenejo motnje hranjenja. Ti viri lahko pomagajo pri procesu okrevanja z zagotavljanjem smernic in spodbujanjem razumevanja.

Priporočeno branje vključuje:

- Kranjec, Špela. Pojedla sem anoreksijo. Samozaložba, Postojna, 2016.
- Sernek, Karin. Motnje hranjenja. Psihiatrična klinika, Ljubljana, 2012.
- Hafner, Alenka et al. Razumeti motnje hranjenja. Zavod za zdravstveno varstvo, Kranj, 2011.
- Reich, Günther; Kröger, Silke. Motnje hranjenja. In obs medicus: Ptujška Gora, 2008. [1]

Na trgu je dostopna številna tuja literatura, kot so priročniki:

- "Life Without Ed" (2003) avtorice Jenni Schaefer: knjiga ponuja osebno poročilo o premagovanju motnje hranjenja, ponuja navdih in praktične nasvete za okrevanje.
- "The Eating Disorders Sourcebook" (2007) avtorice Carolyn Costin: obsežen vodnik za razumevanje in zdravljenje motenj hranjenja. Ta knjiga ponuja dragocene informacije za posameznike in njihove podporne mreže.
- "Body Respect" (2014) avtoric Linde Bacon in Lucy Aphramor: priročnik spodbuja celosten in sočuten pristop k okrevanju, izziva družbene norme in spodbuja zdrav odnos do hrane in telesa. Praktična priporočila za podporo pri okrevanju. Podpora osebi z motnjo hranjenja zahteva sočuten in informiran pristop [4].

Z učinkovitim ozaveščanjem in izobraževanjem lahko šole igrajo ključno vlogo pri preprečevanju motenj hranjenja in zagotavljanju podpore učencem, ki se soočajo s temi težavami.

## 6. SKLEP

Motnje hranjenja med mladimi so velika težava, ki zahteva pravočasno prepoznavanje, celovito podporo in učinkovite izobraževalne strategije. Z razumevanjem ključnih indikatorjev motenj hranjenja lahko vzgojitelji, starši in vrstniki igrajo ključno vlogo pri zgodnjem odkrivanju in posredovanju. Izvajanje izobraževalnih programov, ki spodbujajo telesno pozitivnost, ozaveščenost o duševnem zdravju in kritično razmišljanje o vplivih družbenih medijev, lahko pomaga preprečiti nastanek teh motenj in spodbudi mlade, da poiščejo pomoč brez stigme.

Zagotavljanje dostopa do strokovne obravnave in ustvarjanje podpornega okolja sta temeljnega pomena pri okrevanju. Priporočeno branje nudi dragocene vpoglede in praktične nasvete za tiste, ki jih prizadenejo motnje hranjenja. Z izobraževanjem, podporo in razpoložljivostjo virov lahko mlade odrasle opolnomočimo, da premagajo motnje hranjenja ter spodbujajo bolj zdrave odnose s hrano in svojim telesom.

Z dajanjem prednosti zgodnjemu prepoznavanju, podpornemu posegu in celovitemu izobraževanju lahko naredimo pomembne korake pri obravnavi vsesplošnega vprašanja motenj hranjenja med mladimi. Ta holistični pristop ne le pomaga pri okrevanju, ampak spodbuja tudi širši kulturni premik k telesnemu pozitivnemu in duševnemu dobremu počutju. Pot do okrevanja je lahko zahtevna, a s pravo podporo in sredstvi si lahko mladi povrnejo svoje zdravje in uspevajo onkraj omejitev motenj hranjenja.



## LITERATURA IN VIRI

- [1] NIJZ. (8. maj 2024). *NIJZ*. Pridobljeno iz Razumeti motnje hranjenja: <https://nijz.si/publikacije/razumeti-motnje-hranjenja/>
- [2] National Library of Medicine. (15. maj 2024). *National Center for Biotechnology Information*. Pridobljeno iz The Genetics of Eating Disorders: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3010958/>
- [3] National Eating Disorders Association. (15. maj 2024). *NEDA*. Pridobljeno iz Warning Signs And Symptoms: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3010958/>
- [4] Goodreads. (15. maj 2024). *Goodreads*. Pridobljeno iz Books for eating disorder recovery: [https://www.goodreads.com/list/show/184474.Self\\_help\\_books\\_for\\_eating\\_disorder\\_recovery](https://www.goodreads.com/list/show/184474.Self_help_books_for_eating_disorder_recovery)

## ENERGIJSKE PIJAČE MED OTROKI IN MLADOSTNIKI

### POVZETEK

Energijske pijače niso običajne brezalkoholne pijače. Vsebujejo kofein in druge snovi za poživitev, večji delež sladkorja ali sladila, ter barvila in arome.

Namen mojega prispevka je podrobneje seznaniti pedagoške in ostale strokovne delavce o vsebnosti škodljivih in nevarnih snovi ter njihov vpliv na zdravje, še posebej na zdravje otrok in mladostnikov, pri katerih so ti napitki še posebej priljubljeni. Hkrati bi želela povabiti vse, ki delamo z mlado populacijo k ozaveščanju mladih na tem področju. V Sloveniji naj bi po nekaterih podatkih več kot ena tretjina otrok in mladostnikov redno uživala energijske pijače.

Z anketo, ki sem jo izvedla med učenci petih in devetih razredov, želim na podlagi konkretnih rezultatov in njihovo primerjavo opozoriti na resnost problema in pozvati strokovne in druge sodelavce, da se o tej pereči temi več pogovarjajo, saj menim, da gre za skrb zbujajoč problem, o katerem se še vedno premalo govori. Priložnost za pogovor vidim pri razrednih urah, organiziranju delavnic v okviru sodelovanja z zdravstvenimi institucijami in ozaveščanju staršev na izobraževalnih roditeljskih sestankih.

Prepričana sem, da bomo s sodelovanjem in ozaveščanjem med mladimi omejili uživanje omenjenih napitkov in jim hkrati predstavili smernice za zdrav način življenja.

**Ključne besede: otroci, uživanje energijskih pijač, škodljivost, ozaveščanje.**

## ENERGY DRINKS AMONG CHILDREN AND ADOLESCENTS

### ABSTRACT

Energy drinks are not typical soft drinks. They contain caffeine and other substances for stimulation, a higher percentage of sugar or sweeteners, as well as colorants and flavours.

The purpose of my contribution is to inform educators and other professionals in more detail about the harmful and dangerous substances contained in these drinks and their impact on health, especially the health of children and adolescents, among whom these beverages are particularly popular. At the same time, I would like to invite all of us who work with the young population to raise awareness among the youth in this area. According to some data, more than one-third of children and adolescents in Slovenia regularly consume energy drinks.

With a survey I conducted among fifth and ninth-grade students, I aim to highlight the seriousness of the problem based on concrete results and their comparison. I call on professional and other colleagues to discuss this pressing issue more often, as I believe it is a worrying problem that is still not talked about enough. I see opportunities for discussion during class hours, organizing workshops in collaboration with healthcare institutions, and raising awareness among parents at educational parent-teacher meetings. I am convinced that through collaboration and raising awareness among young people, we can limit the consumption of these beverages and simultaneously introduce them guidelines for a healthy lifestyle.

**Keywords: children, energy drinks, harmfulness, awareness.**

## 1.UVOD

Pozno otroštvo in adolescenca sta obdobji razvoja, ko posameznik oblikuje svojo miselnost in sam opredeljuje svoj položaj v svetu. Mladostniki pogosto nasprotujejo vrednotam staršev, medtem ko se povečuje vpliv vrstnikov. Adolescenca se nanaša na duševni razvoj posameznika, medtem ko puberteta pomeni biološki razvoj telesa. Pomembno vlogo v življenju mladostnika imajo tudi starejši izven družine, kot so učitelji, junaki, športniki in glasbeniki. Ti vzorniki jih navdihujejo in učijo, kako postati odrasli. [1] Vse bolj pa se otroci in mladostniki v svojem razvoju srečujejo z energijskimi pijačami.

Energijske pijače so napitki, ki vsebujejo kofein, taurin, glukuronolaktron, vitamine, zeliščne izvlečke in/ali aminokisliline. So priljubljene predvsem med športniki, vojaškimi pripadniki in mladostniki. Pomembno je razlikovati med energijskimi pijačami in tradicionalnimi vsakodnevnimi pijačami (npr. kava, čaj, športni napitki, gazirane pijače), saj energijske pijače običajno vsebujejo visoke koncentracije zeliščnih mešanic, taurina, glukuronolaktona in vitaminov, medtem ko tradicionalne pijače tega nimajo. [2]

Sestavine, ki so največkrat vsebovane v energijskih pijačah so prikazane v tabeli 1. Vsebnost je podana v mg sestavine na 250 ml energijske pijače.

**TABELA 1:** Vsebnosti posameznih sestavin v energijskih pijačah

Sestavina	Vsebnost [mg/250mL]
Kofein	80-160
Sladkor	250-300
Taurin	1000-2000
Guarana	50-200
Ginseng	50-200
Glukuronolakton	200-600

Povprečna vrednosti kofeina v energijskih pijačah je med 80 mg in 160 mg na 250 ml. Nekatere energijske pijače ga imajo več nekatere manj. Kofeina v skodelici kave je med 80 mg in 100 mg, kar pomeni, da so mnoge energijske pijače podobne kavi glede vsebnosti kofeina. Povprečna vsebnost sladkorja v energijskih pijačah na 250 ml je med 25 in 35 grami, kar je približno 6 do 9 čajnih žličk. Visoka vsebnost sladkorja lahko poveča tveganje za debelost in sladkorno bolezen tipa 2. Potrošniki naj spremljajo vnos sladkorja iz vseh virov. Taurin je pogosta sestavina energijskih pijač, ki naj bi prispeval k izboljšani budnosti. Povprečna vsebnost taurina v energijskih pijačah je med 1000 mg in 2000 mg na 250 ml. Taurin je aminokislinski derivat, ki ga telo naravno proizvaja. Guarana je rastlina iz Amazonije, ki vsebuje kofein in se uporablja v energijskih pijačah za stimulatívne učinke. Vsebnost guarane v energijskih pijačah je običajno med 50 mg in 200 mg na 250 ml. Guarana vsebuje 3-8 % kofeina, zato je pomembno paziti na celoten vnos kofeina iz vseh virov. Ginseng je sestavina v energijskih pijačah, ki naj bi povečal

energijo, kognitivno funkcijo in odpornost na stres. Po navadi se uporablja izvleček korenine kitajskega zelja ali azijskega ginsenga. Povprečna vsebnost ginsenga se giblje med 50 in 200 mg na 250 ml, odvisno od posamezne blagovne znamke. Glukuronolakton je naravna spojina, ki sodeluje pri presnovi ogljikovih hidratov in detoksifikaciji. V energijskih pijačah se uporablja za "koristi", kot so izboljšana vzdržljivost in duševna osredotočenost. Povprečna vsebnost je med 200 in 600 mg na 250 ml. [3]

Energijske pijače so se pojavile v šestdesetih letih prejšnjega stoletja v Evropi in Aziji. Prvo energijsko pijačo je predstavila japonska družba Taisho Pharmaceuticals, Lopivatonm D, z željo po prehranskem dodatku, ki bo povečal energijo. [3] Trg energijskih pijač je od uvedbe Red Bulla v Avstriji leta 1987 in v Združenih državah Amerike leta 1997 eksponentno rasel. [4] Na trgu je zdaj več sto različnih blagovnih znamk s kofeinsko vsebnostjo od zmernih 50 mg do zaskrbljujočih 505 mg na pločevinko ali steklenico. Urejanje energijskih pijač, vključno z označevanjem vsebine in zdravstvenimi opozorili, se razlikuje po državah. [4] Po FDA (Ameriška uprava za hrano in zdravila) je varna meja za kofein 400 mg na dan, t.j. štiri do pet skodelic kave na dan za zdrave odrasle osebe. Preseganje varne meje lahko povroči resne težave tako pri odraslih osebah, otrocih in mladostnikih. Pomembno je, da je količina kofeina v izdelkih brez recepta omejena na največ 200 mg odmerek, medtem ko ni omejitev za energijske pijače. Znotraj FDA so energijske pijače razvrščene kot prehranska dopolnila ali hrana/pijača, kar daje proizvajalcem energijskih pijač določene pravne možnosti glede njihove vsebine, zlasti količine vsebovanega kofeina. [2]

### **1.1. Uživanje energijskih pijač pri otrocih in mladostnikih**

Obdobje otroštva in najstništva je obdobje hitre rasti in razvoja možganov, zato sta za vsakega otroka in mladostnika količina spanja ter primerna prehrana izrednega pomena. [3] NIJZ navaja, da energijske pijače niso primerne za otroke in mladostnike, saj vplivajo na delovanje živčnega sistema, srca in ožilja, prebavnega sistema, mišiči,... Uživanje energijskih pijač je povezano s prekomerno težo, nastankom sladkorne bolezni tipa 2 ter propadanjem zob. [5] Redno uživanje energijskih pijač lahko zaradi visokega vnosa kofeina in drugih sestavin vodi do vedenjskih sprememb, ob višjih koncentracijah tudi zastrupitve. Pri otrocih in mladostnikih lahko povzročijo tudi zasvojenost s kofeinom, ki je lahko podlaga za druge vrste kemičnih zasvojenosti. [3]

Mlade populacije pritegne pri energijskih pijačah njihov okus, ki je pogosto sladek in aromatičen, kar ustreza njihovim preferencam. Sladkor in sladila v teh pijačah zagotavljajo prijeten okus, ki vzbudi ugodne občutke in lahko vodi v povečano potrebo po sladkem. Pogosta uporaba sladkih pijač lahko poveča potrebo po še bolj sladkih okusih, kar povečuje vnos sladkorja in lahko vodi v odvisnost od sladkorja. Tekoči sladkor se hitro absorbira, kar povzroči hitro zvišanje ravni sladkorja v krvi, s tem pa sproščanje dopamina in opioidov, ki ustvarjajo občutek ugodja. Energijske pijače ne potešijo lakote in lahko posledično vodijo v prekomerno uživanje visoko procesirane hrane. [6]

Raziskava Nacionalnega inštituta za javno zdravje je pokazala, da energijske pijače pije več kot ena tretjina mladostnikov, še posebej v starosti od 11 do 15 let. V Sloveniji bi naj povprečen slovenski mladostnik popil 2,5 litra energijskih pijač mesečno. S tem se Slovenija uvršča v evropsko povprečje. [5]

### **1.2. Neželeni učinki energijskih pijač**

Po navedbah NIJZ lahko prekomerni vnos kofeina iz energijskih pijač kratkoročno povzroči spremembe v srčnem ritmu, povišan krvni tlak, razdražljivost, nervozo, tesnobo, glavobole, dehidracijo in bolečine v trebuhu. Dolgoročno lahko privede do povečane proizvodnje stresnih hormonov in motenj spanja. Zaradi visoke vsebnosti sladkorja so energijske pijače povezane s tveganjem za prekomerno telesno težo, sladkorno bolezen tipa 2 in propadanjem zob. Negativno vplivajo na delovanje živčnega sistema, srca in ožilja, prebavnega sistema in mišic. [5]

### **1.3. Neželeni učinki energijskih pijač na otroke in mladostnike.**

Energijske pijače lahko pri otrocih in mladostnikih povzročijo različne neželene učinke, vključno z visokim vnosom kofeina. Kot že omenjeno v poglavju 1. energijske pijače pogosto vsebujejo visoke ravni kofeina, kar lahko povzroči neželene simptome, kot so razdražljivost, tesnoba, nespečnost, glavobol in hiter srčni utrip. Zaradi kofeina, ki je diuretik, lahko energijske pijače prispevajo k dehidraciji. Mladi za pravilno delovanje metabolizma potrebujejo hidracijo. Kofein lahko moti spanec, kar je še posebej zaskrbljujoče za otroke in mladostnike, ki potrebujejo ustrezno količino počitka za zdrav razvoj. Visok vnos kofeina in drugih stimulantov lahko vpliva na srčni utrip in krvni tlak, kar je lahko nevarno za mlade z obstoječimi srčnimi težavami. Prevelika količina kofeina lahko povzroči nihanje energije, kar lahko vpliva na zbranost in koncentracijo. Redna uporaba energijskih pijač lahko vodi v odvisnost od kofeina, kar lahko povzroči odtegnitvene simptome, ko se kofein ne zaužije. Mladi včasih mešajo energijske pijače z alkoholom, kar lahko povzroči dodatna tveganja, kot so prekomerno pitje in povečana nagnjenost k tveganim vedenjem. Energijske pijače pogosto vsebujejo veliko sladkorja, kar lahko prispeva k prekomerni telesni teži in drugim prehranskim težavam. Kofein lahko moti absorpcijo nekaterih bistvenih hranil, kot so kalcij in železo. Zaradi teh možnih tveganj je pomembno omejiti uživanje energijskih pijač pri otrocih in mladostnikih ter jih izobraževati o varni porabi kofeina in drugih stimulantov. [3]

## **2. UPORABNI NASVETI:**

Čeprav ne moremo nobene energijske pijače imenovati zdrave, ni nobena dokazano škodljiva za zdravje, če se uživa odgovorno. Pomembno je upoštevati možne učinke kemikalij, ki jih lahko vsebujejo, ter preseganje priporočenih odmerkov vitaminov B in aminokislin. Čeprav kofein, taurin ali sladkor v eni pijači sami po sebi morda nimajo velikega vpliva na zdravje, je dobro, da je njihova kombinacija omejena. Kot pri drugih sladkih dobrotah, energijske pijače ne prispevajo k izgubi teže ali zdravju. Zlahka se razvije toleranca do kofeina in taurina, kar lahko vodi do večje porabe za doseganje pozitivnih učinkov, vendar telo ne postane bolj tolerantno do negativnih učinkov. Nobena energijska pijača ni nujno bolj zdrava od druge, saj je izbira pogosto odvisna od posameznika. Ameriški Red Bull in kava vsebujeta podobne količine sladkorja in kofeina, a Red Bull je lahko manj zdrav zaradi dodatnih sestavin. Taurin in vitamini B so pomembni za zdravje, glukuronolakton pa pomaga pri izločanju toksičnih presnovkov in izboljšuje delovanje jeter. [7] Opozorilo in poglobljeno pravilo pri vseh formulacijah pijač je, da je okus še vedno kralj. Potrošniki vedo, da uspeh kateregakoli izdelka temelji predvsem na senzorični izkušnji.

Če proizvajalec izboljša okus izdelka, to ne pomeni, da je le ta bolj zdrav ali boljši za posameznika. [8]

Najbolje je dovolj spati, piti filtrirano kavo namesto močne koncentrirane kave ali se posluževati energijskih pijač ter uporabljati dodatne vitamine pod nadzorom zdravnika, če je potrebno. Nasploh je dobro izbrati pijačo z nizko vsebnostjo kofeina in sladkorja ter se izogibati energijskim pijačam, razen če je nujno. Preden poskusimo novo pijačo, je treba raziskati njene sestavine in možne zdravstvene interakcije. Pomembno je kritično preverjati marketinške trditve, še posebej tiste, ki se oglašujejo kot zdrave. [7]

Po navedbah Zveze potrošnikov Slovenije bi naj bila prepoved trženja in prodaje energijskih pijač otrokom in mladostnikom skrajni ukrep. Ukrep sicer zahteva soglasje in aktivno delovanje številnih deležnikov, vendar je ključno, da tema uživanja energijskih pijač med otroci in

mladostniki postane predmet številnih razprav ter da opozorila o nevarnosti uživanja le teh dosežejo tako starše, stare starše in otroke ter mladostnike. Obstaja več možnosti, s katerimi bi lahko zmanjšali uživanje energijskih pijač med mladimi populacijami. Te vključujejo uvedbo predpisov za omejitev oglaševanja in prodaje energijskih pijač otrokom in mladostnikom, uvedbo standardov za odgovorno trženje mladim s strani proizvajalcev energijskih pijač, sprotno izobraževanje javnosti o možnih tveganjih mešanja alkohola z energijskimi pijačami, ozaveščanje o tveganju uživanja energijskih pijač med intenzivno športno aktivnostjo ter usposabljanje delavcev v zdravstvu za prepoznavanje tveganj in simptomov uživanja energijskih pijač. [9]

Prihodnost energijskih pijač bo verjetno odvisna prav od teh dejavnikov, vključno z zakonodajo, potrošniškimi trendi, inovacijami izdelkov in raziskavami o zdravju. Čeprav je prodaja alkoholnih in tobačnih izdelkov omejena z zahtevo po minimalni starosti, pa takšne omejitve za energijske pijače trenutno skoraj ne obstajajo, kljub dokazanim negativnim učinkom. [9]

Nekatere članice EU imajo posebne regulativne določbe glede energijskih pijač v svoji nacionalni zakonodaji. Sprejele so bodisi posebna pravila o energijskih pijačah (npr. Nemčija, Švica) ali pa določajo načela za sestavo energijskih pijač prek ustreznih smernic o hrani (npr. Codex Alimentarius Austriacus v Avstriji). Druge evropske države imajo horizontalne pravne določbe glede dodajanja vitaminov in drugih snovi, ki se prav tako uporabljajo za energijske pijače (npr. Belgija, Danska ali Nizozemska). [10]

### **3.SKLEP**

Z željo po ozaveščanju in skupni odgovornosti za dobrobit otrok in mladostnikov, sem prikazala morebitno škodljivost energijskih pijač, ki so postale zelo priljubljene med mladimi. Trg energijskih pijač je eden najhitreje rastočih trgov na svetu. Proizvajalci se trudijo, da so energijske pijače glede okusa, barve in embalaže privlačne za mlade. Poleg tega se oglašujejo kot pomoč pri povečevanju miselnih funkcij in energijskih zalog. Energijske pijače so ena bolj oglaševanih kategorij živil, ki posebej nagovarja mlajše starostne skupine, in je tudi zelo dostopna brez starostne omejitve. Proizvajalci energijskih pijač pogosto ustvarjajo vtis, da so njihove pijače običajni osvežilni napitki z mnogimi koristmi brez pravega nadzora. Prav pomanjkanje nadzora pa je privedlo do agresivnega trženja energijskih pijač, ki je vse bolj usmerjeno na mlade zaradi njihovih psihoaktivnih, zmogljivost izboljšajočih in stimulativnih učinkov. Povečujejo se poročila o zastupitvah s kofeinom iz energijskih pijač, kar nakazuje, da se bodo s časom težave s kofeinsko odvisnostjo povečevale.

Zavedati se moramo, da ima današnje oglaševanje velik vpliv na oblikovanje mnenj, zato je pomembno zaščititi mlade pred škodljivim oglaševanjem. Če pa obrnemo trženje v priložnost, je treba mlade naučiti kritičnega razmišljanja o tržnih strategijah skozi medijsko vzgojo. Strokovno podkrepjeno mnenje priča o dejstvu, da energijske pijače niso primerne za otroke in mladostnike. S pogovori in predstavitvijo dejstev otrokom in mladostnikom lahko znižamo porabo energijskih pijač in jim predstavimo zdrave alternative. Za moč in energijo potrebujemo predvsem uravnoteženo prehrano, redno gibanje in kakovosten spanec. Pomembno pa je tudi, da se otroke in mladostnike spodbuja h kritičnemu razmišljanju glede negativnih učinkov energijskih pijač. Zaradi nižje telesne mase se pri otrocih neželeni učinki pojavijo hitreje in bolj intenzivno kot pri odraslih. Vnos čezmernih količin kofeina, povezan s pitjem energijskih pijač, lahko kratkoročno vodi v spremenjen ritem bitja srca, višji krvni tlak, razburjenost, nervozo, tesnobo, glavobole, dehidracijo, bolečine v trebuhu, dolgoročno pa v povečano izločanje stresnih hormonov in težave

s spancem. Energijske pijače vplivajo na delovanje živčnega sistema, srca in ožilja, prebavnega sistema in mišic. V prihodnosti je potrebno čim bolj stremeti k zdravemu načinu življenja za dobrobit človeštva in narave.



## LITERATURA IN VIRI:

- [1] „O mladostništvu“, Tom telefon. Pridobljeno: 5. maj 2024. [Na spletu]. Dostopno na: <https://e-tom.si/o-mladostnistvu/>
- [2] J. P. Higgins, K. Babu, P. A. Deuster, in J. Shearer, „Energy Drinks: A Contemporary Issues Paper“, *Curr. Sports Med. Rep.*, let. 17, št. 2, str. 65–72, feb. 2018, doi: 10.1249/JSR.0000000000000454.
- [3] „DKUM - Prenos datoteke“. Pridobljeno: 5. maj 2024. [Na spletu]. Dostopno na: <https://dk.um.si/Dokument.php?id=134989&lang=slv>
- [4] C. J. Reissig, E. C. Strain, in R. R. Griffiths, „Caffeinated energy drinks--a growing problem“, *Drug Alcohol Depend.*, let. 99, št. 1–3, str. 1–10, jan. 2009, doi: 10.1016/j.drugalcdep.2008.08.001.
- [5] barbara petkovsek, „Energijske pijače niso za otroke in mladostnike“, Nijz. Pridobljeno: 5. maj 2024. [Na spletu]. Dostopno na: <https://nijz.si/mediji/energijske-pijace-niso-za-otroke-in-mladostnike/>
- [6] M. Gregorič *idr.*, „ENERGIJSKE PIJAČE V ROKAH OTROK IN MLADOSTNIKOV“.
- [7] V. Marinuzzi, D. Peterson, S. Iacobone, in S. Badjou, „Effects and Effectiveness of Energy Drinks“, 2012.
- [8] B. Zapp, „Three Reasons Energy Drinks Will Continue To Dominate The Shelf“, Applied Food Sciences, Inc. Pridobljeno: 7. maj 2024. [Na spletu]. Dostopno na: <https://appliedfoods.com/3-reasons-energy-drinks-will-continue-to-dominate-the-shelf/>
- [9] ZPS, „Pod drobnogledom: energijske pijače“, ZPS. Pridobljeno: 7. maj 2024. [Na spletu]. Dostopno na: <https://www.zps.si/nasveti-in-vodniki/pod-drobnogledom-energijske-pijace-2022-07-07>
- [10] „Energy Drinks Europe“. Pridobljeno: 7. maj 2024. [Na spletu]. Dostopno na: <https://www.energydrinkseurope.org/regulation/eu-and-self-regulation>

## **RAZREDNO DREVO**

### **POVZETEK**

Šola je vzgojno-izobraževalna ustanova, v kateri v medsebojnem sožitju potekata učni in vzgojni proces, vendar pa je bolj usmerjena v učno področje ter iskanje poti do znanja. Pogosto se premalo zavedamo njene vloge pri razvoju osebnosti posameznika, oblikovanju njegovih socialnih spretnosti ter njene moči pri vzpostavljanju dobrih medosebnih odnosov in posledično čuječih predstavnikov sodobne družbe. Namen pričujočega prispevka je predstaviti primer vzgojnega delovanja v oddelku, preko katerega smo se trudili zgraditi prijaznejše medosebne odnose in empatične posameznike. Učenci so skozi proces postali bolj pozorni na dogajanje okoli sebe, opaziti je bilo večje prizadevanje za prijazna ravnanja in medsebojno pomoč, predvsem pa so spoznali, da se vedno sami odločamo, kako bomo ravnali. Zunanji pokazatelj uspešnosti naših prizadevanj je bilo razredno drevo, saj je na njem za vsak teden prijaznih ravnanj zrasel nov list. Da bi učenci resnično začutili nujnost in predvsem smiselnost tovrstnih prizadevanj, smo dnevno spremljali več področij, ki prispevajo k prijetnemu počutju v razredu. Učenci so tako bolje spoznali svoja in naša skupna močna področja, ozavestili šibka ter razvijali večji nadzor nad njimi, predvsem pa so dobili možnost za izboljšanje slednjih. Skozi praktično izkušnjo so spoznali, da se moramo za dobro počutje v skupnosti truditi vsi in za prijetnejše sobivanje med seboj sodelovati. Vrednost razrednega drevesa kot učnega modela za učenje socialnih spretnosti je v njegovi uporabnosti v praksi. Za strokovne delavce predstavlja orodje in vir informacij, za učence pa motivacijsko zasnovan način učenja, ki jih vodi do spoznanja, da smo mi sami gibalo napredka.

**KLJUČNE BESEDE:** razredno drevo, vodenje oddelka, socialne spretnosti, empatija, čuječnost.

## **CLASS TREE**

### **ABSTRACT**

School is an educational institution where the learning and educational process take place in harmony, however it is more focused on the learning and the path to knowledge. We often overlook its importance for the development of a personality of an individual, creating their social skills and its power in regard to formatting good interpersonal relations and consequently mindful representatives of a modern society. The purpose of this article is to present an example of educational work in a classroom with which we tried to build a friendlier interpersonal relations and emphatic individuals. Through this process the students have become more attentive to what was happening around them, there was a noticeable increase of friendly actions and help between each other, but most importantly they realised that it is always up to an individual to decide how to act in a certain situation. An external factor of our success was a class tree that grew a new leaf for every friendly-action week. In order for the students to fully understand and feel the urgency, but most importantly the sensibility, of those actions we monitored different areas that help achieve wellbeing in a classroom every day. This helped the students recognize their own but also our common strong points and become aware of weak points and learn how to improve them. Through a practical approach they realized that we all have to contribute for the wellbeing of the group and that we need to cooperate to achieve a pleasant coexistence. The value of the class tree as a learning model for the purpose of learning social skills lies in its practical utility. For professionals it serves as a tool and as a source of information. As for the students, it serves as a motivation led tool that helps them realize that they are a part of the movement that leads to progress.

**KEYWORDS:** class tree, department management, social skills, empathy, mindfulness.

## 1. UVOD

Šola je vzgojno-izobraževalna ustanova, v kateri v medsebojnem sožitju potekata učni in vzgojni proces, vendar pa je bolj usmerjena v učno področje ter iskanje poti do znanja. Pogosto se premalo zavedamo njene vloge pri razvoju osebnosti posameznika, oblikovanju njegovih socialnih spretnosti ter njene moči pri vzpostavljanju in gradnji dobrih medosebnih odnosov in posledično čuječih predstavnikov sodobne družbe.

Medosebni odnosi zadevajo prav vsakogar. Ljudje pač nismo sami sebi namen, ampak v veselje, pomoč in tolažbo drug drugemu. Vse to pa lahko uresničimo takrat, ko znamo in zmoremo živeti v sožitju. Kot posamezniki smo ponavadi ponosni na svoje sposobnosti, znanja in spretnosti, ki se jih lahko naučimo in s pridom uporabljamo pri svojem delu. Pri ustvarjanju medosebnih odnosov pa ne gre več za enostavno učenje in pridobivanje znanj, ampak je treba vse svoje danosti in znanja uporabiti za ustvarjanje odnosa. Ta vedno terja spremembe v načinu življenja, stališčih in prepričanjih, ki smo jim sledili ali smo verjeli, da so pravilna. Ko se ne zmoremo ali nočemo vživeti v nove naloge, ki nam jih prinese nek odnos, nastopijo konflikti, toda tudi ti so lahko spodbudni, ko znamo iz njih ustvariti še tesnejše, boljše vezi [1].

Dobri medosebni odnosi pomembno prispevajo h kakovosti našega življenja. Za njihovo ustvarjanje pa sta ključnega pomena svoboda, ki pomeni možnost izbire pri odločanju za svoja ravnanja ter odgovornost, ki pomeni dati pravilen odgovor v danih okoliščinah [1].

Prav to je tisto, kar predstavlja izziv pri vodenju razreda. Skupina vedoželjnih posameznikov, s svojimi unikatnimi znanji in spretnostmi, katere cilj je v prvi vrsti pridobivanje znanja. Pot izobraževanja je dolga, skupina veliko časa preživi skupaj, zato je nujno, da posamezniki razvijejo socialne veščine, s pomočjo katerih bodo lahko ustvarjali dobre medosebne odnose znotraj nje ter posledično pogoje za prijetno sobivanje in sodelovanje. V razredu, v katerem se prijetno počutimo, je tudi osvajanje znanja prijetnejše. Odnosi, ki jih ustvarjamo znotraj te učeče se skupine so pravzaprav tudi vzorčni model delovanja posameznika na področju vzpostavljanja in gradnje medosebnih odnosov na vseh področjih njegovega udejstvovanja. Torej šola za življenje.

Čeprav govorimo o skupini, je znotraj nje pomemben vsak posameznik. Vsak mora najprej "pomesti svojo hišico", začeti pri sebi, ozavestiti svoje pomanjkljivosti in prepoznati svoja močna področja. V prvi vrsti je pomembno, da se otroci zavedajo sebe in se spoznavajo. Na ta način se učijo prepoznavanja in obvladovanja čustev ter sprejemanja odločitev, kar vodi k obvladovanju stresa, gradnji pozitivne samopodobe in krepitvi osebne odgovornosti. Ko bodo bolje poznali sebe, bodo lahko spoznavali tudi druge, prepoznavali njihovo čustvovanje in se vživljali v njihovo doživljanje. Ob možnosti učenja dobrega sporazumevanja smo tako na dobri poti k oblikovanju čuječih posameznikov in ustvarjanju dinamike uspešne skupine. Trud za usvarjanje odnosov ni enostranska stvar in od vpletenih vedno terja korake v smeri drug proti drugemu.

V pričujočem prispevku želim predstaviti primer vzgojnega delovanja v razredu, preko katerega smo se trudili graditi prijazne medosebne odnose in oblikovati empatične posameznike. Učenci so skozi proces postali bolj pozorni na svoje doživljanje ter dogajanje okoli sebe, opaziti je bilo večje prizadevanje za prijazna ravnanja in medsebojno pomoč, predvsem pa so spoznali, da se vedno sami odločamo, kako bomo ravnali.

## 2. RAZREDNO DREVO

Čustvena inteligenca je ena od pomembnih osebnostnih lastnosti. Je skupek človekovih sposobnosti, povezanih z zmožnostjo dobrega upravljanja z lastnimi in tudi tujimi čustvi. Čustvene sposobnosti pa so tista znanja, spretnosti, veščine in naravnosti, ki so potrebne za razumevanje, izražanje in dobro obvladovanje naših čustev [3]. Glede na to, da je v sodobni družbi, zlasti v šolski populaciji, pogosto opaziti pomanjkanje empatičnosti ali celo njeno odsotnost, kar smo zaznali na šoli po celotni vertikali, ob vodenju razreda pa sem to izrazito doživljala tudi sama, moramo sistematičnemu učenju na tem področju posvetiti še toliko večjo pozornost. In ob ustreznih spodbudah je učenje oziroma razvijanje teh spretnosti in sposobnosti lahko zelo uspešno. Tudi zato je varno in spodbudno učno okolje postalo eden od prioritarnih ciljev razvoja šole, ki smo ga jasno definirali v akcijskem načrtu. Ker se zavedamo, da je razvoj socialnih veščin tek na dolge proge, smo znotraj tega opredelili letni cilj, ki se nanaša na spodbujanje spoštljive komunikacije in gradnje dobrih medosebnih odnosov, medsebojne pomoči, sodelovanja ter strpnosti in empatičnosti.

V okviru teh prizadevanj sem za svoje drugošolce oblikovala celovit učni model za učenje socialnih spretnosti, s pomočjo katerega smo se učili najprej spoznavati sebe, svoja čustva in doživljanja, kar je bilo izhodišče za premik od sebe k drugim. Zunanji pokazatelj uspešnosti naših prizadevanj je bilo razredno drevo, saj je na njem za vsak teden prijaznih ravnanj zrasel nov list. Da bi učenci resnično začutili nujnost in predvsem smiselnost tovrstnih prizadevanj, smo dnevno spremljali več področij, ki prispevajo k prijetnemu počutju v razredu. Učenci so tako bolje spoznali svoja in naša skupna močna področja, ozavestili šibka ter razvijali večji nadzor nad njimi, predvsem pa so dobili možnost za izboljšanje slednjih.



SLIKA 1: Razredno drevo, ki so ga izdelali učenci.

#### **a) Anketa o zadovoljstvu učencev ali »Kako se počutim v razredu?«**

Podlaga za celotno delovanje je bila anketa o zadovoljstvu učencev, ki je predstavljala vir informacij za nadaljnje korake. Anketa je pravzaprav pokazala to, kar kot učitelj v razredu hitro opaziš. Je pa bila njena velika vrednost v tem, da je vsak posameznik začutil, da je njegovo mnenje slišano in da je z njim pomembno prispeval k nadaljnjnjemu delovanju.

Učenci so skozi anketo izrazili:

- v veliki večini dobro počutje v razredu, k čemur v največji meri prispeva dejstvo, da imajo v razredu prijatelje, med razlogi za slabše počutje pa so bile težave z nalogami,

- moteče dejavnike – klepetanje, glasnost, konflikte, neurejenost potrebščin posameznikov,
- opaženost prizadevanj sošolcev za prijetno sobivanje – prijaznost, pomoč,
- zadovoljstvo s svojim odnosom do dela in sošolcev.

KAKO SE POČUTIM V RAZREDU 2.R - september 2023

1. KAKO SE POČUTIŠ V RAZREDU?

1				5
---	--	--	--	---

Zakaj? \_\_\_\_\_

2. KAJ TI JE V SKUPINI NAJBOLJ VŠEČ?

\_\_\_\_\_

3. TE V SKUPINI KAJ MOTI?

\_\_\_\_\_

4. KAKO VIDIŠ OBNAŠANJE SVOJIH SOŠOLCEV, SOŠOLK?  
(upoštevanje pravil, odnos do sošolcev...)

1				5
---	--	--	--	---

Zakaj? \_\_\_\_\_

Kaj bi morali spremeniti? \_\_\_\_\_

5. KAKO VIDIŠ SVOJE OBNAŠANJE?

1				5
---	--	--	--	---

Zakaj? \_\_\_\_\_

Bo moral kaj spremeniti? \_\_\_\_\_

6. KAJ LAHKO TI NAREDIŠ, DA SE BOMO V RAZREDU DOBRO POČUTILI?

\_\_\_\_\_

SLIKA 2: Anketa o zadovoljstvu učencev.

### b) Razredna pravila in tedensko zbiranje podatkov

Razredna pravila smo oblikovali na podlagi prej predstavljene ankete, iz katere smo izluščili bistvene komponente, za katere smo v okviru razreda presodili, da so nujne za dobro počutje vseh. Ključen je bil razmislek o tem, kje smo, kam želimo priti ter na kakšen način bomo svoj cilj dosegli. Pravila smo zbrali v tabeli, s pomočjo katere smo dnevno spremljali, kako nam uspeva udeležati zastavljena pravila, s kljukico za uspešnost in križcem za neuspešnost. Sledili smo principu »vsako malo dejanje šteje«. Pri oblikovanju pravil smo posebno pozornost namenili tudi glasovom iz ankete, ki so izstopali glede na večinsko mnenje. Takšen je bil primer učenca, ki je prvo leto šolanja opravljal na daljavo in je šele začel z ustvarjanjem odnosov v razredu, pri čemer je pogosto naletel na ovire. Tabela je bila tako v pomoč njemu, saj je preko nje lahko sporočil, da ceni ravnanja sošolcev, kot tudi njim, da so zavestno in na podlagi te zunanje spodbude zmogli narediti korak nasproti.

RAZREDNO DREVO  
Bo drevo dobilo nov list prijaznosti in spoštovanja?

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Pomagam																				
Potolažim																				
Delim stvari																				
Sprejemljiva glasnost																				
Mirno delo																				
Hoja v koloni																				
Pospravljanje																				

SLIKA 3: Tabela za tedensko zbiranje podatkov.

RAZREDNO DREVO 26.2. - 1.3.2024

Bo drevo dobilo nov list prijaznosti in spoštovanja? 4.3. - 8.3.2024

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Pomagam																				
Potolažim																				
Delim stvari																				
Sprejemljiva glasnost																				
Mirno delo																				
Hoja v koloni																				
Pospravljanje																				

KUL

SLIKA 4: Primer izpolnjene tedenske tabele.

Sprva sem načrtno izpostavila in ubesedila vsa dejanja, ki so sodila v ta okvir. Uspešna so vplivala na ugoden odziv posameznika in prispevala k njegovi samopodobi, neuspešna pa na ustreznejše odzive in večji trud v tej smeri v prihodnosti. Predvsem pa je to moje delovanje pripomoglo k temu, da so se učenci začeli bolj zavestno truditi za »kljukice« in postali bolj senzibilni za ravnanja drugih. Tako se je tabela postopoma začela polniti z njihovimi predlogi, opažanji, sugestijami, kar pa je tekom leta potekalo v dveh fazah; sprva so učenci izpostavljali svoja prijazna ravnanja, šele kasneje so opazili trud drugih in ga s kljukico v tabeli tudi nagradili. Pokazal pa se je še dodaten pozitiven stranski učinek tega delovanja, in sicer ubesedenje doživljanja čustev, svojih in drugih, kar je pomemben del učenja dobrega sporazumevanja in velik korak na poti k oblikovanju empatičnih posameznikov.

### c) Na drevesu zraste nov list

Vsak teden smo skrbno pregledali tabelo in jo ovrednotili z vidika uspešnosti doseganja razrednih pravil, ki so medtem pravzaprav postala naši dogovori. Izpostavili smo uspešna ravnanja, torej naša skupna močna področja, in tista, pri katerih se bo potrebno še bolj izkazati. Mejo uspešnosti smo postavili na pet neuspešnih ravnanj (križcev), saj se je že takoj na začetku pokazalo, da je zbiranje prijaznih ravnanj, torej kljukic, zelo uspešno. Tako je (skoraj) vsak teden na drevesu zrasel nov list. Na področja, ki jih je bilo potrebno izboljšati, pa so nas opozarjali črvički, ki so ogrožali uspešno rast novih listov.



SLIKA 5: Drevo dobiva nove liste.



SLIKA 6: Črvički opozarjajo na šibka področja.

### č) Pet listov na drevesu – jabolko

Izdelava drevesnih listov in priprava nove tabele za spremljanje je bila že svojevrstna nagrada za posameznike. Terjala je vzpostavitev nekega sosledja, ki je zagotavljalo, da bodo vsi prišli na vrsto. Posebno doživetje pa je bila nagrada za razred; vsakih pet zbranih listov je namreč spodbudilo rast jabolka, ki je prineslo nagrado. Ker je bila to nagrada za skupna prizadevanja, je temeljila na dogovoru in soglasju vseh. Zbrali smo nekaj predlogov, ki pa so morali biti izvedljivi, npr. podaljšan odmor, dan brez naloge, sedim kjer želim, ogled risanke. Do končne odločitve smo prišli na različne načine, z glasovanjem posameznikov ali parov/ četvork, znotraj katerih je moralo priti do soglasja o izbiri. Tudi tukaj je delovanje potekalo po načelu postopnosti, ki je posameznikom skozi različne izkušnje omogočila krepitev spretnosti dobrega sporazumevanja, gradnjo pozitivne samopodobe ter prevzemanja odgovornosti pri sprejemanju skupnih odločitev.



SLIKA 7: Jabolko – nagrada za pet listov



SLIKA 8: Razredno drevo na koncu leta

#### d) Podporne dejavnosti

Vzporedno z izvajanjem dejavnosti razrednega drevesa so potekale tudi podporne dejavnosti, s katerimi smo začeli od začetka, torej »pometati svojo hišico«. Temeljile so na socialnih igrah ter vajah za zavedanje in spoznavanje sebe, prepoznavanja in obvladovanja čustev pri sebi in drugih ter kasneje tudi vživljanja v njihovo doživljanje in čustvovanje, gradnji pozitivne samopodobe in krepitvi osebne odgovornosti. Predvsem pa so tu dobili možnost razvijanja dobrega sporazumevanja in sodelovanja. Prostor in čas za te dejavnosti smo našli v okviru interesne dejavnosti »Igre«, ki je potekala enkrat tedensko in v dogovoru s starši za cel razred. To je bila pravzaprav naša razredna ura, ki je sicer v obveznosti učencev prvega triletja ni.

#### Primeri nekaterih vaj in iger:

- **Kako se počutiš?** [3] – prepoznavanje čustev z izrazov na obrazih in pridobivanje besedišča o čustvih.
- **SOS!** [3] – kaj lahko storimo, da pomagamo drugim in kaj občutimo ob tem.
- **Dobre lastnosti in dejanja** [3] – ovrednotenje različnih dobrih lastnosti, ki jih imamo ljudje.
- **Semafor** [3] – učenje obvladovanja negativnih čustev.
- **Predstavitvena vizitka** [3] – pomoč pri oblikovanju osebne identitete.
- **Pohvali se** [3] – spodbujanje ustvarjalnosti in vrednotenja samega sebe.
- **Roža prijateljstva** [3] – spoznavanje svojih pozitivnih lastnosti s pomočjo drugih.
- **Oprosti, to mi ni všeč** [3] – učenje primernih načinov odzivanja, kadar nam nekaj ne ugaja.
- **Menjanje vlog** [5] – vživljanje v vlogo drugega. Žreb med listki z imeni članov skupine, učenec pove nekaj povedi o izžrebanem članu, vendar tako, da govori v prvi osebi. Skupina mora ugotoviti, za katerega člana gre.
- **Skupinsko slikanje** [5] – likovno interpretiranje počutja v skupini in razvijanje skupinske aktivnosti.
- **Vislice** – učenje strategij reševanja problemov, sodelovanja ter doživljanja zmage in poraza – skupinska različica (skupina igra kot eden), dodatno motivacijo predstavlja odsotnost domače naloge ob zmagi.

### **e) Anketa o zadovoljstvu ob koncu šolskega leta**

Če želimo ugotavljati napredek, je nujno, da pridobimo podatke o začetnem in končnem stanju. Zato sem anketo o zadovoljstvu učencev ponovila tudi na koncu šolskega leta. Stopnja zadovoljstva učencev se je dvignila, prav tako tudi občutki razumevanja in sprejetosti v razredu. Tudi odstopanja so se, glede na začetno stanje, zbrisala. S tem sem dobila potrditev svoje subjektivne ocene napredka, torej dobrih občutkov ob delu v razredu in prijetnega delovnega vzdušja, ki temelji na, za drugošolce primerni stopnji ustvarjenih medosebnih odnosov, čuječnosti ter pripravljenosti drug drugemu ponuditi roko ... in ramo. Kar občutijo tudi učenci sami. In to je tisto, kar šteje.

### **3. SKLEP**

Učenci so skozi praktično izkušnjo negovanja razrednega drevesa spoznali, da se moramo za dobro počutje v skupnosti truditi vsi in za prijetnejše sobivanje med seboj sodelovati. Na poti ustvarjanja dobrih medosebnih odnosov je pomembno, da najprej dobro spoznamo sebe, saj je to predpogoj za spoznavanje drugih, prepoznavanje njihovega čustvovanja in vživljanja v njihovo doživljanje. Ob možnosti učenja dobrega sporazumevanja je to pravo izhodišče za oblikovanje čuječih posameznikov in ustvarjanje dinamike uspešne skupine.

Razredno drevo kot celovit učni model za učenje socialnih spretnosti svojo vrednost razkrije v uporabnosti v praksi. Za strokovne delavce predstavlja orodje in vir informacij, za učence pa motivacijsko zasnovan način učenja, ki jih vodi do spoznanja, da smo mi sami gibalo napredka. In da moramo najprej imeti radi sebe, da imamo lahko radi tudi druge.



## LITERATURA IN VIRI

- [1] Z. Zalokar Divjak, Jaz in ti: medosebni odnosi v sodobnem času, Krško: Gora, 2001, pp. 10–11, 21.
- [2] D. Schilling, 50 dejavnosti za razvijanje čustvene inteligence, stopnja II, Ljubljana: Inštitut za razvijanje osebne kakovosti, 2000.
- [3] R. Bisquerra Alzina ... et al., Čustvena inteligenca otrok: priročnik za učitelje in starše z vajami, Ljubljana: Tehniška založba Slovenije, 2010.
- [4] M. Pušnik, B. Žarkovič Adlešič, C. Bizjak, Razrednik v osnovni in srednji šoli, Ljubljana: Zavod Republike Slovenije za šolstvo, 2000.
- [5] J. Virk Rode ... et al., Socialne igre v osnovni šoli, Ljubljana: Zavod Republike Slovenije za šolstvo, 1998.

## **NE SPREMINJAJMO PODNEBJA, AMPAK NAŠO METODOLOGIJO IN POTI UČENJA**

### **POVZETEK**

Erasmus+ projekt spodbuja učno mobilnost posameznikov in skupin ter sodelovanje, kakovost, vključevanje, enakost, odličnost, ustvarjalnost in inovativnost na ravni organizacij in politik na področju izobraževanja in usposabljanja. Uspešna prijava k projektu Erasmus+ z naslovom »Ne spreminjajmo podnebja, ampak našo metodologijo in poti učenja« nam je omogočila sledenje ciljem, ki smo si jih pri prijavi projekta zastavili - v mobilnost vključiti učence različnih starosti in obeh spolov ter omogočiti spoznavanje novih običajev, šolskega sistema v duhu okoljevarstva in inovativnih metod pouka. V okviru projekta smo izvedli eno izmed tridesetih mobilnosti in sicer mobilnost učencev na finski osnovni šoli Arpee v mestu Kitee na vzhodu Finske ob ruski meji. S to mobilnostjo smo omogočili učencem, da so pridobili pomembne življenjske izkušnje, hkrati pa so krepili svojo samozavest in enakopravnost.

**KLJUČNE BESEDE:** Erasmus+, klimatske spremembe, okoljevarstvo, mobilnost učencev.

## **LET'S NOT CHANGE THE CLIMATE, BUT OUR TEACHING WAYS AND LEARNING PATHS**

### **ABSTRACT**

The Erasmus+ project promotes the learning mobility of individuals and groups as well as cooperation, quality, inclusion, equality, excellence, creativity and innovation at the level of organizations and policies in the field of education and training. The successful application to the Erasmus+ project entitled "Let's not change the climate, but our methodology and learning paths" enabled us to follow the goals we set when applying for the project - to include students of different ages and both sexes in mobility and to enable them to learn about new customs, school system in the spirit of environmentalism and innovative teaching methods. As part of the project, we carried out one of the thirty mobilities, namely the mobility of pupils at a Finnish primary Arpee School in the town of Kitee in the east of Finland near the Russian border. With this mobility, we enabled the students to gain important life experiences, while at the same time strengthening their self-confidence and equality.

**KEY WORDS:** Erasmus+, climate change, environmental protection, student mobility.

## **1. UVOD**

Erasmus+ program s svojimi cilji podpira s vseživljenjskim učenjem izobraževalni, poklicni, in osebni razvoj ljudi na področju izobraževanja, usposabljanja, mladine in športa v Evropi in po svetu. S temi cilji program prispeva k trajnostni rasti, socialni koheziji, spodbujanju inovacij, h kakovostnim delovnim mestom, ter krepitvi evropske identitete in aktivnega državljanstva. Podpira in oblikuje izvajanje evropskega strateškega sodelovanja v izobraževanju in usposabljanju evropskega izobraževalnega prostora.

Erasmus+ program vključuje tudi posebne cilje, preko katerih spodbuja mobilnost za neformalno in priložnostno učenje ter aktivno sodelovanje in udejstvovanje mladih. Ravno tako spodbuja učne mobilnosti posameznikov kot tudi skupin. Hkrati spodbuja inovativnosti, ustvarjalnosti, odločnosti, enakosti, vključevanja, kakovosti in sodelovanja na področju izobraževanja in usposabljanja. Na ravni športnih organizacij in politik pa spodbuja učne mobilnosti športnega osebja ter inovativnosti, ustvarjalnosti, vključevanja, kakovosti ter sodelovanja.

## **2. OKOLJE IN BOJ PROTI PODNEBNIM SPREMEMBAM**

Preko programa Erasmus+ se oblikuje znanje, spretnosti in odnos do podnebnih sprememb ter podpiranje trajnostnega razvoja v Evropski uniji in izven nje, saj okolje in podnebni ukrepi spadajo med sedanje in prihodnje ključne prednostne naloge Evropske unije.

Preko programa, katerega glavna naloga je tudi mobilnost, se na ta način le-ta povečuje na zelenih področjih kot se tudi vzpodbujajo trajnostni načini prevoza (ogljčna nevtralnost) in bolj odgovorno vedenje do narave.

Ena izmed glavnih nalog programa je tudi uporaba inovativnih praks trajnostnega razvoja - izobraževanja, usposabljanja preko katerih bi udeleženci postali nosilci sprememb.

Zato bi si morale vključene organizacije in udeleženci pri načrtovanju aktivnosti prizadevati za vključitev zelenih praks v vse projekte, kar jih bo spodbudilo k spoznavanju okoljskih vprašanj in razpravi o njih, k razmisleku o lokalnih ukrepih in k uvedbi okolju prijaznejših načinov izvajanja aktivnosti.

Program Erasmus+ omogoča tudi navezovanje stikov - šol, univerz, ponudnikov poklicnega izobraževanja in usposabljanja, mladinskih in športnih organizacij, nevladnih organizacij, lokalnih in regionalnih organov kot tudi organizacij civilne družbe.

## **3. VKLJUČENOST V PROGRAM ERASMUS+ NA NAŠI ŠOLI**

Naša šola je bila uspešna pri prijavi v okviru Erasmus+ programa v projekt z naslovom »Ne spreminjajmo podnebja ampak našo metodologijo in poti učenja«, ki bo trajal 18 mesecev (od 10. 8. 2023 do 9. 2. 2024). Prednostne naloge projekta so klimatske spremembe in okoljevarstvo, inovativni pristopi in metode poučevanja in pridobivanje novih izkušenj in znanj za učitelje in učence. Osnovni cilji, ki smo si jih zadali v okviru projekta so pridobitev znanj iz inovativne metodologije poučevanja in uporaba le-teh, povezovanje učiteljev in deljenje primerov dobrih praks, medpredmetno povezovanje v učilnici in na prostem, ki bo spodbujalo učence k aktivni vlogi pri pouku in k sodelovalnemu, problemskemu in projektному učenju na temo klimatskih sprememb. Ravno tako želimo omogočiti učencem, da pridobijo pomembne izkušnje, ki jih prinesejo mobilnosti in krepiti njihovo samozavest in enakopravnost.

V projektu smo načrtovali 30 mobilnosti in sicer tri osnovne:

- Skupinska mobilnost učencev, kjer smo do sedaj izvedli že dve mobilnosti, eno na Finskem in drugo na Slovaškem, ena mobilnost pa je še v načrtovanju. Pri vsaki mobilnosti je vključenih 6 učencev in dva spremljevalca učitelja.
- Sledenje na delovnem mestu, kjer so se do sedaj tri učiteljice odpravile na finsko osnovno šolo v mestu Vantaa, kjer so prisostvovala pouku.
- Udeležba na tečaju, kjer sta do sedaj dve učiteljici na Islandiji na tečaju spoznavali potek projekta in spoznavali ostale udeležence v projektu, naslednja udeležba na tečaju je načrtovana v mesecu juliju na Azorih.

Poleg mobilnosti smo načrtovali dejavnosti in aktivnosti na ravni šole, lokalnega okolja in države – objave po šolskem radiu na temo ekologije in dejavnosti v okviru Erasmus+ projekta, ustvarili smo Erasmus+ kotiček, sodelovali smo na to temo povezanih natečajih, pripravili smo gledališko predstavo in še veliko ostalih stvari povezanih s projektom.

Ravno tako smo ustanovili strokovno skupino Erasmus+ za določitev kriterijev za izbor učencev, oblikovanje evalvacijskih obrazcev za oceno posameznih aktivnosti - merjenje dosežkov dela, pomoč pri načrtovanju dejavnosti na šoli (in tudi posamičnih dni dejavnosti), zbiranje gradiv oziroma primerov uporabe inovativnih pristopov pri pouku in primerov medpredmetnega povezovanja na ravni šole. Seveda je bila potrebna tudi medsebojna spodbuda, deljenje izkušenj, medpredmetno povezovanje, hospitacije, uporaba inovativnih metod, konference in razne predstavitve.

#### **4. MOBILNOST UČENCEV NA FINSKEM**

V tednu od 17. do 24. marca 2024 je bila izvedena v okviru projekta mobilnost učencev na Finskem. Mobilnost je potekala v mestu Kitee, ki je obmejno mesto v Severni Kareliji na vzhodu Finske. Mesto šteje približno 10.000 prebivalcev in se ponaša s čudovitimi plažami, jezeri in naravo. V mestu Kitee se nahaja osnovna šola Arpeen, katero obiskuje okrog 500 učencev, ki so stari med 7 in 16 leti in obiskujejo razrede od prvega in devetega. Šola šteje 70 članov šolskega osebja, od tega je 50 učiteljev in okrog 10 pomočnikov, ki učiteljem pomagajo predvsem pri učencih z učnimi težavami. Šola se ponaša z veliko mednarodnih dejavnosti, kot so projekti Erasmus+ programa, pobratenje z drugimi šolami in sodelovanje z Japonsko.

Učenci naše šole so bili nastanjeni pri različnih družinah - tako so spoznali življenje vrstnikov, tamkajšnjih prebivalcev in z njimi sodelovali pri njihovih vsakodnevnih popoldanskih dejavnostih. Ta mobilnost je učencem postavila veliko izzivov, med njimi tudi sporazumevanje v angleškem jeziku, nizke temperature, orientacijo v okolju in mobilnost z različnimi prevoznimi sredstvi – letalo, vlak, tramvaj, podzemna železnica.

Mobilnost je trajala sedem dni, od nedelje, ko je bil načrtovan let z Dunaja na letališče v Helsinke, od tam z lokalnim vlakom z letališča v center Helsinkov na glavno železniško postajo, od tam pa s potovalnim vlakom na 400 kilometrov oddaljen sever Finske – mesto Kitee, do sobote, ko so se učenci vrnili domov.

Učenci kot tudi dve učiteljici spremljevalki so bili deležni pestrega urnika. V ponedeljek je učitelj – vodja projekta na finski šoli razkazal in opisal šolo. Učencem je bila predstavljena delavnica na temo robotike iz legokock, v kateri so tudi sodelovali. V torek je bil načrtovan obisk podružnične šole Hutsin, katero obiskuje 120 učencev od 1. do 6. razreda. Za učence slovenske šole so bile

pripravljene delavnice skupaj z učenci 5. razreda finske šole, kjer so spoznavali finščino in pekli njihovo tradicionalno pecivo, ki se imenuje »Tikupula«.

V torek popoldan so slovenski in skupina finskih učencev ustvarjali v delavnici na temo »Future city«. Tema delavnice je bila ekologija in trajnostni razvoj. Učenci so bili v mešanih skupinah in so komunicirali v angleškem jeziku. Ustvariti so morali plakat, na katerem je prikazano njihovo mesto prihodnosti – brez onesnaženosti in z več narave.



**SLIKA 1 IN 2:** Ustvarjanje in predstavitev plakatov na temo »Future city«.

V sredo je bil načrtovan pohod, kjer so se učenci peš odpravili do doma učiteljice, kjer so izvedli zimske »olimpijske igre«. Učence je obiskal tudi Božiček, ki je prinesel velikonočna darila in tekmoval v skupini z učiteljicama. Učenci so morali ugotavljati, katere stopinje pripadajo določeni živali. Četrtek je bil dan za strokovno ekskurzijo, kjer so si slovenski učenci skupaj s skupino finskih učencev ogledali grad in umetniško srednjo šolo v bližnjem mestu Savonlinna. Učenci so ob tem spoznavali zgodovino kraja in njegovo kulturo.



**SLIKA 3:** Ogled gradu v mestu Savonlinna.

V okviru mobilnosti na Finskem je v petek bil načrtovan tudi ogled in znamenitosti glavnega mesta Finske – Helsinkov. Tukaj so učenci spoznavali različne načine potovanja z različnimi prevoznimi sredstvi. Za prevoz iz mesta Kitee smo uporabili vlak, po mestu smo preizkusili tudi tramvaj kot tudi podzemno železnico. V mestu Helsinki smo si ogledali knjižnico kot tudi glavne znamenitosti mesta Helsinki.



**SLIKA 4:** Ogled mesta Helsinki.

V soboto je sledila vožnja z lokalnim vlakom do helsinškega letališča, let proti Dunaju in prevoz do šole, kjer so učence pričakali starši.

## **5. ZAKLJUČEK**

Erasmus+ program podpira izvajanje projektov za organizacije, aktivne na področju izobraževanja, usposabljanja in mladine, ki v svoj projekt vključijo različne vrste mobilnosti v okviru načrtovanja, priprav, izvajanja in nadaljnega spremljanja. S vključenostjo v projekt v okviru programa Erasmus+ krepimo izboljšanje tujega jezika kot tudi pridobljeno znanje, spretnosti in odnos do podnebnih sprememb ter podpiramo trajnostni razvoj. Mobilnost na Finskem je učencem omogočila spoznavanje tujega okolja v okviru kompetenc okoljevarstva in trajnostnega razvoja, krepitev znanj in komunikacije v angleškem jeziku kot tudi povečanje samozavesti pri učencih.

## LITERATURA IN VIRI

[1.] <https://erasmus-plus.ec.europa.eu/sl/programme-guide/part-a/priorities-of-the-erasmus-programme/objectives-features> (Povzeto z interneta dne 10.5.2024)

[2.] <https://erasmus-plus.ec.europa.eu/sl/programme-guide/part-a/priorities-of-the-erasmus-programme> (Povzeto z interneta dne 10.5.2024)

[3.] <https://erasmus-plus.ec.europa.eu/sl/programme-guide/part-b/key-action-1/what-is-a-mobility-project> (Povzeto z interneta dne 27.5.2024)

[4.] <https://www.kitee.fi/fi/web/eng/matkailu> (Povzeto z interneta dne 28.5.2024)

[5.] <https://www.kitee.fi/fi/web/eng/arppen-koulu> (Povzeto z interneta dne 28.5.2024)

[6.] <https://www.kitee.fi/fi/web/eng/hutsin-koulu> (Povzeto z interneta dne 28.5.2024)

## **RAZVIJANJE SOCIALNIH IN ČUSTVENIH VEŠČIN PRI UČENCIH**

### **POVZETEK**

Šola predstavlja ključen kontekst učenja in razvoja posameznika, torej prostor, kjer se otroci učijo o sebi in drugih. Pomembno je, da šola pri poučevanju otrok upošteva celosten pristop, in sicer z vključevanjem različnih učnih kontekstov in spodbujanjem ne le osnovnih akademskih veščin, ampak tudi socialnega in čustvenega razvoja ter duševnega zdravja otrok.

Namen pričujočega prispevka je predstaviti, kako smo se razvijanja socialnih in čustvenih veščin pri učencih lotili na Osnovni šoli Gornja Radgona. Po epidemiji koronavirusa smo izvedli raziskavo, ki je pokazala posledice na duševnem zdravju učencev, zato smo si kot prioriteto nalogo zadali preventivno delovanje na področju duševnega zdravja naših učencev. Dve šolski leti smo za vse učence v sklopu pouka in šolskih skupnosti aktivno izvajali preventivne delavnice, ustvarili kotiček za sprostitev, kjer so se učenci družili ob igranju družabnih iger in se seznanili s poučnim gradivom o pomenu duševnega zdravja, učence smo aktivno vključili, da so tudi sami podali predloge in pobude za boljše počutje v razredu. O pomenu razvijanja socialnih in čustvenih veščin smo izobraževali tudi učitelje, ki igrajo ključno vlogo pri vsakodnevem sistematičnem implementiranju tovrstnih veščin v učni proces.

Največji doprinosi aktivnosti k pedagoški stroki je razvijanje socialnih in čustvenih veščin pri učencih, s čimer smo vplivali na to, da učenci lažje rešujejo konfliktna situacija in gradijo pozitivne odnose z vrstniki in odraslimi, izboljšajo učne dosežke, povečajo motivacijo za delo. Pri učencih smo vzpodbujali dobro počutje in preprečevali razvoj težav z duševnim zdravjem. Rezultat izobraževanja učiteljev je pokazal na spremenjene oblike in metode dela pri pouku.

**KLJUČNE BESEDE: čustvene veščine, socialne veščine, duševno zdravje, preventivne dejavnosti.**

## **DEVELOPING STUDENTS' SOCIAL AND EMOTIONAL SKILLS**

### **ABSTRACT**

School is a key context for learning and development, a place where children learn about themselves and others. It is important that schools take a holistic approach to teaching children, integrating different learning contexts and promoting not only basic academic skills, but also children's social and emotional development and mental health.

The purpose of this paper is to present how we have approached the development of social and emotional skills in pupils at Gornja Radgona Primary School. After the coronavirus epidemic, we carried out a survey which showed the consequences on the mental health of our pupils, and we made it a priority to take preventive action in the field of mental health of our pupils. For two school years, we have actively implemented prevention workshops for all pupils in the classroom and in school communities, we have created a relaxation corner where pupils could play board games and learn about the importance of mental health, and we have actively involved pupils in making suggestions and initiatives to improve their well-being in the classroom. Teachers were also educated on the importance of developing social and emotional skills, as they play a key role in the day-to-day systematic implementation of such skills in the learning process.

The greatest contribution of the activity to the teaching profession is the development of social and emotional skills in pupils, which has helped them to resolve conflict situations and build positive relationships with peers and adults, improve their academic performance, and increase their motivation to work. We have promoted pupils' well-being and prevented the development of mental health problems. Teacher training has resulted in changes in the way teachers work in the classroom.

**KEYWORDS: emotional skills, social skills, mental health, prevention activities.**



## 1. UVOD

Šola predstavlja ključen kontekst učenja in razvoja posameznika, torej prostor, kjer se otroci učijo o sebi in drugih. Pomembno je, da šola pri poučevanju otrok upošteva celosten pristop, in sicer z vključevanjem različnih učnih kontekstov in spodbujanjem ne le osnovnih akademskih veščin, ampak tudi socialnega in čustvenega razvoja ter duševnega zdravja otrok.

Programi socialnega in čustvenega učenja kažejo pozitivne učinke na področju socialnih in čustvenih veščin, odnosa do sebe in drugih, pozitivnih socialnih vedenj, zmanjšanja motečega vedenja in čustvenih stisk. Dosledno razvijanje otrokovih socialnih in čustvenih veščin prinaša številne pozitivne učinke na posameznika in družbo kot celoto. Dokazano je, da socialno in čustveno učenje pripomore k boljšemu duševnemu in fizičnemu zdravju, boljšemu učnemu uspehu in boljšemu počutju.

Po epidemiji koronavirusa smo v Osnovni šoli Gornja Radgona izvedli raziskavo, ki je pokazala posledice na duševnem zdravju učencev, zato smo si kot prioriteto nalogo zadali preventivno delovanje na področju duševnega zdravja naših učencev. Zadnji dve šolski leti smo aktivno delovali na področju razvijanja socialnih in čustvenih veščin pri učencih in zaposlenih.

## 2. OPREDELITEV SOCIALNIH IN ČUSTVENIH VEŠČIN

Socialne in čustvene veščine so veščine, ki otrokom in mladostnikom pomagajo razviti odpornost ter uveljavljanje svojih občutkov, misli in vedenja. So pomembne življenjske veščine, ki podpirajo sposobnost učencev, da se spoprimejo s težkimi situacijami ter gradijo pozitivne odnose z vrstniki in odraslimi. Te veščine lahko izboljšajo učne dosežke, povečajo motivacijo učencev, vzpodbujajo dobro počutje in pomagajo preprečiti razvoj težav z duševnim zdravjem. Šole lahko igrajo ključno vlogo pri gradnji močnih čustvenih temeljev, ki jih vsi potrebujemo, da bi uspevali in bili duševno zdravi.

Mednarodna raziskava OECD (OECDiLibrary, b. d.) iz leta 2023, v katero so bili vključeni učenci iz več držav, daje vpogled v socialne in čustvene veščine otrok in je namenjena izboljšanju našega razumevanja socialnih in čustvenih veščin ter načinu kako učenci te veščine vnašajo v vsakdanje življenje. V rezultate raziskave so vključeni tudi rezultati iz leta 2019, pred pandemijo Covid. V raziskavi je bil merjen širok nabor spretnosti pri učencih starih 10 let (merjenje je bilo neobvezno) in 15 let (merjenje obvezno): veščine izvajanja nalog (vztrajnost, odgovornost, samokontrola in motivacija za dosežke), veščine čustvene regulacije (odpornost na stres, nadzor čustev in optimizem), veščine sodelovanja z drugimi (asertivnost, družabnost in energija), dovezetnost za nova znanja (radovednost, ustvarjalnost in strpnost) in veščine sodelovanja (empatija in zaupanje). Obstajajo razlike v socialnih in čustvenih veščinah glede na spol, starost in družinsko ozadje učencev, npr. mlajši učenci po navadi poročajo o bolj razvitih socialnih in čustvenih veščinah kot starejši učenci. Fantje običajno poročajo o bolj razvitih veščinah čustvene regulacije – zlasti odpornosti na stres, medtem ko dekleta poročajo o višji strpnosti, empatiji in odgovornosti. Socialno – ekonomsko prikrajšani učenci poročajo o nižjih ravneh vseh spretnosti v primerjavi s privilegiranimi učenci, te vrzeli pa so največje pri dovezetnosti za nova znanja (ustvarjalnost, strpnost in radovednost) in tistih, ki so povezane s sodelovanjem z drugimi (empatija, družabnost, samozavest).

Dekleta poročajo o manj zdravem vedenju (zajtrk, dovolj spanja, redna vadba) ter nižji ravni zadovoljstva z življenjem in psihičnem blagostanju kot fantje, vendar so po navadi bolj ambiciozna.

Več kot polovica 15 – letnikov ne spi dovolj (spijo manj kot 8 ur na noč). Dovolj spanja je iz zdravstvenega vidika zelo povezano z dobrim počutjem učenca.

Učenci z manj razvitimi socialnimi in čustvenimi veščinami običajno kažejo rezultate slabšega počutja. Spretnosti, ki so najmočnejše in dosledno povezane z rezultati dobrega počutja – optimizem, energija in zaupanje – so tiste z največjim upadom med 10. in 15. letom in največjimi razlikami med spoloma.

Učenci z višjimi sposobnostmi izvajanja nalog (motivacija in vztrajnost) in radovednostjo dosegajo boljši učni uspeh (boljše ocene pri branju, matematiki in umetnosti).

Učenci z višjo dovednostjo za nova znanja in sposobnostjo izvajanja nalog pa so bolj pripravljeni in bolj ambiciozni za svoje prihodnje izobraževanje in kariero.

Raziskava srednjih šol v Chicagu je prav tako pokazala, da so imeli učenci manj izostankov in višje ocene v tistih šolah, ki bolj spodbujajo čustvene veščine pri otrocih, kot na tistih, ki temu niso bile tako naklonjene (Jackson, Porter, Easton, Blanchard in Kiguel, 2020).

### **3. VPLIV RAZREDNE KLIME**

Nedavna meta – analiza, ki je vključevala 61 študij, dokumentira povezavo med vzdušjem v razredu in učenjem otrok. Analiza dokazuje, da ima pozitivna razredna klima pomemben vpliv na dosežke učencev ter da prispeva k njihovim socialno – čustvenim veščinam (Wang et al., 2020). Obiskovanje šole, predvsem učenje in vse obveznosti, ki jih imajo učenci, ni enostavno, zato je razredna klima še toliko bolj pomembna. V kolikor je klima v razredu pozitivna, daje učencem samozavest in občutek podpore. Velik pomen za učence ima čustvena podpora in pozitivne povratne informacije učencem s strani učitelja. Napake učencev ne bi smele biti predmet norčevanja ali kritiziranja znotraj razreda, ampak priložnost za rast.

Ključno je tudi to, kako učitelji komunicirajo v razredu. Po raziskavah sodeč učitelji, katerih komunikacija je usmerjena v osebno rast in podporo, spodbujajo pri učencih motivacijo in zavzetost (Reyes et al., 2012). V razredih, kjer so učitelji trdili, da se lahko vsakdo nauči snov, so učenci dosegali boljše učne rezultate (Smith, Johnson in Zimmer, 2018). V praksi je to videti tako, da učitelji pri spodbujanju osebne rasti uporabljajo besede, ki kažejo na osebno rast. Poudarek je predvsem na trudu in specifičnih prispevkih učenca, ne pa na sporočilu o prirojnih sposobnostih (Rogers in Thomas, 2023).

Smith s sodelavci (2022) priporoča, da naj bi učitelji uporabljali dve vrsti sporočil, ki zagovarjajo stališča učencev o sebi in temeljijo na miselnosti za osebno rast. Cilj takšnih sporočil je spodbuditi učence, da se ne gleda na njih kot na nekoga, ki ga definira le rezultat ali ocena. Ta sporočila torej vključujejo pričakovanja, v katerih učitelji priznavajo, da imajo učenci potencial za rast in jih obravnavajo kot posameznike z vrednotami in lastno identiteto.

Povratna informacija in pohvala sta prav tako ključnega pomena za učence. Raziskave kažejo, da je pohvala eden pomembnejših načinov kako učitelji sporočajo svoje poglede na učence. Vendar je pomembno, da se osredotočijo na pohvalo, ki poudarja sam proces izvedbe naloge s katerim učenec doseže cilj. Takšna pohvala se razlikuje od na osebo osredotočene pohvale, katera pa poudarja notranje lastnosti učenca, npr. kako si pameten, zelo si hiter ... Veliko raziskav je namreč pokazalo, da so učenci, ki so bili pohvaljeni na način, kjer je učitelj poudarjal prirojene sposobnosti učenca, bili manj vztrajni pri izvajanju težkih nalogah, imeli so izrazitejši strah pred neuspehom, nižjo učno motivacijo, prav tako so iskali manj izzivov (Dweck, 2007; tudi Dweck, 2016).

## **4. AKTIVNA VADBA SOCIALNIH IN ČUSTVENIH VEŠČIN**

Poučevanje in urjenje socialnih in čustvenih veščin v šolah učencem pomaga zgraditi razumevanje kako te veščine delujejo in kako jih manifestirajo v vsakdanjem življenju. Cilji urjenja so učence podučiti o teh veščinah, kako delujejo in kako jih je mogoče nadaljnje razvijati. Med aktivno vadbo učenci te veščine uporabljajo, medtem pa krepijo svoje razumevanje za razvoj socialno - čustvenih veščin.

Obsežna metaanaliza programov socialno – čustvenega učenja (Durlak, Weissberg in Pachan, 2010) je pokazala, da so programi, ki so zaporedni, aktivni, osredotočeni in eksplisitni, bolj učinkoviti, kot tisti, ki teh značilnosti nimajo. Raziskave kažejo, da se lahko socialno - čustvene veščine sistematično poučujejo in vsakodnevno vključujejo v izobraževalni sistem, saj so te veščine prilagodljive in ne zgolj prirojene. Rezultati programov za podporo teh veščin pri učencih kažejo obsežne koristi, predvsem o pozitivnih učinkih na učne rezultate, pa tudi na čustvenem področju in medosebnih odnosih. Učinki pa so bili še večji, kadar so bile dejavnosti socialno - čustvenega učenja vključene v rutinsko prakso izobraževanja, pri čemer pa veliko vlogo igrajo v razredu prav učitelji. Takšen pristop dokazano zmanjšuje socialno - čustvene težave, kot je stres in izboljša vedenje učencev.

### **4.1 POSEBNE PRAKSE IN PRISTOPI**

Pri razvijanju socialnih in čustvenih veščin imajo učitelji zelo pomembno vlogo, saj učencem služijo kot vzgled. V ZDA je Yeager s sodelavci (2022) izvedel raziskavo, v kateri je sodelovalo 9000 učencev. Ugotovili so, da so učitelji pomemben dejavnik pri tem, da učenci sprejmejo prakse, ki so usmerjene v osebno rast. Torej učitelji, ki so vzor učencem in izkazujejo vedenje usmerjeno v osebno rast, pomagajo, da te ideje ukoreninijo in razvijejo tudi pri učencih. Rezultati so pokazali tudi, da je vloga učiteljevih miselnih vzorcev za osebno rast še posebej učinkovita pri ranljivejših učencih. V praksi to pomeni, da učitelji uporabljajo komunikacijo, ki je usmerjena v osebno rast in učencem pokažejo, kako pristopiti k napakam in izzivom kot priložnostim za učenje. Učitelji torej lahko v samem procesu poučevanja priznajo, kateri deli med njihovim opravljanjem naloge so še posebej težki in kako obvladujejo to tesnobo in razočaranje. S tem učitelji lahko dejansko pokažejo kako obvladujejo vrsto čustev, ki jih učenci lahko občutijo pri opravljanju dela, kot so utrujenost, negotovost ali dvom.

Pomembne so tudi oblike urjenja veščin, kot so pisanje in umetniško izražanje ter interaktivne oblike vadbe z igrami in igranjem vlog, kar pa je odvisno od starosti učencev. Pri vsem tem pa igra pomembno vlogo uporaba razprave o socialno – čustvenih veščinah, ki se lahko vključi v druge dejavnosti (Jones et al, 2021). V konkretnem primeru učitelj postavi učencem vprašanje o tem, kako se lahko nekdo počuti ali ravna v določeni situaciji in kako se to nanaša na njihovo lastno življenje. V kolikor uporabi učitelj razpravo po dejavnosti, ki se nanaša na usvajanje veščin, pa učence s tem pozove, da ocenijo kako so bile določene veščine uporabljene in kako jih lahko naslednjič še izboljšajo.

Učitelji, ki vključujejo metakognitivne prakse vplivajo na izboljšanje učnih rezultatov pri učencih (Perry, Lundie in Golder, 2019). Na primer, da domače naloge ali razredne dejavnosti obogatijo z vprašanji ali spodbudami, kot je: "Kaj moraš vedeti, da boš rešil ta problem?"

Zadnjih nekaj let se pojavlja tudi veliko obetavnih dokazov na področju spodbujanja čuječnosti, saj je praksa čuječnosti v učilnicah učinkovita predvsem pri spodbujanju veščin povezanih s samoregulacijo ter vključuje umik od problema in miren razmislek, npr. osredotočanje na dihanje (Zelazo et al., 2018). Ugotovljeno je bilo, da so imeli otroci, ki so redno izvajali vaje čuječnosti, konkretnije vaje globokega dihanja, manj fizičnih reakcij, kar pa zmanjša negativne vedenjske izbruhe v razredu (Obradović, Sulik in Armstrong-Carter, 2021). Prakse čuječnosti se zlahka vključijo v vsakdanje rutine in dejavnosti.

Pridobivanje nekaterih spretnosti je lahko odvisno od konteksta, zato bi naj bilo poučevanje socialno – čustvenih veščin usklajeno s specifičnimi vsebinami in učnimi cilji, ki jih učenci obravnavajo. Tako je pridobivanje samoregulacijskih veščin, kot je metakognicija, učinkovito, če je povezano z zahtevnimi nalogami v običajnih učnih vsebinah. V praksi to zgleda tako, da se učenci lahko naučijo različnih postopkov reševanja matematičnega problema, nato pa samoreflektirajo in ocenijo, kako je med samimi postopki potekalo njihovo učenje. Spremljanje in vrednotenje lastnega učenja je namreč odvisno od tega, kaj se učenec uči, to pa se oblikuje na podlagi vsebinskega znanja, ki ga učenec ima.

Pri vsem tem, pa je najbolj pomembno, da učitelji sami zelo dobro poznajo socialno - čustvene veščine, saj jih le tako lahko implementirajo v sam učni proces. Predvsem metakognicija in samoregulacija sta veščini, ki nista samoumevni za vse učitelje in zahtevata določeno stopnjo učenja. Za učence je predvsem pomembno in najbolj učinkovito, da se jim ponudi redne prilagoditve za uporabo določenih strategij in razvijanje določenih spretnosti. Kar pa od učiteljev zahteva dodatna prizadevanja za razvijanje dejavnosti, ki vključujejo socialno – čustvene vsebine in so skladne z učnimi cilji in razredno stopnjo.

## **5. RAZVIJANJE SOCIALNIH IN ČUSTVENIH VEŠČIN NA OSNOVNI ŠOLI GORNJA RADGONA**

Po epidemiji koronavirusa smo v Osnovni šoli Gornja Radgona izvedli raziskavo, ki je pokazala posledice na duševnem zdravju učencev, zato smo si kot prioriteto nalogo zadali preventivno delovanje na področju duševnega zdravja naših učencev. Zadnji dve šolski leti smo aktivno delovali na področju razvijanja socialnih in čustvenih veščin pri učencih in zaposlenih.

V začetku šolskega leta 2022/23 smo na prvi šolski skupnosti učencem predstavili aktivnosti, ki bodo na temo »Duševnega zdravja otrok in mladostnikov« potekale tekom šolskega leta. Poudarili smo pomen preventivnih dejavnosti in drugih aktivnosti, katere se na področju duševnega zdravja otrok na naši šoli že aktivno izvajajo in katere se bodo izvajale v prihodnjih dveh šolskih letih. Mentorica skupnosti učencev šole in učenka, ki je članica šolske otroške vlade, zadolžena za področje zdravja, sta učencem predstavili analizo rezultatov raziskave na temo »Posledice epidemije na duševno in fizično zdravje naših učencev«. Rezultati analize raziskave so nam služili kot izhodišče za oblikovanje preventivnih dejavnosti in ostalih aktivnosti, povezanih z duševnim zdravjem naših učencev.

Šolske svetovalne delavke smo aktivno izvajale preventivne delavnice za učence od 1. do 9. razreda in na ta način razvijale čustvene in socialne veščine pri otrocih. Pri tem smo zajele temeljna področja življenjskih veščin: reševanje problemov, upravljanje s stresom, asertivnost, socialno prilagajanje, upiranje pritiskom, sprejemanje odločitev, kritično mišljenje, medosebne veščine in učinkovito komunikacijo. Vključile smo aktivne oblike učenja veščin, ki temeljijo na pozitivnem pristopu.

Na šoli smo obeležili svetovni dan zdravja. Glede na to, da je bila osrednja tema skupnosti učencev šole duševno zdravje otrok in mladih, smo v ta namen na šoli izvedli številne aktivnosti, ki ozaveščajo o pomenu duševnega zdravja in razvijajo socialne in čustvene veščine pri otrocih. Učenci so v sklopu otroškega parlamenta razmišljali o duševnem zdravju skozi zgodbe v stripih. Glavna junaka zgodbe sta bila Zdravko in Duška. Ob obeležitvi svetovnega dneva zdravja smo pred pisarno psihologinje ustvarili »učilnico Zdravka in Duške«, kjer so bili razstavljeni vsi nastali stripi. Tam so lahko učenci prebirali tudi poučno gradivo, namenjeno ozaveščanju o pomenu duševnega zdravja pri otrocih in mladostnikih ter nasvete, kje poiskati pomoč in na koga se obrniti v stiski. Učenci so skupaj z razredniki obiskali »učilnico Zdravka in Duške«. Predstavniki razredov od 1. do 9. razreda so sošolcem predstavili vsebine stripov, ki so jih izdelali na otroškem parlamentu, hkrati pa se ob gradivu pogovorili o pomenu duševnega zdravja, izražanja in prepoznavanja čustev in o strategijah uravnavanja čustev. Predstavniki oddelkov so razmišljali na temo duševnega zdravja in podali tudi predloge za boljše počutje učencev na šoli. Eden izmed predlogov je bil ureditev koticke s sproščujočimi dejavnostmi za učence. V ta namen smo na svetovni dan zdravja v avli šole ustvarili koticke, kjer se lahko učenci družijo ob igranju družabnih iger, se seznanijo s poučnim gradivom o pomenu duševnega zdravja in se sprostijo ob sproščujoči glasbi.

Poseben dan smo posvetili tudi obeležitvi Dneva kulture nenasilja in strpnosti. V sklopu tega smo z učenci od 1. do 9. razreda izvedli delavnice na temo samozavedanja in uravnavanja čustev, medosebnih odnosov in komunikacije, čuječnosti in tehnik sproščanja ter preprečevanja nasilja. Preventivno delovanje je edini učinkoviti način za preprečevanje ali vsaj zamejevanje nasilja na naših šolah. Le tako lahko zagotovimo varno učno okolje in omogočimo dobro počutje učencev na šoli. Skozi aktivnosti so učenci razmišljali o čustvih, zakaj je pomembno, da jih prepoznamo pri sebi in drugih ter kako jih na primeren način izražamo. Spregovorili so o različnih vrstah nasilja in ugotavljali kaj storiti, ko smo priča nasilju in kako lahko pomagamo osebi, ki se znajde v stiski. Nadalje so se učenci spraševali, kaj je potrebno za dobre medsebojne odnose in zakaj je pomembno, da smo drug do drugega strpni. Dotaknili so se pojma »spoštljiva komunikacija« in se spopadli z izzivom, kako na primeren način rešujemo konfliktne situacije in kako lahko sami pripomorejo k boljšim odnosom in klimi v razredu. Pozornost smo namenili tudi vajam čuječnosti in različnim tehnikam sproščanja.

Povezali smo se tudi z zunanjimi izvajalci. Strokovna delavka iz Ozare Slovenija - Nacionalnega združenja za kakovost življenja je dve šolski leti za učence predmetne stopnje izvedla preventivne delavnice na temo »Preventiva na področju duševnega zdravja«. Z učenci je spregovorila o vplivih stresnih situacij in njihovih posledicah na duševno in fizično zdravje. Učence je spodbudila k razmišljanju o dobrem počutju, pozitivni samopodobi in poudarila skrb za lastno duševno zdravje. Zelo dobro sodelujemo tudi s predstavniki iz Nacionalnega inštituta za javno zdravje. Učencem so predstavili kam se lahko obrnejo po pomoč, ko zaznajo stisko v duševnem zdravju. Hkrati so v posebnem predavanju »Psihološka prva pomoč« učence poučili o pomenu prepoznavanja čustev pri sebi in drugih, načinih uravnavanja čustev in pomoči sebi ter drugim, ko zaznamo določeno stisko. S strokovnimi sodelavci Društva za boljši svet smo učencem ponudili dve gledališki predstavi na temo »Ujeti se ne dam« in »Ni panike, vse se da rešit«, ki sta preko zanimive vsebine učence poučili o pomenu kritičnega mišljenja, medosebnih veščin, učinkovite komunikacije in upravljanja s stresom.

Športna pedagoginja z učenci izvaja gibalne odmore, kjer učenci izvajajo plesne dejavnosti, Tabato in vaje »Braingyma«. Z uvajanjem gibalnega odmora si prizadevamo za naše učence ustvariti bolj vzpodbudno šolsko okolje, prekiniti večurno gibalno nedejavnost, ublažiti posledice dolgotrajnega

sedenja, spodbuditi druženje in omogočiti priložnost za vzpostavljanje in ohranjanje pozitivnih odnosov z vrstniki.

V letošnjem šolskem letu smo izvedli poseben projekt »Igriva šola – šola po meri otroka«. Zbirali smo predloge in pobude učencev za ureditev šole po meri učencev (ureditev šolskih hodnikov, avle šole, okolice šole, pripomočki in dejavnosti za sprostitev in igro med odmori, aktivnosti in igre na šolskem dvorišču...) in njihove predloge in pobude za boljše počutje v razredu (pripomočki in dejavnosti, ki bi pripomogli k temu, da se bodo s sošolci v razredu počutili bolj povezani, sproščeni, razumljeni in sprejeti). Psihologinja je z učenci naredila analizo predlogov in jo predstavila vodstvu šole in učiteljskemu zboru. Na podlagi analize smo v razrednih uvedli novosti, svetovalne delavke so pripravile pripomočke za razvijanje socialnih in čustvenih veščin in jih predstavile vsakemu razredu posebej. Ustvarile so spletno učilnico, kjer sproti dopolnjujejo gradivo, ki ga učitelji aktivno uporabljajo pri svojem delu.

Učitelji so bili deležni usposabljanja »Psihološka prva pomoč«, ki sta ga izvedli strokovni delavki iz NIJZ. Usposabljanje je bilo namenjeno pridobivanju znanja o prepoznavi ključnih znakov in simptomov depresije in samomorilnega vedenja ter veščin glede pristopa, nudenja osnovne pomoči in podpore ter usmeritve k nadaljnji (strokovni) pomoči. Psihologinja šole je za celoten učiteljski zbor izvedla tudi izobraževanje na področju razvijanja socialnih in čustvenih veščin. Učitelje je seznanila z raziskavami na področju duševnega zdravja mladih v Sloveniji in poudarila pomen preventivnih dejavnosti in razvijanja socialnih in čustvenih veščin v razredu. Z učitelji je naredila načrt, kako socialno in čustveno učenje implementirati v učni proces. Rezultat izobraževanja učiteljev je pokazal na spremenjene oblike in metode dela pri pouku.

## **6. SKLEP**

S pomočjo socialnega in čustvenega učenja učenci pridobivajo in uporabljajo znanja in veščine, ki so pomembne pri prepoznavanju in obvladovanju čustev, razvoju čuta in skrbi do drugih, sprejemanju odgovornih odločitev, vzpostavljanju pozitivnih odnosov in ustreznega ravnanja v težjih situacijah. Na ta način želimo na šoli vplivati na zdrav psihološki in socialni razvoj naših učencev. Tudi v prihodnje se bomo na šoli zavzemali za to, da pri poučevanju upoštevamo celosten pristop, in sicer z vključevanjem različnih učnih kontekstov in spodbujanjem ne le osnovnih akademskih veščin, ampak tudi socialnega in čustvenega razvoja ter duševnega zdravja naših učencev.

## LITERATURA IN VIRI

- [1] Durlak, J., Weissberg, R. in Pachan, M. (2010). A meta-analysis of after-school programs that seek to promote personal and social skills in children and adolescents, *American Journal of Community Psychology*, 45(3-4), 294–309.
- [2] Dweck, C. (2007). The perils and promises of praise, *Educational Leadership*, 65(2), 34–39.
- [3] Dweck, C. (2016). What having a “growth mindset” actually means, *Harvard Business Review*, 13(2), 2–5.
- [4] Jackson, K. C., Porter S. C., Easton J. Q., Blanchard A. and Kiguel S. (2020). "School Effects on Socioemotional Development, School-Based Arrests, and Educational Attainment." *American Economic Review: Insights*, 2 (4): 491-508.
- [5] Jones, S. et al. (2021). *Navigating SEL from the Inside Out: Looking Inside and Across 33 Leading SEL Programs: A Practical Resource for Schools and OST Providers; Preschool and Elementary Focus*. Harvard Graduate School of Education.
- [6] OECDiLibrary. (b. d.). *Social and Emotional Skills for Better Lives: Findings from the OECD Survey on Social and Emotional Skills 2023*. <https://www.oecd-ilibrary.org/sites/35ca7b7c-en/index.html?itemId=/content/publication/35ca7b7c-en>
- [7] Obradović, J., Sulik, M. in Armstrong-Carter, E. (2021). Taking a few deep breaths significantly reduces children’s physiological arousal in everyday settings: Results of a preregistered video intervention, *Developmental Psychobiology*, 63(8).
- [8] Perry, J., Lundie, D. in Golder, G. (2019). Metacognition in schools: What does the literature suggest about the effectiveness of teaching metacognition in schools?, *Educational Review*, 71(4), 483-500.
- [9] Reyes, M. et al. (2012). Classroom emotional climate, student engagement, and academic achievement, *Journal of Educational Psychology*, 104(3), 700-712.
- [10] Rogers, C. and M. Thomas (2023), *Educational Neuroscience: The Basics*, Routledge.
- [11] Smith, E. et al. (2022). An organizing framework for teaching practices that can “Expand” the self and address social identity concern, *Educational Psychology Review*, 34(4), 2197-2219.
- [12] Smith, T., Johnson, A. and Zimmer, T. (2018). The impact of teacher language on students’ mindsets and statistics performance, *Social Psychology of Education*, 21(4), 775–786.
- [13] Wang et al. (2020). Classroom climate and children’s academic and psychological wellbeing: A systematic review and meta-analysis. *Developmental Review* 57(61):100912.
- [14] Yeager, D. et al. (2022). Teacher mindsets help explain where a growth-mindset intervention does and doesn’t work, *Psychological Science*, 33(1), 18-32.
- [15] Zelazo, P. et al. (2018). Mindfulness plus reflection training: Effects on executive function in early childhood, *Frontiers in Psychology*, 9: 208.

## **USVAJANJE IN UČENJE TUJIH JEZIKOV**

### **POVZETEK**

Učenje tujih jezikov je danes zaradi globalizacije in mobilnosti delovne sile zelo pomembno. Če otrok odrasča z več jeziki hkrati, govorimo o usvajanju, če pridobiva znanje drugega jezika v procesu formalnega izobraževanja, pa o učenju. Usvajanje poteka na spontan, igriv in nezaveden način, a ima tudi pomanjkljivosti, kot npr. slabša zmožnost pisanja in obvladovanja pravopisa. Formalno učenje je zaveden proces, ki enakomerno razvija vse štiri jezikovne zmožnosti in vključuje učenje slovničnih pravil ter popravljanje napak. Pri tem procesu je ključna motivacija učencev, ki jo včasih težko dosežemo. Prav tako je njihov stik z drugim jezikom omejen na nekaj ur tedensko, kar je za razvoj dobrega znanja jezika zelo malo. Za uspešno obvladovanje sporazumevalnih možnosti, razumevanje večkulturnosti in jezikovne zavesti je kombinacija usvajanja in formalnega učenja izrednega pomena. Uspešen poskus takega integriranega učenja je metodologija CLIL v vrtcih, jezikovnih tečajih in nižjih razredih osnovne šole, ki je v nekaterih deželah že zelo razširjena.

**KLJUČNE BESEDE:** usvajanje, nezaveden način, formalno učenje, učenje slovničnih pravil, integrirano učenje.

## **ACQUIRING AND LEARNING FOREIGN LANGUAGES**

### **ABSTRACT**

In this day and age of globalisation and mobility, the learning of foreign languages has become extremely important. We talk about acquiring a language if a child is brought up in a multi-lingual environment; however, if a child learns a second language in the education process, we talk about learning a language. Acquiring of a language is a spontaneous, playful, and subconscious activity, but it has its drawbacks, e.g. problems with writing skills and spelling. On the other hand, formal learning is a conscious process, which gradually develops four language skills, including the learning of grammatical rules and error correction. In this process motivation plays a crucial role but is at the same time sometimes the most difficult to find. Another problem is the contact with a language, which is limited to a few hours a week, which is very little while learning a language. The optimal solution in order to carry out the command of the language while mastering communication skills, multi-culturalism and linguistic consciousness would be the combination of the two aforementioned methods. The CLIL methodology has proven as a successful example of such integrative learning; it can be found in many countries, primarily in kindergartens, first years of primary schools and language courses.

**KEYWORDS:** acquiring, subconscious level, formal learning, grammatical rules, integrative learning.



## 1. UVOD

Antropologi razvoj govora utemeljujejo kot enega ključnih dejavnikov v kognitivnem razvoju vsakega posameznika, aktivno znanje več jezikov pa je danes pomembno področje politike Evropske unije, saj znanje tujih jezikov omogoča lažjo mobilnost delovne sile, večje študijske in zaposlitvene možnosti, gospodarsko, politično in kulturno sodelovanje in še mnoge druge pomembne dejavnike. Živimo v globalnem svetu, ki ga zaznamujeta večkulturna in večjezična družba. Če je bila v prejšnjem tisočletju večjezičnost privilegij elit ali nuja priseljencev novega sveta, pa je danes pogoj za mirno in uspešno sobivanje v multikulturni družbi.

O dvo- ali večjezični osebi govorimo takrat, ko lahko brez težav uporablja dva ali več jezikov in prehaja iz enega v drugega, kadar želi [1]. Znanje drugega in včasih celo tretjega jezika lahko posameznik pridobi z usvajanjem v zgodnjem otroštvu ali z učenjem ob vstopu v neko formalno institucijo. Zaradi potrebe po znanju več jezikov se starostna meja učenja drugega jezika znižuje čedalje bolj in pogosto se otrok z njim sreča že v vrtcu.

## 2. USVAJANJE DRUGEGA JEZIKA V ZGODNJEM OTROŠTVU

### 2.1 Hkratno ali simultano usvajanje drugega jezika

O hkratnem ali simultanem usvajanju drugega jezika govorimo, kadar otrok odrašča z dvema jezikoma hkrati. Pri simultanem bilingvizmu, kot ga poimenujejo nekateri strokovnjaki, otrok drugi jezik usvaja enako kot svoj materni oz. prvi jezik.

Vzrokov za usvajanje drugega jezika v dobi zgodnjega otroštva je več. Simona Kranjc kot glavne navaja:

- življenje otrokove družine na narodnostno mešanem območju, kot je pri nas Prekmurje ali Slovenska Istra,
- selitev družine zaradi različnih razlogov v tujino (npr. zdomci ali izseljenci),
- otrok živi v jezikovno mešani družini [4].

Obstajajo pa še drugi razlogi, na primer ko se nekdo od staršev zavestno odloči, da bo z otrokom govoril jezik, ki ni jezik okolja. Pogoj je, da je ta oseba dvojezična in kot taka sposobna razmišljanja in čustvovanja v obeh jezikih.

Pri usvajanju gre običajno za sočasno, enakomerno in kontinuirano pridobivanje znanja drugega ali celo tretjega jezika. Pri tem je materni oz. prvi jezik tisti jezik, ki se ga ljudje v zgodnjem otroštvu naučimo v svojem domačem okolju, družni ali drugem primarnem okolju. Glavna prednost usvajanja drugega jezika je, da imajo otroci v zgodnjem otroštvu izreden talent za učenje jezika, ob ustrezni strategiji staršev oz. skrbnikov poteka usvajanje spontano, nezavedno, brez truda in obremenjenosti. Poleg tega pridobi otrok v predšolskem obdobju pristno in izvrstno izgovorjavo naravnega govorca. Ljubica Marjanovič Umek navaja, da se govor najhitreje razvija prav v obdobju malčka nekako do šestega leta starosti in poteka v tesni povezavi z razvojem čustev, mišljenja in socialnega spoznavanja [3].

Po mnenju strokovnjakov naj bi imel simultani bilingvizem oz. hkratno usvajanje več jezikov v dobi zgodnjega otroštva pozitiven vpliv na splošni intelektualni razvoj otroka, zavedanje jezika in sposobnost jezikovne analize, dobro samopodobo ter kognitivne in socialne zmožnosti [4]. Dvojezičnost, ki jo otrok usvoji na simultani oz. hkraten način, vpliva tudi na boljše sposobnost memoriziranja, bralne sposobnosti in sposobnosti reševanje problemov, na otrokov čustveni razvoj

ter spodbuja medkulturnost tj. zavedanje, spoštovanje in odprtost do tujih kultur. Mihaela Brumen navaja, da tudi spoznanja nevrobiologije, nevrodidaktike, nevrolingvistike in psihologije, ki izhajajo iz raziskovanja možganov, potrjujejo trditve o prednosti učenja drugega jezika v predšolskem obdobju [2].

Strategij za usvajanje drugega ali celo tretjega jezika je več in na tem področju si strokovnjaki niso povsem enotni, saj je jezik lahko vezan tako na osebo kot na govorni položaj. Tradicionalna strategija pri usvajanju več jezikov je ena oseba, en jezik. S tem se izognemo mnogim problemom, predvsem prevelikemu številu interferenc tj. nehotenim vnašanjem jezikovnih prvin iz enega v drug jezik in mešanju obeh jezikovnih sistemov. To je gotovo ena od težav pri usvajanju, dasiravno pogosto zgolj prehodnega značaja. Večja težava pri otrocih, ki so postali dvojezični z usvajanjem, so velikokrat pravopis in slabše formalno poznavanje jezika ter nezmožnost analize slovničnih napak. Teh pomanjkljivosti se ne da odpraviti drugače kot s formalnim učenjem.

## 2.2 Zaporedno oz. sosledno usvajanje drugega jezika

O zaporednem ali soslednem usvajanju drugega jezika govorimo, kadar začne otrok usvajati drugi jezik po tem, ko je prvega že usvojil, npr. v vrtcu oz. nekem drugem okolju. V ta kontekst sodi tudi odprt sodoben in v evropskih izobraževalnih institucijah aktualen didaktičen koncept poučevanja in usvajanja drugega jezika po imenu CLIL (*Content and Language Integrated Learning*), v katerem se vse vsebine nejezikovnih predmetov obravnavajo v drugem jeziku. Tudi didaktični koncept, imenovan jezikovna kopel, je razširjen v vrtcu in nižjih razredih osnovne šole in je primerljiv z naravnim usvajanjem jezika, kljub temu da poteka v institucionalnem okolju. Kot primer tega uspešnega koncepta usvajanja drugega jezika Saša Jazbec in Alja Lipavic Oštir navajata primer nekaterih oblik CLIL-a, ki so jih že v 60. letih uvajali v kanadski provinci Quebec pa v nemških vrtcih v Alzaciji in v francoskih kantonih Švice. V Sloveniji se metodologija CLIL uveljavlja v posameznih osnovnih šolah in na jezikovnih tečajih. Jazbečeva in Lipavic Oštirjeva kot prve primere do šol. leta 2006/07 navajata vrtec Tezno v Mariboru in vrtec Šentjur ter manjši slovenski vrtec na meji z Avstrijo, ki ga redno obiskuje vzgojiteljica iz Avstrije, ki dosledno govori samo nemško. Otroci ne razmišljajo o tem, v katerem jeziku govori, ampak ga ob aktivnostih, ki jih je pripravila vzgojiteljica, usvajajo na nezaveden in igriv način. Usvajanje poteka po principu ena oseba en jezik, podobno kot pri sočasnem oz. simultanem usvajanju. Gre za neko vrsto bilingualnega netradicionalnega integriranega pouka, saj se otroci ne osredotočajo na sistem jezika, temveč na uporabo jezika pri nejezikovnih vsebinah oz. v šoli pri drugih predmetih. Tako se lahko drugi jezik vključuje v uro glasbe, športne vzgoje, likovnega pouka. [10]. Študije kažejo, da je koncept CLIL najbolj uspešna oblika poučevanja drugega jezika v otroštvu, otroci, ki usvajajo drugi jezik po tej metodologiji, pa so govorno bolj sproščeni in ustvarjalni (sliki 1 in 2). Rezultati raziskav so pokazali, da učenci iz CLIL skupin ne kažejo nobenih primanjkljajev pri usvajanju branja in pisanja v prvem jeziku. Starši in socialno okolje so novi didaktični koncept sprejeli z navdušenjem, tudi evalvacija uspeha v enem od vrtcev je bila zelo dobra, a se je pokazala potreba po dodatnem izobraževanju pedagoškega kadra. Vsekakor pa je CLIL velik izziv za slovensko jezikovno politiko, saj zahteva spremembe ustaljenih vzorcev in razmišljanja [5].





**SLIKI 1 in 2:** Primer integriranega pouka po metodologiji CLIL.

Kljub sodobnim metodologijam poučevanja in dejstvu, da se otroci z drugim in tretjim jezikom v vzgojnovarstvenih institucijah soočajo vedno bolj zgodaj, pa še vedno ostaja potreba po dodatnem učenju tujih jezikov [10].

### 3. UČENJE DRUGEGA IN TRETJEGA JEZIKA V OSNOVNI IN SREDNJI ŠOLI

Prevladujoči koncept poučevanja drugega in tretjega jezika v slovenskih osnovnih in srednjih šolah ostaja kljub sodobnejših metodah še vedno tradicionalen, pri katerem učenci jezik doživljajo kot formalni sistem. Poučevanje tujih jezikov je kompleksen psihološko pedagoški fenomen, ki zahteva poznavanje več različnih dejavnikov učne uspešnosti. Med njimi je gotovo ključnega pomena motivacija, saj spodbuja iskanje novega, raziskovanje in ključnega pomena za kognitivni in socialni razvoj in zadovoljstva otrok [6].

Zato je smiselno otroke na nižji stopnji za učenje drugega jezika motivirati z igrivim pristopom poučevanja ter jih jezikovno, psihološko in kulturno pripraviti do kasnejšega, zahtevnejšega učenja drugega ali celo tretjega jezika [7]. Učenje naj se tudi ne omejuje zgolj z učilnico, ampak naj vključuje igro, gibanje, sprehode v naravo, petje, likovno izražanje. Pomembna naloga je tudi diferenciacija pouka in vključevanje različnih učnih strategij glede na drugačno (vidno, slušno, kinestetično) zaznavanje posameznih učencev. Poleg tega nekateri raje delajo sami, drugi pa v skupinah (slika 3).



**SLIKA 3:** Učenje skozi igro.

Na srednji šoli se učenci tujih jezikov učijo, potem ko že obvladujejo materinščino (obvladajo osnovno besedišče in tvorbo stavkov, skladnjo, slovnična in pravopisna pravila), imajo bolj razvite spoznavne možnosti, izkušnje in vedenje o svetu. Tako jezikovni sistem prvega jezika, običajno je to materinščina, v srednji šoli lahko uporabijo za izhodišče za učenje drugega ter morda tudi

tretjega jezika [4]. Tudi pri učenju lahko prihaja do interferenc in negativnega transferja iz prvega ali drugega jezika, največji problem pa sta nekontinuirano učenje kot posledica pomanjkanja motivacije. Dejstvo je, da gre za občutljivo obdobje zorenja mladostnika. Psihologi si sicer niso enotni, kako in v kolikšni meri zorenje vpliva na učenje posameznika, čeprav Piaget poudarja, da je učenje podrejeno razvoju posameznika [9]. Za uspešno učenje tujega jezika je bistvena predvsem notranja motivacija srednješolca, ki izhaja predvsem iz pozitivnih izkušenj, jasnih (osebnih) ciljev, pa tudi zgolj iz veselja ob učenju tujega jezika in nenazadnje iz navdušenja nad učiteljem. Notranja motivacija pa je žal nezadosten pogoj za uspešno učenje in učenec se lahko hitro prepusti dolgočasju pri pouku, sanjarjenju in klepetanju in posledica je neuspeh, ki ga še dodatno demotivira. Zato naj se učitelj poleg formalnih zahtev učnega načrta in sodobnih (digitalnih) učbenikov poslužuje različnih strategij, kot so skupne dejavnosti učencev, učenje s slušnimi in video besedili, delavnice učenje učenja, kreativno pisanje, npr. nadaljevanje neke zgodbe ali pisanje pesmi, projektno delo, različne ekskurzije in mednarodne izmenjave, bralna tekmovanja... V pedagoški proces, ki naj bo pozitivno naravnani in zahtevnostno prilagojen sposobnostim učencev, naj vključuje veliko vaj, refleksijo, analizo in ustrezne spodbude, sodeluje naj pri zastavljanju kratkoročnih ciljev [8]. Pri tem je potrebno poudariti, da je pri angleščini kot svetovnem jeziku, jeziku računalnika in drugih sodobnih medijev, socialnih omrežij, filmov in sveta zabave notranja motivacija srednješolcev veliko večja kot pri mnogih posameznikih za učenje drugega tujega jezika npr. nemščine, s katero imajo v vsakdanjem jeziku veliko manj stika in so omejeni zgolj na tri ure pouka tedensko. Poleg naštetega je za motivacijo primerna tudi medpredmetna povezava, npr. matematika v nemškem jeziku, slovenščina - nemščina tako na literarnem kot slovničnem področju, nemščina - likovni pouk ter raba medijev v drugem oz. tujem jeziku.

Le uspešen in dober učenec je tudi zadovoljen učenec, za uspešnost pa so ključni dejavniki samostojnost, sodelovalnost, jasno zastavljeni cilji in sposobnost učinkovitega učenja.

#### **4. SKLEP**

Glede na sodoben način življenja v globalnem svetu, mobilnost delovne sile in multikulturalnost je potreba po večjezičnosti večja kot kadarkoli prej. Večjezičnost je pomembno področje svetovne, zlasti pa evropske politike in starostna meja za učenje drugega jezika se znižuje čedalje bolj. Glede na okoliščine lahko znanje drugega in vseh naslednjih jezikov otrok in mladostnik pridobi z usvajanjem ali učenjem. Usvajanje je nezaveden, spontan in igriv proces, v katerem otrok drugi jezik navadno usvaja sočasno s prvim jezikom.

Med usvajanjem drugega jezika v zgodnjem obdobju in učenjem je ogromen razkol. Usvajanje ob pravilni strategiji staršev oz. skrbnikov poteka z lahkoto in neobremenjeno, podobno kot usvajanje prvega jezika. Pri usvajanju otrok jezik identificira z osebo, ki ga uporablja in mu je blizu, zato jo navdušeno posnema. Njegova dvojezičnost pozitivno vpliva na kognitivni, emocionalni in socialni razvoj. Razvije tudi izvrstno izgovorjavo naravnega govornika. Žal se kljub velikim prednostim usvajanja večkrat pokažejo tudi pomanjkljivosti, kot so slabše obvladovanje pravopisa in formalnega poznavanja jezika ter nezmožnost analize slovničnih napak.

Neka posebna varianta usvajanja v formalnem okolju je didaktični koncept CLIL, pri katerem gre za t. i. jezikovno kopel oz. učenje nejezikovnih vsebin v drugem jeziku.

Učenje poteka v formalnem okolju, ko otrok oz. mladostnik prvi jezik že obvlada in drugi jezik spoznava kot formalni sistem, zavestno in na kognitiven način. Izgovorjava zaradi že oblikovane

artikulacijske votline žal ni tako dobra kot pri naravnem govorcu. Zaradi omejenega števila ur pouka, predvsem pa manjše motivacije, je učenje drugega in tretjega jezika zgolj v osnovni in srednji šoli premalo. Za dosego znanja na višji stopnji skupnega evropskega referenčnega okvirja za znanje jezikov bi bilo idealno kombinirati oba modela - usvajanje v zgodnji dobi otrokovega razvoja in kasneje formalno učenje v vzgojnih institucijah, za kar si prizadeva integrirani pouk CLIL v vrtcih, nižjih razredih osnovne šole in na raznih jezikovnih tečajih.

## LITERATURA IN VIRI

- [1] L. Marjanovič Umek, U. Fekonja, "Razvoj govora v zgodnjem otroštvu", v zborniku: L. Marjanovič Umek, M. Zupančič, "Razvojna psihologija", Ljubljana, Znanstveno raziskovalni inštitut Filozofske fakultete, 2004, pp. 315-333.
- [2] M. Brumen, "Prednosti učenja tujega jezika v predšolski dobi", v zborniku: K. Pižorn, "Učenje in poučevanje dodatnih jezikov v otroštvu", Ljubljana, Zavod Republike Slovenije za šolstvo, 2009, pp. 63-70.
- [3] L. Marjanovič Umek, "Razvoj otroškega govora: učinek poučevanje in učenja tujega/drugega jezika", v zborniku: K. Pižorn, "Učenje in poučevanje dodatnih jezikov v otroštvu", Ljubljana, Zavod Republike Slovenije za šolstvo, 2009, pp. 12-24.
- [4] S. Kranjc, "(So)vplivanje učenje prvega in drugega/tujega jezika v otroštvu", v zborniku: K. Pižorn, "Učenje in poučevanje dodatnih jezikov v otroštvu", Ljubljana, Zavod Republike Slovenije za šolstvo, 2009, pp. 81-96.
- [5] S. Jazbec, A. Lipavc Oštir, "Učenje v otroštvu in CLIL", v zborniku: K. Pižorn, "Učenje in poučevanje dodatnih jezikov v otroštvu", Ljubljana, Zavod Republike Slovenije za šolstvo, 2009, pp. 177-189.
- [6] M. Juriševič, "Zaznavanje pouka tujega jezika v prvem obdobju osnovne šole in motiviranost učencev za učenje", v zborniku: K. Pižorn, "Učenje in poučevanje dodatnih jezikov v otroštvu", Ljubljana, Zavod Republike Slovenije za šolstvo, 2009, pp. 97-114.
- [7] J. Skela, M. Dagarin Fojkar, "Presek teorij učenja in poučevanja drugega/tujega jezika v otroštvu", v zborniku: K. Pižorn, "Učenje in poučevanje dodatnih jezikov v otroštvu", Ljubljana, Zavod Republike Slovenije za šolstvo, 2009, pp. 26-62.
- [8] I. Šubic Jeločnik, "Avtonomija učenca pri pouku tujega jezika", v zborniku: J. Skela, "Učenje in poučevanje tujih jezikov na Slovenskem: Pregled sodobne teorije in prakse", Ljubljana, Tangram, 2008, pp. 679-706.
- [9] B. Marentič Požarnik, "Psihologija učenja in pouka", Ljubljana, DZS, 2003.
- [10] M. Dagarin Fojkar, "Modeli poučevanja tujega jezika v otroštvu - Pregled stanja v Evropi in drugje po svetu", v zborniku: K. Pižorn, "Učenje in poučevanje dodatnih jezikov v otroštvu", Ljubljana, Zavod Republike Slovenije za šolstvo, 2009, pp. 154-176.

## LAHKO BRANJE PRI SLOVENŠČINI V NIŽJEM POKLICNEM IZOBRAŽEVANJU

### POVZETEK

Pri delu z dijaki v nižjem poklicnem izobraževanju se vedno pogosteje srečujemo z raznovrstnimi izzivi, saj se raznolikost dijakov glede na znanje materinščine, razumevanje in rabo slovenskega jezika kot jezika okolja, motivacijo za delo, učne zmožnosti, vzgojno problematiko in druge osebne okoliščine kaže kot zahtevna preizkušnja za načrtovanje in izvajanje učnega procesa pri pouku slovenščine. V prispevku navedemo razloge, ki upravičujejo uporabo lahkega branja kot metodo dela na poti do zastavljenih učnih ciljev, s katero pomagamo dijakom razvijati sporazumevalno zmožnost sprejemanja, razčlenjevanja in tvorjenja umetnostnih in neumetnostnih besedil. Prikažemo primera dveh učnih situacij, v katerih smo uporabili lahko branje, in sicer primer vključevanja lahkega branja v obravnavo umetnostnega besedila pri književnem pouku in primer vključevanja lahkega branja v obravnavo neumetnostnega besedila pri jezikovnem pouku. Rezultati opravljene ankete med dijaki nižjega poklicnega izobraževanja o bralnih navadah in bralnem razumevanju potrjujejo predvidevanja, da se v delo in obravnavo besedil, zapisanih v lahkem branju, dijaki lažje in raje vključujejo. Za dijake so besedila v lahkem branju razumljivejša, pri obravnavi besedil dlje časa ohranijo pozornost, s tem pa je omogočeno uspešnejše doseganje funkcionalnih in izobraževalnih ciljev. Ugotovitve o uspešnosti vpeljevanja lahkega branja v pouk nas utrjujejo v prepričanju, da je lahko branje ustrezno orodje za premostitev bralno-napisovalnih težav, omogoča in spodbuja razvijanje sporazumevalne zmožnosti ter krepi pravico do pismenosti.

**KLJUČNE BESEDE:** slovenščina, nižje poklicno izobraževanje, lahko branje.

## EASY READING IN THE SLOVENE LANGUAGE COURSE IN TWO- YEAR UPPER SECONDARY VOCATIONAL EDUCATION

### ABSTRACT

When working with students enrolled in two year upper secondary vocational courses, teachers continuously have to face various challenges, such as the diversity of students in terms of their knowledge of their native language, understanding and use of the Slovenian language as the language of the environment, motivation for school work, learning abilities, educational issues, and other personal circumstances, which all prove to be a demanding task for planning and implementing the teaching process in classes. The article lists the reasons justifying the use of easy reading as a method to achieve the set learning objectives, thereby helping students develop communicative skills in comprehending, analyzing, and creating both literary and non-literary texts. In addition, two examples of learning situations in which easy reading method was used are presented: one adopting the easy reading while discussing literary texts in literature lessons and another introducing the easy reading into the discussion of non-literary texts in language lessons. Furthermore, the results of a survey conducted among first and second-year students of two-year vocational courses on their reading habits and reading comprehension confirm expectations that students find it easier and more enjoyable to engage with texts written in easy reading. As these texts are more understandable to students, learners tend to keep their attention longer during text discussions, which leads to more successful achievements of functional and educational goals. The findings on the successful integration of easy reading into teaching reinforce our belief that easy reading can be an appropriate tool for overcoming reading and writing difficulties, facilitating and encouraging the development of communicative skills, and strengthening student rights to literacy.

**KEYWORDS:** the Slovenian language, two-year upper secondary vocational education, easy reading.

## 1. UVOD

Pri pouku slovenščine v nižjem poklicnem izobraževanju (v nadaljevanju NPI), ki izhaja iz smernic Kataloga znanja za slovenščino za NPI in je le-ta oblikovan kot dopolnitev učnega načrta za slovenščino v osnovni šoli, moramo upoštevati številne specifičnosti dijakov, ki zaradi različnih vzrokov niso uspešno zaključili osnovnošolskega izobraževanja. Zmožnosti dijakov pri slovenščini se v skladu s splošnimi oz. z usmerjevalnimi cilji udejanjajo z različnimi oblikami in metodami dela, ki jih učitelj izbira tudi glede na različne osebne okoliščine in težave dijakov. Pri obravnavi besedil bi naj dijaki razvijali razmišljujoč in kritičen način branja različnih neumetnostnih besedil ter se tudi pri poslušanju in branju umetnostnih besedil oblikovali v doživljajsko usmerjene bralce [3]. Opažamo, da bralne navade dijakov slabijo ali jih sploh niso razvili, slabše so njihove jezikovno-izrazne spretnosti in bralne zmožnosti, oziroma pa se tudi njihova recepcijska (zaznavna, doživljajska in vrednotenjska) zmožnost tvorbe pisnih besedil.

V prispevku predstavljamo ugotovitve o bralnih navadah in bralnih zmožnostih dijakov v dveh oddelkih NPI, in sicer v 1. in 2. letniku. Ugotovitve izhajajo iz opravljene ankete, podobne ugotovitve pa so se nakazovale v času dela z dijaki v šolskem letu 2023/24. Ker smo dijakom želeli pomagati premostiti težave, ki izhajajo iz slabih bralnih navad in posledično zmanjšanih bralnih zmožnosti, smo pri pouku uporabili metodo lahkega branja, s pomočjo katere lahko dijaki lažje premostijo bralno-napisovalne težave ter lažje dosegajo funkcionalne in izobraževalne cilje. Z dvema primeroma iz učne prakse predstavimo vključevanje metode lahkega branja v obravnavo umetnostnega besedila pri književnem pouku ter vključevanje metode lahkega branja v obravnavo neumetnostnega besedila pri jezikovnem pouku. Lahko branje smo v pouk vpeljali tudi zaradi velikega števila dijakov s posebnimi potrebami in zanje predvidenih prilagoditev pri slovenščini. H končnim ugotovitvam o potrebnih smernicah za izboljšanje bralnih navad in bralnih zmožnosti dijakov nas je vodila tudi izkušnja z rabo besedil v učbenikih za jezik in književnost, veljavnih za vzgojno-izobraževalni program NPI.

## 2. BRALNE NAVADE, BRALNO RAZUMEVANJE IN BRALNE DEJAVNOST V 1. IN 2. LETNIKU NIŽJEGA POKLICNEGA IZOBRAŽEVANJA

Dijaki vstopajo v srednješolsko izobraževanje z različnimi bralnimi navadami in pri dijakih v NPI so le-te največkrat slabo razvite. Spodbujanje bralnih dejavnosti in usvajanje bralnega razumevanja ni vezano zgolj na pouk slovenščine, bralno-napisovalne dejavnosti se izvajajo in veščine bralnega razumevanja se usvajajo pri vseh učnih predmetih. Učitelji opažamo, da imajo dijaki v NPI pri tem čedalje več težav, kar se sklada tudi z zaznamim negativnim trendom bralnih dosežkov v raziskavi PISA 2022, kjer izhodišča bralne pismenosti vključujejo tri temeljne kognitivne procese, ki jih bralci in bralke aktivirajo ob branju besedila: iskanje informacij, razumevanje besedila ter vrednotenje in razmišljanje o besedilu [4].

Pri pouku slovenščine v 1. in 2. letniku NPI sledimo didaktičnim priporočilom iz Kataloga znanj za slovenščino za NPI, zato izhajamo iz temeljnega izhodišča komunikacijskega pouka in hkrati težimo k temu, da so vse štiri sporazumevalne dejavnosti enakomerno zastopane. Za šolsko in domače branje izbiramo manj zahtevna besedila, bralne dejavnosti pa nenehno vključujemo v pouk. Pri načrtovanju učnega procesa moramo upoštevati vedno več spremljevalnih dejavnikov in okoliščin, ki se pojavljajo pri posameznih dijakih, in jih je nemogoče v celoti predvideti. Sproti



prilagajamo učne metode in oblike dela glede na prilagoditve, ki izhajajo iz posebnih statusov dijakov s primanjkljaji na posameznih področjih učenja.

## A. ANKETA O BRANJU IN REZULTATI

Anketo o branju smo izvedli aprila 2024. Na vprašanja je odgovarjalo skupno 16 dijakov, od tega 7 dijakov iz 1. letnika NPI in 9 dijakov iz 2. letnika NPI. Odgovori na zastavljena anketna vprašanja izkazujejo naslednje rezultate in ugotovitve:

- Na vprašanje, kdo dijake najbolj motivira za branje leposlovja, je 6 dijakov (37,5 %) odgovorilo, da berejo iz lastnega interesa, 4 dijake (25 %) najbolj motivirajo učitelji, nobenega dijaka (0 %) ne motivirajo sorodniki, 2 dijaka (12,5 %) najbolj motivirajo prijatelji in 4 dijake (25 %) ne motivira nihče.
- K branju leposlovja najbolj pritegneta zunanost in oprema knjige 8 dijakov (50 %), naslov knjige najbolj pritegne 5 dijakov (31 %), tematika najbolj pritegne 3 dijake (19 %), medtem ko avtor in druge okoliščine ne pritegnejo nobenega dijaka (0 %).
- V osnovni šoli je 11 ali več knjig prebralo 5 dijakov (31,5 %), 4 do 10 knjig ni prebral nihče od dijakov (0 %), 1 do 3 knjige je prebralo 6 dijakov (37,5 %) in 5 dijakov (31,5 %) ni prebralo nobene knjige.
- V šolskem letu 2023/24 ni prebral več kot 6 knjig nihče izmed dijakov (0 %), 4 do 6 knjig ni prebral nihče izmed dijakov (0 %), 2 do 3 knjige je prebralo 6 dijakov (37,5 %), 1 knjigo sta prebrala 2 dijaka (12,5 %) in niti ene knjige ni prebralo 8 dijakov (50 %).
- Iz učbenika se vedno učijo 3 dijaki (18,75 %), 6 dijakov (37,5 %) se iz učbenika uči občasno in 7 dijakov (43,75 %) se nikoli ne uči iz učbenika.
- Pri presoji trditev o učbeniku za književnost se učbenik sploh ne zdi pregleden 6 dijakom (37,5 %), besedila v učbeniku sploh niso zanimiva 5 dijakom (31,25 %), učbenik sploh ni ustrezne velikosti za 5 dijakov (31,25 %) in obseg učbenika sploh ni ustrezen za 4 dijake (25 %), deleži ostalih odgovorov (*ne strinjam se, niti se strinjam niti se ne strinjam, se strinjam in zelo se strinjam*) pa so odstotkovno nižji od najpogosteje izbranega odgovora, da se s trditvijo sploh ne strinjajo. Pri podvprašanju odprtega tipa, kako bi učbenik lahko izboljšali, so dijaki pretežno navajali, da naj bi bilo v učbeniku več zanimivih zgodb in zgodb iz sedanjega časa, da učbenika ne potrebujejo ali da nimajo predlogov.
- Več besedil v lahkem branju v učbeniku za književnost si želi 6 dijakov (37,5 %), 2 dijaka (12,5 %) si več besedil v lahkem branju ne želita in 8 dijakom (50 %) je vseeno.
- Ko se dijaki prvič srečajo z umetnostnim besedilom pri pouku, ima 6 dijakov (37,5 %) raje, da jim najprej besedilo glasno prebere učitelj, 3 dijaki (18,75 %) raje besedilo najprej preberejo sami, 7 dijakom (43,75 %) pa je vseeno.
- Kadar prebranega besedila ne razumejo, 3 dijaki (18,75 %) to vedno sporočijo učitelju, 10 dijakov (62,5 %) občasno sporoči in 3 dijaki (18,75 %) tega nikoli ne sporočijo učitelju.
- Branje se zdi zelo naporna dejavnost 5 dijakom (31,25 %), srednje naporna dejavnost se zdi 6 dijakom (37,5 %) in ne zdi se naporna dejavnost 5 dijakom (31,25 %).
- Neprekinjeno lahko več strani zbrano berejo 4 dijaki (25 %), eno do dve strani 4 dijaki (25 %), največ pol strani 3 dijaki (18,75 %) in največ en odstavek 5 dijakov (31,25 %).
- Glasno branje po svoji presoji dobro obvlada 5 dijakov (31,25 %), slabo obvlada 7 dijakov (43,75 %) in sploh ne obvladajo 4 dijaki (25 %).

- Med najpogostejšimi težavami, ki se pri dijakih pojavljajo, ko morajo pri pouku glasno brati, so navedli tremo, nerazločno branje in zatikanje pri branju.

Rezultati ankete se skladajo s predvidevanji, ki so se nakazovala pri učnih urah slovenščine, in potrjujejo dejstva, da slabe bralne navade dijakov izhajajo že iz osnovnošolskih let, da je branje za dijake v večini naporna dejavnost, zbranost pri branju je šibka, motivacija za branje in uporabo učbenika pa je nizka.

## **B. PRILAGODITVE PRI BRALNO-NAPISOVALNIH DEJAVNOSTI ZA DIJAKE S PRIMANJKLJAJI NA POSAMEZNIH PODROČJIH UČENJA**

V 1. letnik NPI je bilo vpisanih 13 dijakov, od katerih so se trije dijaki med šolskim letom izpisali iz šole, en dijak pa šolske obveznosti opravlja z izpiti v sodelovanju s Prevzgojnim domom Radeče. Od devetih dijakov v oddelku ima en dijak lažjo motnjo v duševnem razvoju, en dijak ima primanjkljaje na posameznih področjih učenja, za dva dijaka je slovenščina jezik okolja in enemu izmed njiju v tem šolskem letu ne pripadajo več dodatne ure slovenščine za tujce. V 2. letnik NPI je bilo vpisanih 15 dijakov, en dijak z avtizmom se je med šolskim letom izpisal iz šole, dva dijaka šolske obveznosti opravljata z izpiti v sodelovanju s Prevzgojnim domom Radeče, osem dijakov ima naslednje težave: štirje dijaki imajo primanjkljaje na posameznih področjih učenja in govorno-jezikovne motnje, od tega je en dijak tudi dolgotrajno bolan, en dijak je dolgotrajno bolan in ima primanjkljaje na posameznih področjih učenja, dva dijaka sta dolgotrajno bolna, imata čustveno-vedenjske motnje ter primanjkljaje na posameznih področjih učenja in dva dijaka imata lažjo motnjo v duševnem razvoju.

V obeh oddelkih NPI ima dodatno učno pomoč pri slovenščini skupno 5 dijakov, medtem ko se tudi pri vseh ostalih dijakih pojavlja marsikatera izmed naslednjih težav (navajamo tiste, s katerimi smo se pri pouku srečevali in so bistveno vplivale na delo z besedili):

- nausvojena bralna tehnika,
- tišji, slabo razumljiv in/ali nepravilno artikuliran govor in/ali branje,
- specifične napake pri branju (metateze, izpusti, dodatki in maličenja),
- težave fonološkega zavedanja in slušnega razločevanja,
- izogibanje govornemu nastopu in glasnemu branju,
- težave pri razumevanju pomena besed in okrnjeno bralno razumevanje,
- težave pri priklicu besed in besedni tekočnosti,
- težave na področju pisanja (disgrafija, disortografija) in branja (disleksija),
- težko berljiva pisava (okorna grafomotorika),
- težave s semantično, sintaktično in z gramatično strukturo povedi,
- veliko slovničnih in pravopisnih napak,
- skromno besedišče,
- nezmožnost samostojnega zapisa krajšega in/ali daljšega sestavka in
- težave, ki izvirajo iz okoliščine, da je slovenščina za dijaka .jezik okolja.

Prilagoditev za dijake je veliko in jih je pri pouku zelo težko uresničiti tudi zaradi velikega števila dijakov v oddelku, ki prilagoditve potrebujejo. Učne ure smo morali voditi tako, da so dijaki svoje pomanjkljivosti in težave zaznali kot premostljive. Z vključevanjem lahkega branja v pouk smo krepili večino branja, bralne navade in bralno razumevanje, s tem pa smo tudi ohranjali pozitivno

vzdušje pri pouku, saj so se dijaki po lahkem branju lažje in hitreje vključevali v ostale korake obravnave učne snovi.

### **3. VKLJUČEVANJE LAHKEGA BRANJA V POUK SLOVENŠČINE**

Lahko branje je tîrmin, ki postaja v Sloveniji čedalje bolj prepoznaven in pridobiva veljavo strokovne ter širše javnosti. Namen lahkega branja je čim boljše razumevanje besedila. Gre za namenoma in pogosto močno poenostavljen jezik na vseh ravneh (vsebina, slovnica, besedišče). Uporablja se za informativna in leposlovna besedila ter tudi za ustno sporočanje. Lahko branje je proces in metoda komunikacije, ki pospešuje razvoj pismenosti. Lahko branje so informacije, ki jih lahko najdemo, lahko beremo in lahko razumemo. Komunikacija je prirejena tako, da se določeno vsebino sporoča na berljiv in razumljiv način, besedila pa so pripravljena po posebnih oblikovnih in vsebinskih zakonitostih ter so usmerjena v sporočanje informacij osebam, prikrajšanim na področju bralne pismenosti na njim berljiv, čitljiv in razumljiv način. Lahko branje so avtorska ali prirejena besedila in zapisi, kot so besede, simboli, ilustracije ter avdio in video zapisi. Omogoča dostop do informacij, dviguje samozavest in olajša pot pravici do pismenosti za vse starostne skupine ljudi [1].

Da bi premostili številne težave pri bralnem razumevanju obravnavanih besedil smo pri pouku slovenščine dijakom ponudili v branje primerno zahtevna besedila in brali tudi v lahko branje prilagojena besedila. Z lahkim branjem pomagamo bralcem do razumevanja informacij in njihove uporabe, zato ga je v pouk slovenščine koristno vključevati pri obravnavi informativnih in leposlovnih besedil. Povratno informacijo o uspešnosti prilagojenih besedil v lahko branje so nam dali dijaki v vlogi testnih bralcev in z njihovo pomočjo smo se lahko v pripravi učnega gradiva in besedil v lahkem branju vedno bolj izpopolnjevali.

Prikažemo primera dveh v lahko branje pretvorjenih besedil, in sicer smo pri jezikovnem pouku obravnavali časopisno novico, pri književnem pouku pa pesem Dragotina Ketteja Na trgu. Obe besedili smo v lahko branje prilagodili v skladu s pravili priročnika za lahko branje, po katerem besedila prilagajamo oblikovno (za tiskana gradiva in za druge medije) in vsebinsko (besedoslovno, besedotvorno, skladijsko in oblikoslovno) [2]. Začetni del dveh pri pouku obravnavanih izvirnih besedil in del njunih prilagoditev v lahko branje prikazuje slika 1, ki delno ponazori tudi oblikovno postavitve besedil v lahkem branju.

IZVIRNO NEUMETNOSTNO BESEDILO	LAHKO BRANJE
<p><b>Južna Afrika na Meddržavnem sodišču Izrael obtožila genocida in apartheida v Gazi</b></p> <p>Odločitve sodišča so zavezujoče, a sodišče nima ukrepov, da prisili državo, da jih uresniči.</p> <p>Na Meddržavnem sodišču (ICJ) v Haagu se je začela javna obravnava v tožbi Južne Afrike, ki Izrael obtožuje genocidnih dejanj nad Palestinci v Gazi. Za Južno Afriko so Palestinci podvrženi apartheidu, Izrael pa Pretorio označuje za pravno roko Hamasa.</p>	<p><b>JUŽNA AFRIKA OBTOŽILA IZRAEL ZARADI ZLOČINOV NAD ČLOVEŠTVOM</b></p> <p>Južna Afrika je na Mednarodno sodišče v Haagu vložila tožbo proti Izraelu. Južna Afrika obtožuje Izrael, da izvaja genocid nad Palestinci v Gazi. Genocid pomeni načrtno zatiranje in ubijanje ljudi. Izrael pa obtožuje Južno Afriko, da v mestu Pretorija delujejo pripadniki palestinske politične stranke Hamas.</p>
IZVIRNO UMETNOSTNO BESEDILO	LAHKO BRANJE
<p><i>Na trgu (Dragotin Kette)</i></p> <p><i>Noč trudna molči, nezamudna beži čez mestni trg luna sanjava. Vse v mraku mirno, na vodnjaku samo tih vetrc z vodoj poigrava.</i></p>	<p><b>NA TRGU (Dragotin Kette)</b></p> <p>Noč je tiha, luna se hitro pomika nad mestnim trgom. V temi je vse mimo, le v vodnjaku se veter igra z vodo.</p>

**SLIKA 1:** Na levi strani slike sta predstavljena začetna dela izvirnega neumetnostnega in umetnostnega besedila, na desni strani pa njuna prilagoditev v lahko branje. Avtorica obeh v lahko branje prilagojenih besedil je Simona Gljuk.

Pri obravnavi besedilne vrste časopisne novice oz. vesti smo na spletni strani Radiotelevizije Slovenija prebrali novico z naslovom Južna Afrika na Meddržavnem sodišču Izrael obtožila genocida in apartheida v Gazi. Največje težave smo zaznali pri glasnem branju in razumevanju daljših povedi, tujk (npr. *genocid*, *apartheid*, *konvencija*) in frazemov (npr. *pravna roka*, *prestopiti vse meje*), težave pa sta dijakom predstavljala tudi prepoznavna istih besed v različnih slovničnih oblikah in razumevanje tega, na kaj ali koga se nanašajo zaimki (npr. *podprle so jo*). Zaradi daljših zloženih povedi in težjega besedišča izvirnega besedila se je bilo dijakom veliko lažje vključevati v nadaljnjo obravnavo besedilne vrste in razumeti besedilo po branju v lahko branje prilagojene novice. Vsebinske prilagoditve v lahko branje so se nanašale na besedoslovno (uporaba lažjih besed, domačih ustreznic in konkretnih poimenovanj), skladenjsko (uporaba

pretežno enostavnih povedi oz. preprosta priredja in podredja, izogibanje nikalnim povedim in trpnikom) in besedilno jezikovno ravnino.

Tudi pri obravnavi umetnostnega besedila Na trgu je bilo branje izvirne pesmi za dijake težko, oteženo pa je bilo tudi razumevanje. Pri prirejanju pesmi v lahko branje smo zamenjali ali opustili manj znane besede (npr. *trudna*), poenostavili težje besedne zveze in opustili pesniške figure, kot so zamenjan besedni red (npr. *noč trudna*), posebitev (npr. *beži čez mestni trg luna sanjava*) idr. Ob vsebinski prilagoditvi obeh besedil v lahko branje smo pri pripravi učnih listov za dijake upoštevali tudi priporočljive oblikovne prilagoditve, in sicer smo besedila natisnili na nebleščečem papirju velikosti A4, izbrali smo pokončno in večjo pisavo ter od vsebine odvisno ponekod ležečo pisavo, lahko prepoznavno in neserifno pisavo, temne črke na svetlem ozadju, uporabili smo praviloma male tiskane črke ter krepki tisk za pomembne dele, besedilo smo levostransko poravnali, izogibali smo se zapisom v stolpcih, vsak stavek v povedi smo postavili v novo vrstico oz. smo težili k temu, da je v vrstici največ 6 besed, med vrsticami smo izbrali najmanj 1,5 točke razmika, naredili smo večji razmik med odstavki, izogibali smo se posebnim znakom, opuščali smo narekovaje oz. smo dobesedne navedke označili s krepkim tiskom, zapisali smo jasen naslov in težili k okrajšanju besedila.

#### **4. SKLEP**

Izbira ustreznih učnih oblik in metod dela ter sprotno načrtovanje in prilagajanje učnega procesa zaradi več dejavnikov, kot so visoko število dijakov s primanjkljaji na posameznih področjih učenja, več dijakov z odločbo o dolgotrajno bolnem otroku, slabo razvite bralno-napisovalne veščine, težave z usvajanjem slovenskega jezika za dijake priseljence, nizko število ur slovenščine v 1. in 2. letniku NPI ter neposodobljeno učbeniško gradivo za jezik in književnost, so za učitelja svojevrsten izvedbeni in pedagoški izziv. Ker je učbeniško gradivo za NPI na več mestih za dijake pretežno in tudi zastarelo, smo motivacijo dijakov za bralne aktivnosti skušali dvigniti tudi z izborom vsebinsko aktualnejših besedil in besedil v lahkem branju, s čimer smo lahko hitreje dosegli uspešnejše bralno razumevanje, s tem pa tudi omogočili lažje prehajanje iz najosnovnejše ravni besednega razumevanja na naslednji višji ravni interpretativnega razumevanja in uporabno-kritičnega branja. Kljub slabim bralnim navadam dijakov, kot jih izpričuje med dijaki opravljena anketa, se je vključevanje lahkega branja v pouk izkazalo kot uspešno motivacijsko orodje za pridobivanje pozornosti dijakov pri branju umetnostnih in neumetnostnih besedil ter za dvigovanje njihove motivacije za nadaljnje delo z besedili. V kolikšni meri je vpeljava lahkega branja v pouk slovenščine potrebna, je vprašanje, na katerega nam bo sproti odgovorila vsaka nova generacija dijakov v NPI, saj bodo njihove bralne navade in sposobnosti bralnega razumevanja tudi v prihodnje odsev tako preteklega kot sprotne vzgojno-izobraževalnega dela.

## LITERATURA IN VIRI

- [1] „Lahko je brati: Nasveti za lahko branje v slovenščini 1: Uvod,“ [Elektronski]. Available: <http://www.lahkojebrati.si/Portals/1/Knjige/Lahko%20je%20brati%201%20-%20Uvod.pdf>. [Poskus dostopa 29. 4. 2024].
- [2] „Lahko je brati: Nasveti za lahko branje v slovenščini 2: Pravila,“ [Elektronski]. Available: <http://www.lahkojebrati.si/Portals/1/Knjige/Lahko%20je%20brati%202%20-%20Pravila.pdf>. [Poskus dostopa 29. 4. 2024].
- [3] „Program mednarodne primerjave dosežkov učencev in učenk – PISA 2022 Nacionalno poročilo s primeri nalog iz matematike,“ 2023. [Elektronski]. Available: [https://www.pei.si/wp-content/uploads/2023/12/Porocilo\\_PISA22\\_FINAL.pdf](https://www.pei.si/wp-content/uploads/2023/12/Porocilo_PISA22_FINAL.pdf). [Poskus dostopa 25. 4. 2024].
- [4] „Nižje poklicno izobraževanje, katalog znanja, slovenščina,“ [Elektronski]. Available: <https://eportal.mss.edus.si/msswww/programi2011/programi/NPI/KZ-IK/katalog.htm>. [Poskus dostopa 27. 4. 2024].
- [5] „MMC RTV SLO,“ [Elektronski]. Available: <https://www.rtv slo.si/svet/juzna-afrika-na-meddrzavnem-sodiscu-izrael-obtozila-genocida-in-apartheida-v-gazi/694378>. [Poskus dostopa 2. 5. 2024].
- [6] J. Jožef Beg in D. Debeljak, Berilo : učbenik za 1. in 2. letnik nižjega poklicnega izobraževanja, Ljubljana: DZS, 2008.

## **SIMULATORJI CNC-OBDELAVE KOT POMOČ ALI BREME DIJAKOM S POSEBNIMI POTREBAMI**

### **POVZETEK**

Nenehen razvoj tehnologij nam na prvi pogled omogoča lažje življenje. Po drugi strani pa nam lahko povzroči tudi precej težav. Z razvojem računalništva so se razvili tudi razni CNC-simulatorji, ki nam pomagajo pri izvedbi pouka. Po drugi strani pa se v srednješolskem izobraževanju pojavlja precej dijakov, ki imajo določene primanjkljaje zaradi zdravstvenih težav. Pri teh dijakih moramo biti še posebej pozorni glede uporabe teh pomagal.

Zaradi tega je potrebno kar nekaj učnih ur nameniti spoznavanju dijakov z posebnimi potrebami, da lahko na čim boljši način prilagodimo pouk njihovim potrebam. Z simulatorji obdelave lahko pomagamo večini dijakov, da lažje razumejo sam proces obdelave. Temu lahko priključimo tudi večji del dijakov s posebnimi potrebami. Pri določenih dijakih pa lahko dražljaji računalnika povzročijo poslabšanje razpoloženja oz. počutja. Zato je

36potrebno pri teh dijakih bistveno prilagoditi čas uporabe teh pomagal. V samem prispevku bodo navedeni primeri dela z dijaki, ki bodo lahko pomagali ostalim učiteljem za boljše prilagajanje pouka.

Zaradi tega je potrebno zelo dobro proučiti zahtevane prilagoditve. Potrebno pa je tudi pridobiti zaupanje dijakov, da se odpro in povedo na kakšen način se prilagoditi, da bo rezultat najboljši. Posebno pa moramo paziti, da s temi pomagali še dodatno ne škodujemo.

**KLJUČNE BESEDE:** CNC-simulator, prilagoditev, posebne potrebe, načrtovanje.

## **CNC MACHINING SIMULATORS AS A HELP OR A BURDEN TO STUDENTS WITH SPECIAL NEEDS**

### **ABSTRACT**

At first glance, the constant development of technologies allows us to live a more comfortable life. On the other hand, it can also cause us a lot of problems. With the development of computer science, various CNC simulators have also been developed, which help us in conducting lessons. On the other hand, there are quite a few students in secondary education who have certain deficits due to health problems. We have to be especially careful with these students regarding the use of these aids.

For this reason, it is necessary to devote quite a few teaching hours to getting to know students with special needs, so that we can adapt lessons to their needs in the best possible way. With processing simulators, we can help most students to understand the processing process itself more easily. We can also add a large part of students with special needs to this. For certain students, the stimuli of the computer can cause a deterioration in mood or feelings. Therefore, it is necessary to significantly adjust the time of use of these aids for these students. The paper itself will include examples of work with students that will help other teachers to better adapt their lessons. For this reason, it is necessary to study the required adjustments very carefully. But it is also necessary to gain the students' trust so that they can open up and say how to adapt in order to get the best result. We must be especially careful not to cause additional damage with these aids.

**KEYWORDS:** CNC simulator, adjustment, special needs, planning.

## 1.UVOD

V sodobnem času smo vsakodnevno obkroženi z izdelki, ki so izdelani v proizvodnem procesu. Z razvojem računalništva se razvijajo tudi sodobni procesi CNC-obdelave. Ti nam omogočajo izdelavo kompleksnejših izdelkov. Praktično vsi proizvajalci krmilnikov ponujajo tudi grafično podporo za programiranje in simulacijo obdelave. Ta podpora je pri samem delu lahko v veliko pomoč. Še večji pomen pa ima v samem izobraževanju, saj lahko zelo pomaga pri razumevanju procesov obdelava.

V prispevku se bom osredotočil na dijake s posebni potrebami. V samem procesu izobraževanja morajo dijaki pridobiti znanja in veščine, ki so potrebna za nadaljnjo uspešno delo v gospodarstvu. Ker pa imajo nekateri primanjkljaje na določenih področjih, moramo poiskati načine, da jim v čim večji meri pomagamo.

Ker poučujem strokovne module s področja obdelave, smo z dijaki uporabljali tudi simulatorje CNC-obdelave. Ti so se tudi pri večini dijakov s posebnimi potrebami pokazali kot zelo dobra pomoč. Težava je nastala pri dijaku, ki mu daljši čas gledanja v ekran še poslabšala njegovo hibo. Ravno zaradi tega moramo paziti, da z prilagoditvami pomagamo ne pa otežujemo delo.

## 2. CNC STROJI

CNC stroj je naprava, ki uporablja računalniško numerično krmiljenje (CNC) za avtomatizacijo procesov rezkanja, vrtanja, struženja in drugih vrst obdelave materialov. CNC stoji za "Computer Numerical Control", kar pomeni, da se gibanje in operacije stroja nadzorujejo s pomočjo računalniške programske opreme.

Ključne značilnosti CNC strojev:

- Visoka natančnost in ponovljivost: CNC stroji lahko proizvajajo dele z izjemno natančnostjo in doslednostjo.
- Fleksibilnost: Sposobni so obdelovati različne materiale, kot so kovine, plastika, les, steklo, pena in kompoziti.
- Avtomacija: CNC stroji lahko delujejo samostojno z minimalnim človeškim nadzorom, kar povečuje učinkovitost in zmanjšuje možnost napak.
- Programiranje: Deli se izdelujejo s pomočjo G-kode, ki je programski jezik, uporabljen za določanje gibanja in drugih operacij stroja.

CNC stroji so ključnega pomena v sodobni proizvodnji, saj omogočajo izdelavo kompleksnih delov, ki bi jih bilo ročno težko ali nemogoče izdelati. Uporabljajo se v različnih industrijah, vključno z avtomobilsko, letalsko in telekomunikacijsko industrijo.

### 2.1 SIMULATORJI ZA CNC-OBDELAVO

Simulatorji za CNC-obdelavo so programi, ki omogočajo simulacijo in vizualizacijo CNC-obdelovalnih procesov na računalniku, preden se dejansko izvedejo na pravem stroju. To je zelo koristno za preverjanje in optimizacijo CNC-programov, saj lahko s tem zmanjšate napake in izboljšate varnost ter učinkovitost proizvodnje.

Glavne prednosti uporabe simulatorjev za CNC-obdelavo:

- Preprečevanje napak: Simulatorji omogočajo odkrivanje morebitnih napak v G-kodi ali



programiranju, preden se delo začne na stroju.

- Varčevanje z materialom in časom: S simulacijo lahko preverite, ali bo obdelava potekala pravilno, kar zmanjšuje odpad in nepotrebne stroške.
- Izobraževanje in usposabljanje: Simulatorji so odlično orodje za izobraževanje in usposabljanje operaterjev, saj lahko brez tveganja spoznavajo delovanje CNC strojev.
- Optimizacija procesov: Omogočajo analizo in optimizacijo obdelovalnih poti in parametrov, kar lahko pripomore k bolj gladkemu in učinkovitemu delovanju stroja.

### **3. DIJAKI S POSEBNIMI POTREBAMI**

Otroci s posebnimi potrebami so otroci z motnjami v duševnem razvoju, gluhi in naglušni otroci, slepi in slabovidni otroci oziroma otroci z okvaro vidne funkcije, otroci z govorno-jezikovnimi motnjami, gibalno ovirani otroci, otroci s primanjkljaji na posameznih področjih učenja, dolgotrajno bolni otroci, otroci s čustvenimi in vedenjskimi motnjami in otroci z avtističnimi motnjami (<https://www.zrss.si/usmerjanje-otrok-osebne-potrebe/>).

#### **3.1 IZOBRAŽEVANJE OTROK S POSEBNIMI POTREBAMI**

Pri vzgoji in izobraževanju otrok s posebnimi potrebami kot temeljno vrednoto postavljamo posameznega otroka in mladostnika ter njegov razvoj. Otroku in mladostniku, ki to potrebuje, prilagajamo organizacijo in oblike vzgojno izobraževalnega dela, dodatne oblike pomoči pa vsakemu otroku in mladostniku posebej zagotavljamo z odločbo o usmeritvi, pri čemer upoštevamo tudi njegove posebnosti. Nadzor izvaja Inšpektorat za šolstvo in šport.

Zavedamo se, da je primanjkljaj, ovira oziroma motnja le določena značilnost otrok s posebnimi potrebami, ki pa imajo, tako kot vsi drugi, mnogo talentov in potencialov. Zato podpiramo in razvijamo enake možnosti za vzgojo, izobraževanje in poklicno usposabljanje vseh otrok z različnimi vrstami posebnih potreb.

Pri vzgoji in izobraževanju otrok s posebnimi potrebami so cilji in načela postavljeni širše kot pri splošnem izobraževanjem. Trudimo se za:

- zagotavljanje največje koristi otroka,
- celovitost in kompleksnost vzgoje in izobraževanja,
- enake možnosti s hkratnim upoštevanjem različnih potreb otrok,
- vključevanje staršev, posvojiteljev, rejnikov in skrbnikov v postopek usmerjanja in oblike pomoči,
- individualiziran pristop,
- interdisciplinarnost,
- ohranjanje ravnotežja med različnimi področji otrokovega telesnega in duševnega razvoja,
- čim prejšnjo usmeritev v ustrezen program vzgoje in izobraževanja,
- takojšnjo in kontinuirano podporo in strokovno pomoč v programih vzgoje in izobraževanja,
- vertikalno prehodnost in povezanost programov,
- organizacijo vzgoje in izobraževanja čim bližje kraju bivanja,

- zagotavljanje ustreznih pogojev, ki omogočajo optimalen razvoj posameznega otroka. (<https://www.gov.si/podrocja/izobrazevanje-znanost-in-sport/izobrazevanje-otrok-s-posebnimi-potrebami/>)

### **3.2 SREDNJEŠOLSKO IZOBRAŽEVANJE ZA DIJAKE S POSEBNIMI POTREBAMI**

Dijaki s posebnimi potrebami se v srednjih šolah izobražujejo v izobraževalnih programih s prilagojenim izvajanjem in dodatno strokovno pomočjo, ki jih izvajajo redne srednje šole ali v prilagojenih izobraževalnih programih, ki jih izvajajo zavodi za vzgojo in izobraževanje otrok in mladostnikov s posebnimi potrebami.

Strokovna skupina na šoli za dijaka v skladu z odločbo o usmeritvi pripravi individualiziran program, v katerem opredeli način in organizacijo izvajanja dodatne strokovne pomoči, cilje in oblike dela na posameznih vzgojno-izobraževalnih področjih, strategije vključevanja dijaka s posebnimi potrebami v skupino, potrebne prilagoditve pri preverjanju in ocenjevanju znanja, doseganju standardov in napredovanju, uporabo prilagojene in pomožne izobraževalne tehnologije, izvajanje fizične pomoči, izvajanje tolmačenja v slovenskem znakovnem jeziku ter potrebne prilagoditve pri organizaciji, časovno razporeditev pouka, večšine za čim večjo samostojnost v življenju (prilagoditvene spretnosti) in načrt vključitve v zaposlitev. V pripravo in spremljanje individualiziranega programa morajo biti vključeni starši in dijak s posebnimi potrebami, pri čemer je treba upoštevati njegovo zrelost in starost. (<https://www.gov.si teme/srednjesolsko-izobrazevanje-za-otroke-s-posebnimi-potrebami/>)

## **4. UPORABA CNC-SIMULATORJEV**

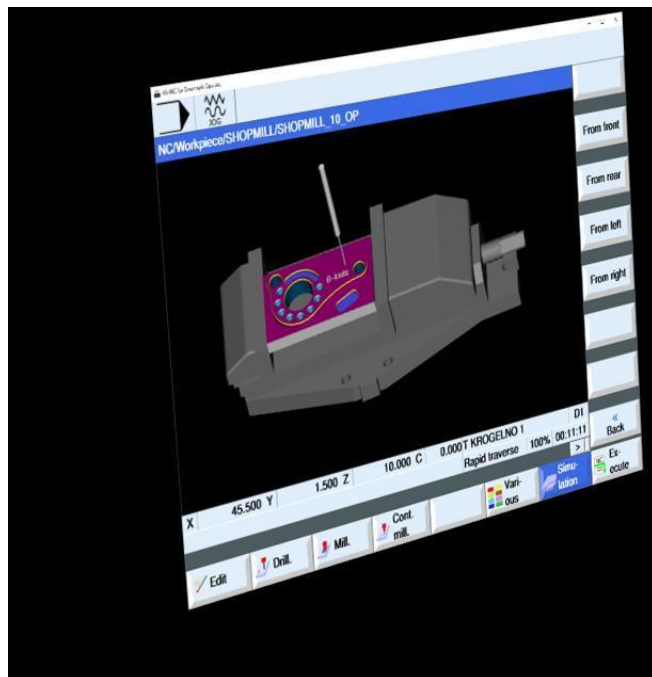
V samem procesu poučevanja CNC-obdelave se uporabljajo računalniški programi, ki omogočajo simulacijo celotnega procesa izdelave. Torej od določitve surovca, določitve orodij in tudi simulacijo poti same obdelave. Poznamo različne načine uporabe simulatorjev. Pri samih praktičnih vajah pri stroju, kjer se dejansko pripravi stroj se za uporabo simulacije uporabljajo grafični vmesniki, ki so integrirani v sam krmilnik stroja.

Drugi del pa so simulatorji, ki se lahko uporabljajo na računalnikih in telefonih. Pri teh lahko obdelovalni program izdelamo z pomočjo grafičnih oken ali pa z ročnim pisanjem G-kode. Osnovne verzije se da uporabljati brezplačno, polne verzije pa seveda plačljive. Pri simulatorjih proizvajalcev krmilnikov imamo menije in poglede, ki so zelo podobni izgledu na samem stroju. Lahko pa imamo tudi simulatorje, ki so zasnovani kot upravljalni panel na samih strojih brez povezave z strojem.

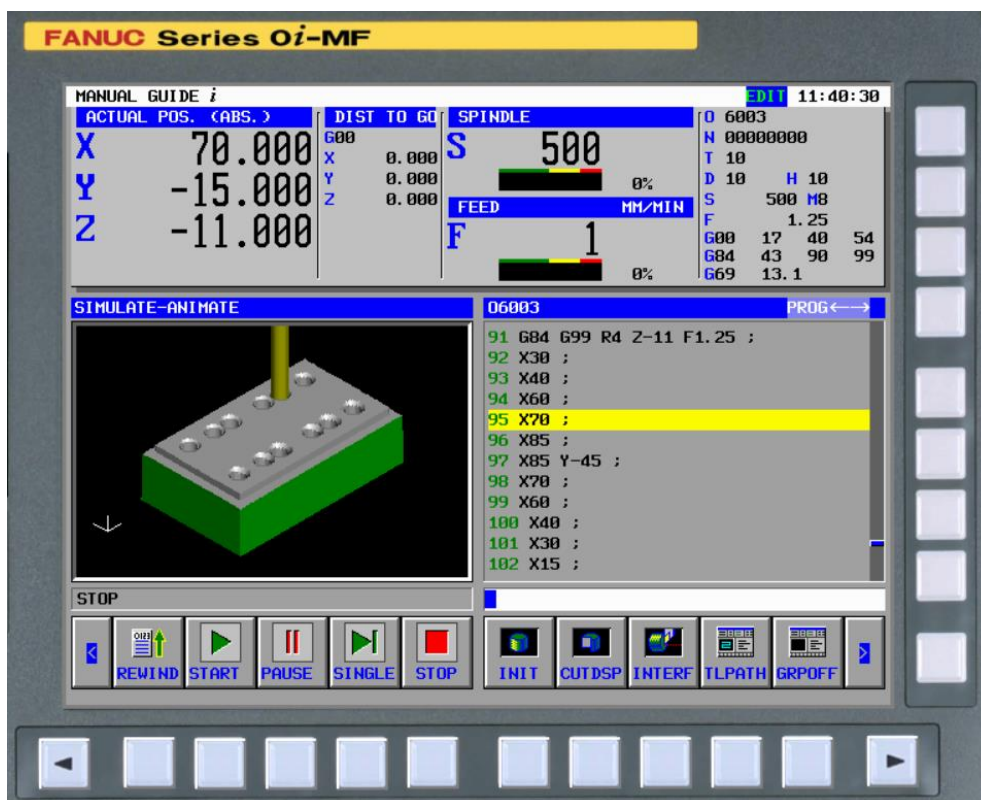
V kolikor pa se za programiranje uporablja CAM, pa je sama simulacija omogočena v samem CAM programu. Ta nam omogoča simulacijo celotne obdelave. Seveda pa je potrebno imeti vse parametre usklajene z dejanskimi na stroju. Le takrat imamo realno simulacijo. Pri nam načinu potrebujemo še post procesor, ki nam generira ustrezno kodo za posamezni stroj.

Ker je programiranje CNC-obdelave skupek ukazov, ki so sestavljeni iz črk in števil. Ravno zaradi tega so simulatorji zelo primerni za dijake z disleksijo. Kjer se velikokrat pojavi zamenjava črk in vrstnega reda števil. Z simulatorjem vidijo pot orodja, ki so ga dejansko zapisali. Torej lahko hitro pogledamo če se pojavi zamenjan vrstni red števil ali narobne črke. Pri dijakih, ki jih motijo dražljaji zaslona pa seveda uporaba simulatorjev ni pomoč. V veliko pomoč je tudi dijakom, ki so gibalno ovirani in jim je vaje težko izvajati na stroju.

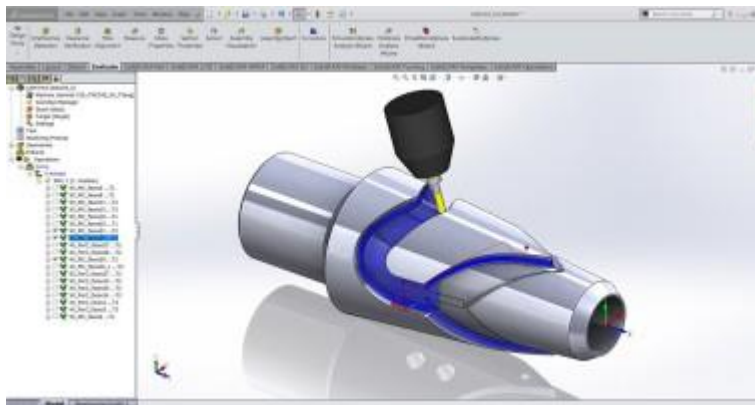
Na naši šoli uporabljamo različne simulatorje. Simulatorje imamo za krmilnik Siemens prikazan na sliki 1 (Sinumerik operate, WinNC) in za krmilnike Fanuc prikazan na sliki 2 (NC-guide). Kot CAM programe pa uporabljamo Creo in Solidworks CAM prikazan na sliki 3.



SLIKA 1: Sinumerik operate



SLIKA 2: Fanuc NC-guide



**SLIKA 3:** Solidworks CAM

## **5. SKLEP**

V šolskem okolju moramo skrbeti za čim večji dobrobit učencev, Zato je potrebno poskrbeti tudi za učence oziroma dijake z posebnimi potrebami. Sodobne tehnologije nam v zelo veliki meri pomagajo pri prilagoditvah poučevanja na področju poučevanja CNC-obdelave. Biti moramo pa zelo pozorni, da z to tehnologijo ne povzročimo še dodatne hibe učencem, ki že tako imajo določene zdravstvene omejitve.

## LITERATURA IN VIRI

- [1] <https://www.gov.si teme/srednjesolsko-izobrazevanje-za-otroke-s-posebnimi-potrebami/https://ekorel.ekol.si>
- [2] <https://www.zrss.si/usmerjanje-otrok-osebne-potrebe/>
- [3] FANUC FA EU - MANUAL GUIDE i (2010)
- [4] Balažic, R. (2012). *Računalniško podprta proizvodnja*, Murska Sobota
- [5] Balažic, R.(2022). Grafično programiranje CNC-stroja

## **MLADOSTNIK, KAJ TI DA KRILA?**

### **POVZETEK**

Prispevek obravnava zgodovino in razvoj energijskih pijač, podrobno opisuje njihove najpogostejše sestavine, pogostost uživanja ter njihov vpliv na zdravje in možne zdravstvene posledice. Posebej poudarja problematiko uživanja energijskih pijač med mladimi. Po vsem svetu so mladi posamezniki, ki še nimajo povsem oblikovanega lastnega mnenja, pogosteje tarča intenzivnega oglaševanja, kar predstavlja globalen in težko obvladljiv izziv. Proizvajalci energijskih pijač pogosto ustvarjajo vtis, da gre za običajne osvežilne napitke, ki prinašajo številne koristi. Pomembno je, da se zavedamo, da ima oglaševanje danes moč ozaveščanja, zato je nujno potrebno mlade zaščititi pred škodljivimi marketinškimi prijemi. Lahko pa tudi obrnemo trženje v priložnost in mlade spodbudimo k kritičnemu razumevanju tržnih prijemov preko medijske vzgoje. Zaskrbljujoči so izsledki raziskave »Z zdravjem povezana vedenja v šolskem obdobju« (HBSC, 2023), ki je pokazala, da energijske pijače pije več kot tretjina slovenskih mladostnikov (40,9 %), od tega vsak peti 11-letnik in že vsak drugi 15-letnik. Omenjeni izsledki so iztočnica tega prispevka, v katerem sem raziskovala razširjenost energijskih pijač med učenci naše šole. Predstavljeni so rezultati ankete, dobljeni rezultati kažejo, da učenci pogosto uživajo pozitivne napitke, saj večina po njih poseže enkrat tedensko. Izsledki raziskave so bili izhodišče za naše nadaljnje aktivnosti z izvedenimi delavnicami, kjer smo z motivacijskim intervjujem in pogovorom z mladimi ozaveščali osnovnošolce o zdravih alternativah, ki lahko povrnejo energijo in vitalnost telesu. Namen prispevka je predstaviti spodbujanje kritičnega presojanja pitja energijskih pijač med učenci s posebnim poudarkom na vplivu na zdravje ter spodbujanje k zdravemu življenjskemu slogu. V prispevku je predlagana tudi rešitev, s katerim bi učence odvrnili od uživanja energijskih pijač.

**KLJUČNE BESEDE: energijske pijače, zdravje, mladostniki, oglaševanje, kritično presojanje.**

## **YOUTH, WHAT GIVES YOU WINGS?**

### **ABSTRACT**

The article discusses the history and development of energy drinks, detailing their most common ingredients, frequency of consumption, and their impact on health along with possible health risks. It particularly emphasizes the issue of energy drink consumption among young people. Worldwide, young individuals, who haven't fully formed their own opinions, are more frequently targeted by intensive advertising, presenting a global and challenging issue. Manufacturers of energy drinks often give the impression that these beverages are ordinary refreshments with numerous benefits. It's crucial to recognize the power of advertising in modern days and age to raise awareness, and thus try to protect young people from harmful marketing tactics. Alternatively, marketing can be turned into an opportunity to teach young people to assess risks of harmful marketing strategies. The findings of the "Health Behavior in School-aged Children" (HBSC, 2023) survey are concerning, as it reveals that more than a third of Slovenian adolescents (40.9 %) consume energy drinks. Among them, every fifth 11-year-old and already every second 15-year-old is a consumer of energy drinks on a regular basis. The mentioned findings serve as the cornerstone of this article, in which I investigated the prevalence of energy drinks among pupils at our school. The results of the survey are presented, indicating that pupils often consume energy drinks, with the majority consuming them at least once a week. These research findings served as the basis for our subsequent activities, including workshops where we conducted motivational interviews and discussions to raise awareness among elementary school children about healthy alternatives that can replenish energy and vitality to the body. The purpose of the article is to present the promotion of critical assessment of energy drink consumption among pupils, particularly focusing on its impact on health, and to encourage a healthy lifestyle. Additionally, solution is proposed to deter pupils from consuming energy drinks.

**KEY WORDS: energy drinks, health, children, advertising, critical evaluation.**

## 1. UVOD

Dandanes se nam ne zdi nič posebnega, ko v raziskavah pristojnih institucij zasledimo, da se prodaja energijskih pijač povečuje iz leta v leto. Oglaševanje teh pijač kot brezalkoholnih napitkov z na videz neškodljivimi dodatki, ki naj bi zagotavljali več energije, privablja k nakupu ljudi vseh starosti. Žal so glavna tarča oglaševalskih kampanj pogosto ravno otroci, ki še ne razmišljajo kritično in nasedajo lažem oziroma zamolčanim dejstvom proizvajalcev in promotorjev. Po drugi strani pa se zdi glas strokovnjakov na teh področjih, ki opozarjajo na posledice uživanja teh pijač, pogosto utišan.

Med mladimi so posebej učinkoviti oglaševalski prijemi preko različnih spletnih kanalov, kjer spletni vplivneži na različnih platformah agresivno oglašujejo njihove izdelke. Energijske pijače so stalnica v spletnih vsebinah, promovirajo jih priljubljeni ustvarjalci vsebin (npr. na Youtubu), ki jim mladi pogosto sledijo brez lastne kritične presoje. Zaradi njihove prisotnosti v viralnih videih in izzivih, ki jih izvajajo spletni vplivneži, tovrstne pijače hitro postanejo zaželene med mladimi. Slabost energijskih pijač je tudi pomanjkanje vzvodov, s katerimi bi lahko preprečili njihovo prodajo mladostnikom. Te pijače namreč ne vsebujejo alkohola, prepoved prodaje mlajšim pa ni omejena na vsebnost nobene druge snovi. Za določitev mejnih vrednosti snovi, kot je npr. kofein, namreč strokovnjaki nimajo dovolj podatkov, zato v celoti odsvetujejo uporabo živil z vsebnostjo te snovi za mladoletne osebe. [1]

Podatki raziskave Nacionalnega inštituta za javno zdravje Z zdravjem povezano vedenje v šolskem obdobju (HBSC, 2023) kažejo, da energijske pijače pije kar 40,9 % mladostnikov. Preventivni programi so usmerjeni v preprečevanje škodljivih navad, kot so kajenje, uživanje alkohola, uporaba nedovoljenih drog, neustrezna prehrana ter pomanjkanje telesne aktivnosti. Energijske pijače v današnjem času postajajo del pop kulture. Žal se premalo pozornosti posveča uživanju energijskih pijač med mladimi.

Ker se je na naši šoli občutno povečalo uživanje energijskih pijač med učenci, na kar nas je opozoril bližnji trgovec, ki opaža vsakodnevne nakupe teh pijač učencev, sem se odločila pripraviti anketni vprašalnik za učence šole. Na podlagi analize odgovorov, ki potrjujejo zaskrbljujoče stanje, v šoli načrtujem aktivnosti, s katerimi bom učence ozaveštila o škodljivosti uživanja energijskih pijač.

## 2. ZGODOVINA ENERGIJSKIH PIJAČ

Že od nekdanj ljudje iščemo inovativne načine za pridobitev dodatne energije in povečanje koncentracije, eden od njih je tudi uživanje različnih poživitvenih pijač. Prva izmed njih je vila kava. Zgodovinarji menijo, da so kavna zrna prvič jedli (ne pili) v Etiopiji okoli leta 575. Vzhodnoafriška plemena so mlela kavna zrna in prah mešala z živalsko maščobo za dodatno energijo bojevnikov. Okoli leta 1000 so Etiopijci iz kavnih zrn pripravljali vrsto vina s fermentacijo. Na Arabskem polotoku so v 11. stoletju začeli kavo pripravljati z vrelo vodo. Kavo, kot jo poznamo danes, so začeli pražiti in mleti v 12. stoletju. [2]

Prave energijske pijače so se sprva uporabljale v vojski za povečanje budnosti vojakov med dolgotrajnimi aktivnostmi. Kasneje so jih začeli uporabljati tudi drugi, kot so vozniki, odvetniki in zdravniki za ohranjanje budnosti pri delu. V šestdesetih letih so se energijske pijače pojavile v Evropi in Aziji kot prehransko dopolnilo. Sodobna oblika energijskih pijač je nastala na Japonskem leta 1962 s proizvodom Lipovitan-D. Energijske pijače so se postopoma razširile po

svetu, največji preboj je dosegel avstrijski Red Bull v osemdesetih letih. Danes je Red Bull najbolj prodajana energijska pijača z letno prodajo več kot 7 milijard pločevink, kljub konkurenci proizvajalcev kot so Monster, Shark, Rockstar in v zadnjem času Prime. [3]

### **3. SESTAVA ENERGIJSKIH PIJAČ**

Energijske pijače so pijače z vsebnostjo različnih poživil, običajno kofeina, ki pripomorejo k kratkotrajnemu povečanju motivacije, koncentracije, budnosti in zmogljivosti. Lahko so gazirane ali negazirane, in med drugim vsebujejo tudi sladkor, druga sladila ali zeliščne izvlečke. Energijske pijače so namensko zasnovane pijače, ki jih proizvajalci pogosto tržijo v kategoriji brezalkoholnih osvežilnih pijač, čeprav se od teh precej razlikujejo. Po sestavi in načinu oglaševanja se prilagajajo ciljnim kupcem, zato se predstavljajo kot pijače za motivacijo, za adrenalinske športne podvige, za povečano koncentracijo pri študiju in še posebno v zadnjem času igranju računalniških iger. [4]

Čeprav na trgu obstaja na stotine vrst energijskih pijač, je njihova sestava podobna. Vsebujejo velike količine sladkorja, umetnih sladil, kofeina, barvil, ter številne druge sestavine, med katerimi je treba posebej izpostaviti dve najpogostejši, taurin in glukoronolakton. Druge sestavine, ki so navadno vključene v te izdelke, so ginseng, guarana, yerba mate in ekstrakti zelenega čaja. [5]

Kljub vsem naštetim sestavinam, ki jih najdemo v energijskih pijačah, je glavni učinek posledica delovanja kofeina in sladkorja. Klinične študije kažejo, da izbor drugih sestavin nima statistično značilnega vpliva na učinek. [6]

Mnoge študije potrjujejo zmožnost kofeina za izboljšanja razpoloženja in budnosti, izvajanja vadbe, hitrosti, s katero se obdelujejo informacije, pozornost in reakcijski čas. Največja še varna dnevna količina kofeina za odrasle znaša 400 mg, otroci pa naj ne bi zaužili več kot 3 mg/kg telesne teže. [5], [7]

Ali lahko kofein povzroči motnjo odvisnosti, je odvisno od tega, kako je zasvojenost opredeljena. Kompulzivnega uživanja kofeina v nobenem primeru niso opazili, zato kofein na splošno ne povzroča odvisnosti. Je blag stimulant, pri katerem gre sicer za psihično odvisnost in od katerega telo lahko postane odvisno, a ne zadosti merilom APA (American Psychological Association), da gre za snov, ki povzroča zasvojenost. [8]

Taurin je neproteinogena amino sulfonska kislina, prisotna v vsakodnevni prehrani ljudi. V slednji nastopa v skoraj 35-krat manjših količinah, kot je povprečna vsebnost taurina v energijskih pijačah (58 mg/dan je povprečni vnos preko hrane; do 2000 mg/dan ob zaužitju 0,5 litra energijske pijače). Kljub povečanemu vnosu klinične študije ne ugotavljajo pozitivnih ali negativnih učinkov taurina, zaužitega z energijskimi pijačami ali prehranskimi dopolnili. [1], [9]

Glukoronolakton je običajni produkt v presnovi glukoze v jetrih. Njegov razgradni produkt ksilitol stimulira izločanje insulina, kar bi lahko v večjih količinah in dolgoročno delovalo kot dejavnik tveganja za razvoj sladkorne bolezni.[1]



#### **4. NEGATIVNI VPLIVI UŽIVANJA ENERGIJSKIH PIJAČ PRI OTROCIH IN MLADOSTNIKI**

Pitje energijskih pijač je povezano z različnimi zdravstvenimi tveganji. Visok vnos kofeina in drugih sestavin med otroci in mladostniki je povezan z različnimi fiziološkimi in vedenjskimi spremembami. Te spremembe lahko vključujejo motnje srčnega ritma, mišične krče, nervozo, tesnobo ter pri višjih vnosih in v kombinaciji z alkoholom tudi zastrupitve. Poleg teh neželenih učinkov se lahko pojavijo tudi nemir, prebavne motnje, nepovezani miselni tokovi in govor. Presežek kofeina podaljša čas uspavanja in zmanjšuje potrebo po globokem spanju, kar na dolgi rok vodi v motnje spanja. Manj spanca povzroča tudi povečanje in večje tveganje za razvoj debelosti. Uživanje pijač z dodanimi sladkorji je povezano s tveganjem za razvoj kariesa.

Poleg tega se pri otrocih in mladostnikih pojavlja tudi kemična zasvojenost s kofeinom zaradi uživanja energijskih pijač, kar po nekaterih raziskavah lahko poveča tveganje za druge oblike kemičnih zasvojenosti. Nekatere študije kažejo, da kombinacija nižje telesne teže in visokih odmerkov kofeina prispeva k višji stopnji zasvojenosti s kofeinom, pri količinah kofeina nad 100 mg/dan je pri nekaj odstotkih populacije prisoten tudi odtegnitveni sindrom, ki pa ne traja dlje kot en dan. [10]

Kofein je tudi diuretik, kar pomeni, da spodbuja izločanje tekočine iz telesa. To lahko povzroči dehidracijo, zlasti pri ljudeh, ki zaužijejo več energijskih pijač na dan. Dehidracija lahko privede do glavobolov, omotice in težav s koncentracijo.

Veliko tveganje je za presnovni sindrom, ki je skupek različnih dejavnikov, kot so debelost, zvišana vrednost krvnega sladkorja, zvišan krvni pritisk in maščobe v krvi. Zaradi visoke glikemične obremenitve in spodbujenega izločanja inzulina, se poveča tudi tveganje za nastanek sladkorne bolezni tipa II ter bolezni srca in ožilja, ki sta že tako pogost zaplet debelosti.

[1], [11]

#### **5. OPOZORILA O ENERGIJSKIH NAPITKIH TER PREDPISI GLEDE NJIHOVE PROIZVODNJE IN PRODAJE**

Varnost in predpisi glede proizvodnje ter prodaje energijskih pijač se po vsem svetu razlikujejo, vključno z označevanjem vsebine in zdravstvenimi opozorili. Poudarek je na varnosti potrošnikov in razumevanju regulativnih praks, ki urejajo te pijače. Za zagotavljanje varnosti potrošnikov je nujno, da so na energijskih napitkih prisotne nalepke z opozorili, da pijača zaradi visoke vsebnosti kofeina ni primerna za otroke in mlajše osebe. Ob tem je odgovornost odločitve o nakupu na strani kupca.

Jasni zakonodaji navkljub pa smo še dandanes priča kršitvam proizvajalcev in trgovcev, ki teh določil ne upoštevajo in brez označitev s slovensko deklaracijo ne glede na izjemno visoko vsebnost kofeina, ki predstavlja tveganje za zdravje otrok in mladostnikov, tržijo nekatere energijske napitke, ter tako izkoriščajo mladost in neizkušnost otrok. Navedeno izhaja iz ugotovitev pristojnih inšpekcijskih služb ob nadzorih. [12]

## **6. RAZŠIRJENOST UPORABE ENERGIJSKIH PIJAČ MED OTROCI IN MLADOSTNIKI V SLOVENIJI**

Energijske pijače pije različno pogosto več kot tretjina mladostnikov, vendar pa se zadnja leta zvišuje odstotek tistih, ki redno pijejo energijske pijače. Vse pogosteje se z njimi srečujejo vedno mlajše skupine otrok in mladostnikov. Raziskava Z zdravjem povezana vedenja v šolskem obdobju (HBSC, 2023) je pokazala, da energijske pijače pije več kot tretjina slovenskih mladostnikov (40,9 %), od tega vsak peti 11-letnik in že vsak drugi 15-letnik. Podatki tudi kažejo, da je odstotek tistih, ki pijejo energijske pijače, značilno višji med fanti (46,7 %) kot dekleti (35,2 %) in med starejšimi kot med mlajšimi mladostniki (11-letniki: 19,5 %, 13-letniki: 37,1 %, 15-letniki: 52,7 %, 17-letniki: 52,3 %). [11]

## **7. RAZISKAVA**

### **a) Namen in cilj raziskave**

Namen raziskave, ki sem jo izvedla v okviru tega prispevka, je bil ugotoviti priljubljenost energijskih pijač med učenci na OŠ Ferda Vesela in dobljene rezultate primerjati z analizo, ki jo je leta 2023 izvedel NIJZ. Zanimalo me je, koliko učencev redno uživa energijske pijače in kaj učence spodbudi k uporabi teh izdelkov. Z raziskavo sem poskušala ugotoviti, ali obstajajo specifični motivi, kot so vpliv vrstnikov, oglaševanje spletnih vplivnežev ali iskanje izboljšane zbranosti in energije za šolske obveznosti, ki spodbujajo učence k uživanju teh pijač. Želela sem pridobiti vpogled, ki bi učiteljem omogočili oblikovanje učinkovitih preventivnih ukrepov za zmanjšanje uporabe energijskih pijač med mladostniki in morebitne aktivnosti, ki bi lahko nadomestile njihovo uporabo.

### **b) Raziskovalna vprašanja**

Glede na opisane cilje sem za izvedbo anketnega vprašalnika izbrala naslednja vprašanja:

1. Ali piješ energijske napitke?
2. Katero energijsko pijačo uživaš najpogosteje?
3. Ali (poleg energijskih pijač) uživaš tudi kavo/zeleni čaj?
4. Zakaj posegaš po energijskih napitkih?
5. Ali poznaš sestavo energijskih pijač?
6. Ali ti starši dovolijo pitje energijskih pijač?
7. Bi lahko zamenjal pitje energijskih pijač za kakšno drugo vrsto aktivnosti, za katero meniš, da prispeva k dvigu energije?

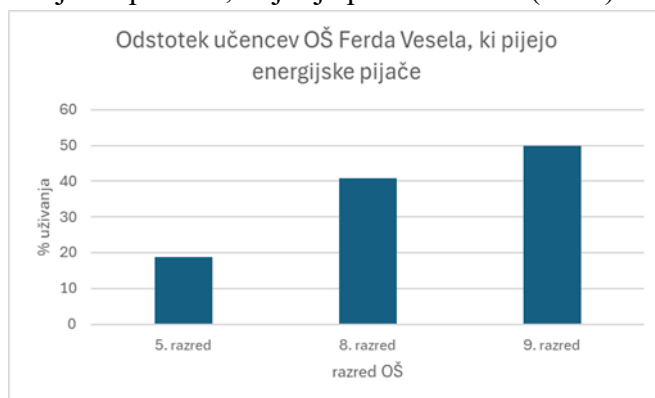
### **c) Izvedba raziskave**

Za pridobitev podatkov sem na OŠ Ferda Vesela anketirala učence 5. (cca. 11 let), 8. (cca. 13 let), in 9. (cca. 15 let) razreda. Za te razrede sem se odločila, ker lahko rezultate raziskave neposredno primerjam z nacionalnim povprečjem raziskave NIJZ, ki je vanjo vključila tudi otroke stare 11, 13 in 15 let.

### č).Rezultati raziskave

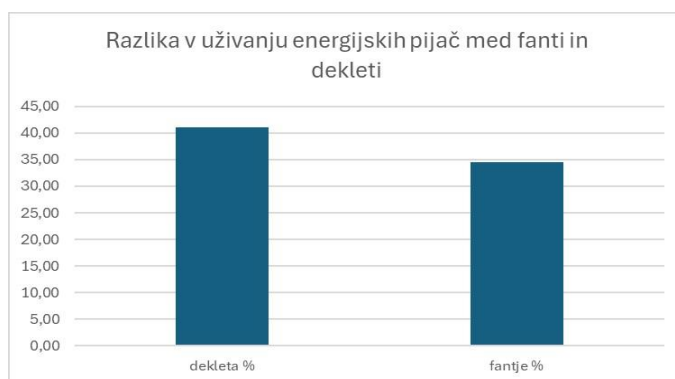
Skupno sem z anketo pridobila 114 veljavnih rešenih anket. Skladno z nacionalnim povprečjem je število učencev, ki posega po energijskih pijačah, premo sorazmerno s starostjo.

Iz grafa 1 lahko razberemo, da na naši šoli energijske pijače vsaj nekajkrat na leto uživa nekaj manj kot 19 % anketiranih petošolcev, 41 % osmošolcev in 50 % devetošolcev. Pridobljeni podatki so povsem primerljivi s podatki, ki jih je pridobil NIJZ (2023).



GRAF 1: Odziv učencev na vprašanje ali pijejo energijske pijače.

Preverila sem tudi razmerje med fanti in dekleti, ki uživajo energijske pijače. Kot lahko vidimo na grafu 2, znaša delež deklet 41 %, fantov pa 35 % in je torej pri dekletih višji kot pri fantih.



GRAF 2: Odziv deklet in fantov na vprašanje ali pijejo energijske pijače

Sledilo je vprašanje po kateri pijači mladostniki najpogosteje posegajo (tisti, ki pijejo energijske pijače). Iz rezultatov je razvidno, da je najbolj priljubljena pijača Red Bull, sledi ji Monster, druge znamke sledijo v manjših deležih.

Iz odgovorov na tretje vprašanje je razvidno, da učenci še pogosteje kot po energijskih pijačah posegajo po kavi. Skoraj vsi, ki pijejo energijske pijače, pijejo tudi kavo, poleg tega pa je veliko takih, ki energijskih pijač ne pijejo, pijejo pa zgolj kavo.

Najpogostejši razlog za uživanje je bil pričakovano okus (67 % vprašanih), prav tako je okus najpomembnejši pri izbiri znamke napitka. Zanimivo je, da je samo eden izmed učencev odgovoril, da ga k pitju nagovarja vpliv družbe oziroma spletnih vplivnežev, navkljub intenzivnim oglaševalskim kampanjam na spletnih platformah. Iz tega lahko sklepamo, da učenci ne posegajo po omenjenih izdelkih samo zaradi trenutne medijske pozornosti; možno je da oglasi vplivajo na njihovo podzavestno odločitev in se tega sploh ne zavedajo. Iz tega morda izvira tudi povečana prevlada pijače Red Bull, ki smo jo opazili pri drugem vprašanju – ta pijača je tudi najbolj oglaševana na vseh medijskih kanalih.

Na vprašanje o poznavanju sestave energijskih napitkov je večina učencev odgovorila pritrdilno (77 %). Kljub temu pa jih večina ni znala naštetih glavnih sestavin teh pijač. Najpogostejši odgovor je sicer res bil kofein, vendar pa se je le 55 % učencev spomnilo na sladkor.

S šestim vprašanjem sem želela izvedeti kakšen je odnos staršev do pitja energijskih pijač, natančneje ali ga dovoljujejo svojim otrokom. V nasprotju s pričakovanji sem ugotovila, da številni starši (več kot 52 %) dovoljujejo vsaj občasno uživanje.

Pozitivno me je presenetilo dejstvo, da večina učencev, ki pijejo energijske pijače, meni, da bi to lahko nadomestili z drugimi aktivnostmi ali izdelki za katere menijo, da jim dajejo energijo. Na to vprašanje, ki je bilo odprtega tipa, so podali vrsto različnih smiselnih predlogov. Predlagali so predvsem ukvarjanje s športom (igranje košarke, nogometa, kolesarjenje), spanje, druženje s sovrstniki, precej pa bi jih energijske pijače zamenjalo za druge izdelke kot so Cedevita, Fanta, Coca-cola ali sladkarije.

## **8. POVZETEK PEDAGOŠKIH DEJAVNOSTI O ENERGIJSKIH PIJAČAH – OZAVEŠČANJE O ŠKODLJIVOSTI**

### **a) Cilj**

Učence spodbuditi k kritičnemu razmišljanju o pitju energijskih pijač in njihovem vplivu na zdravje. Navedeno pomeni, da razumejo sestavo in učinke energijskih pijač na zdravje, prepoznajo alternative za doseganje enakih učinkov kot s pitjem energijskih pijač, razvijajo kritično mišljenje o porabi energijskih pijač.

### **b) Uvod**

Aktivnosti potekajo kot preventivne delavnice z uporabo motivacijskega intervjuja, kjer učenci preko vprašanj raziskujejo in prepoznavajo problem, iščejo motivacije za spremembo lastnega vedenja in načrtujejo rešitve.

### **c) Dejavnosti**

Uvodna vaja: Vsak učenec napiše tri besede, ki so povezane z energijskimi pijačami, in jih deli v skupinah. Skupine izberejo ključne besede in jih predstavijo ostalim.

Sestava energijskih pijač: Učenci v skupinah analizirajo deklaracije različnih energijskih pijač in poiščejo informacije o sestavinah, zlasti kofeinu in sladkorju (lahko tudi drugih npr. tavrinu, ter njihovih učinkih). Ugotovitve primerjajo med seboj in razpravljajo.

### **č) Ključna vprašanja za razpravo**

- Kakšne so glavne sestavine energijskih pijač in njihovi učinki na zdravje?
- Ali se izdelki razlikujejo in kako?
- Koliko sladkorja vsebujejo in s čim je sladkor pogosto nadomeščen?
- Kolikšen je priporočen dnevni vnos za njihovo starost?
- Ali energijske pijače vsebujejo opozorila glede visoke vsebnosti kofeina?
- Ali so energijske pijače primerne za osnovnošolce in katere pijače naj bi pili?

#### **d) Zaključek razprave**

Sledi poročanje skupin in diskusija o ugotovitvah, kjer učitelj s dodatnimi vprašanji spodbudi razmišljanje in poglobljeno razpravo.

### **9.ZAKLJUČEK**

Na splošno pitje energijskih pijač med mladimi narašča, pri čemer je priljubljenost teh napitkov pogosto povezana z okusom in percepcijo povečane energije. Kljub temu da učenci menijo, da dobro poznajo sestavo teh pijač, se morda ne zavedajo v kakšnih količinah so le te prisotne. Pomembno je tudi dejstvo, da starši pogosto dovoljujejo uživanje teh napitkov, kar odpira vprašanje, kako jih bolje ozavestiti o škodljivih posledicah teh pijač na njihove otroke.

Energijske pijače so močno prisotne na trgu in so podvržene intenzivnim oglaševalskim kampanjam, kar lahko vpliva na izbiro mladih. Vendar pa raziskava kaže, da obstaja tudi zanimanje za zdrave alternative, kot so športne aktivnosti in druge pijače.

Pomembno je, da nadaljujemo z izobraževanjem o vplivih energijskih pijač in spodbujamo zdrave izbire med mladimi, da bi zmanjšali njihovo potrebo po uživanju teh napitkov, hkrati pa izboljšali njihovo dobro počutje. Obstaja še ena, bolj učinkovita rešitev, in sicer prepoved prodaje energijskih pijač in podobnih izdelkov osebam, mlajšim od 18 let, podobno kot pri alkoholnih pijačah. Ta ukrep je že uveljavljen v nekaterih državah v Evropi.

## LITERATURA IN VIRI:

- [1] Barbara Petkovšek, „Do dobre energije brez energijskih pijač“, Nijz. Pridobljeno: 18. maj 2024. [Na spletu]. Dostopno na: <https://nijz.si/zivljenjski-slog/otroci/do-dobre-energije-brez-energijskih-pijac/>
- [2] Melitta, „Melitta® - History of Coffee“, Melitta USA. Pridobljeno: 18. maj 2024. [Na spletu]. Dostopno na: <https://www.melitta.com/en/History-of-Coffee-629.html>
- [3] „The History and Rise of Energy Drinks“, PRO. Pridobljeno: 18. maj 2024. [Na spletu]. Dostopno na: <https://prowm.com/brewing/energy-drinks-history-rise-pasteurization/>
- [4] „Energy drink“, *Wikipedia*. 3. maj 2024. Pridobljeno: 18. maj 2024. [Na spletu]. Dostopno na: [https://en.wikipedia.org/w/index.php?title=Energy\\_drink&oldid=1222049440](https://en.wikipedia.org/w/index.php?title=Energy_drink&oldid=1222049440)
- [5] M. A. Heckman, K. Sherry, in E. G. De Mejia, „Energy Drinks: An Assessment of Their Market Size, Consumer Demographics, Ingredient Profile, Functionality, and Regulations in the United States“, *Compr. Rev. Food Sci. Food Saf.*, let. 9, št. 3, str. 303–317, maj 2010, doi: 10.1111/j.1541-4337.2010.00111.x.
- [6] T. M. McLellan in H. R. Lieberman, „Do energy drinks contain active components other than caffeine?“, *Nutr. Rev.*, let. 70, št. 12, str. 730–744, dec. 2012, doi: 10.1111/j.1753-4887.2012.00525.x.
- [7] ZPS, „Tržni pregled energijskih pijač: nam res ‚dajo krila‘?“, ZPS. Pridobljeno: 18. maj 2024. [Na spletu]. Dostopno na: <https://www.zps.si/aktualne-vsebine/trzni-pregledi/trzni-pregled-energijskih-pijac-nam-res-dajo-krila-207>
- [8] M. J. Kuhar, *The addicted brain: why we abuse drugs, alcohol, and nicotine*. Upper Saddle River, N.J: FT Press, 2012.
- [9] „Taurine“, *Wikipedia*. 16. april 2024. Pridobljeno: 18. maj 2024. [Na spletu]. Dostopno na: <https://en.wikipedia.org/w/index.php?title=Taurine&oldid=1219265127>
- [10] „Caffeine“, *Wikipedia*. 17. maj 2024. Pridobljeno: 18. maj 2024. [Na spletu]. Dostopno na: [https://en.wikipedia.org/w/index.php?title=Caffeine&oldid=1224354695#cite\\_ref-Nestler\\_caffeine\\_dependence-addiction\\_27-3](https://en.wikipedia.org/w/index.php?title=Caffeine&oldid=1224354695#cite_ref-Nestler_caffeine_dependence-addiction_27-3)
- [11] M. Gregorič *idr.*, „Energijske pijače v rokah otrok in mladostnikov“.
- [12] ZPS, „ZPS dosegla umik energijske pijače PRIME ENERGY“, ZPS. Pridobljeno: 18. maj 2024. [Na spletu]. Dostopno na: <https://www.zps.si/novice/zps-dosegla-umik-energijske-pijace-prime-energy-2023-11-14>

## **POKLICI PRIHODNOSTI**

### **POVZETEK**

Poklici prihodnosti so v nas zbudili radovednost, da smo začeli razmišljati o tem, kateri se bodo ohranili, kateri posodobili in kateri popolnoma izginili. Raziskovalna naloga je bila namenjena učencem, da spodbudijo razmišljanje o svojih poklicnih poteh. Vse mlade nagovarjamo k inovativnosti oziroma drugačnosti. Določene poklice smo spoznali v živo, na okrogli mizi z naslovom: Ženske v znanosti, kjer je bilo izbranih nekaj zgodb uspešnih žensk. V raziskavo je bila vključena anketa, kako osnovnošolci razmišljajo o poklicih. Izsledki ankete so pokazali, da učenci tretje triade o poklicih že razmišljajo. Največ informacij pridobijo pri starših, vrstnikih in na spletu, najmanj v šoli. Veliko jih želi tudi spoznati, kako določen poklic izgleda v praksi. Znanstvenice oziroma intervjuvanke so poudarile, da je za uspešno delo potrebno znanje, podpora družine in mentorjev ter da je razlika med spoloma v poklicih zanemarljiva. Za najpomembnejšo lastnost pri uspehu posameznika so izbrale vztrajnost. K stroki smo doprinesli dejanski vpogled v razmišljanje in želje mladih. Informacije in mentorstvo so ključni pri razvoju kariere. Rezultati raziskave lahko pripomorejo k izboljšanju programov poklicnega svetovanja in izobraževanja, ki bodo bolje podpirali raznolikost in enakost spolov, ne glede na družbena pričakovanja. Ponujene so ideje za izvajanje dejavnosti, ki bi mladim omogočile pridobivanje praktičnih izkušenj in vpogled v različne poklice. Raziskava pomaga bolje razumeti mlade in njihove izzive pri odločanju o poklicni prihodnosti, kar je ključno za razvoj ustreznih podpornih programov.

**KLJUČNE BESEDE: znanje, poklici prihodnosti, kompetence, vztrajnost, mentorstvo.**

## **PROFESSIONS OF THE FUTURE**

### **ABSTRACT**

The professions of the future aroused our curiosity to start thinking about which ones will be preserved, which ones will be updated and which ones will disappear completely. The research assignment was designed to get students thinking about their career paths. We encourage all young people to be innovative or be different. We learned about certain professions live, at a round table entitled: Women in Science, where a few stories of successful women were selected. The research included a survey on how primary school students think about professions. The results of the survey showed that students of the third triad are already thinking about careers. They get the most information from their parents, peers and online, and the least at school. Many of them also want to know what a certain profession looks like in practice. The scientists and interviewees emphasized that knowledge, support from family and mentors are necessary for successful work, and that the difference between the sexes in the professions is negligible. They chose persistence as the most important quality for an individual's success. We have contributed real insight into the thinking and wishes of young people to the profession. Information and mentoring are key to career development. The results of the research can help to improve career counseling and education programs that will better support diversity and gender equality, regardless of social expectations. Ideas are offered for carrying out activities that would enable young people to gain practical experience and insight into various professions. The research helps to better understand young people and their challenges in making decisions about their professional future, which is key to developing appropriate support programs.

**KEYWORDS: knowledge, professions of the future, competences, persistence, mentoring.**

## 1. UVOD

Izbira poklica je ena izmed najpomembnejših odločitev, s katero se soočajo učenci ob zaključku osnovne šole. Ta odločitev ne vpliva samo na njihovo nadaljnje izobraževanje, ampak tudi na celotno življenjsko pot. Medtem ko so nekateri učenci že v osnovni šoli trdno prepričani o svojem bodočem poklicu, se mnogi še vedno sprašujejo, katera pot bi bila za njih najboljša [1]. Nove tehnologije bodo močno spremenile naravo dela na vseh področjih in v vseh poklicih. Gonilki sprememb so: globalizacija, avtomatizacija, robotizacija, digitalizacija, demografija in ekologija [2].

Povod za izbrano nalogo je bila predstavitev poklicev prihodnosti, ki jih je objavila dr. Sabina Žnidaršič, z naslovom: Sodobni trg dela ali Kaj svetovati mladim, ko ne vemo prav dobro, kaj jih čaka?

Poimenovanje naštetih poklicev prihodnosti je v nas zbudilo radovednost, da smo začeli razmišljati o tem, kateri poklici se bodo ohranili, kateri posodobili in kateri popolnoma izginili. Želeli smo, da se mlade raziskovalke vprašajo, kaj jih zanima in katere so njihove najpomembnejše vrednote ter da začnejo sploh razmišljati o poklicih.

Ponudili smo jim priložnost, da v živo spoznajo določene poklice, zato smo sodelovale na okrogli mizi v Tehnoparku Celje. V raziskavo smo vključili tudi anketo za učence 3. triade OŠ Griže in raziskali, kako oni razmišljajo o poklicih.

Pred intervjuji smo se osredotočili na zgodbe uspešnih žensk, ki so bile zaradi strokovnih dosežkov predstavljene širši javnosti.

Pojavljajo se vprašanja, kateri poklici bodo v prihodnosti še iskani in kateri so tisti, ki jih danes še ne poznamo. Katere kompetence so potrebne za opravljanje določenih nalog? Poiskali smo nekaj odgovorov na zastavljena vprašanja.

## 2. HIPOTEZE

V raziskovalni nalogi smo oblikovali naslednje hipoteze, s katerimi smo zasledovali zastavljene cilje:

- hipoteza 1: Za uspešno opravljanje poklica, poleg formalne izobrazbe, potrebuješ tudi druge kompetence, pomembne pa so tudi osebnostne lastnosti posameznika.
- hipoteza 2: Učenci tretje triade podatke o poklicih večinoma pridobijo v šoli in na spletu.
- hipoteza 3: Vpogled v delo na terenu bi učencem olajšal odločitev pri izbiri poklica.
- hipoteza 4: Pot do uspeha v znanosti je polna izzivov, a s pravim pristopom in podporo je dosegljiva za vsakogar, ne glede na spol.
- hipoteza 5: Da, če želim, lahko postanem tudi astronautka.

## 3. METODE DELA

Naše raziskovanje je v večji meri potekalo v živo, zato so bile najbolj primerne metode dela anketa, intervju ter razprava na okrogli mizi. Raziskavo smo opravili na šoli, in sicer na vzorcu 114 učencev tretje triade.

## 4. NAMEN



Namen raziskovalne naloge je bil učencem tretje triade ponuditi priložnost za raziskovanje in odkrivanje različnih poklicnih poti. Zaradi hitrega razvoja tehnologij in umetne inteligence je pred učenci zahtevna odločitev glede izbire njihove poklicne prihodnosti. Na dlani je, da se spremembe dogajajo na vseh ravneh družbe.

Hkrati pa je bil namen nuditi spodbudo mladim dekletom, da bodo v prihodnosti lahko enakopravno zastopane na vseh tehnoloških in znanstvenih področjih. Spremeniti je potrebno pogled na vlogo žensk v znanosti in tehnologiji, da bodo naslednje generacije imele atraktivne vzornice, ki jih bodo navdihovale na njihovih znanstvenih poteh.

## **5. POVZETEK ANKETE**

Anketa je bila izvedena med 114 učenci tretje triade Osnovne šole Griže, z namenom pridobiti vpogled v njihove poglede in načrte glede poklicne prihodnosti. Vzorčenje je zajelo 59 % deklet in 41 % fantov. Cilj ankete je bil ugotoviti, kdaj so učenci začeli razmišljati o poklicih, ali so te želje ostale aktualne ter identificirati vire informacij in ovire na karierni poti.

Učenci so začeli razmišljati o svojih poklicih pri različnih starostih. Zanimivo je, da kar 60 % učencev še vedno sledi svojim otroškim željam. Med tistimi, ki so si premislili, 42 % navaja kot razlog prenizek šolski uspeh, 17 % pa jih odvrne predolgo šolanje.

Anketa je pokazala, da večina učencev največ informacij o svoji poklicni usmeritvi pridobi od staršev (50 %), sledijo vrstniki in sorodniki (30 %). Presenetljivo je, da najmanj informacij pridobijo v šoli, saj le 8 % učencev navaja šolo kot vir informacij.

Kar 73 % učencev meni, da obstajajo delitve poklicev glede na spol in da imajo ženske več ovir na karierni poti. To kaže na prisotnost stereotipov in zaznanih neenakosti med učenci.

Velika večina učencev (78 %) je mnenja, da bi bilo koristno informacije o poklicih pridobiti neposredno na terenu, torej na delovnem mestu. To poudarja pomen praktičnih izkušenj in neposrednega vpogleda v delovna okolja.

Učenci kot najpomembnejše kompetence za uspešno opravljanje poklica navajajo vztrajnost, delavnost in odločnost. Te lastnosti so prepoznane kot ključne za doseganje uspeha na karierni poti.

Pri izbiri poklicne poti večino učencev vodi finančna nagrada. Kljub temu 40 % učencev navaja, da bi življenje posvetili pomoči drugim, tretjini učencev pa sta pomembna tudi sodelovanje in svoboda pri delu.

Največ učencev bi se na poklicni poti odločilo za delo v zdravstvu, kar predstavlja dobro četrtno anketiranih. Sledi delo na športnem področju, nato storitvene dejavnosti, podjetništvo, izobraževanje, umetnost, finance in znanost (7 %).

V raziskovalni nalogi smo si dobro zastavili vse hipoteze, saj so bile skoraj vse potrjene. Druga je bila le delno ovržena.

Anketa je razkrila pomembne vpoglede v misli in želje učencev glede poklicne prihodnosti. Čeprav so finančni vidiki ključni za večino učencev, je pomemben delež tistih, ki dajejo prednost pomoči drugim in svobodi pri delu. Prav tako so zaznane spolne delitve poklicev in pomen praktičnega pridobivanja informacij neposredno na delovnem mestu. Ta spoznanja so dragocena za nadaljnje razvijanje programov poklicnega svetovanja in izobraževanja, ki bodo spodbujali raznolikost in enakost spolov ter omogočili učencem boljše priprave na prihodnost.

## 6. ŽENSKE V ZNANOSTI DANES

V letu 2022 je doktorski študij zaključilo 452 študentov, od tega je bila polovica študentk. Delež žensk med novimi (tj. tistimi, ki so pridobili doktorski naziv v posameznem letu) doktorji znanosti se je v zadnjih 40 letih povečal za 35 odstotnih točk. Na začetku osemdesetih let prejšnjega stoletja je bilo med novimi doktorji znanosti le peščica žensk (18 %), do leta 1991 je ta delež zrasel na 27 %. Trideset let pozneje je razmerje med spoloma bolj uravnoteženo.

V Tehnoparku Celje, največjem znanstveno-zabavnem parku v Sloveniji, so že četrto leto zapored poskrbeli za promocijo naravoslovja in znanosti med mladimi.

Na okrogli mizi so sodelovale:

Na (slika 1) so dobitnice štipendije programa L'Oréal-UNESCO »Za ženske v znanosti«:

1. doc. dr. Katja Klinar, strojna inženirka, Fakulteta za strojništvo, Univerza v Ljubljani,
2. dr. Ana Oberlintner, inženirka kemijskega inženirstva, odsek za Katalizo in reakcijsko inženirstvo Kemijski inštitut,
3. dr. Tanja Goričanec, fizičarka, odsek za reaktorsko fiziko, Inštitut Jožef Stefan,
4. prof. dr. Andreja Gomboc, astrofizičarka, Center za astrofiziko in kozmologijo, Fakulteta za naravoslovje, Univerza v Novi Gorici,
5. Nataša Kovačić, doktorica kemije, podjetnica in ustanoviteljica linije naravne kozmetike NAT Cosmetics [3]



SLIKA 1: Mednarodni dan žensk in deklet v znanosti, 15. 2. 2024 (Foto: Karmen Hrastnik).

## 7. POVZETEK INTERVJUJEV Z ZNANSTVENICAMI

Intervjuji s petimi znanstvenicami iz različnih znanstvenih področij razkrivajo njihove poti, izzive in navdihujoče zgodbe.

Večina znanstvenic ni imela jasne vizije že od mladih let. Katja Klinar, Tanja Goričanec, Nataša Kovačić in Andreja Gomboc so se navdušile nad naravoslovjem že v gimnaziji, medtem ko je Ana Oberlintner začela razmišljati o naravoslovju šele proti koncu gimnazije.

Samozavest in vztrajnost sta se izkazali za ključni lastnosti vsake dobre znanstvenice. Katja Klinar in Tanja Goričanec sta črpali navdih iz zgodovinskih osebnosti, kot sta Isaac Newton in Marie Curie, medtem ko sta Ana Oberlintner in Andreja Gomboc našli vzornike v mentorjih in profesorjih. Nataša Kovačič poudarja pomembnost dobrega mentorja za raziskovalno delo. Pomembno pa jim je bilo tudi, da so jih podpirali njihovi partnerji in osebe, ki so jim bile pomembne.

Usklajevanje dela in zasebnega življenja je za vse znanstvenice velik izziv. Katja Klinar in Nataša Kovačič se zanašata na strogo postavljanje prioritet in jasne meje med delom in prostim časom. Ana Oberlintner in Andreja Gomboc priznavata, da je to področje težko uravnotežiti, medtem ko Tanja Goričanec sledi zgledu svojega nadrejenega in se med prostim časom izogiba delovnim obveznostim.

Znanstvenice delujejo na različnih aktualnih področjih. Katja Klinar se ukvarja s pregrevanjem telefonov, Ana Oberlintner dela na premazih za tekstil iz biopolimerov, Tanja Goričanec raziskuje modularne reaktorje, Andreja Gomboc sodeluje pri mednarodnem projektu Observatorij Vere Rubin, Nataša Kovačič pa se posveča naravni kozmetiki in raziskovanju novih surovin.

Večina znanstvenic ni opazila večjih razlik v trudu, ki ga morajo vložiti v primerjavi z moškimi kolegi. Katja Klinar, Tanja Goričanec in Nataša Kovačič menijo, da so pogoji primerljivi, medtem ko Andreja Gomboc in Ana Oberlintner opozarjata na specifične izzive, s katerimi se soočajo ženske v znanosti.

Vse znanstvenice doživljajo padce in izzive, vendar jih to ne odvrne od njihove zastavljene poti. Katja Klinar in Ana Oberlintner sta vztrajni kljub vsakodnevnim težavam, Tanja Goričanec verjame v svoj cilj, Andreja Gomboc se sooča s krizami in gre naprej, medtem ko Nataša Kovačič priznava svojo trmo in dolgoročne cilje.

Intervjuji kažejo, da so kljub različnim področjem in izkušnjam skupne značilnosti znanstvenic vztrajnost, strast do raziskovanja in sposobnost prilagajanja izzivom. Slika 2 prikazuje skupinsko fotografijo znanstvenic in mladih raziskovalk.



SLIKA 2: Mednarodni dan žensk in deklet v znanosti, 15. 2. 2024 (Foto: Karmen Hrastnik).

## 8. SKLEP

Povezava med anketo in intervjuvankami se kaže v tem, da obe raziskavi prinašata vpogled v razmišljanje in želje mladih glede poklicne prihodnosti. Medtem ko anketa med učenci tretje triade razkriva splošne trende in preference, intervjuji z znanstvenicami ponujajo konkreten vpogled v življenjske poti in izkušnje posameznic na področju znanosti.

Pomembna točka povezave je v razkrivanju vpliva virov informacij na odločitve mladih glede kariere. Anketa kaže, da večina učencev največ informacij o svoji poklicni usmeritvi pridobi od staršev, medtem ko intervjuji z znanstvenicami izpostavljajo pomen mentorstva in vpliv vzornikov na razvoj kariere v znanosti. Ta ugotovitev lahko služi kot opozorilo in spodbuda za razširjanje raznolikih informacijskih virov med mladimi, da bi lahko bolje raziskali in razumeli različne poklicne možnosti.

Prav tako se lahko povežejo rezultati o percepciji ovir na karierni poti. Medtem ko anketa razkriva, da večina učencev zaznava delitve poklicev glede na spol in da imajo ženske več ovir na karierni poti, intervjuji z znanstvenicami ponujajo konkretne primere soočanja s temi ovirami ter strategij za premagovanje le-teh. To lahko služi kot spodbuda mladim, da se ne prepuščajo stereotipom in da se zavestno odločajo glede svoje kariere, ne glede na spolne norme ali pričakovanja družbe.

Nadalje lahko povežemo pomembnost praktičnih izkušenj pri odločanju o poklicni poti. Medtem ko anketa kaže, da velika večina učencev meni, da bi bilo koristno informacije o poklicih pridobiti neposredno na terenu, intervjuji z znanstvenicami ponujajo primere iz prakse, kako so njihove izkušnje na delovnem mestu vplivale na njihovo poklicno pot. Ta povezava lahko služi kot podpora za širjenje priložnosti za pridobivanje praktičnih izkušenj med mladimi, da bi lahko bolje razumeli svoje poklicne interese in možnosti. Ugotovljeno je bilo tudi, da imajo mentorji na začetku naših poti zelo pomembno vlogo, kako nam stvari predstavijo, kako nas vodijo, spodbujajo in nam na poti do uspeha pokažejo, kako se rešiti iz morebitnih zapletov.

Skupaj lahko rezultati ankete in intervjujev pomagajo bolje razumeti potrebe, želje in izzive mladih v procesu odločanja o poklicni prihodnosti. To pa lahko prispeva k razvoju bolj usmerjenih programov poklicnega svetovanja in izobraževanja, ki bodo bolj učinkovito podpirali raznolikost in enakost spolov ter omogočili učencem boljše priprave na prihodnost.

Znanost ne pozna spola, pozna le strast do odkrivanja. V svetu, kjer so poklici v znanosti in akademiji še vedno močno zaznamovani s stereotipi in predsodki, je pomembno, da se slišijo glasovi tistih, ki te ovire ne le premagujejo, ampak tudi vztrajno tlakujejo pot za naslednje generacije.

Integracija žensk v znanstveno skupnost presega samo zagotavljanje enakopravnosti; predstavlja ključno strategijo za mobilizacijo vseh človeških virov pri naslavljanju zahtevnih problemov, s katerimi se naš svet sooča. Zgodovina je polna primerov žensk, ki so, čeprav so bile pogosto spregledane ali marginalizirane, s svojimi odkritji močno vplivale na znanstveni napredek in s tem oblikovale našo prihodnost [3].

## LITERATURA IN VIRI:

- [1] Ekipa Optius.com, Perspektivni poklici prihodnosti. Pridobljeno Delo [online]. Dostopno na: <https://www.optius.com/iskalci/karierna-svetovalnica/poklici-prihodnosti-novi-in-stari-poklici/> [19.02.2024].
- [2] Sabina Žnidaršič, 2024. Sodobni trg dela ali Kaj svetovati mladim, ko ne vemo prav dobro, kaj jih čaka?! Delo [online]. Dostopno na: <https://www.vkotocka.si/wp-content/uploads/2018/10/Kako-svetovati...-oktober-2018-FDV.pdf> [10.10.2023].
- [3] Tehnopark Celje, 2024. V Tehnoparku Celje iniciativa za spodbujanje žensk v znanosti - RTV SLO. Delo [online]. Dostopna na: [V Tehnoparku Celje iniciativa za spodbujanje žensk v znanosti - RTV SLO](#) [10.02.2024].

## OZAVEŠČANJE O DRUŽABNIH OMREŽJIH PRI POUKU ANGLEŠKEGA JEZIKA

### POVZETEK

Namen pričujočega prispevka je predstaviti tematiko uporabe oz. neuporabe družabnih omrežij pri učencih devetošolcih pri pouku angleškega jezika ter predstaviti predloge, kako se teme lotiti v razredu, da se učence čim bolj učinkovito opolnomoči in ozavesti na tem področju. Predstavljene so ugotovitve analize vprašalnika o uporabi družabnih omrežij med devetošolci, predlogi devetošolcev o načinih za zmanjšanje uporabe družabnih omrežij ter nasveti za starše. Prav tako so predstavljeni izsledki enotedenskega izziva "Teden brez družabnih omrežij", kjer se učenci prostovoljno odločijo, da bodo en teden preživeli brez družabnih omrežij, svojo izkušnjo pa opišejo v videodnevniku, kjer vsakodnevno poročajo o izkušnji: koliko časa po navadi preživijo na družabnih omrežjih, kaj so počeli namesto uporabe družabnih omrežij, kako so se počutili, s kakšnimi izzivi so se soočili, kaj so spoznali. Pričujoči prispevek, poleg ozaveščanja učencev, s sodobnimi metodami prispeva k napredku pedagoške stroke, saj spodbuja razvoj kritičnega mišljenja, digitalne pismenosti, socialnih veščin in inovativnih pedagoških praks.

**KLJUČNE BESEDE:** družabna omrežja, izziv, nasveti, angleški jezik.

## RAISING SOCIAL MEDIA AWARENESS IN THE ENGLISH CLASSROOM

### ABSTRACT

The purpose of this contribution is to present the topic of using social media among pupils in the English language classroom and to provide suggestions on how to approach the subject in class to efficiently empower and raise awareness among pupils in this area. Findings from an analysis of a questionnaire on social media usage among ninth graders are presented, along with suggestions from ninth graders on ways to reduce social media usage and advice for parents by pupils are provided. Additionally, the results of "One week without social media challenge" are presented, where pupils voluntarily decide to spend a week without social media and document their experience in a vlog (video blog), reporting on their typical time spent on social networks, activities undertaken instead of using social media, their feelings, challenges they were faced with and their findings. This paper, in addition to raising pupils' awareness, contributes to the advancement of the pedagogical field by promoting the development of critical thinking, digital literacy, social skills, and innovative pedagogical practices.

**KEYWORDS:** social media, challenge, advice, English language.

## 1. UVOD

V današnjem digitalnem svetu so družabna omrežja neizogiben del naše vsakdanjosti. Predvsem v adolescenci, kjer se oblikujejo mnoge pomembne identitete in socialne vezi, se danes te interakcije vse bolj preseljujejo v digitalni svet. Za sodobne najstnike so socialni mediji več kot le komunikacijsko orodje - predstavljajo celotno kulturno okolje, v katerem živijo in se razvijajo. Od Instagrama, Snapchata, TikToka do YouTuba, vsaka platforma ponuja edinstven način izražanja in povezovanja, ki nagovarja različne vidike mladostništva.

Posledično se povečuje količina časa, ki ga mladi preživijo pred zasloni. Strokovnjaki priporočajo, da naj mladostniki druge in tretje triade zaslone uporabljajo med uro in pol in dvema urama dnevno [6]. Vendar pa podatki kažejo, da se povprečni uporabnik zaslona dotakne 2716-krat, 300-krat pogleda na telefon, v ekrane telefonov gleda v povprečju 4 ure dnevno in če skupen čas, ki ga preživimo pred različnimi ekrani, dosega med 8-9 ur na dan [3], potem je nastopil čas za analizo, refleksijo in reakcijo v smeri izboljšanja stanja.

Kot učiteljica angleškega jezika na osnovni šoli, kjer poučujem učence od 5. do 9. razreda, opažam pri nekaterih učencih pojave, kot so kratkotrajna pozornost, utrujenost in zaspanost, anksiozna vedenja, apatičnost, težave pri poglobljanju v neko temo, nedosledno oziroma površinsko opravljanje zadanih nalog. Namen tega prispevka ni ugotavljati, do kakšne mere družabna omrežja vplivajo na omenjena vedenja, saj številne raziskave že potrjujejo, da je uporaba socialnih omrežij tesno povezana z razvojem depresije, nespečnosti, stresa, slabe samopodobe, anksioznosti [5], zmanjšano produktivnostjo [1]. Namen prispevka je raziskati in poiskati zanimive pristope, s katerimi lahko šola in učitelji najstnike ozavestimo in opolnomočimo glede uporabe družabnih omrežij.

Na naši šoli pri pouku angleškega jezika po navadi ne obravnavamo teme uporabe socialnih omrežij, saj tema ni del učnega gradiva. Najbližja tema, ki pa jo obravnavamo, je tema gledanja televizije. Ker pa učenci ne gledajo veliko televizije, je bilo smiselno prilagoditi temo učne enote njihovim interesom in aktualnosti problematike. Zato sem temo uporabe družabnih omrežij vključila v pouk angleškega jezika. Poleg jezikovnih ciljev je bil določen cilj, da s sodobnimi in zanimivimi aktivnostmi in metodami dosežem tudi cilje ozaveščanja učencev ter razvijanja kritičnega mišljenja in digitalne pismenosti.

## 2. VPRAŠALNIK

Da bi preverila stanje, kako pogosto in katere socialne medije naši učenci uporabljajo, so izpolnili vprašalnik v angleškem jeziku, ki sem ga pripravila v spletnem okolju Jotform. Na vprašalnik je v mesecu marcu 2024 odgovorilo 39 devetošolcev naše šole pri pouku angleškega jezika. Učenci so nanj odgovorili preko QR kode s pomočjo telefona. Vprašalnik da učitelju možnost vpogleda v učenčeve navade, učencem pa predstavlja zanimiv uvod v temo učne ure, saj s pomočjo telefona na praktičen način začnejo razmišljati o temi, hkrati pa se s temo seznanijo v angleškem jeziku. Ko učenci odgovorijo na vprašanja, sledi diskusija o različnih vprašanjih iz vprašalnika, kjer učenci še dodatno pojasnijo lastne izkušnje in poglede na uporabo družbenih omrežij.

Rezultati analize pokažejo, da so bili učenci že zelo zgodaj izpostavljeni socialnim medijem. 23% učencev je bilo starih manj kot 10 let, ko so prvič ustvarili profil na socialnih medijih, 34 % učencev je bilo starih 10 do 11 let, 30 % jih je bilo starih 12 do 13 let, 7 % pa 14 do 15 let. En učenec je odgovoril, da ne uporablja družbenih omrežij.

Na vprašanje, koliko časa preživijo na družabnih omrežjih, so učenci odgovorili v 36 %, da preživijo 2 do 4 ure na dan, v 31% do 2 uri, v 26% 4 do 6 ur, v 5 % 6 do 8 ur, v 3 % 8 do 10 ur. Učenci najpogosteje uporabljajo TikTok v 29 %, Snapchat v 27%, nato YouTube v 18 %, Instagram v 15 % in Viber v 4 %. Da so učenci res veliko prisotni na socialnih medijih, potrjuje dejstvo, da samo 8 % otrok preveri socialne medije na 2 do 3 dni oziroma enkrat na teden. Vsi ostali, to je 74 % vprašanih učencev, socialne medije preverijo večkrat na dan, 18 % učencev pa vsaj enkrat na dan.

Razlogi, zakaj najstniki uporabljajo družbena omrežja, ležijo v dejstvu, da mladi želijo videti, kaj se dogaja po svetu (19%), eden pomembnejših vzrokov, zakaj uporabljajo socialne medije, je tudi, ker se dolgočasijo (18%), prav tako želijo videti, kaj počnejo njihovi prijatelji (16%), v 11% so odgovorili, da se družijo z drugimi najstniki, in v 11%, da se naučijo nekaj novega.

Ker sem predvidevala, da imajo učenci pri učenju in opravljanju domačih nalog ob sebi tudi telefon, me je zanimalo, kako pogosto preverijo svoj telefon med učenjem ali opravljanjem domače naloge. 39 % učencev preveri telefon med učenjem oziroma opravljanjem domače naloge ves čas oziroma pogosto. 21 % učencev pogleda na telefonu včasih, 15 % redko in 23 % nikoli. En odgovor je bil neveljaven.

Ker je dovolj spanja pri najstnikih pomembno, sem učence vprašala, ali gredo spat pred ali po 21.30. 79 % učencev gre spat po 21.30, 18 % jih gre spat pred 21.30. En odgovor je bil neveljaven. Večina teh otrok (74 %) preveri družbena omrežja preden gredo spat, 23 % učencev socialnih medijev pred spanjem ne preveri.

Da bi preverila, ali so učenci bolj opazovalci na socialnih omrežjih ali so morda tudi aktivni, sem jih vprašala, kako pogosto objavljajo vsebine na socialnih omrežjih. 44 % učencev je odgovorilo, da na socialnih omrežjih ne objavljajo. 21 % jih je odgovorilo, da objavljajo enkrat do dvakrat na mesec. 18 % jih je povedalo, da objavljajo vsak dan. 10% jih objavlja enkrat do dvakrat vsakih 6 mesecev in 8 % učencev jih objavlja enkrat do dvakrat na teden.

Da je tema spletnega nasilja občutljiva, ponazori naslednje vprašanje, kjer so morali učenci odgovoriti, ali so kdaj že bili priča spletnega nasilja na družbenih omrežjih, ali so oni sami izvajali spletno nasilje, ali pa so bili žrtev spletnega nasilja. 10 učencev ni hotelo odgovoriti na to vprašanje. Polovica tistih (50%), ki so odgovorili, so bili priča spletnega nasilja, 27% jih je priznalo, da so oni izvajali obliko spletnega nasilja, 19% jih je povedalo, da so tudi sami bili žrtev spletnega nasilja.

Proti koncu vprašalnika me je zanimalo še, ali učenci ocenjujejo, da so zasvojeni z družabnimi omrežji in kako močno na lestvici od 1 do 5 čutijo to zasvojenost. Pri tem jim ni bila podana nobena razlaga, kdaj se smatra, da gre za zasvojenost od družabnih omrežij. Oceno s podali na osnovi lastne percepcije o zasvojenosti, kjer 1 pomeni najmanj zasvojen, 5 najbolj zasvojen. V 41% so učenci odgovorili s številko 3. V 21% so odgovorili s številko 4. V 18% so odgovorili številko 2, v 13% za številko 1 in v 8% za številko 5.

Zadnje vprašanje je preverilo vpliv uporabe družabnih omrežij na njihov odnos z družino in prijatelji. Odnos so ocenili na lestvici od 1 do 5. Pri tem 1 pomeni, da odnosi niso skrhani, 5 pa pomeni, da so odnosi zaradi družbenih omrežij močno skrhani. V 41% so učenci odgovorili s



številko 3. V 21 % so odgovorili s številko 5, s 15 % so odgovorili s številko 1, v 13 % s številko 4 in v 10 % s številko 2.

Vprašalnik o uporabi družbenih omrežij med devetošolci ponuja vpogled v njihove navade, vzorce in percepcije glede uporabe družbenih omrežij. Na podlagi zbranih podatkov lahko ugotovim, da zgodnja izpostavljenost družbenim omrežjem kaže na potrebo po omejenem dostopu do družbenih omrežij že v zgodnjem najstniškem obdobju. Ker večina učencev socialne medije preverja večkrat na dan in na njih preživi v povprečju 4 ure na dan, to kaže na njihovo stalno prisotnost na družbenih omrežjih, kar lahko vpliva na njihovo produktivnost, pozornost in zmožnost upravljanja s časom, na vrednote, njihove interese, vedenje, pogled na svet. Ne smemo zanemariti vpliva uporabe socialnih omrežij zvečer na kakovost njihovega spanca in splošno počutje ter pomembnost miru med učenjem in opravljanjem domačih nalog za osredotočenost na delo in kvalitetno izvedbo zadanih nalog.

### 3. PREDLOGI UČENCEV

Da bi lahko bolje ponotranjili in ozavestili situacijo, ali imajo morda problem s pretirano uporabo družabnih omrežij in se lažje osredotočili na iskanje rešitve problema, so učenci bili razporejeni v skupine. Vsaki skupini sem predstavila drug problem oz. situacijo, ki se je izkazala kot zaskrbljujoča v uvodnem vprašalniku, in jih prosila, da pripravijo predloge za dani problem oz. situacijo. Ko so bili učenci postavljeni v vlogo svetovalca, so morali do rešitev priti sami. S pomočjo izmenjave mnenj vrstnikov so, brez vsiljevanja mnenja odraslih oseb, prevzeli lastništvo nad podanimi predlogi. Predloge so nato predstavili v razredu, kasneje je sledila diskusija.

Situacija 1: Ko delam domačo nalogo ali se učim, me vedno zmotijo obvestila na telefonu in moram takoj pogledati, kaj se dogaja oz. odgovoriti na sporočila, objave. Kaj lahko naredim?

Učenci so pripravili naslednje predloge:

- utišaj telefon in obrni telefon z ekranom navzdol in ga ne glej;
- izklopi vsa obvestila;
- telefon postavi izven dosega rok, na drugo stran sobe ali ga odnesi v drugo sobo;
- telefon daj staršem, ko delaš za šolo;
- izklopi telefon;
- starši naj namestijo aplikacijo Family Link in naj izklopijo ali omejijo dostop do aplikacij, ko opravljaš šolske obveznosti;
- starši naj ozavestijo otroke o pomembnosti šolskega dela za vpis v srednjo šolo.

V diskusiji z učenci po predstavitvah se po navadi izkaže, da morajo učenci najprej ozavestiti, da so te distrakcije med učenjem problem in da dejansko vplivajo na njihovo učenje, pozornost, osredotočenost na delo in kvaliteto opravljenega dela. Prav tako pridemo do vprašanja, ali so učenci dovolj zreli, da sami prevzamejo kontrolo nad uporabo telefona, ali pa potrebujejo intervencijo staršev in do kakšne mere.

Situacija 2: Prva stvar, ki jo naredim, ko se zbudim, in zadnja stvar, ki jo naredim, ko grem spat, je uporaba družabnih omrežij na telefonu. Na telefonu preživim več kot 6 ur dnevno. Kaj naj počnem namesto tega?

Učenci so pripravili naslednje nasvete:

- pred spanjem beri knjigo ali meditiraj;
- zjutraj si vzemi čas za nego kože, v miru pojej zajtrk;
- pogovarjaj se z družino, pojdi na sprehod;
- pred spanjem daj telefon staršem ali pa ga odnesi v drugo sobo;
- naloži si aplikacijo, ki ti omogoča omejitev uporabe aplikacij;
- izklopi zvok za obvestila;
- poišči si hobi na prostem;
- bolj se osredotoči na šolsko delo, športe;
- več se druži s prijatelji in pusti telefon doma;
- izbriši aplikacije, ki jih uporabljaš največ;
- izdelaj majhna darila za ljudi in jih presenetiti;
- razišči skrite kotičke v hiši, okoli hiše, v tvojem kraju;
- pojdi v gozd sam ali s prijatelji;
- napiši scenarije, zgodbe in jih preberi ali odigraj staršem ali prijateljem;
- izberi nekaj, v čemer si slabši, in se poskušaj izboljšati v tem;
- s prijatelji ali družino stavi in poskusi v izzivu zmagati;
- postavljaljaj si omejitve;
- zaposli se z opravili, ki bodo odvrnile pozornost od ekranov;
- postavljaljaj si izzive in preizkusi nove, zabavne stvari.

Situacija 3: Kaj bi svetovali staršem najstnika, ki preživi več kot 6 ur dnevno na družabnih omrežjih?

Učenci so pripravili naslednje nasvete:

- najstniku razložite, zakaj uporaba telefona ni zdrava;
- motivirajte jih za učenje;
- ne derite se na njih in ne izgubite potrpljenja;
- namenite jim pozornost;
- priskrbite jim hišnega ljubljencega za katerega bodo morali skrbeti;
- razložite jim, naj si postavijo prioritete za življenje, cilje glede ocen;
- če vam odgovarjajo, se o tem pogovorite;
- pozanimajte se, kaj je najstnikom zanimivo na družabnih omrežjih;
- predstavite jim nove hobije (športe, ročne spretnosti, igranje inštrumenta, učenje jezikov);
  - z njimi preživljajte prosti čas, pogovarjajte se, pojdite na izlet, kampirat;
- naložite si aplikacijo, ki najstnikom omeji uporabo aplikacij (Family Link);
- omejite jim uporabo telefona na 2 uri;
- po potrebi jim vzemite telefon;
- če se ne držijo dogovora o omejeni uporabi, jim naložite dodatna gospodinjska opravila;
- zvečer jim vzemite telefon;
- igrajte se družabne igre z njimi;
  - izklopite Wi-fi;
  - vzemite jim telefon za en teden in jih po enem tednu neuporabe telefona nagradite.

Ko se učenci postavijo v vlogo staršev in dejansko sami pripravijo predloge za pomoč pri omejitvi dostopa do družabnih omrežij, ugotovijo, da nimajo bistveno bolj drugačnih idej od teh, ki jih dobijo znotraj družinskega kroga in lažje razumejo, zakaj se starši poslužijo podobnih rešitev. Najstniki, ki sami pripravljajo predloge za reševanje težav, z razmišljanjem o vzrokih in posledicah ter analizo problema razvijajo kritično mišljenje, se učijo sprejemanja odgovornosti, izboljšujejo svoje komunikacijske veščine, sprejemajo različne poglede, se učijo izražati svoje mnenje in argumentirati svoja stališča. Če spoznajo, da so njihovi predlogi koristni in učinkoviti, se poveča njihovo zaupanje v lastne sposobnosti. S tem, ko pripravijo rešitve za resnične probleme, pridobivajo izkušnje, ki jih lahko uporabijo v vsakdanjem življenju.

#### 4. IZZIV

Zaradi pozitivnih učinkov izkustvenega učenja sem učencem omogočila, da na lastni koži preizkusijo možnost neuporabe socialnih omrežij. Učenci so dobili navodila, da en teden ne uporabljajo socialnih omrežij na telefonu ali računalniku, prav tako naj kot nadomestno aktivnost ne gledajo filmov, televizije. Telefon so lahko uporabljali za komunikacijo s starši ali prijatelji, lahko so uporabljali kamero na telefonu za slikanje in snemanje videa. Sodelovanje v izzivu »En teden brez družabnih omrežij« je bilo prostovoljno.

Dobili so navodila, naj vsak dan posnamejo krajši videodnevnik v angleščini, iz katerega bo razvidno:

- koliko časa so po navadi na ta dan prisotni na ekranih;
- kaj so počeli namesto časa, ki bi ga sicer preživeli na telefonu/ekranih;
- kako se počutijo v drugi, nadomestni dejavnosti (zanimiva, dolgočasna ipd.);
- razmišljajo, ali pogrešajo socialna omrežja ali ne;
- na koncu zaokrožijo svoje razmišljanje o tem, kako je bil ta teden drugačen in ali je realno pričakovati, da bi lahko vsak dan živeli brez družbenih omrežij, na kakšen način pa bi jih vendarle lahko učinkovito uporabljali.

Sama izvedba izziva je seveda bila odvisna od njihove lastne poštenosti, ali so dejansko pripravljene narediti izziv, to doživeti, razmišljati o tej temi ter opisati občutke, ki se jim ob tem porodijo, morda tudi priti do kakšnih ugotovitev. Zato sem starše obvestila o izzivu, ki so idejo sprejeli z odobravanjem in hkrati dodatno pomagali pri samem procesu nadzora neuporabe socialnih medijev. Na izziv se je prijavilo 13 učencev, izziv je opravilo 10 učencev, 2 učenca sta med samim izzivom ugotovila, da je izziv zanj prevelik, en učenec se ni držal predpisanih navodil. Naj omenim, da se kar nekaj učencev ni odločilo za izziv, saj so že pred samo predstavitvijo izziva ugotovili, da si enostavno ne znajo predstavljati, da ne bi imeli dostopa do telefona in družabnih omrežij, kar potrjuje dejstvo, da je uporaba družabnih omrežij gosto prepletena v naša življenja, in da odločitev o popolni odsotnosti uporabe družabnih omrežij še zdaleč ni enostavna.

Analiza videoposnetkov je pokazala, da so učenci, ki so sodelovali v izzivu, težko začeli z izzivom, nekateri so ga za par dni prestavili, pogrešali so pomikanje po ekranu, niso hoteli zamuditi objavljenih informacij. Hkrati so se zalotili, da imajo več časa na voljo, da se zelo dolgočasijo in ne vedo, kaj bi počeli namesto tega. Pozornost so tako namenili bolj poglobljenemu učenju, domačim nalogam, branju, športu, kuhanju, pogovorom in druženjem z družinskimi člani, druženjem z vrstniki na prostem, zabavi, tabornikom, opraviлом na vrtu, delu preko študentskega servisa, skrbi za domačo žival, lastnim mislim. Predvsem so se pa posvetili samo enemu opravilu brez motečih faktorjev družabnih omrežij, ki so ga tudi hitreje in kvalitetnejše opravili. Pomembno opažanje, ki so ga izpostavili, vključuje količino spanja, ki se je nedvomno povečala in presenetila tudi njih same.

Nekateri učenci niso imeli težav s samim izzivom, saj uporabljajo družabna omrežja do dve uri na dan. Občutek učenke ob koncu izziva, ki na družabnih omrežjih preživi dnevno 7 do 8 ur, je bil, da ni bila na telefonu celo leto. Izziv je zaključila z mešanimi občutki, po eni strani je bila vesela,

da bo spet lahko uporabljala telefon, po drugi strani pa je bila žalostna, da ga bo spet uporabljala. Večina pa je ugotovila, da preveč časa preživijo na družabnih omrežjih, da čutijo, da so malo zasvojeni, da jih dejansko ni potrebno toliko uporabljati in da bodo v bodoče poskušali zmanjšati količino uporabe družabnih omrežij. Učenci so izrazili hvaležnost za izziv in ponos nad opravljenim izzivom.

## 5. ZAKLJUČEK

Ugotovitve prispevka ponujajo vpogled v kompleksnost in raznolikost uporabe socialnih medijev med devetošolci ter poudarjajo potrebo po celostnem pristopu k njihovi uporabi v izobraževalnem in vzgojnem kontekstu.

V šolah imamo strokovni delavci možnost, da z ozaveščanjem o uporabi socialnih omrežij vplivamo na presojo najstnikov. Učencem lahko damo možnost, da so videni in slišani in da cenimo njihove predloge. Pomembno je, da najstnike opolnomočimo do te mere, da sami pridejo do ugotovitev in ozavešajo stopnjo izpostavljenosti socialnim omrežjem, da ugotovijo, da je uporabo socialnih omrežij potrebno omejiti in na kakšen način, da je omejitev potrebno nadomestiti z dejavnostmi, ki niso povezane z ekrani in da si lahko pomagajo z razvijanjem odnosov preko druženja v živo. Če najstniki pridejo sami do teh ugotovitev, je verjetnost, da bodo dejansko pripravljani narediti spremembo, večja.

Šola lahko igra ključno vlogo tudi pri ozaveščanju staršev. Navade preživljanja prostega časa znotraj družine pomembno vplivajo na količino časa, ki ga najstniki preživijo na družabnih omrežjih. Šole tako organizirajo izobraževalne seminarje in delavnice (Safe. si, Policijski sindikat Slovenije, drugi strokovnjaki s tega področja) za najstnike in njihove starše, kjer predstavijo vpliv pretirane uporabe družabnih omrežij na duševno zdravje, spanje, šolski uspeh in socialne veščine in podajo praktične nasvete za ustvarjanje uravnoteženih digitalnih navad. Iste cilje lahko dosegamo tudi predmetni učitelji pri pouku z metodami, ki sem jih predstavila v tem prispevku. Učitelji razredniki pa lahko večkrat v šolskem letu spomnimo starše na pomembnost njihovega nadzora nad uporabo družabnih omrežij, morda z razrednikovimi opažanji iz šolskega okolja, morda z iskanjem nasvetov drugih staršev, kako uspešno omejiti čas na socialnih omrežjih, s poročili o novih raziskavah na tem področju, z ozaveščanjem o dobrih oddajah ali povezavah na to temo, individualnimi pogovori itd. Pri tem moramo biti pozorni, da se osredotočimo na pozitivne rezultate, kot so boljše duševno zdravje, večja produktivnosti in boljši odnosi v družini, in da predstavimo temo kot skrb za dobrobit otrok in ne kot kritiko starševskih praks.

V kontekstu hitrega razvoja tehnologije se učitelji in starši resnično soočamo z izzivi, kako usmerjati in podpirati mlade pri njihovi uporabi socialnih omrežij. To lahko dosežemo z nenehnim ozaveščanjem najstnikov tako doma kot v šoli. Pomembno je razvijati digitalno pismenost in kritično razmišljanje med najstniki, hkrati pa ohranjati odprto komunikacijo in spremljanje njihovega spletnega vedenja. Sodelovanje med starši in šolo lahko pomaga ustvariti varno in podporno okolje za digitalno mladino. S podanimi predlogi v prispevku je predstavljen nabor različnih aktivnosti, ki se lahko uporabijo pri kateremkoli predmetu, in dodan kamenček v mozaiku, ki lahko prispeva k zmanjšanju uporabe socialnih omrežij med najstniki.

## LITERATURA IN VIRI

- [1] E. Duke, C. Montag, »Smartphone addiction, daily interruptions and self-reported productivity,« Addictive Behaviours report, Volume 6, stran 90-95, December 2017, [Online] Dosegljivo: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2352853217300159>. [Dostopano: maj, 2024].
- [2] M. Hvalec, »Social Media Survey,« [Jotform vprašalnik] <https://eu.jotform.com/build/240755148829365>. [Dostopano: maj, 2024].
- [3] D. Podjed, »Prihodnost človeka in družbe med analognim in digitalnim,« EPUO forum 9, [Online] Dosegljivo: <https://www.youtube.com/watch?v=ICxlbs28kL0>, 13:50 – 14:15 min, [Dostopano: maj, 2024].
- [4] Policijski sindikat Slovenije, »Varnost na spletu.« Brezplačna preventivna publikacija Policijskega sindikata Slovenije, junij 2023.
- [5] U. Zubair, M.Khan, »Link between excessive social media use and psychiatric disorders«, Annals of Medicine & Surgery 85(4), stran 875-878, april 2023, [Online] Dosegljivo: [https://journals.lww.com/annals-of-medicine-and-surgery/fulltext/2023/04000/Link\\_between\\_excessive\\_social\\_media\\_use\\_and.42.aspx](https://journals.lww.com/annals-of-medicine-and-surgery/fulltext/2023/04000/Link_between_excessive_social_media_use_and.42.aspx). [Dostopano: maj, 2024].
- [6] Safe.si, »Priporočeni čas uporabe zaslonov pri otrocih,« [Online] Dosegljivo: <https://safe.si/starsi/priporoceni-cas-uporabe-zaslonov-pri-otrocih>. [Dostopano: maj, 2024].

## **DAN BREZ INFORMACIJSKE KOMUNIKACIJSKE TEHNOLOGIJE**

### **POVZETEK**

V zadnjem obdobju imajo mladi vse manj časa, saj sodoben način življenja narekuje vse hitrejši tempo, z vedno več zahtevami. Hkrati številne ugotovitve kažejo, da mladi veliko svojega časa porabijo za informacijsko komunikacijsko tehnologijo (IKT), kjer v povprečju izgubijo tudi več ur dnevno. Problem pri IKT tehnologiji ni v njihovi uporabi, temveč v vprašanju vsebine, predvsem pa časa, ki ga temu namenijo.

Temu vprašanju sem se posvetil tudi v dijaškem domu, kjer sem preveril, koliko časa so dijaki pripravljene preživeti brez IKT naprav. Hkrati sem tudi preveril, koliko časa dnevno preživijo na pametnih napravah in katerim vsebinam se posvečajo. Glavni namen ni bil v moraliziranju o prekomerni uporabi IKT tehnologije, temveč v vprašanju, kako bi bil ta čas lahko bolj produktivno prerazporejen. Njihovo pripravljenost sem preveril tako, da so dijaki na pobudo in izziv prostovoljno prinesli svoje telefone matičnemu vzgojitelju, ki je zabeležil, koliko časa so zdržali brez IKT naprav, nato pa sem združil vse podatke. Informacijo o tem, koliko časa v povprečju preživijo na telefonu in katere aplikacije uporabljajo, pa sem pridobil tako, da so dijaki (prostovoljno) preverili in mi tudi pokazali svoje podatke. Prvi del akcije ni prinesel vidnejših sprememb oziroma premislekov mladih. Zato pa so dijaki pri drugem delu s slabo vestjo preverjali statistiko in vsebino porabe časa na svojih pametnih telefonih. Akcija je nekoliko drugačna kot preostale, ker ni šlo zgolj za statistično ugotavljanje, ampak so ob vsakem sodelovanju sledili pogovori. Tudi v nadaljevanju bodo podobni pogovori še sledili.

**KLJUČNE BESEDE: Mladi, Dijaški dom, Informacijsko-komunikacijska tehnologije.**

## **A DAY WITHOUT INFORMATION COMMUNICATION TECHNOLOGY**

### **ABSTRACT**

In the last period, young people have less and less time, because the modern way of life dictates an ever faster pace, with more and more demands. At the same time, many findings show that young people spend a lot of their time on information and communication technology (ICT), where on average they lose several hours a day. The problem with ICT technology is not in their use, but in the issue of content, and above all, the time they devote to it.

I also addressed this question in the student dormitory, where I checked how much time the students were willing to spend without ICT devices. At the same time, I also checked how much time they spend daily on smart devices and what content they devote themselves to. The main purpose was not to moralize about the excessive use of ICT technology, but rather to ask how this time could be redistributed more productively. I checked their readiness by having the students voluntarily bring their phones to the primary teacher, who recorded how long they lasted without ICT devices, and then I combined all the data. I obtained information about how much time they spend on average on the phone and which applications they use by having the students (voluntarily) check and show me their data.

The first part of the campaign did not bring significant changes or considerations among young people. That is why, in the second part, the students checked the statistics and content of the time spent on their smartphones with a bad conscience. The action is a bit different from the rest, because it was not just a matter of statistical determination, but each participation was followed by discussions. Similar conversations will follow in the future as well.

**KEYWORDS: Youth, Student Dormitory, Information and Communication Technologies.**

## 1. UVOD

Hitro spreminjajoča se družba narekuje tudi številne spremembe med mladimi, predvsem pri njihovem doživljanju sveta, obveznostih, načinu preživljanja prostega časa, socializacije, idr. Zelo pomemben vpliv na družbo (in s tem na mlade) ima razvoj tehnologije, predvsem pametni telefoni, ki so postali sestavni del večine ljudi. V zadnjih desetletjih se je informacijska tehnologija razširila v skoraj vse dejavnosti, tako v vsakdanjem življenju kot na različnih delovnih in drugih področjih (Pustovrh, 2015). Primer: telefoni izpred nekaj let, niso zgolj sredstvo za komuniciranje, ampak so tudi pripomoček za zabavo, fotografiranje, snemanje, brskanje po spletu, urejanje in deljenje različnih vsebin, poslušanje glasbe, gledanje filmov itd. Še posebno velik pomen imajo mobilne naprave med mladimi, saj jih predstavljajo sredstvo za komuniciranje z vrstniki (safe.si, 2024). Primožič (2020) omenja nekatere pozitivne lastnosti pametnih telefonov, kot so:

- občutek varnosti za starše in otroke (stalna dosegljivost),
- lažja komunikacija (povezanost s celim svetom),
- pridobivanje in razvijanje novih spretnosti (domišljija, hitro razmišljanje in sklepanje, učenje tujih jezikov, igranje kitare, učenje znakovnega jezika,...)
- boljši nadzor nad zdravjem (srčni utrip, krvni tlak, športna aktivnost, kvaliteta spanca,...),
- večja prilagodljivost različnim skupinam (starejšim, mlajšim, posameznikom s prilagoditvami,...),
- prihranek časa (plačevanje položnice, preverjanje vremenske napovedi, nakupovanje preko spleta,...).

Kljub številnim prednostim, ki jih imajo mobilni telefoni ter druge informacijsko-komunikacijske tehnologije (IKT), pa obstaja tudi veliko negativnih vplivov. Zaradi vsesplošne razširjenosti ter brisanje meje med fizičnim in digitalnim svetom, ki je deloma posledica pospešene selitve vsakdanjega življenja na splet, pa pogosto težko zaznamo, kaj je sprejemljivo oziroma zdravo in kaj lahko velja za prekomerno rabo. Težava namreč nastopi, ko začne čas preživet v digitalnem svetu negativno vplivati na vsakdanje življenje posameznika. Prekomerna raba spleta po Srebrnič, Domanjko, Behin, Šulin (2023) na splošno vključuje:

- brezciljno brskanje po spletu;
- nenehno preverjanje obvestil, sporočil, statusov, družabnih omrežij ipd.;
- nenehno pregledovanje elektronske pošte, spremljanje novic, aplikacij ipd.;
- težave pri nadzoru lastnega vedenja;
- uporabnik je ves čas *online*;
- oseba se ni zmožna ločiti od interneta, oziroma postane razdražljiva ob onemogočenem dostopu;
- zanemarjanje vsakodnevnih aktivnosti in obveznosti;
- poslabšanje šolskih dosežkov;
- osamitev in zanemarjanje osebnih odnosov in socialnega sveta:

Raziskava Slovenska mladina 2020 (Lavrič in Deželan 2021) je pokazala, da so eni od najbolj jasnih pokazateljev stiske med mladimi med drugimi tudi povečanje preživljanje časa pred zasloni.

Zaradi vseh omenjenih pozitivnih in negativnih lastnosti, se lahko sprašujemo, ali danes sploh lahko še živimo brez pametnih IKT naprav? Ali lahko sploh še delujemo tako iz objektivnega



vidika (vsa uporabnost, ki jo pametne IKT naprave ponujajo) ter iz osebnega vidika (navezanost, vsakodnevna rutina,...)? Ob tem se torej odpirajo pomembna vprašanja, hkrati pa tudi izziv glede ravnovesja med vso tehnološko uporabnostjo ter času, ki ga namenimo izven digitalnega sveta. Še toliko bolj med mladimi, ki se niti ne sprašujejo ali sodobna tehnologija dejansko prispeva k poenostavitvi življenja, ali pa jih ta razvoj tiho in neopazno obremenjuje.

V zadnjih sedmih letih lahko sledimo še hitrejšemu tehnološkemu razvoju, predvsem z razširitvijo umetne inteligence, ki ni več novost v našem vsakdanjem življenju, ampak je postala stalnica sodobnega načina življenja. Ne glede na to, ali razvoj informacijsko-komunikacijske tehnologije in umetne inteligence predstavlja prednost ali pa nas to obremenjuje, ne moremo mimo dejstva, da se bo tehnološki razvoj v prihodnje še naprej razvijal. Tudi izobraževalni sistemi so že popolnoma sprejeli prisotnost umetne inteligence v svoje delovanje (Gartner in Krašna, 2023) medtem, ko si sodobnega izobraževalnega sistema brez informacijsko-komunikacijskih tehnologij težko predstavljamo.

## **2. DAN BREZ INFORMACIJSKO KOMUNIKACIJSKE TEHNOLOGIJE**

Ali je razvoj tehnologije in prisotnost umetne inteligence pozitivna stvar v našem življenju, pri izobraževalnem sistemu in pri razvoju mladih, je priložnost širše družbene razprave. Pri spremljanju dijakov v dijaškem domu pa je naša naloga v tem, da mlade spodbudimo k razmišljanju o tej temi ter ustvarjanju konstruktivnih stališč.

Vprašanje: »Ali si dan brez mobitela sploh lahko še predstavljamo?«, sem postavil mladim že leta 2017, ko sem s podobno akcijo (»Dan brez telefona«) dijake postavil pred izziv in preveril njihov odziv ob koncu dneva, ko so telefone dobili nazaj. Že takrat je evalvacija preizkusa pokazala, da si dijaki življenja brez mobilnih telefonov ne znajo več predstavljati, saj je bila dinamika njihovega dneva po 6-urnem izzivu popolnoma porušena.

Tokrat je bil izziv postavljen tako, da dijaki časovno niso bili omejeni, ampak smo poskušali preveriti njihovo sodelovanje pri tem izzivu. Akcijo smo izvedli med 15. in 19. aprilom (ker imamo vzgojitelji čas v treh izmenah, bi bila enodnevna akcija težje izvedljiva za tiste vzgojitelje, ki bi bili tisti dan v jutranji izmeni, ko so dijaki večinoma v šoli). Pri izzivu so bili v ospredju mobilne naprave, vendar smo z naslovom »Dan brez IKT-ja« poskušali zajeti tudi druge vrste tehnologije. Če bi dijaki namreč oddali svoje telefonu, nadomestek pa poiskali v svojih tablicah in/ali računalnikih, potem sama akcija ne bi imela nobenega učinka.

Informacija je bila poslana vsem vzgojiteljem (v Dijaškem domu imamo 21 vzgojnih skupin in vzgojiteljev), ki so samostojno poskušali motivirati dijake za sodelovanje. Sodelovanje je bilo popolnoma prostovoljno. Poziv k sodelovanju v akciji so dobili tudi vsi zaposleni v dijaškem domu.

Namen v prvem delu akcije ni bil v moraliziranju o prekomerni uporabi IKT-ja, ampak smo zgolj preverili njihov odziv in sodelovanje. Dejstvo je namreč, da imajo dijaki veliko učne snovi na mobilnih napravah, ki jih uporabljajo tudi za drugačno vrsto skupnega učenja – pogosto se namreč pokličejo preko video klica in si nudijo medsebojno učno pomoč. K tej vrsti dela so jih usmerile tudi šole, saj posamezni profesorji pogosto posredujejo naloge preko spletnih učilnic in drugih načinov virtualnega dela.

V drugem delu akcije, ki je potekal teden dni kasneje, pa smo pri naključnih dijakih preverili, kako poteka njihov vsakdan v spletnem okolju. Zanimal nas je povprečen čas, ki ga preživijo na telefonu, katere aplikacije najbolj pogosto uporabljajo in katerim področjem v spletnem okolju

namenijo največ časa. Hkrati pa smo tudi preverili, kako pogosto primejo telefon v roke oziroma ga odprejo. Vse podatke smo preverili za teden, ko je potekala akcija dan brez telefona. Zanimala nas je torej primerjava v tem, koliko časa so povprečno pripravljene preživeti brez telefona in čas, ki ga preživijo na telefonu.

## 2.1 RAZISKOVALNA METODA

Osnovni namen akcije je bil torej preveriti, ali so dijaki sploh pripravljeni sodelovati pri takem izzivu. Pri tem smo uporabili tako kvantitativno in kvalitativno vrste raziskave. S kvantitativno vrsto raziskave smo z vnosom podatkov v excelovo tabelo zbirali informacijo, koliko časa so dijaki pripravljeni preživeti brez IKT naprav. Sodelovanje dijakov je bilo prostovoljno. Na poziv vzgojiteljev, so se dijaki sami odločili, ali bodo pri tem sodelovali ali ne.

Teden dni kasneje pa smo poskušali pridobiti podatke, koliko časa povprečno na dan posvetijo različnim aplikacijam na IKT napravah. Hipoteze nismo postavili, saj bi bilo kakršnokoli predvidevanje nesmiselno.

Med samim potekom kvantitativne raziskave, pa je potekala tudi kvalitativna raziskava, saj me je zanimal odziv dijakov, oziroma opis njihove izkušnje pri uporabi IKT naprav in njihovih aplikacij. Poglobili smo se tudi v rezultate kvantitativne raziskave in poglobljeno diskutirali o različnih vidikih (ne)uporabe IKT naprav, predvsem časa, ki ga preživijo na mobilnih napravah.

Omeniti velja manjši vzorec sodelujočih v raziskavi. Ne glede na to, da ima Dijaški dom skoraj 600 dijakov, jih je v prvem delu (dan brez IKT naprav) sodelovalo le 38, pri preverjanju uporabe različnih aplikacij, pa jih je sodelovalo le 27 naključnih dijakov. Skupina sodelujočih dijakov je bila heterogena, saj dijaki obiskujejo od prvega do četrtega letnika, različne srednje šole, različni šolski programi, prihajajo pa iz različnih krajev po Sloveniji. V kvantitativni raziskavi so sodelovale dekleta in fantje, pri kvalitativni raziskavi pa so svojo izkušnjo in mnenja delila le dijakinje.

## 2.2 REZULTATI

Idejo o izpeljavi akcije smo si vzgojitelji zadali že pred začetkom šolskega leta. Dogovorili smo se, da jo bomo izpeljali v spomladanskih dneh, ko dijakom nekoliko lažje ponudimo tudi druge alternativne trenutke preživljanja prostega časa, predvsem dejavnosti na prostem.

Obvestilo o izvedbi je bilo vzgojiteljem poslano teden dni pred začetkom, nato pa še enkrat, ob začetku tedna. Želja je bila, da bi vzgojitelji z dijakom spregovorili o tem področju in da jih ne bi zgolj nagovorili k sodelovanju. Kako so posamezni vzgojitelji pristopili k dijakom, nimamo podatka, saj se vzgojni prijemi med posameznimi pedagogi razlikujejo. Kljub temu, da pristopi niso bili poenoteni, pa je bilo poenoteno javno obveščanje. Plakat s pobudo k sodelovanju je bil objavljen tako na obeh domskih družabnih omrežjih, na Facebooku in na Instagramu.

K akciji se je pridružilo 42 posameznikov, od tega 38 dijakov (6,16% vseh dijakov) in 4 zaposleni-vzgojitelji (6,78% vseh zaposlenih). Dijaki, ki so bili pripravljeni sodelovati, so imeli navodilo, da IKT naprave prinesejo v pisarno k vzgojitelju kadarkoli in jih kadarkoli pridejo iskat. S tem smo preverili, koliko dijakov se je sploh pripravljeno odzvati pobudi ter koliko časa so pripravljeni preživeti brez svoje IKT naprave.

### Povprečen čas oddaje IKT naprav:

- dijaki: 2h in 44 min,
- zaposleni: 3h in 20min,
- skupaj: 2h in 47 min.

V povprečju so bili torej dijaki brez telefona 2 uri in 44 minut, medtem ko so bili vzgojitelji brez IKT naprav povprečno 3 ure in 20 minut. Tudi vzgojitelji smo upoštevali navodila, da v času

oddaje telefonu, ne poiščemo nadomestila v drugih IKT napravah (tablice, računalniki). Ta čas smo vzgojitelji namenili še več pogovorom s posameznimi dijaki, temo pogovora pa namenili tudi uporabi IKT naprav. Vse ostale obveznosti, pri katerih je IKT naprava obvezna, smo opravili kasneje (odjava prehrane, pisanje elektronskega dnevnika, pisanje opravičil za šolo, pregled večernih izhodov,...).

Ko so dijaki prišli po svoje IKT naprave (večinoma telefone) je večina od njih odgovorila, da v tem času ni bilo nobenih sprememb: nekateri so se v tem času posvetili šolskih obveznostim, nekaj jih je odšlo na sprehod, nekateri pa so odšli k popoldanskemu počitku in ta čas izkoristili za oddajo telefona.

Teden dni kasneje smo pri naključnih dijakih v domu preverili, koliko so bili v tednu, ko je potekala akcija, povprečno na telefonu, katere aplikacije so najbolj pogosto uporabljali in kolikokrat so odprli svoj telefon. Pri tem preverjanju je sodelovalo 27 dijakov (4,5%). Vse podatke sem pregledal preko njihovih osebnih mobilnih naprav, sodelovanje dijakov pa je bilo popolnoma prostovoljno.

**TABELA 1:** Rezultati:

Povprečen čas na telefonu	5h in 50 min
<b>aplikacije</b>	
Tik Tok	1h 40min
Instagram	57 min
Snapchat	1h 21min
Youtube	21 min
Pinterest	14 min
<b>področja</b>	
Socialna omrežja	3h 33min
Zabava	38 min
Izobraževanje	5 min
Igre	8 min
Potovanje	3 min
Kreativnost	21 min
Odpiranje telefona	167

Preveril sem tudi rezultat, kolikokrat na dan v povprečju odpirajo telefon (informacijo sem preveril preko podatkov Pickups). Število odpiranja telefona je 167 povprečno na dan, kar v prenesenem pomenu pomeni na vsake 8 minut in pol. Če k temu odštejemo okvirno 7 ur spanja, pa se povprečno odpiranje telefona zmanjša na vsakih 6 min.

### 2.3 NAJBOLJ POPULARNE APLIKACIJE

Analiza je pričakovano pokazala, da dijaki najbolj pogosto uporabljajo socialna omrežja (v povprečju več kot 3 ure in 30 minut), oziroma aplikacije za komuniciranje (tik-tok, Snapchat in Instagram). Preostale aplikacije uporabljajo v veliko manjšem obsegu. Dijaki zelo malo uporabljajo elektronsko pošto, saj si vse informacije v različnih oblikah (datoteke, slikovno gradivo, učne snovi,...) izmenjajo preko prej omenjenih aplikacij. Zaradi tega moramo vzgojitelji ob pošiljanju pomembnih informacij (dokumentacije, ankete, sporočila,...) pogosto preverjat, če so dijaki sploh pogledali elektronsko pošto, oziroma jih pozovemo, naj jo preverijo. Pri tem se pojavlja vprašanje: Ali naj pedagogi še naprej vztrajamo pri temu načinu izmenjave informacij, ali naj se mladim približamo preko njihovega virtualnega sveta? Med mlajšimi zaposlenimi že

opažam, da imajo pri prej omenjenih aplikacijah (predvsem Instagram) ustvarjene profile in skupine, preko katerih si izmenjujejo informacije, ki so jih prej posredovali preko elektronske pošte.

Ob vseh omenjenih aplikacijah pa naj omenim še dejstvo, da med mladimi v dijaškem domu skoraj nisem zasledil uporabo Facebooku, medtem, ko ga starejši uporabljajo mnogo bolj pogosto.

## 2.4 ODZIVI DIJAKOV

V celem tednu, ko je akcija potekala, sem se z dijaki poglobljeno pogovarjal o uporabi mobilnih in drugih IKT naprav, kako gledajo na tehnološki razvoj in predvsem o času, ki ga namenijo različnim področjem. Pri tem pogovoru nisem zavzel stališča, kaj je prav in kako bi dijaki morali drugače, oziroma sem celo pojasnil, da zavzemam nevtralno stališče in me zanimajo zgolj dejstva, zakaj je tako kot je.

Veliko dijakov je priznalo, da se čez dan pogosto zgodi, da ne vedo točno kaj bi počeli in preprosto odprejo telefon. Tudi ob obilici vseh obveznosti, si vzamejo čas tako, da odprejo telefon. Oziroma, vse svoje doživljanje sveta pogosto spremljajo tako, da to delijo ali javno preko socialnih omrežij ali pa v virtualnem klepetu s prijatelji. Na ta način poustvarjajo občutek, da se ves čas nekaj aktivno dogaja, četudi ob tem nekaj ur preležijo v postelji, v popolni tišini, ne glede na to, da na sosednji postelji v podobnem virtualnem dogajanju leži njihov sostanovalec. Tudi njihov pogovor, kadar se srečajo v živo, pogosto poteka o dogajanju v virtualnem svetu, o fotografijah, videih, mnenjih, idr.

Med pogovorom sem dijakom postavil tudi vprašanje: Zakaj niso oddali telefona? Večina jih je imela zelo konkretna pojasnila (nekaj najbolj pogostih):

- ker se imam veliko za učiti in imam vso snov na telefonu;
- ker grem v mesto in imam na telefonu napisan naslov;
- ker se bom v tem času slišala s prijateljico;
- ker me bodo enkrat proti večeru poklicali starši;
- ker bom imela inštrukcije preko video klica.

Ko sem dijake vprašal, kaj bodo počasi v prostem času čez dan, je večina omenila, da bodo odšli malo ven, na sprehod, oziroma, da prostega časa ne bo, ker se imajo veliko za učiti.

Omeniti velja še dejstvo, da vsi dijaki niso izvedeli za akcijo, saj so jo izpustili tudi nekateri vzgojitelji, ki mogoče niso razumeli celoten namen. Cilj pobude namreč ni bil v tem, da dijakom poskušamo zmanjšati uporabo mobilnih naprav, temveč, da se z nekoliko provokativno akcijo (Dan brez IKT naprav) posvetimo kritičnemu pogledu o vprašanju virtualnega sveta, vprašanju uporabe pametnih naprav in prerazporejanju časa. V pogovorih so namreč dijaki sami izpostavili težavo, da bi si želeli tako več prostega časa kot več časa za šolske obveznosti. Potrdili so ugotovitev, da bi bilo izjemno koristno, če bi imeli vsak dan toliko časa več, kot ga porabijo na telefonih.

Kljub priznavanju, da je eden glavnih problemov sedanjega mladega človeka pomanjkanje časa, je bil vseskozi prisoten občutek brezbrčnosti do vprašanja porabe časa v virtualnem svetu. Na ta način dijaki ves čas še bolj potrjujejo tezo, da je tak način odraščanja dejstvo, ki se v prihodnosti ne bo spremenilo, ampak se bodo zgolj pojavljale nove tehnološke priložnosti za preživljanje prostega (in preostalega) časa na pametnih napravah.

### 3. SKLEP

Pametni telefoni in druge informacijsko - komunikacijske tehnologije so že nekaj let stalnica v našem življenju. Še toliko bolj so v uporabi med mladimi, ki v svojem odraščanju iščejo svojo sredino (čeprav v virtualnem svetu), hkrati pa se, ne glede na vse pasti, počutijo varne v drugem svetu.

Ves čas teh pogovorov z dijaki sem se vrtel v »začaranem« krogu, saj smo vedno znova ugotavljali, da se brez mobilnih naprav v sedanjem času ne da več živeti, kljub želji nekaterih dijakov, da bi si želeli kdaj kakšen dan preživeti drugače. Stalen nadzor nad dogajanjem v virtualnem svetu in zapostavljen občutek, če nečemu ne sledimo redno po večkrat na dan, jih pripelje do tega, da izgubljajo občutek kontrole nad uporabo, izgubljajo veliko nepotrebnega časa, posledično pa jim zmanjkuje časa za vse tiste stvari, ki jih spremljajo po telefonu in si jih želijo narediti (šolske obveznosti, prosti čas, čas s prijatelji,...). Vseh teh okoliščin se dijaki zelo dobro zavedajo in jih tudi priznavajo, vendar še vedno situacijo razumejo skozi drugačen vidik. Dejstvo je, da se je sedanja generacija dijakov že rodila v času socialnih omrežij in hitrega tehnološkega razvoja. Zato prihaja v primerjavi z starejšo generacijo do nasprotnih pogledov kaj je normalno, primerno, pozitivno in sprejemljivo, oziroma kaj je preveč in kako bi moralo biti prav. Gre za stalna nasprotujoča si mnenja in medgeneracijskih razlik, ki lahko bremenijo, lahko pa odirajo nove razsežnosti.

V prihodnosti bom še naprej odpiral podobna vprašanja in postavljaj dijake od različne izzive z namenom, da bodo ostali kritični in pozorni do virtualnega sveta. Moj namen ni v spreminjanju njihove mnenja, ampak do pozornosti na različnih segmentih njihovega odraščanja. Kritična stališča do primerne uporabe IKT naprav, jim bodo v odraščanju in v odrasli dobi v pomoč, da obdržijo kontrolo nad uporabo, in ne obratno – da bodo tehnološke naprave imele kontrolo nad uporabo časa pri posamezniku.

## LITERATURA IN VIRI

- [1] Gartner, S. in Krašna, M. (2023). Etika umetne inteligence v izobraževanju. Revija za elementarno izobraževanje, letnik 16, št. 2, str. 221-237.
- [2] Lavrič, M. in Deželan, T. (ur.). 2021. Mladina 2020: položaj mladih v Sloveniji. Maribor: univerza v Mariboru, Univerzitetna založba; Ljubljana: Založba Univerze v Ljubljani.
- [3] Primožič, Manja. 2020. Psihološki vidiki prekomerne uporabe mobilnih telefonov pri učencih drugega triletja osnovne šole. Magistrsko delo. Univerza v Ljubljani: Pedagoška fakulteta.
- [4] Pustovrh, T. (2015). Vplivi novih tehnologij na spreminjanje delovnega okolja in zaposlenih. Spletna stran: [http://www.osha.mddsz.gov.si/resources/files/Pustovrh-03-Spreminanje\\_delovnega\\_okolja.pdf](http://www.osha.mddsz.gov.si/resources/files/Pustovrh-03-Spreminanje_delovnega_okolja.pdf), pridobljeno: 27. april 2024
- [5] Safe.si: Prekomerna raba mobilnih telefonov. Spletna stran: <https://safe.si/nasveti/prekomerna-raba-novih-tehnologij/prekomerna-raba-mobilnih-telefonov>, pridobljeno: 29.4.2024.
- [6] Srebrnič, Janja, Domajnko, Andreja, Behin, Matej, Šulin, Nina (2023). Štekamo mlade: Prekomerna in škodljiva raba zaslonskih tehnologij pro otroci in mladostnikih - Priročnik za strokovne delavce. Maribor: Društvo IndiJanez.

## PREVENTIVNE DEJAVNOSTI NA PODROČJU MEDVRSTNIŠKEGA NASILJA V OSNOVNI ŠOLI IN NJENI UČINKI

### POVZETEK

Ko gre za nasilje v šolskem prostoru, govorimo o medvrstniškem nasilju. Lahko gre za enkraten dogodek ali pa namerno ponavljajoče se fizično, psihično, spolno ali spletno nasilje nad drugim vrstnikom. Na vsako obliko nasilja smo se šolski delavci dolžni odzvati. Namen prispevka, v katerem bom izhajala iz konkretnega primera, je predstaviti sistematične preventivne delavnice za preprečevanje medvrstniškega nasilja na osnovni šoli, kjer sem zaposlena ter njihove učinke. Učenci v teh delavnicah ozavešajo svoje pravice, naučijo se prepoznavati znake nasilja ter veččin zaščite. Nezanemarljiv poudarek v delavnicah je prav tako spodbujanje spoštovanja do drugih ter razumevanje čustev in izkušenj drugih. Učinki delavnic so zelo presenetljivi, pokažejo se že neposredno po sami izvedbi. Preko njih smo odkrili primere nasilja, tudi družinskega, za katere v šoli nismo vedeli in lahko smo primerno ukrepali. Zagotovo ta oblika dela prispeva neprecenljiv del k varnemu in spodbudnemu učnemu okolju, v katerem lahko učenci kar se da optimalno razvijajo svoje znanje, svoja močna področja ter krepijo šibka in razvijajo svojo osebnost. Kot se je izkazalo v našem primeru, pa lahko s preventivnim delovanjem v šoli, pripomoremo tudi k otrokovemu prepoznavanju nasilja nad njim samim v družini.

**KLJUČNE BESEDE:** medvrstniško nasilje, prepoznavanje in preprečevanje nasilja, nasilje v družini, vloga šole.

## PREVENTIVE ACTIVITIES AND ITS EFFECTS IN THE FIELD OF PEER VIOLENCE IN PRIMARY SCHOOL

### ABSTRACT

When it comes to violence in school space, we talk about peer violence. It can be a one-time event or deliberately repeated physical, mental, sexual, or online violence against another peer.

Every form of violence must be dealt with by school workers. The purpose of this paper, which is based on a concrete case, is to present systematic preventive workshops for the prevention of peer violence at the primary school where I work. I will also deal with their effects. In these workshops, pupils become aware of their rights, learn to recognize signs of violence and learn protection skills. An important focus of the workshops is also the promotion of respect for others and understanding of the feelings and experiences of others. The effects of the workshops are seen right after the implementation and they are very surprising. By doing that we have discovered cases of violence, including domestic violence, that we didn't know about and were able to take appropriate actions. Certainly, this form of work makes an invaluable contribution to a safe and stimulating learning environment in which pupils can optimally develop their knowledge, strengths, personality and they strengthen weak areas. As has been shown in our case, preventive action at school can also help children to recognize violence against themselves in the family.

**KEY WORDS:** peer violence, recognizing and preventing violence, domestic violence, the role of school.



## 1. UVOD

Ko govorimo o nasilju med vrstniki, lahko govorimo tudi o trpinčenju. Po podatkih Unicefa naj bi vsaj polovica otrok, starih od 13 do 15 let, doživljala oz. doživela eno od oblik medvrstniškega nasilja. Strokovni delavci v šolah opažamo različne oblike nasilja med učenci. Veliko ga ostane neodkrita. Na nasilje, ki pa ga zaznamo, pa smo vedno dolžni odreagirati po protokolu, ki ga je pripravil Zavod Republike Slovenije za šolstvo in predvideva takojšnjo ter procesno intervencijo. Pomembno je, da se zavedamo, da vrstniško nasilje ni stvar posameznika, ampak je konstrukt družbe, v kateri živimo in kot tako vpliva na posameznega otroka, celotno skupino otrok, njegovo družino in ostale odrasle. Nujno je, da šola k reševanju medvrstniškega nasilja pristopa celostno in sistematično ter na tak način pri otrocih in hkrati tudi zaposlenih in starših razvija čuječnost in rahločutnost pri prepoznavanju nasilja ter veščine za ravnanje v nasilnih situacijah. Na naši šoli že vrsto let izvajamo delavnice za preprečevanje nasilja v 2., 3. in 5. razredih. Otroci na delavnicah zelo dobro sodelujejo in pokazali so se tudi pozitivni učinki teh delavnic.

## 2. MEDVRSTNIŠKO NASILJE

Otroci se uveljavljanja in udejanja med vrstniki učijo že zelo zgodaj – ko se pridružijo igri s prijatelji na igrišču, v vrtcu ali kasneje v šoli. V skupini se hitro pokažejo razlike med šibkejšimi, ki pristanejo v podrejenem položaju in močnejšimi, bolj pogumnimi ali drznejšimi, ki so v odnosu v nadrejenem položaju. S prevzemanjem teh vlog se med njimi gradi in oblikuje odnos. Na eni strani bodo šibkejši vzbujali svojo pozornost s pasivnostjo in nemočjo, močnejši pa z uveljavljanjem svoje moči in drznostjo. Taka hierarhija odnosov je v skupinah povsem običajna. Problematična postane, ko uveljavljanje moči postane nasilno ravnanje, s katerim posamezniki sproščajo svoje frustracije ali to počnejo, da bi se sami počutili bolje. V takem odnosu ne govorimo več o šibkejših in močnejših, temveč o žrtvah in nasilnežih [1].

Po Protokolu za ravnanje ob zaznavi in obravnavi medvrstniškega nasilja v vzgojno-izobraževalnih zavodih [2] govorimo o medvrstniškem nasilju, kadar gre za namerno in ponavljajočo se obliko fizičnega, psihičnega, spolnega, materialnega ali spletnega nasilja nad drugim vrstnikom. Prav tako pa govorimo o medvrstniškem nasilju takrat, ko gre za enkraten nasilni dogodek in je razlika v fizični in psihični moči med povzročiteljem in žrtvijo zelo izrazita.

Pri medvrstniškem nasilju lahko govorimo o dveh ravneh nasilja:

- neposrednem, odkritem oz. medosebnem;
- posrednem, prikritem, tihem oz. strukturnem [3].

Neposredno medvrstniško nasilje načeloma v šoli zelo hitro opazimo in lahko nanj reagiramo. Manj opazno ali celo neopazno pa je posredno nasilje, ki ga strokovni delavci v šoli težko zaznamo in prepoznamo. Zaradi tega lahko določene oblike medvrstniškega nasilja ostanejo nenamerno spregledane. Ravno ta raven nasilja je z vidika težje zaznave v šoli veliko bolj pereča za spoprijemanje z njim.

Vir [4] medvrstniško nasilje opredeljuje kot fizično in psihično. Fizično nasilje je tisto, kjer pride do telesnega stika – potiskanje, udarci, grizenje, poškodovanje lastnine ... Psihično nasilje pa je tisto, ki poškoduje posameznikovo »notranjost«. Deli ga še na verbalno ali neverbalno. Verbalno nasilje naj bi zajemalo: žaljivke, psovke, hujskanje, grožnje, izsiljevanje, poniževanje ... Neverbalno pa zajema žaljive geste, socialno izključevanje, torej neposredno ali posredno neverbalno nasilje.

Vir [5] navaja še druge specifične oblike nasilja – spolno in spletno nasilje. K spolnemu nasilju prištevamo otipavanje in spolno nadlegovanje. Ta oblika nasilja velikokrat ostaja prikrita, saj se o njej ne govori. Uvrstili bi ga lahko tudi med fizično in/ali psihološko nasilje, tako verbalno kot neverbalno.

Spletno nasilje je danes med vrstniki vse bolj pogosto. Gre za grdo govorjenje o določeni osebi na spletu – žaljenje, poniževanje, grožnje ... Ta oblika nasilja je zaradi virtualnega okolja, kjer se dogaja, najtežje obvladljiva (pomanjkanje nadzora odraslih nad otroki, anonimnost izvajalca nasilja, neskončno občinstvo... Prištevamo ga lahko k psihičnemu nasilju, ki ima lahko verbalno in neverbalno pojavno obliko.

### **3. ŠOLA, PROSTOR ZA ODNOSE**

Šola je prostor, kjer poteka sekundarna socializacija. Kot taka vpliva na razvoj otrokove osebnosti in jih prav tako pripravlja na življenje. Vemo, da naloga šole še zdaleč ni le izobraževati, temveč tudi vzgajati. Otroci v šoli spoznajo vrstnike, s katerimi gradijo prijateljstva. V njihovi družbi preživljajo tudi vedno več časa. Druženje z vrstniki je pomemben socializacijski proces, hkrati pa posamezniku omogoča varnost in sprejetost. Vrstniki med seboj vzpostavljajo različne medosebne odnose. To je nekaj, kar obstaja med posamezniki ob skupni dejavnosti in sodelovanju ter nekaj, kar se izraža in kaže v ravnanju z nekom in vedenjem do njega.

Medosebni odnosi so zmeraj kompleksni. V življenju in vsakodnevno vstopamo v različne odnose, ki nas določajo. Zaradi njih smo takšni, kot smo, se spreminjamo, rastemo in oblikujemo. Lahko so dobri ali slabi. Nekateri posamezniki prevzemajo v odnosih močnejše vloge, to moč pa lahko uveljavljajo tudi z nasilnimi dejanji. In medvrstniško nasilje je tisto, ki je v šolah vedno bolj prisotno in je del šolskega sistema.

### **4. VAROVALNI DEJAVNIKI**

Zaposleni v šolah smo dolžni reagirati na vsako obliko nasilja. Za zagotavljanje varnega in spodbudnega učnega okolja pa izvajamo tudi razne preventivne dejavnosti oz. ukrepe. Medvrstniško nasilje je pojav, ki se odraža v dinamiki vrstniške skupine. Od vseh vključenih deležnikov, to so učenci, starši, učitelji in svetovalni delavci, zahteva veliko mero sočutnosti in pristnosti, saj je za uspešno odzivanje in preprečevanje v ospredje potrebno postavljati odnose.

### **5. PREVENTIVNE DELAVNICE ZA PREPREČEVANJE MEDVRSTNIŠKEGA NASILJA**

Na naši šoli izvajamo preventivne delavnice na temo medvrstniškega nasilja v vseh oddelkih 2., 3. in 5. razreda. Delavnice so namenjene krepitvi varovalnih dejavnikov, kot je socialna in čustvena kompetentnost otrok, znanje za prepoznavanje nasilja, znanje in veščine za samozaščitno ravnanje, podporno socialno okolje itd. Delavnice imajo pomembno sporočilo, ki se glasi, da nasilje ni dopustno v ravnanju v odnosih z vrstniki. Pomembno vlogo in odgovornost pri preprečevanju medvrstniškega nasilja imajo vsi deležniki: starši, zaposleni na šoli in otroci – tisti, ki izvajajo nasilje, tisti, ki so žrtve nasilja in prav tako priče. In tudi to ozaveščanje je namen teh delavnic. Otroci se na delavnicah seznanijo s svojimi pravicami po varnosti, moči in svobodi. Naučijo se, da jim teh pravic ne sme nihče odvzeti, prav tako pa ne oni drugim.

Izvajalke na delavnicah skupaj z učenci iščemo vzroke in posledice nasilja nad vrstniki tako v fizičnem kot tudi v spletnem okolju. Otroci imajo presenetljivo veliko informacij, znanja ali samo občutka, zakaj lahko nekdo postane nasilen in kakšne posledice to pusti na otroku, ki je žrtev nasilja.

Ni vsako dejanje nasilno dejanje in kakšno tudi je, čeprav otroci tega ne vedo. Na delavnicah se naučijo prepoznati nasilje nad vrstniki in dejanja, s katerimi kršijo pravice ostalih otrok, čeprav v določenih primerih še ne gre za nasilje.

Izvajalki na delavnicah odigrava veliko iger vlog, k igranju pa povabiva tudi otroke. Na ta način se naučijo veščin nenasilne komunikacije in vedenja. Preko igre vlog spoznajo napačne odzive na kratenje pravic in na nasilno ravnanje, naučijo pa se tudi ustreznega odziva, kako pravice obdržati in hkrati ne odvzemati pravic drugim ter kako ravnati, če so žrtve ali priče nasilja. Delavnice namreč posebej poudarjajo pomen prič, ki so v medvrstniškem nasilju najštevilčnejša skupina.

Učenci se na delavnicah seznanijo, da so kot priče soodgovorni pri razreševanju in preprečevanju medvrstniškega nasilja. Spoznajo, da je o nasilju potrebno govoriti in o nasilnem dejanju sporočiti odrasli zaupni osebi, ki je lahko nekdo v šoli ali pa so to starši. Včasih nekdo potrebuje tudi nekoliko več spodbude, da spregovori o tej temi.

Izvajalki v posameznem oddelku izvedeva po dve delavnici, ki trajata približno dve šolski uri. Pred samo izvedbo z anketnim vprašalnikom v oddelku preveriva, koliko učencev je že doživelo nasilje, ali pa so bili morda sami nasilni do drugih, in za katero obliko nasilja je šlo. Na podlagi tega lahko prilagodiva samo izvedbo. Nezanemarljiv podatek je, da skorajda ni učenca, ki še ni bil žrtev vrstniškega nasilja.

Na začetku se z učenci dogovoriva o splošnih pravilih sodelovanja, ki so za zaupno in strpno okolje zelo pomembna. Izpostavila bi pravilo, da učenci poslušajo in se ne smejujejo, ko kdo govori o osebnih izkušnjah, ki so morda neprijetne ali celo boleče. Namen izvajanja teh delavnic je namreč tudi spodbujanje spoštovanja do drugih ter razumevanje čustev in izkušenj drugih. Pomembno pa je tudi, da nikoli ne omenjamo imen oseb, ki so bila morda vpletena v nasilno dejanje, saj se želimo izogniti raznim govoricam, prav tako pa želimo obdržati zaupno okolje.

Obe delavnici potekata v interaktivnem vzdušju. Učenci ves čas sodelujejo z izražanjem svojih idej, zamisli, mnenj preko možganskih neviht, s svojim podajanjem izkušenj ter z igrami vlog. Po zaključku prve in druge delavnice pa imajo učenci, ki to želijo, možnost, da spregovorijo o stvareh, o katerih niso mogli govoriti pred sošolci. Na teh individualnih pogovorih običajno izvajalki izveva za razna nagajanja v razredu, ki so morda nedolžna in rešljiva že samo s pogovorom, kdaj pa kdaj pa izveva tudi za resne oblike nasilja.

Učenci delavnice za preprečevanje medvrstniškega nasilja zelo dobro sprejemajo. Izredno radi sodelujejo v igri vlog. Tisti pogumni tudi radi delijo razne izkušnje, ki so jih že imeli z vrstniškim nasiljem. V tem šolskem letu so učenci delavnice še posebej pohvalili na šolski skupnosti učencev in izrazili željo, da bi bilo takšnih tem in oblik dela še več. Ker so na delavnicah zmeraj prisotne tudi razredničarke, v okviru ur oddelčne skupnosti ali pri urah spoznavanja družbe, nadaljujejo s temi vsebinami. Razredničarke povedo, da so učenci še nekaj časa po delavnicah zelo pozorni na razne oblike nasilja med njimi. Med sabo se opozarjajo in opominjajo, kako je potrebno izražati mnenja, da ne kratiš pravic ostalim in kako je treba reagirati, če nekdo krati pravice tebi.

Učinek delavnic je tudi razmišljanje o pomenu pravega prijateljstva. Skozi delavnice izvajalki namreč poudarjava pomen prijateljev, ki so pomemben dejavnik v življenju vsakega od nas. Prijatelji, s katerimi si lahko, kar si in se ti ni treba pretvarjati, nam dajejo občutek varnosti in zaupanja vase. Ko imamo izpolnjena ta dva pogoja, je naša samopodoba dobra ali vsaj boljša, s tem pa je verjetnost, da bo nekdo postal žrtev nasilja ali da ne bi znal obraniti svojih pravic, veliko manjša. S krogom dobrih prijateljev pa imajo žrtve nasilja tudi večjo podporo in notranjo moč.

## **6. INDIVIDUALNI POGOVORI**

K individualnim pogovorom so vabljeni vsi učenci po zaključku delavnic. Takrat imajo možnost vprašati o stvareh, ki jih niso razumeli, ponoviti kaj, česar si niso dobro zapomnili itd. Pogovori pa so seveda namenjeni tudi temam, ki jih učenci niso mogli izpostaviti oz. povedati pred celim razredom. In največkrat je razlog, da pridejo na individualni pogovor, ravno v tem – želijo povedati, kaj se jim je zgodilo in večinoma govorijo o situaciji, kjer so bili v vlogi žrtve. Izkušnje so take, da se teh pogovorov poslužuje približno do 20 % otrok na oddelek, kar je približno 5 otrok na delavnico.

Pri tem pogovoru upoštevamo načela obravnave medvrstniškega nasilja in zaupnega pogovora. Ohranimo ničelno toleranco do nasilja in s tem zavzamemo svoj odnos do nasilja. Otroku povemo, da so stvari, ki jih bo povedal zaupne, razen če so take narave, da je naša dolžnost, da jih povemo pristojnim osebam ali organom.

Cilj pogovora je čustvena podpora otroku, pogovor o samem dogodku, v kolikor otrok o tem želi govoriti in o tem, kakšni bodo nadaljnji koraki reševanja problema. Otroku zmeraj verjamemo, da je žrtev nasilja. Brez tega namreč obravnava ni mogoča. Pomembno je, da mu povemo, da ni kriv za to, kar se mu je zgodilo in kar doživlja in da je to, kar se mu je zgodilo, narobe. Zmeraj poudarimo, da je nasilno vedenje izbira in zanj je zmeraj odgovoren povzročitelj. Žrtev nasilja

spodbujamo in ji stojimo ob strani pri iskanju možnih rešitev. Nikoli ne obljubljam stvari, na katere nimamo vpliva. Take obljube bi bile zavajajoče.

## **7. PRIMER OBRAVNAVE DRUŽINSKEGA NASILJA**

S sodelavko izvedeva delavnice v 5. razredih običajno proti koncu prvega ali na začetku drugega ocenjevalnega obdobja. V lanskem šolskem letu sva jih zaradi dolgotrajne bolniške odsotnosti sodelavke izvedli šele v mesecu juniju. Kot vedno, so tudi v tem zadnjem oddelku učenci dobro sodelovali, predvsem učenec, ki je prišel v ta razred na začetku šolskega leta. Po zaključku delavnic so bili učenci povabljeni na individualne pogovore.

Tokrat je na individualni pogovor k meni prišel ta fant, ki je pričel obiskovati našo šolo na začetku šolskega leta. Na tem mestu moram povedati, da v ta oddelek nisem vstopala in učencev nisem dobro poznala, tega fanta pa sploh ne. Kar pomeni, da sem tudi jaz njemu bila oseba, ki jo je spoznal šele dan poprej. Pogovor je začel zelo odprto in iskreno z besedami, da mi mora nekaj povedati, kar se mu je zgodilo. Pričakovala sem, da mi bo povedal, kar se mu je zgodilo v šoli, pa žal ni bilo tako. Zaupal mi je dogodke, ki so se pripetili doma. Povedal mi je, da starša živita ločeno, mama ima sedaj novega partnerja, ki se zelo razjezi in takrat razbija stvari. Tudi mama se razjezi in ga udari. Želel bi živeti pri očetu, kjer se dobro počuti. Svoje občutke je opisal z besedami: grozno, prestrašeno in osamljeno. Predvsem ga je zanimalo, kaj lahko on stori, da se bodo doma stvari izboljšale.

Otroka sem poslušala. Zelo jasno sem mu dala vedeti, da ni kriv za stvari, ki se mu dogajajo in da je zelo pogumno od njega in prav, da je poiskal pomoč. Tudi ni njegova dolžnost in odgovornost, da bi popravljaj razmere doma. Povedala sem mu, da mi je zaupal stvari, ki jih moram posredovati naprej. To ga je plašilo, saj se je zelo bal, kaj bo storila mama, ko bo izvedela, da je povedal. Dogovorila sva se, da me lahko kadarkoli poišče, če se bo želel pogovoriti ali kaj vprašati. Prav tako sem mu obljubila, da ga bom redno obiskovala, saj sem želela, da občuti, da ima podporo in zaupanje. Učenec me je poiskal takoj naslednji dan in mi je ponovno povedal o dogodkih, ki so se mu pripetili doma in ponovno izrazil zaskrbljenost.

Takoj po prvem individualnem pogovoru sem šla dogodek sporočit naši svetovalni delavki, ki je o tem obvestila Center za socialno delo. Sama sem zapisala še zapisnik tega pogovora in kronologijo srečanj z učencem. Postopki na Centru za socialno delo so bili hitro speljani. Oče je dobil skrbništvo nad otrokom.

Z novim šolskim letom je z učencem eno uro na teden delala naša psihologinja v okviru individualne in skupinske pomoči ter mu nudila čustveno podporo in pred ocenjevanji tudi učno pomoč. Za učenca smo tekom tega šolskega leta sprožili postopek usmerjanja v izobraževalni program s prilagojenim izvajanjem in dodatno strokovno pomočjo. Opažamo namreč, da ga zelo zmotijo dražljaji iz okolice, pri samem delu se težko zbere, ima odkrenljivo pozornost in kratkotrajno koncentracijo. Pouk večkrat zmoti z nenadnim neprimernim vedenjem in izjavami. Rad je opažen in vse pove na glas. Ob morebitnem karanju je zelo užaljen in se umakne vase. Če se običajna oblika dela pri uri spremeni, ga to zmede in potrebuje nekaj časa, da se prilagodi novi situaciji.

Verjamem, da je družinska situacija na otroku pustila velik pečat. Individualna dodatna strokovna pomoč je namenjena premagovanju primanjkljajev, ovir in motenj ter učni pomoči, hkrati pa bo otroku v okviru nje nudena čustvena podpora. Na šoli bo imel osebo, s katero bo delal individualno. Medsebojni odnos med učiteljem in učencem je pomemben element in temelj pedagoškega procesa. Pri individualnem delu z učencem se razvije drugačen odnos kot v razredu. S svojim zanimanjem in skrbjo za učenca lahko učitelj individualno pokaže veliko bolj, da mu ni vseeno zanj, da je tam in mu lahko pomaga tudi pri osebnih stiskah.

## 8. SKLEP

Vsi pedagoški delavci se zavedamo, da je medvrstniško nasilje stalno prisotno. Na nas je preložena velika odgovornost, ki poleg izobraževanja in vzgajanja predvideva tudi prepoznavanje, preprečevanje in reagiranje na vsakršno obliko nasilja. K temu nas zavezuje tudi protokol ob zaznavi in obravnavi medvrstniškega nasilja. Za omejitev in preprečevanje je pomembno, da vsi deležniki na področju šolstva delujemo aktivno v smeri preprečevanja in zmanjševanja le tega. Delavnice, ki jih izvajamo na šoli, so preventivna oblika spopadanja z medvrstniškim nasiljem, in so med učenci zelo dobro sprejete. Z izvajanjem teh delavnic smo tekom let odkrili oblike nasilja med vrstniki, ki so našim očem bile prikrite in zaradi njih smo lahko ukrepali. Kot se je izkazalo preteklo šolsko leto, pa smo s senzibilizacijo in opredelitvijo nasilja ter kršenja temeljnih pravic, odkrili tudi nasilje nad otrokom v družini.

Sklepam lahko, da preventivne delavnice za preprečevanje medvrstniškega nasilja, pozitivno vplivajo na razvoj varnega in spodbudnega učnega okolja. Pomembno je, da se otroci v šoli počutijo varni, močni in svobodni. Le na ta način lahko optimalno razvijajo svoje znanje in močna področja ter hkrati krepijo šibka.

## LITERATURA IN VIRI

- [1] Habbe, J. (2000). Nasilje in varnost otrok v šolah: nasveti za ravnatelje, učitelje, starše in vse, ki skrbijo za varnost v osnovnih in srednjih šolah. Ljubljana: Lisac & Lisac.
- [2] ZRSS: <https://www.zrss.si/wp-content/uploads/2022/03/Protokol-ob-zaznavi-in-za-obravnavo-medvrstniškega-nasilja-v-VIZ-1.pdf>. Pridobljeno 15. 5. 2024
- [3] Mugnaioni Lešnik, D., Koren, A., Logaj V., Brejc, M. (2009). Nasilje v šoli: opredelitev, prepoznavanje, preprečevanje in obvladovanje. Kranj: Šola za ravnatelje.
- [4] Sullivan, K. (2011). The anti-bullying handbook. London: Oxford University Press.
- [5] Pečjak S. (2014). Medvrstniško nasilje v šoli. Ljubljana: Znanstvena založba Filozofske fakultete.
- [6] Gruden, P. (2019). Medvrstniško nasilje skozi oči učencev osnovne šole. Magistrsko delo. Ljubljana: Pedagoška fakulteta. Univerza v Ljubljani.
- [7] Lampe, Taja (2020). Medvrstniško nasilje v osnovni šoli z vidika učencev in strokovnih delavk. Socialna pedagogika (Ljubljana), letnik 24, številka 1/2, str. 43-64.



## **INKLUZIJA IN OTROCI V BOLNIŠNIČNEM VRTCU**

### **POVZETEK**

Inkluzija je v izobraževanju ključnega pomena za zagotavljanje enakih možnosti za vse otroke. Ne gleda se samo otrokovih težav, motenj in primanjkljajev, ampak se ugotavlja, kaj otrok potrebuje, da je lahko vključen, uspešen in da lahko prispeva k skupnim dosežkom. Enako velja za hospitalizirane otroke, kateri potrebujejo individualno obravnavo ob socialnem in čustvenem doživljanju v novem okolju. Inkluzija in sprejetost vsakega posameznika je v bolnišničnem vrtcu še posebej izrazita. Vključuje tudi obravnavo staršev, ki so v teh trenutkih še posebej ranljivi, saj najpogosteje izražajo občutek krivde, prekomerne zaskrbljenosti in ob enem prekomerno negujejo svojega otroka. V prispevku je najprej nekaj besed namenjenih inkluziji, bolnišničnemu vrtcu, otrokom s posebnimi potrebami, nato pa so podani nekateri primeri iz prakse. V nadaljevanju se prispevek dotika doprinosa stroke tudi širše, izven vzgojno-izobraževalnih ustanov.

**KLJUČNE BESEDE:** inkluzija, bolnišnični vrtec, dejavnosti v bolnišničnem oddelku, otroci s posebnimi potrebami.

## **INCLUSION AND CHILDREN IN HOSPITAL KINDERGARTENS**

### **ABSTRACT**

Inclusion in education is key to ensuring equal opportunities for all children. It looks not only at the child's difficulties, disabilities and deficits, but also at what the child needs to be included, to be successful and to contribute to overall achievement. The same applies to children who are hospitalised and need individualised attention as they experience socially and emotionally their new environment. The inclusion and acceptance of each individual is particularly pronounced in a hospital kindergarten. It also includes the treatment of parents, who are particularly vulnerable at these moments, as they most often express feelings of guilt, excessive anxiety and, at the same time, over-nurturing of their child. The paper starts with a few words on inclusion, the hospital kindergarten, children with special needs, and then gives some examples from practice. The paper then goes on to look at the contribution of the profession beyond educational settings.

**KEYWORDS:** inclusion, hospital kindergarten, activities in the hospital kindergarten, children with special needs.

## 1. UVOD

Odhod v bolnišnico je za vsakega otroka zagotovo neprijetna izkušnja, ki je povezana s strahom in nelagodjem, čeprav je v večini primerov hospitalizacija otroka sobivanje s staršem, za katerega je pomembno, da se zna dobro vživeti v svojega otroka. Predšolski otrok namreč ne razume, zakaj se slabo počuti, ali zakaj ga nekaj boli ter da obstajajo določeni ukrepi, da se bo čim prej počutil bolje. Zato je opolnomočenje starša, ki sobiva z otrokom, nujno potrebno. Za sprejemanje in bogatenje izkušenj pa je naprej potrebna inkluzija vseh vključenih. Sprejemanje in razumevanje ter prilaganje je ključnega pomena za napredek. Inkluzija ni le vključevanje otrok s posebnimi potrebami, ampak je v praksi vse širše implementirana.

## 2. INKLUZIJA

Inkluzija je v slovenskem prostoru najbolj uveljavljena na področju vzgoje in izobraževanja, vendar jo lahko, kot meni Kelharjeva (2017), apliciramo tudi na ostala področja, kot so sociala, zdravstvo, menedžment, zaposlovanje, kultura in gospodarstvo. Gre za koncept, ki teži k optimalnemu delovanju in razvoju posameznika v naravno heterogeni skupnosti, pri čemer se upoštevajo njegove zmožnosti, potrebe, močna področja, interesi, motivi, cilji, želje in percepcija. Koncept zajema naslednje vrednote: popolno sprejemanje posameznika, različnost, sožitje, heterogenost, podpora, spoštovanje, participacija, razumevanje, pluralizem, pravičnost, sodelovanje, sobivanje, edinstvenost. Schmid (2006) utemeljuje: »Popolnoma jasno je, da je inkluzija danes poglavitno vodilo vladne šolske politike večine evropskih držav s posebnim poudarkom na izobraževalnih, socialnih in moralnih temeljih za otroke s posebnimi potrebami, ki se šolajo na rednih šolah. Vendar pa navzočnost otrok s posebnimi potrebami v razredu (fizična integracija) še ne pomeni otrokovega napredka in razvoja, če ni poskrbljeno za funkcionalno in socialno integracijo.«

Okoliščine, v katerih se vzpostavlja inkluzivnost, so zaradi številnih zgodovinskih, socialno ekonomskih, političnih, predvsem pa vzgojno izobraževalnih, zelo različne, zato v povezavi z razumevanjem vzpostavljanja inkluzivnih edukacijskih sistemov Ainscow (2005) postavi 4 nosilne stebre:

- inkluzija = proces, razvoj posameznika (razvoj znanosti in sodobne tehnologije omogočajo vedno nove možnosti),
- inkluzija = prepoznavanje in odstranjevanje ovir (varnost in spodbudnost okolja: socialno, fizično, didaktično, metodično),
- inkluzija = prisotnost, aktivna participacija, sodelovanje, doseganje uspehov in napredovanje vseh,
- inkluzija = posebna skrb za tiste, ki so zaradi različnih vzrokov marginalizirani, tvegajo izključenost, imajo učne težave.

## 3. BOLNIŠNIČNI VRTEC

»EACH – European Association for Children in Hospital (Evropsko združenje za pravice otrok v bolnišnicah) – je krovna organizacija za članska združenja, ki skrbijo za otroke pred hospitalizacijo, med njo in po njej. Trenutno ima EACH osemnajst članskih združenj iz šestnajstih evropskih držav in iz Japonske.« (Each, b. d.).

Pri vzgojno-izobraževalnem delu v bolnišničnih oddelkih sledimo naslednjim ciljem, zajetim v konceptu dela bolnišničnega vrtca (Adamek idr., 2017):

- zagotavlja občutka varnosti in sprejetosti bolnega otroka,
- prepoznavanje individualnih značilnosti bolnega otroka in spodbujanje k lastnemu vključevanju v proces zdravljenja,
- načrtovanje vzgojno izobraževalnega dela v skladu z upoštevanjem otrokovih želja, interesov in počutja v času hospitalizacije,
- emocionalna priprava in podpora otroka na morebitni operativni poseg in preiskave,
- pomoč in podpora otroku pri premagovanju strahu pred bolnišničnim osebjem – »belo haljo«, neznanim, bolečino, posegi, telesnimi spremembami in drugimi čustvenimi potrebami,
- dvig kakovosti medsebojnih interakcij med otroki, starši, zdravstvenim in pedagoškim osebjem,
- prepoznavanje prilagoditvenih težav otroka in zmanjševanje posledic hospitalizacije ter vključevanje otroka v bolnišnično okolje, ki je zanj lahko novo,
- razvijanje pozitivne samopodobe bolnega otroka,
- spremljanje otrokove igre in zagotavljanje dobrega počutja na oddelku,
- zagotavljanje spodbudnega okolja in raznovrstnih dejavnosti,
- opazovanje in spremljanje otroka in njegovih trenutnih zmožnosti preko vzgojno izobraževalnih dejavnosti z namenom usklajenega sodelovanja z zdravstvenim osebjem pri ugotavljanju otrokovega stanja.

V okviru cilja zagotavljanja spodbudnega okolja in raznovrstnih dejavnosti ima bolnišnični vzgojitelj z dodatnimi kompetencami s področja inkluzije priložnost opolnomočiti otroka, za katerega opazi, da ima primanjkljaje na posameznih področjih razvoja. V bolnišničnem oddelku se otroku s primanjkljaji lahko posveti bolj osebno kot vzgojitelj v rednih oddelkih, saj ima na voljo več časa in priložnosti za individualno delo z njim. Tako mu lahko ponudi dejavnosti in vaje, ki krepijo njegovo samozavest in omilijo njegove primanjkljaje. Ker je ob otroku običajno tudi starš, je lahko delovanje inkluzivnega pedagoga (bolnišničnega vzgojitelja) še toliko bolj učinkovito, saj lahko staršu ponudi nabor vaj, s katerimi lahko vadijo na pridobivanju določenih spretnosti tudi po odhodu iz bolnišnice, v domačem okolju. Takšen otrok bo prav gotovo lažje dosegel napredek ob vrnitvi v heterogeno skupino matičnega vrtca.

Delo se izvaja individualno z otrokom ob bolniški postelji, v igralnici ali skupnem prostoru na oddelku. Organizira se vzgojno delo v majhnih skupinah otrok v bolniški sobi, v igralnici ali skupnem prostoru. V vzgojne dejavnosti se vključuje tudi starše. Otrokom dneve, ki jih preživljajo v bolnišnici, popestrimo s praznovanji, prireditvami in z obiski zunanjih gostov.

Prisotnost staršev v bolnišnici odpira različne možnosti sodelovanja. Starši pod strokovnim vodstvom medicinskega osebja sodelujejo pri negi in hranjenju. Od njih dobimo pomembne informacije o otrokovih navadah, željah, interesih. Z otroki sodelujejo pri različnih igralnih dejavnostih, nemalokrat pa tudi sami potrebujejo pogovor in tolažbo.

#### **4. OTROCI S POSEBNIMI POTREBAMI**

(Ministrstvo za šolstvo in šport, 22. 7. 2011) z zakonom o usmerjanju otrok s posebnimi potrebami (ZUOPP 2011), ki je ključno spremenil položaj otrok s posebnimi potrebami postavlja v 4. členu naslednje cilje in načela:

- zagotavljanje največje koristi otroka,
- celovitost in kompleksnost vzgoje in izobraževanja,
- enakih možnosti s hkratnim upoštevanjem različnih potreb otrok,
- vključevanja staršev, posvojiteljev, rejnikov in skrbnikov,
- postopek usmerjanja in oblike pomoči,
- individualiziranega pristopa,
- interdisciplinarnosti,
- ohranjanja ravnotežja med različnimi področji otrokovega telesnega in duševnega razvoja,
- čim prejšnje usmeritve v ustrezen program vzgoje in izobraževanja,
- takojšnje in kontinuirane podpore in strokovne pomoči v programih vzgoje in izobraževanja,
- vertikalne prehodnosti in povezanosti programov,
- organizacije vzgoje in izobraževanja čim bližje kraju bivanja,
- zagotavljanja ustreznih pogojev, ki omogočajo optimalen razvoj posameznega otroka.

## 5. PRIMERI IZ PRAKSE

### 5.1 GIBANJE

Gibanje je otrokova primarna potreba, njegov razvoj pa je v ospredju v prvih letih otrokovega življenja. Razvija se preko naravnih oblik gibanja (plazenje, lazenje, hoja, tek...) in kasneje preko kompleksnejših športnih dejavnosti (Kurikulum za vrtce, 2011, str. 25). V bolnišničnem vrtcu otrokom omogočamo gibanje (Slika 1), glede na otrokove trenutne zdravstvene zmožnosti.



**SLIKA 1:** Spodbujanje gibanja z uporabo različnih pripomočkov

### 5.2 JEZIK

Predšolsko obdobje je za razvoj govora najpomembnejše, saj vključuje široko polje sodelovanja in komunikacije z odraslimi in otroki in je naravno vpleten v vsa področja dejavnosti. Otroci se v tem obdobju učijo izražati izkušnje, čustva, misli in razumeti sporočila drugih (Kurikulum za vrtce, 2011, str. 31). Kot prikazujeta sliki 2 in 3, v bolnišničnem oddelku veliko časa namenjamo pogovoru, pripovedovanju, branju literarnih besedil ter razvoju predpisalnih in predbralnih sposobnosti.



**SLIKA 2:** Posredovanje pravljice preko kamišibaja



**SLIKA 3:** Fonološko zavedanje prvega in zadnjega glasu ter njegov zapis

### 5.3 UMETNOST

V predšolskem obdobju umetnost zajema likovno oblikovalne, glasbene, plesne, dramske in avdejavnosti. Otroku pri razvijanju naštetih področij umetnosti puščamo svobodno izražanje, saj s tem predstavi svoja najbolj skrita počutja in čustva ter krepi uravnotežen razvoj in duševno zdravje (Kurikulum za vrtce, 2011, str. 37, 38). Kot je prikazano na slikah 4, 5 in 6, si otroci v bolnišničnem oddelku pridobivajo izkušnje preko različnih dejavnosti.



**SLIKE 4, 5, 6:** Razvijanje ustvarjalnosti

### 5.4 DRUŽBA

Otrok v predšolskem obdobju spozna najprej domače, kasneje pa tudi širše okolje, v katerega je vključen. Z vključenostjo v vrtec pridobiva na konkretnih izkušnjah uresničevanja temeljnih človekovih pravic in demokratičnih načel (Kurikulum za vrtce, 2011, str. 48, 49). Sliki 7 in 8 prikazujeta izvajanje dejavnosti, ki so v podporo pri uresničevanju ciljev s področja družbe.



**SLIKI 7 in 8:** Praznovanje rojstnega dne in barvanje pirhov

### 5.5 NARAVA

Narava je posebno področje v kurikulumu, ki daje poudarek na pridobivanju izkušenj z živimi bitji, naravnimi pojavi ter veselju v raziskovanju in odkrivanju sveta in svojega telesa (Kurikulum za vrtce, 2011, str. 55, 56). Zaradi posebnih okoliščin dela si v bolnišničnem oddelku na področju narave pomagamo z didaktičnimi pripomočki, kot prikazuje slika 9.



**SLIKA 9:** Didaktični pripomoček za pogovor o naravi.

Prirejeno po Wunderkiddy. <https://wunderkiddy.com/activity/earth-day>

### 5.6 MATEMATIKA

Otroci se z matematiko srečujejo že zelo zgodaj v vsakodnevnem življenju. V vrtcu preko različnih dejavnosti, kot prikazujejo slike 10, 11 in 12, otroke spodbujamo k matematičnim strategijam mišljenja (Kurikulum za vrtce, 2011, str. 64).



SLIKI 10, 11, in 12: Prikaz različnih didaktičnih iger za razvoj matematičnega mišljenja

## 6. DOPRINOS NA PODROČJE INKLUZIJE

Inkluzija v bolnišničnih oddelkih je velik doprinos k stroki, saj se na ta način inkluzija širi tudi širše, izven vzgojno izobraževalnih ustanov. Inkluzija v bolnišničnem oddelku ni usmerjena samo na vidik otroka, ampak vključuje povezavo med otrokom, straži in zdravstvenim osebjem, kar je velik doprinos njihovemu delu. Nad inkluzivnimi pristopi so navdušeni tako starši, ki se počutijo razumljene, kot zdravstveno osebje, ki vključenost inkluzivnega pedagoga vidijo kot doprinos k njihovi obravnavi otroka. Povratne informacije o uspešnosti izvajanja inkluzije podajo starši, vzgojitelj v matičnem vrtcu otroka in zdravstveno osebje, ki opazi in pohvali smiselnost aktivnosti ter napredek.

## 7. SKLEP

Ker so otroci s posebnimi potrebami tudi večkrat hospitalizirani, je upoštevanje in poznavanje inkluzije velika vrednost. Iz izkušenj pri svojem delu ugotavljam, da je profil inkluzivnega pedagoga zelo primeren za delo v bolnišničnem vrtcu, saj s svojo široko usposobljenostjo zna prepoznati posameznike s posebnostmi v razvoju, zna primerno pristopiti in se kar najhitreje odločiti za dejavnosti, ki so v danem trenutku za otroka najprimernejše. Inkluzivni pedagog obvlada različne pristope, metode in tehnike ter strategije za neposredno delo z osebo s posebnimi potrebami, je povezovalni člen med zdravstvenim osebjem, starši ter otroki. Inkluzivni pedagog ustvarja pozitivno klimo pri soočanju s težavami, sposoben se je vživljati v svet posameznika, iskati njegove močne potenciale, sposobnosti in graditi pozitivno samopodobo, ki jo hospitaliziran otrok še kako potrebuje. Po drugi strani pa je to ustvarjalna oseba, katere cilj je nenehno iskati različne rešitve konstrukcij pripomočkov, ki bodo otroku s specifično težavo omogočali doseči cilje po različnih poteh.

## LITERATURA IN VIRI

- [1] Adamek, A. idr., (2015). Koncept dela v bolnišničnih oddelkih vrtca. ZRSS. [https://www.zrss.si/wp-content/uploads/2021/PredsolskaVzgoja-Priporocila/Koncept\\_BPO\\_JUNIJ2015.pdf](https://www.zrss.si/wp-content/uploads/2021/PredsolskaVzgoja-Priporocila/Koncept_BPO_JUNIJ2015.pdf)
- [2] Ainscow, M. (2005). Understanding the developmnet of inclusive education systems. [https://repositorio.ual.es/bitstream/handle/10835/746/Art\\_7\\_109\\_eng.pdf?sequenc](https://repositorio.ual.es/bitstream/handle/10835/746/Art_7_109_eng.pdf?sequenc)
- [3] EACH, Evropsko združenje za pravice otrok v bolnišnicah. (b. d.). [https://www.varuh-rs.si/fileadmin/user\\_upload/pdf/mednarodna\\_porocila/each\\_listina.pdf](https://www.varuh-rs.si/fileadmin/user_upload/pdf/mednarodna_porocila/each_listina.pdf)
- [4] Kelhar, S. (2017). Inkluzivni pedagog. *Vzgoja*. 19(76). <https://www.dlib.si/details/URN:NBN:SI:doc-1UDO4MI1>
- [5] Zavod Republike Slovenije za šolstvo. *Kurikulum za vrtce*. (2011). Ministrstvo za šolstvo in šport, urad RS za razvoj šolstva.
- [6] Schmid, M. (2006). Zaznavanje integracije/inkluzije v osnovni šoli. *Sodobna pedagogika*. (posebna izdaja/2006), 320–337. <https://www.dlib.si/stream/URN:NBN:SI:DOC-GBFGCL30/de624b20-8720-4e12-a690-e951b33a0edf/PDF>
- [7] Zakon o usmerjanju otrok s posebnimi potrebami (ZUOPP-1). (2011). *Uradni list RS*, št. 58/11, 40/12 – ZUJF, 90/12 in 41/17 – ZOPOPP. <https://pisrs.si/pregledPredpisa?id=ZAKO5896>
- [8] Wunderkiddy. <https://wunderkiddy.com/activity/earth-day>



## **SODELOVANJE I. OSNOVNE ŠOLE CELJE Z MEDIJI**

### **POVZETEK**

Na I. osnovni šoli Celje posvečamo posebno skrb tudi medijem, s katerimi že vrsto let uspešno sodelujemo. Namen prispevka je predstaviti sodelovanje I. osnovne šole Celje z mediji (tiskom, radiem in televizijo). Ena izmed dejavnosti, ki bo podrobneje predstavljena, so radijske novinarske delavnice, ki jih na šoli izvedemo enkrat letno, povezane pa so z nastopom učencev v živo na Prvem programu Radia Slovenija. V okviru teh delavnic učenci spoznajo delo radijskega novinarja in se v njegovi vlogi preizkusijo tudi sami. Predstavljeno bo tudi sodelovanje šole s Televizijo Slovenija (sodelovanje učencev pri snemanju različnih prispevkov za informativno oddajo Infodrom, obisk studia in spoznavanje dela televizijskih novinarjev) in z lokalnimi mediji (TV Celje, Novi tednik – predstavitev nastajanja muzikala, dosežkov učencev, dejavnosti šole ipd). Takšno sodelovanje uresničuje naslednje cilje: učenci spoznajo medije, krepijo samozavest, veščine javnega nastopanja, razvijajo kritično mišljenje, učijo se razumeti, analizirati in ustvarjati medijske vsebine, pripravijo se na pogovor z novinarji, nastopijo/pojavijo se tako na radiu kot na televiziji in v časopisu, šola in tudi njeni posamezniki pa lahko širši javnosti predstavijo svoje dosežke, dejavnosti in vrednote.

**KLJUČNE BESEDE: mediji, tisk, radio, televizija, šola, sodelovanje.**

## **THE COLLABORATION OF THE FIRST PRIMARY SCHOOL CELJE WITH THE MEDIA**

### **ABSTRACT**

At 1<sup>st</sup> Primary School Celje we also pay special attention to the media, with which we have been successfully cooperating for many years. The aim of this paper is to present the cooperation between 1<sup>st</sup> Primary School Celje and the media (press, radio and television). One of the activities that will be presented in more detail is the radio journalism workshops that are held once a year at the school and are linked to the pupils' live appearances on Radio Slovenia's First Programme. In these workshops pupils get to know the work of a radio journalist and try their hand at it themselves. The school's cooperation with Television Slovenia (students taking part in the filming of various stories for the Infodrom news programme, students visiting the studio and getting to know the work of TV journalists) and with local media (TV Celje, Novi tednik – presentation of the making of the musical, pupils' achievements, and various school activities) will also be presented. This type of cooperation achieves the following objectives: students learn about the media, build self-confidence and public speaking skills, develop critical thinking, learn to understand, analyse, and create media content, prepare for interviews with journalists, and appear both on radio and television and in newspapers. The school and its individuals can also showcase their achievements, activities, and values to the broader public.

**KEYWORDS: media, press, radio, television, school, cooperation.**

## 1.UVOD

Mediji v današnjem svetu močno vplivajo na naše življenje. So osrednji vir informacij, služijo kot vir izobraževanja in učenja, zagotavljajo zabavo, so pomembno sredstvo medsebojne komunikacije in še mnogo več. Tudi mladi uporabljajo medije kot vir informacij o svetu okoli sebe. Spletni portali, televizija, radio, revije, socialna omrežja jim omogočajo dostop do novic, zabave, izobraževalnih vsebin in drugih informacij.

Med medije štejemo časopise in revije, radijske in televizijske programe, elektronske publikacije, teletekst in vse programske vsebine, ki prenašajo glas, zvok ali sliko. Mediji morajo biti predvajani oziroma prikazani tako, da so dostopni javnosti (Milosavljević, 2012). Kot opozarja Milosavljević (2012), se v medijski trg ne smejo šteti socialna omrežja, strani, ki jih tvorijo uporabniško ustvarjalne vsebine, spletni dnevniki in blogi ter spletni brskalniki. V teh primerih gre namreč za komunikacijske kanale.

Javni mediji imajo zelo pomembno vlogo. Vsem državljanom in državljkam morajo pod enakimi pogoji zagotoviti kakovostne informativne, izobraževalne in zabavne vsebine. V Sloveniji med javne medije uvrščamo javno radiotelevizijo (Radiotelevizija Slovenija ali RTV) in nacionalno tiskovno agencijo (STA). RTV Slovenija je javni zavod posebnega kulturnega in nacionalnega pomena, odgovoren tudi za izvirno avdiovizualno produkcijo, izobraževalne programske vsebine, otroški oziroma mladinski program in s tem tudi za medijsko vzgojo. Vloga RTV Slovenija in STA kot oblikovalcev in posredovalcev verodostojnih informacij bo v prihodnje ob pričakovani rasti števila lažnih novic in podobnih pojavih še posebej pomembna (<https://www.gov.si teme/javni-mediji/>).

Ko osnovna šola nastopa v medijih, lahko to predstavlja pomembno priložnost za promocijo šole – šola lahko javnosti predstavi svoje dosežke, dejavnosti in vrednote. Takšno sodelovanje je koristno tudi za učence, saj jim omogoča razširitev učnih izkušenj in spodbuja kritično razmišljanje o informacijah, ki jih dobijo preko medijev. Učenci se učijo razumeti, analizirati in ustvarjati medijske vsebine. Sodelovanje z mediji šolam omogoča, da učencem pomagajo razvijati medijsko pismenost, kritično razmišljanje o medijskih vsebinah ter razširitev učnih izkušenj. Glede na to, da danes otroci večino informacij pridobivajo prek družbenih medijev, je še toliko pomembnejše, da jih navajamo na dostopanje do verodostojnih virov.

V prispevku je na praktičnih primerih predstavljeno sodelovanje I. osnovne šole Celje in njenih učencev z mediji.

## 2.SODELOVANJE Z MEDIJI NA I. OŠ CELJE

Na I. osnovni šoli Celje že več let zapored uspešno sodelujemo z mediji, tako lokalnimi kot javnimi. V okviru obveznih izbirnih predmetov vzgoja za medije – televizija (7. razred) in tisk (8. razred) ter šolsko novinarstvo (9. razred) v sodelovanju z Radiem Slovenija na šoli vsako leto izvedemo večurne novinarske delavnice, v okviru katerih se učenci pripravijo na nastop v živo v sobotni radijski oddaji Hudo na Prvem programu Radia Slovenija. Z njimi sodelujemo tudi v času poletnega počitniškega varstva, ko novinarske delavnice izvedejo za učence, ki so vključeni v

varstvo. Tukaj gre za vnaprej načrtovano sodelovanje (ob začetku šol. leta). Nekajkrat pa smo z njimi sodelovali, ko smo predstavili posebne dosežke naših učencev (npr. 3. mesto ekipe FLL Black&White na svetovnem prvenstvu, priprava in izvedba muzikala Popolni načrt), pri čemer smo se odzvali njihovemu povabilu v studio.

V okviru obveznih izbirnih predmetov sodelujemo tudi s Televizijo Slovenija (obisk medijske hiše, ogled snemanja oddaje Infodrom, nastop v oddaji Infodrom).

Naša izkušnja sodelovanja z mediji je dobra, pripisujemo jo tudi proaktivnosti naših učiteljev, ki so pred leti sami predlagali sodelovanje (Infodrom, Hudo), ki je bilo uspešno in je (tudi zato) postalo stalnica. Ponosni smo, ker našo šolo spremljajo tudi javni mediji (npr. Radio Slovenija – za določen uspeh ekipe so izvedeli na naši spletni strani, nakar so naše učence in mentorje povabili v oddajo).

Zelo dobro sodelujemo tudi z lokalnimi mediji – TV Celje, Novi tednik, Celjan, ki redno poročajo o uspehih naših učencev oziroma o za šolo pomembnih dogodkih (bodisi na našo željo bodisi nas za sodelovanje prosijo sami – npr. predstavitev poletnega počitniškega varstva (PPV) – POP TV, Novi tednik; predstavitev ekipe Black&White v oddaji na TV Celje.

Nekaj primerov objav v Novem tedniku in Celjanu:

- Poletno počitniško varstvo že šesto leto, 7. 8. 2020 (<https://novitednik.svet24.si/druzba/21097-poletno-pocitnisko-varstvo-ze-hesto-leto>);
- Tudi letos poletno počitniško varstvo v Celju, 19. 5. 2021 (prispevek o Poletnem počitniškem varstvu v Novem tedniku, <https://novitednik.svet24.si/druzba/22893-tudi-letos-pocitnisko-varstvo-v-celju>);
- Poletno varstvo tudi letos, 25. 5. 2022 (<https://novitednik.svet24.si/druzba/27206-poletno-varstvo-tudi-letos>);
- Črt Močivnik: »Šola (p)ostaja edini prostor otroškega druženja«, 5. 3. 2024 (<https://novitednik.svet24.si/druzba/32348-sola-postaja-edini-prostor-otroskega-druzenja>);
- I. osnovna šola Celje ima novo telovadnico, april 2018 (<https://novice.si/page/celje-osnovna-sola-ima-sodobno-telovadnico/>);
- Poletno počitniško varstvo v Celju bo, junij 2020 (<https://novice.si/page/poletno-pocitnisko-varstvo-za-otroke-v-celju-bo/>).



**SLIKA 1:** Objava o PPV v Novem tedniku (vir: [www.novitednik.svet24.si](http://www.novitednik.svet24.si)).



**SLIKA 2:** Intervju z ravnateljem I. OŠ Celje, marec 2024 (vir: [www.novitednik.svet24.si](http://www.novitednik.svet24.si)).



**SLIKA 3:** Prispevek o PPV na POP TV (vir: [www.24.ur.com](http://www.24.ur.com)).



**Učenci I. osnovne šole Celje zmagovalci državnega debatnega turnirja**  
03. 4. 2021  
Minulo soboto je potekal državni osnovnošolski debatni turnir (e-izvedba), ki ga je organiziral Za in proti, zavod za kulturo dialoga (ZIP). Udeležilo se ga je 29 ekip oz. 86 debaterjev ...  
[Berl dajje](#)  
Be Akosaino, Madi

**SLIKA 4:** Objava o zmagi na državnem debatnem turnirju v časopisu Celjan (vir: <https://www.celje.info/tag/debatni-turnir/>).

## 2.1 Novinarske delavnice z Radiem Slovenija

Na šoli (že šest let zapored) vsako leto izvedemo novinarske delavnice z Radiem Slovenija. Udeležijo se jih učenci, ki obiskujejo izbirne predmete vzgoja za medije in šolsko novinarstvo. Na delavnice se učenci skupaj z mentorjem intenzivno pripravljajo več tednov (včasih tudi mesecev). Najprej izberejo temo, ki jo raziščejo, nato poiščejo sogovornike različnih starosti (mlajši in starejši učenci, odrasli, javne osebnosti), ki jih bodo povabili pred mikrofona, da z njimi delijo izkušnje, povezane z izbrano temo. Pred izvedbo delavnic na šoli je treba pripraviti/zapisati potek pogovorov/intervjujev in jih v pregled poslati ekipi novinarjev, ki pride na šolo. Na dan delavnic se učenci razdelijo v tri skupine; prva skupina izvede anketo z najmlajšimi; druga skupina posname intervju s starejšimi učenci in učitelji; tretja skupina intervjuja zanimivega gosta. V času delavnic učenci spoznajo delo novinarjev, radijskih napovedovalcev in tonskih mojstrov. Po opravljenih intervjujih in anketah učenci ob pomoči radijskih tonskih mojstrov vse posnetke zmontirajo in jih pripravijo za predvajanje v sobotni radijski oddaji Hudo na Prvem programu Radia Slovenija. V oddaji učenci nastopijo v živo.

Izbor tem in gostov v preteklih letih:

- 2018/2019: mladi in glasba, gost glasbenik Dejan Vunjak,
- 2019/2020: izbira poklica, gost čarodej Magic Aleksander,
- 2020/2021: trema in javno nastopanje, gost Boštjan Romih,
- 2021/2022: pisateljjevanje, gostja pisateljica Desa Muck,
- 2023/2024: duševno zdravje mladih, gost psihoterapevt Luka Agrež.

Oddaja Hudo se na Prvem programu Radia Slovenija v živo predvaja vsako soboto med 9. in 11. uro. V njej nastopajo osnovnošolci z novinarskih delavnic, osrednja tema pa je tista, ki so jo izbrali učenci in se je o njej govorilo že v okviru novinarskih delavnic (s temo je povezan tudi izbrani gost). Nastop v oddaji je za učence posebna izkušnja, ki jim omogoča razvijanje spretnosti javnega nastopanja, prispeva k razvoju njihove samozavesti, saj se soočijo s situacijo, v kateri jih poslušata širša javnost, pridobivajo izkušnje v medijskem okolju (spoznajo delovanje radijske postaje, seznanijo se s postopki oddajanja v živo, učijo se uporabljati različno radijsko opremo). V treh primerih nastop v oddaji Hudo ni bil povezan s predhodno izvedenimi novinarskimi delavnicami na šoli, pač pa s povabilom s strani radijske ekipe. V dveh primerih so učenci skupaj z mentorjema lahko predstavili šolsko ekipo FLL Black&White in njene dosežke v okviru projekta FLL (večkratni državni prvaki, 3. mesto na svetovnem prvenstvu v ZDA leta 2019, 3. mesto na

virtualnem odprtem mednarodnem prvenstvu v Grčiji leta 2021, 1. mesto v kategoriji Vrednote na odprtem virtualnem prvenstvu Azije in Pacifika leta 2022). Še en projekt, ki smo ga lahko predstavili na takšen način, je muzikal Popolni načrt, ki ga je pripravilo in izvedlo 29 učencev pod mentorstvom 4 učiteljev. Muzikal je nastajal več kot eno leto, v tednu od 3. do 6. oktobra 2023 pa si ga je ogledalo kar 3000 gledalcev.



**SLIKA 5:** Radijske novinarske delavnice na šoli – gost Boštjan Romih.



**SLIKA 6:** Radijske novinarske delavnice na šoli – gostja Desa Muck.



**SLIKA 7:** Učenci med montiranjem posnetkov, radijske novinarske delavnice na šoli.



**SLIKA 8:** Nastop učencev v živo v radijski oddaji Hudo!.

## 2.2 Infodrom (Televizija Slovenija)

Naši učenci so že večkrat nastopili v oddaji Infodrom, ki je informativna oddaja za mlade (vsak petek popoldne na Prvem programu Televizije Slovenija). Včasih so nas k sodelovanju povabili sami, npr. leta 2020 so na naši šoli posneli prispevek o šolanju v času koronavirusa, pri snemanju so sodelovali učenci 7., 8. in 9. razreda v okviru izbirnih predmetov vzgoja za medije in šolsko novinarstvo; leta 2021 pa so pred svetovnim dnevom spomina na žrtve holokavsta v prostorih šole in v spominski sobi, posvečeni ukradenim otrokom, posneli prispevek o ukradenih otrocih. Gre za 645 slovenskih otrok, ki so jih nacisti med 2. svetovno vojno leta 1942 nasilno ločili od staršev, ta nepredstavljen zločin pa se je zgodil ravno v prostorih naše šole. Pred kamere je stopila tudi ga. Jerica Poljanšek, ki je bila ena izmed ukradenih otrok, in povedala svojo zgodbo. Svoje občutke ob slišanjem so povedali tudi osmošolci, ki so bili pretreseni nad slišanim.

Šola pomembnejše dosežke ali dogodke ekipi Infodroma sporoči tudi sama. Tak primer je bil literarni sprehod po Celju, ki smo ga z učenci načrtovali in izvedli pri eni izmed ur slovenščine – ko je bil pripravljen, je ekipa Infodroma le-tega z veseljem posnela. Sami smo sporočili tudi podrobnosti s premiere muzikala Popolni načrt v oktobru 2023.

Z učenci izbirnih predmetov vsako leto obiščemo prostore Radiotelevizije Slovenije in si v živo ogledamo snemanje oddaje Infodrom.



**SLIKA 9:** Snemanje za oddajo Infodrom.



**SLIKA 10:** Snemanje za oddajo Infodrom.



**SLIKA 11:** Učenci v studiu med snemanjem Infodroma.



**SLIKA 12:** Spominska soba ukradenih otrok.

### 3. ZAKLJUČEK

Sodelovanje šole in učencev z mediji je pozitivno z več vidikov: poveča se prepoznavnost in ugled šole, šola lahko predstavi svoje delo, dosežke, pomembne projekte ali prihajajoče dogodke (npr. športne prireditve, kulturne prireditve, zmage na tekmovanjih, posebni projekti itd.), medijsko poročanje o dosežkih učencev in tudi samo medijsko pojavljanje pri učencih spodbuja občutek ponosa in jih dodatno motivira za delo, šola oziroma učenci lahko izpostavijo pomembne teme in izzive, s katerimi se sooča izobraževalni sistem ali učenci sami (primer radijske novinarske delavnice in oddaja Hudo).

Ugotavljamo, da so mediji s šolami pripravljeni sodelovati in da ni nič narobe, če šola prevzame pobudo za takšno sodelovanje.

Cilji, ki so s sodelovanjem šole in medijev uresničeni, so: učenci spoznavajo medije, zlasti javni medij Radiotelevizija Slovenija, krepijo samozavest, večšine javnega nastopanja, pripravljajo se na pogovor z novinarji in javnimi osebami (novinarske delavnice), nastopajo na radiu, televiziji in v časopisu, šola in njeni posamezniki pa lahko širši javnosti predstavijo svoje dosežke, dejavnosti in vrednote.

## LITERATURA IN VIRI

[1] Milosavljević, M. (2012). Pregled medijskega trga v Sloveniji. Pridobljeno 29. 4. 2024 z naslova [http://www.akos-rs.si/files/Elektronski\\_mediji/Medijska\\_ucilnica/Raziskave\\_in\\_analize/Pregled-medijskega-trga.pdf](http://www.akos-rs.si/files/Elektronski_mediji/Medijska_ucilnica/Raziskave_in_analize/Pregled-medijskega-trga.pdf).

[2] Javni mediji. Dostopno na: <https://www.gov.si/teme/javni-mediji/>.

[3] Slika 1: [www.novitednik.svet24.si](http://www.novitednik.svet24.si)

[4] Slika 2: [www.novitednik.svet24.si](http://www.novitednik.svet24.si)

[5] Slika 3: [www.24.ur.com](http://www.24.ur.com)

[6] Slika 4: <https://www.celje.info/tag/debatni-turnir/>

## **MEDNARODNO PROJEKTNO SODELOVANJE – IZZIV ZA UČITELJE IN UČENCE**

### **POVZETEK**

Spoznavanje tujih držav, njihovih kultur, jezika, znamenitosti, kulinarike in običajev. Mednarodno projektno sodelovanje omogoča vse navedeno in še mnogo več. Omogoča razvijanje različnih kompetenc, izmenjavo praks, znanja ter posledično izboljšave šolskega dela in prostora. Sliši se lepo. Kako pa to poteka v praksi?

Namen prispevka je predstaviti primere dobrih praks mednarodnega projekta Erasmus+ ter njegovo vključevanje v ostale dejavnosti šole. Brez ovir in izzivov pri tako obsežnem projektne delu seveda ne gre. Iskanje primerne projektnega partnerja, izmenjave učiteljev in učencev ter trajnostno vključevanje novih praks in znanj v dejavnosti šole, so le najbolj izpostavljeni izzivi. Projekt je namenjen vsem učencem šole ter zaposlenim. Sprva so le redki med njimi pokazali zanimanje za sodelovanje. Največjo oviro predstavlja strah pred neznanim in pomanjkljivo znanje tujega jezika. Prve izkušnje mednarodnega sodelovanja so dokazale, da so ti strahovi odveč. Učenci in učitelji so, poleg pridobitve novega znanja, primerov dobrih praks, izboljšali jezikovne kompetence, samozavest, odgovornost in samostojnost. Njihove izkušnje so spodbudile ostale k večjemu zanimanju za sodelovanje, kar omogoča lažje trajnostno vključevanje novih znanj in praks v šolski prostor. S pomočjo projekta Erasmus+ sledimo ciljem razvojnega načrta šole. Obogatili smo dejavnosti razširjenega programa in izboljšali digitalne kompetence učencev in učiteljev. Nove prakse, izkušnje so nam v pomoč pri izvajanju medpredmetnega sodelovanja, spodbujanju trajnostne mobilnosti ter razvijanju socialnih veščin učencev in zaposlenih.

**KLJUČNE BESEDE:** mednarodno sodelovanje, projektno delo, razvoj kompetenc, izmenjava praks.

## **INTERNATIONAL PROJECT COLLABORATION – A CHALLENGE FOR TEACHERS AND STUDENTS**

### **ABSTRACT**

Getting to know foreign countries, their cultures, languages, sights, cuisine and customs. International project cooperation enables all of the above and much more. It offers the development of various competencies, practice exchange, knowledge and, as a result, the improvement of school work. It sounds nice. But how does this work in practice?

The paper presents examples of good practices of the Erasmus+ project and its integration into other school activities. Of course, such extensive project work cannot be without obstacles and challenges. Searching for a suitable project partner, the exchange of teachers and students and the sustainable integration of new practices into the school's activities are only the most exposed challenges of the project. It is intended for all students and teachers. At first, only a few of them showed interest in participating. The biggest obstacle is the fear of the unknown and deficient knowledge of a foreign language. The first experiences of international cooperation proved that these fears are unnecessary. Students and teachers improved their language competence, self-confidence, responsibility and independence. Their experiences encouraged others to take a greater interest in cooperation, which facilitates the sustainable integration of new knowledge and practices into the school. With the help of the Erasmus+ project, we follow the goals of the school's development plan. We enriched the extended program and improved the digital competencies of students and teachers. New practices help us to implement interdisciplinary cooperation, promote sustainable mobility and develop the social skills of students and employees.

**KEYWORDS:** international collaboration, project work, competence development, exchange of practices.



## 1. UVOD

Mednarodno sodelovanje je pot h kakovosti izobraževanja in odprtosti izobraževalnega sistema, institucij in posameznikov. Omogoča pridobitev in pretok znanj, izkušenj in dobrih praks med izobraževalnimi institucijami in širše ter povezovanje z različnimi deležniki (Mednarodno sodelovanje, b.d.). Prve povezave tovrstnega sodelovanja je Evropska unija vzpostavila leta 1987, z namenom spodbuditi tesnejše sodelovanje med univerzami in visokošolskimi ustanovami po vsej Evropi. Vzpostavil se je organiziran in integriran sistem čezmejne izmenjave študentov. Kasneje se je razširil in poglobil v program, ki ga danes poznamo kot Erasmus+. Predstavlja širok krovni okvir, v katerem so združeni različni nekdanji programi Evropske unije za mednarodno sodelovanje in mobilnost na področju izobraževanja, usposabljanja, mladine in športa v evropskem prostoru, v posebnih primerih tudi izven Evrope. Program že dolgo ne vključuje več samo univerz ter visokošolskih ustanov, temveč predstavlja okno v svet tudi vsem zainteresiranim vrtcem, šolam, zavodom ter ostalim vzgojno-izobraževalnim ustanovam. Malčkom v vrtcih, učencem, dijakom, učiteljem in drugemu učnemu osebju ponuja vrsto priložnosti za izboljšanje njihovega znanja, spretnosti in kompetenc. Šolam in drugim organizacijam omogoča, da sodelujejo s partnerji v tujini in postanejo bolj odprte, dinamične in privlačne (Program Erasmus+, b.d.).

Ob vseh omenjenih priložnostih, program predstavlja tudi izzive, morda celo ovire, ki lahko marsikoga odvrnejo od sodelovanja. Zgolj ideja o potovanju v tujino, kjer se imaš »fino«, je premalo. Pomemben je celosten pristop projektnega sodelovanja, z izdelanimi cilji in vizijo, ki jo kot posamezniki in organizacija želimo doseči.

## 2. MEDNARODNO SODELOVANJE V ŠOLSKEM OKOLJU

Namen programa Erasmus+ je dvig kakovosti izobraževanja in usposabljanja ter s tem krepitev socialne kohezije in konkurenčnosti gospodarstva Evropske unije (Erasmus+, b.d.).

Kot najpomembnejše pozitivne učinke programa lahko izpostavimo:

- osebni in strokovni razvoj učečih se in pedagoškega/andragoškega osebja,
- odprtost, prilagodljivost udeležencev,
- znanje tujih jezikov,
- znanje in uporaba IKT,
- večja samozavest,
- boljša motivacija za delo in učenje,
- krepitev kakovosti institucij,
- internacionalizacija institucij,
- večja povezanost sodelavcev in vodstva znotraj institucij,
- odprtost v lokalno in širše okolje,
- širjenje mreže poznanstev,
- prenos dobrih praks domov in v tujino,
- poznavanje sistemov izobraževanja različnih držav,
- primerljivost z drugimi sistemi in institucijami.

Možnosti sodelovanja so različne. Zaposleni (šolsko in nepedagoško osebje) se lahko udeležijo strukturiranega tečaja ali usposabljanja, sledenja na delovnem mestu ali poučevanja na partnerski

šoli ali drugi ustrezni instituciji. Skupinske mobilnosti ali individualne učne mobilnosti so namenjene učencem in dijakom. Izobraževalne institucije imajo možnosti gostovanja tujih udeležencev, bodisi strokovnjakov s področja splošnega šolskega izobraževanja ali bodočih gostiteljev iz tujine (študenti, mladi diplomanti pedagoških smeri).

V projektnem obdobju 2021-2027 je program osredotočen na štiri glavne prednostne naloge:

- podpora zelenemu prehodu (okoljska trajnost),
- upoštevanje digitalne preobrazbe,
- spodbujanje socialnega vključevanja in raznolikosti,
- spodbujanje večje udeležbe v demokratičnem življenju, skupnih vrednot in državljskega udejstvovanja (Program Erasmus+, b.d.).

Naštete ključne vsebine projekta vključujejo in ponujajo enake možnosti vsem, ne glede na njihovo starost, socialno ali ekonomsko ozadje. Program spodbuja projekte k vključevanju okolju prijaznih praks in izobraževanje udeležencev o okoljski trajnosti. Na voljo so tudi virtualne učne aktivnosti, usposabljanja za učitelje, ki želijo izboljšati uporabo digitalnih orodij ter spletna aktivnost eTwinning, ki omogoča projektno sodelovanje na daljavo. Program tudi spodbuja mlade k pridobivanju izkušenj, znanja, spretnosti in kompetenc, ki jih potrebujejo, da postanejo aktivni evropski državljani.

### **A. Prvi koraki k mednarodnemu sodelovanju**

Prve korake v projekte Erasmus+ smo naredili v okviru mobilnosti osebja v splošnem šolskem izobraževanju (KA101). S projektom Z mednarodnimi izkušnjami do novega znanja in kompetenc (2016-2017) smo navezali stike z nekaterimi udeleženci izobraževanj v tujini, kar je predstavljalo osnovo za nadaljnje mednarodno sodelovanje. Gostili smo učitelje iz Malte in izvedli sodelovanje v okviru izobraževalnih obiskov (2017-2018).

V okviru partnerstva za izmenjavo med šolami (KA229) smo s šolo iz Gradca sodelovali pri projektu Graz trifft Maribor (2018-2020). V projekt so bili vključeni učenci 1. VIO, kar nam je predstavljalo dodaten izziv, saj smo prvič izvedli mednarodno sodelovanje s tako majhnimi učenci. Sodelovanje z omenjeno šolo smo nadaljevali s projektom Reke nas povezujejo (2021-2023). Poleg izmenjave učiteljev, smo vključili tudi izmenjavo učencev 5. razredov, ki so se prvič samostojno podali na tridnevno izkušnjo mednarodnega sodelovanja.

V okviru projekta Razvoj veščin za vseživljenjsko učenje in samostojno načrtovanje prostega časa v razširjenem programu (KA101) smo izboljšali veščine načrtovanja/organizacije učenja preko igre, izkustvenega učenja, neusmerjenega preživljanja prostega časa ter formativnega spremljanja (2020-2022). Želeli smo izkoristiti danost okolice šole s travnatimi površinami, športnimi igrišči in učilnico na prostem.

V šolskem letu 2021-2022 smo se vključili v nov program Erasmus+, ki omogoča pridobitev akreditacije za programsko obdobje 2021-2027. S prijavo za pridobitev Erasmus+ akreditacije smo soglašali, da bomo upoštevali Erasmus standarde kakovosti. Le-ti so postavljeni za zagotavljanje dobre izkušnje mobilnosti in učnih rezultatov vseh udeležencev. Pridobljena akreditacija nam omogoča lažje projektno sodelovanje, v katerega lahko vključimo vse vrste mobilnosti (sledenje na delovnem mestu, izobraževalni tečaji, poučevanje na delovnem mestu, skupinske mobilnosti učencev).

### **B. Izzivi in ovire**

S projektnim sodelovanjem na mednarodni ravni smo pridobili veliko znanja in izkušenj z načrtovanjem in izvajanjem obsežnejših projektov, v katerih so vključeni vsi deležniki šole in različne tuje partnerske organizacije. Za šolo je to vsekakor poseben izziv. Naučili smo se (in se še vedno učimo), kako ustrezno načrtovati in prijaviti projekt, da bo le-ta tudi odobren in uspešno izpeljan. Veliko smo se naučili tudi na napakah, še posebej ob zavrženih prijavih projektov.

Med posebne izzive vsekakor sodi čas izbruha epidemije COVID-19. Veselo novico o odobritvi projekta za programsko obdobje 2020-2022 smo prejeli ravno v obdobju največjega zaprtja in prepovedi vseh možnih aktivnosti. Takrat smo si zastavili vprašanje: «Kako bomo izvedli načrtovane mobilnosti?» Situacija z epidemijo se je počasi umirjala, s strani nacionalne agencije Cmepius smo pridobivali potrebne informacije, ki so nam bile v veliko pomoč pri načrtovanju in izvedbi projekta. Prvotni načrt mobilnosti se nam je seveda zrušil v celoti. Začetek izvajanja projekta smo zaradi nejasnosti poteka epidemije premišljeno prestavili za 6 mesecev. V okviru projektne skupine smo se soglasno odločili, da bomo mobilnosti izvajali v času, ko je nevarnost okužb najmanjša in so "zrahljani" tudi vsi preventivni ter birokratski ukrepi v zvezi z epidemijo. Kot koordinatorico projekta me je sicer ves čas skrbelo, če nam bo uspelo izvesti vse načrtovane mobilnosti, saj smo imeli dokaj malo ustreznega časovnega razpona. V kolikor je bilo le možno, smo mobilnosti izvedli v času šolskih počitnic, kar je predstavljalo dodatne težave, saj marsikateri izbrani tečaj ni bil na voljo v tistem času. Ponudba tečajev se je zlasti v prvem letu epidemije COVID-19 občutno zmanjšala, zato smo nekatere mobilnosti izvedli tudi med šolskim letom, ko ni bilo težav s porastom virusnih okužb. Posledično smo imeli nekaj težav z nadomeščanji, vendar smo jih uspešno rešili z dogovori med sodelavci in pomočnikom ravnateljice.

Dodatne težave predstavlja tudi izbor zaposlenih za načrtovane mobilnosti. Večina kolektiva namreč ne kaže večjega interesa za mobilnosti v tujini. Razloga za odklonilno vedenje sta zlasti v tem, da bi morali na mobilnost potovati sami in strah pred komunikacijo v tujem jeziku. Dodatne težave z iskanjem učiteljev so se pojavile v primeru nenadnih odpovedi posameznikov, ki se zaradi višje sile niso mogli udeležiti mobilnosti. Žal smo nadomestno osebo morali poiskati znotraj projektne skupine, saj nihče od ostalih učiteljev ni želel na izbrane mobilnosti. Nekatere učiteljice so se prvič spoprijele z izkušnjo samostojnega potovanja v tujino, kar jim je na začetku predstavljalo precejšen problem, predvsem pa strah, kako se bodo znašle same v tujini. Kot koordinatorica sem jim nudila dodatno podporo in spodbudo, da so premagale tudi te ovire. Nazaj so se vrnile z navdušenjem ter ponosom, da so zmogle za njih tako velik korak.

Pozitiven odziv udeležencev na mobilnosti in ostale aktivnosti projekta so doprinesli nekoliko večje zanimanje za morebitno sodelovanje pri ostalih zaposlenih. Zadnje leto se je število kandidatov za mobilnosti in sodelovanje podvojilo, kar je odličen rezultat.

Strah pred neznanim, prvo samostojno potovanje ter pomanjkljivo znanje tujega jezika predstavlja oviro tudi marsikateremu učencu. Prve skupinske mobilnosti z učenci so dokazale, da so ti strahovi odveč, saj skupaj premagamo vse ovire. Zavedamo se, da so tovrstna sodelovanja drugačna. Zahtevajo večjo odgovornost, temeljite priprave (jezikovne, kulturne) in morda nekoliko dodatnega dela z učenci pri pouku. Omenjene dejavnosti so nas pripeljale do boljšega medpredmetnega sodelovanja ter razvijanja socialnih veščin.

Na podlagi izkušenj vemo, da je usklajevanje mobilnosti z rednim šolskim delom (učitelja, učenca) zahtevno. V kolikor načrtujemo preveliko število mobilnosti, so težave z nadomeščanji, saj vseh mobilnosti le ni možno izvesti v času šolskih počitnic. Ob velikem številu mobilnosti smo lahko časovno omejeni s širitvijo rezultatov mobilnosti med deležnike šole (učitelji, učenci, starši)

ter širše. Menimo, da je za uspešnost projekta bolje načrtovati manjše število kvalitetnih mobilnosti, primerno razporejenih skozi celo šolsko leto.

Ob pogovorih z ostalimi šolami, doma in v tujini, je moč zaslediti tudi težave z iskanjem in izbiro zanesljivih, kvalitetnih projektnih partnerjev. Naša šola je imela do sedaj zelo lepe izkušnje s partnerskimi šolami in organizacijami izobraževalnih tečajev. Za mobilnosti izbiramo preverjene organizacije, dogovore s partnerskimi šolami sklepamo na podlagi predhodnih poznanstev in pripravljajalnih obiskov.

### **C. Zastavljeni cilji**

Zastavljene cilje razvijamo skupaj z učenci in veliko podporo staršev ter lokalne skupnosti. Naučili smo se, da ciljev ne zastavljamo preveč na široko, temveč se osredotočimo na konkretne težave in primanjkljaje, ki jih želimo izboljšati. Na osnovi spoznanj in izkušenj preteklih let lažje določimo kompetence, ki jih bomo prednostno razvijali pri učiteljih in učencih v naslednjih petih letih. Naše potrebe in cilje povzamemo iz analize vprašalnikov za učence, starše in strokovne delavce.

Poseben izziv predstavljajo učenci tujci in Romi. Nerazumevanje slovenskega jezika, drugačne kulturne in delovne navade teh učencev nas spodbujajo k stalnemu iskanju drugačnih, novih oblik in metod dela, saj jih želimo enakovredno vključiti v šolsko okolje. Učence s primanjkljaji na posameznih področjih učenja ter tiste, ki niso najuspešnejši na učnem področju, želimo vključiti v sodelovalno učenje pri praktičnem in projektnem delu. Izhajamo iz cilja, da vse učence vključimo v aktivno družbo in jim omogočimo vseživljenjsko učenje. S strani strokovnih delavcev so izpostavljene potrebe po izobraževanju na področju motivacije, sodelovalnega učenja, skupnega reševanja težav, kritičnega mišljenja, praktičnega dela z učenci, spodbujanja samostojnosti ter odgovornosti učencev. Stremimo k transferju znanja na nova učna okolja, neodvisno od vrste spletne platforme, višji kakovosti in inovativnosti učiteljev pri uporabi IKT tehnologij ter višji ravni pedagoške digitalne pismenosti.

### **D. Naši dosežki**

Ponosni smo na končni izdelek predhodnega Erasmus+ projekta, s pomočjo katerega smo oblikovali model razvoja veščin in samostojnega preživljanja prostega časa v poskusu RaP-a. Omenjeni model smo obogatili s kreativnimi pristopi, z uporabo sodobnih pedagoških in didaktičnih metod, ki temeljijo na izkustvenem učenju in učenju skozi igro. Na podlagi novih znanj ter praks smo dosegli uspešne rezultate veščin načrtovanja/organizacije učenja preko igre, izkustvenega učenja ter neusmerjenega preživljanja prostega časa, nove pristope učenja, poučevanja v naravi, ustvarjalnih metod poučevanja skozi glasbo, ples, umetnost, igrifikacijo, dramske tehnike ter tehnikami medpredmetnega povezovanja, uvajanja tehnik sproščanja in čuječnosti, spodbujanja učencev k sobivanju z naravo, veščin team buildinga, sodelovalnega in povezovalnega dela z učenci in zaposlenimi.

Sodelovanja nam omogočajo nova prijateljstva, izmenjavo znanja, primere praks, ki smo jih vključili v naše šolsko okolje. Z vsakim uspehom smo postali samozavestnejši. Razvijamo in nadgrajujemo jezikovne in digitalne kompetence, pridobivamo nova znanja uporabe računalniških orodij (Mobility Tool, Prezi, Padlet), ki jih uspešno delimo s sodelavci in učenci. Izboljšali smo okoljsko trajnost in povečali število naravi prijaznih prihodov v šolo. Spoznavamo evropski prostor, izobraževalne sisteme drugih držav (Irska, Malta, Nemčija, Avstrija, Finska, Islandija, Srbija) ter primere dobrih praks vključujemo v naše šolsko okolje. V svoje redno delo smo vključili uporabo portalov School Education Gateway, eTwinning. S pomočjo eTwinninga smo izvedli nekaj manjših skupnih projektov z učitelji in učenci drugih držav članic Evropske unije. Znanstva s šolami drugih držav nam omogočajo projektna sodelovanja, v katera poskušamo vključiti čim več izmenjav učencev. Rezultati izvedenih mobilnosti se pozitivno odražajo pri delu z učenci in dvigu ravni kvalitete izobraževalnih procesov. Učimo se sprejemati drugačnost kultur, običajev, tradicij, ki oblikujejo evropski prostor. Učenci so z izmenjavami sklenili prijateljstva, širijo spoznanja o načinih življenja in izobraževanja vrstnikov drugih držav. Odit sam v drugo državo na izobraževanje v tujem jeziku ni enostavno. Veliko smo pridobili na osebni rasti in za

projektno sodelovanje navdušili še kakšnega sodelavca več. Dobro delujemo kot šola gostiteljica in z veseljem delimo pridobljena znanja ter izkušnje učiteljem drugih šol (domačimi in tujimi). Kot šola postajamo prepoznavni tudi po mednarodnem sodelovanju, ki učencem omogoča boljše možnosti vseživljenjskega učenja.



**SLIKA 1:** Mobilnost sedmošolcev v Španijo.



**SLIKA 2:** Obisk učencev in učiteljev iz Španije.



**SLIKA 3:** Na mobilnosti potujemo tudi trajnostno.



**SLIKA 4:** Obisk šole na Malti.

## **E. Kako naprej?**

Cilje akreditacije imamo vključene v razvojni in letni delovni načrt šole. Opažamo, da so projektne aktivnosti, mobilnosti učencev in učiteljev, odlična osnova za razvijanje odgovornosti do svojega dela, do sebe in drugih. Učenci se z odhodom v tujino učijo samostojnosti, odgovornega vedenja, skrbi za svoje stvari. Presenetljivo, kakšno spremembo smo dosegli samo s 3-dnevno mobilnostjo petošolcev. Tudi učitelji, ki sodelujejo pri Erasmus+ projektu, postajajo odgovornejši do svojih dolžnosti. Sprva je večina razumela projekt kot aktivnost, kjer greš lepo v tujino in se imaš lepo. Ker sva z gospo ravnateljico že na začetku projekta zelo jasno povedali in tudi zahtevali, da se nova znanja in primeri dobrih praks vključujejo v naše delo ter šolsko okolje, so tudi učitelji postali doslednejši pri izvajanju svojih nalog. Implementacija novih znanj in primerov dobrih praks je tako učinkovitejša, rezultati mednarodnega sodelovanja so boljši ter trajnejši.

Izkušnje na področju vodenja, načrtovanja in sodelovanja v mednarodnem projektu delimo s partnerskimi šolami ter ostalimi udeleženci, ki smo jih spoznali na mobilnostih. Postajamo del mednarodnega povezovanja, s katerim želimo nadaljevati tudi v prihodnje. Želja in zastavljenih ciljev je veliko. Vse bolj se osredotočamo na skupinske mobilnosti učencev, saj so to svojevrstne izkušnje, kjer vsi, učitelji in učenci, veliko pridobimo. Posamezni učitelji so se pričeli zanimati tudi za poučevanje na tuji partnerski šoli, kar za vse nas predstavlja popolnoma novo, nepoznano izkušnjo.

## **3. SKLEP**

Ob pogledu nazaj lahko potrdimo, da smo prehodili del zanimive poti, kjer smo se veliko naučili. Gledano z vidika načrtovanja, organizacije in vodenja projekta, smo premagali in še vedno premagujemo posamezne ovire, brez katerih naša mednarodna pot ne bi bila tako zanimiva. Vsaka mobilnost, država nam je dala poseben pečat, osebno rast. Bolje cenimo stvari in razmere, ki so dane pri nas. V pogovorih z učitelji drugih držav smo ugotovili, da se povsod spopadamo s podobnimi težavami in problemi učiteljskega poklica (številčnost otrok v razredu, pomanjkanje učiteljskega kadra, nespoštovanje učiteljskega poklica, preobsežni učni načrti, premajhne učilnice...). Menim, da je super, če vsaj občasno pogledamo tudi malo izven naših meja, saj na ta način lažje primerjamo naš šolski sistem z drugimi. Ugotavljamo, da je naš šolski sistem dober, saj imamo marsikatero stvari/dejavnosti odlično urejene (npr. dodatna strokovna pomoč, organizacija prehrane v šoli, formativno spremljanje, dejavnosti razširjenega programa, razvoj digitalnih kompetenc...). Zato spoštujmo in ohranjajmo to, kar imamo. Tudi s pomočjo mednarodnega sodelovanja.



## LITERATURA IN VIRI

[1] Erasmus+ 2021-2027. Bogatejša življenja in širša obzorja s programom EU za izobraževanje, usposabljanje, mladino in šport. (2021). Luxemburg. Urad za publikacije Evropske unije. Pridobljeno 28. 5. 2024, iz [https://www.cmepius.si/wp-content/uploads/2021/04/EC\\_ERASMUS\\_factsheet\\_SL-1.pdf](https://www.cmepius.si/wp-content/uploads/2021/04/EC_ERASMUS_factsheet_SL-1.pdf)

[2] Kako je Erasmus postal Erasmus+: zgodovina, financiranje in prihodnost. (b. d.) Pridobljeno 28. 5. 2024, iz <https://erasmus-plus.ec.europa.eu/sl/about-erasmus/history-funding-and-future>

[3] Mednarodno sodelovanje. (b.d.). Pridobljeno 28. 5. 2024, iz <https://www.cmepius.si/mednarodno-sodelovanje/>

[4] Program Erasmus+. Kakšne koristi ima zame? Šola za življenje se začne tukaj. (2022). Luxemburg. Urad za publikacije Evropske unije. Pridobljeno 28. 5. 2024, iz [https://www.cmepius.si/wp-content/uploads/2022/10/erasmus-kaksne-koristi-ima-zame\\_-NC0321441SLN.pdf](https://www.cmepius.si/wp-content/uploads/2022/10/erasmus-kaksne-koristi-ima-zame_-NC0321441SLN.pdf)

## **UČENJE POZITIVNEGA RAZMIŠLJANJA V NIŽJE POKLICNEM IZOBRAŽEVANJU PRI RAZREDNIH URAH**

### **POVZETEK**

Dijaki v razredu se močno razlikujejo med seboj, kljub enaki kronološki starosti. Prvi, ki opazimo razlike med njimi smo razredniki – dijaki so si različni v sposobnostih, telesnih lastnostih, socializaciji, učnih in spoznavnih ciljih ter v čuječnosti in samovrednotenju. Razredništvo je pedagoška naloga, povezana z vzgojno-izobraževalnim delom. Verjamem, da je razrednik tisti, ki lahko učence spodbudi k samorefleksiji in doprinese k zavedanju pomembnosti znanja, kar pripomore k temu, da dijak postane aktiven državljan in kar omogoča njegov nadaljnji razvoj veščin vseživljenjskega učenja. Po teoriji Jacquesa Delorsa bi moral razrednik upoštevati predvsem zadnja dva stebra vzgoje in izobraževanja, in sicer učiti se, da bi znali živeti skupaj in učiti se biti. Kot razrednik sem v sklopu razrednih ur tri mesece poučevala pozitivno psihologijo s pomočjo tehnik pozitivnega razmišljanja. V razredu se je izboljšala skupinska dinamika razreda in medsebojno spoštovanje, predvsem pa se je začela razvijati med dijaki konstruktivna debata. Namen izobraževanja pozitivne psihologije je bil, da bi razvila njihovo dožemanje čuječnosti. Verjamem, da morajo dijaki za uspešno kariero nižje poklicnega izobraževanja usvojiti primarne temelje, med katere spada tudi pozitivno razmišljanje.

**KLJUČNE BESEDE:** pozitivna psihologija, nižje poklicno izobraževanje, razrednik, reflektirajoč razrednik, profesionalna identiteta.

## **TEACHING POSITIVE THINKING IN LOWER VOCATIONAL EDUCATION DURING CLASS HOURS**

### **ABSTRACT**

Students in the class are very different to each other, despite being of the same chronological age. The class teachers are the first to notice the differences between them - students differ in abilities, physical characteristics, socialisation, learning and cognitive goals, as well as in alertness and self-evaluation. Class management is a pedagogical task related to educational work. I believe that it is the class teacher who can encourage students to self-reflect and contribute to the awareness of the importance of knowledge, which helps the student become an active citizen and which enables his further development of lifelong learning skills. According to the theory of Jacques Delors, the moral class teacher would mainly use the last two pillars of upbringing and education, namely learning to know how to live together and learn to be. As a classroom teacher, I taught positive psychology with the help of the positive thinking technique. In the class, the group dynamics of the class and mutual respect improved, and above all, a constructive debate began to develop among the students. The purpose of the positive psychology education was to develop their awareness of mindfulness. I believe that for a successful career in lower vocational education, students must acquire the primary foundations, which include positive thinking.

**KEY WORDS:** positive psychology, lower vocational education, class teacher, reflecting class teacher, professional identity.

## 1. UVOD

Šola je ustanova, ki je namenjena vzgoji in izobraževanju. Opazila sem, da je srednja šola usmerjena predvsem v izobraževanje in manj v vzgojo, zato sem se odločila za učenje tehnik pozitivnega mišljenja v sklopu razrednih ur v oddelku nižje poklicnega izobraževanja. Vloga šole mora segati tudi v utrjevanje kompetenc v smislu celostnega razvoja pomembno vseživljenjsko večino, v katero spadajo vsi psihološki vidiki, metakognicija in emocionalni odziv na družbo.

### A. Opredelitev raziskovalnega problema

Namen strokovnega prispevka je predstaviti pozitivne učinke učenja dijakov pozitivne psihologije. Res je, da učitelji podajamo kakovostna znanja, vendar bi morali začeti spodbujati tudi veščine in moči, ki višajo stanje blagostanja dijakov. Šola mora še vedno ostati v svojem poslanstvu, ki krepi intelektualne (akademske) in kognitivne kompetence, a vendar ne sme pozabiti na zagotavljanje optimalnega delovanja in krepitev veščin dijakov. Pri tem vidim veliko vlogo razrednika, ki lahko v sklopu svojih razrednih ur nauči dijake tehnike pozitivnega mišljenja, ki je lahko pri določenih dijakih osnova za stabilno in trajno duševno stanje. Pri učenju tovrstnih tehnik pa je izrednega pomena tudi visoka stopnja profesionalne identitete razrednika in njegova reflektivnost.

V strokovnem članku sem si zastavile dve hipotezi, in sicer, da se pozitivne psihologije lahko dijaki naučijo in da pozitivna psihologija pozitivno vpliva na dijakov odnos do šole in učenja, ter da obstaja zelo visoka korelacija med znanjem pozitivne psihologije in stopnjo profesionalne identitete učitelja.

## 2. VLOGE RAZREDNIKA

Razrednik je učitelj, ki v razredu poučuje in je hkrati tudi vodja razreda. Po mnenju strokovne in širše javnosti ima razrednik pomembno vlogo v procesu izobraževanja, saj pomaga, svetuje in informira učence, starše ter druge učitelje [1]. Razrednik ima odgovorno vlogo za uspeh posameznika in oddelka kot celote. Da bi mu uspelo, mora demokratično voditi oddelek, biti mora komunikativen, usmerjati aktivnosti k skupnim ciljem in sistematično motivirati vse učence [2].

Jacques Delors je že leta 1996 [3] opisal štiri stebre vzgoje in izobraževanja v 21. stoletju (1. stebel – učiti se, da bi vedeli /»Learning to know«/; 2. stebel: učiti se, da bi znali delati /»Learning to do«/; 3. stebel: učiti se, da bi znali živeti skupaj /»Learning to live together«/; 4. stebel: učiti se biti /»Learning to be«/. Pri rednem pouku intenzivno izgrajujemo prva dva stebra, vendar razredništvo vsebinsko podpira in razvija predvsem tretjega in četrtega. Tretji stebel, učiti se, da bi znali živeti skupaj, govori o tem, da se učimo o sebi in drugih, da se učimo spoštovanja, razvijamo strpnost do vseh vrst drugačnosti, da se učimo reševati konflikte skozi dialog, da se učimo učinkovitega samoizražanja in komuniciranja z drugimi in da se učimo multikulturalnosti. Četrti stebel, učiti se biti, pa prispeva k celovitemu razvoju vsakega posameznika (k njegovemu duševnemu in telesnemu razvoju, čustvovanju, smislu za lepoto, k osebni odgovornosti, duhovnim vrednotam in čuječnosti), da se učimo koristno in pravilno uporabljati svoje znanje in sposobnosti in predvsem, da se učimo kontrolirati svoje obnašanje, spoštovati druge ljudi in razvijati sočutje do njih.



### 3. PROFESIONALNA IDENTITETA RAZREDNIKA

V mojem članku se osredotočam predvsem na razrednike nižje poklicnega izobraževalnega programa, ki vodijo in poučujejo oddelke dijakov, ki so vzgojno problematični, dijakov iz socialno ogroženih družin in dijakov z določenimi primanjkljaji. Vloga razrednika v takem razredu je ključna pri zagotavljanju celostne podpore in usmerjanju dijakov skozi njihovo šolsko pot. Stopnja profesionalne identitete je tesno povezana s stopnjo kvalitete razredništva. Kvaliteta razrednika sega preko strokovnega znanja in veščin, saj vključuje tudi osebne lastnosti, etiko dela, odnosa do učencev, staršev in sodelavcev ter sposobnost prilagajanja različnim potrebam in situacijam, kar pa je v izobraževanju nižje poklicnega izobraževalnega programa še kako pomembno.

Profesionalna identiteta je družbeno konstruiran koncept [4]. Oblikuje se v procesu poklicne socializacije, v kateri se posameznik usposobi za opravljanje poklicnega in strokovnega dela. Ta proces poteka v interakciji med institucijo in posameznikom ter slednjemu omogoča pridobitev in razvoj tistih lastnosti, ki jih potrebuje za opravljanje določenega dela [5].

Pri profesionalnem razvoju razrednika ne gre le za kopičenje znanj in izkušenj, ampak tudi za dozorevanje znotraj osebnostnega spreminjanja. Načrtovanje razrednikovega profesionalnega razvoja je odvisno od osebnih ambicij in potreb v organizaciji. Tako za šolo kot za razrednika je koristno, da med seboj sodelujeta. Razrednik se mora zavedati pomembnosti profesionalnega razvoja za kvaliteto svojega življenja in poklicne poti, zato skrbi zanj ne more v celoti prenesti na organizacijo. Prav tako pa se mora šola kot organizacija, zavedati pomembnosti profesionalnega razvoja razrednika, zato ne more povsem prepustiti vse subjektivne odločitve posamezniku.

Eden izmed pogojev razrednikovega profesionalnega razvoja je njegovo raziskovanje in razvijanje lastne profesionalne identitete. Kosnik in Beck [6] navajata tri razloge za razvijanje profesionalne identitete:

- Kot prvi razlog sta izpostavila dejstvo, da učitelji včasih svojo vlogo razumejo preveč ozko. Če to prenesem na pojem razredništva, pomeni, da se mora vsak razrednik zavedati kompleksnosti svojega dela – razumevanje kompleksnih konceptov, prilagajanje pouka, se prilagajati učenčevim potrebam, znati diferencirati skupine ipd. Če razredniki razvijejo takšno podobo o svoji profesionalni vlogi, bodo učinkovitejši in bolj motivirani za opravljanje svojega poklica.
- Drugi razlog je povezan z oblikovanjem premišljenega odnosa med profesionalnim in zasebnim življenjem. Razrednik se mora odločiti, kolikšen del zasebnega življenja bo vključil v profesionalno delovanje in na kakšen način. Pojem »biti profesionalen« se pogosto razume kot ločenost profesionalnega ravnanja od osebne motivacije, vendar ima njuna povezanost lahko prednosti za dijake, predvsem za dijake nižje poklicnega izobraževanja. Za razrednika lahko povezanost zasebnega in profesionalnega pomeni hitrejšo in lažje doseganje pomembnih življenjskih ciljev v delovnem okolju.

– Tretji razlog je načrtovanje lastne profesionalne kariere – razrednik naj bi ob analizi trenutne situacije lahko predvideval tudi svoje prihodnje profesionalne potrebe in s samoreflektiranjem nadgrajeval vodenje razreda v prihodnjih letih [7].

#### **4. REFLEKTIRAJOČI UČITELJ RAZREDNIK**

Stopnja profesionalne identitete učitelja je zelo tesno povezana s stopnjo refleksije učitelja/razrednika. Reflektirajoči učitelj si prizadeva za kontinuirano izboljšanje svoje prakse, pri čemer uporablja refleksijo kot orodje za osebno in strokovno rast. Pristop reflektirajočega razrednika lahko vodi do boljše učne izkušnje za učence in kakovostnejšega poučevanja.

Reflektirajoči razrednik je samokritičen do sebe in do svojega obnašanja v razredu. Ima realno sliko o sebi. Sprejema direktne in indirektne, verbalne in neverbalne povratne informacije o sebi in o svojem obnašanju. Sebe zaznava takšnega, kot je in ne takšnega, kot bi moral biti ali kot bi želel biti. Reflektirajoči razrednik dela intenzivno na sebi [8].

Reflektirajoči razrednik iskreno, odprto in direktno izraža svoje občutke, potrebe in želje pred dijaki, a vendar svoje zasebne in strokovne probleme rešuje z odraslimi, doma ali v zbornici in ne v razredu. V razredu se posveča učencem in ne sebi. V njegovem razredu je mogoče vse povedati do konca. Ne komunicira prikrito.

Uspešen učitelj in razrednik v razredu uporablja načela reflektirajoče komunikacije [8], kar pomeni, da aktivno posluša, učencem sporoča svoje razmišljanje in spoštuje njihova mnenja, razvija enakopraven dialog, z učenci metakomunicira, prilagaja možnostim učencev, svoje učence sprejema, predvsem pa bi rada poudarila, da pozitivno razmišlja in išče pozitivno pri učencih. To so vrednote, ki so resnično pomembne pri ranljivih oddelkih, kot so oddelki v nižje poklicnem izobraževanju.

#### **5. ZNANJE IN POZNAVANJE POZITIVNE PSIHLOGIJE**

Naša narava je poskrbela za to, da smo psihološko bolj negativni. To je naš obrambni mehanizem, ki nam pomaga, da se branimo, ko nas napada stres. V današnjem svetu pa se nam zdi, da nas nenehno napada stres, ki se mu je težko izogniti. Treniranje 'pozitivnega' psihološkega stanja je še kako pomembno, predvsem pri mladostnikih nižje poklicnega izobraževanja. Bolj ko prakticiramo čuječnost, bolj ko aktiviramo prijetna čustva, bolj se naši možgani naravnajo na popolnoma drugačen, miren in vesel svet.

Pozitivna psihologija se ukvarja s proučevanjem in višanjem pozitivnih vidikov človeškega življenja in duševnosti: z vprašanji sreče, zadovoljstva, smisla, optimizma, upanja, vztrajnosti, odpornosti, psihičnega blagostanja in z drugimi pomembnimi pozitivnimi vidiki človeškega življenja in doživljanja. [9]

Učenje pozitivne psihologije pomeni, da učenci v šolah ne razvijajo le svojih intelektualnih in kognitivnih zmožnosti, pač pa razvijajo široko paleto psihosocialnih in drugih veščin, značajskih moči, vrlin in kompetenc, ki so osnova za trajno duševno blagostanje. S tem imam v mislih, da ni merilo uspešnosti v šoli le rezultat, ampak učna uspešnost, celosten razvoj mladostnika z okrepljeno pozornostjo na njihovo počutje.

## 6. PRIMER DOBRE PRAKSE

Pri razredni uri sem predstavila temo - pozitivna psihologija. Dijakom sem povedala, da je ura namenjena njihovem zaznavanju samega sebe – kaj mislijo, kaj čutijo in o tem, koliko verjamejo sami vase.

Dijakom je bilo sprva zelo smešno in do teme so bili odklonilni. Povedala sem, da bomo učenju pozitivne psihologije in njenih tehnik namenili naslednje tri razredne ure, ki jih bomo vsaj trikrat ponovili.

### A. Prva razredna ura

Vsem dijakom sem razdelila delovni list, ki ga bodo morali imeti pri sebi vsaj naslednje tri šolske ure. Pri vsakem ponavljaju treh predavanj dobijo nov učni list.

Na naši prvi razredni uri učenja pozitivne psihologije sem dijake vprašala, če vedo, kaj v njih povzroča dobro počutje, kdaj se počutijo sproščene, kdaj se počutijo samozavestne, katera so njihova področja, kjer so dobri, kakšnih občutkov si želijo v prihodnosti. Vse to so si morali dijaki zapisati na pripravljen delovni list. To naredijo z namenom, da ozavešijo svoje misli. Delovni list je namenjen izključno njim in jim ga ni potrebno deliti z drugimi.

Dijakom sem razložila delovanje naših misli v smislu, da smo posamezniki ujetniki svojih navad in le te je zelo težko spreminjati. Navade in občutki, dobrega in slabega, večinoma izvirajo iz naše primarne socializacije, zato je potrebno v razredu govoriti tudi o družini kot pomembnem socializacijskem dejavniku. Predstavljeno jim je bilo, da ni pomembno, kaj čutijo, važno je, da zaznavajo svoje čutenje.

Dijake sem prosila naj sledijo mojim besedam in hkrati pomislijo na dogodek, ko so doživeli nekaj fantastičnega. Ker so bili v tistem trenutku dijaki še vedno odklonilni do teme, sem vodila njihova občutja s tem, da verjamem, da so z dogodkom, ki so se ga spomnili, nenadoma dobili vizijo, ki jo s spominom ohranjajo živo. Naenkrat se je pri dijakih videlo, da so se nasmejali in s tem postali bolj motivirani.

V povprečju naši možgani delujejo izredno odklonilno do vseh stvari, ki so nam neznane, in to vse nam govori naš notranji glas (samogovor), ki je močno prepleten z našimi čustvi. To se je vsaj na začetku videlo pri dijakih. Lahko se zavedamo notranjega glasu, ali pa tudi ne. Ko smo dobre volje, so pozitivne misli bolj intenzivne, ko pa doživljamo stiske, pa v našem umu prevladujejo negativne misli. Dijaki se morajo zavedati, da samogovor poteka samodejno, neprekinjeno in popolnoma pri vsakem posamezniku, razlika je le o tem, ali je naravnano pozitivno ali negativno. Če želimo, da bo v našem umu več pozitivnih misli, pa nujno potrebujemo znanje in zavedanje. Znanje so dijaki pridobili z učnimi urami in vajami. Zavedanje pa pomeni, da ko je naš um negativen, da zaznamo to čustvo, ga ujamemo in ustavimo oziroma obvladujemo.

V drugem delu moje učne ure sem dijakom predstavila nekaj misli s katerimi se omejujejo/mo – ne zmorem, nisem dovolj dober/dobra, nikoli nisem bil/a dovolj dober/a, nimam dovolj izkušenj za ta podvig, zakaj bi si me sploh kdo želel, ne bo mi uspelo, nimam dovolj motivacije, vedno



bom nesamozavesten/a, nisem dovolj pameten/a ... Dijaki se morajo na tem mestu zavedati, da ima ta njihov notranji glas ogromno vlogo pri tem, kako skrbimo zase, kako vstopamo v odnose in kako zadovoljni sploh smo z življenjem. Te besede je nujno potrebno spreobrniti.

Torej v drugem delu prve učne ure so dijaki zapisali v razpredelnico misli, kjer smo skupaj spreobračali negativne misli v pozitivne. Dijakom je bila predstavljena tehnika spreminjanja, in sicer da besede, kot so vedno, nikoli, nemogoče, nadomestimo z ne še, zaenkrat, do sedaj in vsaj. Kot primer sem navedla: »Testa nisem pisal pozitivno, a sem vsaj poskusil.«.

V zaključku prve ure smo skupaj z dijaki spreobračali njihove misli v pozitivne. Za domačo nalogo so dobili, da morajo naslednjih sedem dni zapisovati svoje misli na delovni list, misli pa lahko segajo na vsa področja.

### **B. Druga razredna ura**

Na drugi razredni uri sem prosila dijake, da si vsak prebere svoje zapisane misli. Po prebranem sem jih prosila, da spodaj dodajo še stvari, za katere so v danem trenutku hvaležni. Dijakom sem razložila, da je hvaležnost čudovito orodje za preobračanje misli. S hvaležnostjo smo dalj časa osredotočeni na pozitivne misli. Idealno za dijake je, da si misli hvaležnosti zapisujejo.

V drugem delu učne ure so si dijaki morali zapisati še njihove želje in razmisliti o teh željah, nato pa vsaki želji pripisati zakaj si to želijo. S to vajo so bili dijaki osredotočeni na to, kaj si v življenju sploh želijo. To je vaja, kjer enostaven odgovor spremeni negativne misli v pozitivne.

### **C. Tretja razredna ura**

Tretjo razredno uro smo namenili pojmu meditacije in spoštovanju samega sebe. V prvi tretjini ure so morali dijaki narediti seznam, kaj pri sebi cenijo, njihove prednosti, veščine in spretnosti. Ko so bili dijaki pozitivno naravnani zaradi seznama, smo pričeli z razlago, kaj je to meditacija in kaj z njo dosežemo. Meditacija je namreč vsakršna dejavnost, pri kateri posameznik načrtno spreminja stanje zavesti z namenom, da bi dosegel specifično zastavljen cilj ali da bi se preprosto umiril. Sprva smo z dijaki v učilnici sedeli v tišini, da so se umirili, nato pa so se sprostili skozi vodeno meditacijo, ki sem jo vodila sama. Dijakom sem razložila, da je njihova naloga, da se osredotočijo izključno na dih.

Zadnjo tretjino ure smo namenili tišini in meditativni glasbi.

## **7. REZULTATI SPREMLJANJA**

Raziskava z anketnim vprašalnikom je temeljila na metodi opazovanja in kvalitativni metodologiji s pomočjo anketnega vprašalnika. Raziskava vključuje lastno videnje dijakov, ki sem jih poznala in jim bila razredničarka že več kot eno leto, kar pomeni, da sem dijake in njihova ozadja poznala. Opravila sem analizo v razredu nižje poklicnega izobraževanja, kjer sem razredničarka. Po analizi anketnega vprašalnika sem imela pogovor z dijaki. V moji raziskavi sem izhajala iz predpostavke, da učenje pozitivne psihologije pozitivno vpliva na dijake, predvsem dijake nižje poklicnega izobraževanja, ki so v svojih življenjih že marsikaj doživeli zaradi določenih primanjkljajev. Vprašalnik je bil sestavljen iz trditev znotraj petstopenjske Likertove lestvice.

Pri dijakih je bilo vidno, da spremembe ne sprejemajo tako zlahka, sploh če so negativna prepričanja o sebi in svetu močno zakoreninjena in povezana z izrazito negativnimi izkušnjami v

otročtvu, kot denimo odraščanje ob pretirano kritičnih, neodzivnih, zlorablajočih starših ali morebiti dogodku, ki je negativno odnose z izkušnjami s sovrstniki.

Dijake sem poskušala usmeriti v samokritičnost in razvijanje osebne rasti, ker sem opazila, da je potrebno govoriti o tem, kakšna krivica se jim je zgodila, kako nepravilno je nekaj bilo. Namen razvijanja samokritičnosti je bil razložiti, da na ta način iščejo potrditve od drugih, ker sami niso dovolj prepričani vase.

Namen mojega dela je bil, da usmerim dijake k vizualizaciji njihovih ciljev in vizualizaciji vizije proti ciljnemu usmerjanju ter da si predstavljajo cilj, kot že dosežen.

Pri polovici dijakov sem opazila pozitivne učinke. Začeli so bolj zaupati vase, povečala se jim je notranja motivacija in imeli so boljšo energijo. Tudi razredna klima se je izboljšala.

Po analizi anketnega vprašanja sem ugotovila, da so bili dijaki zadovoljni s podano snovjo, da so se naučili nove vrline in da bodo to znanje uporabljali tudi v prihodnje. Polovica dijakov je potrdila, da so se izboljšali določeni odnosi in da se s stvarmi, katerim so dajali preveliko težnjo, ne obremenjujejo več v tolikšni meri.

## **8. ZAKLJUČEK**

Učenje pozitivne psihologije je pomembno in tesno povezano s profesionalno identiteto učitelja. Razrednik nižje poklicnega izobraževanja se mora zavedati kompleksnosti svojega dela in vodenja razreda. Pozitivna psihologija je pomembna v smislu novih spoznanj o pomenu pozitivnih vidikov življenja za kakovost življenja in duševno ter telesno zdravje; na drugi strani pa razvija metode in strategije za krepitev življenjskih veščin in izboljšanje kakovosti življenja.

Bistveno je, da je učitelj, ki predava pozitivno psihologijo, brez notranjih strahov, ki bi onemogočale njegovo delo. Njegova profesionalna identiteta bistveno vpliva na poučevanje dijakov. Zavedati se mora petih ključnih točk, in sicer zavedanja samega sebe, ki vključuje misli o samem sebi in svoji kulturi; zavedati se samournavanja, ki je sposobnost upravljanja s čustvi, mislimi in da z akcijami drugih situacij doseže individualne in skupne cilje; sposobnost samozavedanja, ki vključuje razumevanje drugih in razumevanju širših družbenih norm ter sistemov, kjer se razvije občutek pripadnosti; družbeno povezovanje, kjer je sposoben se učinkovito povezati in sodelovati z drugimi in odgovorne odločitve, kjer je bistvo sprejemanja skrbnih in konstruktivnih odločitev.

## LITERATURA IN VIRI

- [1] M. Pušnik, B. Žarkovič Adlešič in C. Bizjak, *Razrednik v osnovni in srednji šoli*, Ljubljana: Zavod Republike Slovenije za šolstvo, 2000.
- [2] E. Kovačič, „Razrednik - ključ uspešne komunikacije,“ 20 april 2024. [Elektronski]. Available: <https://pogledkrozprozor.wordpress.com/2010/08/30/razrednik-%E2%80%93-kljuc-uspjesne-komunikacije/>.
- [3] J. Delors in et al., *Učenje - skriti zaklad: poročilo Mednarodne komisije o izobraževanju za enaidvajseto stoletje*, pripravljeno za Unesco, Ljubljana: Ministrstvo za šolstvo in šport, 1996.
- [4] Y. Wong in V. Pearsons, „Social Work Education,“ *Mission Possible; Building Social Work Professional Identity through Fieldwork Placements in China*, pp. 292-310, 2007.
- [5] J. Muršak, „Sodobna pedagogika,“ *Problemi poklicne socializacije*, Izv. 42(7/8), pp. 389-398, 1991.
- [6] V. Domović, „Učiteljska profesija i profesionalni identitet učitelja,“ *Učitelji i njihovi mentorji*, pp. 11-37, 2011.
- [7] M. Pečar, *Izkušnje in stališča učiteljev o prilagajanju pouka predznanju in interesom učencev*, Ljubljana, 2018.
- [8] P. Brajša, *Reflektirajoč učitelj*, D. Žagar, P. Brajša, B. Žemva, A. Kunstelj, E. Grgurevič in E. Guzelj, Ured., Ljubljana: Jutro, 2001, pp. 65 - 91.
- [9] „Kaj je pozitivna psihologija?,“ 10 maj 2024. [Elektronski]. Available: <https://www.abced.si/kaj-je-pozitivna-psihologija>.

## ČE NE BOMO BRALI, NAS BO POBRALO

### POVZETEK

Branje pri učencu spodbuja intelektualni, čustveni in jezikovni razvoj, hrani domišljijo, pripomore k razvoju empatije in širi besedni zaklad, kar ugodno vpliva na celostni razvoj.

Zavedanje, da je branje pomembna življenjska veščina, nespodbudni rezultati PISE, zaznava, da s strani učencev na predmetni stopnji ni prave motivacije za branje, me je prepričalo, da moram nekaj narediti, da motiviram učence za branje in dvignem raven bralne pismenosti.

Da bi se stanje izboljšalo, sem učencem ponudila več dejavnosti, povezanih z branjem. Z učenci sem izvajala bralni klub s cilji vzpodbuditi jih k branju ter na nevsiljiv način privzgojiti pozitiven odnos do knjig. Organizirala sem Noč branja v knjižnici, kjer smo dolgo v noč skupaj brali, se vživljali v različne svetove in vrednotili prebrano. V okviru Unesco projekta Menjaj branje za sanje smo si izmenjali knjige, opremljene s posvetili, mislimi ali citati. Obeležili smo dan poezije z literarnim natečajem, dan evropskih avtorjev z branjem besedil evropskih literarnih ustvarjalcev, kjer smo mlajšim učencem prikazali bogastvo evropske književnosti. Ure slovenščine sem začejala z branjem misli o branju, sreči, prijateljstvu ter organizirala bralno uro na šoli. Skozi šolsko leto sem učence spodbujala k slovenski bralni- in eko bralni znački, da so z branjem v prostem času krepili in bogatili besedni zaklad ter razvijali kritično mišljenje.

Vse bralne aktivnosti so učence motivirale za branje, izboljšale njihov odnos do knjig, besedni zaklad, kritično mišljenje ter dvignile njihovo raven bralne pismenosti.

**KLJUČNE BESEDE:** branje, bralna pismenost, dejavnosti za učence, povezane z branjem.

## IF WE DON'T READ, WE'LL FADE AWAY

### ABSTRACT

Reading encourages intellectual, emotional, and linguistic development, nurtures imagination, contributes to the development of empathy, and expands vocabulary, which positively impacts the overall development of students.

Awareness that reading is an important life skill, the unfavourable PISA results, and the perception that there is no real motivation for reading among students at the upper level convinced me that we need to do something to motivate students to read and raise the level of reading literacy.

To improve the situation, various reading-related activities were offered to students. A reading club with the students was conducted to encourage them to read and subtly foster a positive attitude toward books. Also, a Reading Night in the library was organised, where they read together late into the night, immersed themselves in different worlds, and evaluated what they had read. As part of the UNESCO project "Exchange Reading for Dreams," books with inscriptions, thoughts, or quotes were exchanged. Poetry Day was marked with a literary competition and European Authors' Day by reading texts by European literary creators, showcasing the richness of European literature to younger students. Slovenian language classes were established with readings of thoughts on reading, happiness, and friendship, and a reading hour was implemented. Throughout the school year, students were encouraged to participate in the Slovenian Reading Badge and Eco Reading Badge to strengthen and enrich their vocabulary through leisure reading and develop critical thinking.

All the reading activities motivated students to read, improved their attitude toward books, enhanced their vocabulary and critical thinking, and raised their level of reading literacy.

**KEYWORDS:** reading, reading literacy, reading activities for students.

## 1. UVOD

Branje pri učencu spodbuja intelektualni, čustveni in jezikovni razvoj, hrani domišljijo, pripomore k razvoju empatije in širi besedni zaklad, kar ugodno vpliva na celostni razvoj. V strokovnem prispevku bom predstavila primer dobre prakse – dejavnosti, ki učence spodbujajo in vabijo k branju.

Branje je pojem, ki opisuje dekodiranje zapisanih črk, ki jih pretvorimo v zvočne jezikovne znake. Kadar dovolj časa vadimo, branje postane avtomatiziran proces. To pomeni, da besedilo vedno preberemo brez dodatnega miselnega napora. Branje lahko razdelimo glede na cilj in vrsto besedila, ki ga beremo. Pragmatično branje poteka, kadar bralec bere z namenom doseganja konkretnih ciljev (npr. pridobivanje novega znanja). V tem primeru je branje orodje za iskanje in zbiranje informacij. Druga vrsta branja je literarno-estetsko branje, pri katerem je v ospredju užitek (Kordigel, 1992).

Širši pojem je bralna pismenost. Bralno pismen bralec je sposoben brati tekoče in z razumevanjem ter zna fleksibilno uporabljati različne strategije in tehnike branja glede na vrsto besedila in cilj branja. Na koncu lahko informacije, ki jih je pridobil, tudi uporabi. Bralna pismenost tako vključuje tri glavne sestavine: tehniko branja, razumevanje prebranega in fleksibilnost branja (Pečjak, 2010). **Bralno pismenost raziskuje PISA** in rezultati iz leta 2022 kažejo na splošen upad pismenosti, ne samo bralne, ampak tudi matematične in naravoslovne. A žal je najhuje z bralno pismenostjo. Številke kažejo, da raven temeljne bralne pismenosti dosega 75 % slovenskih učencev, najvišji nivo pa le 4 % učencev (povprečje OECD je 7 %.), kar pomeni, da 21 % (vsak peti slovenski učenec) ne dosega nivoja temeljne bralne pismenosti. Zaskrbljujoče je tudi, da je bil povprečni dosežek pri branju leta 2022 za 26 točk nižji kot iz leta 2018 in je pokazal najslabšo bralno pismenost, odkar Slovenija sodeluje v raziskavi.

Zakaj sploh brati? Miha Kovač je v knjigi *Berem, da se poberem* (2020) nanizal 10 razlogov za branje:

1. Če znaš dobro brati, vidiš in slišiš več.
2. Če bereš, poznaš več besed, zato lahko razmišljaš o večih stvareh.
3. Če daljša besedila bereš s papirja, jih razumeš bolje, kot če jih bereš z zaslona.
4. Če uporabljaš zaslonske tehnologije in bereš knjige, se naučiš misliti na dva načina.
5. Če bereš, lažje razumeš druge ljudi.
6. Otroci, ki odraščajo v beročem okolju, so v življenju uspešnejši.
7. Med bralci je več zadovoljnih in ustvarjalnih ljudi kot med nebralci.
8. Branje je napor, a je tudi užitek.
9. Branje v tujem jeziku je okno v svet, od koder vidiš tudi domov.
10. Z branjem knjig se naučiš misliti z lastno glavo.

Nagovorilo me je vseh 10 razlogov za branje, zato sem se odločila, da me bodo le-ti vodili in spodbujali pri poučevanju slovenščine na predmetni stopnji. Kot prednostno nalogo sem si zadala izvajanje dejavnosti za učence, ki so povezane z branjem.

## 2. DEJAVNOSTI ZA UČENCE, POVEZANE Z BRANJEM

Zavedanje, da je branje pomembna življenjska veščina, nespodbudni rezultati PISE, zaznava, da s strani učencev na predmetni stopnji ni prave motivacije za branje, me je prepričalo, da moram nekaj narediti, da motiviram učence za branje in posledično dvignem raven bralne pismenosti. Da bi se stanje izboljšalo, sem učencem ponudila več dejavnosti, povezanih z branjem.

### a) Bralni klub Knjiga vabi

Bralni klub Knjiga vabi sem izvajala kot interesno dejavnost za učence od 6. do 9. razreda enkrat tedensko pred poukom. Cilji bralnega kluba so bili učence spodbuditi k branju in razvijanju motivacije za branje, na nevsiljiv način privzgojiti pozitiven odnos do knjige, ozaveščati učence o pomenu branja, širiti bralno kulturo in bralno pismenost, spoznavati različne zvrsti branja, bogatiti besedišče, razvijati zmožnosti kritičnega branja in vrednotenja prebranega, razvijati splošne zmožnosti razumevanja, razvijati strpno komunikacijo ter argumentirano soočanje mnenj.

Pri bralnem klubu sem izvedla številne dejavnosti ter sledila zastavljenim ciljem. Poleg branja, kritičnega razmišljanja, vrednotenja prebranega in poustvarjanja smo imeli noč branja, v decembru smo okrasili novoletno smrečico in se medsebojno obdarovali, praznovali gregorjevo, se pogovarjali o najljubših knjigah, izvedli vprašalnik, kakšni bralci smo ... Učenci so bili nad bralnim klubom zelo navdušeni in jih je spodbudil, da bodo še več brali, kar je bil glavni cilj bralnega kluba.

*Bralni klub mi je prinesel še več veselja do branja. Skozi pogovor o najljubših knjigah sem dobila še več idej za branje. Z zanimivimi vprašanji smo dobili odgovor, kakšni bralci smo. **Ela, 6. razred***

*Všeč mi je, ker sem na bralnem klubu spoznal učence, ki radi berejo, in se spoprijateljil z njimi. V bralnem klubu ni nikoli dolgčas, zato se ga vsak teden veselim. Bralni klub je bil zelo dobra ideja in upam, da se bo izvajal še dolgo let. **Filip, 7. razred***

*Letos sem prvič začela obiskovati bralni klub in to je bila brez dvoma super odločitev. Energija vseh članov je odlična, vsi so zelo prijazni. Posebna pohvala gre mentoricama, ki se vedno potrudita, da je vsaka ura zanimiva, zabavna in poučna. Vsak teden se veselim srede. Pri bralnem klubu sem slišala za precej novih knjig, ki jih bom z veseljem prebrala. **Kaja, 7. razred***

### b) Noč branja

Branje je potovanje, ki nas ne le popelje v druge svetove, ampak nas tudi poveže. Učence bralnega kluba je povezala ljubezen do branja in noč branja v knjižnici šole. Večer in noč sta bila polna doživetij, kjer smo brali in brali in besede so postale most med svetovi, knjige so bile luči v temi nadobudnih bralcev. V vsaki prebrani strani knjige Lisičja luna, ki je bila izbrana za Cankarjevo tekmovanje, so učenci odkrivali neznane poti, se spoprijateljili z junaki in odkrivali skrivnosti, ki so jih nadvse očarale. Drug drugemu so učenci predstavili najljubšo knjigo iz otroštva, izdelovali so knjižne kazalke, iskali polnočni zaklad ter si popestrili večer z igrami. Noč branja je bila nepozabna izkušnja, ki je povezala ljubitelje knjig in ustvarila čaroben večer, poln besed in zgodb.

*V petek sem se zvečer odpravil na noč branja v šoli. Že cel teden sem se tega veselil in končno je napočil čas. Takoj, ko sem prispel, smo s prijatelji odšli v knjižnico. Učiteljici sta za nas pripravili mnogo dejavnosti in vedeli smo, da nam ne bo dolgčas. Moja najljubša dejavnost je bila polnočni lov na zaklad. Vsak izmed nas je tekel naokrog s svetilko in napeto iskal zaklad. Moje veselje ni bilo zaman, saj je bila noč branja zelo zabavna in zanimiva. Preprosto rečeno, imel sem se zelo dobro. **Filip, 7. razred***

### **c) Menjaj branje in sanje**

Učence bralnega kluba sem vključila v Unesco projekt Menjaj branje in sanje, ki ga vodi Gimnazija Ledina, in gre za organizirano izmenjavo knjig, opremljenih s posvetili, mislimi ali citati. Glavni cilj projekta je vzbuditi večje zanimanje za branje in knjigo med mladimi. Organizatorji želijo s projektom izboljšati medsebojno sporazumevanje, razvijati odgovornost do sočloveka, krepiti medgeneracijsko spoznavanje, učvrstiti povezovanje med posamezniki in spodbujati večšino poglobljenega branja. V projektu se lahko sodeluje na dva načina: izmenjava knjig s posvetili, citati, mislimi na šoli na poljuben dan ali izmenjava na zaključnem srečanju v aprilu na Gimnaziji Ledina, ko se praznuje svetovni dan knjige in avtorskih pravic in Gimnazija Ledina pripravi literarne aktivnosti, na primer delavnice, literarne intervjuje, pogovore o izbrani knjigi ... Mi smo izmenjavo knjig s posvetili izpeljali na šoli, in sicer z učenci znotraj srečanj bralnega kluba. Kdo komu podari knjigo, smo izžrebali, da so lahko knjige učenci skrbno izbrali. Pri izmenjavi sem sodelovala tudi sama kot mentorica. Naslednje srečanje so učenci prinesli knjige in smo se skupaj naučili napisati posvetilo, poiskali misli, citate in jih zapisali, nato pa si izmenjali knjige. Odziv učencev je bil odličen. Bili so navdušeni in veseli, da bo na njihovi domači knjižni polici doma še ena nova knjiga. Organizator predlaga, da se k izmenjavi knjig lahko povabi tudi učitelje in starše ter druge posameznike iz okolja, npr. starostnike iz bližnjih domov upokojencev, obiskovalce dnevnih centrov, učence sosednje šole, otroke iz bližnjega vrtca, zato smo se s člani bralnega kluba dogovorili, da bomo v prihodnjem šolskem letu povabili k sodelovanju še učitelje, starše in še koga iz okolice.

*Razveselila sem se knjige, ki mi jo je podarila sedmošolka. Spominjala me bo na bralni klub, **Hana, 6. razred***

*Učiteljica mi je podarila knjigo *Romeo in Julija* (klasiki za mlade), katere sem se zelo razveselil, in jo bom z veseljem prebral. **Filip, 7. razred***

### **č) Obeležitev dneva poezije z literarnim natečajem**

Branje poezije je branje umetnosti, ki nas povezuje s čustvi, mislimi in občutki na globlji ravni. Jezik poezije presega meje besed, ponuja nam možnost, da izrazimo tisto, kar je včasih neizrekljivo, in nas vodi na potovanje skozi čas, prostor in srca ljudi. Učence pri pouku slovenščine spodbujam tako k branju kot pisanju poezije. Da bi učenci več posegali po branju ali ustvarjanju poezije vsako leto na različne načine obeležim dan poezije. Letos sem pripravila 1. literarni natečaj Metuljev let, s katerim sem nagovorila in povabila k literarnemu ustvarjanju vse slovenske osnovne šole. Letošnja tema natečaja je bila prijaznost. Do 1. marca, ko se je literarni natečaj zaključil, je prispelo 90 pesmi iz 24 osnovnih šol in vsaka pesem je bila na svoj način odlična. Na svetovni dan poezije, 21. marca, so vsem sodelujočim metulji na svojih krilih odnesli

rezultate natečaja. Dober odziv na 1. literarni natečaj je dokaz, da se poezija v slovenskih šolah bere in ustvarja.

#### **d) Obeležitev dneva evropskih avtorjev**

Ministrstvo za kulturo, Ministrstvo za vzgojo in izobraževanje ter Javna agencija RS za knjigo so letos prvič podprli pobudo Evropske komisije, da se tudi v Sloveniji 25. marca praznuje *dan evropskih avtorjev*. Namen praznovanja je, da se mlajše generacije dodatno spodbudi k branju knjig ter jim pomaga odkriti raznolikost evropske literature. V bralnem klubu smo ta dan obeležili na dva načina: kot prvo smo odšli v šolsko knjižnico in poiskali knjige evropskih avtorjev, na ta način so se učenci spoznavali z narodnostjo avtorjev knjig, nato pa smo izbrane knjige na treh srečanjih prebirali in se dogovorili z razrednimi učiteljicami za obisk v njihovih razredih, da smo izbrane knjige glasno brali mlajšim učencem. Učenci bralci so zelo uživali ob branju knjig, mlajši učenci pa so z občudovanjem poslušali starejše učence in se vživeli v zgodbe. Namen praznovanja dneva evropskih avtorjev je bilo ozaveščanje mladih, kako pomembne so knjige in kako lahko branje kakovostne literature prispeva k njihovemu celostnemu razvoju, prav tako pa so z branjem knjig evropskih avtorjev in z branjem besedil evropskih literarnih ustvarjalcev mlajšim učencem prikazali bogastvo evropske književnosti.

*Najbolj sem uživala pri branju knjig mlajšim učencem, ker bi rada postala učiteljica. Neža, 6. razred*

*Imela sem tremo pred mlajšimi učenci. Kmalu sem se počutila zelo dobro, ker so me poslušali in sem z njimi klepetala o knjigi. Kaja, 7. razred*

#### **e) Branje misli o sreči, branju, prijateljstvu**

Ure slovenščine sem pričela s prebrano mislijo o sreči, branju ali prijateljstvu. Misel smo z učenci razložili ter jo aktualizirali. Za branje misli sem se odločila, da bi dvignila razpoloženje in spodbudo za pouk.

*Učiteljica nam je na začetku ure prebirala misli o branju, prijateljstvu in sreči. Bilo mi je zelo všeč, ker so bile misli zelo lepe in sporočilne. Včasih nam je učiteljica pomagala pri razlagi pomena. Klara, 8. razred*

#### **f) Bralna ura**

Nan šoli sem organizirala bralno uro za razredno in predmetno stopnjo. Učenci so to uro brali poljubno knjigo ali revijo, ki so jo prinesli s seboj. Namen je bil, da učence spodbudimo k branju, da srečujejo nove besede, nove besedne zveze in nove miselne povezave in si s tem poglobljajo in širijo besedišče. Odzivi na bralno uro so bili odlični, učencem je bilo najbolj všeč, da so lahko brali, kar so želeli, npr. fantje o avtomobilih, potopise ...

*Všeč mi je bilo, da smo namesto matematike brali, ker zelo rada berem. Teja, 7. razred*

*Bralna ura je bila super, ker sem knjigo, ki je bila zelo napeta, prebral do konca. Nik, 8. razred*

#### **g) Slovenska bralna značka**



Bralna značka spodbuja prostovoljno branje v prostem času in na začetku osnovnošolskega izobraževanja oblikuje bralce za vse življenje. Na začetku šolskega leta sem učence predmetne stopnje pri pouku slovenščine povabila k opravljanju bralne značke ter jim osmislila pomembnosti branja. Skozi šolsko leto sem jih redno spodbujala k branju in rezultat je bil bistveno boljši kot pretekla leta. V šestih razredih je bralno značko opravilo 16 učencev od 26 učencev, v sedmem razredu 14 od 27 učencev. Najmanj učencev je bralno značko opravilo v osmem razredu, to je 7 učencev od 29 učencev. Vzrok za to je, da učence v šestem in sedmem razredu nisem poučevala in na začetku predmetne stopnje z njimi nisem vzpostavila odnosa do knjige in branja. V devetem razredu je opravilo 6 od 15 učencev in vsi so postali tudi zlati bralci.

*Slovensko bralno značko sem prvič opravila v 1. razredu. Pomagala mi je, da sem pričela tekoče brati. V višjih razredih mi je dajala potrdilo, s katerim sem izkazovala, da rada berem. Z branjem knjig sem bogatila besedni zaklad ter spoznavala bogat pesniški jezik. Bralna značka mi je dala nov pogled na svet in spodbudo za branje vedno novih knjig. Berem zelo rada, ker me branje sprošča in umirja. **Pija, 9. razred***

*Branje mi omogoči, da v svojem življenju vidim in doživljam mnogo življenj. Z branjem si širim besedni zaklad in obzorja ter se naučim veliko pomembnih življenjskih naukov, ki jih spoznavam skozi življenja likov v knjigah. Bralno značko sem opravljala od 1. do 9. razreda, zato sem letos postala zlati značkar, na kar sem zelo ponosna. Branje in bralna značka sta mi omogočila, da sem se v svet knjig poglobila ter se v njem izgubila. Uživam v različnih zvrsteh branja in vsebino z veseljem delim z učiteljico in prijatelji. **Frida, 9. razred***

#### **h) Ekobranje**

Cilj ekobranja je, da učenci s pomočjo branja knjig z ekovsebino krepijo ekološko zavest. S prebiranjem različnih ekološko obarvanih tem med učenci spodbujamo pozitiven odnos do branja ekovsebin, individualno kreativno mišljenje, kritično mišljenje ter pozitiven odnos do okolja. Pri opravljanju ekobralne značke so učenci potrebovali več spodbude, ker niso imeli seznama knjig, ki bi imele oznako eko. Eko bralno značko je opravilo bistveno manj učencev kot slovensko bralno značko. Cilj za prihodnje šolsko leto je, da pripravimo priporočilni seznam ekoknjig in prepričana sem, da bodo po knjigah z ekovsebinami več in še rajši posegali.

*Zelo rada berem in ker sem že zaključila slovensko bralno značko, sem se na vabilo učiteljice odločila, da opravim še ekobralno značko. Med branjem ekovsebin sem se veliko naučila o skrbi za naravo in živalih. Ekobralno značko priporočam vsem mladim bralcem, ker bodo z njo razširili svoje znanje ter pridobili besedni zaklad. **Julija, 7. razred***

*Ekobralna značka mi je zelo všeč. Iz člankov sem izvedela veliko novega o živalih, hrani, podnebjju, knjiga z ekovsebino pa je bila odlična za krajšanje časa med čakanjem. **Hana, 6. razred***

### **3. SKLEP**

Branje je temeljni element učnega procesa in nepogrešljivo v vseh življenjskih situacijah. Da bi se stanje nemotiviranosti učencev za branje in nespodbudni rezultati PISE izboljšala, sem izvedla dejavnosti za učence, povezane z branjem, kjer smo z učenci odkrivali nove svetove, se učili drug

od drugega in gradili skupnost, ki ceni moč besede in moč knjig. Razvijali smo kulturo branja. Vadili smo glasno in tiho branje, vadili govorjenje, vadili pisanje, vadili deklamiranje in recitiranje, kritično razmišljali o prebranem, osmišljali prebrano in interpretirali besedila – vadili smo spretnosti, ki so povezane z bralno pismenostjo. Vse to z namenom, da ne uresničimo misli slovenskega pesnika Toneta Pavčka: »Če ne bomo brali, nas bo pobralo.«

Z evalvacijo vseh dejavnosti sem ugotovila, da so veliko doprinesle k bralni kulturi in pozitivnemu odnosu do knjige in branja. Dejavnosti so učence motivirale za branje, izboljšale njihov odnos do knjig, razširile in poglobile njihov besedni zaklad, izboljšale kritično mišljenje ter naredile korak k izboljšanju ravni bralne pismenosti.

## LITERATURA IN VIRI

- [1] Kordigel, M. (1992). Branje ali branje. *Jezik in slovstvo*, 3(37). Dostopno na spletni strani: [https://www.jezikinslovstvo.com/ff\\_arhiv/lat1/037/34c04.htm](https://www.jezikinslovstvo.com/ff_arhiv/lat1/037/34c04.htm)
- [2] Kovač M. (2020). *Berem, da se poberem: 10 razlogov za branje knjig v digitalnih časih*. Ljubljana: Mladinska knjiga.
- [3] Pečjak, S. (2010). *Psihološki vidiki bralne pismenosti: Od teorije k praksi*. Znanstvena založba Filozofske fakultete.

## **TURISTIČNI KROŽEK – IZZIV ZA UČENCE**

### **POVZETEK**

Na OŠ Gornji Petrovci že vrsto let deluje turistični krožek, ki ga obiskujejo učenci od 6. – 9. razreda. Vsako leto sodelujemo v projektu Turizmu pomaga lastna glava in sodelovanje na festivalu vključuje izdelavo turistične naloge na razpisano temo, predstavitev na turistični tržnici in izdelavo promocijskega spota. Pri samem delu je pomembno medsebojno povezovanje in sodelovanje učencev. Prvi izziv učencem predstavlja iskanje ideje za turistični produkt. V večletnem odkrivanju turističnih potencialov domače pokrajine smo že spoznavali bogato kulturno dediščino naših babic, iskali možnosti zelenega turizma in kulinarčne zaklade, organizirali tabore in športne prireditve, oblikovali kulinarčni spominek. S turističnim produktom izkazujemo spoštovanje do dediščine in tradicije goričke krajine in raziskovanje možnosti, s katerimi bi zaklade naših krajev predstavili čim širšemu krogu ljudi. Goričko je prava zakladnica, ki ponuja možnosti športnega, kulinarčnega in kulturnega turizma.

Učenci se pri turističnem krožku seznanijo z osnovami za razvoj turizma v domačem kraju in pokrajini, spoznavajo naravno in kulturno dediščino v domačem okolju, odkrivajo in vrednotijo zanimivosti, ki bi pritegnile njih same in obiskovalce, spoznavajo različne nove ljudi, društva, lokalne ponudnike in ustanove, spoznavajo načine pridobivanja in posredovanja informacij, razvijajo sposobnost kulturnega komuniciranja in javnega nastopanja.

**KLJUČNE BESEDE:** turistični krožek, turizem, turistična naloga, Goričko, pokrajina.

## **TOURIST CLUB – A CHALLENGE FOR STUDENTS**

### **ABSTRACT**

For many years, a tourist club has been operating at the Gornji Petrovci Primary School, which is visited by pupils from grades 6 – 9. Every year we participate in the project Tourism helps its own head, and participation in the festival includes also the preparation of a tourist assignment on the announced topic, a presentation at the tourist market and the creation of a promotional video. In the activity itself, it is important to connect and cooperate with students. The first challenge for pupils is finding an idea for a tourist product. Over many years of discovering the tourist potentials of our local region, we have already learned about the rich cultural heritage of our grandmothers, searched for green tourism and culinary treasures, organized camps and sports events and have designed a certain culinary souvenir. With the tourist product we show respect for the heritage and tradition of Goričko region and explore the possibilities, with which we would present the treasures of our region to the widest possible range of people. Goričko is a real treasury that offers opportunities for sports, culinary and cultural tourism.

During the tourist club, pupils get acquainted with the basics for the development of tourism in their hometown and landscape, learn about the natural and cultural heritage in the domestic environment, discover and value interesting facts that would attract them and visitors, meet various new people, societies, local providers and institutions, learn about ways of obtaining and transmitting information, develop the ability for cultural communication and public appearance.

**KEYWORDS:** tourist club, tourism, tourist task, Goričko, region.

## 1. UVOD

Na OŠ Gornji Petrovci že vrsto let deluje turistični krožek, ki ga obiskujejo učenci od 6. – 9. razreda, pod mentorstvom Urške Marčič in Bojane Keršič Ružič. Z učenci vsako leto sodelujemo v projektu Turizmu pomaga lastna glava. Sodelovanje na festivalu vključuje izdelavo turistične naloge na razpisano temo, predstavitev na turistični tržnici in izdelavo promocijskega spota.

Turistična zveza Slovenije vsako leto razpiše novo temo, ki učencem vedno predstavlja velik izziv, saj je potrebno najti zanimivo idejo in dobro preučiti razpisano temo. Sledi razmišljanje in oblikovanje ideje za izdelavo turistične naloge, predstavitev in promocijski spot. Pri pripravi in pisanju naloge z učenci uporabimo različne metode raziskovalnega dela. Učenci po spletu iščejo informacije in turistične produkte, ki so povezani z idejo in razpisano temo, pridobivajo informacije o že obstoječi turistični ponudbi v domači pokrajini, možnosti za razvoj turizma, aktualne trende v turizmu in možnosti trženja.

Metoda, ki se je že velikokrat izkazala za učinkovito, je metoda viharjenja možganov. Z metodo želimo izvedeti, na kaj pomislimo ob dani temi in na ta način je zbranih zelo veliko zanimivih idej. Potem sledi iskanje in izbiranje, zanimive in uresničljive ideje, odkrivanje obstoječe turistične ponudbe v domačem okolju ali iskanje nove. Domača pokrajina že ima nekaj zanimivih turističnih ponudb, v katere so vključene naravne in kulturne znamenitosti ter ponudbe lokalnih obrtnikov. Goričko ima tudi nastanitvene zmogljivosti, ki poleg nastanitve ponujajo dobro osnovo za pripravo različnih dogodkov.

Delo pri turističnem krožku je zelo razgibano, saj vključuje različne metode in oblike dela. Velikokrat je potrebno usklajevati čas in urnike učencev, ki so ponavadi vključeni v različne dejavnosti. Srečujemo se po pouku, popoldan, tudi ob sobotah, če ne najdemo drugega termina.

## 2. TURISTIČNI KROŽEK

V večletnem odkrivanju turističnih potencialov domače pokrajine smo iskali kulinarčne zaklade, spoznavali bogato kulturno dediščino naših babic, iskali možnosti zelenega turizma, organizirali tabore in športne prireditve, oblikovali turistični spominek, iskali zanimive zgodbe ter načrtovali kolesarske poti. S turističnim produktom izkazujemo spoštovanje do dediščine in tradicije goričke pokrajine in raziskovanje možnosti, s katerimi bi zaklade naših krajev predstavili čim širšemu krogu ljudi. Goričko je prava zakladnica, ki ponuja možnosti športnega, kulinarčnega in kulturnega turizma. Ima dobre osnove za razvoj turizma in je v zadnjih letih vedno bolj priljubljena destinacija, saj z neokrnjeno naravo ponuja umik iz mestnega vrveža in vsakodnevnega hitenja. Na Goričkem si lahko obiskovalec ali turist vzame čas zase in se prepusti razvijanju.

Tako je v vseh teh letih raziskovanja in načrtovanja nastalo deset različnih turističnih nalog, ki so plod aktivnega dela sodelujočih učencev in mentorice, skupaj s sodelovanjem različnih društev, lokalnih ponudnikov, obrtnikov, ustanov in organizacij. Z vsako nalogo smo se predstavili na turistični tržnici in posneli tudi nekaj promocijskih spotov.

### a) KOŠARICA »TVOJE JUTRO«

V turistični nalogi je predstavljena ideja o »pristnem« lokalnem kulinaricnem spominku s trajnostnim pridihom. Kulinaricni košarici, v obliki ladjice, smo naredili ime »Tvoje jutro«, saj se opira na tradicijo in dedišcino, ki označujeta Goričko, njeno krajino in način, kako so prebivalci stoletja živeli v sožitju z njo. S košarico nagovorimo turista, da si vzame čas zase, se prepusti jutranjemu razvajanju ter se poda na pot odkrivanja okusnih zakladov Goričkega.

Košarica vsebuje čaj Džabuka s sivko, čaj Grüjška z vrtnico, sladki sadni namaz Džabuka in sadni sladko-pikantni namaz Grüjška. Osnovna sestavina izdelkov v košarici je sadje iz visokodebelnega travniškega sadovnjaka, ki predstavlja kulturno goričko krajino. Namazom in čaju so dodane jedilne vrtnice ter zelišča, ki izdelkom dodajo aromatičnost ter okus, ki ga bo turist še dolgo nosil kot lep spomin na potepanje po Goričkem. Prav posebno noto dajejo jedem izključno lokalno pridelane sestavine ali zelišča ter sadje iz Posestva Mala Rosa.

Odločili smo se, da izdelke ponudimo v unikatni, ročno spleteni košarici iz koruznega ličja. S tem smo želeli poudariti pomen rokodelcev Krajinskega parka Goričko, ki ohranjajo tradicionalne, a že nekoliko pozabljene, domače obrti. Košarica ima tudi ekološko noto, saj jo je moč uporabiti kot spominek, ki bo krasil naš dom ali pa ga uporabiti kot košarico.

Za nas je ohranjanje prekmurščine kot narečja zelo pomembno, zato smo se odločili, da spoštovanje dedišcine izkažemo s poimenovanjem v prekmurščini, čaju in namazu, katerega osnova je jabolko, smo naredili ime »Džabuka«, čaju ter namazu, katerega osnova je hruška, pa »Grüjška«.

Želeli smo kulinaricni spominek, ki bo pristen, naraven, lep, tradicionalen, lokalni in bo tako velik poklon bogati tradiciji ter bo odraz našega spoštovanja bogate dedišcine Goričkega. S turističnim produktom smo sledili tudi sodobnim oblikam turizma, ki v ospredje postavlja odkrivanje destinacije preko lokalne hrane. Želeli smo, da popotnik, ki raziskuje Goričko, spoznava njene lepote, doživi pristno kulinaricno dogodivščino, katera se ga bo dotaknila in pustila neizbrisan pečat.

Ustvarili smo zanimiv, edinstven, uporaben in na izgled privlačen spominek, ki bo združeval spoznanja o tipičnih značilnostih Goričkega in bo turista, kateri bi odnesel spominek v domače okolje, nato še dolgo spominjal na prijetna doživetja.

Ker želimo, da bi gostje začutili čarobno Goričko, bi se lahko razvajali kar pod okriljem starega, obnovljenega senika. Prepustili bi se kulinaricnemu razvajanju v prijetnem ambientu, na terasi senika s prečudovitim pogledom na visokodebelni sadovnjak ter okoliške griče.



SLIKA 1: Košarica »Tvoje jutro«.

## b) ZMIGAJ SE NA GORIČKO

V nalogi je predstavljena ideja o večdnevem taboru, v okviru katerega se prepletajo raznolike športne aktivnosti. V nalogi vrstnike nagovarjamo, da se »zmigajo« ven, v naravo in nekaj dni aktivno preživijo čas na Goričkem. Namen naloge je spodbujanje mladih k aktivnemu in kakovostnemu preživljanju prostega časa. Športni tabor je organiziran kot preplet raznovrstnih športnih aktivnosti in ostalih sproščujočih in razvedrilnih dejavnosti v okrilju neokrnjene goričke pokrajine. Namenili smo ga osnovnošolcem, starim od 11 do 15 let, športno aktivnim, kot tudi tistim manj »športnim«, saj smo v program uvrstili družabna srečanja in manj zahtevne športne dejavnosti, za katere ne potrebuješ posebnega športnega znanja in kondicije.

Pri snovanju programa smo sledili ideji, da moramo poiskati takšne dejavnosti, ki bi bile dovolj zanimive mladim, da bi se bili pripravljene »odklopiti« od sodobne tehnologije ter se »zmigati« v naravo in tam aktivno preživeti prosti čas.

Dejavnosti tabora smo razporedili na štiri dni in pri izbiri dejavnosti pazili, da ne bi bile prezahtevne. Prvi dan, bi se udeleženci tabora odpravili na krajši sprehod v okolico nastanitvenega centra, v popoldanskem času pa bi bila predstavitev individualnega športa karate, oblačila ter nekaj osnovnih tehnik gibanja in samoobrambe. Večer bi bil namenjen spoznavanju in štafetnim igram. Drugi dan bi spoznavali hokej na travi in igrali nogomet, ki ga predstavi ženski nogometni klub. Zvečer bi se udeleženci uzrli v nočno nebo, opazovali planete ter zvezde in izdelovali sončne ure. Tretji dan bi razvijali svoje spretnosti pod košem, saj bi se pomerili v igranju košarke, kolesarili, imeli fitnes na prostem in družabni večer. Zadnji dan bi strnili vitise udeležencev, sledil bi zaključek tabora in odhod domov.

Udeleženci bi bili nastanjeni v Turističnem nastavitvenem centru Peterloug, ki se nahaja v Markovcih na Goričkem. Tabor bi bil izvrstna promocija Goričkega in njenih zakladov kot destinacije za razvoj mladinskega turizma s poudarkom na športnih aktivnostih.

### **c) GÜJŽINA POD SENIKOM**

V turistični nalogi je predstavljena ideja o tradicionalnem lokalnem obroku kot neke vrste kulinarčno doživetje ali kot degustacijski dogodek, s katerim smo predstavili bogato kulinarčno tradicijo domače pokrajine. Gost oz. turist bi tako na poseben način spoznal pokrajino, jo doživel, okusil ter bi delček spoznanj odnesel s seboj.

Turist bi se na svojem potepu po Goričkem ustavil na Posestvu Mala Rosa v Stanjevcih in se okrepčal v obliki malice oz. güjžine kot se malica imenuje na Goričkem. Kulinarčno potovanje in razvajanje brbončic bi se odvijalo pod okriljem lepega, domačega ambienta, pod starim senikom. Tu bi se gost udobno namestil in se prepustil kulinarčno razvajati. Gost bi v treh hodih odkrival skrivnosti in bogastvo okusov jedi, ki sestavljajo güjžino.

Jedi güjžine pod senikom so pripravljene po recepturah naših babic, a jim je dodano nekaj novega in so ponujene v novi preobleki. Glavne sestavine jedi so povezane s tradicijo in lokalno kulinariko. V jedeh se prepletajo pšenica, mak, jabolka, med in bučna semena. To nas je spodbudilo, da smo v sodelovanju z gospo Alenko oblikovali in razvili tradicionalni lokalni obrok, narejen izključno iz tradicionalnih lokalnih sestavin, saj se zavedamo, da lokalno pridelana hrana na naravi prijazen način, je najboljše, kar lahko nudimo sebi in ponudimo tudi gostom, ki obišejo Goričko. Gostje bi v treh hodih odkrivali skrivnosti lokalnega kulinarčnega obroka. Ob prihodu bi jih pričakal topel ali hladen sadno – zeliščni napitek iz zelišč in sadja, pridelanega na posestvu, ki pa bi bil gostom na voljo ves čas »güjžine«. Nato bi gostom postregli svež kruh z bučnimi

semeni in zeliščnim namazom ter jogurt z makom, orehi in pečenimi jabolki z medom. V drugem hodu bi bila zelenjavna pita s krhkim makovim testom na solatni posteljici ter zeliščnim prelivom in sesekljanimi bučnimi semeni. V tretjem hodu bi gostje pokušali domače mavrične makove rezance ter se posladkali z zapečenimi palačinkami z makom. Čisto za konec pa bi goste razvajali z makovo potico.

Dogodek bi bil izvrstna promocija Goriškega in Prekmurja, saj so jedi narejene izključno iz sestavin, ki so pridelane na Posestvu Mala Rosa ali pa so jih pridelale pridne roke okoliških kmetovalcev. Hkrati bi s tem dopolnili turistično ponudbo Goriškega ter popestrili in obogatili dogajanje v lokalnem okolju. S skrbno načrtovanim trženjem in promocijo pa bi si prizadevali, da bi dogodek zaobjel tudi širši krog ljudi, ki bi zašli na Goričko in se prepustili kulinaricnemu razvajanju in užitkom.



SLIKA 2: Gūžina pod senikom.

## č) GORIČKA KIJANCA

Pri iskanju ideje za festival smo izhajali iz dejstva, da Goričko leži na stičišču različnih kulturnih tokov in da je njegovala pestra in edinstvena kulturna dediščina rezultat specifične in zelo pestre zgodovine. To nas je spodbudilo k iskanju edinstvenih in prepoznavnih značilnosti našega kraja. Z izdelavo naloge je predstavljena naša ideja o organizaciji festivala v domačem kraju, katerega rdeča nit je kulinarika. Z namenom, da bi zadišalo po goriških jedeh ter da bi festival obiskalo čim več obiskovalcev, smo dodali še animacijo za otroke, kulturni program in zabavo z glasbeno skupino.

Festival smo si zamisli kot enodnevni dogodek, ki bi se odvijal na treh prizoriščih. Na spodnjem igrišču bi bila postavljena kulinaricna tržnica. Obiskovalci bi se sprehodili med stojnicami, na katerih bi se predstavili lokalni ponudniki in turistična društva domače občine ter sosednjih občin. Lokalni ponudniki bi predstavili svoje izdelke, katere bi lahko obiskovalci tudi okušali in se tako seznanili z lokalno ter ekološko pridelano hrano. Turistična društva pa bi obiskovalcem predstavila izdelke domače in umetnostne obrti ter jedi narejene po starih receptih naših babic in dedkov.

Osrednje igrišče bi bilo namenjeno najmlajšim obiskovalcem. Ti bi lahko obiskali različne ustvarjalne kotičke, v katerih bi preizkusili svoje spretnosti v zabavnih igrah ter se preizkusili v pripravljanju sladice.

Zgornje igrišče bi bilo namenjeno kulturi in zabavi. Kulturni program bi naznanil začetek festivala. Na njem bi se predstavila Osnovna šola Gornji Petrovci, program pa bi popestrila kulturna društva domače občine in sosednjih občin, ki bi predstavila tradicionalne goriške plesne.



Obiskovalci bi se nasmejali izvirnim skečem, ki so nastala izpod peres aktivnih članov kulturnih društev. Na koncu bi obiskovalce zabavala glasbena skupina.

Pri oblikovanju turističnega produkta nas je izzvalo dejstvo, da z zanimivo vsebino, dobro organizacijo, lahko festival obogati dogajanje v lokalnem okolju. S skrbno načrtovanim trženjem pa lahko zaobjame tudi širši krog ljudi, kateremu se predstavi bogata kulturna dediščina Goričkega.

Z izdelavo naloge smo pridobili veliko znanja in izkušenj ob načrtovanju festivala, okrepila pa se je tudi vez z domačo pokrajino.

#### **d) »KORBLIN« GORIČKIH DOBROT**

Z nalogo predstavljamo idejo o turističnem spominku domačega kraja. Želeli smo, da bi bil naš spominek odsev kulturne dediščine naše pokrajine, uporaben in na izgled privlačen. Tako smo na osnovi bogate in edinstvene kulinarike Goričkega oblikovali kulinarični spominek v obliki darilnih košaric oz. »korblinov« kot jih poimenujemo na Goričkem.

V nalogi so predstavljeni trije kulinarični paketi: »Korblin« bučnih dobrot, »Korblin« sladkih sanj in »Skrinjica babičinih dobrot«. Vsak kulinarični paket temelji na eni tipični sestavini goričke kulinarike. Nekaterim košaricam smo dodali preproste recepte naših babic za enostavne in slastne goričke dobrote, ki se jih lahko pripravi iz sestavin v naših »korblinih«.

Sestavine »korblinov« so proizvodi lokalnih proizvajalcev, ki že ponujajo tipične in za našo regijo značilne okuse v obliki različnih izdelkov. Pri oblikovanju kulinaričnega spominka smo upoštevali tudi ekološko pridelavo. Odločili smo se, da izdelke ponudimo v unikatnih, ročno izdelanih košaricah in skrinjicah rokodelcev Krajinskega parka Goričko, ki ohranjajo tradicionalne, a že nekoliko pozabljene domače obrti.

Namen naloge je oblikovati zanimivo promocijo domače pokrajine ter njenih zakladov, ki jo je turist doživel in okusil, ter da bi delček spoznanj odnesel s sabo domov in jo podoživel ob pripravljanju goričkih dobrot.



**SLIKA 3:** »Korblin« goričkih dobrot.

#### **e) Kultura in turizem KAK JE INDA FAJN BILO**

Z nalogo želimo predstaviti idejo o turistični ponudbi kulturnega turizma v obliki tridnevnega tabora za mlade, ki bi želeli skozi čutno doživljanje (vonji, okusi), zabavne aktivnosti (ples, glasba, igre) spoznati bogato, zanimivo in edinstveno kulturno dediščino Goričkega ter odkriti in doživeti čas otroštva babic in dedkov.

V obliki delavnic bi tako udeleženci spoznali in se preizkusili v pripravi tipičnih jedi Goričkega, ki so jih nekoč pripravljali na vasi, spoznali bi igrače in ljudske gibalne igre, s katerimi so si krajšale čas naše babice, izdelovali rože iz različnih materialov ter se naučili nekaj starih plesov ter pesmi, ki so jih plesali in peli nekoč. Rdeča nit vseh delavnic bi bila druženje in krepitev tistih veščin, ki so zaradi uporabe »pametne« tehnologije postale drugotnega pomena. Vrstnikom želimo približati kulturno dediščino, da mladi aktivno preživijo prosti čas in se družijo s svojimi vrstniki in da tabor postane del lokalne turistične ponudbe.

Namen naloge je oblikovati zanimivo promocijo domačega kraja, ki ima zelo bogato ter edinstveno kulturno in naravno dediščino, ki je še v veliki meri neodkrita. Sam turistični proizvod ima velik potencial uresničitve in izvedbe, saj je tako tudi pripravljen.

### **3. SKLEP**

Učenci se pri turističnem krožku seznanijo z osnovami za razvoj turizma v domačem kraju in pokrajini, spoznavajo naravno in kulturno dediščino v domačem okolju, odkrivajo in vrednotijo zanimivosti, ki bi pritegnile njih same in obiskovalce, spoznavajo različne nove ljudi, društva, lokalne ponudnike in ustanove, spoznavajo načine pridobivanja in posredovanja informacij, razvijajo sposobnost kulturnega komuniciranja in javnega nastopanja.

Oblikovanje turističnega produkta učence postavi pred preizkušnjo polno izzivov. Z izdelavo turistične naloge pridobijo veliko novih znanj in izkušenj. Potrebno je opraviti veliko dela na terenu in pogovorov s ponudniki, društvi in organizacijami, s katerimi bodo sodelovali. Ob tem se seveda naučijo, kako pomembna je dobra komunikacija in medsebojno sodelovanje. V turistično nalogo je vedno vložena veliko dela in časa. V procesu nastajanja nalog učenci spoznajo, da je za uspešno delo potrebna velika mera potrpežljivosti, sodelovanje, sklepanje kompromisov ter medsebojna komunikacija.

S turističnimi idejami so učenci ugotovili, da je pri oblikovanju dobrega turističnega produkta potrebno povezovanje in sodelovanje ponudnikov v celoto. Spoznali so nove možnosti promocije in popestritve obstoječe turistične ponudbe ter odkrivali značilnosti butičnega turizma.

Posebna izkušnja je vezana na snemanje promocijskega spota, saj so spoznali, da je potrebno veliko snemalnih minut, ponovitev, da lahko nato ustvariš nekajminutni spot.

Veliko pozornost so namenili promociji in proučili številne možnosti trženja, saj se zavedajo, da samo dobra ideja ni dovolj. Z različnimi nalogami so želeli kot turistični podmladek pokazati, da v prihodnost domačega kraja zrejo z veliko mero optimizma in se zavedajo, da je lahko prav turizem tista dejavnost, ki prinaša domačemu okolju nove zaposlitve.

#### **4. ZAHVALA**

Zahvaljujem se vsem, ki so pomagali pri nastajanju in izdelavi turističnih nalog, promocijskih spotov, predstavitvi na turistični tržnici, posredovanju različnih informacij ter izvedbo vseh načrtovanih dejavnosti in aktivnosti.

## LITERATURA IN VIRI

- [1] Okusi Slovenije. Dostopno na spletnem naslovu: <https://www.slovenia.info/sl/poslovne-strani/slovenija-evropska-gastronomska-regija-2021>.
- [2] Posestvo Mala Rosa. Dostopno na spletnem naslovu: <https://odprtakuhinja.delo.si/triki-in-namigi/posestvo-mala-rosa-izletniska-kmetija-ki-navdusuje-s-kulinaricnimi-vrtnicami>.
- [3] Krajinski park Goričko. Dostopno na spletnem naslovu: <http://www.park-goricko.org/sl>.
- [4] Občina Gornji Petrovci. Dostopno na spletnem naslovu: <https://www.gornji-petrovci.si>.
- [5] Brošura: Občina Gornji Petrovci, Avtor brošure: Aleksander Ružič.
- [6] Svečak, T. (2016). Trženje turističnih spominkov v Sloveniji. Diplomsko delo, BB izobraževanje, Višja strokovna šola.
- [7] Izbirni predmet učni načrt Turistična vzgoja. Dostopno na spletnem naslovu: [https://www.gov.si/assets/ministrstva/MIZS/Dokumenti/Osnovna-sola/Ucni-nacrti/izbirni/1-letni/Turisticna\\_vzgoja\\_izbirni.pdf](https://www.gov.si/assets/ministrstva/MIZS/Dokumenti/Osnovna-sola/Ucni-nacrti/izbirni/1-letni/Turisticna_vzgoja_izbirni.pdf).

## **MOBILNI TELEFONI V ROKAH PETOŠOLCEV**

### **POVZETEK**

Uporaba naprav z zasloni se implementira v vedno več ravni življenja in postaja pomemben del vzgojno-izobraževalnega procesa. Starost, pri kateri učenci začnejo z uporabo mobilnih naprav, se vztrajno niža, obenem pa so učenci pri spremljanju digitalnih vsebin vedno bolj samostojni. Posledično je pomembno, da najmlajše uporabnike na digitalnem področju usmerjamo in primerno omejujemo – v skladu s Časovnimi priporočili za uporabo zaslonov v prostem času je zgornja priporočena meja za učence druge triade uro in pol na dan. Neupoštevanje smernic lahko negativno vpliva na otrokovo šolsko delo in kognitivni razvoj, kot tudi na telesno in duševno zdravje. Ključni elementi problematike uporabe mobilnih telefonov z vidika vzgoje in izobraževanja se nakazujejo predvsem v kontekstu zmanjšanje pozornosti, sposobnosti učenja, razvijanja abstraktnega mišljenja in kreativnosti, kar rezultira v nižji učni učinkovitosti. Namen pričujočega prispevka je predstaviti analizo podatkov raziskave, ki sem jo opravila na 57 učencih 5. razreda, in aktivnosti z učenci, izvedenih po evalvaciji ankete. Izstopa predvsem podatek o dnevni uporabi telefona, ki pri petini učencev presega meje časovnih priporočil, prav tako se slaba tretjina učencev ne zaveda negativnih posledic uporabe. Zaskrbljujoč je tudi podatek o pojavnosti neprimerne komunikacije, žaljenja in nadlegovanja – kar 40 % učencev se je z njimi že srečalo. Relevantna informacija, ki odpira potencial za snovanje pedagoških intervencij, je visok delež zavedanja učencev o negativnem vplivu mobilnih telefonov na učno učinkovitost in vzporedna majhna utilizacija mobilnih telefonov za usvajanje šolskih učnih vsebin.

**KLJUČNE BESEDE:** mobilni telefoni, odvisnost, čas za zasloni.

## **MOBILE PHONES IN THE HANDS OF FIFTH GRADERS**

### **ABSTRACT**

The use of screen devices is being implemented in increasingly more aspects of life and is becoming an important part of the educational process. The age at which students begin using mobile devices is steadily decreasing, while students are becoming increasingly independent in monitoring digital content. Consequently, it is important to guide and appropriately limit the youngest users in the digital domain – according to Screen Time Recommendations for Leisure Time, the upper recommended limit for students in the second three grades of primary school is an hour and a half per day. Disregarding these guidelines can negatively impact a child's academic performance and cognitive development, as well as their physical and mental health. The key issues of using mobile phones in the context of education are primarily indicated in the context of reduced attention, learning abilities, development of abstract thinking, and creativity, resulting in lower learning effectiveness. The purpose of this article is to present an analysis of the research data conducted on 57 fifth-grade students, and activities with students conducted after the survey evaluation. Particularly noteworthy is the data on daily phone usage, which exceeds the time recommendations for a fifth of the students, and likewise, a third of the students are unaware of the negative consequences of usage. Also concerning is the prevalence of inappropriate communication, insults, and harassment – 40% of students have encountered them. A relevant piece of information, opening the potential for pedagogical interventions, is the high awareness among students of the negative impact of mobile phones on learning effectiveness and the parallel low utilization of mobile phones for acquiring school learning content.

**KEYWORDS:** mobile phones, addiction, screen time.

## 1. UVOD

Število uporabnikov mobilnih naprav se iz leta v leto povečuje. Med delovno aktivnim prebivalstvom redko najdemo koga, ki ne uporablja pametnega ali pa vsaj preprostega mobilnega telefona. Starost pri kateri posameznik začne z uporabo mobilnih naprav se vztrajno niža, cone brez zaslonov pa postajajo vedno manj pogoste. Uporaba naprav z zasloni se počasi implementira v vse aspekte življenja in postaja tudi pomemben del učno-vzgojnega procesa. Učenci so pri spremljanju digitalnih vsebin vedno bolj samostojni, kar je vidno tudi v prostočasnih aktivnostih, ki vedno pogosteje temeljijo na digitalnih vsebinah. Ker se otrokom jezika tehnologije ni potrebno priučiti, ampak z njim rastejo in ga spontano usvajajo, so v večini primerov pri uporabi tehnologije naprednejši od staršev. Posledično je pomembno, da najmlajše uporabnike na digitalnem področju usmerjamo in primerno omejujemo. V skladu z novimi navadami otrok in mladostnikov so nastala tudi Časovna priporočila za uporabo zaslonov v prostem času. Za predšolske otroke je uporaba zaslonov močno odsvetovana, pri čimer je pred vstopom v šolo dovoljena ena ura uporabe zaslonov na dan, v navzočnosti staršev. Starši otrok v prvi triadi osnovne šole naj otrokov čas pred zaslonom omejijo na največ eno uro na dan, medtem ko je zgornja priporočena meja za učence druge triade uro in pol na dan. Neupoštevanje smernic lahko negativno vpliva na posameznikovo telesno in duševno zdravje ter splošno socialno blagostanje. Pomembno se je zavedati, da je raba zaslonov v prostem času, ob ustrezni regulaciji lahko tudi koristna, npr. v obliki zabavnih izobraževalnih vsebin. Uporaba mobilnih naprav ima tudi pozitivne učinke, kot so občutek varnosti za starše in otroke ter z njo povezana komunikacija, pridobivanje in razvijanje novih spretnosti ter večja prilagodljivost različnim skupinam ljudi.

## 2. VPLIVI MOBILNIH TELEFONOV NA OSNOVNOŠOLCE

### a) POZITIVNI VPLIVI UPORABE MOBILNIH TELEFONOV

Mobilni telefoni imajo nesporen pozitiven potencial na področju vzgoje in izobraževanja, ki ga lahko s premišljeno in odgovorno uporabo izkoristimo. V prvi vrsti velja izpostaviti dostopnost virov znanja in možnosti za pridobivanje in razvijanje novih spretnosti – od aplikacij za učenje tujih jezikov, kvizov, učenja inštrumenta, reševanja matematičnih nalog do učenja programiranja, digitalnih umetniških tečajev in e-inštrukcij. Ob tem velja opozoriti na nasičenost ponudbe edukativnih aplikacij, ki jo je pri mladih uporabnikih potrebno selekcionirati in primerno nadzirati.

Pri učencih druge triade je pomemben pozitiven vidik mobilnih telefonov občutek varnosti tako za otroke kot starše. Eden od vodilnih argumentov za nakup telefona otroku je dosegljivost in varnost, kar je v kontekstu razgibanih šolskih in obšolskih aktivnostih popolnoma legitimno, saj nam telefon daje več fleksibilnosti – krožki, treningi in aktivnosti po šoli. Obstajajo tudi aplikacije, ki omogočajo nadzor nad lokacijo telefona ali te opomnijo, da obvestiš starše, da si varno prispel domov. Točka razmisleka se na tem mestu poraja glede zasebnosti in možnosti zlorabe s strani tretje osebe. Drug vidik sta lažja komunikacija in dosegljivost – tako oseb kot tudi informacij. Ob tem bi izpostavila primer prakse iz šole v naravi, kjer otroci čez dan telefonov nimajo pri sebi, kar nam omogoča večjo poglobitev v učne aktivnosti in vsebine brez distrakcij, obenem pa se zvečer lahko javijo staršem in delijo vtise dneva.

Med časom pandemije in pouka na daljavo smo iz prve roke izkusili pozitivno vlogo mobilnih telefonov v učnem procesu – omogočili so večjo prilagodljivost različnim skupinam ljudi, lažjo koordinacijo pouka (spletna orodja, e-učilnica z nalogami, posnetki predavanj) in prihranek časa. Zahtevno obdobje prilagoditev so naredili lažje, učencem so omogočali virtualen stik drug z drugim, substitut sekundarne socializacije, za katero bi bili drugače prikrajšani.

#### b) NEGATIVNI VPLIVI UPORABE MOBILNIH TELEFONOV

Negativne učinke prekomerne uporabe mobilnih naprav opazimo pogosteje, saj so ti tudi številčnejši. Vse pogostejša uporaba med otroki ima lahko negativen učinek na njihovo šolsko delo in kognitivni razvoj. Raziskave [3] kažejo, da otroci vse več miselnih nalog prelagajo na svoje telefone, kar lahko vpliva na njihovo sposobnost učenja, pozornost, abstraktno mišljenje in kreativnost. Eden od ključnih problemov je prekinjanje pozornosti. Otroci hitro zaznajo dražljaje, ki jih povzroča njihov telefon, kar lahko moti njihovo koncentracijo na šolsko delo s čimer se zniža učna učinkovitost. Mobilni telefoni vse pogosteje prevzemajo vlogo spomina, saj v njih v lahkoto shranimo veliko količino enostavno dostopnih informacij, ki bi jih običajno spravili v dolgoročni spomin. Pretirano zanašanje na mobilni telefon kot shrambo informacij so avtorji poimenovali »Google efekt« [3] ali kasneje »digitalna amnezija« [1]. Omenjen fenomen vpliva na nižanje izkušenjskega znanja, prostorske orientacije in kapacitete delovnega spomina, ki so ključne predispozicije za osvajanje novega znanja.

Ker so osnovnošolci po razvojnih parametrih še zmeraj v fazi razvoja je pomemben dejavnik fizičnega in duševnega zdravja tudi kvaliteta in kvantiteta spanja. Raziskave kažejo, da se je v letih od 2012 do 2015 število mladih, ki so spali manj kot sedem ur na noč povečalo za 22 %, kar ni v skladu s strokovnimi smernicami, ki mladostnikom priporočajo 9 ur spanca. Nenaden porast se povezuje z uporabo elektronskih naprav, saj najmanj spanca prejmejo tisti, ki elektronske naprave uporabljajo več kot tri ure na dan in so redno aktivni na družbenih omrežjih [4].

### 3. HIŠNI RED IN UPORABA MOBILNIH TELEFONOV NA NAŠI ŠOLI

Na površinah Osnovne šole I Murska Sobota hišni red ne dovoljuje uporabe mobilnih telefonov. V šoli je prepovedano kakršnokoli snemanje ali fotografiranje šolskih prostorov, sošolcev in vseh zaposlenih na šoli. Dovoljeno pa je fotografiranje ali snemanje učencev za potrebe šole ter javno predvajanje v medijih in na spletnih straneh, če s tem soglašajo starši.

V šoli je med poukom in drugimi dejavnostmi prepovedana uporaba mobilnih telefonov in drugih elektronskih naprav. Če želi učenec opraviti nujni klic, se mora dogovoriti z učiteljem oziroma klic opravi v tajništvu šole.

V Pravilih šolskega reda, s katerimi so seznanjeni vsi učenci in so objavljena na spletni strani šole, je zapisano nekaj pravil, ki se jih morajo učenci držati:

- vnašanje mobilnih telefonov in drugih elektronskih naprav v prostore šole je dovoljeno izključno na lastno odgovornost,
- učencem se svetuje, da mobilnih telefonov in drugih elektronskih naprav iz varnostnih razlogov ne uporabljajo na poti v in iz šole,

- mobilni telefon in druge elektronske naprave morajo biti izklopljene in pospravljene v šolski torbi, ki je stalno pod nadzorom učenca. V garderobnih omaricah jih pustijo na lastno odgovornost,
- prepovedana je uporaba mobilnih telefonov in drugih elektronskih naprav v šolskih prostorih. Mobilni telefoni in druge elektronske naprave se lahko uporabljajo pri učni uri v učne namene, izključno v soglasju in po navodilih učitelja,
- pravila uporabe mobilnih telefonov in drugih elektronskih naprav na ekskurzijah, dnevih dejavnosti, v šoli v naravi in drugih aktivnostih, ki jih organizira šola, določi vodja dejavnosti,
- najstrožje je prepovedano mobilno nadlegovanje, nepooblaščenno slikanje in snemanje saj se kršenje tega pravila se lahko tudi sodno preganja,
- v nujnih primerih lahko učenec uporabi telefon za namene klicanja v tajništvu šole, pisarnah šolske svetovalne službe ali ob prisotnosti učitelja, ki da dovoljenje,
- neupoštevanje pravil uporabe mobilnih telefonov in drugih elektronskih naprav se smatra za kršitev pravil šolskega reda. V primeru uporabe se učenca opozori, da mobilni telefon ali drugo elektronsko napravo ugasne in pospravi. V primeru, da učenec kljub opozorilu nadaljuje z uporabo, sledi začasni odvzem mobilnega telefona ali druge elektronske naprave, s katero učenec moti izvedbo pouka. Mobilni telefon ali druga elektronska naprava se shrani na posebej za te namene določenem varovanem mestu v pisarni ravnatelja. Mobilni telefon ali drugo elektronsko napravo učenec izklopi in jo da v kuverto, ki jo sam zalepi. O odvzemu dotični učitelj oz. po dogovoru razrednik obvesti starše. Že takoj starše in učenca ustno obvesti, da ob naslednjem odvzemu mobilnega telefona ali druge elektronske naprave sledi ukrep, da ga ne morejo prevzeti naslednjih 72 ur. Po predmet morajo priti starši,
- ob prvem prevzemu telefona ali druge elektronske naprave, starše seznanimo in hkrati podpišejo izjavo, da ob naslednjem odvzemu telefona sledi ukrep, da telefona ne morejo prevzeti naslednjih 72 ur,
- pravilo o uporabi mobilnega telefona in drugih elektronskih naprav med poukom spoštujejo tudi vsi zaposleni in so učencem vzgled,
- šola ne odgovarja za izgubljene, poškodovane ali ukradene mobilne telefone in druge elektronske naprave.

Integracija mobilnih telefonov v učni proces je omogočena v smislu iskanja podatkov o obravnavani učni vsebini, iskanja odgovorov na postavljena vprašanja, dostop do e-učilnice, slikanje pri dnevih dejavnosti, snemanje govornega nastopa, vpogled v urnike in usklajevanje skupinskega dela.

#### **4. REZULTATI ANKETE IN DISKUSIJA**

Med učenci 5. razreda na naši šoli sem izvedla anketni vprašalnik, kjer me je zanimalo:

- ali imajo učenci mobilne telefone in v kateri starosti so jih dobili,
- v kolikšni meri uporabljajo telefone,
- katera spletna omrežja uporabljajo,
- ali imajo s strani staršev omejeno uporabo telefona,
- ali poznajo negativne učinke telefonov,
- ali so bili že deležni neprimerne komunikacije ali nadlegovanja preko telefona,
- ali so pri sebi zaznali negativne posledice zaradi uporabe telefonov,



- ali upoštevajo prepoved uporabe mobilnih telefonov v šoli in če jim je bil telefon morebiti v šoli že odvzet,
- v kolikšni meri uporabljajo telefon za osvajanje učnih vsebin.

Učenci in učenke petega razreda osnovne šole so v veliki večini lastniki lastnega mobilnega telefona, pri čemer so jim ga najpogosteje kupili starši. Samostojna uporaba mobilnega telefona se pri večini prične že v prvi triadi osnovnošolskega izobraževanja, kar sovпада z normativno povečanim udeleževanjem učencem v izvenšolskih aktivnostih. Komunikacija s pomočjo mobilnih naprav v osnovi ni sporna, saj lahko zagotavlja višjo stopnjo varnosti in olajša nujno informiranje staršev, vendar časovni podatki o dnevni rabi telefona ponujajo zaskrbljujočo sliko. Ekрани petošolcev se namreč najpogosteje izklopijo po 1 – 2 urah dnevne uporabe, kar presega časovna priporočila za uporabo zaslonov v prostem času [2]. Smiselno je izpostaviti tudi dejstvo, da mobilni telefoni niso edini dejavnik časa pred zasloni, zato je situacija najverjetneje še veliko bolj zaskrbljujoča. Kljub temu kar ena tretjina staršev otroka pri rabi mobilnih naprav ne omejuje, kar še dodatno povečuje možnost potencialno negativnih posledic prekomerne izpostavljenosti. Petošolci mobilne telefone primarno obravnavajo kot vir zabave (npr. igranje iger, ogled zabavnih videoposnetkov) in orodje za komunikacijo, kar lahko negativno korelira s sposobnostmi ohranjanja pozornosti in vsakdanjih komunikacijskih sposobnosti. Slednje lahko povežemo tudi s samozaznano povišano pogostostjo konfliktov z bližnjimi, kot posledico uporabe mobilnih telefonov. Namen uporabe se odraža tudi v najpogosteje uporabljenih mobilnih aplikacijah, pri čemer prevladujejo Youtube, Snapchat in Viber, ki zagotavljajo preprost način komunikacije in hiter vir zabave, katere kvaliteta je vprašljiva in odvisna od odločitev uporabnika. Ob nespametni izbiri zabavnih vsebin, ki vključujejo sovražni govor, neresnične informacije ali druge starostno neprimerne vsebine, algoritmi posameznikove priporočene vsebine prilagodijo njegovim domnevnim interesom in jih nasičijo s sorodnimi temami. Ker kritično razmišljanje in vrednotenje v tej starosti še ni popolnoma razvito, ima lahko konzumiranje starostno neprimernih vsebin negativne posledice. Le polovica petošolcev svoje mobilne naprave uporabljajo tudi kot pripomoček za pridobivanje in osvajanje učnih vsebin. V večini svojih mobilne telefone povezujejo predvsem s priložnostnimi aktivnostmi, za dostopanje do digitalnih učnih vsebin pa uporabljajo druge medije.

Kljub temu, da posamezniki navajajo, da ob prepovedi uporabe telefona tega ne bi pretirano pogrešali, kar tri četrtine staršev odvzem mobilne naprave uporabljajo kot vzgojno orodje kaznovanja. Na podlagi odgovorov petošolcev je učinkovitost vzgojnega prijema odvzema mobilne naprave vprašljiva, hkrati pa je možno, da zaradi težnje po socialno zaželenih odgovorih, odzivi petošolcev niso reprezentativni. Ozaveščenost osnovnošolcev o negativnih učinkih prekomerne uporabe ni optimalna, saj se le dve tretjini vseh vprašanih zavedata njenih učinkov, pri čemer izpostavljajo predvsem ekstremne primere zasvojenosti in fizičnih poslabšanj zdravja ter popolnoma zanemarjajo vpliv na posameznikovo duševno zdravje. V večini primerih zmerno povišane uporabe se negativni učinki kažejo prav na tem področju v oblikah znižane pozornosti, samopodobe in kognitivnih sposobnosti, zato je implementacija dodatnih informativnih programov vezanih na to področje nujna [1]. Oviranje optimalnega delovanja kognitivnih sposobnosti se odraža tudi v samozaznani nižji učni uspešnosti, ki sledi kot posledica povišane rabe mobilnih telefonov. Petošolci so poročali tudi o znižanem številu ur spanja, zaradi uporabe

mobilnih telefonov. Spanec je ključen faktor razvoja otroka na prehodu v adolescenco, zato je vsak dejavnik, ki nasprotuje zadovoljevanju te osnovne fiziološke potrebe, problematičen [4].

Anonimnost, ki jo nudi komunikacija znotraj digitalnega sveta, odpira vrata neprimerni komunikaciji in žaljenju. Zasebnost posredovalca lahko privede do deindividuacije – fenomena, kjer se posameznik zaradi svoje anonimnosti vede bolj antisocialno kot bi se sicer [5]. Kar 40 % petošolcev je (preko telefona) v preteklosti že bila tarča nadlegovanja ali drugih oblik nespoštljive komunikacije. Omenjena statistika nakazuje na premajhno zavedanje uporabnikov o škodljivosti neprimerne komunikacije, tudi če je ta posredovana preko digitalnega medija. Posamezniki, ki so se s podano problematiko neposredno že soočili so v večini primerov ravnali pravilno in se iz situacije umaknili ali o dogodku obvestili odgovorno osebo. Na površinah osnovne šole velja striktna politika prepovedi uporabe mobilnih telefonov, ki se kaznuje s takojšnjim odvzemom naprave in traja do prihoda staršev ali skrbnikov. Uporaba mobilnih naprav med šolskim časom namreč ogroža učinkovitost vzgojno-učnega procesa. Vsi petošolci se tega zavedajo in se omenjenega pravila tudi držijo. V prvi in drugi triadi je odvzem telefona med učnim procesom zelo redek, kar potrjujejo tudi podatki, da še nobenemu petošolcu do sedaj mobilni telefon ni bil odvzet.

Po evalvaciji anketnega vprašalnika sem rezultate predstavila učencem in v razredu opravila dejavnosti, ki naslavlajo ključne točke in ugotovitve raziskave:

1. SVETOVANJE in ozaveščanje staršev v okviru roditeljskega sestanka in govorilnih ur, da skupaj z otrokom postavijo pravila za uporabo telefona, omejijo dostop do nekaterih aplikacij, bolj proaktivno nadzorujejo otrokovo dogajanje v virtualnem svetu in dajejo zgled s svojim vedenjem. Obenem naj vzpodbujajo svoje otroke k uporabi digitalnih orodij učenja, ki so dostopna z mobilnim telefonom – e-učilnica, iskanje podatkov o obravnavani učni vsebini in odgovorov na postavljena vprašanja.
2. RAZGOVOR v okviru razrednih ur o postavitvi pravil za otroke, ki postanejo lastniki telefonov, pri čemer izpostavim pomen postavitve časovnih omejitev uporabe telefona in osnovne digitalno-higienske ukrepe: ponoči naj bo telefon izven sobe, v kateri spiš, med poukom in učenjem utišaj zvok za obvestila, določi čas za odgovarjanje na obvestila in dosegljivost, svoje fotografije objavljaj in pošiljaj premišljeno. Pogovorimo se tudi o spletnem nasilju in zasvojenosti, kako ju prepoznati in na koga se obrniti, seznanim jih s TOM telefonom.
3. OGLED VSEBIN na portalu [logout.org](http://logout.org): testi zasvojenosti, družinski medijski načrt, pomen digitalne detoksifikacije. Učenci so v skupinah zapisovali 4 pravila za varno rabo uporabe telefona, seznanila sem jih tudi s kvalitetnimi viri, ki naslavlajo problematiko digitalne varnosti in odvisnosti na razumljiv način (Safe.si, Logout, Varni na internetu).
4. MEDPREDMETNO POVEZOVANJE – igra vlog v okviru slovenščine, domišljijiski spis o prihodnosti uporabe telefona (»Opis mobilnega telefona čez 100 let«), izdelava ogleдалa, ki naslavlja pasti in možne zlorabe pri uporabi mobilnega telefona med mladimi v okviru likovne umetnosti.
5. OBISK policista v razredu v okviru projekta »Policist Leon svetuje« – učence je seznanil s pravilno rabo mobilnih telefonov z vidika varnosti in jim predstavil nekaj konkretnih primerov kraje telefona (po telefonu naj tujcem ne razlagajo, da so sami doma, če nosijo telefone v šolo, jih naj imajo shranjene v zaklenjeni omarici in naj poskrbijo za njihovo

varnost, zapišejo si naj identifikacijsko številko telefona, po kateri je telefon v primeru kraje možno najti).

## 5. SKLEP

V prispevku predstavljena analiza vprašalnikov 57 učencev 5. razreda potrjuje teoretična izhodišča o negativnih vplivih uporabe mobilnih telefonov med mladimi, pri čemer še posebej izstopa podatek o dnevni uporabi telefona, saj le-ta pri petini učencev presega meje časovnih priporočil, prav tako se slaba tretjina učencev ne zaveda negativnih posledic uporabe. Kljub temu kar ena tretjina staršev otroka pri rabi mobilnih naprav ne omejuje, kar še dodatno povečuje možnost potencialno negativnih posledic prekomerne izpostavljenosti. Zaskrbljujoč je tudi podatek o incidenci neprimerne komunikacije, žaljenja in nadlegovanja – 40 % učencev se je z njimi že srečalo, pri čemer pa velja izpostaviti pozitivno plat edukacije o digitalni varnosti – učenci so v večini primerov ravnali pravilno in se iz situacije umaknili ali o dogodku obvestili odgovorno osebo. Petošolci mobilne telefone primarno obravnavajo kot vir zabave in orodje za komunikacijo, kar lahko negativno korelira s sposobnostmi ohranjanja pozornosti in vsakdanjih komunikacijskih sposobnosti. Na podlagi evalvacije ankete lahko slednje povezujemo tudi s samozaznano povešano pogostostjo konfliktov z bližnjimi, kot posledico uporabe mobilnih telefonov.

Na drugi strani predstavlja pričujoči prispevek izhodišče za formiranje pedagoških intervencij in ponudi konkretne predloge za izzive sodobne družbe. Evalvacija anketnega vprašalnika je potekala skupaj z učenci, rezultati in njihov pomen so jim bili predstavljeni na razumljiv način, prav tako smo v razredu opravili aktivnosti, ki so naslovile bistvene izsledke raziskave. V izvedbo dejavnosti sem inkorporirala elemente medpredmetnega povezovanja in interaktivnosti, učencem predstavila nabor kvalitetnih virov o obravnavani tematiki in vzpodbujala njihovo lastno angažiranost za nadaljnje izobraževanje.

## LITERATURA IN VIRI

- [1] Primožič, M.. (2020). *Psihološki vidiki prekomerne uporabe mobilnih telefonov pri učencih drugega triletja osnovne šole* [Magistrsko delo]. Univerza v Ljubljani, Pedagoška fakulteta. PeFprints: <http://pefprints.pef.uni-lj.si/id/eprint/6314>
- [2] Vintar Spreitzer, M., Baš, D., Radšel, A., Anderluh, M., Vreča, M., Reš, Š., Selak, Š., Hudoklin, M., Osredkar, D. (2021). Smernice za uporabo zaslonov pri otrocih in mladostnikih. *Sekcija za primarno pediatrijo Združenja za pediatrijo Slovenskega zdravniškega društva*.
- [3] [https://www.posvetovalnica.si/files/2022/11/uporaba\\_zaslonov\\_smernice\\_za\\_splet\\_150\\_vecje\\_ilustracije-1.pdf](https://www.posvetovalnica.si/files/2022/11/uporaba_zaslonov_smernice_za_splet_150_vecje_ilustracije-1.pdf)
- [4] Kaspersky Lab. (2016). *From digital amnesia to the augmented mind*. <https://media.kaspersky.com/pdf/Kaspersky-Digital-Amnesia-Evolution-report-17-08-16.pdf>
- [5] Twenge, J. M. in Campbell, W. K. (2018). Associations between screen time and lower psychological well-being among children and adolescents: Evidence from a population-based study. *Preventive medicine reports*, 12, 271–283. doi: [10.1016/j.pmedr.2018.10.003](https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2018.10.003)
- [6] Diener, E. (1979). Deindividuation, self-awareness, and disinhibition. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37(7), 1160–1171. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.37.7.1160>

## PRILOGA 1:

### ANKETA O UPORABI MOBILNEGA TELEFONA

SPOL:        MOŠKI        ŽENSKI

1. Ali imaš mobilni telefon?
  - a) da
  - b) ne
  
2. Kdo ti je kupil telefon?
  - a) sam
  - b) starši
  - c) stari starši
  - d) drugi sorodniki
  
3. V katerem razredu si dobil svoj prvi telefon?  
\_\_\_\_\_
  
4. Koliko časa dnevno uporabljaš mobilni telefon?
  - a) manj kot 30 minut
  - b) 30 – 60 minut
  - c) 1 – 2 uri
  - d) 2 – 3 ure
  - e) več kot 3 ure
  
5. Katere mobilne aplikacije uporabljaš?
  - a) Viber
  - b) Snapchat
  - c) Youtube
  - d) Gmail
  - e) X (Twitter)
  - f) Tiktok
  - g) Messenger
  - h) Instagram
  - i) Whatsapp
  - j) drugo (zapiši katero)\_\_\_\_\_
  
6. Ali ti starši omejujejo uporabo mobilnega telefona?
  - a) da
  - b) ne
  
7. Ali te starši kdaj kaznujejo z odvzemom ali prepovedjo uporabe mobilnega telefona?
  - a) da
  - b) ne
  
8. Mobilni telefon uporabljam za:
  - a) pomoč pri iskanju informacij
  - b) pogovarjanje s prijatelji
  - c) poslušanje glasbe
  - d) gledanje videoposnetkov in fotografij

- e) uporabo spletnih socialnih omrežij
- f) pošiljanje SMS
- g) fotografiranje
- h) igranje iger

9. Ali se zavedaš negativnih učinkov pametnih telefonov?

- a) da
- b) ne

Če si odgovoril z DA, naštej 2 negativna učinka. \_\_\_\_\_

---

10. Kako bi pogrešal svoj telefon, če bi ti ga starši prepovedali?

- a) sploh ne
- b) malo
- c) zelo
- d) ne morem živeti brez telefona

11. Zaradi uporabe mobilnega telefona sem pri sebi že zaznal:

- a) slabši uspeh v šoli
- b) manj druženje s prijatelji v živo
- c) manj druženja z družinskimi člani
- d) manj spanja
- e) občasno zamujanje v šolo
- f) konflikt z bližnjimi

12. Ali si preko telefona že bil deležen neprimerne komunikacije, žaljenja ali nadlegovanja?

- a) da
- b) ne

Če si odgovoril z DA pojasni kako si ravnal?

---

13. Ali upoštevaš, da je v šoli prepovedano uporabljati telefon?

- a) da
- b) ne

14. Ali so ti v šoli že kdaj odvzeli telefon?

- a) da
- b) ne

15. Ali uporabljaš mobilni telefon tudi za osvajanje šolskih učnih vsebin ?

- a) da
- b) ne

Hvala za sodelovanje!

## DELO Z NADARJENIMI – PROJEKTNO DELO IN MEDPREDMETNO POVEZOVANJE

### POVZETEK

V osnovni šoli je delo z nadarjenimi učenci ključnega pomena za izražanje njihovega potenciala, ki zahteva prilagojen pristop k poučevanju. Pri učencih krepimo motivacijo, samozavest, spodbujamo ustvarjalnost in spoštujemo raznolikost. Kot učiteljica zgodovine in geografije nadarjene učence aktivno vključujem v različne projekte, kjer nadgradijo osvojeno znanje pri pouku, izrazijo svojo kreativnost in jo pokažejo širši javnosti. Sodobna šola temelji na raziskovalnem, projektnem in ustvarjalnem delu učencev. Z aktivnimi metodami učence motiviramo k večji aktivnosti, ki prinaša trajnejše in kvalitetnejše znanje. Pri takšnem delu je pomembno tudi medpredmetno povezovanje ter iskanje znanja in veščin na različnih področjih.

Nadarjenim učencem omogočim sodelovanje v različnih projektih.

Prvi projekt nosi naslov "Spoznavajmo države Evropske unije". V projektu, ki ga organizira Turistično društvo Ptuj, sodelujemo že več kot desetletje. Vsakoletni projekt zaključimo v začetku maja z osrednjo prireditvijo pred Mestno hišo na Ptuj, kjer obeležimo vstop Slovenije v EU. Letošnja tema raziskovanja so bili naravni viri držav in ekologija. Mi smo predstavili Romunijo.

Drugi projekt z naslovom "Z ustvarjalnostjo in inovativnostjo do podjetnosti" je potekal v koordinaciji z Javno agencijo SPIRIT Slovenija. Učenci so razvijali zavest o podjetništvu in izvedli poslovni načrt. Končni cilj je bila izdelava promocijskih izdelkov, ki smo jih ponudili na stojnicah v času kurentovanja.

Učitelji nadarjenim učencem pogosto omogočijo zgolj abstraktne izzive, ki ne izkoriščajo njihovih praktičnih spretnosti. Predstavljene metode projektnega dela se od tega razlikujejo, saj omogočajo učencem nadgradnjo teorije s svojimi idejami. Povezava praktičnega znanja z vsakdanjim življenjem pa jih bolje pripravi na izzive prihodnosti.

**KLJUČNE BESEDE:** nadarjeni učenci, Evropska unija, podjetnost, projektno delo, medpredmetna povezava.

## WORKING WITH THE GIFTED PUPILS - PROJECT WORK AND INTERCURRICULUM CONNECTION

### ABSTRACT

In primary school, working with gifted students is crucial for the expression of their potential, which requires an adapted approach to teaching. We strengthen students' motivation, self-confidence, encourage creativity and respect diversity. As a teacher of history and geography, I actively involve gifted students in various projects, where they build on the knowledge they have acquired in class, express their creativity and show it to the general public. The modern school is based on the research, project and creative work of students. With active methods, we motivate students to be more active, which brings more lasting and better knowledge. In this kind of work, interdisciplinary integration and the search for knowledge and skills in various fields are also important.

I enable talented students to participate in various projects.

The first project is entitled "Let's get to know the countries of the European Union". We have been participating in the project organized by the Ptuj Tourist Association for more than a decade. The annual project ends at the beginning of May with a central event in front of the Town Hall in Ptuj, where we mark Slovenia's entry into the EU. This year's research topic was the natural resources of countries and ecology. We presented Romania.

The second project, entitled "From creativity and innovation to entrepreneurship", took place in coordination with the Public Agency SPIRIT Slovenia. The students developed an awareness of entrepreneurship and implemented a business plan. The final goal was the production of promotional products that we offered at the stands during the carnival.

Teachers often present gifted students with abstract challenges that do not address their practical abilities. In contrast, the proposed method of project-based work allows students to extend theoretical knowledge with their own ideas. Linking practical knowledge to everyday life better prepares students for future challenges.

**KEY WORDS:** gifted students, European union, entrepreneurship, project work, cross-curricular connection.



## 1. UVOD

Sodobne oblike pouka so tiste, ki upoštevajo novejša didaktična načela in vključujejo nove metode in strategije poučevanja. Današnja šola temelji na raziskovalnem, projektnem, aktivnem in ustvarjalnem delu učencev. Družbene spremembe in globalizacijski procesi so spremenili vlogo in naloge učitelja v 21. stoletju. Učiteljeva vloga je, da kot pedagog v skladu z didaktičnimi načeli učnega procesa deluje predvsem kot mentor in moderator, ki učencem posreduje temeljna znanja in veščine za delovanje v okolju, v katerem se pripravljajo in izvajajo projekti. Pri učencih je treba razvijati veščine, ki jim bodo v sodobnem načinu življenja omogočile čim boljše vključevanje v družbo in samostojnost.

Po Marlandovi definiciji so nadarjeni ali talentirani tisti otroci in mladostniki, ki so pokazali visoke dosežke ali potencialne na intelektualnem področju, na področju ustvarjalnosti, na akademskem, voditeljskem ali umetniškem področju in potrebujejo poleg rednega šolskega programa tudi posebej prilagojene programe in aktivnosti [1].

V družbi, zasnovani na znanju, ima učitelj vlogo mentorja, ki motivira, usmerja, povezuje, svetuje, spodbuja in pusti idejam prosto pot. Cilj projektnega dela je zagotoviti učencem priložnost, da razvijejo svoje sposobnosti za kompetenten in uspešen nastop v realnem okolju, saj pri rednem pouku tega običajno ne dosežajo [2].

Vsebina projektnega dela je tematsko zaokrožena, obravnavana z različnih vidikov in zahteva vsebinsko povezovanje. Učenci se učijo tudi komunikacije in sodelovanja, medsebojnega upoštevanja in spoštovanja, osebne odgovornosti, kritičnega presojanja ter izvirnega in ustvarjalnega reševanja nalog [3].

Namen projektnega dela, ki ga izvajam kot mentorica nadarjenih učencev na področju geografije in zgodovine, je preseganje okvirjev pouka. Pri tem gre za razvijanje učenčevih ključnih kompetenc (učenje za učenje, socialne spretnosti, ročne spretnosti, iskanje rešitev, nadgradnja znanja ...) in prizadevanje za napredovanje učencev pri timskem delu, medsebojnem sodelovanju, javnem nastopanju, predstavitev svojega dela in uporabi informacijsko-komunikacijskih tehnologij. Pri projektnem delu gre za preplet medpredmetnega sodelovanja in povezovanja. Medpredmetno smo povezali zgodovino, geografijo, likovno umetnost, slovenščino in angleščino. Na šoli smo v šolskem letu 2023/24 v okviru dela z nadarjenimi učenci izpeljali dva projekta: »Spoznavajmo države Evropske unije« in »Z ustvarjalnostjo in inovativnostjo do podjetnosti«.

## 2. PROJEKT – »SPOZNAVAJMO DRŽAVE EVROPSKE UNIJE«

Ptujske osnovne in srednje šole že več kot desetletje sodelujemo v projektu, ki ga organizira Turistično društvo Ptuj z namenom spodbujanja medkulturnega dialoga, izobraževanja in ozaveščanja o raznolikosti Evropske unije. Ta projekt je zasnovan medgeneracijsko, s posebnim poudarkom na vključevanju lokalne skupnosti in širjenju znanja o različnih državah, članicah Evropske unije, ter spodbuja turizem in povečuje prepoznavnost mesta Ptuj. Zaključek projekta je izpeljan vsako leto v začetku maja z osrednjo prireditvijo pred Mestno hišo na Ptuj, kjer obeležimo vstop Slovenije v Evropsko unijo [4].

Naša šola je v letošnjem šolskem letu predstavila Romunijo. Tema raziskovanja so bili naravni viri držav in ekologija. Projekt sva skupaj z učiteljico razrednega pouka, go. Mihaelo Kukovec, začeli načrtovati decembra. Z realizacijo smo pričeli januarja in projekt zaključili maja. V projekt so bili vključeni nadarjeni učenci 8. in 9. razreda ter tisti učenci, ki odločbe o nadarjenosti nimajo, vendar

jih to delo veseli in so pripravljene sodelovati. Pri projektu so se nam v okviru medgeneracijskega sodelovanja, ki ga na šoli izvajamo že nekaj let, priključili tudi učenci 2. razreda.

### a) POTEK DELA

Učiteljici sva učencem predstavili možnost sodelovanja v projektu »Spoznavajmo države Evropske unije« in jih povabili k sodelovanju. Skupaj smo naredili načrt dela po skupinah.

#### **Priprava plakatov**

Učenci 8. in 9. razreda so se glede na svoj interes razdelili v skupine. Vsaka skupina je raziskovala na svojem področju: splošno o Romuniji, naravni viri, ekologija in znamenitosti. Najprej so v knjigah in na spletu iskali informacije, nato so pričeli z delom v skupinah. Pri tem so upoštevali enakomerno razdelitev vlog znotraj skupine ter se soočili z izzivom, da vsak član ekipe prispeva k uspehu svoje skupine (Slika 1).



SLIKA 1: Izdelava plakata o naravnih virih in ekologiji Romunije.

Pri delu so medsebojno sodelovali, se dopolnjevali, presojali, bili ustvarjalni in imeli vizijo. Ob načrtovanju in usklajevanju dela so iskali tudi potrditev pri mentoricah. Ugotovili so, da jim je najtežji izziv, da iz velike količine podatkov izluščijo bistvo ter kratko in jedrnatno zapišejo najpomembnejše ugotovitve.

#### **Priprava zloženek**

Za pripravo zloženek so bili zadolženi učenci, ki so računalniško dobro opismenjeni in imajo čut za grafično oblikovanje. Poskrbeli so za fotografije in grafično predlogo, tekst za zloženko pa so jim posredovali učenci, ki so bili zadolženi za izdelavo plakatov. Delo je potekalo v računalniški učilnici.

#### **Izdelava reklamnega materiala**

Na zaključni prireditvi se na stojnicah ponuja tudi veliko reklamnega materiala. Učenci 2. razreda so pripravili romunske zastavice in naslikali risbice. Učenke 8. in 9. razreda so izvedle poslikave na kamen, kjer so upodobljale medvedke (Slika 2) in se preizkusile v kvačkanju zapestnic v barvah romunske zastave (Slika 3). Mentorici sva učence poučili o pomembnosti estetsko izdelanega končnega izdelka za širšo javnost.



SLIKA 2: Izdelava medvedkov.



SLIKA 3: Kvačkanje zapestnic.

### Zaključni del

V petek, 10. 5. 2024, smo se z učenci odpravili na prireditev ob 20. obletnici vstopa Slovenije v Evropsko unijo. Pred Mestno hišo na Ptujju smo pripravili stojnico naše šole. Učenci so na stojnici izobesili plakate, razporedili zloženke, zastavice, medvedke, zapestnice, balone, bonbone in drugi material, da bi čim bolj pritegnili obiskovalce. Mentorici sva usmerili učence in jim podali napotke o spoštljivem nagovarjanju obiskovalcev, o primerni in sproščeni komunikaciji. Stojnico je obiskalo nekaj gostov iz tujine, tako da so učenci komunicirali tudi v angleškem jeziku. Najbolj jih je navdušil obisk in pogovor z go. Nuško Gajšek, županjo MO Ptuj, in evroposlanko, go. Romano Tomc. Učenci so si ogledali tudi druge stojnice in vrednotili nastope ostalih šol. V okviru izkustvenega učenja so se učili skupaj z drugimi, vključno z vrstniki in mentorji. Kritično so presodili svoje delo, s katerim so bili zelo zadovoljni. Zaključni del je potekal v ptujskem Evroparku, kjer so ob navzočnosti otrok dvignili zastavo EU. Ob tej priložnosti so učenci in učenke spoznali, kako se spopasti z nalogami izven šolskega prostora ob vključevanju mnogih dejavnikov, ki jih takšna naloga ima. Pridobivali so nova znanja, samozavest in veselje do drugačnega dela. Spoznali so, da je treba v dani situaciji odreagirati na podlagi svoje iznajdljivosti, samozavesti in neomajnosti (Slika 4).



SLIKA 4: Stojnica naše šole na zaključni prireditvi »Spoznavajmo države Evropske unije«.



### **3. PROJEKT – »Z USTVARJALNOSTJO IN INOVATIVNOSTJO DO PODJETNOSTI«**

V šolskem letu 2023/2024 smo na naši šoli prvič izvedli projekt »Z ustvarjalnostjo in inovativnostjo do podjetnosti«. Aktivnosti financira Javna agencija SPIRIT Slovenija ob finančni podpori Ministrstva za gospodarski razvoj in tehnologijo.

Pri učencih smo vzpodbujali izvajanje aktivnosti z naslednjimi cilji: Zagotoviti spodbujanje razvoja osebnostnih lastnosti in veščin, ki so pomembne za podjetnost: ustvarjalnost, samoiniciativnost, sprejemanje tveganja in odgovornosti, oblikovati osnovna znanja in stike s poslovnim svetom ter s tem razumevanje vloge ustvarjalnosti, podjetnosti, inovativnosti in podjetništva za družbo, spodbuditi razvijanje zavesti o podjetništvu kot družbeni kategoriji, zagotoviti sodelovanje vseh deležnikov in celotne družbe, kar pomeni vključevanje osnovnošolcev, staršev, učiteljev, podjetij, subjektov podpornega okolja za podjetništvo in lokalne skupnosti [5].

Kordinatorici in izvajalki na šoli sva bili ga. Darja Polner in Milena Krajnc, ki sva za namen projekta opravili dodatno izobraževanje. V realizacijo projekta je bila v izvajanju podjetniških programov za učence vključena tudi zunanja mentorica, Lara Plajh iz Centra Siara.

V projekt so bili vključeni nadarjeni učenci, ki so obiskovali izbirni predmet likovno snovanje ter raziskovanje domačega kraja in varstvo okolja. V okviru projekta z naslovom »Čas kurentovanja« so učenci z izkušenjskim učenjem spoznavali osnove podjetništva ter razvijali smisel za podjetnost. Naučili so se podjetniškega razmišljanja, spoznali praktične tehnike za reševanje problemov ter načine, kako svojo idejo realizirati od začetka do konca. Spoznavali so svoje prednosti in kako jih v okviru skupnosti izpostaviti ter se učili timskega dela in sodelovanja. Projekt se je odvijal od septembra 2023 do februarja 2024. Končne izdelke so učenci predstavili in jih ponudili v zameno za dobrodelne prispevke v času ptujskega kurentovanja 2024.

#### **a) Uvodne aktivnosti, ki so potekale v okviru projekta**

Ga. Lara Plajh je v mesecu septembru izvedla predavanje in delavnice o osnovah podjetništva, poslovnem načrtovanju in trženju. Učenci so izdelali svoj poslovni načrt na temo "Čas kurentovanja".

##### **Izdelava poslovnega načrta:**

###### **Uvodna delavnica**

Učenci so se seznanili s pomenom in tradicijo kurentovanja na Ptujju ter se naučili osnov poslovnega načrtovanja, vključno z raziskavo trga, financami, trženjem in prodajo.

###### **Oblikovanje skupin**

Razdelili so se v manjše skupine glede na svoje interese (npr. trženje, umetnost, finančno načrtovanje, promocija izdelka ...). Vsak član v skupini je prevzel določeno vlogo (vodja projekta, finančni načrtovalec, tržni analitik, kreativni oblikovalec, koordinator).

###### **Razvoj poslovne ideje**

Vsaka skupina je prišla do svojih idej, kako bi kurentovanje vključili v poslovni koncept (npr. prodaja ročno poslikanih robcev in bombažnih vrečk, izdelavo glinenih kurentovih mask, obeski za ključe ...). Po posvetovanju so skupine izbrale najboljšo idejo, ki je bila inovativna in izvedljiva.

###### **Raziskava trga**

Opravili so raziskavo potencialnih strank, konkurence in tržnih trendov ter izvedli anketo med lokalnimi prebivalci, da so preverili interes za izdelke.

###### **Razvoj izdelka ali storitve**

Skupine so izdelale skice svojih izdelkov (poslikave na platnene vrečke, motivi za poslikavo robcev, za oblikovanje glinenih ploščic z motivom kurenta). Med sošolci, drugimi učenci na šoli in sorodniki so testirali skice (osnutke) ter zbirali dodatne informacije za izboljšave.

### **Finančni načrt**

Izračunali so okvirne stroške izdelave, materialov, trženja in distribucije. Določili so cene svojih izdelkov ali storitev, upoštevajoč stroške in želene dobičke.

### **Trženje in promocija**

Pripravili so strategijo trženja z načini, ki bi bili najbolj dosegljivi posamezni ciljni skupini (npr. socialna omrežja, letaki, lokalni mediji). Oblikovali so plakate, brošure, spletne strani in druge promocijske materiale.

### **Izdelava poslovnega načrta in predstavitev**

Napisali so celovit poslovni načrt z opisom podjetja, tržno analizo, razvojem izdelka, finančnim načrtom in in tržno strategijo. Nato so svoje poslovne načrte predstavili sošolcem, učiteljem in ge. ravnateljici.

### **Povratne informacije in izboljšave**

Učenci so zbirali povratne informacije od sošolcev, ravnateljice, učiteljev in mentorice. Na podlagi prejetih povratnih informacij so izboljšali svoje poslovne načrte.

Nadarjeni učenci so skozi ta proces pridobili osnovne podjetniške veščine in s tem krepili razumevanje lokalne kulturne dediščine. Z vključevanjem kurentovanja v svoje poslovne načrte so učenci ustvarjali povezavo med tradicijo in sodobnim podjetništvom.

## **b) Praktični del**

Po teoretičnem usposabljanju so učenci pričeli z realizacijo svoje poslovne ideje. Zadali so si končni cilj, da bodo izdelali promocijske izdelke, ki se lahko ponudijo širšemu občinstvu v času kurentovanja. Na likovnih delavnicah, ki so potekale novembra in decembra vsak ponedeljek in torek so poslikali 100 bombažnih vrečk, 200 robcev in glinene ploščice z motivom kurenta), ki jih na širšem ptujskem območju podarjamo kurentu v spomin (Slika 5).



**SLIKA 5:** Praktična izvedba, poslikava bombažnih vrečk in robcev.

V mesecu februarju so učenci v šolski avli v času roditeljskih sestankov in govorilnih ur ponujali izdelke na stojnici (Slika 6). Prostovoljni prispevki, ki so jih prispevali starši v zameno za unikatne

izdelke, so bili namenjeni nagradi učencev za njihovo inovativnost in kreativnost. Učenci so del sredstev porabili za obisk Kurentove hiše na Ptujju in pogostitev v piceriji. Del zbranih sredstev bodo porabili za organizacijo vate ob koncu 9. razreda. Zbrana sredstva bodo namenjena delnemu kritju stroškov svečane prireditve ter drugimi stroški, da bo dogodek nepozaben zaključek osnovnošolskega obdobja.



**SLIKA 6:** Ponudba izdelkov na stojnici s skrinjico za prostovoljne prispevke.

### 3. SKLEP

Delo z nadarjenimi učenci prinaša pomemben doprinos k stroki skozi inovativne pristope in metode poučevanja. Vključevanje učencev v projekte se vedno izkaže za uspešno. S projektoma so učenci pridobili praktične izkušnje in razvijali kompetence, ki so ključne za njihovo nadaljnjo izobraževalno in poklicno pot.

Ugotavljam, da je učencem pomembno, da imajo možnost izraziti svoje ideje in mnenja, da jim zupamo in prepustimo organizacijo različnih aktivnosti in da najdemo področje ali projekt, kjer lahko vse to pokažejo.

Povezave z lokalno skupnostjo in dejavnostmi znotraj nje pripomorejo k temu, da se učenci počutijo pomembne člene širše skupnosti. Hkrati pa razvijajo čut za odgovornost, pridobivajo nove izkušnje, ugotavljajo vpliv svojih ravnanj na druge in gradijo lastno identiteto.

S sodelovanjem v projektu »Spoznavajmo države Evropske unije« so se učenci naučili raziskovalnih metod, timskega dela in javnega nastopanja, kar so ključne veščine za uspeh v sodobnem svetu. Prikaz naravnih virov in ekologije Romunije je konkretna izkušnja, ki spodbuja ekološko ozaveščenost in globalno razumevanje.

V projektu »Z ustvarjalnostjo in inovativnostjo do podjetnosti« so učenci razvijali podjetniške spretnosti, kot so načrtovanje, trženje in finančno upravljanje. Izdelava in ponudba promocijskih izdelkov jim je omogočala praktično izkušnjo, ki jim daje vpogled v svet podjetništva in ekonomije. Te praktične vrednote niso samo teoretične, ampak se neposredno prepletajo z vsakdanjim življenjem učencev. To spodbuja njihovo angažiranost in jih pripravlja na prihodnje izzive.

Ker sta bila oba projekta uspešno zaključena, mlajši učenci pa v pričakovanju možnosti sodelovanja, bomo z obema projektoma nadaljevali v naslednjem šolskem letu.

Treba je veliko časa, idej, vloženega truda, prilagajanja in medpredmetnega povezovanja, vendar končni rezultat in zadovoljstvo učencev vedno povesta, da vse to ni bilo zaman. Tak način dela je za učitelja pozitivna, a hkrati tudi zelo zahtevna izkušnja, ki vsekakor pripomore k osebni, predvsem pa k profesionalni rasti.



## LITERATURA IN VIRI

- [1] Bezić, T., [et al.]. (2012). Vzgojno-izobraževalno delo z nadarjenimi učenic osnovne šole: priročnik. Ljubljana: Zavod RS za šolstvo.
- [2] Projektno delo. URL: <https://cpi.si/aktualno/knjiznica/gradiva/projektno-delo-gradivo-za-ucitelje/> (Citirano: 15. 5. 2024).
- [3] Novak, H. (2009). Projektno delo kot učni model v vrtcih in osnovnih šolah. Radovljica: Didakta.
- [4] Spoznavanje države Evropske unije. URL: <https://www.os-ljudskivrtptuj.si/2024/spoznavajmo-drzave-evropske-unije/> (Citirano: 17. 5. 2024).
- [5] Spirit Slovenija. URL: <https://www.spiritslovenia.si/razpis/401> (Citirano: 17. 5. 2024).

## **IZDELAVA PROJEKTNEGA PREDLOGA ŠTUDENTOV VIŠJE STROKOVNE ŠOLE ŠOLSKEGA CENTRA ŠENTJUR**

### **POVZETEK**

Podjetja se morajo danes spoprijeti z izzivi nenehne konkurenčnosti in upoštevati spremembe, ki so značilne za njihovo poslovno okolje. Potrebujemo nove strategije in nove projekte, ki zagotavljajo različne oblike financiranja in tako lahko zagotovijo obstanek v svojem okolju. Zato se morajo nenehno lotevati novih projektov, ki so usmerjeni k ustvarjanju edinstvenega rezultata, novega izdelka ali storitve v določenem časovnem obdobju, ob uporabi omejenih virov, kot so čas, finance, material in kadri. Projektni management je del organizacijske strukture podjetja, ki skrbi za uspešno izpeljavo projekta. Projektni vodja je odgovoren za delo projektne skupine, zato morabit strokoven in diplomatski, da skupaj s projektno skupino uspešno izpelje nov projekt.

Namen prispevka je predstaviti, kako so študenti 1.letnikov biotehniških višješolskih programov Šolskega centra Šentjur pri predmetu »Ekonomika in menedžment podjetij« razvili lastno podjetniško idejo za nov proizvod oziroma storitev ter na osnovi le-te izdelali projektni predlog. Pri tem so se srečali z vsemi fazami načrtovanja, izdelave, nadzora in evalvacije projekta, s projektnim vodenjem in timskim delom. Ob uporabi različnih orodij kot so SWOT analiza, problemsko drevo in Ganttov diagram so se usposobili za učinkovito načrtovanje in vodenje projektov. Ta znanja jim bodo prišla prav ob soočanju izzivov na svoji podjetniški poti po zaključku študija.

**KLJUČNE BESEDE: projekt, projektni management, projektni vodja, študenti.**

## **DEVELOPMENT OF PROJECT PROPOSAL BY STUDENTS OF THE HIGHER VOCATIONAL SCHOOL OF THE SCHOOL CENTER ŠENTJUR**

### **ABSTRACT**

In today's dynamic market landscape, businesses grapple with relentless competition and must adapt to the ever-evolving dynamics that characterise their business environment. This necessitates the development of new strategies and projects that incorporate diverse funding avenues to ensure their survival amidst changing conditions. Consequently, there is a constant need to launch new projects aimed at generating unique results, introducing new products or services within specified timelines, and optimising limited resources, like time, finances, materials, and human resources. Project management is a part of a company's organisational structure which ensures successful completion of project. Project managers oversee their project teams' activities and must possess the expertise and skills to navigate successful completion of projects in collaboration with their project teams.

This article aims to demonstrate how first-year students in biotechnical higher education programmes at the School Center Šentjur, within the "Economics and Management of Enterprises" course, developed their own entrepreneurial concepts for new products or services, subsequently translating them into actionable project proposal. They underwent comprehensive training in every aspect, from project planning and production to supervision, evaluation, project management and teamwork. Through the utilisation of various tools, such as SWOT analysis, problem trees and Gantt charts, they honed their abilities in efficient project planning and management. These acquired skills will prove invaluable as they confront the challenges of their entrepreneurial journey post-graduation.

**KEYWORDS: project, project management, project manager, students.**

## 1. PROJEKT

»Projekt je lahko vsaka naloga, vsaka aktivnost, ki pripelje do zelenega rezultata in uresničuje naše cilje«. Projekt je ciljno usmerjena dejavnost, ki je enkratna in ima točno določen rok in proračun in prav to ga loči od redne vsakodnevne dejavnosti [1].

Kdaj se kakšne stvari lotiti kot projekta? Zlasti takrat, ko gre za delo več ljudi, ko gre za dalj časa trajajoče aktivnosti, ko želimo urejeno pristopiti k reševanju problema in ko želimo, da bonaše delo ves čas usmerjeno, urejeno in ustrezno dokumentirano. Združevanje več ljudi na istinologi lahko prinese bistveno boljše rezultate, kot pa bi jih dalo delo posameznika. Ker smo siljudje različni ter imamo različna znanja in sposobnosti, je ekipa na projektu lahko zelo uspešna, saj združuje multidisciplinarnost, različne izkušnje in poglede. Običajno projekte delamo zaradi razvoja, napredka, naročila, želje ali potrebe, vse to pa je povezano z denarjem. Če želimo projekt »prodati«, se moramo njegovega trženja lotiti sistematično. Najboljša podlaga za to paje ustrezna dokumentacija. Nikoli pa pri projektih ne smemo pozabiti na ustrezno vodenje, ki vse skupaj povezuje, vodi in usmerja. Brez vodje je učinek lahko zelo slab, saj delo na lastno pest in vsak po svoje ne more prinesiti zelenih rezultatov. Ko vse skupaj povzamemo, lahko ugotovimo, da so projekti ciljne aktivnosti z namenom dosega kakovostnega in čim boljšega rezultata, kjer se združuje delo, znanja in interese več posameznikov. Kadar delamo na projektu, si vedno odgovorimo na naslednja vprašanja: kaj naj bo rezultat, kako ga bomo dosegli, s čim ga bomo dosegli, koliko časa bomo za to potrebovali, koliko nas bo vse to stalo in kdo bo delal[1].

V tabeli 1 so prikazane razlike med projektnim in vsakodnevnim, rutinskim delom.

**TABELA 1:** Razlika med značilnostmi projektnega in rutinskega dela [2].

<b>Projekt</b>	<b>Vsakdanje delovanje</b>
Enkratna izvedba, omejeno časovno izvajanje	Aktivnosti so rutinske, neomejeno trajanje
Inovativnost	Rutina delovanja
Enkratni viri financiranja	Stalni način financiranja
Poudarek je na rezultatu projekta	Poudarek na aktivnostih in procesih
Vpliv – učinek projekta na okolje	Dobro sodelovanje z okoljem
Nova tveganja in negotovost novega izziva	Dolgoletne izkušnje
Pristop življenjskega cikla projekta	Sistemske organizacijske pristop
Določena vloga s projektom	Delo v sistematizacijo del in nalog

### a) Cilji projekta

Pri projektu moramo točno določiti, kaj je izdelek oziroma rezultat projekta in kaj cilj projekta. Cilj projekta je prednost ali priložnost, ki jo pridobimo s tem, da rezultat projekta postavimo v poslovno okolje. Cilji, ki odločilno vplivajo na projekt, so:

- **Dejanski cilj:** proizvod ali storitev, ki nastaja, in končna korist, ki jo projekt prinese;
- **Časovni cilj:** uspešno dokončanje ob zastavljenem času;
- **Stroškovni cilj:** opredelitev in nadziranje stroškov projekta.

Določen cilj nam mora podati odgovore na naslednja vprašanja:

- Kaj želimo doseči?
- Kako bomo to dosegli
- Kdo bodo glavni koristniki?

Cilj mora:

- biti jasno in natančno opisan (določimo vmesne in končne cilje),
- biti merljiv (cilji morajo omogočati merjenje, kam smo prišli),
- biti uresničljiv (postavimo si dosegljive cilje),
- biti realističen (postavimo si realne cilje),
- imeti končni rok (natančno določimo rok, do kdaj moramo izvesti določene faze projekta).

Cilji financerju povedo:

- če je projekt skladen z njegovimi zahtevami,
- ali smo dovolj jasni, kaj želimo doseči,
- ali smo realistični in bo imel projekt koristen vpliv [1].

b) Rezultat projekta

Za končni uspeh projekta je odločilnega pomena, da se vsa skupina identificira s cilji in da vsi vpleteni dobro razumejo, kateri so proizvodi in predvsem cilji projekta. Rezultat oz. proizvod je tako rekoč fizična zadeva, neposreden rezultat našega dela, čeprav ga včasih zaradi tehnologije same ne moremo res prijeti v roke.

Primer proizvoda so lahko:

- program, vsebina tečaja ali portal, lahko tudi storitev,
- novo stanovanje, stavba, avto, oblačilo, zavarovanje, počitniško potovanje,
- pripomoček za izvedbo projekta samega (na primer dokumentacija, elaborat, projektni načrt ali poročilo) [1].

c) Uspeh projekta

Podlaga za projekt je dobra ideja, ki izhaja iz potreb in izzivov ciljne skupine, in jasen cilj, ki ponuja rešitev. Projekt povezuje ter vključuje stroko in ciljno skupino in ima dober načrt izvedbe. Rezultati projekta so lahko neuporabni ali pa so uporabljeni po zaključku projekta.

Za dober projekt so torej ključni:

- dobra vsebina (inovativnost, cilji),
- struktura (sodelavci),
- vpetost (stik s ciljno skupino, rešitev potreb) in
- učinek / uporabnost rezultatov (ali sem dobil, kar sem pričakoval) [1].

## 2. PROJEKTNI CIKLUS

Šele ko smo uskladili in določili cilje in proizvode projekta, je čas, da določimo projektni cikel, ustanovimo projektno skupino in si zagotovimo ostale vire.

Projektni cikel sledi življenju projekta od začetne ideje do samega zaključka. Zagotavlja strukturo, ki omogoča svetovanje vsem udeležencem in določa ključne odločitve, zahtevane informacije in odgovornosti v vsaki fazi, tako, da lahko sprejemamo odločitve na podlagi informacij v ključnih fazah življenjskega cikla projekta [1].

Projektni cikel sestavlja pet glavnih faz:

1. Programiranje – v tej fazi se preuči stanje, opredelijo se problemi, ki jih želimo reševati, in možnost sodelovanja z morebitnimi partnerji.

2. Identifikacija – v fazi identifikacije oziroma ugotavljanja se raziščejo zamisli (ideje) v zvezi s projektom. Treba se je posvetovati z udeleženci in analizirati težave, s katerimi se spopadajo. Eno izmed uporabnih orodij v fazi identifikacije je SWOT analiza (prepoznajo se prednosti (S-strengths), slabosti (W-weakness), priložnosti (Opportunities) in nevarnosti (T – threats) podjetja, povezano s konkurenco).
3. Oblikovanje – faza oblikovanja je namenjena razvijanju izbranih idej in njihovi preobrazbi v izvedbene načrte. V tej fazi sodelujejo vsi udeleženci. Presodijo, ali je projekt izvedljiv in ali bo prinesel določene koristi. V fazi oblikovanja izdelajo časovni razpored trajanja projekta ter trajanje posamezne aktivnosti s pomočjo Ganttovega diagrama.
4. Financiranje – V fazi financiranja projekta določimo, koliko in kako (iz katerega vira) bomo projekt financirali. Finančni načrt je ključen za potrditev projekta s strani naročnika.
5. Upravljanje – upravljanje projekta se prične s fazo izvajanja in konča s fazo vrednotenja ter predstavlja zadnji korak v projektnem ciklusu. Uspeh projekta je v največji meri odvisen od organiziranosti delovne skupine ter učinkovitega spremljanja projektnih dejavnosti in izdatkov [1].

### **3. PROJEKTNO VODENJE**

Projektno vodenje obsega obvladovanje projektne skupine in njenega dela. Vodenje mora zagotavljati ustrezno koordinacijo projekta, zato je del projektne skupine tudi podskupina za koordinacijo, ki je istočasno tudi vodstvo projekta [1].

Projektno vodenje je zastavljeno tako, da je podskupina za koordinacijo projekta, ki ji predseduje vodja projekta, tisti inštitut, ki bdi nad projektom. Podskupina skrbi za stalno poročanje o napredku in rezultatih projekta. Varovanje informacij je odgovornost vseh članov skupine. Komunikacija v projektni skupini in izven nje je prisotna ves čas trajanja projekta. Popotrebni se pogostost sestankov poveča ali zniža, večina vmesne komunikacije pa lahko poteka po elektronski poti ter z uporabo telefonskih in video konference. Vodja projekta mora imeti široka interdisciplinarna znanja in ustrezne osebnostne lastnosti, pri čemer sta nujni osebna in strokovna avtoriteta. Posameznik lahko vodi projekte do približno 100 aktivnosti, pod pogojem, da dela samo na projektu. Večje projekte vodi projektni tim – širše vodstvo projekta (vodja, člani, strokovni tajnik). Stroški vodenja projekta so v stroškovnih okvirih 5-10 % proračunske vrednosti projekta [1].

### **4. ŠOLSKI CENTER ŠENTJUR, VIŠJA STROKOVNA ŠOLA**

Šolski center Šentjur je javni vzgojno-izobraževalni zavod s sedežem v Šentjurju, ustanovljen leta 1910. Ustanova se ponaša s kar 113-letno tradicijo poučevanja. V sklopu Srednje poklicne in strokovne šole ter Višje strokovne šole se dijake in študente poučuje za poklice s področja celotne prehranske verige – kmetijstva, veterine, gostinstva in turizma, živilstva ter naravovarstva. V okviru Šolskega centra Šentjur obratuje tudi dijaški dom, kjer se lahko nastanijo dijaki in študenti, ki so vključeni v izobraževalne programe Šolskega centra Šentjur. Na Višji strokovni šoli izobražujemo po štirih višješolskih programih, in sicer Upravljanje podeželja in krajine,

Živilstvo in prehrana, Naravovarstvo in Gostinstvo in turizem. Izvajamo

redni kakor tudi izredni študij. Vizija Višje strokovne šole je biti vodilna višja šola v Kozjansko-obsoteljski subregiji ter ena izmed vodilnih višjih šol v celjski regiji, ki izvaja programe na področju prehranske verige in sicer: Živilstvo in prehrana, Upravljanje podeželja in krajine, Gostinstvo in turizem ter Naravovarstvo, glede na potrebe okolja. S kakovostnim izobraževanjem kadrov, predvsem s področja kmetijstva, živilstva, gostinstva in turizma ter naravovarstva, želimo postati pomemben dejavnik razvoja naše regije in širše. Vizija Višje strokovne šole Šolskega centra Šentjur je živeti v duhu mednarodnega sodelovanja v okviru projekta Erasmus+, ki zagotavlja študij in praktično izobraževanje v tujini [3].

## **5. IZDELAVA PROJEKTNEGA PREDLOGA ŠTUDENTOV VIŠJE STROKOVNEŠOLE ŠOLSKEGA CENTRA ŠENTJUR**

Študenti višješolskih študijskih programov Upravljanje podeželja in krajine, Živilstvo in prehrana ter Naravovarstvo imajo v prvem letniku rednega študija obvezni predmet Ekonomikain menedžment podjetij, ki zajema vsebine ekonomskega poslovanja ter projektne managementa. V okviru vsebin projektne managementa so študenti najprej usvojili teoretičnevsebine le-tega, nato pa so pri predavanjih in vajah izdelali praktični primer projektne predloga (v nadaljevanju: projekta).

Najprej so opredelili problem (ali priložnost) iz katerega so v naslednjih urah izdelali celoten projekt. Problem in iskanje projektne ideje so iskali v povezavi s starejšimi udeleženci v prometu. Izraz starejši udeleženci v prometu se nanaša večinoma na osebe, starejše od 65 let. Med brskanjem po spletu so ugotovili, da statistični podatki kažejo, da so prav starejši pogostomed najbolj ogroženimi skupinami udeležencev v prometu. Starejši so v prometu pogosto ogroženi zaradi slabšanja svojih sposobnosti in nepoznavanja novejših prometnih pravil. Poleg tega imajo starejši pogosteje kronična obolenja in uživajo različna zdravila. Kljub temu je potrebno z vidika družbe zagotavljati mobilnost starejših, saj so tako aktivno vpeti v družbo. Na osnovi pridobljenih informacij v zvezi s problematiko starejših v prometu, so oblikovali projektno idejo za kasnejšo pripravo celotnega projekta z naslovom Brezplačna predavanja za obnovitev teoretičnih vsebin cestno-prometnih predpisov (CPP) za osebe stare 65 let ali več.

Ko so oblikovali naslov projekta, so v nadaljevanju opredelili cilje projekta in posamezne aktivnosti, ki bi jih izvajali v okviru projekta. Tako so se že tudi kar srečali s prvimi tremi fazami projektne ciklusa (programiranje, identifikacija, oblikovanje).

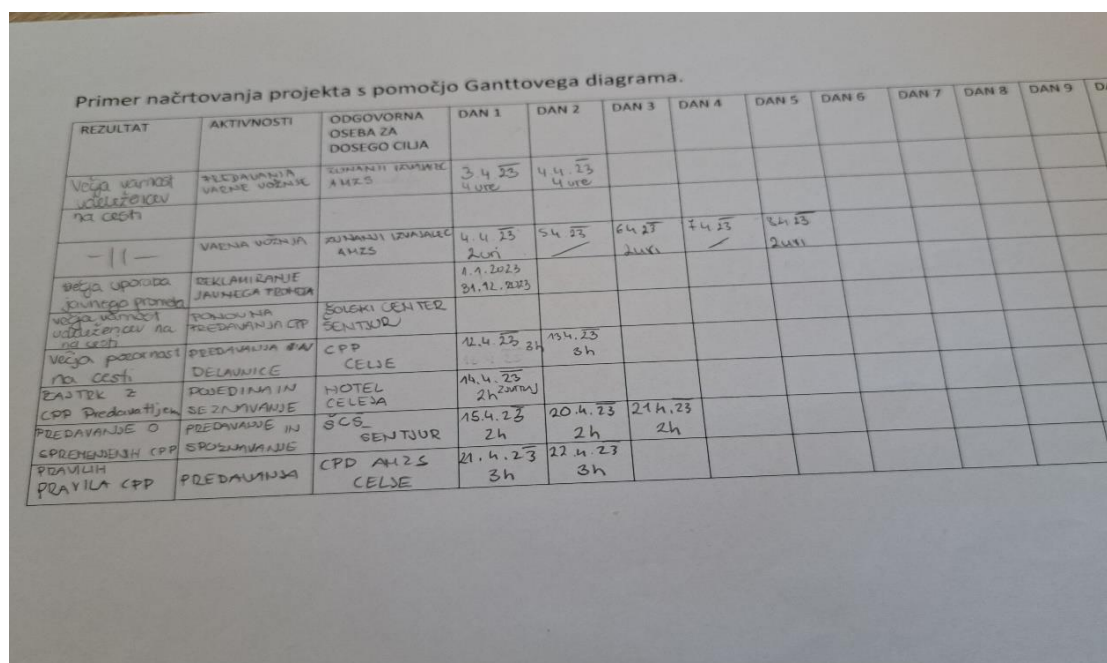
Cilji projekta so morali biti merljivi, realni in časovno opredeljeni. Izpostavili so nekaj ciljev, med drugimi: projekt bi trajal tri leta, predavanja bi se izvajala enkrat na tri mesece po 20 šolskih ur, v eni skupini bi bilo 10 – 15 starejših oseb starih 65 let ali več, z osvežitvijo cestno-prometnih predpisov bi bili starejši varnejši na cesti oziroma v prometu, v treh letih bi se brezplačnih predavanj udeležilo vsaj 180 oseb, vsebine cestno-prometnih predpisov bi osveževali vsakih 10 let. Vse to bi bilo brezplačno za udeležence, saj bi finančna sredstva za izvedbo projekta pridobili od Ministrstva za infrastrukturo. V treh letih bi se predavanj udeležilo vsaj 180 oseb starih 65 let ali več, tako, da bi tudi s tem zadostili ključnemu kazalnikuprojekta – med 150 in 200 starejših oseb, ki imajo osvežena znanja s področja cestno-prometnihpredpisov.



Predavanja bi se izvajala v prostorih Šolskega centra Šentjur, saj Šolski center Šentjur izvaja Šolo vožnje za B kategorijo kot svojo pridobitno dejavnost, tako da razpolagajo z zadostnimi prostorskimi, kadrovskimi in materialnimi pogoji (inštruktorji, predavatelji, predavalnice posebej za cestno-prometne predpise). Kot gostujoče predavatelje bi povabili predavatelje varne vožnje iz Avto moto zveze Slovenije, izpostava Celje.

S pomočjo SWOT analize, katere namen so spoznali že pri teoretičnih vsebinah projektnega managementa, so opredelili prednosti in slabosti ter priložnost in nevarnosti, s katerimi se lahko srečajo pri izvedbi projekta oz. načrtovanju projekta.

V nadaljevanju so se lotili načrtovanja realizacije projekta s pomočjo Ganttovega diagrama (Slika 1), v katerem so opredelili časovni raspored in trajanje izvedbe pri posamezni aktivnosti projekta. Prav tako so navedli pri posamezni aktivnosti odgovorno osebo, ki bo sodelovala v projektne timu, za dosego posameznega cilja projekta.



SLIKA 1: Ganttov diagram za projektne predlog študentov Višje strokovne šole ŠC Šentjur

V naslednjem koraku so se lotili še faze financiranja. Oblikovali so finančni načrt za posamezne aktivnosti ter po vrstah stroškov. S stroški so se srečali že v prvem semestru pri poglavjih Ekonomike, tako, da so lahko opredelili posamezne vrste stroškov (materialni stroški, stroški plač predavateljev, prevozniki stroški, stroški oglaševanja, itd.) ter njihove okvirne trimesečne oziroma letne višine.

Kot vir financiranja so navedli Ministrstvo za infrastrukturo, ki je objavilo javno naročilo za javne zavode oziroma podjetja, ki imajo dejavnost izobraževanja cestno-prometnih predpisov, za izvedbo brezplačnih predavanj. Vsa finančna sredstva bi bila nepovratna, torej vsi stroški bili v celoti financirani s strani Ministrstva za infrastrukturo.

Oseba odgovorna za izvedbo projekta bi vodila in hranila prijavnice, v katerih bi bila izkazana starost udeleženca (starejši nad 65 let), liste prisotnosti za udeležence, ki bi bile podlaga za izplačilo stroškov ter vsa potrebna poročila. Standardni strošek na enoto oz. udeleženca bi bil

300 € / II. bruto, kar pomeni, da bi pridobili za eno predavanje do največ 15 oseb največ 4.500,00 €. S tem zneskom bi pokrili stroške svojih in gostujočih predavateljev (ura predavatelja bi bila vredna 35 € / II. bruto x število ur) , najema predavalnic, stroške pogostitev med odmori, materialne stroške, stroški koordinacije projekta ter vse ostale stroške, ki bi nastali v povezavi s projektom.

Ob zaključku smo pregledali še pomen evalvacije projekta oziroma način ugotavljanja uspeha projekta. Zapisali so, da bi uspeh projekta merili s številom oseb, ki bi se udeležile brezplačnih predavanj, s pomočjo anketnega vprašalnika pa zadovoljstvo udeležencev s posameznimi aktivnostmi, predavatelji, časovnim razporedom predavanj, prostori, vsebino ter ali jim bodo pridobljena osvežena znanja koristila v nadaljnjem udejstvovanju v projektu.

## **6. SKLEP**

S prispevkom sem želela predstaviti, kako so študenti Višje strokovne šole Šolskega centra Šentjur povezali teoretična znanja in pojme projektne dela s prakso z izdelavo lastnega projektne predloga oziroma projekta. Spoznali so, da je projekt mozaik, ki se sestoji iz različnih kamenčkov, predstavljajo pa jih različni elementi projekta ter projektni tim, ki je nujen za uspešno realizacijo in nadzor nad izvajanjem projekta. Velika večina študentov se je z besedo »projekt« v preteklosti že srečalo, vendar si niso predstavljali, kaj točno ta beseda pomeni. Na predavanjih pri predmetu Ekonomika in menedžment podjetij so se prvič podrobno srečali s teoretičnimi pojmi, povezanih s projekti, ugotovili so pomembnost izvajanja projektov v podjetjih, občinah in drugih institucijah, saj so vir novih idej, proizvodov, storitev in obenem je vir financiranja zagotovljen. S kasnejšo izdelavo praktičnega primera svojega projektne predloga so lahko vse usvojene teoretične vsebine tudi uporabili.

Mislím, da so vsi študenti usvojili osnovne pojme povezane s pripravo projektov, ki jim bodo koristili pri njihovi nadaljnji poklicni poti. Pri izdelavi praktičnega primera projektne predloga so vadili večine skupinskega dela, usvojili pomembnost načrtovanja posameznih korakov pri projektu z različnimi orodji ter priložnosti, ki so povezane s projekti (inovativni proizvodi in storitve). Zagotovo se bodo z delom na projektih še srečali na svoji bodoči poklicni poti, bodisi kot zaposlene osebe ali kot samostojni podjetniki, kjer bodo lahko svoje znanje s pridom uporabili.

## LITERATURA IN VIRI

- [1] G. Robert, »Obvladovanje projektov«. Konzorcij višjih strokovnih šol za izvedboprojekta IMPLETUM, 2010.
- [2] M. Nevenka, »Strateški projektni management«. Visoka šola za poslovne vede, 2022.
- [3] [www.sc-s.si](http://www.sc-s.si)

## **MEDVRSTNIŠKO NASILJE NA II. GIMNAZIJI MARIBOR**

### **POVZETEK**

Medvrstniško nasilje je vse bolj prisotno v šolskem okolju in predstavlja resen problem celotnemu izobraževalnemu sistemu, zato mu je treba nameniti veliko pozornosti. Vzgojno-izobraževalna ustanova bi morala biti prostor, kjer se mladostnik počuti varnega, a slovenske šole postajajo ravno nasprotno. Namen pričujočega prispevka je predstaviti prisotnost medvrstniškega nasilja na II. gimnaziji Maribor. S pomočjo anketiranja, ki smo ga izvedli v aprilu 2024 smo ugotavljali, kako pogosto prihaja do različnih oblik nasilja na šoli po mnenju dijakov in učiteljev in ali je šola še vedno varno okolje. Podatke smo primerjali s položajem pred osmimi leti. Rezultati so pokazali, da se dijaki in učitelji na šoli počutijo varno, da je medvrstniško nasilje sicer prisotno, a je v okviru slovenske statistike. V prispevku je podana analiza ankete in predlagani ukrepi, kako se lahko mladostniki sami zaščitijo pred medvrstniškim nasiljem in kaj lahko šola naredi za preprečevanje medvrstniškega nasilja.

**KLJUČNE BESEDE:** medvrstniško nasilje, srednja šola, preprečevanje, ukrepi.

## **PEER VIOLENCE AT II. GIMNAZIJI MARIBOR**

### **ABSTRACT**

Peer violence is becoming increasingly present in the school environment. It represents a serious problem for the entire education system, which is why it needs to be given a lot of attention. An educational institution should be a place where young people feel safe; however, Slovenian schools are becoming the exact opposite. The purpose of this article is to present to what extent peer violence is present at II. gimnazija Maribor. We were interested in how often various forms of violence occur according to the students and teachers, and whether the school is still a safe environment. We compared the data with the situation eight years ago. The results showed that the students and teachers at the school feel safe, and that peer violence is present, but it is within the scope of Slovenian statistics. In this article, there is an analysis of the surveys as well as suggested measures for how teenagers can protect themselves from peer violence and what the school can do to prevent peer violence.

**KEYWORDS:** peer violence, high school, prevention, measures.

## 1. MEDVRSTNIŠKO NASILJE

Medsebojni odnosi med vrstniki v vzgojno izobraževalnih zavodih so mnogovrstni – od sodelovalnih in prijateljskih do konfliktnih ali celo nasilnih. Pri tem je običajno dinamika v medvrstniški komunikaciji spreminjajoča in pogosto prehaja iz ene v drugo obliko interakcije. Medvrstniško nasilje se pojavlja v vseh šolah, pri čemer se nekatere šole s tem problemom ukvarjajo odprto in pošteno, druge pa pojave medvrstniškega nasilja prikrivajo in se z njim ukvarjajo le v primerih, ko to izbruhne – praviloma v intenzivni obliki s hudimi posledicami za žrtev [2]. »Medvrstniško nasilje je praviloma namerna, ponavljajoča se uporaba fizičnega, psihičnega, spolnega, materialnega ali spletnega nasilja nad drugim vrstnikom« [3]. Čeprav se medvrstniško nasilje lahko pojavi tudi kot enkratni dogodek, kjer je prisotna izrazita razlika v fizični ali psihični moči med povzročiteljem in žrtvijo, je prav tako pomembno, da se zavedamo ponavljajočih se vzorcev nasilnega vedenja [3].

Z definicijo medvrstniškega nasilja so se ukvarjali mnogi raziskovalci (Olweus, Smith, Sullivan idr.), ki menijo, da ima medvrstniško nasilje naslednje skupne elemente:

- ponavljajoče se vedenje in se lahko dogaja dlje časa,
- ima namen škodovati drugemu,
- ima različne pojavne oblike,
- vključuje neravnovesje moči med tistim, ki doživlja in tistim, ki izvaja nasilje,
- je pogosto skrito avtoriteti v šoli,
- izvajalci nasilja ne pričakujejo, da bodo razkriti in da bodo trpeli posledice za svoja dejanja,
- za tiste, ki doživljajo nasilje, ima tako nasilje fizične in psihične posledice,
- nasilje deluje kot grožnja ne samo za učenca, ki ga doživlja, pač pa tudi za opazovalce.

Sodobnejše opredelitve medvrstniškega nasilja pa ne govorijo več le o namernosti, ampak o ciljni usmerjenosti tega nasilja. Medvrstniško nasilje opredeljujejo kot agresivno, ciljno usmerjeno vedenje, ki v kontekstu neravnovesja moči škoduje drugemu posamezniku in da je izvajanje strateško vedenje, pri katerem izvajalec nasilja v kontekstu neravnovesja moči skuša doseči svoj cilj [4].

Medvrstniško nasilje se pojavlja v številnih oblikah, ki se razlikujejo glede na način izražanja nasilja in glede na njegovo opaznost na zunaj, zato naštevamo najpogostejše in najbolj aktualne oblike.

### a) Fizično nasilje

Sullivan ga poimenuje tudi neposredno nasilje/agresija, vključuje pretepe s poškodbami, porivanje, brcanje, odrivanje, lasanje, omejevanje gibanja, grizenje, prerivanje, pljuvanje, potiskanje, udarce, namerno poškodovanje lastnine posameznika oz. uničevanje njegovih osebnih predmetov ...

### b) Psihično nasilje

Gre za posredno nasilje/agresijo in pomeni napad na posameznikovo »notranjost«. Cilj je škodovati posamezniku, ki je tarča napada, vendar pogosto brez fizičnih znakov.

Psihično – besedno nasilje: žaljenje in zmerjanje s spolno in socialno vsebino, posmehovanje, širjenje lažnih, neresničnih govoric, hujskanje prijateljev, grožnje, povezane z izsiljevanjem za denar, ogovarjanje, zaničevanje, rasistične pripombe ...

Psihično – nebesedno nasilje:

Neposredno: nesramne geste, mimika obraza ...

Posredno: manipuliranje/uničevanje prijateljstva, namensko socialno izključevanje, ignoriranje, izolacija, zaničevanje in opravljanje, molk kot sredstvo pritiska ...

### **c) Spolno nasilje**

Namigovanje na spolnost in šale s spolno vsebino, opolzko gestikuliranje in govorjenje, nadlegovanje zaradi pripadnosti spolu, nagovarjanje k spolnosti, prikazovanje pornografskega gradiva, zalezovanje, spolni napad ... To obliko nasilja bi lahko uvrstili tudi v shemo fizičnega in psihičnega nasilja – verbalno in neverbalno.

### **d) Materialno nasilje**

Izsiljevanje ali nasilni odvzem denarja ali druge lastnine, poškodovanje ali uničenje osebne lastnine in šolskih potrebščin, odvzem in uporaba telefona ...

### **e) Spletno nasilje**

Gre za širjenje groženj, neresničnih informacij po spletu, katerih namen je osmešiti ali ponižati drugega. Namerno in ponavljajoče se nadlegovanje in/oziroma ustrahovanje prek interneta, mobilnih telefonov in drugih informacijsko-komunikacijskih tehnologij, kot npr. pošiljanje žaljivih sporočil, pošiljanje ali objavljane škodljivih, neresničnih ali krutih izjav, objavljane občutljivih, zasebnih informacij (npr. zasebnih sporočil ali fotografij), pošiljanje ali objavljane obdelanih fotografij na žaljiv način, prilaščanje druge identitete z namenom osramotitve in škodovanja, obrekovanje na forumih, blogih ali socialnih omrežjih, izključevanje iz spletne skupnosti oz. spletne skupine prijateljev, snemanje nasilnih ali drugače neprimernih videoposnetkov (npr. šolskih preteпов) in razpošiljanje ter objavljane teh posnetkov na spletu, pošiljanje grozilnih sporočil z namenom zastraševanja in izsiljevanja, kraja gesel, prepošiljanje verižnih pisem in sporočil ... [1, 3, 4].

Medvrstniško nasilje se običajno dogaja skrito pred očmi učiteljev in drugih odraslih, a ima hude negativne posledice na duševno zdravje, psihološko prilagojenost in blaginjo vseh vpletenih. Škodljivo je tako za tiste, ki ga doživljajo, kot za tiste, ki ga opazujejo in izvajajo. Če naj želijo učitelji in odrasli resnično razumeti medvrstniško nasilje, morajo razumeti, da gre pri njem za izrazito neravnovesje moči [4].

## **2. VLOGA UČITELJA IN ŠOLE OB POJAVU MEDVRSTNIŠKEGA NASILA**

Medvrstniško nasilje lahko zaznamo na več načinov: o izkušnji z nasiljem lahko spregovori žrtev sama, lahko nas o tem obvestijo njeni sošolci/vrstniki, lahko smo priča nasilju, o zaznanem nasilju lahko povedo sodelavci ali starši. Ko zaznamo nasilje, je treba nemudoma posredovati. Pomoč v primerih nasilja med vrstniki lahko izvajajo učitelji, šolski svetovalni delavci ali oboji, lahko pa se v pomoč vključi tudi zunanja institucija. Pomembno je, da takoj,

ko zaznamo nasilje med vrstniki, posredujem tako, da zaščitimo otroka, ki je žrtev nasilja. Takojšnje ukrepanje lahko izvede vsak zaposleni v šoli, ki je nasilje zaznal. [1, 3].

Ob pojavu medvrstniškega nasilja pa je treba pozornost posvetiti vsem vpletenim, in sicer žrtvi, nasilnežu oziroma povzročitelju nasilja ter opazovalcem. Žrtvi nasilja je treba zagotoviti zaščito in mu omogočiti, da o svoji izkušnji spregovori. Pomembno je, da otroku med svetovalnim pogovorom omogočamo, da doživi in izrazi svojo stisko, pri čemer smo potrpežljivi, nanj ne pritiskamo in mu omogočimo dovolj časa – otrokova pripravljenost spregovoriti o nasilju je odvisna tudi od zaupanja in občutja varnosti v odnosu do svetovalca, da se to oblikuje, pa je včasih potrebno veliko srečanj. Bistveno je, da v nobenem primeru ne krivimo otroka, ki doživlja nasilje [4].

Na medvrstniško nasilje se odzovemo tako, da otroke, ki izvajajo nasilje ali se nasilno obnašajo, kaznujemo, vendar je za preprečevanje ponavljanja nasilja pomembno, da se tem otrokom posvetimo temeljiteje [5]. Pri delu z izvajalci nasilja izhajamo iz tega, da je jeza kot čustvo, ki je najpogosteje v ozadju agresivnosti, normalno čustvo in da s samim čustvom ni nič narobe, pač pa se je treba nanj konstruktivno odzvati in agresivnost obvladati. Otroke je treba naučiti, da znajo sprejemljivo, neagresivno izraziti čustvo jeze in napetosti [4]. Vsekakor pa je pomembno, da je naš odnos do otrok, ki so povzročitelji nasilja, spoštljiv.

Vrstniška skupina ima ključno vlogo pri pojavljanju in vzdrževanju medvrstniškega nasilja: ima to moč, da deluje preventivno ali pa nasilje spodbuja. V primeru nasilja je prav, da v pogovor vključimo tudi opazovalce nasilja. Številne raziskave kažejo, da se medvrstniško nasilje, vsaj pri mlajših otrocih, pogosto dogaja ob prisotnosti opazovalcev. Veliko število opazovalcev je razlog, da pri preventivnem delovanju poudarjamo vlogo opazovalca pri zmanjševanju nasilja. Sullivan tako omenja dve mogoči vrstniški intervenciji: vrstniško mentorstvo (tutorstvo) in vrstniško mediacijo, ki ju primerja s protivirusnim programom, ki ga naložimo na računalnik [1, 4, 5].

Ob pojavu medvrstniškega nasilja je treba poudariti, da je za nasilje, ki se dogaja, treba vedno nekemu povedati in poiskati pomoč. Otroci in mladostniki sami težko rešijo problem, zato potrebujejo pomoč odraslih.

### **3. PREPREČEVANJE MEDVRSTNIŠKEGA NASILJA**

Vzgojno-izobraževalni zavodi se soočajo z različnimi oblikami nasilja in so se dolžni odzvati na vsako pojavnost nasilja. Preprečevanje medvrstniškega nasilja (ang. bullying) je ključnega pomena za ustvarjanje varnega in podpornega okolja za vse otroke in mladostnike. Ker lahko ima nasilje dolgoročno negativne posledice za vse vpletene, je pomembno, da se nanj odzovemo pravočasno in učinkovito. V nadaljevanju je podanih nekaj strategij za preprečevanje in zmanjševanje medvrstniškega nasilja:

#### **a) Izobraževanje in ozaveščanje**

Učitelji, starši in otroci naj bodo redno izobraženi o tem, kaj medvrstniško nasilje je, kako ga prepoznati in kako se nanj odzvati. Šole naj organizirajo delavnice in predavanja za učence in mladostnike, kjer se učijo o posledicah nasilja in razvijajo socialne veščine, kot so empatija, sodelovanje in reševanje konfliktov.

### **b) Ustvarjanje varnega in spodbudnega okolja**

Vrednote, kot so, spoštovanje, prijaznost, vključenost, lahko pomagajo zmanjšati pojavnost nasilja. Šole naj imajo jasna pravila glede medvrstniškega nasilja, vključno s postopki za prijavo in obravnavo incidentov. Učiteljem in ostalemu osebju je treba zagotoviti orodja in podporo za učinkovito obravnavo medvrstniškega nasilja.

### **c) Vključevanje staršev in skupnosti**

Starši, skupnost in šola morajo sodelovati pri preprečevanju in reševanju problematike medvrstniškega nasilja. Pomembno je tudi sodelovanje z zunanjimi organizacijami, ki lahko ponudijo dodatno podporo in vire za preprečevanje nasilja.

### **d) Individualna podpora in intervencija**

Pomoč otrokom, ki so žrtve ali povzročitelji nasilja, preko svetovalnih storitev v šoli ali izven nje. Uporaba mediacije za mirno reševanje konfliktov med otroki in mladostniki.

### **e) Tehnološka podpora**

V digitalni dobi je pomembno izobraževanje otrok in mladostnikov o varni rabi interneta in preprečevanju spletnega nasilja. Smiselna je tudi uvedba anonimnih sistemov za prijavo nasilja, kar žrtvam nasilja omogoča varno poročanje o nasilju.

### **f) Spodbujanje pozitivnih odnosov**

Programi mentorstva, kjer starejši otroci pomagajo mlajšim, lahko zmanjšajo občutek izolacije in spodbujajo pozitivne odnose. Sodelovanje in povezovanje se lahko v šolah krepi tudi skozi šport, umetnost in različne projekte.

### **g) Spremljanje in vrednotenje**

V šolah je treba redno spremljati pojavnost nasilja in ocenjevanje učinkovitosti sprejetih programov. Za nenehno izboljševanje pristopov k preprečevanju nasilja je pomembno zbiranje povratnih informacij od otrok, učiteljev in staršev [1, 6].

Strategije za preprečevanje in zmanjševanje medvrstniškega nasilja zahtevajo sistematičen in celovit pristop, ki vključuje izobraževanje, podporo, ozaveščanje in sodelovanje vseh vpletenih strani. Le-tako se lahko učinkovito spopademo s to problematiko in ustvarimo varnejše in bolj spodbudno učno okolje.

## **4. MEDVRSTNIŠKO NASILJE NA II. GIMNAZIJI MARIBOR**

Na II. gimnaziji Maribor že vrsto let opravljamo samoevalvacijo, v kateri preverjamo

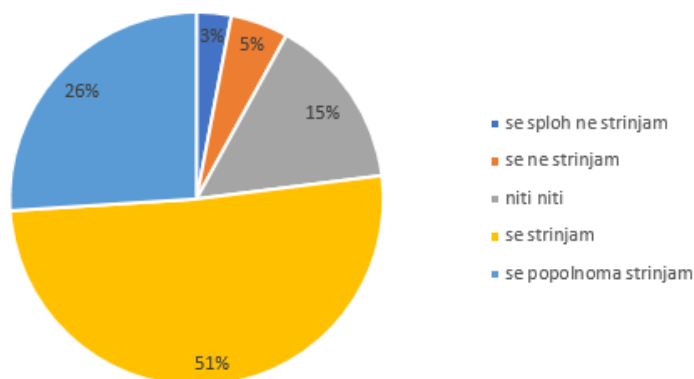
- šolsko klimo, učenje in poučevanje,
- pomoč dijakom med učitelji,
- materialne pogoje oz. zadovoljstvo z okoljem, v katerem poučujemo,
- vodenje šole in poučevanje učiteljev.

V šolskem letu 2023/2024 smo v mesecu aprilu izvedli obsežno anketiranje dijakov, učiteljev in staršev. Anketne vprašalnike o šolski klimi je rešilo 691 (83 %) dijakov, 66 (84 %) učiteljev



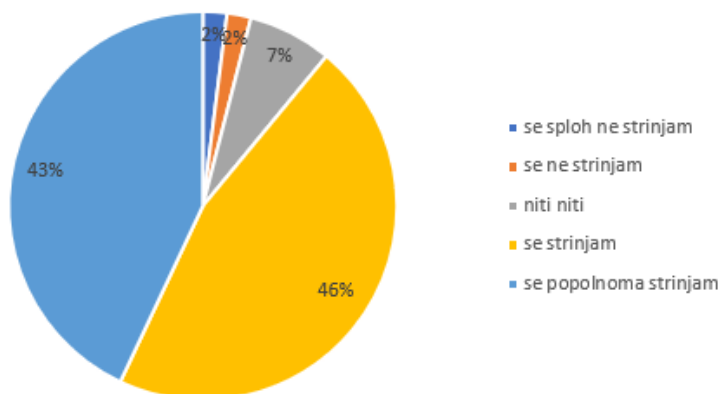
in 350 staršev, kar je primerljivo s podatki iz šolskega leta 2015/2016, ko smo izvedli podobno anketiranje. V anketi nas je med drugim zanimalo, kako se dijaki počutijo na šoli, kakšna je zaznava občutka varnosti na šoli, kako pogosto se dogajajo posamezne oblike medvrstniškega nasilja v šoli.

Ugotovili smo, da se v šoli 77 % dijakov počuti dobro oz. zelo dobro, 8 % dijakov se ne počuti dobro, 15 % pa se jih ni znalo opredeliti (graf 1). Razlogi za dobro počutje so prijateljski odnosi, medsebojna pomoč in sodelovanje. Razloge za slabo počutje pa pripisujejo podcenjevanju manj uspešnih in manj aktivnih sošolcev. Podatki so povsem primerljivi s podatki iz leta 2016.



**GRAF 1:** V šoli se dobro počutim.

Rezultati ankete so pokazali, da se 89 % dijakov v šoli počuti varno, le 4 % dijakov pa je navedlo, da se v šoli ne počutijo varno (graf 2). Občutek varnosti dijakom dajejo učitelji, sošolci in vrstniki. Če pa primerjamo varnost na šoli z rezultati ankete pred osmimi leti, je ta odstotek letos nižji. Kot razloge nevarnega okolja so navedli situacijo iz začetka šolskega leta, ko je prišlo do nasilja izven šolskega okolja.



**GRAF 2:** V šoli se počutim varno.

Tabela 1 prikazuje, kako pogosto dijaki doživljajo različne oblike nasilja na šoli. V tabeli so predstavljeni podatki za šest različnih vrst nasilja: pretepanje, grožnje, zmerjanje, zasmehovanje, izločanje posameznika iz skupine in nasilje preko spleta. Pretepi so na šoli redkejša oblika nasilja, saj 73 % dijakov meni, da se sploh ne dogajajo, medtem ko le 2 % meni, da so pogosti. Grožnje so nekoliko pogostejše kot pretepi, pri čemer 48 % dijakov meni, da se sploh ne dogajajo, 45 % pa, da se dogajajo redko. Zmerjanje je pogostejša oblika nasilja,

saj kar 25 % dijakov meni, da se dogaja pogosto, in 58 %, da se dogaja redko. Zasmehovanje in izločanje posameznika iz skupine sta najpogostejši obliki medvrstniškega nasilja na šoli. Zasmehovanja je pogosto deležnih 31 % dijakov, izločanja pa kar 33 % dijakov. Presenetil je podatek, da je nasilje preko spleta manj pogosta oblika nasilja v primerjavi z drugimi oblikami, saj 46 % dijakov meni, da se sploh ne dogaja, in 12 %, da se dogaja pogosto. Več kot polovica dijakov meni, da se vsaka od naštetih oblik nasilja dogaja vsaj redko, kar nakazuje na prisotnost medvrstniškega nasilja v različnih oblikah na šoli. Ob primerjanju podatkov z letom 2016 smo ugotovili, da deleži tudi po osmih letih ostajajo skoraj enaki.

**TABELA 1:** Število in strukturni odstotki dijakov po mnenju o dogajanju nasilja na šoli leta 2024.

Kako pogosto se po tvojem mnenju na šoli (med dijaki) dogajajo naslednje stvari?				
	pogosto	redko	sploh ne	skupaj
Pretepanje.	14 (2 %)	176 (25 %)	501 (73 %)	691 (100 %)
Grožnje.	47 (7 %)	311 (45 %)	333 (48 %)	691 (100 %)
Zmerjanje.	170 (25 %)	404 (58 %)	117 (17 %)	691 (100 %)
Zasmehovanje.	213 (31 %)	389 (56 %)	89 (13 %)	691 (100 %)
Izločanje posameznika iz skupine.	228 (33 %)	392 (57 %)	71 (10 %)	691 (100 %)
nasilje preko spleta.	83 (12 %)	287 (42 %)	321 (46 %)	691 (100 %)

V anketo o nasilju na šoli smo vključili tudi učitelje. Tabela 2 prikazuje mnenja učiteljev o pogostosti nasilja na šoli, ločeno po vrstah nasilja. Večina učiteljev (55 %) meni, da se pretepanje sploh ne dogaja na šoli, 44 % (57 % leta 2016) učiteljev meni, da se grožnje na šoli dogajajo redko, tudi zmerjanje se po mnenju 56 % (66 % leta 2016) učiteljev dogaja redko. 20 % (28 % leta 2016) učiteljev meni, da se zasmehovanje na šoli dogaja pogosto, 52 %, da se dogaja redko. Če dijaki menijo, da je izločanje posameznika iz skupine najpogosteje prisotno, se učitelji s to trditvijo strinjajo v 15 % (23 % leta 2016). Večina učiteljev ne ve, ali se na šoli dogaja nasilje preko spleta. 36 % jih meni, da se ta oblika nasilja dogaja redko, 6 %, da se dogaja pogosto. Iz rezultatov je razvidno, da učitelji zaznavajo manj pogosto fizično nasilje (pretepi in grožnje) kot psihično nasilje (zmerjanje, zasmehovanje, izločanje iz skupine). Velik delež učiteljev, še posebej pri spletnem nasilju, ni prepričan o pogostosti teh dogodkov, kar kaže na potrebe po ukrepanju.

**TABELA 2:** Število in strukturni odstotki učiteljev po mnenju o dogajanju nasilja na šoli leta 2024.

Kako pogosto se po vašem mnenju na šoli dogajajo naslednje stvari?					
	pogosto	redko	sploh ne	ne vem	skupaj
Pretepanje.	1 (2 %)	14 (21 %)	36 (55 %)	15 (23 %)	66 (100 %)
Grožnje.	1 (2 %)	29 (44 %)	14 (21 %)	22 (33 %)	66 (100 %)
Zmerjanje.	8 (12 %)	37 (56 %)	9 (14 %)	12 (18 %)	66 (100 %)
Zasmehovanje.	13 (20 %)	34 (52 %)	4 (6 %)	15 (23 %)	66 (100 %)
Izločanje posameznika iz skupine.	10 (15 %)	39 (59 %)	3 (5 %)	14 (21 %)	66 (100 %)
Nasilje preko spleta.	4 (6 %)	24 (36 %)	1 (2 %)	37 (56 %)	66 (100 %)

## 5. SKLEP

Trenutna družbena klima je izrazito slab vzor otrokom in mladostnikom. Ogromno je nestrpnosti in sovražne komunikacije. Medvrstniško nasilje je prisotno v vseh vzgojno izobraževalnih zavodih. Čeprav statistike kažejo, da je danes nasilja več, strokovnjaki trdijo, da nasilja ni več kot nekoč, le bolj ga prikazujemo in več govorimo o njem. Šole se morajo sistematično in celovito lotiti preprečevanja nasilja. Ne smemo pozabiti, da je “temeljna demokratična pravica otroka, da se v šoli počuti varnega, da so mu prihranjeni zatiranje in ponavljajoča se, namerna ponižanja, ki so sestavni del medvrstniškega nasilja” [3]. Izvajanje nasilja se mora obsoditi, označiti za nedopustno, vendar morajo starši vseeno stati svojemu otroku ob strani in ga ne obsojati.

Rezultati anketiranja, ki smo ga izvedli aprila 2024, so pokazali, da dijaki kot najpogostejšo obliko nasilja zaznavajo zasmehovanje in izločanje posameznika iz skupine. Enakega mnenja so bili tudi ob anketiranju leta 2016. Več kot polovica dijakov je menila, da se vsaka od naštetih oblik nasilja dogaja vsaj redko, kar nakazuje na prisotnost nasilja na šoli. Iz rezultatov anketiranja učiteljev pa je razvidno, da velik delež učiteljev ni prepričan o pogostosti posameznih oblik nasilja, kar kaže na potrebo po večjem ozaveščanju in boljši komunikaciji o teh problematikah na šoli.

Razlike v zaznavanju nasilja med učitelji in dijaki poudarjajo potrebo po večji komunikaciji in sodelovanju med tema dvema skupinama ter po izobraževanju, ki bi povečalo ozaveščenost o vseh vrstah nasilja. In ne pozabimo: empatija je tista, ki predstavlja pravo pot.

## LITERATURA IN VIRI

- [1] Lešnik Mugnaioni, D., Klemenčič, I., Filipčič, K., Rustja, E., Novaković, T. (2016). Navodila s priročnikom za obravnavo medvrstniškega nasilja v vzgojno-izobraževalnih zavodih. Ljubljana: Zavod RS za šolstvo.
- [2] Pečjak, S., Pirc, T. (2019). Psihološki vidiki medvrstniškega nasilja v šolah. Pridobljeno na [https://www.pei.si/ISSN/1581\\_6044/3-4-2019/1581-6044.30\(3-4\)9-31.pdf](https://www.pei.si/ISSN/1581_6044/3-4-2019/1581-6044.30(3-4)9-31.pdf)
- [3] Lešnik Mugnaioni, D., Klemenčič, I., Filipčič, K., Rustja, E., Novaković, T. (2023). Medvrstniško nasilje. Pridobljeno s [https://www.zrss.si/pdf/protokol\\_medvrstnisko\\_nasilje.pdf](https://www.zrss.si/pdf/protokol_medvrstnisko_nasilje.pdf)
- [4] Pečjak, S., Pirc, T., Košir, K. (2021). Medvrstniško nasilje v šoli. 2. izd. Ljubljana: Filozofska fakulteta.
- [5] Košir, K. (2013). Socialni odnosi v šoli. Maribor, Pedagoška fakulteta Univerze v Mariboru in Subkulturni azil.
- [6] Prepoznavanje in preprečevanje nasilja v šolah (18. 5. 2024). Pridobljeno na <https://www.gov.si teme/prepoznavanje-in-preprečevanje-medvrstniskega-nasilja-v-solah/>

## **KO TE STRESE STRES**

### **POVZETEK**

Živimo v družbi, ki vedno bolj hiti, želi storiti čim več stvari naenkrat. Zato veliko ljudi doživlja stres. Stres je ena največjih zdravju škodljivih nevarnosti 21. stoletja. Stresu smo izpostavljeni vsi, pogosto tudi mladostniki.

Z učenci sem izvedla kratko anketo. Z njo sem želela izvedeti, v kolikšni meri so učenci naše šole podvrženi stresu in kaj so glavni dejavniki, ki ga povzročajo. Zanimalo me je tudi, katere telesne znake občutijo učenci, ki so pod stresom in na kakšen način se z njim spopadajo. Z anketo sem tudi ugotovila, da ima lahko določena mera stresa tudi pozitivne učinke. Eden takih je bolj učinkovito učenje, ki s sabo prinese kvalitetno znanje.

Moja anketa naj služi kot opozorilo in vodilo, da moramo na tem področju nekaj storiti. Menim, da bi se mladi s pomočjo različnih tehnik lahko bolje spopadali s stresom. Zato bom predstavila tudi nekaj vaj čuječnosti, ki jih uporabljam v svojem razredu. S temi vajami poskušam zmanjšati fizične simptome stresa in izboljšati duševno zdravje in pozornost pri svojih učencih. Vaje čuječnosti izvajam načrtno in so namenjene sproščenemu, prijetnemu in zabavnemu vzdušju.

**KLJUČNE BESEDE:** stres, mladostniki, šola, problemi, vaje čuječnosti.

## **WHEN YOU ARE SHAKEN BY STRESS**

### **ABSTRACT**

We live in society, where people are constantly in a rush and want to do as much as they can all at once. Owing to this, many people go through stress. Stress is one of the biggest hazards for our health in the 21st century. We all are exposed to stress, very often also the young.

I have carried out a short questionnaire with the pupils. My purpose was to find out in what extension are pupils at our school exposed to stress and what are the main factors that cause the stress. I was also interested about the physical signs that pupils feel and how do they deal with it. The questionnaire also helped me to find out how specific amount of stress has positive effects as well. One of this is to learn more effectively and therefore assimilate quality knowledge.

My questionnaire should use as a warning and guide for us to do something at this field. I think that young people should know how to better deal with stress with the help of various techniques. I am going to present a few vigilance exercises which I also use in my classroom. With these exercises I try to reduce physical stress symptoms and improve mental health and attentiveness of my pupils. I do the exercises with intention to relax in the pleasant and amusing atmosphere.

**KEY WORDS:** stress, the young, school, problems, vigilance exercises.

## 1. UVOD

### 1.1 DEFINICIJA STRESA IN STRESORJI

Izraz stres izvira iz latinščine in se prvič uporabi v 17. stoletju. Takrat so ta izraz uporabljali za opis nadloge, pritiska, težave ali muke. V 18. in 19. stoletju se je pomen te besede spremenil in v današnjem času ta izraz uporabljamo za opis sile, pritiska in močnega vpliva, ki deluje na osebo.

Z besedo stres opisujemo nekaj čustvenega, kar se dogaja v naših mislih. Ali pa stresu pripisujemo nekaj, kar se je zgodilo, in si želimo, da se ne bi. Torej če kdo ni sposoben opraviti nečesa zahtevnejšega, pa naj bodo to težave v službi, šoli ali ljubezenske težave, rečemo, da je v stresu“.

Stres je najpogosteje opredeljen kot telesna in psihološka obremenjenost organizma, ki nastane kot prilagoditveni odgovor na dražljaje v okolju in se odraža v različnih simptomih, kot so telesna in psihična utrujenost, pomanjkanje energije, zaskrbljenost, razdražljivost, težave s koncentracijo, zmanjšana produktivnost in kakovost. Stres je torej kombinacija odzivov telesa na trenutno situacijo oziroma na potencialno nevarno situacijo, ki lahko ogrozi ravnovesje telesa. Je odziv na obremenitve iz okolja. Telo se tako odzove na poškodbe, vnetja in okužbe, strah, bolečino in telesne napore. Fiziološko gledano, stresen je vsak dogodek oziroma situacija, ki povzroči izrazit odziv nadledvičnih žlez.

Nadledvični žlezi sta glavni organ, ki skrbi za odgovor telesa na stres preko izločanja stresnih hormonov. Izločanje »hormonov stresa« je naravni odziv telesa na stresorje.

Stres je hkrati čustveni, duševni, telesni in vedenjski odziv na dogodke, ki nas ogrožajo, ali morebiten škodljiv stresni dejavnik (stresor). Stresor je vse, kar lahko sproži stresni odziv in začasno poruši človekovo notranje ravnovesje. Ločimo **zunanje** (vsakodnevni dogodki ali situacije) in **notranje stresorje** (sprostimo jih sami, s svojimi mislimi in občutki in si povzročamo nemir).

Najpogostejši stresorji so:

- **Okolje:** razlika v temperaturi, hrup, nesreče, vojne.
- **Delovno mesto ali šola:** preobremenjenost, premalo ali preveč dela, preverjanje, ocenjevanje znanja, prezahteven program, stresno delovno mesto.
- **Nenadne življenjske spremembe:** smrt bližnjih, ločitve, sprememba službe, šole, stanovanja, izjemni osebni dosežki, rojstvo otroka, zadetek na loteriji.
- **Vsakodnevne skrbi:** naglica, kaos, čakanje, finančna stiska, slabi medosebni odnosi, kajenje, uživanje alkohola, premalo telesne aktivnosti.
- **Pomanjkanje spanca in počitka:** V prizadevanju, da bi opravili čim več dela, pogosto žrtvujemo dragocen spanec in počitek, ki sta ključnega pomena za zdravje in dobro počutje.
- **Slabe prehranjevalne navade in diete:** Zdrava in uravnotežena prehrana je temelj vsesplošnega zdravja. Izpuščanje obrokov, ekstremne diete, hitra hrana, stradanje ... Vse to so stresorji, ki vodijo do slabega počutja, lahko pa tudi resno škodujejo zdravju.
- **Pretirana količina aktivnosti:** Telesna aktivnost je zelo pomembna (ključna) za uravnavanje stresa in za splošno zdravje, vendar so tudi tukaj meje. Ker se danes zelo

poudarja pomembnost telesne aktivnosti, lahko to nekateri razumejo kot »več je bolje«, kar pa vedno ne drži in lahko v tem primeru vodi do pretreniranosti, ki predstavlja velik stres za telo.

- **Telesni stresorji:** Pod to kategorijo spadajo prehladi, razne bolezni, vnetja in športne poškodbe, ki so velik stres za telo, sploh če se te pojavljajo kronično. Za športnika to dodatno predstavlja še psihološki stres zaradi nezmožnosti treniranja in tekmovanja ter negativnih posledic, ki jih bolezni in poškodbe lahko prinašajo za kariero.
- **Izpostavljenost toksinom:** Pod to kategorijo spadajo alkohol, nikotin, sladkor, aditivi, razna čistila, onesnaženo okolje, onesnažen zrak, onesnažena voda ... Mnogi toksini nas obdajajo vsak dan in se jim težko izognemo (onesnažen zrak) in zato je še toliko bolj pomembno, da se izognemo tistim, na katere lahko vplivamo (toksini v gospodinjstvu in v prehrani).



SLIKA 1: Ko te stresa stres.

## 1.2 SIMPTOMI STRESA

Ko je govora o samih simptomih, ki jih povzroča stres, je le-teh veliko. V glavnem delimo simptome v dve skupini:

1. **Telesni simptomi** (glavobol, utrujenost, nespečnost, spremembe prebave, bolečine v vratu ali hrbtu, izguba teka ali čezmerno uživanje hrane).
2. **Duševni simptomi** (napetost ali tesnoba, jeza, umikanje družbi, pesimizem, brezvoljnost, povečana razdražljivost, cinično občutje ter poslabšanje zbranosti in zmogljivosti).

Stres lahko vpliva na vse dele našega življenja, vključno z našimi čustvi, vedenjem, sposobnostjo razmišljanja in fizičnim zdravjem. Noben del telesa namreč ni imun na stres. Ker pa ljudje različno obravnavamo stres, se lahko simptomi stresa razlikujejo. Simptomi so lahko nejasni in enaki tistim, ki jih povzročajo zdravstvene težave, zato je pomembno, da se o njih pogovorimo s svojim zdravnikom.

**Fizični simptomi stresa lahko vključujejo:**

- bolečine v telesu,
- bolečine v prsnem košu ali hitro bitje srca,
- izčrpanost ali težave s spanjem,
- glavoboli, omotica ali tresenje,
- visok krvni pritisk,
- napetost mišic ali stiskanje čeljusti,
- želodčne ali prebavne težave,

- težave pri spolnosti,
- šibek imunski sistem.

**Stres lahko prav tako povzroči čustvene in duševne simptome, kot so:**

- anksioznost ali razdražljivost,
- depresija,
- panični napadi.

### **1.3 STRES MED MLADIMI**

Mladostniki in otroci so glede stresa posebno ranljiva skupina, saj se le-ti na stres odzivajo precej drugače kot odrasli, kar pa še ne pomeni, da na mladostnike in otroke stresorji ne delujejo. Izpostavljeni so vsakodnevnim obremenitvam v šoli in v sklopu izven šolskih dejavnosti, ki so prepogosto tekmovalno naravnane, opazujejo lastne psihične in fizične spremembe telesa med odraščanjem, imajo težave z vrstniki in starši, izpostavljeni so selitvi, izgubam vseh vrst (ločitev staršev, zamenjava šole, smrt v družni), so zaljubljeni itd.

Otroci in mladostniki so zelo občutljivi na stresne dogodke in težje ocenijo, kateri stresni dogodki jih ogrožajo in kateri ne.

Tudi bolezenski znaki se pri otroku, ki je izpostavljen stresu, razlikujejo od odraslih. Pozorni moramo biti tako na besedni kot na nebesedni del sprememb v komunikaciji otroka/mladostnika npr. na zvijanje las, sesanje prstov, razdražljivost, okrnjeno domišljijo, bolečine v trebuhu, glavobole, vrtoglavice, sprememba vedenja, stila oblačenja, prehranske motnje. Tudi zloraba drog, kajenje, pitje alkohola in motnje hranjenja so tihi kazalec stresnega vrtinca otroka/mladostnika.



**SLIKA 2:** Stres med mladimi.

### **1.4 SPOPRIJEMANJE S STRESOM**

Doživljanju stresa se ne moremo povsem izogniti, saj je človek pravzaprav ves čas izpostavljen stresorjem. Bolj kot ima izdelane strategije spoprijemanja s stresom, lažje bo spet ujel ravnotežje. Tudi če se bodo pojavile kakšne težave, ne bodo usodne. Spoprijemanje s stresom je proces, ki vključuje miselne in vedenjske poskuse obvladati, zmanjšati oziroma vzdržati notranje in/ali zunanje zahteve, ki so nastale kot rezultat stresne situacije.

Posamezniki uporabljajo različne načine spoprijemanja s stresom; že sama zaznava stresorja je vedno določena z interakcijo med stresnim dogodkom, okoljem in posameznikom ter z njegovo oceno posledic delovanja stresorja, upoštevamo pa tudi medsebojne vplive in posameznikovo razlago določenega dogodka. Vse to ovrednotimo tudi pri načrtovanju



načinov spoprijemanja s stresom. Načini spoprijemanja s stresom, ki veljajo za bolj uspešne, so:

- 1. Prepoznavanje stresnih simptomov** (pospešen utrip srca, potenje dlani, tresenje ...), prepoznavanje različnih vrst stresa (pozitivni, negativni), zavedanje, da ni življenja brez težav in da je tudi negativni stres lahko koristen.
- 2. Sprememba okolja in njegovih zahtev** (menjava okolja (začasna – sprememba okolja, razbremenitev, stalna – menjava prebivališča, službe itn., ki nam povzročata stres), umik iz okolja, ki nam povzročata stres, kadar rešitev ni mogoča).
- 3. Sprememba sposobnosti spoprijemanja in podpora že pridobljenim sposobnostim spoprijemanja.**
- 4. Upoštevanje svojih zmožnosti, zavedati se, kaj lahko spremenimo in česa ne moremo (s stvarmi, ki jih ne moremo spremeniti, se ne obremenjujmo).**
- 5. Osredotočenje na varovalne dejavnike.**
- 6. Učenje različnih strategij spoprijemanja in prepoznavanja. Pomembno je, da se naučimo različnih strategij spoprijemanja na različnih ravneh delovanja (telesni ravni, ravni misli ter ravni čustev in vedenja).**

## 2. GLAVNI DEL

### 2.1 VAJE ČUJEČNOSTI

Sama sem na podlagi prebrane literature in spletnih virov poiskala nekaj vaj čuječnosti za premagovanje stresa, ki jih uporabljam tudi v svojem razredu.

Učencem poskušam približati razmišljanje, da se osredotočijo na stvari, ki so jim pomembne, da razmišljajo pozitivno ter da se ukvarjajo s tistim, kar jih osrečuje. Navajam jih na tihoto in določene vaje izvajamo ob meditacijski glasbi.

Ugotavljam, da čuječnost pomaga učencem pri:

- boljšem osredotočanju na učno snov,
- boljšem uravnavanju čustev,
- razvijanju pozitivne samopodobe.

Primeri vaj čuječnosti:

#### 1. vaja ČUJEČEGA DIHANJA IN ČUJEČEGA GIBANJA

Vajo izvajamo, ko učenci čutijo jezo, nervozo in obremenjenost. Vaja učencem pomaga zbistriti misli in se umiriti.



SLIKA 3: Čuječe dihanje.



SLIKA 4: Čuječe gibanje.

## 2. vaja **STISK**

Učence spodbudim, da zaprejo oči in po mojih navodilih stiskajo mišice svojega telesa. Najprej močno stisnejo palec na nogi. Nato naredimo še nekaj dihalnih vaj, preden stisnejo trebušne mišice. Zatem naredijo pest in na koncu stisnejo oči. Osredotočijo se na stisk in občutek v svojem telesu. Vajo izvajamo ob tihi meditacijski glasbi.



SLIKA 5: Stiskanje mišic.

## 3. vaja **PISANE ŠTEVILKE**

Vodimo dihalne vaje ob meditacijski glasbi. Učenci naj si ob vdihu počasi štejejo do 3 in si v mislih predstavljajo številke v najbolj zanimivih pisanih barvah. Naj bodo številke zanimive oblike in čim bolj pisanih barv. Učenci se osredotočijo na štetje, zato lažje pozabijo na misli, ki bi jim pritavale mimo.



SLIKA 6: Pisanje števil.



SLIKA 6: Pisane številke.

## 4. vaja **POSKOČNO SRCE**

Učenci na vdih počepnejo in z izdihom vstanejo. Tako počnejo pol minute. Nato se usedejo na blazine, zaprejo oči in položijo roko na srce. Spodbudimo jih, da so pozorni na občutek, kako srce bije ob roko.



SLIKA 7: Poskočno srce.

## 5. vaja **ZAPIRANJE VRAT**

Govorimo: »Predstavljalj si, da je tvoja glava hiša in da so tvoje oči in ušesa vrata te hiše. Oči si spočiješ tako, da zapreš vekci in nanju položiš kazalec, ušesa pa tako, da jih pokriješ z dlanjo. Jezik počiva, če je rahlo upognjen proti nebu. Ko zapreš vsa vrata, slišiš svoje dihanje, ki je kot valovanje morja na plaži. Preštej sedem valov in nato počasi umakni roke in odpri oči.«



SLIKA 8: Stiskanje vek.



SLIKA 9: Pokrivanje ušes z dlanmi.

## 2.2 PREDSTAVITEV ANKETE

Ko sem se odločila za temo raziskovanja, sem izdelala raziskovalni načrt. Zastavila sem si raziskovalna vprašanja in postavila tri hipoteze. Uporabila sem metodo anketiranja.

Anketirala sem učence druge triade. V anketi je sodelovalo 89 učencev.

Na podlagi namena ankete sem si zastavila tri raziskovalna vprašanja:

1. Ali so mladostniki pod stresom?
2. Kaj jim povzroča največ stresa?
3. Ali je šola edini povzročitelj stresa?

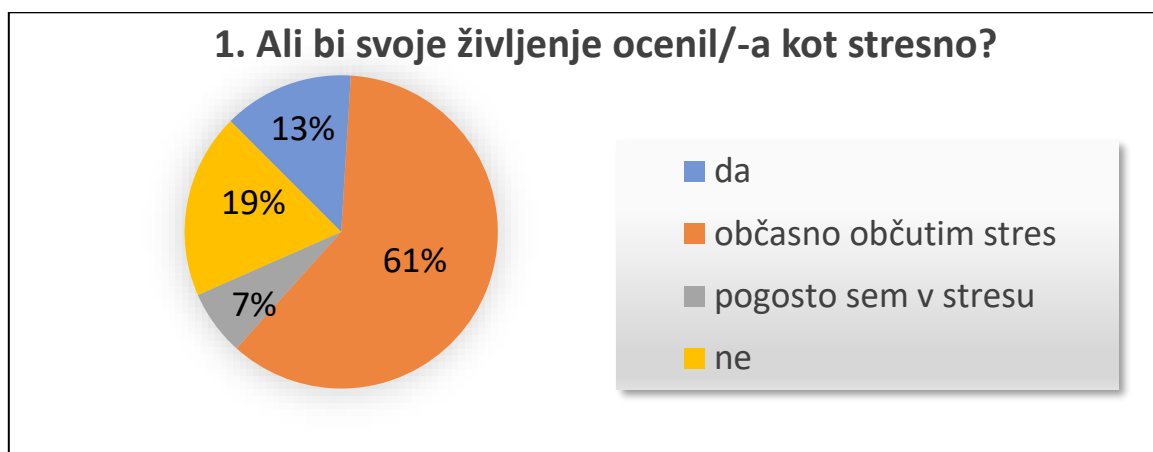
Na podlagi raziskovalnih vprašanja sem si postavila tri hipoteze:

**H1:** Vsak učenec se je že kdaj znašel pod stresom.

**H2:** Največ stresa povzroča ocenjevanje.

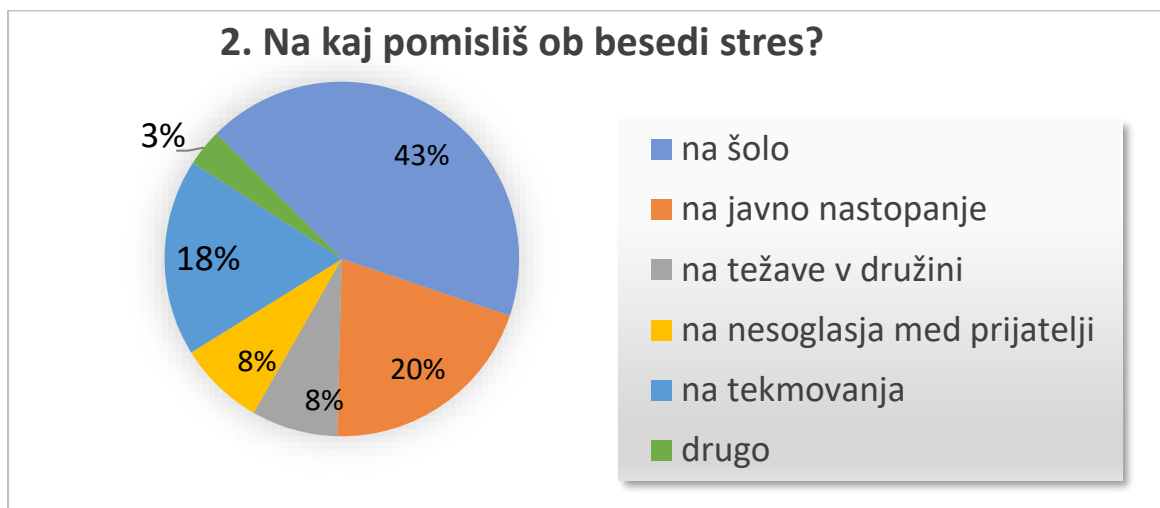
**H3:** Šola ni edini povzročitelj stresa.

## 2.3 REZULTATI ANKETE



SLIKA 10: Graf 1.

Anketa je pokazala, da kar 61 % anketiranih stres občuti občasno, 13 % svoje življenje ocenjuje kot stresno, 7 % ocenjuje, da so pogosto v stresu, 19 % pa svojega življenja ne ocenjuje kot stresnega.



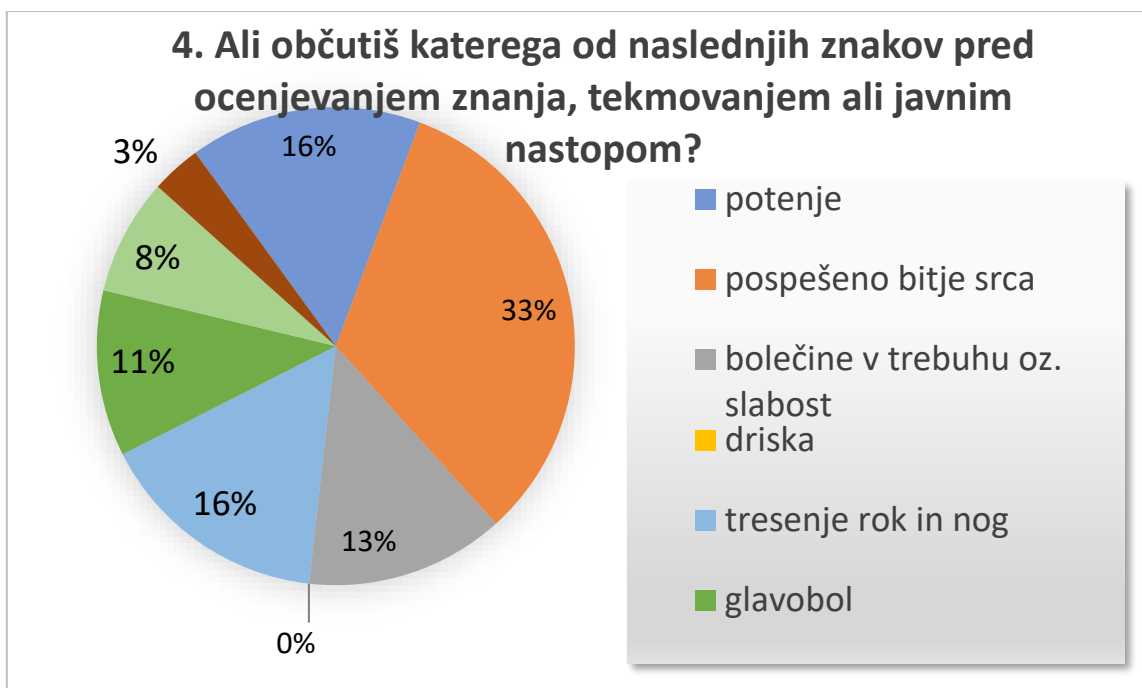
SLIKA 11: Graf 2.

Z naslednjim vprašanjem sem ugotovila, da šola povzroča največ stresa med mladostniki, saj je kar 43 % vseh vprašanih odgovorilo, da ob besedi stres pomislijo na šolo. Drugi dve dejavnosti, ki tudi povzročata veliko stresa, sta javno nastopanje (20 %) in tekmovanje (18%).



SLIKA 12: Graf 3.

Največji delež vprašanih stres občuti enkrat na teden (38 %). Vsak dan se z njim srečuje 15 %, enkrat na mesec 21 %, nekajkrat na leto pa 24 % anketirancev. 2 % mladostnikov pa stresa ne občuti nikoli (to sta dva učenca).



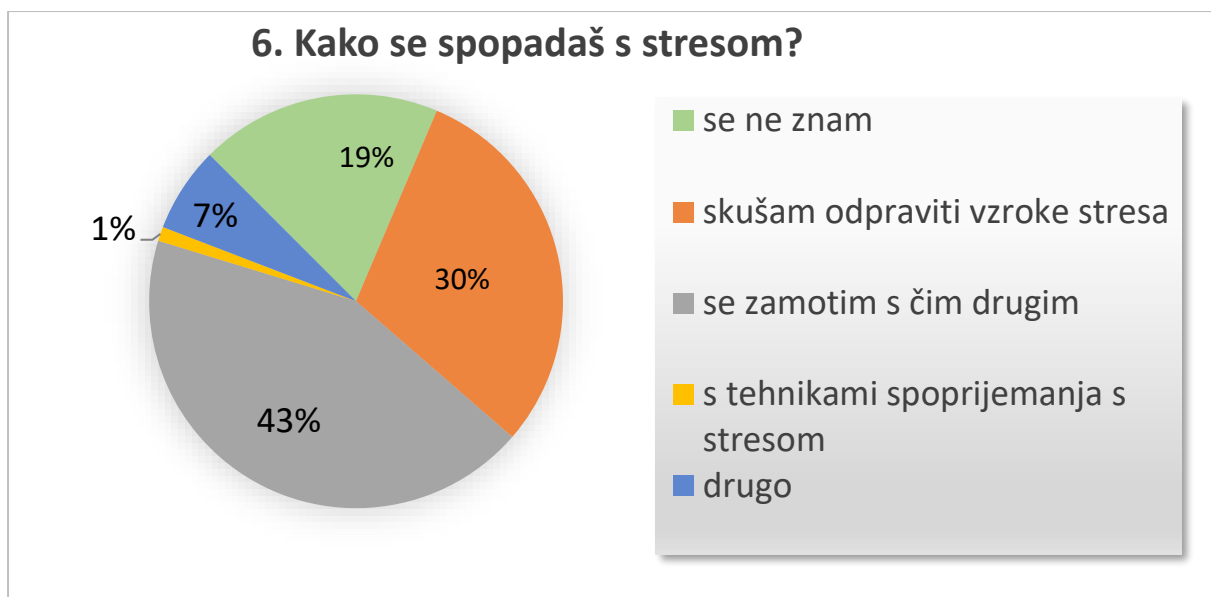
SLIKA 13: Graf 4.

Ko so mladostniki pod stresom, občutijo veliko znakov, kot so pospešeno bitje srca (33 %), potenje in tresenje rok (16 %), bolečine v trebuhu (13%) ter glavobol (11 %). 8 % jih ima težave pri izražanju, 3 % pa se jih ponoči zbuja in občuti tiščanje v prsih.



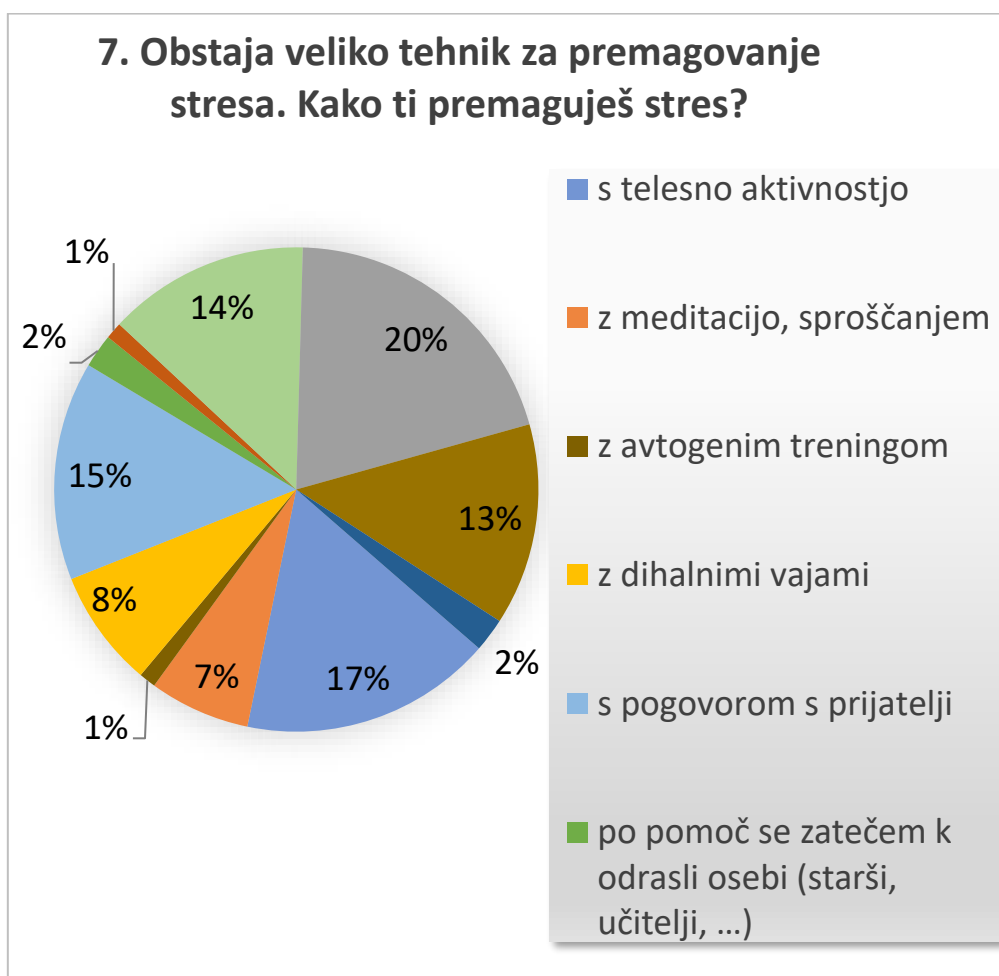
SLIKA 14: Graf 5.

Pri naslednjem vprašanju me je presenetilo dejstvo, da je kar 48 % vprašanih odgovorilo, da stres občutijo ne glede na to, ali so se za ocenjevanje učili ali ne. Drugih 52 % je odgovorilo, da stresu ne podležejo, če se učijo pred ocenjevanjem znanja.



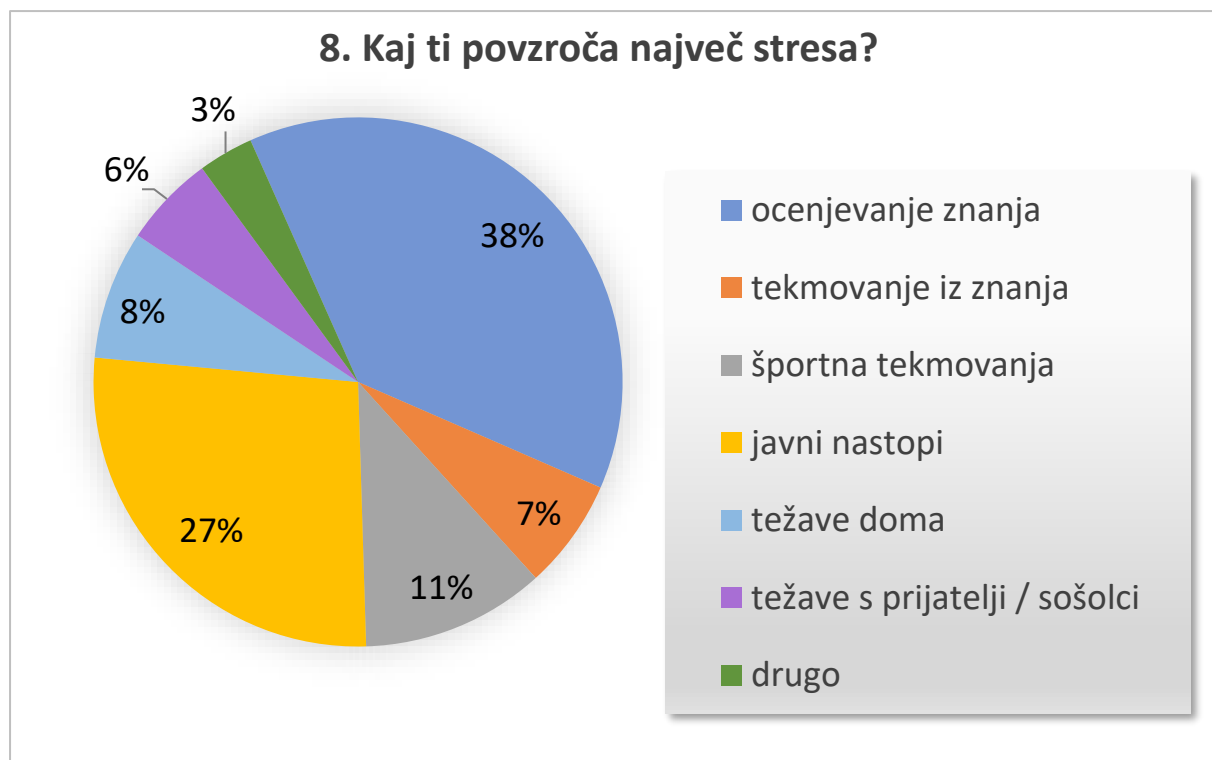
SLIKA 15: Graf 6.

S stresom se ne zna spopadati 19 % anketiranih, mali delež anketirancev pozna tehnike spoprijemanja s stresom, 30 % skuša odpraviti vzroke stresa in kar 43 % se, da bi odpravili stres, zamotijo s čim drugim.



SLIKA 16: Graf 7.

Največ učencev stres premaguje s poslušanjem glasbe 20 %, veliko (17 %) ga premaguje s telesno aktivnostjo. Pogovor s prijatelji je izbralo 15 % vprašanih, 13 % učencev pa se zamoti z gledanjem televizije, branjem knjig. 8 % stres premaguje z dihalnimi vajami, 2 % vprašanih se po pomoč zateče k odrasli osebi, 1 % h kajenju, alkoholu ali avtogenemu treningu, 2 % vprašanih pa je izbralo možnost »drugo«.



SLIKA 17: Graf 8.

Ocenjevanje znanja povzroča največ stresa med učenci, saj je ta odgovor izbralo kar 38 % vseh vprašanih. Naslednji dejavnik, ki mladim povzroča veliko stresa, je javno nastopanje, kar 27 % vprašanih je odgovorilo tako. Nekoliko manj jih je izbralo športna tekmovanja (11 %), 7 % anketirancev občuti stres pri tekmovanjih iz znanja in 8 % mladostnikov občuti stres zaradi težav doma. 6 % vprašanim povzročajo največ stresa težave s prijatelji oz. sošolci. Za druge dejavnike stresa pa se je odločilo 3 % vprašanih.

### 3. ZAKLJUČEK

Moderno življenje je stresno in tudi mladostniki stres pogosto občutijo. Stresorji so lahko zelo različni. Na obvladovanje stresa vplivajo različne značilnosti okolja in različne osebnosti. Vsaka situacija ni enako stresna za vsakega posameznika. Prav tako vsi ne občutijo enakih posledic in težav, ki jih stres povzroča.

Vseeno pa so moje ugotovitve naslednje. Večina učencev se je že znašla v stresni situaciji. Prve hipoteze ne morem v celoti potrditi, saj sta dva učenca odgovorila, da svoje življenje ne ocenjujeta kot stresno. Večina učencev se znajde pod stresom zaradi šole ali dejavnosti, ki so povezane s šolo. Drugo hipotezo lahko tako v celoti potrdim. Potrdim pa lahko tudi tretjo hipotezo, da šola ni edini povzročitelj stresa, zaradi katerega trpijo mladostniki.

Stresnim situacijam v šoli in tudi kasneje v življenju se ni moč izogniti. Pomembno pa je, da bi se naučili in usposobili, da bi se znali s stresom spopadati. Tako bi poskrbeli za boljše zdravstveno stanje mladih in hkrati tudi za bolj kvalitetno znanje.



## LITERATURA IN VIRI

- [1] Dernovšek, M.Z in drugi. Ko te strese stres. Ljubljana: Inštitut za varovanje zdravja RS, 2006
- [2] Dr. Jeriček, H. Ko učenca strese stres. Ljubljana: Inštitut za varovanje zdravja RS, 2007.
- [3] Middleton, K. Stres- kako se ga znebimo. Ljubljana: Mladinska knjiga, 2009.
- [4] Ti., V. Kako premagati stres v vsakdanjem življenju. Žurnal24, 1. januar 2016. Dostop: <http://www.zurnal24.si/kako-premagati-stres-v-vsakdanjem-zivljenju-clanek-19216> (11.2.2016)
- [5] Tušak, M. Stres in zdravje. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, Inštitut za kineziologijo, 2008.
- [6] Košenina, K., 50 vaj za urjenje čuječnosti v razredu, Priročnik,

## **UČENJE NENASILNE KOMUNIKACIJE DIJAKOV S POSEBNIMI POTREBAMI**

### **POVZETEK**

Učenje socialnih veščin, čustvenega opismenjevanja in nenasilne komunikacije so teme, ki jim v Srednji šoli in v domu Zavoda za gluhe in naglušne Ljubljana pripisujemo velik pomen. Zato tem temam posvetimo čas znotraj vsebin odprtega kurikula, interesnih dejavnosti in drugih vzgojno izobraževalnih vsebin. Naši dijaki s posebnimi potrebami spadajo v rizično skupino tih, ki imajo težave na področju vedenja, socialnih veščin, doživljanja in izražanja čustev. Pogosto se dijaki zapletejo v neustrezno komunikacijo s svojimi sovrstniki kot tudi učitelji in drugimi strokovnimi delavci na šoli, kar se kaže v verbalnem nasilju, uničevanju šolskega inventarja ali celo v fizičnem napadu. Naši dijaki so v odločbah o usmerjenju prepoznani kot gluhi in naglušni, z govorno-jezikovnimi motnjami in motnjami avtizma. Večina dijakov ima opredeljenih več motenj, tudi čustvene, vedenjske ali lažjo motnjo v duševnem razvoju. Delo s tako raznoliko populacijo mladostnikov nam je v izziv in od prvega sprejemnega tima dalje individualno skrbimo za dijaka, da bi osebnostno in socialno napredoval v času šolanja pri nas. Prav tako pa z učnimi vsebinami in cilji učimo nenasilne komunikacije.

**KLJUČNE BESEDE:** nenasilna komunikacija, učenje, dijak, posebne potrebe.

## **LEARNING NONVIOLENT COMMUNICATION OF SECONDARY SCHOOL STUDENT WITH SPECIAL NEEDS**

### **ABSTRACT**

Learning social skills, emotional literacy and nonviolent communication are topics that we attach great importance to in the Secondary School and Dormitory for the Deaf and Hard-of-Hearing Ljubljana. Therefore, we devote time to these topics within the contents of the open curriculum, extracurricular activities and other educational content. Our secondary students with special have been perceived as a high-risk group of individuals with the potential of suffering from behaviour and emotional disability or problems in the field of social skills. Often, students become entangled in inadequate communication with their classmates, as well as teachers and other professional staff at the school, which is manifested in verbal violence, destruction of school inventory, or even physical assault. Our secondary students have been identified as individuals with a complete or partial hearing impairment, individuals with speech-language impairment, or individuals with autism spectrum disorders. However, the majority of special educational needs Guidance Orders refer to these students as 'individuals with multiple disabilities' - including emotional, behavioural or intellectual disabilities. Working with such a diverse population of adolescents is a challenge for us, and from the first reception team onwards we individually take care of the student in order to make personal and social progress during his education with us. We also use learning content and goals to teach nonviolent communication.

**KEYWORDS:** nonviolent communication, learning, secondary school student, special needs.

## 1. UVOD

Ustanova Zavod za gluhe in naglušne Ljubljana (v nadaljevanju ZGNL), iz katere prihajam, ima nalogo opravljanja vzgojno-izobraževalne dejavnosti na področju vzgoje in izobraževanja gluhih in naglušnih otrok ter mladostnikov, otrok in oseb z govorno-jezikovnimi motnjami. V programe se vključujejo tudi otroci z avtističnimi motnjami. Smo javni zavod in k nam se lahko vpišejo otroci v vrtec, v osnovno in srednjo šolo. Oddaljeni živijo v našem (dijaškem) domu. Tisti, ki pa so vključeni v redne šole in imajo v odločbah Zavoda za šolstvo DSP ure logopeda, pa jih obravnava naša mobilna služba v njihovih matičnih šolah. Zdravstvene storitve se izvajajo za vse preko zdravstvenih napotnic. V zelo kratkem času (manj kot 10 let) se je število otrok in mladostnikov pri nas podvojilo, celo potrojilo in pojavili so se mnogi problemi pri zagotavljanju organizacije učnega procesa in domske oskrbe.

Težave z organizacijo, s primanjkovaljem učnega prostora, dopoldansko-popoldanskimi urniki, primanjkovalje strokovnega kadra vpliva negativno na delo kolektiva Srednje šole ZGNL. Vključevanje mladostnikov, ki so vedno zahtevnejši, s kompleksnejšimi motnjami, pa dodatno otežuje naše poslanstvo, ki je kvalitetno izvajanje osnovne dejavnosti vzgoje in izobraževanja otrok, ki so nam zaupani, z namenom, da bodo mladostniki ob zaključku izobraževanja dobro opremljeni za življenje v smislu poklicne strokovnosti in osebne zrelosti, da bodo otroci in mladostniki skozi skrbno vzgojo dosegli visoko stopnjo samostojnosti, za čim bolj kreativno samostojno življenje. Naši dijaki s posebnimi potrebami spadajo v rizično skupino teh, ki imajo težave na področju vedenja, socialnih veščin, doživljanja in izražanja čustev. Pogosto se dijaki zapletejo v neustrezno komunikacijo s svojimi sovrstniki kot tudi učitelji in drugimi strokovnimi delavci na šoli, kar se kaže v verbalnem nasilju, uničevanju šolskega inventarja ali celo v fizičnem napadu.

## 2. PSIHOLOŠKE ZNAČILNOSTI ŠOLAJOČIH SE DIJAKOV V SREDNJI ŠOLI ZGNL

Razvoj mladostnikov, ki se izobražuje v SŠ ZGNL, ki so opredeljeni kot gluhi in naglušni, poteka skoraj na vseh področjih po enakih razvojnih principih kot pri slišočih. To ne pomeni, da je popolnoma enak razvoj. Izguba sluha, predvsem pa pomankanje jezika, prinaša posebnosti v razvoju otroka: kognitivnega, emocionalnega, socialnega in osebnostnega.

Za intelektualne in druge kognitivne značilnosti psihologi razlagajo, da so pri gluhih otrocih podobne pri polnočutnih otrocih. Pa vendar prihaja do razlik v učnih dosežkih polnočutnih in naših dijakov, zaradi zahtev šolskih in poklicnih kriterijev. Izguba sluha prikrajša otroka za pomembne informacije iz okolja. Gluhi otroci dobijo manj informacij kot slišoč otroci. Po raziskavah je teh informacij manj kot 50% v primerjavi s polnočutnimi vrstniki. Zato je tudi njihovo znanje manjše. Ko gluhi otrok vstopa v šolo, ima bistveno slabši jezik, govor, manj izkušenj in znanja kot slišoč vrstniki.

Gluhi in naglušni imajo probleme pri prepoznavanju lastnih čustev in čustev drugih (Levec, v Vovk Ornik, 2014) zaradi skromnejšega besednega zaklada in omejenih možnosti za izmenjavo izkušenj z ostalimi. Imajo še težave pri čustvenih odzivih, ki so manj konstruktivni in ustrezni (Rieffe, 2011):

- Ob nekem neustreznem odzivu radi rečejo, da je bila »šala« in s tem želijo opravičiti svoje vedenje.
- Pokažejo manj empatije oz. se ne znajo odzvati na čustva drugih.
- Srečo in jezo izražajo bolj odprto in pogosteje kot slišči.
- Več je nihanja razpoloženja v krajšem času.
- Doživljajo več negativnih čustev daljši čas (jeza, žalost).
- Jezo izražajo pogosteje in na manj konstruktiven način.
- Manj učinkovito uravnavajo svoja čustva.

Socialni razvoj je zelo ozko povezan z razvojem jezika in govora oz. verbalno komunikacijo. Ker je govor pri gluhem in naglušnem zelo slab ali ga sploh ni, ga to oddaljuje od ljudi. Gluha in naglušna oseba si ravnanje ljudi lahko samosvoje razlaga le na osnovi vidnega. Razlag ne more preveriti, zato lahko ta oseba pogosto prihaja v konflikt z okolico. Težave imajo pri navezovanju prijateljstev in pri razumevanju socialnih pravil. V osebnostnem razvoju ni bistvenih razlik, se pa pogosteje pojavljajo motnje vedenja, ker gluhi ne razumejo sliščega sveta, so manj samostojni in odgovorni, slabše predvidijo posledice svojih dejanj.

Težave na prej omenjenih področjih imajo tudi dijaki s prepoznano motnjo avtizma. Ti dijaki imajo težave (Macedoni Lukšič, 2006) v socialni interakciji, v verbalni in neverbalni komunikaciji, imajo zožene, neobičajne interese, probleme pri učenju, ponavljajoče se in stereotipno vedenje. Psihologinja K. Stres (2011) navaja naslednje značilnosti čustvovanja pri osebah z motnjo avtizma:

- zmanjšano sposobnost empatije (oseba deluje egoцентриčno),
- slabšo čustveno odzivnost,
- večjo čustveno občutljivost na „razpoloženje“ drugih ljudi,
- „neadekvatno“ izražanje čustev,
- se smeji ali jočejo, čeprav ni zunanjega vzroka zato,
- se smeji, ko situacija ni primerna,
- ne zavedajo se socialnih pravil,
- doživljajo kot zabavo, ko se kdo razjezi,
- sposobni so izražati osnovna čustva, vendar ne vedno v povezavi z okoliščinami,
- povišano so anksiozni v socialnih situacijah (strah - kako se primerno obnašati),
- slabše kontrolirajo izražanje čustev (pretirano izražajo smeh, jezo, strah),
- so brez strahu pred realnimi nevarnostmi (npr. višina),
- nerazumljivo pa jih je strah običajnih stvari (senzorna preobčutljivost – določen zvok, dotik)
- velikokrat ob spremembah reagirajo čustveno intenzivno (radi imajo rutine).

### **3. (NE)NASILNA KOMUNIKACIJA**

Na ZGNL imamo ničelno toleranco do kakršnih koli oblik nasilja in nasilne komunikacije. V prenovljena Šolska pravila Srednje šole ZGNL (2024) smo podrobno zapisali, da ne dopuščamo:

- telesnega nasilja: pretefov, namernega brcanja, odtrganja, lasanja, omejevanja gibanja, grizenja, ščipanja, metanja stvari v sošolca ali učitelja ...;

- verbalnega nasilja: žaljivk, zmerljivk, razširjanja lažnih govoric, preklinjanja, kričanja ...;
- psihičnega nasilja: socialnega izključevanja, stigmatizacije, norčevanja, groženj ustrahovanj ...;
- izsiljevanja: zahteve po denarju ali drugih materialnih dobrinah, zahteve po pomoči pri goljufanju, vsakršnega nadlegovanja;
- virtualnega nasilja: besednega nasilja na socialnih omrežjih, klepetalnicah, forumih, mobilnih telefonih, lažnega predstavljanja, snemanja;
- spolnega nasilja: neprimerne dotikanja telesa drugega, nagovarjanja k spolnemu odnosu, verbalnega spolnega nasilja in drugih oblik spolnega nasilja;
- vseh ostalih oblik neustreznega vedenja, ki ogrožajo ali povzročajo neprijetno počutje drugih, kot je vožnja s kolesi ali drugimi prevoznimi sredstvi na poteh, ki so namenjene sprehajalcem, uničevanje šolskih garderobnih omaric in drugega šolskega inventarja.

Izkušnje nam potrjujejo, da so naši dijaki zaradi svojih posebnih potreb v preteklosti bili pogosto sami žrtve nasilja in nasilne komunikacije. Žrtve so bili, ker so izstopali po svoji socialni interakciji in v komunikaciji, ker niso razumeli drugih socialnih odnosov, se niso znali zoperstaviti nasilju in ga poimenovati. Carter in Spencer (2006, v Pečjak, 2021) sta to potrdila v longitudinalni študiji, ki je ugotovila, da so otroci s posebnimi potrebami v primerjavi z vrstniki bolj izpostavljeni medvrstniškemu nasilju zaradi značilnosti, po katerih se razlikujejo od večine.

Mladostniki, ki imajo izkušnjo medvrstniškega nasilja iz preteklosti, postanejo pogosto povzročitelji nasilja. Po raziskavah naj bi postali so celo bolj destruktivni in nasilni (Muršič, 2012).

Zato v Srednji šoli ZGNL preventivno pristopamo k (medvrstniškemu) nasilju in se sistematično, proaktivno lotevamo ukrepanja – to je učenju nenasilne komunikacije dijakov od prvega dne vpisa na našo šolo, vključujoč vse udeležence izobraževanja (dijak – učitelj – starši/družba).

#### **4. UČENJE NENASILNE KOMUNIKACIJE V ZGNL**

Izpostavila bi aktivnosti/dogodke/protokole, s pomočjo katerih ves čas preventivno (tudi kdaj interventno) celostno pristopamo k povečevanju spoštovanja med vsemi udeleženci v vzgojno izobraževalnem procesu in k učenju vseživljenjskih veščin nenasilne komunikacije in osebnostne rasti.

- Individualiziran program:

V Zakonu o usmerjanju otrok s posebnimi potrebami (2011) v 36. členu piše, da mora vzgojno-izobraževalni zavod oziroma socialnovarstveni zavod najkasneje v roku 30 dni po dokončnosti odločbe izdelati za otroka s posebnimi potrebami individualiziran program. Omenjeni Zakon (2011) določa v 36. členu elemente, ki jih mora IP vsebovati: cilje in oblike dela na posameznih vzgojno-izobraževalnih področjih, strategije vključevanja otroka s posebnimi potrebami v skupino, potrebne prilagoditve pri preverjanju in ocenjevanju znanja, doseganju standardov in napredovanju, uporabo prilagojene in pomožne izobraževalne tehnologije, izvajanje fizične pomoči, izvajanje tolmačenja v slovenskem znakovnem jeziku, prehajanje med programi ter

potrebne prilagoditve pri organizaciji, časovna razporeditev pouka, veščine za čim večjo samostojnost v življenju (prilagoditvene spretnosti) in načrt vključitve v zaposlitev. Priprava tega dokumenta je izhodišče, da dijaka dobro spoznamo, predvsem njegovo funkcioniranje na učnem, vedenjskem področju, področju medosebnih odnosov, njegov odnos do sebe, interese, močna področja, njegove posebnosti, družinsko dinamiko, pretekle izkušnje, dosežke in težave. Pogosto evalviranje tega dokumenta vseh, ki z dijakom delajo, ter vključenost samega dijaka v nastajanje in oblikovanje dokumenta in njegovih staršev, je odličen načrt pomoči za osebnostno in profesionalno rast mladega posameznika.

- Učne vsebine:

Srednješolsko izobraževanje na ZGNL je prilagojeno izobraževanje z enakovrednim izobrazbenim standardom. Ena izmed prilagoditev je tudi podaljšano izobraževanje za eno leto. To pomeni, da imajo dijaki več časa za usvojitve vseh učnih snovi in da imamo ob tem tudi možnost določenih specifičnih vsebin in načinov pouka. Tako imamo poleg slovenskega znakovnega jezika in komunikacije v Sloveniji edini v učnih načrtih še pripravo na življenje, čustveno opismenjevanje in socialno komunikacijske veščine.

Priprava na življenje je predmet namenjen predvsem lažjemu vključevanju dijakov s posebnimi potrebami (posebej z avtizmom) v razredno skupnost, šolsko okolje in širšo lokalno skupnost. V sklopu učnih ur dijaki pridobivajo vsakodnevne socialne veščine, spoznavajo in razvijajo močna področja, razvijajo spretnosti v medosebnih odnosih (spretnost sodelovanja in timskega dela, spretnost učinkovitega sporazumevanja), širijo in poglobljajo razumevanje sebe in drugih, usvajajo spretnosti samostojnega in kvalitetnega življenja.

Čustveno opismenjevanje je predmet, ki obravnava vsebine: spoznavanje čustev, njihovo prepoznavanje pri sebi in drugih, neverbalno komunikacijo, telesne spremembe, konstruktivno soočenje z neprijetnimi čustvi in drugo. Cilj predmeta je, da dijaki obogatijo besedni zaklad o čustvih, se lažje izražajo in razumejo svoje notranje doživljanje, bolje rešujejo socialne probleme in prihajajo manj v konflikte z drugimi.

Predmet socialno komunikacijske veščine ima za cilj dijake opolnomočiti in naučiti nenasilne komunikacije, obravnavajo se teme o samopodobi, moči besede, negativna in pozitivna sporočila, odločanje, odgovornost, spoštovanje, zaupanje vase, samospoznavanje, socialni odnosi, asertivnost ...

- Razvijanje šolske kulture o nenasilju na nivoju cele šole:

Učitelji in drugi strokovni delavci šole se zavedamo, da smo vzgled dijakom. Zato so pomembni najprej naši odnosi. Spoštljiv odnos in spoštovanje drugega, prijetno počutje v službi s sodelavci je pogoj za dobro opravljeno delo. Na pedagoških konferencah in drugih srečanjih poudarjamo spoštovanje vseh, povabimo tudi kakšnega predavatelja, da nam pomaga graditi vzgled. Spoštovanje je tudi moto oz. vrednota letošnjega šolskega leta.

- Spreminjanje razredne klime na nivoju razreda:

Dijaki pridejo z različno »prtljago«, osebno zgodovino, različnimi izkušnjami šolanja k nam v srednjo šolo. Zato smo na vsakega posebej pozorni. Pri nas nihče ni številka, vsakega spremljamo na njegovi izobraževalni poti, spremljamo njegov profesionalen, poklicni napredek in tudi osebnostno rast. V prvem letniku gredo vsi dijaki na tridnevni spoznavni tabor, da se povežejo med seboj in z razrednikom. Da se ustvari sproščeno druženje izven šolskih klopi in se počasi tkejo prvi medsebojni odnosi. Šolska svetovalna služba je močno vključena v delo vsakega razreda preko vsebinskih razrednih ur, delavnice z raznovrstnimi vsebinami. Na šoli sta tudi skupini: ena le za dijakinje in ena le za dijake. Želja je, da ustvarjamo prostor zaupanja in možnost varnega pogovora, kjer se bo vsak počutil sprejetega, slišane in spoštovanega. V šoli ne pometamo pod preprogo. Z dijaki se pogovorimo o nasilnem vedenju, ki so mu bili morda priča na šoli ali pa so zanj slišali.

- Preventivno individualno delo z vsakim dijakom

Mnogi dijaki so zaradi svojih posebnih potreb, slabših komunikacijskih spretnosti in slabšega razumevanja socialnih odnosov žrtve ali povzročitelji nasilja. Ob zaznavi nasilja se vedno držimo naslednjih načel: Vedno reagiramo ob zaznavi nasilnega vedenja. Takoj zaščitimo žrtev in umaknemo storilca iz razreda oz. iz situacije. V kolikor nismo priča dejanju, žrtvi verjamemo in ji dajemo občutek varnosti in sprejetosti. Vedno poudarimo, da je nasilje nesprejemljivo. Z žrtvijo in povzročiteljem se pogovarjamo ločeno. Takoj se vedno obvesti tudi starše vpletenih dijakov ne glede na polnoletnost. O nadaljnjih ukrepih in intervencijah vedno odloča krizni interni tim (razrednik, vodstvo, šolska svetovalna služba, soudeleženi učitelj), ki presodi tudi vključitev drugih institucij, na primer policije, CSD-ja, pedopsihiatrije in drugih. Včasih se zgodi, da kateri od dijakov niti ne razume, da je žrtev, lahko tudi opravičuje vedenje povzročitelja. Tudi ta dijak potrebuje pomoč. Pogosteje pa se zgodi hujši verbalni izbruh in uničevanje (šolskega) inventarja. Te dijake učimo prepoznave trenutka, ko se še obvladajo, da bi lahko preprečili izbruh, ki se zgodi kasneje, ko jih jeza preplavi in svojih vedenj nimajo več pod kontrolo. Učimo jih umika iz situacije, tehnik umirjanja in ustreznega/konstruktivnega izražanja jeze. Ta jeza je najpogosteje usmerjena v strokovne delavce šole, spremljevalce dijakov. Dijak, ki nima zadovoljenih osnovnih potreb, ki je v neki stiski, od katerega se mu odtegne ugodje odvisnosti, ki je neuspešen ali ima občutek nemoči ali ki napačno prepozna nebesedno komunikacijo (»smejale se mi je«) ali besedno komunikacijo, hitreje doživi čustveni izbruh. Zato smo pozorni pri naših dijakih na različne aspekte njihovega funkcioniranja od tega, ali je dijak naspan (motnje spanja ali igranje igrice pozno v noč), ali je dijak morebiti lačen (izbirčnost in monotonost prehranjevanja dijakov z avtizmom), ali se kaj pomembnega dogaja v njegovem družinskem, prijateljskem, ljubezenskem življenju, ali medikamentozna terapija deluje, ali ima na šoli zaupno osebo, kako je uspešen v šoli, ali je izbral pravi poklic in izobraževanje, ali je izobraževanje zanj prezahtevno ali prelahko, ali izkazuje kakšne strahove, anksioznosti, ali je zadovoljen v svojem življenju ... Osebno individualno delo, ki pomaga splesti med dijakom in strokovnim delavcem šole odnos, je ponavadi ključen za napredek in učenje nenasilne komunikacije.

## 5. SKLEP

Kot šola skušamo dijake čim bolj opremiti za življenje in poklic. Vendar smo včasih nemočni in ni učinka. Raziskovalci še odkrivajo, kakšen vpliv lahko ima šola na mladostnika. Rowe (1997) v svoji knjigi poudarja, da imajo genetski dejavniki in zgodnje družinsko okolje večji vpliv na posameznika kot šola in drugi zunanji vplivi. Prav tako neke študije odkrivajo, da se osebne lastnosti, kot so čustvena stabilnost, ekstravertnost, ne spreminjajo skozi razvoj posameznika. Ali ima torej naše delo in trud učenja nenasilne komunikacije sploh učinek in smisel?

V dobi, kjer digitalne tehnologije in socialna omrežja igrajo ključno vlogo v življenju mladih, se zdi učenje nenasilne komunikacije še pomembnejše. Novejša študija YEF iz leta 2023 je pokazala, da socialna omrežja lahko močno prispevajo k nasilnemu vedenju med mladimi, saj spodbujajo širjenje nasilne vsebine in medsebojno provokacijo, kar pogosto vodi do resničnih konfliktov in nasilnih dejanj.

Verjamem, da učenje nenasilne komunikacije ni le sredstvo za zmanjševanje trenutnega nasilja, temveč tudi način za dolgoročno krepitev medosebnih odnosov in izboljšanje družbenega razvoj. S skupnimi naperi lahko ustvarimo varnejše in bolj vključujoče okolje za prihodnje generacije. Zlasti za mlade s posebnimi potrebami je učenje izražanja čustev, reševanja konfliktov in interakcije z vrstniki ključna za njihovo osebno rast in socialno vključevanje. Za uspešno integracijo vsebin nenasilne komunikacije v vsakdanje življenje je potrebna podpora staršev, učiteljev in vseh, ki z dijaki delajo, učenje pa mora potekati celostno, kontinuirano in v različnih kontekstih. Tako bodo osebe s posebnimi potrebami samozavestnejše in mirno komunicirali ter reševali konflikte, kar bo pozitivno vplivalo na njihovo splošno počutje in družbeno vključenost.



## LITERATURA IN VIRI

- [1] Lešnik Mugnaioni, D. (2012). Kako celostno preprečevati nasilje v družini. V M. Muršič, M. (ur.), Filipčič, K., Klemenčič, I., Pušnik, M. in Lešnik Mugnaioni, D. (O) krog nasilja v družini in šoli. (str. 145-171) Inštitut za kriminologijo, Pravna fakulteta.
- [2] Macedoni-Lukšič M. (2006). Spekter avtistične motnje. *Novosti v otroški gastroenterologiji. Novosti v pediatriji. Avtizem*, 115-126.
- [3] Pečjak, S., Pirc, T., Košir, K. (2021). *Medvrstniško nasilje v šoli*. Filozofska fakulteta.
- [4] Rieffe, C. (2011). Awareness and regulation of emotions in deaf children. *British Journal of Developmental Psychology*, 30(4), 477-492.
- [5] Rowe, D. C. (1994). *The limits of family influence: Genes, experience, and behavior*. Guilford Press.
- [6] Stres Kaučič, K. (2011). Psihološka diagnostika in zdravljenje otrok z avtizmom. *Pediatrična hematologija in onkologija. Pediatrična endokrinologija. Neonatologija. Pediatrična nevrologija. Pediatrična intenzivna terapija. Otroška psihiatrija*, 328-339.
- [7] *Šolska pravila Srednje šole ZGNL*. (2024). Zavod za gluhe in naglušne Ljubljana. Interno gradivo.
- [8] Vovk-Ornik, N., Murn, T., Werdonig, A. (2014). *Delo z otroki s posebnimi potrebami, učnimi težavami in posebej nadarjenimi učenci*. Forum Media.
- [9] Youth Endowment Fund (2023). *A study by the Youth Endowment Fund (YEF)*. <https://youthendowmentfund.org.uk/reports/children-violence-and-vulnerability-2023/>
- [10] Zakon o usmerjanju otrok s posebnimi potrebami (ZUOPP-1). (2011). *Uradni list RS*, št. 58/11, 40/12 – ZUJF, 90/12 in 41/17 – ZOPOP. <http://pisrs.si/Pis.web/pregledPredpisa?id=ZAKO5896#>

## **INOVATIVEN NAČIN SPAJANJA ALUMINIJA PRI PRAKTIČNEM POUKU**

### **POVZETEK**

Eden od načinov prehoda za razogljičenje družbe je tudi uporaba aluminija kot trajnostnega materiala. Namen prispevka je prikazati enega od načinov spajanja aluminija in njegovih zlitin pri praktičnem pouku v programih srednjega strokovnega izobraževanja. Po postopku varjenja s trenjem in mešanjem smo z dijaki zavarili plošči iz aluminijeve zlitine. Zaradi svoje vsestranskosti se postopek pogosto uporablja v letalski in avtomobilski industriji, saj se z njegovo uporabo zmanjšajo napake, ki nastanejo pri talilnem varjenju. Dijaki so se v prvem delu raziskovalne naloge seznanili z lastnostmi aluminija in izdelali orodje za postopek varjenja ter določili varilne parametre. Po uspešnem varjenju izvedejo natezni preizkus materiala. Na osnovi izvedbe nateznega preizkusa pridejo dijaki do zaključka, kako varilni parametri vplivajo na mehanske lastnosti, ki so ključnega pomena pri določanju praktične uporabnosti materiala.

V programih srednjega strokovnega izobraževanja je delež praktičnega usposabljanja manjši. Dijaki izvedejo raziskovalno delo na povsem praktičen način v delavnici, kjer praktično zavarijo aluminij po postopku, ki se uporablja zgolj v industrijske namene in se v šolstvu pri praktičnem pouku ne izvaja. Gre torej za nov oziroma inovativen pristop praktične izvedbe postopka varjenja pri praktičnem pouku. Na osnovi pridobljenih izkušenj oziroma znanja, ki ga pridobijo skozi raziskovalno delo, lahko v prihodnje pri praktičnem pouku izvedejo postopke varjenja z izbiro različnih parametrov in materialov. Na osnovi mehanskega preizkusa lahko sami pridejo do rezultata, kako kvaliteten zvarni spoj so naredili oziroma kako uspešni so bili pri varjenju.

**KLJUČNE BESEDE: aluminij, spajanje, natezni preizkus, mehanske lastnosti, trajnost**

## **AN INNOVATIVE WAY OF JOINING ALUMINUM IN PRACTICAL LESSONS**

### **ABSTRACT**

One of the transition methods for the decarbonization of society is also the use of aluminum as a sustainable material. The purpose of the paper is to show one of the methods of joining aluminum and its alloys in practical lessons in secondary professional education programs. After the friction and stir process, the students and I welded aluminum alloy plates. Due to its versatility, the process is widely used in the aerospace and automotive industries, as its use reduces the defects that occur in fusion welding. In the first part of the research project, the students learned about the properties of aluminum and made a tool for the welding process and determined the welding parameters. After successful welding, they perform a tensile test of the material. Based on the performance of the tensile test, the students come to the conclusion of how the welding parameters affect the mechanical properties, which are of key importance in determining the practical utility of the material.

In programs of secondary professional education, the share of practical training is smaller. Students carry out research work in a completely practical way in the workshop, where they practically weld aluminum according to a process that is used only for industrial purposes and is not carried out in schools during practical lessons. It is therefore a new or innovative approach to the practical implementation of the welding process in practical lessons. On the basis of the acquired experience or the knowledge they acquire through research work, in the future they can perform welding procedures by choosing different parameters and materials during practical lessons. On the basis of the mechanical test, they can come to their own conclusion about the quality of the welded joint they made or how successful they were in welding.

**KEY WORDS: aluminum, joining, tensile test, mechanical properties, durability**

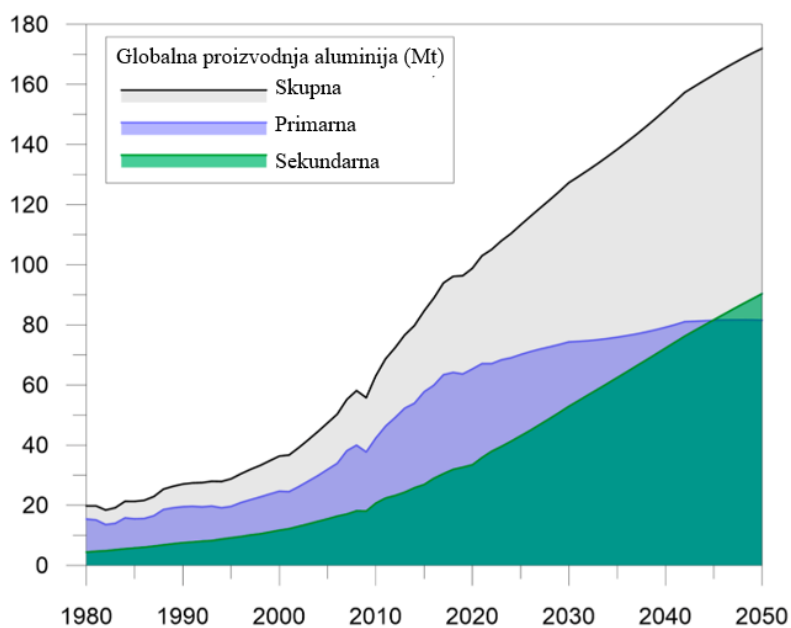
## 1. UVOD

Sistem poklicnega in strokovnega izobraževanja naj bi v današnjem času dijakom zagotavljal, da bi v čim večji meri razvijali svoje potenciale. S tem lahko pridobijo specifična znanja in spretnosti, pa tudi izkušnje, ki so jim v pomoč za uspešno soočanje s hitrimi spremembami na trgu dela. Vsekakor naj bi bili kos tudi družbenim in okoljskim izzivom. Pri srednjem strokovnem izobraževanju gre za široko zasnovane izobraževalne programe. Dijaki si pridobijo poklicno izobrazbo na ravni bolj zahtevnih del, nekateri se seveda pripravijo tudi za študij. V teh programih je delež praktičnega usposabljanja manjši, zato je pri tem še toliko bolj pomembno, da se z dijaki lotimo raziskovalnega dela na povsem praktičen način, in sicer v delavnici, kabinetu, na terenu ali podobnem okolju, kjer lahko na osnovi praktične naloge ali raziskovalnega dela pridejo do dejanskih zaključkov oziroma rezultatov.

V okviru naloge smo z dijaki izvedli praktičen primer varjenja s trenjem in mešanjem FSW (ang. Friction Stir Welding) [1]. Gre za termomehanski postopek varjenja. Dijaki sami izdelajo orodje za varjenje na osnovi risbe, ki jo narišejo v programu SOLIDWORKS. V naslednjem koraku pripravijo aluminijevi plošči za varjenje in določijo ter nastavijo parametre na stroju. Po končanem varjenju za potrebe izvedbe nateznega preizkusa izdelajo standardne epruvete-preizkušance. Na osnovi rezultatov nateznega preizkusa s pomočjo računalniškega programa določimo mehanske lastnosti osnovnega materiala in zvarjencev.

## 2. ALUMINIJ, VSESTRANSKI IN TRAJNOSTEN MATERIAL

Za izvedbo preizkusa smo si izbrali aluminij. Vsekakor gre za vsestransko uporaben in trajnosten material. Aluminij in njegove zlitine spadajo med najpomembnejše materiale sodobnega sveta. Njihova svetovna proizvodnja se povečuje že desetletja (**SLIKA 1**).



**SLIKA 1:** Globalna proizvodnja aluminija iz primarnih in sekundarnih virov se zelo hitro povečuje že nekaj desetletij in tudi napovedi za prihodnost kažejo trend povečevanja proizvodnje [2].

Aluminij in njegove zlitine imajo sorazmerno majhno gostoto (okoli  $2,7 \text{ g/cm}^3$ ), veliko specifično trdnost in odlično duktilnost. Aluminij lahko skoraj v celoti recikliramo. Poleg elektrotehnike, avtomobilske in letalske industrije imajo aluminijeve zlitine zelo velik potencial tudi v širokem spektru ostalih področij, kot so medicina, farmacija, vojaška industrija, interierji itd. Pri tem se zahteva razvoj novih visokotrdnostnih in korozijsko odpornih zlitin aluminija, ki naj bi združevale 100-odstotno reciklabilnost, majhno gostoto, visoko nosilnost in maksimalno absorpcijo energije [3].

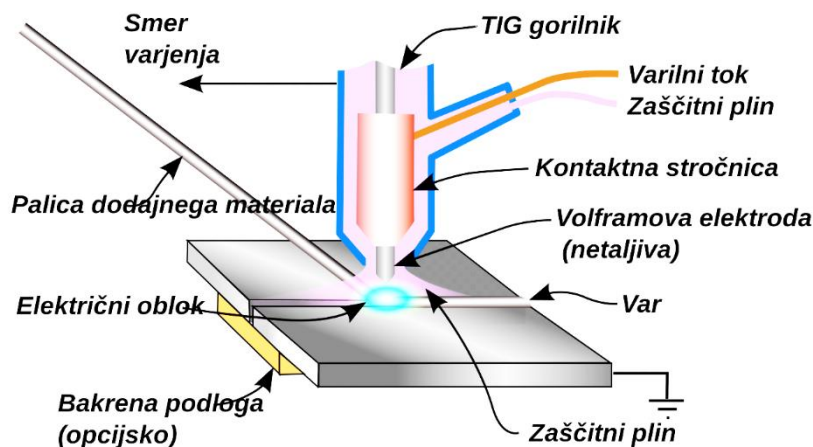
Prednosti aluminija kot materiala so povezane z njegovimi izjemnimi lastnostmi. Tako so vse prednosti aluminija, kot materiala, postale neizogibni dejavniki pri proizvodnji in gradnji. Aluminij, izpostavljen zraku in vlagi, ustvari površinsko oksidno plast, odporno proti koroziji. Odlično prevaja toploto in električni tok ter je 3-krat lažji od bakra. Neizogibna prednost element aluminija kot materiala je njegova možnost recikliranja. Zaradi nizkega tališča se aluminij lahko tali, preoblikuje in predela za nove projekte. Možno ga je reciklirati do 100 % s samo 5-% porabo energije v primerjavi s proizvodnjo novega aluminija. Čeprav obstajajo nekatere razlike v lastnostih novega in recikliranega aluminija, se osnovne fizikalne lastnosti aluminija ne izgubijo. Aluminij je pri recikliranju brez konkurence, saj se trenutno 60 % aluminija reciklira proti koncu njegove dobe trajanja. Široka prilagodljivost proizvodnje se kaže v izdelavi najtanjših žic, folij in plošč za vse velike in obsežne konstrukcije. Aluminij je dober dušilec zvoka, ki aluminijastim polknom omogoča boljšo zvočno izolacijo vsakega objekta, na katerega se vgrajujejo. Mogoče ga je prilagodljivo kovati in uliti v različne oblike, formate, širine in elemente. V primeru aluminijastega pohištva predstavlja rešitev za različne tehnične zahteve, tj. oblikovalske, arhitekturne in gradbene narave. Aluminij lahko varimo po postopku TIG, MIG/MAG ter po postopku s trenjem in mešanjem. Ne bi smelo biti presenečenje, da se vse pogosteje uporablja in da se njegova splošna uporaba letno povečuje v povprečju za 5 % [4].

### 3. SPAJANJE ALUMINIJA

Tudi za najbolj izkušene varilce lahko varjenje aluminija predstavlja izziv. Varjenje aluminija namreč zahteva drugačne tehnike in postopke kot varjenje jekla. Najprej področje, kjer bomo varili, temeljito očistimo ter pripravimo potreben material. Aluminij je priporočljivo ogreti in nato s površine odstraniti aluminijev oksid. Aluminij in njegove zlitine imajo veliko afiniteto do kisika, kar pomeni, da se z njim intenzivno spajajo. Čisti aluminij se topi pri  $660 \text{ }^\circ\text{C}$ , oksid, ki ščiti kovino, pa se topi pri  $2037 \text{ }^\circ\text{C}$ . Ker ima aluminij višjo toplotno prevodnost in nizko tališče, je časa za obdelovanje manj kot pri drugih kovinah, kar pa lahko zlahka povzroči izgorevanje. Napredek in kakovost zvara je težje oceniti, zato lahko rečemo, da je aluminij težaven material za delo. Aluminij je mogoče variti s pomočjo varilnih elektrod, vendar je končni rezultat lahko neestetski. Najboljši metodi varjenja aluminija sta vsekakor TIG-varjenje z izmeničnim ali enosmernim tokom ter MIG-varjenje. V zadnjem obdobju se vse bolj uveljavlja postopek s trenjem in mešanjem FSW.

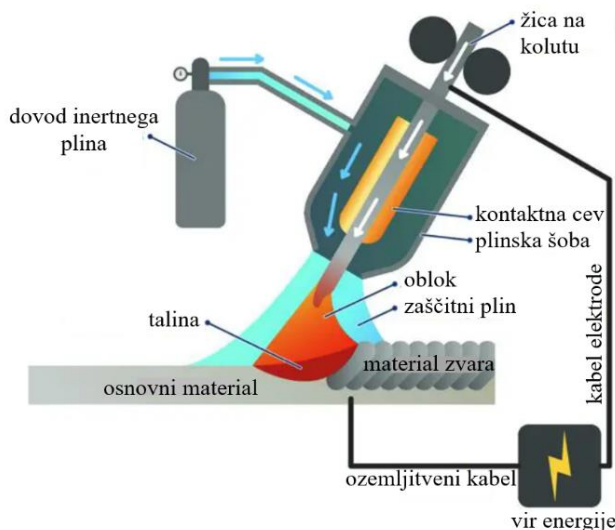
Pri TIG-postopku (**T** – **Tungsten (Wolfram)**, **I** – **inert**, **G** – **gas**) uporabljamo zaščitni plin argon, ki med varjenjem ščiti talino pred oksidacijo. Varimo z netaljivo volframovo elektrodo, s katero vzpostavimo oblok, ki dovaja toploto na varilno mesto. Argon zvar zaščiti in hladi elektrodo. Postopek opravimo ročno, polavtomatsko ali avtomatsko rezultati pa so kakovostni

varjenji, tudi zahtevnejših oblik. Dodatni material pri varjenju aluminija s TIG-postopkom (SLIKA 2) dodajamo s strani v talino zvara.



SLIKA 2: Pri TIG postopku uporabljamo netaljivo volframovo elektrodo, zaščitni plin argon in dodatni material [5].

MIG-varjenje (**M – metal, I – inert, G – gas**) (SLIKA 3) je metoda obločnega varjenja v nevtralnem žlahtnem plinu (argon ali helij), ki obliva varilno žico in zvar ter kemijsko ne reagira z varjencem, torej poteka v zaščitnem okolju, v katerem je oksidacija zvara preprečena. Vari se s pomočjo gole elektrode ali strženske žice – pobakrene varilne žice, navite na kolut. Pri varjenju, kjer gori oblok med gorljivo kovinsko elektrodo ter varjencem, se z enosmernim tokom ustvarja visoka temperatura, zaradi česar lahko varimo tudi debele materiale ter poskrbimo za kakovostne kotne zware.



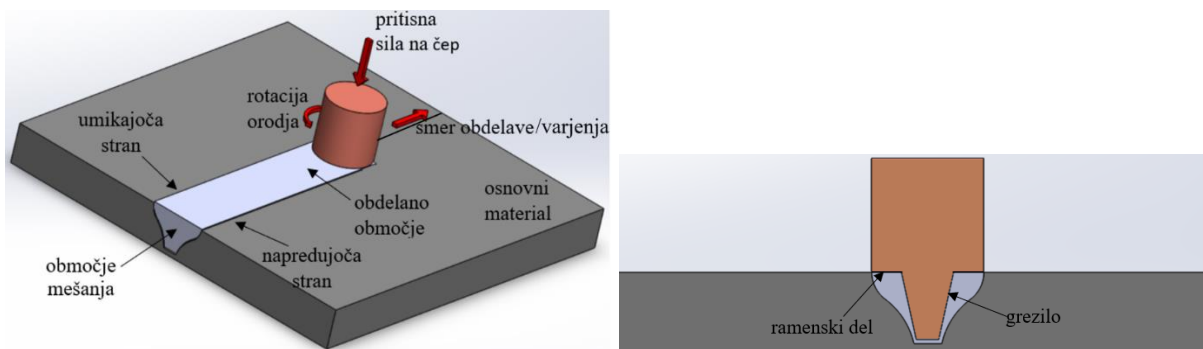
SLIKA 3: Pri MIG postopku se uporablja žica na kolutu in zaščitni plin argon ali pa helij; slika [6].

**Pri MAG-postopku (M – metal, A – aktiv, G – gas)** je elektroda neoplaščena, plin za zaščito pa je aktivni plin  $\text{CO}_2$ . MAG-varjenje se uporablja za nelegirana in nizko legirana konstrukcijska jekla. Debelina materiala ne sme presegati enega milimetra, zato se MAG-varjenje najpogosteje uporablja pri avtokleparskih in podobnih delih, prav tako pa z njim varimo jeklene konstrukcije. Ker je ogljikov dioksid kot zaščitni plin aktiven, delno reagira s

staljeno kovino, torej zaščita ni popolna. MAG-varjenje zaradi visokih temperatur povzroča ločevanje CO<sub>2</sub> na ogljikov oksid (CO) in kisik (O), kar povzroča delno oksidacijo. Zaradi tega storitev ni primerna za varjenje lahkih zlitin oziroma lahkih kovin.

### 3.1 DELO DIJAKOV

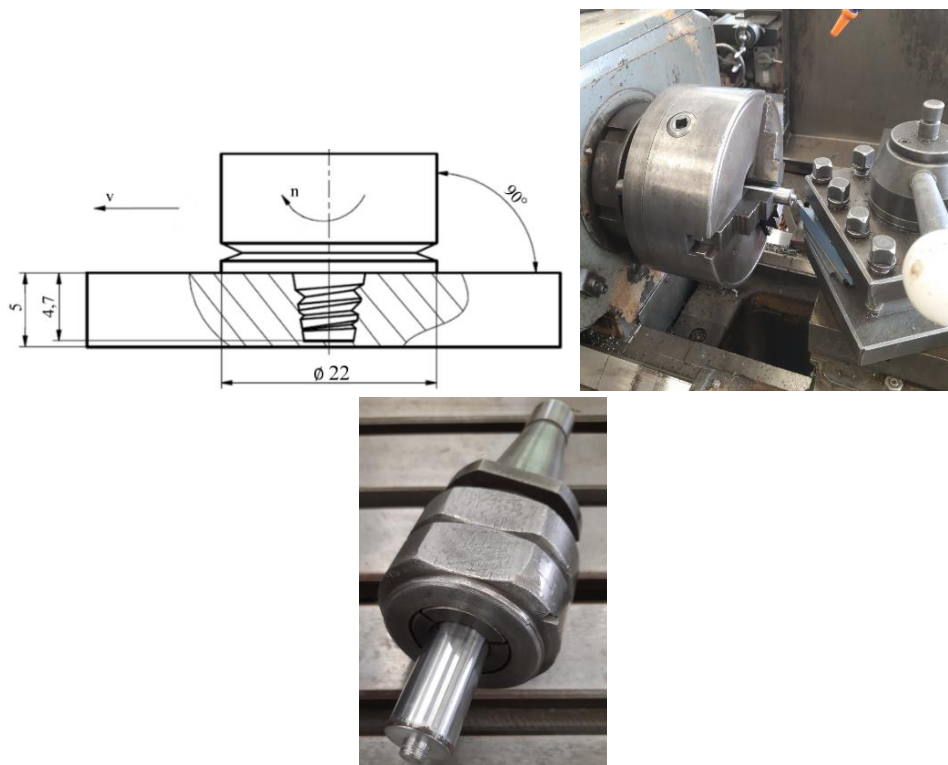
Dijaki v okviru naloge najprej spoznajo teoretične osnove postopka varjenja s trenjem in mešanjem. Pri teoretičnem pouku si ogledajo videoposnetek o postopku varjenja v industriji. Seznanijo se z nalogo, ki jo bodo opravili pri praktičnem pouku. Potem v delavnici praktičnega pouka sledi izvedba varjenja aluminijevih plošč po postopku s trenjem in mešanjem (**SLIKA 4**). Kot smo že omenili, gre za termomehanski postopek brez dodajanja materiala. Pri postopku FSW se grezilo pomika vzdolž naležne površine med varjencema in z mešanjem spaja oba dela. Deformacija in toplota, ki ju povzroči vrteče se orodje, povzročita nastanek zvara v trdnem stanju.



**SLIKA 4:** Nastanek zvara je posledica vrtečega orodja, ki se premočrtno giblje vzdolž soležnega stika plošč. (levo). Pri postopku s trenjem in mešanjem uporabljamo orodje z grezilom (desno).

#### a) RISANJE IN IZDELAVA ORODJA

Na osnovi izdelane risbe orodja (**SLIKA 5**) v programu Solidworks dijaki na konvencionalni strožnici izdelajo orodje, ki ga uporabijo za postopek varjenja s trenjem in mešanjem.



**SLIKA 5:** Na osnovi risbe orodja (levo) na stružnici (sredina) izdelamo orodje za varjenje (desno).

## b) POSTOPEK VARJENJA

Postopek varjenja s trenjem in mešanjem lahko izvedemo na konvencionalnem frezalnem stroju. Predhodno smo izbrali parametre na obdelovalnem stroju (**TABELA 1**). V našem primeru smo postopek izvedli na frezalnem stroju KNUTH UWF 3 (**SLIKA 6**) pri konstantni hitrosti pomika orodja in dveh različnih hitrostih orodja.

**TABELA 1:** Parametri orodja za obdelavo plošč

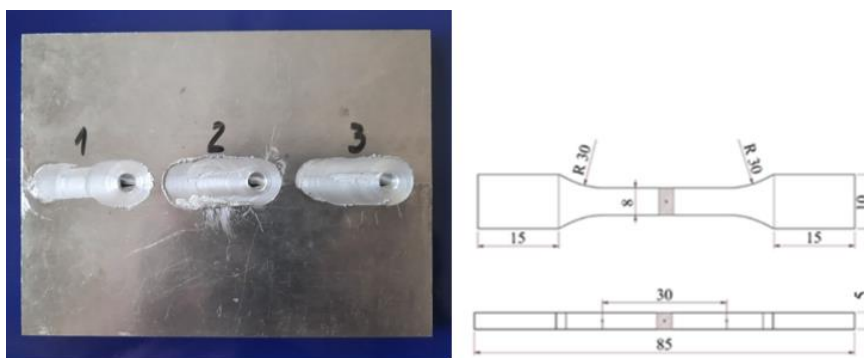
Parameter	Vrednost
nagibni kot orodja	0 °
hitrost pomika orodja	32 mm/min
hitrost vrtenja orodja	495 min <sup>-1</sup> , 850 min <sup>-1</sup>
dolžina grezila	4,7 mm
premer rame orodja	22 mm



**SLIKA 6:** Aluminijevi plošči (levo) smo zavarili na frezalnem stroju (sredina) pri dveh različnih hitrostih orodja in pri konstantnem podajanju (desno).

### c) NATEZNI PREIZKUS

Po uspešno izvedenem varjenju se dijaki lotijo izdelave preizkušancev za izvedbo nateznega preizkusa (SLIKA 7).



**SLIKA 7:** Iz zvarjenih plošč (levo) se po risbi (desno) izdelajo preizkušanci za natezni preizkus.

Zaradi preglednosti preizkusa in vrednotenja rezultatov označimo vzorce s številko, in sicer:

- vzorec 1 (osnovni material);
- vzorec 2 (hitrost orodja  $450 \text{ min}^{-1}$ );
- vzorec 3 (hitrost orodja  $850 \text{ min}^{-1}$ ).

Natezni preizkus spada med osnovne mehanske preizkuse gradiv. Z njim med drugim določimo mejo tečenja  $R_{p0,2}$ , natezno trdnost  $R_m$  in raztezek  $A_5$ , kar so pomembni podatki za izbiro ustreznega materiala za namensko uporabo [7]. Natezni preizkus se izvaja s stopnjevanjem normalne obremenitve preizkušanca znanih dimenzij (dolžina obremenjevalnega dela in presek) do porušitve materiala.

### d) REZULTATI

Z rezultati nateznega preizkusa določimo mehanske lastnosti preizkušane materiala. Ugotovitve:

- Največjo natezno trdnost in napetost tečenja je imel osnovni material (vzorec 1 ima naslednje vrednosti:  $R_{p0,2} \approx 350 \text{ MPa}$ ,  $R_m \approx 480 \text{ MPa}$ ,  $A_5 \approx 15 \%$ )
- Vzorec 2 je imel večjo natezno trdnost in manjšo napetost tečenja od vzorca 3.



- Največji raztezek je imel vzorec 1, najmanjšega pa vzorec 3.

#### **4. SKLEP**

Dijaki v programu srednjega strokovnega izobraževanja pri pouku spoznavajo aluminij in njegove zlitine zgolj eno šolsko uro v 1. letniku šolanja. Redki dijaki imajo nekaj predznanja, ki so ga pridobili na spletu ali pa z izkušnjami v domačem okolju. Nekateri vozijo kolo, ki ima okvir iz aluminija. Ko jih vprašaš, kdo jim zavari takšen okvir, če se poškoduje, ostanejo brez besed.

V nalogi se tako dijaki seznanijo z načini talilnega varjenja aluminija, povsem raziskovalno pa se lotijo izvedbe postopka varjenja s trenjem in mešanjem. Gre za postopek varjenja, ki se v šoli ne uporablja. Uporabnost postopka v industriji sem dijakom in učiteljem predstavil na vzornem nastopu in medkolegialni hospitaciji, dijakom pa še posebej pri redni uri teorije v razredu. Za delo v delavnici v okviru raziskovalnega dela sem izbral tri dijake 2. letnika programa strojni tehnik. Presenečen sem bil nad njihovim navdušenjem nad idejo, ker je bilo to za njih nekaj povsem novega. V postopku načrtovanja in izdelave orodja za varjenje in v sami izvedbi postopka varjenja so bili zelo kreativni in v pričakovanju, kaj bo iz tega nastalo, ali bo zvar sploh držal, ker nismo dodajali nobenega dodatnega materiala. Seveda se je na koncu vse izteklo brez težav, zvar drži, kako močno, pa nam povedo rezultati nateznega preizkusa. S sodobno računalniško podprto napravo lahko pridemo do natančnih rezultatov, kako trden je zvar. S tem dijaki ugotovijo, kako uspešni so bili pri svojem delu.

## LITERATURA IN VIRI

- [1] C. J. Thomas, W. M.; Nicholas, E. D.; Needham, J. C.; Murch, M. G.; Templesmith, P.; Dawes, "Friction stir butt welding," 1991.
- [2] International Aluminium Institute. "Global Aluminium Cycle". 9 January 2023. Available online: <https://alucycle.international-aluminium.org/public-access/public-global-cycle/> (accessed on 25 January 2023)
- [3] Slovenska strategija trajnostne pametne specializacije, Osnutek, 2. februar 2022
- [4] <https://eux.co/sl/15-prednosti-aluminija-kot-materiala/>
- [5] R. Kumar, N. Ramesh Mevada, S. Rathore, N. Agarwal, V. Rajput, and A. S. Barad, "Experimental Investigation and Optimization of TIG Welding Parameters on Aluminum 6061 Alloy Using Firefly Algorithm," *IOP Conf. Ser. Mater. Sci. Eng.*, vol. 225, p. 012153, 2017.
- [6] <https://fractory.com/mig-welding-explained/>
- [7] O. Mohammed and E. Suleiman, "Laboratory experiments tensile testing," no. July, 2019.

## ZANIMIVA GEOGRAFIJA – JA, PROSIM

### POVZETEK

Učilnica je šolski prostor za učenje in poučevanje. Sodobni čas, sodobno okolje in današnji učenci učitelju postavljajo izzive, da stremi in išče učinkovite inovativne metode ter pristope k poučevanju ter osvajanju znanja. Poleg tega mora biti ura tudi zanimiva in razgibana.

V prispevku je predstavljen primer dobre prakse pri pouku geografije, ko geografska učilnica postane prostor, kjer učenci na različne načine osvajajo geografska znanja, pridobivajo veščine sodelovanja, vrstniškega vrednotenja ter kritičnega presojanja. Učna ura temelji na upoštevanju različnih učnih stilov, diferenciacije, vsebuje oblike sodelovalnega učenja, učenja skozi igro ter gibanje. Ura je zastavljena kot potovanje (gibanje) po koticah, kjer učenci v obliki izzivov rešujejo zastavljene naloge povezane z obravnavanim učnim sklopom. Izzivi učence vodijo, da se urijo v orientaciji na zemljevidu, iščejo na spletu različne posnetke razlage geografskih pojmov in z didaktičnimi igrami utrjujejo znanje o naravnih in družbenogeografskih značilnostih Evrope.

Predstavljena učna ura je uspešen primer dobre prakse, s katero lahko učitelj geografije v okviru pouka z različnimi aktivnostmi motivira učence za delo, naredi učni proces bolj aktiven, zanimiv, zabavnejši ter tako učencem približa geografske vsebine in pokaže različne oblike pridobivanja znanja ter veščin.

**KLJUČNE BESEDE:** inovativne metode, diferenciacija, didaktične igre, geografija.

## INTERESTING GEOGRAPHY – YES, PLEASE

### ABSTRACT

The classroom is a school space for learning and teaching. Modern times, the modern environment and today's pupils challenge the teacher to strive for and seek effective innovative methods and approaches to teaching and acquiring the knowledge. In addition, the lessons should also be interesting and varied.

This article presents an example of good practice in geography lessons, when the geographical classroom becomes a place, where pupils acquire geographical knowledge in various ways and the skills of collaboration, peer evaluation and critical judgment. The lesson is based on taking into consideration of different learning styles, differentiation, it contains forms of collaborative learning, learning through playing and moving. The lesson is conceived as a journey (movement) around the corners, where pupils solve the set tasks, related to the study section in the form of challenges. Those challenges lead pupils to practice orientation on the map, search online for various recordings of the interpretation of geographical concepts and consolidate their knowledge of the natural and socio-geographical characteristics of Europe through didactic games.

The presented lesson is a successful example of good practice, with which the geography teacher can motivate students to work with various activities within the lesson, make the learning process more active, interesting, and fun, and thus bring geographical content to students and demonstrate different forms of acquiring knowledge and skills.

**KEYWORDS:** innovative methods, differentiation, didactic games, geography.

## 1. UVOD

Sem učiteljica, kateri je poučevanje ne le služba, ampak poslanstvo. Sledim zapisanim splošnim ciljem geografije v učnem načrtu, kjer je zapisano, da je geografsko znanje sestavni del temeljne izobrazbe, saj vsebuje vedenja o domovini, svetu ter o varovanju okolja in smotrnem gospodarjenju z njim. Zapisano je tudi, da je geografija v program osnovne šole umeščena zato, da učencu pomaga pridobiti znanje, sposobnosti in spretnosti, s katerimi se lahko orientira in razume ožje in širše življenjsko okolje, in da ga vzgaja v pravilnem vrednotenju in spoštovanju okolja, s čimer si pridobi tudi odnos do narave, sebe, sočloveka in družbe. Sem torej učiteljica, ki želi učence popeljati po poti do znanja ter veščin. Sem tudi učiteljica, ki ne mara rutine in želi, da so učenci aktivni in del učnega procesa.

Sodobni čas, sodobno okolje in današnji učenci učitelju postavljajo številne izzive, da stremi in išče učinkovite inovativne metode ter pristope k poučevanju ter osvajanju znanja. Eden izmen pomembnejših je zagotovo, kako osmisлити pouk, ga popestriti ter narediti zanimivega in učinkovitega. Pouk lahko kar hitro postane nezanimiv, učenci pa »pobegnejo« z mislimi drugam in počnejo druge stvari.

Pri vrednotenju svojega dela sem si začela postavljati naslednja vprašanja: Kaj želim, da učenci znajo pri geografiji? Ali moj način dela ustreza potrebam mojih učencev? Kaj lahko storim, da bo pouk pritegnil pozornost učencev? Kako lahko popestrim pouk? Katere dejavnosti lahko vnesem, da bodo učenci hkrati aktivni in se hkrati naučili nekaj novega? Kako naj jim olajšam učenje? Katere dejavnosti izbrati, da bo učenje geografije tudi učenje za življenje? Ta vprašanja so me spodbudila, da sem začela razmišljati »izven okvirjev« in sledila sporočilu kitajskega pregovora, ki pravi:

*»Povej mi in bom pozabil. Pokaži mi in si bom zapomnil.*

*Vzbudi mi zanimanje in bom razumel.«*

Med raziskovanjem in prebiranjem literature sem odkrila veliko dejavnosti, ki so se mi zdele primerne, vendar jih nisem želela vpeti v poučevanje nepremišljeno. Ko sem stopila iz »okvirjev«, sem ugotovila, da se lahko veliko naučimo, če upoštevamo tako moje kot tudi njihove potrebe. Na začetku sem začela uporabljati preproste gibalne dejavnosti. Z učenci smo se le malo pretegniti, narediti nekaj korakov po razredu ali pa se enostavno glasno nasmejali. Aktivnosti so spremenile tempo učne ure, učenci pa so sprostiti in sledili pouku. Postopno sem dodajala tudi dejavnosti ter izzive, ki so bili povezane z uporabo elementov igre ter aktivnosti, ki so upoštevale multizenornost in uporabo sodobne tehnologije. Z njihovo uporabo se je izboljšala pozornost učencev in učenci so lahko nato sledili delu ter sodelovali pri pouku.

Ugotovila sem, da so se najbolj obnesle ure in dejavnosti, ki sem jih izvedla po trenutnem navdihu in upoštevanju učencev v danem trenutku. Spoznala sem, da se učenci lahko veliko naučijo tudi, če niso pri miru in so malo bolj glasni. Dejavnosti, ki so se izkazale kot zelo učinkovite, sem začela prilagajati različnim okoliščinam. Prišla sem do spoznanja, da so lahko že preproste dejavnosti učinkovite in naredijo pouk geografije razgiban in zanimiv. Spoznala sem tudi, da se veliko naučimo s pomočjo gibanja po učilnici, reševanju različnih tipov nalog, kjer učencem prepustimo domišljijo, ustvarjalnost.

Tako je moja učilnica postala šolski prostor za učenje in poučevanje, geografija pa možnost »potovanja« in nabiranja različnih izkušenj, znanja ter vrednot. V moji učilnici se ne učijo samo učenci, ampak nabiram izkušnje ter znanja tudi sama.

Odločitev, da napišem prispevek o drugačnem načinu poučevanja, je zame predstavljal velik izziv, a tudi izstop »iz okvirjev«, saj sem želela predstaviti veliko stvari, ki sem jih preizkusila, a hkrati ohraniti rdečo nit.

## **2. PRIMER DOBRE PRAKSE – UČNA URA GEOGRAFIJE MALO DRUGAČE**

V nadaljevanju je predstavljen primer dobre prakse pri pouku geografije, ko je geografska učilnica postala prostor, kjer so učenci z različnimi dejavnostmi osvajali geografska znanja o Južni Evropi, pridobivali veščine sodelovanja, vrstniškega vrednotenja ter kritičnega presojanja. Učna ura temelji tudi na upoštevanju različnih učnih stilov, diferenciacije, vsebuje oblike sodelovalnega učenja, učenja skozi igro ter gibanje.

Ura je zastavljena kot potovanje (gibanje) po koticah, kjer učenci v obliki izzivov rešujejo zastavljene naloge povezane z obravnavanim učnim sklopom. Izzivi oz. naloge so učence vodili, da so se urili v orientaciji na zemljevidu, uporabili sodobno tehnologijo (računalnik ter tablico) pri iskanju različnih posnetkov, razlag geografskih pojmov ter slike na spletu, z didaktičnimi igrami pridobivali in utrjevali znanje o naravnih ter družbenogeografskih značilnostih Južne Evrope. Dejavnosti se lahko izvajajo kot usvajanje novega učnega sklopa ali pa kot učna ura ponavljanja in utrjevanja.

### **NAČRTOVANI UČNI CILJI URE:**

- določitev geografske lege Evrope ter poimenovanje večjih polotokov, otokov, gorovij, nižin in morij
- ob zemljevidu imenovati države Južne Evrope
- na podlagi klimogramov in slikovnega gradiva sklepati o podnebjju in rastlinstvu Južne Evrope
- razložiti tektonske vzroke za nastanek potresov in pojasniti delovanje ognjenikov
- opisati posledice ognjeniških izbruhov in potresnega delovanja na življenje ljudi
- sklepati o posledicah gibanja morske vode in opisati lastnosti morske vode
- uporabiti besedilne, količinske in simbolične podatke (besedila, slike, grafi, tabele in zemljevidi)
- povezati različne vidike izobraževanja (spoznavni, čustveni, estetski, motorični)
- uporaba učnih pripomočkov (pisne in druge vire, izobraževalno tehnologijo, tehnične pripomočke ipd.) za doseganje znanja
- smiselno uporabiti sodobno tehnologijo
- sodelovalno učenje
- diferenciacija in multisenzorno učenje
- vključitev gibanja učencev v učilnici

## POTEK UČNE URE IN DEJAVNOSTI

Učenci so se na začetku razdelili v pare, dobili so potni list v obliki delovnih listov z izzivi ter navodila za delo. Da je bila ura zares prikazana kot potovanje, so si učenci pripravili nahrbtnike, v katere so si zložili pripomočke ter učila npr. atlas, samostojni delovni zvezek, pisala, ki jih bodo potrebovali na potovanju. Preko frontalne oblike pouka so v uvodnem delu učne ure učenci dobili navodila za delo. Na postajah, ki so bili razporejene po učilnici, so učence čakale različne dejavnosti v obliki izzivov in nalog. Učenci so nato »potovali« in na označenih postajah reševali izzive (slika 1 in 2).



**SLIKA 1 IN 2:** Oznaka postankov po učilnici (Marčič, 2024).

### a) Prvi postanek: KAKO DOBRO POZNAM DRŽAVE JUŽNE EVROPE?

Izziv je bil sestavljen tako, da so učenci ob pomoči atlasa dopolnili razpredelnico na delovnem listu, kjer so imeli zapisana glavna mesta in države Južne Evrope. Učenci so države nato pobarvali na priloženem nemem zemljevidu Evrope (slika 2 in 3).

Na tem postanku so morali ob pomoči samostojnega delovnega zvezka poiskati še razlago pojmu Sredozemlje ter to območje označiti na nemem zemljevidu.



**Sliki 2 in 3:** Učenci pri reševanju »potnih listov« (Marčič, 2024).

### b) Drugi postanek: RASTLINSTVO JUŽNE EVROPE

Na tej postaji so učenci spoznavali značilnosti sredozemskega rastja. Izzivi so bili sestavljeni tako, da so učenci ob pomoči posnetka na tablici ali računalniku odgovorili na vprašanja, ki so se nanašala na spoznavanje naravnega in kulturnega rastja, prilagojenosti rastja na sredozemsko podnebje in razloge za krčenje naravnega rastja. Ena izmed izzivov se je nanašal tudi na prepoznavanje tipičnih dišavnic, ki jih uporabljamo doma v kuhinji. Učenci so na osnovi vonja, vida ter tipa poskušali prepoznati sivko, rožmarin, lovorjev list ter timijan (slika 4).



**SLIKA 4:** Postanek o sredozemskem rastju (Marčič, 2024).

c) Tretji postanek: **SREDOZEMSKO MORJE**

Na tem postanku so se izzivi nanašali na spoznavanje značilnosti Sredozemskega morja. Namen te dejavnosti je bila uporaba samostojnega delovnega zvezka ter iskanje podatkov iz besedila. Tako so učenci morali najprej prebrati besedilo o Sredozemskem morju, podčrtati ključne besede, nato poiskati pravilne odgovore in dopolniti tabelo s podatki o značilnostih Sredozemskega morja (slanost, barva, gibanje morske vode, temperatura, globina ...). Ob uporabi zemljevida so morali v nemi zemljevid Južne Evrope vpisati stranska morja, otoke, polotoke, zalive, ožine. Ob pomoči slike ter besedila so morali naštet vzroke za onesnaženost morja ter poiskati rešitev za zmanjševanje onesnaženosti.

d) Četrty postanek: **KAKŠNO PODNEBJE JE ZNAČILNO ZA JUŽNO EVROPO?**

Pri tem postanku so bile dejavnosti načrtovane tako, da so učenci ob igralnih kartah o podnebnju sestavili pravilni podnebni »tris« in nato dopolnili vprašanja povezana s tipi podnebnji in dejavniki, ki vplivajo na podnebje (slika 5 in 6). Eden izmed izzivov je od učencev zahteval, da so zapisali vrste obláčil, ki bi jih potrebovali, če bi se pripravljali na dopustovanje na Kreti. Pri reševanju te naloge so morali uporabiti pridobljeno znanje o značilnostih sredozemskega podnebnja.



**SLIKA 5 IN 6:** Reševaje izziva o podnebnju ob igri podnebni »tris« (Marčič, 2024).

e) Peti postanek: **RELIEFNE ZNAČILNOSTI EVROPE IN ORIENTACIJA NA »TA VELIKEM« ZEMLJEVIDU EVROPE**

Učence so na tej postaji čakale kartice z napisanimi gorovji, nižinami, rekami, morji otoki in zalivi. Dejavnost je bila zastavljena tako, da se je učenec moral orientirati na stenskem

zemljevidu Evrope in pokazati geografske enote (slika 6). Drugi učenec je preverjal ali je pokazal prav in zabeležil njegov rezultat. Nato sta vlogo zamenjala.

Pri drugi dejavnosti na tem postanku, ki se je prav tako nanašala na orientacijo na zemljevidu, so morali učenci prepoznati razčlenjenost obale Južne Evrope ter otoke, otočja, polotoke zapisati v »potni list« in jih označiti na priloženem nemem zemljevidu. Zapisati so morali tudi prednosti in slabosti razčlenjene obale.



**SLIKA 6:** Kartice z geografskimi pojmi pri petem postanku (Marčič, 2024).

#### f) Šesti postanek: ZAKAJ LAHKO V JUŽNI EVROPI DOŽIVIM POTRES IN IZBRUH VULKANA?

Dejavnosti tega postanka so se nanašale na iskanje posnetkov ter slik izbruha vulkana in na razumevanje prebranega besedila (slika 7 in 8). Na osnovi posnetka ter besedila so reševali izzive povezane s prepoznavanjem delov vulkana, vzroki za vulkansko aktivnost v Južni Evropi ter posledicami vulkanskega delovanja.



**SLIKA 7 IN 8:** Spoznavanje vulkanskega delovanja (Marčič, 2024).

Izkušnje ob zaključku ure:

- učenci so bili aktivni celotno uro ter motivirani za delo
- raznolike dejavnosti so naredile uro zanimivo in razgibano
- učenci so sodelovali in izbirali svoj pot izzivov oz. potovanja
- vključeni elementi multisenzornega učenja



### 3. SKLEP

Geografija ima zelo pomembno vlogo v življenju vsakega posameznika, saj daje pomembna znanja in veščine za vsakdanje življenje. Učencem večkrat predstavlja le še en predmet na urniku. Geografija se velikokrat, a zmotno, opisuje kot učni predmet, kjer se podaja le deklarativno znanje. A je geografije več kot le to. Je predmet v okviru katerega se pridobivajo pomembna znanja in veščine vseživljenjskega učenja. Tukaj učitelji odigramo pomembno vlogo, saj lahko skozi različne oblike in metode pritegnemo učence k odkrivanju in raziskovanju ter vrednotenju okolja v katerem živimo. Predstavljena učna ura je primer dobre prakse, kjer so bile vpeljane preproste, a različne dejavnosti, s katerimi lahko učitelj geografije motivira učence za delo, naredi učni proces bolj aktiven, zanimiv, zabavnejši ter tako učencem približa geografske vsebine in pokaže različne oblike pridobivanja znanja ter veščin.

## LITERATURA IN VIRI

- [1] E. Baloh, B. Lenart, M. Stankovič, »Geografija 7, Samostojni delovni zvezek za geografijo v 7. razredu, Mladinska knjiga, Ljubjana, 2014.
- [2] G. Carrada, »Spoznavanje narave, Rastlinstvo, živalstvo, naravna okolja in pojavi, Alba založba d.o.o., Brezovica pri Ljubjani, 2000.
- [3] E. Baloh, B. Lenart, M. Stankovič, »Geografija 7, Samostojni delovni zvezek za geografijo v 7. razredu, Mladinska knjiga, Ljubjana, 2014.
- [4] <https://dun.zrss.augmentech.si/#/>, pridobljeno 23.5.2024

## **PSIHOLOŠKA PODPORA VARUHOM V USTANOVI ZA OTROKE Z MOTNJAMI V DUŠEVNEM RAZVOJU**

### **POVZETEK**

V vzgoji in izobraževanju se pogosto srečujemo z zahtevno populacijo učencev, še posebno v ustanovah, ki izobražujejo otroke z motnjo v duševnem razvoju. V Osnovni šoli Roje se v posebnem programu vzgoje in izobraževanja šolajo učenci, ki imajo zmerno, težjo ali težko motnjo v duševnem razvoju, temu pa se pridružujejo še druge težave: posamezni učenci imajo motnje avtističnega spektra, nekateri so gibalno ovirani, posamezni učenci so dolgotrajno bolni, slepi ali slabovidno, gluhi ali naglušni, posamezni učenci imajo tudi zelo zahtevno zdravstveno situacijo, npr. epilepsijo. Vzgoja in izobraževanje teh učencev je izziv, saj znižane kognitivne sposobnosti vplivajo tudi na njihovo razumevanje socialnih situacij in sporočanje njihovih potreb. Varuhi se vsakodnevno vključujejo v vzgojno izobraževalno delo, skrbijo za osnovno nego teh učencev, jim nudijo fizično pomoč in oporo ter sodelujejo z razredniki pri učnem procesu. Zaradi kompleksnih razvojnih težav in zahtevnosti populacije je njihovo delo fizično in čustveno zelo zahtevno. V prispevku je predstavljen primer dobre prakse, kako prek podporne skupine za varuhe razvijamo njihovo medsebojno podporo in zaupanje. V podporni skupini varuhi krepijo medsebojne vezi, kar pozitivno vpliva na njihovo duševno zdravje in s tem posredno vplivajo na pozitivno klimo celotnega kolektiva.

**KLJUČNE BESEDE:** vzgoja in izobraževanje, učenci s posebnimi potrebami, duševno zdravje zaposlenih, varuhi otrok s posebnimi potrebami.

## **PSYCHOLOGICAL SUPPORT FOR CAREGIVER IN AN INSTITUTION FOR CHILDREN WITH INTELLECTUAL DISABILITIES**

### **ABSTRACT**

In education, we are often faced with a challenging student population, especially in institutions educating children with intellectual disabilities. At Roje Primary School, pupils with moderate, severe or profound intellectual disabilities are educated in a special education programme, and this is compounded by other difficulties: some pupils have autistic spectrum disorders, some have physical disabilities, some pupils have long-term illnesses, blindness, visual impairment, deafness or hearing impairment, and some pupils have very challenging medical conditions, such as epilepsy or epilepsy. Educating these pupils is challenging, as their reduced cognitive abilities also affect their understanding of social situations and the communication of their needs. The Guardians are involved in the educational work on a daily basis, taking care of the basic care of these pupils, providing them with physical assistance and support, and working with class teachers in the learning process. Due to the complex developmental difficulties and the complexity of the population, their work is physically and emotionally very demanding. This paper presents a good practice example of how to develop support and trust between them through a support group for guardians. In the support group, guardians strengthen their bonds with each other, which has a positive impact on their mental health and indirectly influences the positive climate of the whole team.

**KEYWORDS:** education, pupils with special needs, staff mental health.

## 1. UVOD

Otroci in mladostniki z motnjo v duševnem razvoju so zelo občutljiva populacija. Njihov razvoj poteka drugače, zaradi različnih oblik oškodovanosti potrebujejo še toliko bolj optimalno podporno okolje, da lahko napredujejo. To pomeni, da je odgovornost vseh, ki s tako populacijo delajo, še toliko večja.

Zahteve delovnih mest se z leti spreminjajo, delovna doba se podaljšuje in v vzgoji in izobraževanju je sploh tako, da imamo eno izmed najstarejših populacij učiteljev v Evropi. Po eni strani je to pozitivno, saj gre pri starejšem kadru tudi za veliko večjo izkušnost in strokovno kompetentnost. Po drugi strani pa gre pri starejših delavcih lahko tudi že za pojavljanje zdravstvenih težav, lahko prihaja do izgorelosti ali pa se pri posameznih delavcih lahko pojavi doživljanje nekompetentnosti, zaradi vseh sodobnih digitalnih tehnologij, ki se vse bolj uporabljajo pri pouku.

Ker se podaljšuje tudi delovna doba, to pomeni, da je v okviru kariernega razvoja posameznika potrebno poskrbeti za stalno strokovno izobraževanje in izpopolnjevanje, hkrati pa je tudi potrebno poskrbeti za dobro psihično zdravje na delovnem mestu. Še zlasti je to pomembno pri tistih poklicih, ki se »ukvarjajo« z ljudmi: delavci v vzgoji in izobraževanju (VIZ) so strokovnjaki na svojih področjih in do vseh vpletenih v VIZ delujejo po strokovnih načelih. Vendar so tudi samo ljudje, kar pomeni, da v te odnose vstopajo tudi s svojimi čustvi, pričakovanji in s svojo osebnostjo – seveda pa morajo imeti uvid v te procese. Zaradi te osebne vpletenosti je delo z učenci zelo zahtevno, še posebno kadar gre za učence s posebnimi potrebami. V članku želimo poudariti, da je ob stalnem strokovnem izpopolnjevanju učiteljev in drugih strokovnih delavcev, ki delajo z učenci, pomembno tudi njihovo psihično zdravje ter skrb za njihov osebni razvoj, saj to vpliva na pozitivno klimo v kolektivu in na pozitivne medosebne odnose. Vse to pa pripomore k bolj kvalitetnemu vzgojno izobraževalnemu procesu za vse vpletene udeležence.

## 2. UČENCI Z MOTNJAMI V DUŠEVNEM RAZVOJU

Učenci z motnjami v duševnem razvoju predstavljajo en del populacije otrok in mladostnikov, ki jih z eno besedo imenujemo učenci s posebnimi potrebami. Naša zakonodaja natančno določa, kateri učenci imajo posebne potrebe in natančno tudi določa, kako – glede na njihovo problematiko – poteka izobraževanje teh učencev. Zakon o usmerjanju otrok s posebnimi potrebami (2020) poleg otrok z motnjami v duševnem razvoju tako opredeljuje še slepe in slabovidne otroke, otroke z okvaro vidne funkcije, gluhe in naglušne otroke, otroke z govorno-jezikovnimi motnjami, gibalno ovirane otroke, dolgotrajno bolne otroke, otroke s primanjkljaji na posameznih področjih učenja, otroke z avtističnimi motnjami ter otroke s čustvenimi in vedenjskimi motnjami.

Vsi učenci s posebnimi potrebami so specifična in rizična populacija zato jim naša država namenja posebno skrb in prilagojene načine izobraževanja. Osnova šola Roje izobražuje otroke in mladostnike, ki imajo znižane intelektualne zmožnosti. Po kriterijih za opredelitev vrste in stopnje primanjkljajev, opisanih v Pravilniku o normativih in standardih za izvajanje vzgojno-izobraževalnih programov za otroke s posebnimi potrebami (2023), so opredeljeni kot učenci z motnjo v duševnem razvoju. Glede na stopnjo izraženosti te motnje se vključujejo v dva različna

programa, ki jih izvaja OŠ Roje. Otroci in mladostniki z lažjo motnjo v duševnem razvoju obiskujejo prilagojeni program z nižjim izobrazbenim standardom, po uspešno končani devetletki z nižjim izobrazbenim standardom lahko nadaljujejo šolanje v nižjih poklicnih šolah in pridobijo poklicno kvalifikacijo za pomožnega delavca. Otroci in mladostniki z zmerno, težjo ali težko motnjo v duševnem razvoju pa obiskujejo posebni program vzgoje in izobraževanja. Večinoma imajo poleg znižanih intelektualnih zmožnosti še številne druge pridružene težave: motnje na spektru avtizma, epilepsijo, različne stopnje gibalne oviranosti, so dolgotrajno bolni ali imajo kakšno drugo telesno okvaro, so gluhi ali naglušni, slepi ali slabovidni. Učenci v posebnem programu obiskujejo šolo do dopolnjenega 18. leta starosti, do te starosti je program obvezen, imajo pa možnost, da v osnovnošolskem programu ostanejo do 26. leta, v praksi večinoma to možnost tudi izkoristijo. Po zaključku posebnega programa se vključujejo v različne varstveno delovne centre, kjer imajo »zaposlitev pod posebnimi pogoji«.

### **3. DUŠEVNO ZDRAVJE**

Duševno zdravje je zelo pomembno za optimalno funkcioniranje posameznika, duševno zdrava oseba lahko optimalno deluje v zasebnem življenju in tudi na profesionalnem področju. Duševno zdravje je mnogo več, kot zgolj odsotnost duševnih bolezni in motenj: svetovna zdravstvena organizacija duševno zdravje opredeli kot »stanje dobrega počutja, v katerem posameznik razvija svoje sposobnosti, se spoprijema s stresom v vsakdanjem življenju, učinkovito in plodno dela ter prispeva v svojo skupnost (NIJZ, 2023).«

Glede na to, da se delovna doba podaljšuje je zdajšnja generacije dlje časa delovno aktivna, kar pomeni, da sta duševno zdravje in vitalnost še veliko bolj pomembna.

#### **a) Duševno zdravje na delovnem mestu**

Za optimalno duševno zdravje lahko posamezniki veliko storijo že sami, saj obstajajo dejavniki, na katere imamo vpliv. Ne moremo npr. vplivati na genetski zapis, lahko pa vplivamo na telesno dejavnost. Prav tako ne moremo vplivati na pojav pandemije, lahko pa vplivamo na zdrav življenjski slog. Eden izmed dejavnikov, ki vpliva na duševno zdravje so tudi naši medosebni odnosi – pomembno je, ali ima posameznik dovolj medosebnih odnosov in se ne počuti osamljenega, prav tako je pomembno, da so ti odnosi pozitivni in da ne zahaja v konfliktno odnose. Tako imajo tudi odnosi v kolektivu velik vpliv, saj ljudje preživimo na delovnih mestih večino svojega časa med tednom. Sodelavcev si prav gotovo ne izbiramo sami in skupna odgovornost vseh vpletenih je, da so medosebni odnosi na delovnem mestu korektni, visoko profesionalni in na ta način gradijo pozitivno delovno vzdušje.

Ker ljudje veliko časa preživimo na delovnem mestu, je to idealen kraj za spodbujanje zdravega življenja - delovne organizacije lahko z uvedbo različnih ukrepov spodbujajo zaposlene k telesni dejavnosti, zdravemu prehranjevanju in zmanjševanju stresa. S tem lahko vplivamo na boljše zdravstveno stanje zaposlenih, posledično pa se zmanjša izgorelost na delovnem mestu, absentizem, fluktuacija in nenazadnje je manj težav pri usklajevanju poklicnega in družinskega življenja (Bizjak, 2014).

Varno in zdravo delovno okolje je zelo pomembno, saj zaposleni na delovnem mestu razvijajo svoje sposobnosti in znanje za kariero ter ne opravljajo le osnovnih delovnih nalog, zato so bistveni učinkoviti ukrepi, ki zmanjšujejo stres na delovnem mestu, saj je ta že stalnica v večini

poklicev (Pucko, 2021). Iz prakse opazamo, da je zaradi specifik del z ljudmi veliko stresa prav v pedagoških poklicih. Iz tujine, predvsem iz ZDA in Kanade je poznana že dolga tradicija, da v organizacije vključujejo programe psihološke pomoči (prav tam, 2021), v naši državi je na tem področju še veliko možnosti za razvoj in za izboljšanje tega področja.

### **b) Varuh negovalec in njegovo delo v posebnem programu**

Varuhi negovalci se vključujejo v oddelke posebnega programa in so v razredu pomemben člen podpore in pomoči: učencem nudijo fizično oporo in spremljanje, zagotovijo osnovno nego pri tistih učencih, ki jo potrebujejo in pomagajo učencem, da lahko razrednik izpelje pouk.

Delovno mesto varuh negovalec je opredeljeno v Pravilniku o normativih in standardih za izvajanje vzgojno-izobraževalnih programov za otroke s posebnimi potrebami (2023) in sicer se v posebnem programu vzgoje in izobraževanja sistematizira 1 delovno mesto na vsakih 15 učencev. Dodatno 1 delovno mesto varuha se sistematizira še na vsakih 6 učencev, ki imajo opredeljeno težjo ali težko gibalno oviranost, oziroma pri manjšem ali večjem številu otrok se sistematizira v ustreznem deležu. Varuh negovalec mora imeti srednjo izobrazbo ali srednjo strokovno izobrazbo (prav tam, 2023)

Delovno mesto je zelo zahtevno, saj so varuhi ves čas v skupini z učenci. Ker v posebnem programu šolanje traja lahko tudi do 26. leta, to pomeni, da so učenci že odrasli in imajo odraslo telesno konstitucijo. V takih primerih sta fizična pomoč in opravljanje osnovne nege še zahtevnejši. Po drugi strani pa gre za učence, ki imajo lahko tudi zelo nizko kognitivno razumevanje in potrebujejo še toliko več spodbude, empatičnega sprejemanja in sočutnega pristopa.

### **c) Podporna skupina za varuhe negovalce**

Otroci in mladostniki s posebnimi potrebami so zelo občutljiva in ranljiva populacija. Delo z njimi zahteva posebno skrb, strokovno usposobljenost in empatijo, saj je njihovo funkcioniranje zelo drugačno, kot pri normativnih »zdravih« učencih. Nekateri naši učenci slabše ali težko komunicirajo, tako da morajo učitelji in drugi delavci, ki z njimi delajo, ustrezno prepoznati njihove potrebe in jim ustrezno pomagati. Tako delo je velikokrat psihično, pa tudi fizično zelo zahtevno.

Podporna skupina je nastala iz potreb, ki so se pokazale v praksi – ob vsakodnevem delu z najtežjo populacijo učencev je bilo videti, da je pogovor z varuhi zelo dobrodošel, sploh kadar je bila kakšna težja izjemna situacija (npr. epileptični napad pri učencu, kakšna druga zdravstvena situacija, čustveni ali vedenjski izbruh ipd.). Ob podpori vodstva je tako avtorica članka za varuhe negovalce OŠ Roje v preteklem šolskem letu začela sistematično podporno skupino. Cilji skupine so bili v prvi vrsti prostor in priložnost, za razbremenitev varuhov z namenom zmanjšanja stresa, spodbujanja medsebojnega sodelovanja in zaupanja na delovnem mestu. Učitelji in drugi strokovni delavci v pedagoških poklicih imajo veliko različnih skupnih strokovnih srečanj, kjer lahko izmenjajo izkušnje, skupaj sooblikujejo in načrtujejo delo na določenem področju v ustanovi in se na ta način strokovno povezujejo. Po šolah potekajo različni aktivni, pedagoške seje, sestanki strokovnih skupin za najrazličnejša področja delovanja šole, kjer se strokovni delavci lahko dejavno vključujejo in sooblikujejo potek vzgojno izobraževalnega dela.

Področje dela varuhov negovalcev je drugačno, skrbijo za učence in njihove potrebe in imajo malo vpliva na celotno organizacijo vzgojno izobraževalnega dela. Kljub temu so zelo pomemben člen, saj s svojim sočutnim in korektnim pristopom do učencev vplivajo na to, da lahko pouk poteka optimalno in da lahko učenci maksimalno napredujejo upoštevajoč njihove omejitve.

Skupina za varuhe negovalce poteka v obliki mesečnih srečanj, vabljeni so vsi, ki v OŠ Roje delajo na tem področju. Skupina je prostovoljna in odprta, tako da se lahko na vsako srečanje vključijo tudi tisti, ki so mogoče izpustili pretekla srečanja.

Vsebine srečanj so povezane z aktualno problematiko na šoli, osnovni namen skupine pa je, da udeleženci skozi različne skupinske dejavnosti spoznajo sebe in svoj način delovanja v socialnem polju ter ozaveščanje, kako to vpliva na ostale. Pomembno je, da se s tem krepí najprej zaupanje v lastno kompetentnost, hkrati pa tudi medsebojno zaupanje. Vse skupaj je zelo pomembno, saj znižuje stres na delovnem mestu in vpliva na kvalitetnejše delo z učenci.

### č) Psihološka podpora varuhom

V skupini vlada polje zaupnosti, ki predstavlja osnovo za skupinsko delo. Psihološka podpora varuhom poteka skozi različne in aktualne vsebine skupinskih srečanj, s pomočjo katerih razvijajo različne veščine. Tako je npr. eno srečanje posvečeno vajam iz aktivnega poslušanja, kar spodbuja sodelovanje med njimi. Vsaj eno srečanje je namenjeno temu, da delajo vaje iz medsebojnega zaupanja. Ob vseh teh vajah pa je tudi prostor za pogovor o tem, kako se udeleženci ob določenih vajah počutijo, kaj so se naučili in kako vidijo sebe ter drug drugega. V članku kot primer navajamo eno izmed aktivnosti bolj podrobno – gre za uvodne vsebine na prvem srečanju ob začetku šolskega leta. Udeleženci skupine so razmišljali o prihajajočem šolskem letu: vsak udeleženec si je iz skupne posode izbral kamen, ki je predstavljal skrbi in pričakovanja glede njihovega dela v povezavi s prihajajočim letom. Udeleženci so te svoje skrbi zapisali na list in z njimi ovili kamen. Na ta način so svoja pričakovanja ali strahove verbalizirali in simbolično oddali: sporočila skupine so se zbrala v (kasneje zaprtem) steklenem kozarcu in varno počakala na zadnje srečanje v šolskem letu, kjer smo namenili čas refleksiji celoletnega soočanja z zapisanim problemom in njegovi aktualnosti.



SLIKA 1: Primer vaje ob začetku šolskega leta

Posamezna srečanja so namenjena razmišljanju o tem, kateri so tisti notranji viri moči, ki pomagajo tudi v najtežjih in najbolj zapletenih situacijah v službi. V povezavi s tem je tudi priložnost, da se izpostavi različne pretekle zahtevne službene situacije in na kakšne načine so se razrešile, kaj je tisto, kar v težkih situacijah posameznikom pomaga in kaj se iz njih lahko naučimo za naprej. Psihološka podpora v skupini poteka tudi med samimi člani skupine, vodja skupine predstavi osnovno tematiko, udeleženci podelijo svoje izkušnje na tem področju. Ob tem, ko delijo svoja razmišljanja, od ostalih članov dobijo podporo, hkrati pa so tudi sami v vlogi, da lahko njihove izkušnje pomagajo drugim udeležencem skupine. S pomočjo te skupinske dinamike varuhi gradijo pozitivne medsebojne odnose, osebno rastejo in hkrati tudi razvijajo strategije boljšega spoprijemanja s stresom.

#### **d) Pozitivni vplivi skupine za varuhe**

Podporna skupina za varuhe negovalce poteka že drugo šolsko leto in opazni so pozitivni premiki na različnih nivojih. Udeleženke same verbalizirajo, da jim skupina ogromno pomeni, da se veselijo srečanj in da se tam veliko naučijo. Opazen je tudi napredek pri hitrem vključevanju novih delavk, saj si hitreje pridobijo zaupanje, poglobijo medsebojno strokovno sodelovanje in s tem bolje delujejo v kolektivu.

Iz evalvacije se lahko povzamejo sporočila posameznih udeležencev skupine, ki sporočajo:

»Všeč so mi bile dejavnosti, s katerimi si poskrbela za boljšo povezanost.«

»Všeč mi je bilo prijetno vzdušje.«

»Dobro sem se počutila ob igrah, kjer smo medsebojno sodelovale.«

»Hvala za tvoj trud ob oblikovanju skupine, hvala za zanimive teme in ker si nas povezala.«

»Upam, da se v naslednjem šolskem letu nadaljuje.«

#### **4. SKLEP**

Učenci s posebnimi potrebami so ranljiva, občutljiva in specifična populacija, saj se pri odraščanju soočajo s številnimi izzivi, to še posebej velja za otroke z motnjami v duševnem razvoju. Ti učenci imajo znižano razumevanje okolice in naša humana, etična ter moralna odgovornost je, da jim nudimo optimalno okolje, kjer lahko razvijejo svoje potencialne. To pomeni, da ob sebi potrebujejo strokovne in druge delavce, ki razumejo njihove posebne potrebe. Delo s tako populacijo učencev je strokovno, pa tudi fizično in psihično zahtevno. Še posebej je zahtevno za varuhe-negovalce, ker so ves čas ob učencih ter jim nudijo fizično podporo, nego in pomoč pri vseh opravilih. Za varuhe negovalce je tako zelo pomembno, da se v kolektivu čutijo sprejeti, podprti in da je med njimi vzpostavljeno medsebojno zaupanje. Eden od načinov za spodbujanje zgornjih ciljev, ki pripomorejo k kvalitetnejšemu delu varuhov ter njihovi boljši psiho-higieni, je izvajanje podporne skupine.

#### **5. ZAHVALA**

Zahvaljujem se varuhinjam, ki vztrajno prihajajo na skupna srečanja – prav one so navdih za sodelovanje in učenje.



## LITERATURA IN VIRI

- [1] Bizjak, E. (2014). Delovno okolje in psihofizično zdravje zaposlenih. V J. Pegan Stemberger (ur.), *Coaching za več zdravja in dobrega počutja zaposlenih: zbornik prispevkov 5. konference kariernih coachev, 30. maja 2014 v Ljubljani*. Glotta Nova.
- [2] *O duševnem zdravju*. (2023). Nacionalni inštitut za javno zdravje (NIJZ). <https://nijz.si/zivljenjski-slog/dusevno-zdravje/o-dusevnem-zdravju/>
- [3] *Pravilnik o normativih in standardih za izvajanje vzgojno-izobraževalnih programov za otroke s posebnimi potrebami*. (2023). Ministrstvo za šolstvo in šport. <https://pisrs.si/pregledPredpisa?id=PRAV7972>
- [4] Pucko, M. (2021). *Vpliv in preprečevanje nezaželenih vedenjskih dejavnikov na delovnem mestu na zdravje zaposlenih* [Magistrsko delo, Univerza v Mariboru, Fakulteta za varnostne vede]. DKUM. <https://dk.um.si/IzpisGradiva.php?id=79972>
- [5] Vovk-Ornik, N. (2015). *Kriteriji za opredelitev vrste in stopnje primanjkljajev, ovir, oziroma motenj otrok s posebnimi potrebami*. Zavod RS za šolstvo.
- [6] Zakon o usmerjanju otrok s posebnimi potrebami (ZUOPP-1). (2020). *Uradni list RS*, št. 58/11, 40/12 – ZUJF, 90/12, 41/17 – ZOPOP in 200/20 – ZOOMTVI <https://pisrs.si/pregledPredpisa?id=ZAKO5896>

## **POZNAVANJE UMETNE INTERLIGENCA KOT PRIPOMOČEK ZA PROFESIONALNI RAZVOJ UČITELJA**

### **POVZETEK**

V strokovnem prispevku smo v prvem delu raziskali, zakaj je učiteljem pomemben profesionalni razvoj in vseživljenjsko učenje. Obravnavali smo načine, na katere lahko pridobivajo nova znanja in veščine, ter ključne elemente profesionalnega razvoja. Ugotovili smo tudi, da je zelo pomembno, da učitelji in drugi strokovni delavci poznajo nove izobraževalne tehnologije. Te vključujejo pametne table, učne platforme in aplikacije za upravljanje razreda, ki lahko izboljšajo učinkovitost poučevanja in omogočajo bolj prilagojene učne izkušnje. Umetna inteligenca lahko pomaga pri personalizaciji učenja, analizi podatkov in avtomatizaciji administrativnih nalog, kar učiteljem omogoča, da se osredotočijo na pedagoško delo, profesionalni razvoj in osebni razvoj. V nadaljevanju smo raziskali različne vrste umetne inteligence in podali primere njihove uporabe. V prispevku smo predstavili praktične primere uporabe različnih vrst umetne inteligence kot pripomočka za poenostavitev raznih administrativnih in praktičnih nalog učitelja. Po preizkusih smo ugotovili, da je orodje uporabno, vendar podaja rešitve, ki jih je potrebno preveriti in popraviti. Ugotovili smo tudi, da ima umetna inteligenca potencial za izboljšanje na mnogih področjih izobraževanja, vendar je pomembno biti seznanjen z možnimi nevarnostmi njene uporabe, kot so pristranskost, pomanjkanje transparentnosti, težave s prekomernim zanašanjem na umetno inteligenco, varnost in zasebnost podatkov ter etična vprašanja. S pridobljenimi informacijami in prikazanimi primeri prispevamo k stroki na način, da krepimo zavedanje o tem, da poznavanje umetne inteligence omogoča številne rešitve in prednosti za učitelje na področju profesionalnega razvoja, vključno s poenostavitvijo vsakodnevnih nalog.

**KLJUČNE BESEDE:** profesionalni razvoj, umetna inteligenca, izobraževanje, vseživljenjsko učenje.

## **UNDERSTANDING ARTIFICIAL INTELLIGENCE AS A TOOL FOR THE PROFESSIONAL DEVELOPMENT OF TEACHERS**

### **ABSTRACT**

In the first part of this professional paper, we explored why professional development and lifelong learning are important for teachers. We discussed the ways in which they can acquire new knowledge and skills, as well as the main elements of professional development. We also found that it is crucial for teachers and other professional staff to be familiar with new educational technologies. These include smart boards, learning platforms, and classroom management applications, which can enhance teaching efficiency and provide more personalized learning experiences. Artificial intelligence can assist in personalizing learning, data analysis, and automating administrative tasks, allowing teachers to focus on pedagogical work, professional development, and personal growth. Furthermore, we investigated different types of artificial intelligence and provided examples of their applications. In this paper, we presented practical examples of using various types of artificial intelligence as tools to simplify various administrative and practical tasks for teachers. After testing, we found that the tool is useful, but it provides solutions that need to be checked and corrected. We also found that, although artificial intelligence has the potential to improve many areas of education in various ways, it is important to be aware of the possible dangers of its use, such as bias, lack of transparency, issues with over-reliance on artificial intelligence, data security and privacy, and ethical concerns. With the information obtained and the examples provided, we contribute to the field by raising awareness that understanding artificial intelligence offers numerous solutions and advantages for teachers in the area of professional development, including speeding up and simplifying daily tasks.

**KEYWORDS:** professional development, artificial intelligence, education, lifelong learning.

## 1. UVOD

Profesionalni razvoj učitelja se nanaša na kontinuiran proces izobraževanja, usposabljanja in izpopolnjevanja učiteljev z namenom izboljšanja njihovih pedagoških veščin, znanja in kompetenc. Gre za ključni element v izobraževalnem sistemu, ki učiteljem omogoča, da ostanejo na tekočem z najnovejšimi izobraževalnimi trendi, metodami, tehnologijami in raziskavami, kar neposredno vpliva na kakovost poučevanja in učenja. Učne, vzgojne in druge potrebe učencev, kompleksne socialne in komunikacijske okoliščine ter snovna in didaktična zahtevnost so razlogi, da učitelji iščejo dodatno znanje. To novo znanje jim omogoča, da preoblikujejo svoj odnos do učencev, svojega dela in predmeta, ki ga poučujejo, ter da spreminjajo pristope k delu z učenci. V tem članku bomo raziskali, kako lahko učitelji uporabijo UI za izboljšanje svojih pedagoških veščin, učinkovitejše vodenje pouka, opravljanje administrativnih del, prilagoditev učnih metod in osebni razvoj. Prav tako bomo predstavili konkretne primere uporabe UI na različnih področjih, kjer lahko UI bistveno prispeva k profesionalnemu razvoju učiteljev.

## 2. ELEMENTI PROFESIONALNEGA RAZVOJA UČITELJEV

Glavni elementi profesionalnega razvoja učiteljev so nenehno izobraževanje in usposabljanje na tečajih in delavnicah. Delavnice organizirajo Zavod RS za šolstvo, Ministrstvo za vzgojo in izobraževanje, razne šole, izobraževalne ustanove ali druge organizacije. Te aktivnosti pokrivajo različne teme, kot so nove pedagoške metode, uporaba tehnologije v izobraževanju, upravljanje razreda in specifične vsebine predmetov. Sem spadajo tudi konference in seminarji, saj sodelovanje na strokovnih konferencah in seminarjih učiteljem omogoča, da spoznajo najnovejše raziskave in prakse na njihovem področju.

Izkušeni učitelji lahko delujejo kot mentorji manj izkušenim kolegom, kar spodbuja prenos znanja in izkušenj ter podpira profesionalni razvoj začetnikov. Skupinsko delo in sodelovanje med učitelji omogoča izmenjavo idej, reševanje izzivov in skupno razvijanje učnih gradiv. Seveda se morajo učitelji tudi samostojno učiti. Lahko berejo knjige ali obiskujejo različne spletne vire in platforme, kot so Coursera, edX in Khan Academy. Te ponujajo številne tečaje in vire, ki so na voljo učiteljem za samostojno učenje in izpopolnjevanje.

Za profesionalni razvoj učiteljev je pomembno tudi, da se redno reflektirajo o svojih učnih metodah in praksi, analizirajo, kaj deluje dobro in kje so potrebne izboljšave. K profesionalnemu razvoju spada tudi uporaba izobraževalne tehnologije. Pametne table, učne platforme in aplikacije za upravljanje razreda lahko izboljšajo učinkovitost poučevanja in omogočajo bolj prilagojene učne izkušnje. Umetna inteligenca (UI) lahko pomaga pri personalizaciji učenja, analizi podatkov in avtomatizaciji administrativnih nalog, kar učiteljem omogoča, da se osredotočijo na pedagoško delo in osebni razvoj. UI ima potencial, da pomaga pri samem izobraževanju učencev in dijakov ter lahko spodbuja profesionalni razvoj učiteljev.

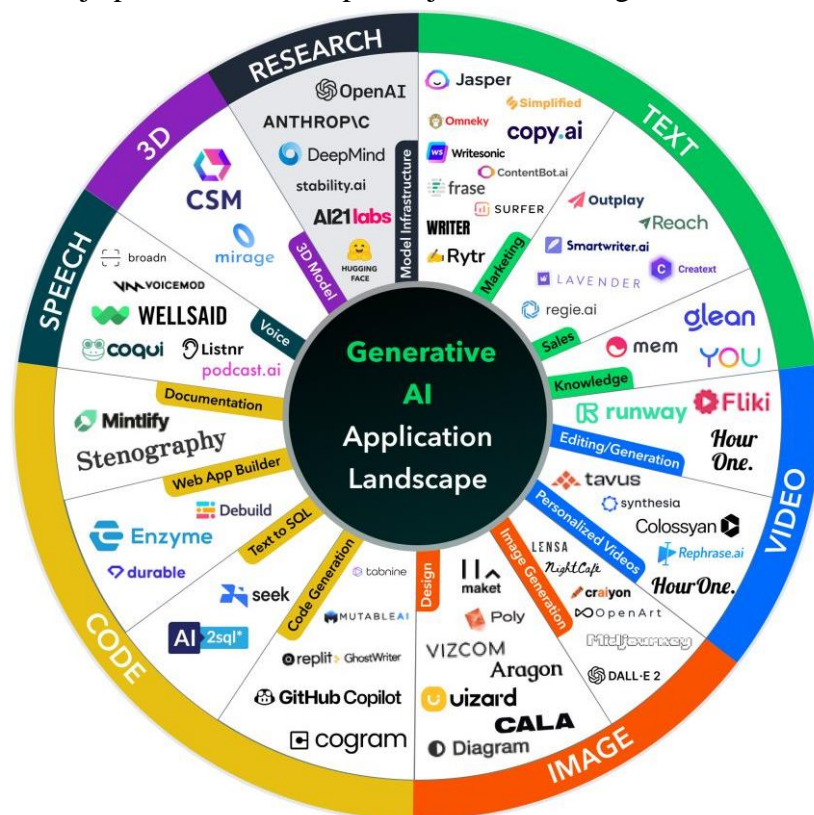
## 3. UMETNA INTELIGENCA

UI se je v zadnjih desetletjih hitro razvijala in postala ključna tehnologija v mnogih industrijah. Med najpomembnejšimi vejami umetne inteligence sta generativna in negenerativna umetna

inteligenca. Vsaka od teh dveh vrst ima svoje značilnosti, načine delovanja in različne aplikacije. Generativna UI je vrsta UI, ki lahko ustvarja novo vsebino, kot so besedila, slike, glasba ali celo videoposnetki. Temelji na modelih, ki so sposobni generirati podatke, podobne tistim, na katerih so bili trenirani. Eden izmed najbolj znanih modelov generativne umetne inteligence je Generative Adversarial Network (GAN), ki ga je izumil Ian Goodfellow leta 2014. [2]

GAN-ji delujejo na principu dveh mrež: generatorja in diskriminatorja. Generator ustvarja nove podatke, medtem ko diskriminator ocenjuje, ali so podatki resnični ali lažni. Cilj generatorja je ustvariti podatke, ki so tako realistični, da jih diskriminator ne more ločiti od resničnih podatkov, medtem ko diskriminator nenehno izboljšuje svojo sposobnost prepoznavanja ponaredkov. [2]

Generativna umetna inteligenca ima širok spekter aplikacij. Uporablja se za ustvarjanje glasbe, umetniških del in filmov. Algoritmi lahko generirajo slike, ki posnemajo različne umetniške sloge, ali skladbe, ki zvenijo, kot da bi jih ustvarili znani glasbeniki. Oblikovalci uporabljajo generativno UI za ustvarjanje novih dizajnov oblačil, pohištva in drugih izdelkov. Algoritmi lahko predlagajo inovativne in edinstvene oblike, ki jih oblikovalci nato prilagodijo in izpopolnijo. V biomedicinskih raziskavah se generativna UI uporablja za odkrivanje novih zdravil. Algoritmi lahko generirajo nove molekule, ki bi lahko imele terapevtski učinek, kar pospešuje postopek odkrivanja zdravil. Generativna UI lahko piše članke, poročila in celo knjige. Uporablja se lahko za samodejno generiranje vsebin na podlagi določenih vhodnih podatkov. Na sliki 1 je prikazano drevo aplikacij umetne inteligence. [2]



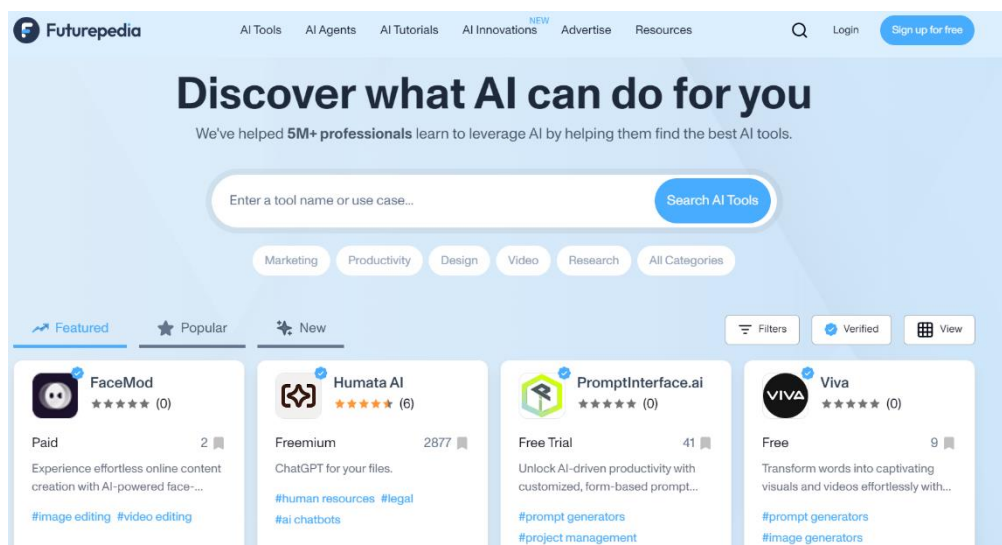
SLIKA 17: Drevo aplikacij umetne inteligence [2]

Negenerativna umetna inteligenca je vrsta UI, ki se osredotoča na analizo in klasifikacijo obstoječih podatkov. Namesto ustvarjanja novih vsebin se negenerativna UI uporablja za prepoznavanje vzorcev in sklepanje na podlagi podatkov. Primeri negenerativne UI vključujejo klasifikacijske algoritme, kot so nevralne mreže, podporni vektorski stroji (SVM) in odločitvena drevesa. Nevralne mreže, na primer, so sestavljene iz več plasti vozlišč (nevronske celice), ki obdelujejo vhodne podatke in jih razvrščajo v določene kategorije. Med procesom učenja nevralna mreža optimizira svoje parametre, da izboljša natančnost klasifikacije. Negenerativna umetna inteligenca se uporablja na različnih področjih:

- **Zdravstvo:** Negenerativna UI pomaga pri diagnozi bolezni na podlagi medicinskih slik, kot so rentgenski posnetki in MRI. Algoritmi lahko prepoznajo znake bolezni in pomagajo zdravnikom pri postavljanju diagnoze.
- **Finančne storitve:** V finančah se negenerativna UI uporablja za odkrivanje prevar, ocenjevanje kreditne sposobnosti in napovedovanje tržnih trendov. Algoritmi analizirajo transakcije in vedenjske vzorce, da zaznajo nenavadne aktivnosti.
- **Marketing in oglaševanje:** Negenerativna UI se uporablja za ciljanje oglasov na podlagi analize vedenja uporabnikov. Algoritmi lahko določijo, katere oglase prikazati določeni skupini uporabnikov, da povečajo verjetnost nakupa.
- **Avtomobilska industrija:** Pri razvoju avtonomnih vozil se negenerativna UI uporablja za prepoznavanje objektov na cesti, kot so vozila, pešci in prometni znaki. Algoritmi analizirajo podatke iz senzorjev in kamer, da omogočijo varno vožnjo.

#### 4. KATERO APLIKACIJO UMETNE INTELIGENCE UPORABLJAT

Futurepedia je spletna stran in vir, ki ponuja obsežno zbirko orodij za UI, novic in izobraževalnih gradiv. Njen cilj je olajšati ljudem razumevanje in uporabo UI v svojem vsakdanjem življenju in delu. Začetno stran prikazuje slika 2.



SLIKA 18: Spletna stran Futurepedija

### **Ključne značilnosti Futurepedie:**

- **Katalog orodij za UI:** Futurepedia ponuja obsežen katalog orodij za UI, kategoriziranih po različnih funkcijah, primerih uporabe in ocenah uporabnikov. To vam omogoča, da enostavno najdete pravo orodje za UI za vaše potrebe.
- **Novice o UI:** Futurepedia redno objavlja novice o najnovejših trendih, razvoju in uporabah UI. To vam omogoča, da ste na tekočem z najnovejšimi dogajanjem v svetu UI.
- **Vadnice in viri za učenje:** Futurepedia ponuja različne vadnice in vire za učenje, ki vam bodo pomagali razumeti osnove UI in se naučiti uporabljati različna orodja za UI.
- **Dostop do obsežnih informacij o UI:** Futurepedia je enotna platforma, kjer lahko najdete vse, kar morate vedeti o UI, od orodij in virov do novic in vadnic.
- **Učenje in razumevanje UI na preprost način:** Futurepedia ponuja gradiva, ki so prilagojena različnim ravnam znanja, od začetnikov do izkušenih uporabnikov UI.
- **Ostanite na tekočem z najnovejšimi trendi UI:** Futurepedia vam omogoča, da ste na tekočem z najnovejšimi razvoji in uporabami UI.

### **Nekaj dodatnih stvari, ki jih je treba vedeti o Futurepedii:**

- Futurepedia je brezplačna za uporabo.
- Na voljo je v angleščini.

## **5. PRIPRAVA UČNIH NAČRTOV IN MATERIALOV**

Učitelji pogosto porabijo veliko časa za pripravo učnih načrtov in materialov. UI lahko pomaga pri generiranju strukturiranih učnih načrtov, ki upoštevajo učne cilje, metode poučevanja in ocenjevanje. S pomočjo generativnih UI kot so, ChatGPT in drugi lahko učitelji hitreje in bolj učinkovito oblikujejo učne načrte, ki so prilagojeni različnim nivojem znanja učencev. Poleg tega lahko UI orodja ustvarjajo različna učna gradiva, kot so delovni listi, prezentacije in interaktivne vaje, ki so prilagojene potrebam učencev. Učitelji lahko tudi uporabijo UI za posodobitev obstoječih učnih materialov, kar pomeni manj časa za ročno prilagajanje vsebin. Tako lahko več časa namenijo drugim stvarim. Primer uporabe v chatGPT vpišemo: »Napiši mi dnevno pripravo za pouk v srednješolskem programu 1. letnik elektrika, kjer se bomo naučili kaj je električni tok«. Rezultat le tega je prikazan na sliki 3.

## Dnevna priprava za pouk: Električni tok (1. letnik srednješolskega programa Električnikar)

Predmet: Elektrotehnika

Razred: 1. letnik srednješolskega programa Električnikar

Učitelj: [Vaše ime]

Datum: [Vnesite datum]

Ura: [Vnesite čas]

---

### Učna enota: Osnove električnega toka

Cilji učne ure:

1. Učenci bodo razumeli, kaj je električni tok.
2. Učenci bodo spoznali enoto za merjenje električnega toka (amper).
3. Učenci bodo znali razložiti, kako električni tok teče skozi vezje.

**SLIKA 19:** Primer učne priprave ustvarjene z ChatGPT

## 6. PRIPRAVA IN OCENJEVANJE TESTOV

Priprava preverjanja ocenjevanj in ocenjevanje jemljeta učitelju veliko dela. UI lahko na podlagi učnega načrta in ciljev predlaga vprašanja različnih težavnostnih stopenj, vključno z večkratnimi izbirami, esejskimi vprašanji in vprašanji za kratke odgovore. To pomeni, da učitelji ne potrebujejo več ročno sestavljati testov, temveč lahko uporabijo predloge, ki jih ponudi UI oz. učitelj lahko poda vprašanja UI in UI pripravi teste, katere seveda je ševedno potrebno dopolniti in preurediti oz. popraviti. Poleg tega lahko UI orodja poenostavijo ocenjevanja izbirnih nalog in kratke odgovore. Pri esejih pa lahko UI nudi podporo pri preverjanju slovnice in skladnje, kar omogoča učitelju, da se osredotoči na vsebinsko vrednotenje. S tem se poveča učinkovitost in natančnost ocenjevalnega procesa. Poleg tega lahko UI pomaga pri analizi rezultatov testov in identifikaciji področij, kjer učenci potrebujejo dodatno pomoč. Primer uporabe v chatGPT vpišemo:

»Pripravi še ocenjevanja znanja iz tega naj bo na testu 5 nalog. Tri naloge naj bodo tekstovne naloge 2 nalog pa računski.« Rezultat le tega je prikazan na sliki 4. Kot je razvidno je potrebno vprašanja popraviti, saj UI točno ne ve kaj je za posamezen predmet pomembno in kaj manj, če ne postavimo pravilna vprašanja ali pa podamo premalo informacij s vprašanji.

## Test znanja: Električni tok

### Naloga 1: Tekstovna naloga (3 točke)

Električni tok v žici znaša 0.5 A. Koliko nabojev prehodi točka v žici v eni minuti? (1 točka)

Pri čem je treba paziti pri izračunu števila nabojev? (2 točki)

### Naloga 2: Tekstovna naloga (3 točke)

Kaj pomeni, da je električni tok enosmeren? Kateri je primer naprave, ki deluje na principu enosmernega toka? (2 točki)

Kako se spremeni smer izmeničnega toka v enem obdobju? (1 točka)

### Naloga 3: Tekstovna naloga (4 točke)

Kakšni so osnovni varnostni ukrepi pri delu z električnim tokom? Navedite vsaj tri in jih pojasnite. (3 točke)

Zakaj je uporaba izolirane rokavice pomembna pri delu z električnim tokom? (1 točka)

### Naloga 4: Računska naloga (4 točke)

Na električno vezje je priključena žarnica, ki pri 12 V porabi tok 0.5 A. Izračunajte upor žarnice. (3 točke)

Kakšna bo moč žarnice? (1 točka)

**SLIKA 20:** Primer pripravljenega testa ustvarjene z ChatGPT

## 7. PERSONALIZACIJA POUČEVANJA

Ena največjih prednosti UI je sposobnost prilagajanja učnih izkušenj posameznim učencem. ChatGPT lahko pomaga učiteljem pri oblikovanju prilagojenih učnih načrtov, ki ustrezajo različnim stilom učenja in potrebam učencev. S tem se poveča učinkovitost poučevanja, saj lahko vsak učenec napreduje v svojem ritmu. Določena UI orodja lahko analizirajo napredek učencev in predlagajo prilagoditve učnega načrta na podlagi njihovih potreb, kar omogoča boljše spremljanje individualnega napredka. Poleg tega lahko UI priporoča dodatne vire in aktivnosti, ki ustrezajo interesom in sposobnostim posameznih učencev. S tem se poveča motivacija učencev za učenje in njihova vključenost v učni proces.

## 8. RAZVOJ DIDAKTIČNIH PRISTOPOV

UI lahko učiteljem pomaga pri inoviranju učnih metod. ChatGPT lahko generira izobraževalne simulacije in scenarije, ki učencem omogočajo praktično uporabo znanja v varnem okolju. To je še posebej uporabno pri predmetih, kjer je praktično znanje ključnega pomena, kot so naravoslovni predmeti in tehnologija. Poleg tega lahko učitelji uporabljajo UI za ustvarjanje interaktivnih vaj, ki vključujejo elemente igre, kar poveča motivacijo učencev za učenje. Takšne vaje omogočajo bolj dinamično in angažirano učno izkušnjo. To lahko vodi do boljše učne izkušnje in boljših rezultatov učencev.



## 9. KREIRANJE SLIK IN VIZUALNIH GRADIV

UI omogoča učiteljem tudi kreiranje vizualnih gradiv, ki so pomemben del sodobnega poučevanja. Umetna inteligenca, kot so orodja za ustvarjanje slik (npr. DALL-E), lahko učiteljem pomaga ustvariti unikatne ilustracije in vizualne pripomočke za učne ure. S tem se poveča vizualna privlačnost učnih materialov, kar lahko izboljša pozornost in razumevanje učencev. Poleg tega orodja za urejanje slik, ki jih poganja UI, omogočajo hitro in enostavno prilagajanje in izboljšanje vizualnih gradiv, ki jih učitelji uporabljajo v svojih predavanjih. Učitelji lahko tako ustvarijo bolj profesionalne in privlačne vizualne materiale brez potrebe po obsežnem znanju grafičnega oblikovanja.

## 10. IZBOLJŠANJE KOGNITIVNIH SPOSOBNOSTI

UI ponuja tudi različne možnosti za razvoj kognitivnih sposobnosti učiteljev. ChatGPT lahko priporoča izobraževalne vire, kot so knjige, članki in tečaji, ki ustrezajo interesom in potrebam učiteljev. To omogoča učiteljem, da se nenehno izobražujejo in nadgrajujejo svoje znanje. Poleg tega lahko UI orodja nudijo praktične vaje in kvize, ki pomagajo pri utrjevanju novih znanj. Učitelji lahko tako hitro in enostavno preverjajo svoje razumevanje novih konceptov in teorij. S tem se poveča učinkovitost in ciljnost profesionalnega razvoja učiteljev. Uporaba UI pri učenju omogoča tudi prilagoditev tempa in vsebine izobraževanja posamezniku.

## 11. INTERAKTIVNOST IN ANGAŽIRANOST

UI omogoča ustvarjanje interaktivnih učnih vsebin, ki so bolj zanimive in angažirajoče kot tradicionalni učbeniki. Z uporabo UI lahko učitelji ustvarijo simulacije in interaktivne vaje, ki učencem omogočajo praktično uporabo znanja v virtualnem okolju.

## 12. PODPORA PRI REŠEVANJU PROBLEMOV

UI lahko učiteljem in učencem nudi pomoč pri reševanju problemov in odgovorih na vprašanja v realnem času. Besedilne UI lahko hitro odgovori na vprašanja, ki se pojavijo med učenjem, in ponudi dodatna pojasnila ali rešitve. To pomeni, da učenci ne rabijo čakati na pomoč učitelja ali sošolcev in lahko nemoteno nadaljujejo z delom. Poleg tega lahko UI analizira napake in ponudi nasvete za izboljšanje, kar pripomore k boljšemu razumevanju in učenju iz napak.

## 13. NEVARNOSTI UPORABE UMETNE INTELIGNECE

Čeprav ima umetna inteligenca (UI) potencial za izboljšanje izobraževanja na več načinov, je pomembno biti seznanjen tudi z nekaterimi možnimi nevarnostmi njene uporabe. Kot učitelj se moramo zavedati naslednjih izzivov:

- **Pristranskost:** UI sistemi so lahko pristranski, kar pomeni, da lahko ustvarijo netočne ali zavajajoče informacije, ki odražajo pristranskost svojih ustvarjalcev ali podatkov, na

katerih so bili usposobljeni. To lahko privede do nepravičnih ali diskriminatornih rezultatov za učence, na primer pri ocenjevanju ali dostopu do virov.

- **Pomanjkanje transparentnosti:** Delovanje UI sistemov je lahko zapleteno in nerazumljivo, kar otežuje razumevanje, kako sprejemajo odločitve.
- **Prekomerno zanašanje na UI:** Če se učitelji preveč zanesejo na UI za naloge, kot so ocenjevanje, ustvarjanje gradiva ali individualizirano učenje, lahko to zmanjša njihovo avtonomijo in strokovnost. Poleg tega lahko pretirana uporaba UI omeji priložnosti za interakcijo med učiteljem in učencem ter za ustvarjanje odnosov.
- **Varnost in zasebnost podatkov:** UI sistemi uporabljajo za svoje delovanje velike količine podatkov o uporabnikih, kar postavlja vprašanja o varnosti in zasebnosti teh podatkov. Pomembno je zagotoviti, da UI uporabljamo sveže ustvarjene elektronske pošte, katero namenimo samo za to.
- **Etična vprašanja:** Uporaba UI v izobraževanju postavlja številna etična vprašanja, o katerih je treba razmisliti, na primer vlogo človeške presoje pri sprejemanju odločitev, ki vplivajo na učence, potencial za manipulacijo z učenci z UI sistemi in dolgoročne vplive uporabe UI na družbo.

## 14. SKLEP

Uporaba UI ponuja številne rešitve in prednosti za učitelje, vključno s pohitritvijo in poenostavitvijo vsakodnevnih nalog, ustvarjanjem inovativnih učnih materialov ter izboljšanjem profesionalnega razvoja. Učitelji lahko z uporabo UI prihranijo čas, izboljšajo kakovost poučevanja in se nenehno razvijajo v svojem poklicu. Pomembno je, da se učitelji seznanijo z možnostmi, ki jih ponuja UI, in jih vključijo v svojo prakso za doseganje najboljših rezultatov. Uporaba UI v izobraževanju je izbira, včasih pa tudi nujnost za sodobno in učinkovito poučevanje. Z vključevanjem tehnologije v svoj vsakdanjik lahko učitelji ustvarjajo bolj dinamične in prilagojene učne izkušnje za svoje učence. S tem prispevajo k boljšemu razumevanju in dosežkom učencev ter hkrati k svojemu strokovnemu razvoju. Kot odgovorni učitelji je pomembno, da se zavedamo tudi nevarnosti uporabe UI. To vključuje kritično oceno UI sistemov, zagotavljanje transparentnosti v učilnici o tem, kako se UI uporablja, in spodbujanje odprtih pogovorov z učenci. Priporočeno je tudi, da se nenehno izobražujemo o najnovejših razvojih na področju UI in se vključujemo v strokovne razprave o tem, kako odgovorno uporabljati UI v izobraževanju. S pridobljenimi informacijami in izkušenj prispevamo k stroki na način, da krepimo zavedanje o tem, kako lahko spoznavanje UI omogoča številne rešitve in prednosti za učitelje na področju profesionalnega razvoja, vključno s pohitritvijo in poenostavitvijo vsakodnevnih administrativnih in drugih nalog.

## LITERATURA IN VIRI

- [1] Nadaljnje izobraževanje in usposabljanje delavcev v vzgoji in izobraževanju Tatjana Devjak in Alenka Polak
- [2] How AI is Transforming DevOps in 2024, Dostopno na: <https://softjournal.com/insights/how-ai-is-transforming-devops> (20. 5. 2024.)

## **'THE WAY OF JEANS' – E-UČBENIK ZA KONSTRUIRANJE IN MODELIRANJE OBLAČIL IZ JEANSA**

### **POVZETEK**

V sklopu Erasmus+ strateškega partnerstva med Srbijo, Turčijo in Slovenijo, ki jo je zastopala Srednja šola za oblikovanje Maribor, je za področje konstruiranja in modeliranja krojev za oblačila iz jeansa v sklopu projekta 'THE WAY OF JEANS' nastal e-učbenik z naslovom 'TEHNIKE KONSTRUIRANJA, MODELIRANJA IN KOMPLETIRANJA OTROŠKIH, ŽENSKIH IN MOŠKIH OBLAČIL IZ JEANSA'. Omenjeni e-učbenik je edinstven primer tovrstnega učbenika na Slovenskem, v Srbiji in Turčiji. E-učbenik je namenjen dijakom v srednjih strokovnih in poklicnih šolah in študentom na fakultetah na področju tekstila ter oblikovanja tekstilij in oblačil, kakor tudi vsem drugim organizacijam in podjetjem, ki se ukvarjajo z izdelavo oblačil iz jeansa in oblačil nasploh. Cilj e-učbenika je doprinos k izboljšanju veščin in znanja dijakov na področju konstruiranja in modeliranja oblačil iz jeansa, ki pomenijo specifikum na področju izdelave oblačil. Dijaki pri konstruiranju in modeliranju klasičnih ženskih, moških in otroških oblačil uporabljajo omenjeno gradivo, specifično za oblačila iz jeansa. Konstruiranje in modeliranje slednjih je polno specifik, ki so drugačne kot pri klasičnih konstrukcijah. Učbenik je zelo dober pripomoček pri pouku konstrukcije in modeliranja oblačil ter pri praktičnem pouku modnega oblikovanja, hkrati pa tudi dobrodošla pomoč pri samostojnem delu dijakov doma tako pri pripravi krojev kot tudi pri samostojnem učenju in pripravi na pouk.

**KLJUČNE BESEDE:** e-učbenik, konstrukcija in modeliranje oblačil, oblačila iz jeansa, Erasmus+ strateška partnerstva.

## **'THE WAY OF JEANS' - E-TEXTBOOK FOR CONSTRUCTION AND MODELLING DENIM CLOTHING**

### **ABSTRACT**

Within the Erasmus+ strategic partnership among Serbia, Turkey and Slovenia, represented by the Maribor Secondary School of Design, an e-textbook entitled 'TECHNIQUES OF CONSTRUCTION, MODELLING AND COMPLETING OF CHILDREN'S, WOMEN'S AND MEN'S CLOTHES IN DENIM' was developed for the field of construction and modelling denim clothing as part of the project 'THE WAY OF JEANS'. This e-textbook is a unique example of this type of textbook in Slovenia, Serbia and Turkey. The e-textbook is aimed for students in vocational and technical secondary schools and students at faculties in the field of textiles as well as textile and clothing design, but also for all other organisations and companies involved in the production of denim clothing and clothing in general. The aim of the e-textbook is to contribute to improve students' skills and knowledge in the construction and modelling of denim clothing, which are specific to the field of clothing manufacture. The students use the already mentioned denim-specific material in the construction and modelling of classic women, men and children's clothing. The construction and modelling of the latter is full of specifics that differ from classical constructions. The textbook is a very useful tool for teaching clothing construction and modelling and for practical fashion design classes. It is also a welcome aid for students' independent work at home, both for preparing patterns as well as for self-study and preparation for classes.

**KEYWORDS:** e-textbook, clothing construction and modeling, denim clothing, Erasmus+ strategic partnerships.

## 1. UVOD

Na področju strokovnega izobraževanja je za tekstilno področje in področje modnega oblikovanja izredno malo strokovne literature za pripravo konstrukcije in modeliranje krojev, primernih za dijake ter za uporabo pri procesu poučevanja in učenja. Še večja težava pa se kaže na področju specifičnih skupin oblačil (športna oblačila, tehnična oblačila, zaščitna oblačila ...), kjer se mora zaradi specifik uporabljenih materialov in namembnosti pri konstrukciji oblačil upoštevati še dodatne zakonitosti.

V obdobju od 1. 10. 2018–1. 10. 2019 je Srednja šola za oblikovanje Maribor (v nadaljevanju SŠOM) sodelovala v Erasmus+ strateškem partnerstvu z naslovom The way of Jeans. V projekt so bili vključeni partnerji iz Srbije (Novi Pazar), Turčije (Izmir) in Slovenije (SŠOM). Namen projekta je bil razvoj e-učbenika za oblačila iz jeansa. Iz SŠOM so bili v projekt vključeni štirje učitelji, ki so s svojim strokovnim znanjem pripomogli k nastanku novega mednarodnega e-učbenika za krojenje in modeliranje oblačil iz jeansa.

E-učbenik z naslovom TEHNIKE KONSTRUIRANJA, MODELIRANJA IN KOMPLETIRANJA OTROŠKIH, ŽENSKIH IN MOŠKIH OBLAČIL IZ JEANSA je zasnovan specifično za oblačila iz jeansa. Oblačila iz jeansa so na prvi pogled enaka klasičnim oblačilom, a se pri konstrukciji krojev in modeliranju le-teh zahtevajo določene specifikacije in značilnosti. Slednje lahko zagotovimo in dobimo s primernim, a nekoliko drugačnim pristopom načrtovanja oblačila in izdelave konstrukcije kroja.

E-učbenik je predvsem namenjen dijakom srednjih strokovnih in poklicnih šol. Primeren pa je tudi za študente na fakultetah s področja tekstila ter oblikovanja tekstilij in oblačil, kakor tudi širši javnosti, ki se ukvarja z izdelavo oblačil iz jeansa.

## 2. ZGODOVINA OBLAČIL IZ JEANSA

Najbolj prepoznavno oblačilo iz jeansa so kavbojke. Njihov razvoj sega v leto 1873. Kavbojke oz. jeans hlače so bile prvotno izdelane iz denim tkanine. Je ena najstarejših vrst tkanin. Denim je čvrsta, odporna in težka bombažna tkanina, barvana z indigom – naravno modro barvilo in tkana v večveznem kepru. Denim naj bi izviral iz francoskega mesta Nimes, kjer naj bi začeli s tkanjem te tkanine, imenovane Serge de Nimes. [1]

Omenjeno tkanino so zaradi svoje izjemne trpežnosti sprva uporabljali za pokrivanje občutljivih tovorov, ki so bili namenjeni za plovbo čez lužo. Kmalu so mornarji iz Genove ugotovili, da je tkanina zelo primerna tudi za trpežne jeans hlače. Le-te so prali kar v slani vodi in sušili na soncu, kar je povzročilo, da so postale skoraj bele. [2]

Jeans hlače oz. kavbojke, kot jih poznamo danes, je prvi izumil in patentiral Levi Strauss. V resnici pa naj bi prve jeans hlače izdelal Jacob Davis, krojač iz Nevade, ki je bil redna Straussova stranka in je pri njem kupoval denim platno. Le-ta naj bi za lokalnega delavca sešil hlače, ki bi zdržale težke pogoje dela in jih na predelih, kjer so se najpogosteje trgale, utrdil z metalnimi zakovicami. Hlače so kmalu postale hit, zato so izdelavo posnemali tudi drugi krojači. Zaradi tega se je Davis odločil, da izdelavo hlač zaščiti s patentom. Ker pa finančno sam ni zmožgal, je predlog predstavil Straussu in ga prosil za pomoč. Levi Strauss je v tem videl velik potencial in tako leta 1873 skupaj z Davisom patentiral izdelavo jeans hlač. [3]

Iznajdba je kmalu postala zelo popularna, kar je povzročilo razmah proizvodnje. Kavbojke so vse do danes ohranile svojo priljubljenost in so prisotne v domala vseh sferah. Priljubljene so tako med delavci, raperji, modnimi oblikovalci, hollywoodskimi igralci, mladimi, starimi. Kos oblačila, ki je včasih veljal za delavsko oblačilo, je danes v svetu mode nepogrešljiv in prisoten tudi v visoki modi.

### **3. KONSTRUKCIJA KROJEV**

Za izdelavo oblačila je potreben kroj, ki služi za izdelavo – šivanje oblačila. Kroj oblačila sestavljajo vsi krojni deli, ki sestavljajo oblačilo in so potrebni za izdelavo oblačila. Konstrukcija kroja se začne s konstruiranje temeljnega oz. osnovnega kroja, ki se izdelava po konstrukcijskem sistemu. Zaradi simetričnosti človeškega telesa se konstruira polovica prednjega in polovica zadnjega krojnega dela.

Konstrukcijska skica modela oz. tehnična skica modela je izhodišče za izris konstrukcije kroja in nadalje modeliranje le-tega. Tehnična skica mora natančno prikazovati model iz sprednje in zadnje strani. Prednji in zadnji del morata biti narisana v enakih dimenzijah in simetrično razen, če model narekuje asimetrijo. [4]

Pri risanju konstrukcije je pomembno, da se riše v merilu in pravilnih razmerjih človeškega telesa. Na tehnični skici morajo biti označene linije modelov, linije in pozicije všitkov, morebitna gubanja in nabiranja. Prav tako morajo biti nazorno označeni vsi detajli oblačila (npr. okrasno pošivanje, oblika ovratnika, žep, gumbi, gumbnice ...).

Osnova za risanje konstrukcije kroja so telesne mere, ki so lahko izmerjene na telesu, izračunane po predpisanih formulah ali odčitane iz tabel mer. Za konstrukcijo krojnega dela so potrebne natančne mere, saj predstavljajo osnovo za dobro izdelavo konstrukcije kroja oblačila. Za izdelavo oblačil na obrtniški način se telesne mere izmerijo neposredno na telesu modela, istočasno pa se lahko izračunajo tudi po formulah. V vsakem primeru je pri tem potrebno biti pozoren na simetrijo in obliko telesa modela. Pri proizvodnem načinu izdelave oblačila pa so konstrukcijske mere odčitane iz tabel mer in se izračunajo po formulah.

Mere za risanje konstrukcije kroja se delijo na glavne mere – izmerjene izključno na telesu modela, pomožne mere – lahko se izračunajo ali izmerijo in pomožne mere – se izključno izračunajo.

Temeljni kroj oblačila se konstruira na podlagi izbranega konstrukcijskega sistema, ki definira izračun proporcionalnih in konstrukcijskih mer, navodila za konstrukcijo konstrukcijskih linij (linija ramena, prsi, bokov, kolen, dolžine modela) in postopek konstruiranja ter oblikovanja temeljnega kroja. Konstrukcijski sistem določa navodila po korakih za konstrukcijo konstrukcijskih linij, ki tvorijo konstrukcijsko mrežo za konstruiranje temeljnega kroja oblačila v obliki polovice prednjega in polovice zadnjega krojnega dela.

### **4. MODELIRANJE OZ. PREOBLIKOVANJE KROJEV**

Kroj se modelira oz. preoblikuje na podlagi temeljne oz. osnovne konstrukcije kroja in tehnične skice. Pri modeliranju osnovni kroj preoblikujemo v željeno obliko modela. Pri tem na krojnih delih premeščamo ali preoblikujemo všitke, premestimo ali dodamo linije šivanja, dodajamo razne elemente (npr. ovratnik, žep, letev, naborek, zapestnik ...). Z modeliranjem tako

dosežemo, da na temeljnem kroju naredimo vse potrebne spremembe, da pripravimo kroj modela oblačila, ki ga želimo izdelati.

Pri modeliranju ne obstajajo natančna navodila in zakonitosti, ki bi se jih morali držati kot pri izdelavi konstrukcije kroja. Pri modeliranju krojev je potrebna zelo dobra prostorska predstava. Modeliranje prav tako olajša izdelavo novega modela in skrajša čas izdelave, saj za vsak nov model ni potrebno izdelati osnovne konstrukcije kroja, ampak se s pomočjo že obstoječe konstrukcije kroja približno istega modela naredijo popravki kroja.

## **5. NAČRTOVANJE E-UČBENIKA**

Potek in izdelava e-učbenika je bila smiselno razdeljena na tri dele med vse tri partnerje projekta. E-učbenik zajema tri področja oblačil: ženska, moška in otroška, pri čemer je skupina učiteljev iz SŠOM prevzela izdelavo konstrukcije in modeliranje krojev za ženska oblačila. Znotraj delovne skupine SŠOM so bile naloge natančno določene po področjih in zadolžitvah, in sicer: priprava in izbor ustreznih modelov ter modnih skic za štiri oblačila iz jeansa – dve učiteljici; koordinatorsko, urejanje projektne dokumentacije – ena učiteljica; priprava konstrukcij krojev in modeliranje ter izdelava tehničnih skic – ena učiteljica.

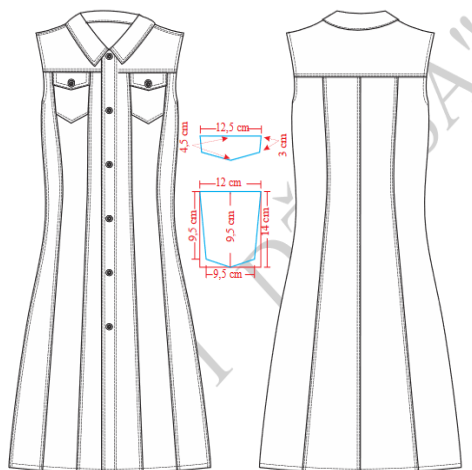
Za potrebe učbenika so bili izbrani štirje konstrukcijsko in oblačilno različni modeli – hlače, obleka, bluza in jakna. Ker je bil projekt mednarodni, je bilo treba vso potrebno dokumentacijo ter vsebino prevesti v angleški jezik.

Spremljanje poteka dela in napredka izdelanega ter izmenjava podatkov in vsebin je vse čas trajanja projekta potekalo po elektronski pošti. Prav tako so bila organizirana tri strateška srečanja vseh partnerjev v živo v vseh treh državah oz. krajih, v trajanju štirih do petih dni. Vsebina srečanj je bila namenjena izmenjavi strokovnih mnenj, dopolnitvi že narejenega, ogledu in pregledu načina dela pri ostalih partnerjih, vpeljavi morebitnih dopolnitev, sprememb, novosti.

## **6. E-UČBENIK: TEHNIKE KONSTRUIRANJA, MODELIRANJA IN KOMPLETIRANJA OTROŠKIH, ŽENSKIH IN MOŠKIH OBLAČIL IZ JEANSA**

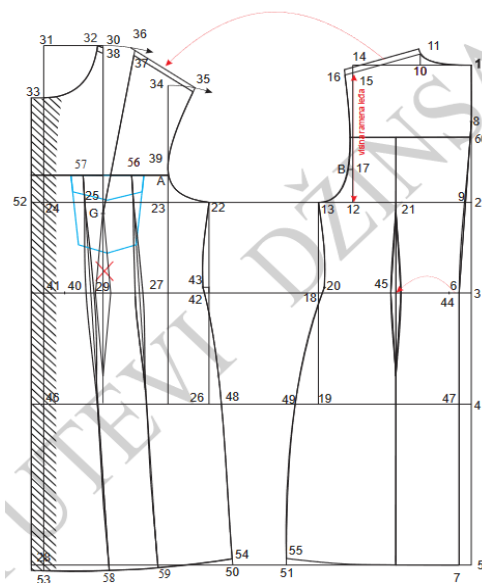
Učbenik je razdeljen na štiri poglavja. Prvo vsebuje osnovna znanja o oblačilih iz jeansa, njihovi dodelavi ter tabele mer za označevanje velikostnih številčk oblačil. Ostala tri poglavja pa se nanašajo na izdelavo konstrukcije krojev, modeliranje konstrukcije krojev in kompletiranje otroških, ženskih in moških oblačil iz jeansa. Učbenik temelji na principih in ciljnih priprave konstrukcije krojev osnovnih oblačil in je ciljno usmerjen v pridobivanje poglobljenega specifičnega znanja na področju priprave konstrukcij krojev za oblačila iz jeansa.

Vsak model je skrbno načrtovan in domišljen. Vsako oblačilo je podrobno opisano in predstavljeno. Vsebuje tehnično skico (slika 1) z označenimi posebnostmi in dodatki (npr. žepi, poklopci ...).



**SLIKA 1:** Tehnična skica ženske obleke.

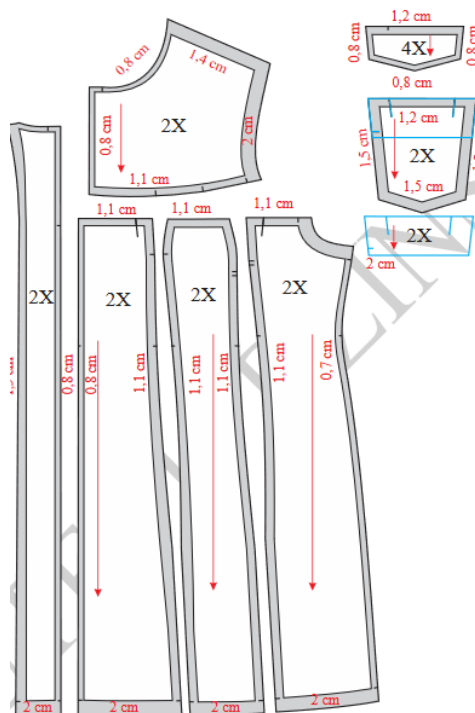
Nadaljuje se z opisom glavnih in pomožnih mer ter izračunom slednjih. Pred prikazom izdelane osnovne konstrukcije kroja je natančno opisan postopek izdelave oz. risanja konstrukcije po korakih, označenimi številčno in opisno. V nadaljevanju sledi prikaz izrisane konstrukcije osnovnega kroja (slika 2), ki je ustrezno označen in skladen s predhodnim opisom. Prav tako so na konstrukciji prikazani detajli in posebnosti, ki se morajo v nadaljevanju upoštevati pri modeliranju krojev.



**SLIKA 2:** Osnovna konstrukcija kroja ženske obleke.

Sledi modeliranje ter prikaz posameznih modeliranih krojnih delov z dodanimi dodatki za šive (slika 3).





SLIKA 3: Modeliranje krojnih delov prednjega dela ženske obleke in dodajanje dodatkov za šiv.

## 7. ZAKLJUČEK

Projekt The way of Jeans se je uspešno zaključil in dosegel zastavljen cilj. Nastal je e-učbenik z naslovom TEHNIKE KONSTRUIRANJA, MODELIRANJA IN KOMPLETIRANJA OTROŠKIH, ŽENSKIH IN MOŠKIH OBLAČIL IZ JEANSA za krojenje in modeliranje oblačil iz jeansa. E-učbenik je napisan v angleškem in srbskem jeziku. Napisan je na razumljiv, enostaven in slikovit način, kar je še posebej pomembno pri uporabi e-učbenika kot učnega pripomočka za dijake, katerim je predvsem tudi namenjen.

Napisan e-učbenik je primer dobre prakse sodelovanja projektnih partnerjev iz različnih držav in jezikovnih področij. Partnerji projekta so bili izbrani na podlagi dosedanjega dela ter izkušenj na področju konstrukcije in modeliranja krojev oblačil ter vzajemnega sodelovanja na različnih področjih. Prav tako so imeli vsi izbrani partnerji že izkušnje v različnih projektih na področju izdelave oblačil in tekstila. Vsi vključeni partnerji so pri svojem delu izkazali visoko stopnjo profesionalizma in strokovne podkovanosti, ne samo na področju oblačil iz jeansa, temveč na širokem področju drugih tekstilnih izdelkov in oblačil ter modnih dodatkov.

Dodano vrednost nastalemu e-učbeniku doda še uporabna vrednost oblačil. Vsa oblačila so bila namreč tudi sešita in predstavljena na modni reviji ob zaključku projekta v Novem Pazarju v Srbiji. Takšen korak pomeni tudi dejansko praktično in uporabno vrednost izdelane konstrukcije. Pri postopku izdelave oblačila se je namreč neposredno preverila tudi ustreznost izdelane konstrukcije vsakega posameznega oblačila. To pa pomeni, da so se lahko v e-učbeniku izdelali še zadnji popravki in podrobnosti pri konstrukcijah in modeliranju krojev.

Nastali e-učbenik je odličen pokazatelj, da na področju konstrukcije in modeliranja oblačil manjka ustrezna literatura tako za specifična področja oblačil (npr. šport) kot tudi za klasična oblačila, primerna za dijake in uporabo v učnem procesu, kar je tudi odlična priložnost za razmislek o nastanku novih učbenikov na tem področju.

## LITERATURA IN VIRI

- [1] [Dimec Dular, N. 2021. Zgodovina kavbojk. Pridobljeno iz
- [2] <https://h5p.splet.arnes.si/2021/03/04/zgodovina-kavbojk/> [14. maj 2024].
- [3] Pisani L. Levi Strauss, 150 letnica rojstva izumitelja kavbojk, največjega izuma v zgodovini mode Eko vidik,
- [4] nasveti, zanimivosti. Pridobljeno iz <https://www.leapisani.si/jeans/> [17. maj 2024].
- [5] Jazbec, U. 2016. Spomini na prvi jeans. Diplomsko delo. Univerza v Ljubljani. Pridobljeno iz
- [6] <http://dk.fdv.uni-lj.si/dela/jazbec-urska.PDF> [18. maj 2024].
- [7] Kožuh, A. 2016. Konstrukcija krojev in virtualne simulacije Oblečil iz konoplje. Diplomsko delo. Univerza
- [8] v Mariboru. Pridobljeno iz <https://dk.um.si/Dokument.php?id=103901&lang=slv> [18. maj 2024].

## **Z GIBANJEM IN IGRO DO ZNANJA SLOVENŠČINE**

### **POVZETEK**

Osnovnošolski učitelji opažamo, da sta se apatičnost pri pouku in nemotiviranost za delo v zadnjih letih povečala, kar je učitelje usmerilo v iskanje novih pristopov pri poučevanju slovenščine. Na začetku šolskega leta je bil izveden vprašalnik o pouku, s katerim smo prišli do zanimivih ugotovitev, npr.: ali učenci radi hodijo v šolo, kako poteka njihov pouk, kaj si za lažje razumevanje snovi želijo vključiti v pouk, kako si predstavljajo zabaven pouk. V sam proces pridobivanja znanja smo zato vključili doma pripravljene didaktične igre na književne in jezikovne teme ter gibanje kot glavni element vsake šolske ure, vezane na pridobivanje znanja slovenščine, npr. igra dan noč za ponovitev snovi. Z rednimi evalvacijskimi vprašalniki smo pri učencih spremljali učinkovitost novih pristopov, ki so povečali individualno ali skupinsko reševanje napak in raziskovanje lastnih sposobnosti in omejitev, kar jih je vodilo k obvladovanju različnih nalog. Po vpeljavi drugačnih pristopov so učenci pri urah slovenščine zbrano razmišljali, iskali rešitve ter bili vsi vključeni v delo. Opazili smo, da sta vključevanje gibanja in didaktičnih iger v pouk slovenščine pripomogla k zabavi, ki so jo učenci v vprašalniku izpostavili kot ključen element pouka, ter motiviranosti za delo pri urah slovenščine. Rezultati pri ocenjevanju znanja so pokazali višjo stopnjo funkcionalnega znanja.

**KLJUČNE BESEDE:** didaktične igre, gibanje, zabava, znanje.

## **LEARNING SLOVENE THROUGH GAMES AND MOVEMENT**

### **ABSTRACT**

Elementary school teachers have noticed that the number of apathetic and unmotivated students has been on the rise in recent years, which has steered teachers towards new approaches to teaching Slovene. At the beginning of the school year, a questionnaire on class activities was handed out, which led to some interesting findings through questions such as: do students like going to school, what their lessons look like, what would they like included in the lessons to facilitate understanding, how they picture fun learning. The learning process itself thus included home-made didactic games tailored to topics such as literature and language. Movement was included as a main element of every lesson in which students acquired knowledge of Slovene, for instance, a game of Nighttime-Daytime for revising subject matter. The new approaches increased individual and group error correction and enabled students to discover their own abilities and limitations, which led them to mastering various assignments. The efficiency of these new approaches was checked with regular evaluation questionnaires. After these new approaches were introduced, students were more focused in their thinking, looking for solutions to problems and everyone was included in the classwork. We noticed that including movement and didactic games into Slovene lessons made lessons more fun, which the students pointed out as a key element of the lessons, along with being more motivated for work during Slovene lessons. Formal assessment showed a higher level of functional knowledge.

**KEYWORDS:** didactic games, movement, fun, knowledge.

## 1. UVOD

V strokovnem prispevku želimo predstaviti nove pristope, s katerimi smo poskušali učence motivirati za učenje, saj smo v zadnjih petih letih na podlagi lastnih izkušenj ugotovili naslednje:

- število nezainteresiranih učencev se večja;
- učenci imajo nižjo motivacijo za učenje;
- pri učencih se pojavljata slaba koncentracija in osredotočenost;
- raven funkcionalnega znanja pada;
- učenci se hitro zadovoljijo z rezultatom;
- vsak napor je za učence stres, s katerim se težko soočijo in se z njim spopadajo.

»V pedagoški teoriji je v zadnjih letih opazen premik od pojmovanja poučevanja kot prenašanje znanja k pojmovanju učenja kot ustvarjanja situacij za odkrivanje in izgrajevanje znanja.« (Rutar Ilc 2005, str. 163) Rutar Ilčeva (2005) dodaja, da učenje tako ni več usmerjeno na zapomnjevanje in rezultate, ampak na proces izgrajevanja in osmišljanja znanja. (str. 163) Učitelji smo v nenehnem iskanju učnih strategij, s katerimi bi učne vsebine lahko popestrili, jih nadgradili in osmislili oziroma jih učencu približali tako, da pri samem sprejemanju ne bi imeli občutka učenja ali prisile. S pomočjo novih pristopov želimo vzpostaviti varno učno okolje, ki bo temeljilo na sodelovanju, vključenosti učencev, pozitivni naravnosti in spodbudnem odnosu učitelja. Pozornost na učne cilje, kot so opazovanje, analiziranje, razvrščanje, sklepanje, utemeljevanje, vrednotenje, raziskovanje zahteva, da učenci opazujejo, analizirajo, razvrščajo, sklepajo, utemeljujejo, vrednotijo, kar pomeni, da tega ne more narediti nihče namesto njih ali za njih, ampak le sami, s svojo udeležbo v teh aktivnostih. Učitelji pa jih podpiramo, usmerjamo, pomagamo in jim pripravimo aktivnosti. (Rutar Ilc 2005, str. 163) Sedenje, v povprečju 5 ur dnevno, na učence deluje zavirujoče, prav tako omogoča, da se učenci izgubijo v lastnih mislih oz. se miselno izklopijo. S tem vedenjem smo na začetku šolskega leta izvedli vprašalnik o pouku, s katerim smo želeli pridobiti odgovore, ki bi nam pomagali spremeniti način poučevanja z vpeljavo novih pristopov, ki bi jih učenci sprejeli in imeli od njih koristi. Pred izvedbo vprašalnika in vpeljavo novih metod smo si pomagali z modelom GROW, ki je preprosta metoda za postavljanje ciljev in reševanje problemov.



SLIKA 1: Model GROW

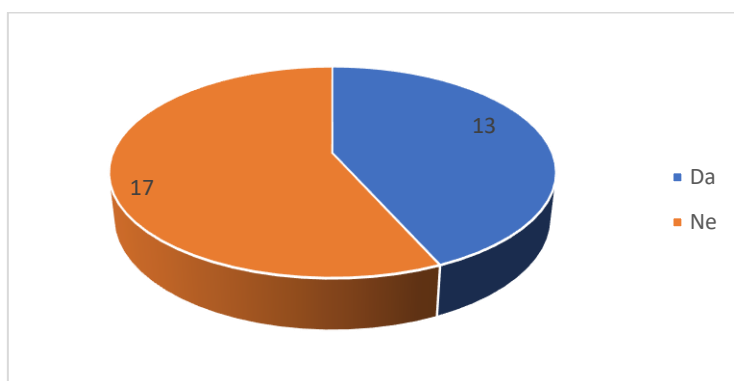
Prepričanje, da učenje skozi igro in gibanje potrebujejo le mlajši učenci in ne mladostniki, so anketiranci ovrgli, zato smo v pouk vnesli gibanje in doma narejene didaktične igre, s pomočjo katerih so usvajali znanje slovenščine.

Cilji uvajanja novih pristopov temeljijo na:

- usvajanju standardov znanja skozi igro in gibanje,
- motivaciji za učenje,
- prepoznavanju močnih področij,
- prepoznavanju smisla učenja,
- povečanju koncentracije in osredotočenosti,
- krepitvi sodelovalnega učenja,
- vzajemnem sodelovanju (učitelj : učenec).

## 2. ANALIZA VPRAŠALNIKA

Z vprašalnikom smo želeli izvedeti, ali učenci radi hodijo v šolo, kako doživljajo pouk in kaj bi pri pouku spremenili, da bi lažje usvajali standarde znanja, bili bolj motivirani, sodelovalni, pozitivno naravnani in vključeni v izvedbo pouka. Vprašalnik smo razdelili tridesetim učencem heterogene skupine slovenščine v 8. in 9. razredu. Štirje učenci vprašalnika niso rešili zaradi odsotnosti od pouka. Vprašalnik je rešilo 13 deklet in 17 fantov. Pri prvem vprašanju smo želeli izvedeti, kolikšno je število vprašanih osmo- in devetošolcev, ki radi hodijo v šolo.



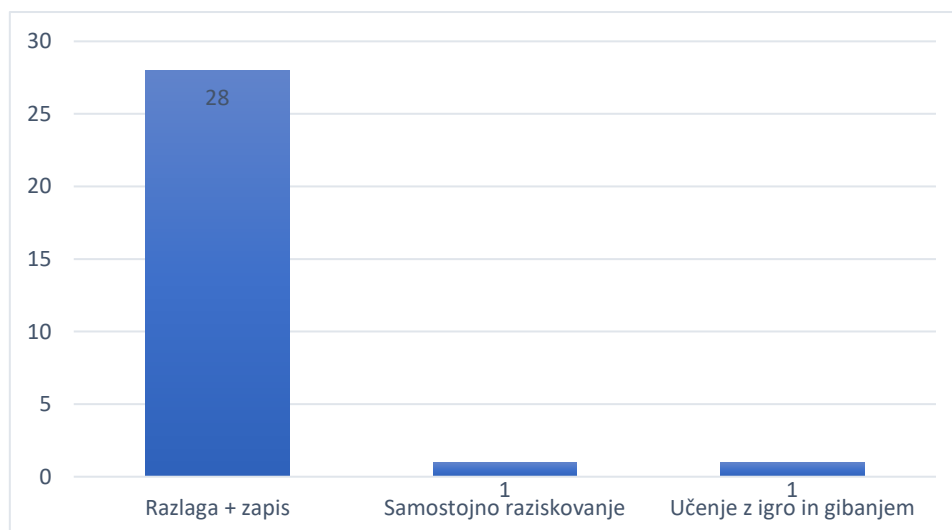
**GRAF 1:** Število učencev, ki radi hodijo v šolo

V tabeli so navedeni razlogi, zakaj učenci radi oz. zakaj ne hodijo radi v šolo.

**TABELA 1:** Zakaj rad oz. nerad hodim v šolo?

Rad hodim v šolo	Ne hodim rad v šolo
Zaradi prijateljev in druženja	Ure in pouk so dolgočasni
Kadar se ne ocenjuje	Slabi odnosi med učenci in učitelji
Učitelji so v redu	»Ne da se mi učiti«
Šola je v redu	Učitelji so zahtevni
	V šoli je stresno
	Veliko se moram učiti
	Preveč je ocenjevanj
	Šola je »brez veze«

Zanimalo nas je, koliko učencev si je že zastavilo cilje v zvezi s šolanjem. Rezultati so bili presenetljivi, saj sta si cilje zastavili kar 2/3 vprašanih. Le deset učencev si ciljev še ni zastavilo ne na začetku šolskega leta ne za nadaljnje izobraževanje. Najpomembnejše vprašanje v vprašalniku se je glasilo: Kako v večini časa poteka pouk. Z njim smo želeli pridobiti informacijo, katere pristope pri pouku v večini uporabljajo učitelji. Učenci so izbirali med štirimi odgovori: učiteljeva razlaga in zapis v zvezek, samostojno raziskovanje, učenje z igro in gibanjem, drugo. Možnosti drugo nihče ni izbral.



GRAF 2: Kako poteka pouk?

Vprašalnik je pokazal, da je desetim učencem tovrsten način pri pouku všeč oz. jim ustreza, en učenec se ni opredelil, 19 učencem pristop razlage in zapisovanja ni všeč. V tabeli navajamo razloge, zakaj jim je všeč oz. zakaj ne.

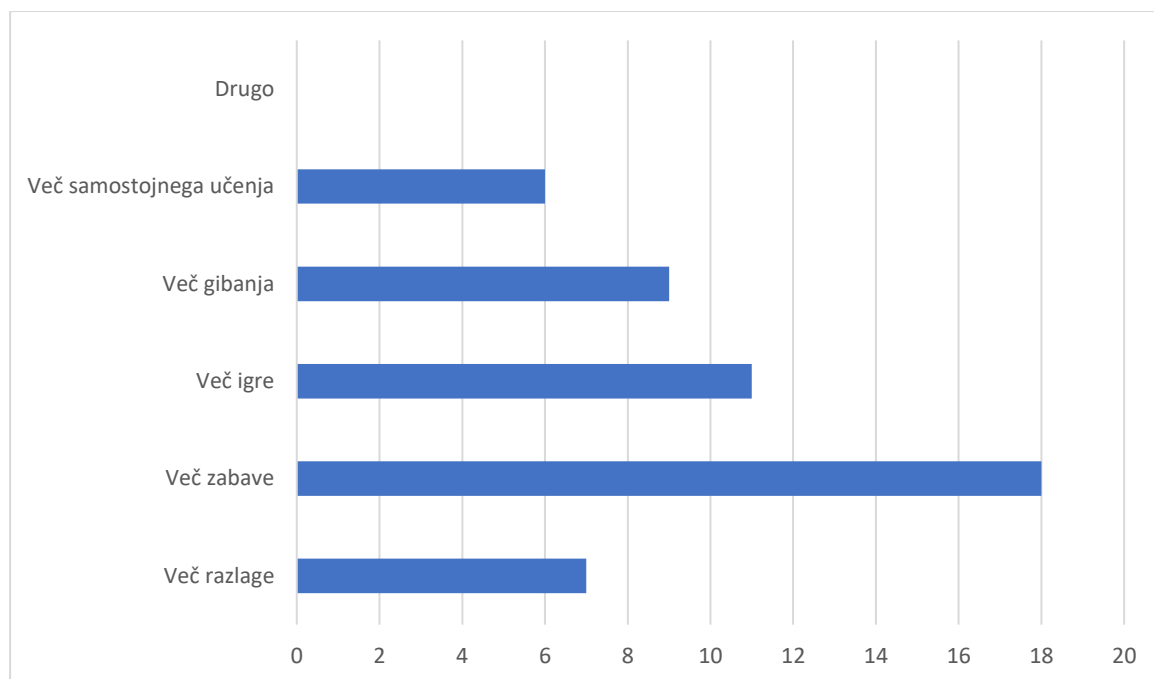
TABELA 2: Učenci so utemeljili, zakaj so obkrožili DA oz. NE pri vprašanju Ali ti je všeč način pouka, ki ga izvajajo učitelji.

Všeč mi je	Ni mi všeč
V redu je	Prepisovanje s Power Pointa
Všeč mi je zanimiva razlaga	Učitelji so premalo strogi in ni miru pri pouku
Vemo, kaj moramo znati	Ne moremo pisati in poslušati hkrati
	Motenje pouka
	Pouk je monoton
	Pouk je dolgočasen
	Pouk je nezanimiv
	Pri pouku ni zabavno
	Pouk ni produktiven
	Pouk ni sproščen

Zanimalo nas je, kaj si učenci pri pouku želijo, zato smo v vprašalniku zastavili vprašanje Kaj bi želeli, da učitelj vnese v pouk. 30 učencev je lahko izbiralo med naslednjimi odgovori:

- več razlage,
- več zabave,

- več igre,
- več gibanja,
- več samostojnega učenja,
- drugo.



**GRAF 3:** Kaj učenci želijo pri pouku?

V vprašalniku so bili učenci vprašani, kaj si razlagajo pod besedno zvezo zabavni pouk oz. kako si ga predstavljajo.

Učenci so navedli naslednje odgovore:

- več uporabe IKT,
- učenje preko igre,
- skupinsko delo,
- več pogovora med urami,
- več gibanja in ne sedenja,
- pouk zunaj.

V zadnjem vprašanju *Ali bi se pri pouku radi učili preko igre in z gibanjem*, je 27 učencev odgovorilo z DA in le trem učencem je razlaga dovolj in jim ustreza, če samo poslušajo in zapisujejo.

Z vprašalnikom smo tako izvedeli ključne informacije, ki so nam pomagale pri izbiri in vpeljavi novih pristopov v pouk.

### 3. DIDAKTIČNE IGRE IN GIBALNI PRISTOPI

Spoznanje, da je potrebno pri pouku sedenje učencev za mizo in poslušanje razlage ter zapisovanje po nareku zamenjati, je bilo ključno. To pa ne pomeni, da ne sme učitelj posredovati učnih vsebin po klasičnem pristopu – torej frontalni obliki, ko presodi, da je le-ta učinkovitejša ali bolj ekonomična. Pomembno je, da ne vztraja vedno na istem vzorcu poteka

ure, je prepričana Šečerova. (Šečerov 2005, str. 114–115) Na podlagi vprašalnika smo učitelji želeli prevetriti učne pristope in v pouk vpeljati nove, ki bi ustrezali učencem in jim pomagali usvojiti znanje. Ker so nekateri učenci izpostavili, da pri pouku samo sedijo, gibajo se le pri športu, smo v ure slovenščine poskušali vnesti gibanje. Začeli smo z najenostavnejšo aktivnostjo, in sicer učencem ne delimo več delovnih listov. Učenci si jih morajo priti vsi – brez izjeme – iskat sami. V ta namen je v učilnici miza, kamor gredo po delovne liste.

Med uro (ko opazimo, da koncentracija večine popušča) izvedemo krajši gibalni predah tako, da učenci vstanejo in gredo okoli svojega stola ali naredijo 5 počepov oz. poskokov. Pri utrjevanju določene snovi, imajo na tabli vrečice, pritrjene z magneti, kamor morajo oddati pravilne rešitve, zapisane na majhnih lističih. Učencem zabavno-gibalno dejavnost predstavlja tudi igra v skupini največ štirih učencev, ko morajo najprej snov ponoviti ali raziskati bodisi z vprašanji ali zgolj s povedmi (zaokroženim besedilom o neki snovi), trditvami ipd., ki ga nato 5-krat prepognejo in strgajo. Enakomerno pretrgane lističe oddajo v škatlo, v kateri lističe pomešamo in jih nato po vsej učilnici raztresemo. Naloga učencev je, da najdejo svoje lističe in sestavijo, kar so zapisali, ter glasno preberejo.

Namesto reševanja primerov na tablo, ki je nekaterim učencem povzročalo stisko, imajo učenci pred tablo mizo, kjer so vaje/primeri na kartončkih diferencirani. Tako se vsak učenec sprehodi do mize, vzame kartonček, ga prepiše v zvezek in reši, nato ga vrne in vzame drugega. Učenec tako združi gibanje z utrjevanjem snovi. To dejavnost lahko uporabimo tudi za delo v paru.

Ker je pri slovenščini obravnavamo literarne in slovnične vsebine, smo oblikovali različne didaktične igre, ki so ustrezali obojim vsebinam.

To so bile doma narejene didaktične igre, ki so posnemale igre, ki se še vedno igrajo med otroki, in spodbujajo gibanje.

- a) igra črni Peter,
- b) igra spomin,
- c) igra dan – noč,
- d) igra človek ne jezi se,
- e) igra sestavljanje povedi,
- f) igra s kocko.

### **a) IGRA ČRNI PETER**

Igra črni Peter je uporabna pri književnosti in pri jeziku, kjer učenci iščejo pare, ena kartica pa je brez para. Največ 5 učencev je igra to igro. Učenci si v učilnici izberejo udoben prostor (tla, za mizo). Cilj igre je povezati prave pare, poiskati pravilne rešitve, razmišljati in se zabavati. Učenci so pri pouku črnega Petra igrali na temo ljudskega slovstva. To igro smo uporabili tudi pri odnosih med besedami (sopomenke, protipomeke, pod-, nadpomenke).

### **b) IGRA SPOMIN**

Učenci iščejo pare in s tem krepijo spomin. Ta igra je uporabna pri književnosti in jeziku. Učenci lahko igro izvajajo na tleh, na mizi. Pomembno je, da so kartice urejene. Cilj igre je povezati prave pare, poiskati pravilne rešitve, razmišljati in se zabavati.

Učenci so igro spomin igrali na temo ljudskega slovstva, literarnih obdobij in avtorjev, avtorjev in naslovov literarnih del, na temo sklonov, stavčnih členov, odvisnikov in priredij.



### **c) IGRA DAN – NOČ**

Igra dan – noč je lahko uporabljena za vse vsebine. Lahko jo uporabimo na začetku ure za ponovitev snovi, na koncu ure za sintezo in na sredini ure, ko želimo preveriti, koliko so si učenci zapomnili. Učitelj si pripravi trditve, ki jih učencem govori, oni pa se, če je trditev napačna, na stol usedejo, če je pravilna, stojijo. Igra traja, dokler vsi ne izpadejo oz. dokler ne dobimo zmagovalca. Cilj igre je pozorno poslušati, se hitro odzvati, vse to pa povezati z razmišljanjem in se gibati.

### **d) MODIFIKACIJA IGRE ČLOVEK NE JEZI SE**

Na različne teme, npr. Simon Gregorčič: Soči smo ustvarili igro, kjer učenci prepoznajo pesniški jezik v pesmi. S figuricami se pomikajo vse do cilja. Kdor prepozna pesniško sredstvo, ga prekrije s kartončkom in ko so vsa polja pokrita, je igra končana. Učenci morajo za število pik na kocki vedno opraviti gibalno dejavnost, npr. počep, poskok ... To igro lahko uporabimo za različne teme, od oblikoslovja, skladnje, besedoslovja, književnosti ... Cilj igre je utrjevanje znanja literarne teorije, gibanje in zabava.

### **e) IGRA SESTAVLJANJE POVEDI**

Učenci imajo povedi razrezane na kartončke, na katerih so besede. Njihova naloga je sestaviti smiselne povedi. Delo poteka v skupinah, ki omogoča izmenjavo mnenj, razmišljanj, iskanje napak in ugotavljanje rešitev. Ko učenci povedi sestavijo, jih zapišejo v zvezek in določijo stavčne člene. Pred učenci preberejo svoje povedi, ki se praviloma vedno razlikujejo. Cilji igre so sodelovanje, natančnost in vztrajnost.

### **f) IGRA S KOCKO**

Mehko kocko uporabljamo lahko pri vseh vsebinah. Zelo učinkovita je pri pomnjenju sklonov in vprašalnic. Učenci si kocko v krogu podajajo in kolikor pik pokaže, tisto vprašalnico in poimenovanje sklona mora učenec povedati. Kocko lahko mečemo tudi učencem v krogu in pri tem postavljamo vprašanja. Kdor kocko prejme, mora odgovoriti. Najlažje to delamo v krogu sede, stoje. Cilj igre je pozorno poslušati, se hitro odzvati, vse to pa povezati z razmišljanjem/znanjem in se gibati.

## **4. SKLEP**

Nezadovoljstvo učiteljev in učencev je privedlo, da smo si učitelji zastavili vprašanja po GROW modelu. Ker pa je pouk vzajemna dejavnost, v kateri naj bi bili učitelji in učenci povezani, si zaupali, se dopolnjevali, raziskovali in nadgrajevali, smo zamisli, ki so se nam porodile za popestritev in izboljšavo pouka, vključili v vprašalnik in jih preverili pri učencih. Ker je večina učencev želela, smo v sam proces pridobivanja znanja vključili didaktične igre ter gibanje kot glavni element vsake šolske ure pri pridobivanju in usvajanju standardov znanja. Ugotovili smo, da igra ali gibanje v učencih sprožita, da se sami preizkušajo, se individualno ali skupinsko učijo reševati napake, raziskujejo svoje lastne sposobnosti in omejitve, kar jih vodi k obvladovanju različnih nalog. Ko se učenci skozi igro učijo, jim le-ta prekine rutino, hkrati pa jim predstavlja izziv. Tako rastejo v sposobnejše osebe, ki iščejo rešitve, se učijo razmišljati in spodbujajo svojo ustvarjalnost. Vključevanje gibanja in igre v pouk slovenščine

pomenita pestro, motivacijsko, pozitivno, sodobno, dinamično, inovativno in zabavno učno strategijo, ki spodbuja iskanje rešitev, učenje razmišljanja, ohranjanje pripravljenosti ter navdušenje za sodelovanje.

Po vpeljavi novih pristopov se je motivacija učencev povečala. Učenci radi obiskujejo ure slovenščine, so bolj motivirani za iskanje rešitev, za učenje in delo, vsi sodelujejo in si medsebojno pomagajo. Klima med učenci je sproščena, učenci so pri aktivnostih osredotočeni, vzajemno sodelujejo med seboj in z učiteljem ter krepijo svoja močna področja, šibka pa s pomočjo sošolcev nadgrajujejo. Učenci so v evalvacijah po izvedenih novih pristopih poročali, da nimajo občutka, da bi se učili, vendar jim informacije ostanejo v spominu, razumejo pot do cilja, drug drugega spodbujajo in jim je vredno dokončati naloge. Zavedajo se pomena razlage učitelja in jo imajo radi, močno pa so napredovali tudi pri samostojnem raziskovanju. Raznolikost pristopov pozdravljajo in si želijo tovrstnega pouka tudi pri ostalih predmetih.

To je pot, s katero lahko učitelji pri poučevanju dosežemo motivacijo za učenje, učinkovitost in napredek, učencem ponudimo možnost zadovoljevanja potrebe po zabavi, hkrati pa jih usmerjamo, da bodo zrasli v samozavestne, zrele, zadovoljne in zdrave osebe z visoko stopnjo funkcionalnega znanja.

## LITERATURA IN VIRI

- [1] Barbara Lesničar [et al.] (2017). *Učitelji, raziskovalci lastne prakse: poučevanje in učenje s pomočjo dokazov iz pedagoške prakse in znanstvenih raziskav*. Ljubljana: Zavod RS za šolstvo.
- [2] Anka Zupan [et al.] (2005). *Od opazovanja do znanja, od znanja h kompetencam : zbornik prispevkov*. Ljubljana: Zavod RS za šolstvo.
- [3] Kako do varnega in spodbudnega učnega okolja? Dostopno na: <https://www.zrss.si/wp-content/uploads/2021/03/2019-05-10-kako-do-spodbudnega-in-varnega-ucnega-okolja.pdf> (pridobljeno 30. 5. 2024)

## USPEŠNO VKLJUČEVANJE DIJAKOV PRISELJENCEV V SREDNJO ŠOLO

### POVZETEK

Priseljevanje vpliva na izobraževalne sisteme, ki se morajo soočiti z izzivi integracije. Strokovni prispevek obravnava uspešno vključevanje dijakov priseljencev v srednješolski sistem, poudarjajoč pomen inkluzije in medkulturnosti. Pedagoške prakse, ki temeljijo na inkluziji, so ključnega pomena za uspešno integracijo vseh učencev, vključno z dijaki priseljenci. Šole se morajo zavzeti za ustvarjanje medkulturnega okolja, ki spodbuja bogatenje šolskega prostora z različnimi kulturami, jeziki in etničnimi ozadji. Pomembno vlogo pri vključevanju imajo učitelji in sodelovanje šole s starši. Namen prispevka je predstaviti dobre prakse vključevanja dijakov priseljencev v srednješolski sistem, ki je osredotočena na njihove posebne potrebe in vključuje širok spekter podpore ter prilagoditev. Glavne ugotovitve so, da je učinkovit samo celosten pristop, ki vključuje medkulturnost in sodelovanje vseh udeleženi. S spoznanji prispevamo k izboljšanju razumevanja ter izvajanju vključevanja dijakov priseljencev v izobraževalni sistem.

**KLJUČNE BESEDE:** dijaki, šola, priseljenci, integracija.

## SUCCESSFUL INCLUSION OF IMMIGRANT STUDENTS IN SECONDARY SCHOOL

### ABSTRACT

Immigration affects education systems, which have to face the challenges of integration. This article discusses the successful integration of immigrant students into the secondary school system, emphasizing the importance of inclusion and interculturality. Pedagogical practices based on inclusion are crucial for the successful integration of all students, including immigrant students. Schools must be committed to creating an intercultural environment that encourages the enrichment of the school space with different cultures, languages and ethnic backgrounds. Teachers and the school's cooperation with parents play an important role in inclusion. The purpose of the paper is to present good practices of integrating immigrant students into the secondary school system, which is focused on their special needs and includes a wide range of support and adaptations. The main findings are that only an integrated approach is effective, which includes interculturalism and the cooperation of all participants. With our findings, we contribute to improving the understanding and implementation of the integration of immigrant students into the education system.

**KEY WORDS:** students, school, immigrants, integration.

## 1. UVOD

Slovenci se že stoletja na ozemlju, ki ga naseljujemo, srečujemo s priseljevanjem posameznikov in skupin iz različnih kulturnih okolij. Te skupine so se vključevale v novo okolje, hkrati pa smo tudi sami sprejemali vplive drugih kultur. Povečanje priseljevanja, spodbujeno z globalizacijo in evropskimi integracijskimi procesi, je nadaljevanje teh gibanj v drugačnem obsegu in iz novih izvornih okolij. Integraciji priseljencev danes pristopamo načrtneje in oblikujemo celovite pristope na različnih področjih.

Vzgoja in izobraževanje sta ključna dejavnika za uspešno vključevanje otrok priseljencev v slovensko družbo. Prispevata k zagotavljanju enakih možnosti za uspešen osebni razvoj, vključevanje v delo in družbeno življenje vsem, ne glede na izvor, spol, prepričanja ali druge značilnosti. Z načrtnim vključevanjem in oblikovanjem postopkov za učinkovito integracijo želimo otrokom priseljencem zagotoviti uspešno premagovanje težav pri učenju, ki izvirajo iz nezadostnega jezikovnega znanja, razlik med kulturo družine in okolja, nepopolne vključenosti v družbo ter razlik v šolskih sistemih in programih med državo izvora in Slovenijo.

Izhodišče za pripravo in uvedbo migracijskih in integracijskih strategij na vseh socialnih področjih so splošne človekove in otrokove pravice. Prispevek za vključevanje otrok priseljencev opredeljuje ukrepe na področju vzgoje in izobraževanja za njihovo integracijo in je uresničitev strategije vključevanja dijakov. Ta prispevek je pomembna pomoč vzgojno-izobraževalnim zavodom, ki izvajajo programe predšolske vzgoje, osnovnošolskega in srednješolskega izobraževanja ter dijaških domov v Republiki Sloveniji.

Predstavljene strategije in prilagoditve za delo ter načini sodelovanja in vključevanja otrok in njihovih staršev pomagajo pri načrtovanju vzgojno-izobraževalnega dela z otroki, ki se kot državljani drugih držav na novo vključujejo v naš sistem vzgoje in izobraževanja. Na ta način prispevamo k celoviti in uspešni integraciji priseljencev, kar je v korist celotni družbi.

## 2. PRAVNO ZAKONODAJNA IZHODIŠČA

Ne glede na vstopni položaj otrok priseljencev je ob vpisu v slovenski vzgojno-izobraževalni sistem njihov pravni status izenačen z vsemi vključenimi otroki.

Izobraževanje otrok priseljencev v Republiki Sloveniji uresničuje načelo Deklaracije Združenih

narodov o otrokovih pravicah glede izobraževanja<sup>1</sup> in pravico do izobraževanja v skladu s Konvencijo Združenih narodov o otrokovih pravicah. Pri načrtovanju izobraževanja otrok priseljencev upoštevamo direktive in drugo zakonodajo Evropske skupnosti in drugih mednarodnih organizacij.

Med temeljnimi cilji za izobraževanje otrok priseljencev je pomembno:

- zagotavljanje optimalnega razvoja posameznika ne glede na spol, socialno in kulturno poreklo, veroizpoved, narodno pripadnost ter telesno in duševno konstitucijo,
- vzgajanje za medsebojno strpnost,

- razvijanje zavesti o enakopravnosti spolov,
- spoštovanje drugačnosti in sodelovanje z drugimi,
- spoštovanje otrokovih in človekovih pravic ter temeljnih svoboščin,
- razvijanje enakih možnosti obeh spolov ter s tem razvijanje sposobnosti za življenje v demokratični družbi.

### **3. STRATEGIJE USPEŠNEGA VKLJUČEVANJA**

V nadaljevanju so vsebinski sklopi, ki opredeljujejo mogoče pristope dela z dijaki priseljenci in njihovimi starši.

#### **3.1 VKLJUČITEV OTROK PRISELJENCEV V SISTEM VZGOJE IN IZOBRAŽEVANJA**

##### **Vpisni postopek**

- Vključitev tolmača v vpisni postopek (pogosto se zgodi, da ob izpolnjevanju vpisne dokumentacije nastopijo težave zaradi nerazumevanja jezika).
- Ob vpisu v vzgojno-izobraževalni sistem je starše otrok priseljencev koristno dobro informirati o našem vzgojno-izobraževalnem sistemu in še posebej o pravilih posamezne ustanove (osnovne informacije o vzgojno-izobraževalnem sistemu so natisnjene v posebnih publikacijah za tujce; dobro je imeti tudi lastno prirejeno brošuro, v kateri so na kratko predstavljene temeljne značilnosti ustanove).
- Pri vpisu je dobro pridobiti poleg vpisne dokumentacije še nekaj glavnih informacij o zdravju in razvoju dijaka ter morda specifične informacije v zvezi s prehrano, z načinom prehranjevanja in drugimi kulturnimi posebnostmi družine oz. z njenimi željami.

##### **Zagotavljanje dobrodošlega sprejema**

- Zemljevid sveta z označenimi državami, od koder prihajajo otroci, pozdravi v jezikih otrok in v slovenskem jeziku (ob vhodu v šolo, oz. na vidnem mestu).
- Prirejena brošura oz. letak s poudarjenimi glavnimi informacijami (z minimalnim strokovnim žargonom) in vizualizacijo šolskega reda, obveznostmi in urnikom.
- Slikovne in besedne oznake prostorov v šoli.

##### **Vključenost zaposlenih**

Vsi strokovni delavci šole naj bodo pripravljene na prihod novih dijakov, saj gre za proces, ki vključuje celotno vzgojno-izobraževalno okolje. Odgovornost vsakega delovnega in strokovnega delavca vzgojno-izobraževalne ustanove je, da se dijaki in njihovi starši počutijo sprejete, informirane in podprte, zato mora biti vsak delavec seznanjen s svojo vlogo.

- Pomembna je pravočasna in temeljita informiranost o novem dijaku (seznanitev s temeljnimi kulturnimi, družbenimi posebnostmi države novincev).

### **Vključenost v razred**

Vključitev v šolo je velika sprememba v življenju dijaka. Za večino je to prijeten, za mnoge pa zahteven proces. Še poseben vpliv ima na tiste, ki se pri tem soočajo tudi z novim okoljem, kulturo in jezikom, zato je poleg zagotovitve učinkovite komunikacije z družino zelo pomemben način sprejetja novinca v skupino oz. razred.

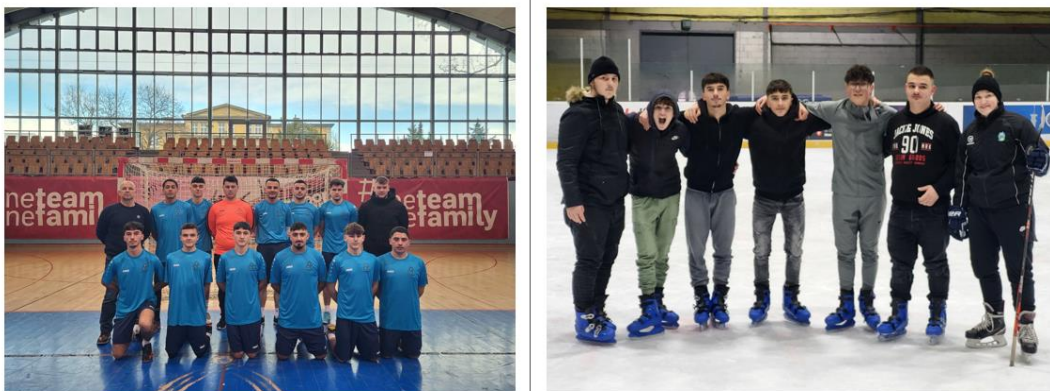
- Ob prihodu novega dijaka spodbujamo tutorstvo ter ga izvajamo tako, da dijaki pri razredni uri skupaj izberejo in nato razdelijo različna področja, ki so pomembna v prvih dneh vključitve v novo okolje (npr. šolski red, interesne dejavnosti, šport itd.).

### **3.2 OBSEG, OBLIKE IN NAČINI PRILAGAJANJA VZGOJNO IZOBRAŽEVALNEGA DELA**

- Učiteljski zbor mora ugotoviti dijakovo predznanje, močna in šibka področja.
- Glede na ugotovljeno predznanje oddelčni učiteljski zbor oblikuje individualni načrt aktivnosti (INA), ki upošteva cilje, opredeljene z roki, načine in oblike prilagoditev pri posameznih predmetih, morebitne dodatne ukrepe za izravnavo razlik v znanju, način spremljanja uresničevanja programa ter vloge in odgovornosti strokovnih delavcev, dijaka in staršev oz. zakonitih zastopnikov.
- Pri ocenjevanju uporablja prilagojene načine ugotavljanja znanja, ki kar najbolj upoštevajo dijakovo trenutno raven komunikacijskih zmožnosti v slovenščini, vključno z uporabo učenčevega prvega jezika ali drugih jezikov. Pomanjkljivosti v sporazumevanju in jezikovne napake ne smejo vplivati na oceno znanja predmeta. Pri izbiri načinov ocenjevanja je na začetku v ospredju ocenjevanje izdelkov, kasneje pa je dobro vpeljati še druge prilagojene načine.
- V začetnem obdobju naj bo zahtevnost pouka prilagojena posamezniku, tako da gre za učenje manjših, krajših učnih enot, z manj vsebine, s poudarjenim stalnim preverjanjem razumevanja in s tem povezanega nadaljnjega prilagajanja navodil in zahtevnosti pouka (z izbiro ustreznih vsebin, metod in oblik dela prilagodi pouk potrebam in jezikovnim zmožnostim dijaka priseljenca).

Razrednik:

- Spremlja napredek dijaka.
- Spodbuja vključitev v različne šolske in obšolske dejavnosti na lokalni ravni, zato da bi dijak še bolje spoznal novo okolje in razvil sporazumevalne zmožnosti.



**SLIKA 21: Vključevanje v neobvezne šolske dejavnosti.**

- Spodbuja medvrstniško in medgeneracijsko pomoč ter uvaja mentorstvo (vpeljava učenca tutorja – kot pomoč sošolcev pri učenju).
- V lokalnem okolju se poveže z nevladnimi in mladinskimi organizacijami, ki se ukvarjajo z integracijo priseljenih otrok in mladostnikov.
- Oblikovanje portfolio z individualnim načrtom aktivnosti (začetno stanje, (ne)poznavanje jezika/slovenščine, razumevanje, uporaba jezika, močna področja, načrt učenja pri posameznih predmetih, načrtovanje ciljev iz učnih načrtov, spremljanje napredka, učenja, vrednotenje, napredovanje).

### **3.3 SLOVENŠČINA KOT UČNI JEZIK**

- Skrb za učenje slovenščine priseljenega otroka je naloga in dolžnost vseh strokovnih delavcev.
- Pri pouku vseh predmetov in pri drugih oblikah vzgojnega in izobraževalnega dela učitelj dijaku zagotovi uporabo oblik in metod dela, ki vsem učencem omogočajo hkratno, kakovostno učenje in doseganje ciljev kurikula in učnega načrta predmeta oz. ciljev, določenih z individualnim načrtom aktivnosti dela ter nenehen razvoj jezikovnih zmožnosti v slovenščini, vključno z jezikovnimi zvrstmi discipline ali predmeta.
- Po potrebi tudi v nadaljnjih letih šolanja šola organizira pomoč pri učenju slovenščine, bodisi individualno ali skupinsko, v okviru nadaljevalnih tečajev, dopolnilnega pouka, obveznih izbirnih vsebin oz. interesnih dejavnosti in v drugih oblikah vzgojno-izobraževalnega dela.
- Šola zagotovi, da slovenščino poučujejo učitelji, ki so usposobljeni za poučevanje slovenščine kot drugega jezika in imajo razvite medkulturne kompetence. Učitelji drugih predmetov oz. področij pridobijo potrebne zmožnosti za podporo jezikovnemu razvoju učencev v učenem jeziku ter razvoju medkulturnih kompetenc in pri tem medsebojno sodelujejo.
- Ob vključitvi v šolo se organizira pouk slovenskega jezika in kulture v skladu z zakonskimi določili in podzakonskimi predpisi.
- Priprava in uporaba učnih gradiv (učni listi, prilagojeni stopnji razumevanja učnega jezika, postopnost, sprotno spremljanje).



### **3.4 RAZVIJANJE VEČKULTURNIH IN MEDKULTURNIH ZMOŽNOSTI**

- Predstavitev otroka priseljenca v skupini/razredu, starosti primerno predstavljen njegov položaj, spodbujanje drugih otrok, da se vživljajo v položaj priseljenega otroka in mu pomagajo pri učenju in navajanju na novo okolje.
- Imenovanje strokovnega delavca (zaupnika) za koordinacijo dela z dijakom priseljencem, ki mu zaupajo priseljeni starši in otroci, in se po potrebi obračajo nanj s prošnjami za informacije in pomoč.
- Ustvarjanje pogojev za spoznavanje drugačnosti in različnosti ter tudi značilnosti posameznih jezikov (fonologija, pisava, besedišče, skladnja).
- Z izbiro in obravnavo ustreznih vsebin ciljev in metod dela pri relevantnih predmetih oziroma področjih dejavnosti odpravljati stereotipe in predsodke ter prispevati k oblikovanju vrednot medkulture vzgoje.
- Uresničevanje metod poučevanja, usmerjenih na učenje za spodbujanje interakcij med različnimi kulturami.
- Spodbujanje vseh otrok k različnim dejavnostim medkulture komunikacije (projektni dnevi, prireditve, izmenjave med šolami, državami, sodelovanje z nevladnimi humanitarnimi organizacijami) ter dijakov priseljencev, da predstavijo svoj jezik in kulturo pri različnih dejavnostih.
- Vključevanje v mednarodna partnerstva, ki povečujejo razumevanje za druge kulture, jezike, zgodovino in za življenje mladih ljudi; ob medkulturnih srečanjih zagotavljanje priložnosti in orodij za utrjevanje novega znanja in veščin ter za refleksijo doživljanja medkulturne izkušnje, stališč pred in med medkulturno izkušnjo ter po njej.
- Spodbujanje priseljenih dijakov, da se vključujejo v mednarodne projekte in iskanje načinov, kako naj njihova prisotnost pripomore k večji dodani vrednosti projekta.
- Organiziranje dejavnosti odprte komunikacije (dnevi odprtih vrat, neformalna srečanja, sodelovanje v projektih vzgojno-izobraževalnih ustanov).



**SLIKA 22:** Sodelovanje v šolskih projektih v katerih migracijski mladostniki razvijajo svoje interese, spretnosti in občutek pripadnosti šolski skupnosti.

### 3.5 SODELOVANJE S STARŠI

- Pri stiku s starši otrok priseljencev se spoštuje njihovo zasebnost, kulturo, jezik, svetovni nazor in vrednote.
- Pri komuniciranju s starši se stalno skrbi za preverjanje razumljivosti sporočil s pričakovanimi povratnimi informacijami.
- Seznanjeni se starši z njihovimi pravicami in dolžnostmi; predstavi jim značilnosti slovenskega šolskega sistema in jim predstavi pričakovanja šole.
- Omogoči, da se starši vključujejo v življenje in delo šole.
- Ponudi možnost učenja slovenskega jezika za dijake in starše priseljence skupaj oz. jih napoti na najbližje ustanove, ki izvajajo te programe.
- Organizira različne oblike dela s starši priseljenci, zato da poveže starše med seboj.

### 3.6. KAKOVOSTNO IZOBRAŽEVANJE IN USPOSABLJANJE STROKOVNIH DELAVCEV

Zagotovi stalno izobraževanje strokovnih delavcev, ki vključuje didaktično in jezikovno znanje, upoštevajoč specifične prilagoditve ter obvladovanje veščin za razvijanje medkulturne vzgoje pri vzgojno-izobraževalnem procesu z vsemi v skupini/razredu.

## 4. SKLEP

Na podlagi prispevka lahko rečemo, da smo na Srednji šoli za prehrano in živilstvo v obdobju zadnjih dveh let delovali v smeri celostnega vključevanja otrok priseljencev v sistem vzgoje in izobraževanja. Pri tem smo se osredotočili na oblikovanje prakse, ki omogoča vključitev priseljencev v šolski sistem na način, ki podpira njihovo hitro in učinkovito prilagajanje.

V prihodnosti bomo še naprej nadgrajevali obstoječe smernice in prakse, saj se zavedamo pomembnosti ustreznega vključevanja ne le novo priseljenih otrok, temveč tudi otrok naslednjih generacij priseljencev, s katerimi se bomo srečevali v šolskem okolju. Naša skrb mora biti usmerjena v čimprejšnjo osvojitev slovenskega jezika, saj je to ključnega pomena za uspešno vključevanje v šolski sistem in širšo družbo.

Ob tem pa je nujno, da se držimo načel demokracije, pravne države in človekovih pravic. Le tako lahko zagotovimo pravično in enakopravno obravnavo vseh dijakov ter ustvarimo spodbudno učno okolje, ki podpira različnost in medkulturno razumevanje. Ozaveščanje o pomembnosti teh prizadevanj je ključnega pomena za uspeh našega dela, saj le s skupnimi močmi lahko zagotovimo, da bodo vsi dijaki, ne glede na njihov izvor, imeli enake možnosti za izobraževanje in osebni razvoj.

## LITERATURA IN VIRI

- [1] Bešter, R. (2007a). Integracija in model integracijske politike. V M. Komac (ur.), Priseljenci: študije o priseljevanju in vključevanju v slovensko družbo (str. 105–134). Ljubljana: Inštitut za narodnostna vprašanja.
- [2] Strategija vključevanja otrok, učencev in dijakov migrantov v sistem vzgoje in izobraževanja v Republiki Sloveniji. (2007). Ljubljana: Ministrstvo za izobraževanje, znanost in šport.
- [3] Jelen, M. (2015). Priročnik za izvajanje programa Uspešno vključevanje otrok priseljencev v vzgojo in izobraževanje (UVOP). Ministrstvo za izobraževanje in šport. Pridobljeno s [https://issuu.com/isainstitut/docs/priro\\_nik\\_za\\_izvajanje\\_programa\\_uv](https://issuu.com/isainstitut/docs/priro_nik_za_izvajanje_programa_uv)

## **KORISTI UPORABE TEHNIK SPROŠČANJA V OSNOVNI ŠOLI: OD TEORIJE DO PRAKSE**

### **POVZETEK**

V članku so v uvodnem delu najprej predstavljene koristi, ki jih imajo različne tehnike sproščanja za učence, kot izhaja iz številnih objavljenih znanstvenih raziskav. To je še posebej pomembno, upoštevajoč naraščajoče težave z duševnim zdravjem pri mladostnikih. Nato sledi predstavitev tehnik sproščanja, ki smo jih uporabljali v okviru interesne dejavnosti sproščanje, namenjene učencem 5. in 6. razreda, ter kot uvodno dejavnost pri pouku angleščine. V zadnjem delu bodo predstavljeni rezultati krajše ankete o sproščanju med učenci. Namen prispevka je spodbuditi še druge učitelje, da se v čim večji meri poslužujejo tehnik sproščanja kot uvodne motivacije pri učni uri in kot dodatne dejavnosti za učence v osnovni šoli.

**KLJUČNE BESEDE:** tehnike sproščanja, duševno zdravje, učenci, uvodna motivacija, interesna dejavnost.

## **BENEFITS OF THE USE OF RELAXATION TECHNIQUES IN PRIMARY SCHOOL: FROM THEORY TO PRACTICE**

### **ABSTRACT**

In the introductory part of this article, first the benefits of different relaxations techniques will be presented, based on the evidence from numerous published academic research studies. This is particularly important in view of increasing mental health problems among adolescents. This is followed by a presentation of the relaxation techniques used in the school club, called Relaxation, for interested students of the 5<sup>th</sup> and 6<sup>th</sup> grade of primary school and as a motivational introductory activity in English lessons. Finally, the results of a survey on relaxation among students will be presented. The aim of this article is encouraging other teachers to use relaxation techniques as much as possible, both as part of an introductory motivation and as a separate activity for primary school students.

**KEYWORDS:** relaxation techniques, mental health, primary school students, introductory motivation, school club.

## 1. UVOD

Namen članka je predstaviti koristi tehnik sproščanja za učence. Gre za pomembno temo, saj se pri učencih zaznava naraščajoča zaskrbljenost (kot bo predstavljeno v tem prispevku je kar 68 % učencev 6. razreda v anketi navedlo, da so pogosto ali občasno zaskrbljeni zaradi šolskih ocen ali medsebojnih odnosov), zato je zelo smiselno, da se jih opremi z znanjem, ki jih notranje okrepi. Koristi uporabe sprostitvenih tehnik v osnovni šoli izhajajo iz objavljenih znanstvenih raziskav, ki bodo predstavljene v tem prispevku. Prav tako bodo podrobneje predstavljene tehnike sproščanja (čuječnost in EFT), ki smo jih uporabljali pri interesni dejavnosti sproščanje ter kot del uvodne dejavnosti pri pouku angleščine. Na koncu bodo predstavljeni rezultati ankete o sproščanju med učenci in njihovo mnenje glede izvajanja sproščanja v šoli. Predstavila bom tudi svoje izkušnje z uporabo obeh tehnik sproščanja.

## 2. UPORABLJENE TEHNIKE SPROŠČANJA

Pri dejavnosti sproščanje smo kot sprostitveno tehniko uporabljali čuječnost in EFT (tapkanje), ki bosta podrobneje predstavljeni v nadaljevanju. Predstavljene bodo tudi koristi obeh tehnik ter priporočila.

## 3. ČUJEČNOST

### a) Kaj je čuječnost

Čuječnost (angl. mindfulness) je tehnika, ki izhaja iz meditacije. Kot pravi J. Kabat-Zinn [1] je čuječnost zavedanje, ki izhaja iz zavestne pozornosti na sedanji trenutek, s sprejemanjem vseh občutkov v telesu in vseh čustev, brez sodb in pričakovanj, kaj bi morali občutiti in čutiti. A. Saltzman opisuje čuječnost kot pozornost na tukaj in zdaj, z dobrohotnostjo in radovednostjo (Saltzman, 2014, citirano v [2]). Povečana pozornost in zavedanje vsega, kar je tukaj in zdaj omogoča nadzor nad umom, kar vnaša v človeka mir ter osredotočenost (Walsh in Shapiro, 2006, citirano v [2]).

Pri čuječnosti je pomembna pozornost na sedanji trenutek in sprejemanje vsega, kar je, tudi če so občutki občasno neprijetni. Sčasoma se jih naučimo sprejemati in jih dopuščamo. Preko čuječnosti ohranjamo stik z našimi globljimi vrednotami in ne dopuščamo, da nas neprijetne okoliščine in občutki vržejo iz tira (Rogge in Daks, 2021, citirano v [2]). Ko nam čuječnost postane nekaj domačega, je vse lažje pridobiti stik z našim pristnim jazom in notranjim mirom.

### b) Tehnike čuječnosti

Vaje čuječnosti se lahko izvajajo na različne načine [3]. Izvajajo se lahko sede (na stolu ali meditacijski blazini) ali leže ter tudi stoje. Med meditacijo čuječnosti lahko naša pozornost potuje po telesu od glave do stopal in postopoma po različnih delih telesa. Pri tem spremljamo naše občutke in občutenja: morda mravljinice, toploto, hlad. Lahko nas naenkrat oblijejo čustva: strah, žalost, jeza. Pomembno je, da ostanemo nepristranski in mirni v sebi, ter da vsa ta čustva in občutke le opazujemo.

Ena od priljubljenih vaj čuječnosti je »Gora« [3], ko si predstavljamo, vizualiziramo, goro v različnih letnih časih, kot osamelca ali kot del gorske verige, z obiskovalci ali brez. Gora je ves čas nespremenljiva, mirna. Letni časi se spreminjajo, ljudje prihajajo in odhajajo, gora pa ves čas nosi v sebi mir. Ta občutek nato vzamemo vase.

Med vajo pozornosti na dih opazujemo svoj dih, kako vstopi v telo, gre skozi usta v pljuča, nato po celem telesu in spet ven. Lahko si predstavljamo, kako vdihujemo belo svetlobo in izdihujemo črno.

Med vajo prizemljitve, ki se običajno izvaja stoje, opazujemo, kako se naša stopala dotikajo zemlje in kako smo povezani z zemljo.

### **c) Pozitivni učinki vadbe čuječnosti**

Stres, ki smo mu izpostavljeni, izhaja iz odnosa človeka do njegovega okolja. Če se naučimo sprejemati vse, kar nam prihaja naproti, brez sodb, je stresa veliko manj. Stvari in okoliščine se naučimo sprejemati na drugačen način, kar nam daje sposobnost zdravljenja in spreminjanja, tudi če se soočamo s 'katastrofo' [1].

Kot navaja M. Jean-Baptiste (2014, citirano v [2]), so pozitivni učinki čuječnosti povečana sposobnost samoregulacije, boljše socialne spretnosti in izboljšana sposobnost upravljanja konfliktov. Čuječnost vpliva na odnos, ki ga ima posameznik do samega sebe in do okolice [2]. C. N. M. Ortner (2007, citirano v [2]) poroča o zmanjšanju pretiranih čustvenih reakcij na različne dražljaje.

Fernando (R. Fernando, 2024, citirano v [4]) priporoča uporabo tehnik čuječnosti še posebej za »učence s težavami«. Ob le 6-tedenski redni uporabi čuječnostne meditacije je opazil pozitivne spremembe v vedenju. Priporoča, da se učence navadi na uporabo čuječnosti že zgodaj, da lahko te veščine nato prenesejo v odraslost. Učenci se preprosto naučijo ustaviti (in npr. v stiku s seboj globoko dihati) in ne gredo takoj v reakcijo.

Clancy in Desmond ugotavljata, da se učenci naučijo samokontrole svojega vedenja (C. Clancy in C. Desmond, 2024, citirano v [4]). S tem se lahko izognejo konfliktom ter situacijam, v katerih bi se lahko pretirano odzivali in odreagirali z neželenim vedenjem.

Pomembno je poudariti, da s pomočjo čuječnosti razvijamo psihološko odpornost (angl. resilience) in se naučimo lažje sprejemati vse okoliščine. Učenci so izvrstno opremljeni, če se naučijo v sebi poiskati notranji mir in najti v sebi miren prostor, kjer se ves čas počutijo varne in sprejete [4]. Še ena raziskava med ameriškimi šestošolci, o kateri poroča G. Tatter [5], je pokazala, da so se učenci, ki so redno izvajali čuječnostne vaje, manj odzivali na negativne stimulacije prek neprijetnih slik ali pa se sploh niso, v primerjavi s kontrolno skupino, ki ni izvajala vaj čuječnosti. Zmanjšala se je tudi njihova splošna anksioznost.

Tehnike čuječnosti zmanjšajo negativne posledice stresa in hkrati povečajo sposobnost učencev, kar se kaže na njihovih učnih rezultatih: boljših rezultatih pri ocenjevanju in višjih

pridobljenih ocenah. Hkrati je mogoče pri učencih opaziti manj vedenjskih težav. Mladi tako na splošno pridobijo bolj trdne temelje [5].

#### **4. TAPKANJE ALI EFT (EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE)**

##### **a) Kaj je tapkanje oz. EFT**

Tapkanje oz. EFT (Emotional Freedom Technique), kar bi lahko prevedli kot tehnika čustvenega osvobajanja, je tehnika, pri kateri s tapkanjem oz. nežnim, ritmičnim udarjanjem ali pritiskanjem na določene točke na telesu dosežemo čustveno sprostitev. Negativna čustva namreč povzročijo motnjo in blokado v energijskem sistemu telesa. Če teh blokad ne sprostimo, ostanejo ukleščene v telesu in nam povzročajo neprijetne občutke, sčasoma pa lahko vodijo v bolezni. Tapka se po posebnem protokolu (več o njem v [6] in [7]). S tapkanjem se lahko izboljša čustveno in telesno zdravje [6] in [7].

##### **b) Tehnika tapkanja**

Med izvajanjem EFT tapkamo po meridijskih točkah po telesu (pribl. 7 x nežno udarimo s kazalcem in sredincem po vsaki točki), pri čemer se v mislih osredotočamo na težavo ali pa o njej na glas govorimo (oblikujemo stavek ali dva, ki težavo najbolje opisujejo). Te točke so na vrhu glave, na začetku obrvi, ob nosu, na kosti ob zunanjem robu očesa, pod očesom, pod nosom, sredi brade, na ključnici, 10 cm pod pazduho, karate točka (spodnji rob dlani). Tapkamo več zaporedij (ponovitev). Med tapkanjem običajno sedimo na stolu.

##### **c) Pozitivni učinki izvajanja tapkanja**

Iz strokovne literature izhajajo ugotovitve o pozitivnih učinkih tudi pri uporabi tapkanja. Opaža se, da je pri otrocih vse bolj prisotna anksioznost in da to postaja vse večja težava ter poglavitna motnja v duševnem zdravju pri otrocih (Headley in Campbell, 2013, Platt idr. 2016, oboje citirano v [8]). Z uporabo tehnike EFT pa se opazno zmanjšajo neprijetni občutki in nelagodje pri posameznikih, hkrati pa le-ti poročajo o večjemu občutku sproščenosti in dobrega počutja (Church, 2013, citirano v [8]). D. J. Benor s sodelavci ugotavlja, da se je samo v dveh sejah tapkanja raven psihološkega neugodja zmanjšala (Benor idr., 2009, citirano v [8]). Tudi A. H. Gaesser in O. C. Karan (2017, citirano v [8]) sta proučevala učinke EFT pri mladih, in sicer pri nadarjenih dijakih in študentih, ter ugotovila, da se je v primerjavi s kontrolno skupino z uporabo EFT po le treh sejah v razmaku 1–2 tednov bistveno znižala raven anksioznosti pri dijakih in študentih. P. Stapleton s sodelavci je ugotovil, da se je v primerjavi s kontrolno skupino po le 5 tednih rednega tapkanja enkrat tedensko strah pred neuspehom pri dijakih zmanjšal in je tak ostal tudi še 12 tednov po uporabi tapkanja (dijaki so bili naprošeni, naj v vmesnem času ne tapkajo) (Stapleton idr., 2017, citirano v [8]). Hkrati so po tapkanju poročali tudi o večjem občutku notranjega miru in boljši koncentraciji. Poročali so tudi o boljšem čustvenem stanju na splošno.

T. C. Coso [9] poudarja, da z uporabo EFT šole prispevajo k boljšim učnim dosežkom učencev, hkrati pa jih tudi opremijo z znanjem za uporabo te tehnike, ki jim lahko pomaga pri zahtevnih okoliščinah zunaj šole (konflikti v družini, konfliktne odnosi, občutki tesnobe, zaskrbljenost zaradi situacije v svetu). S tem lahko učenci čustveno, akademsko in osebno uspevajo.



J. E. Dawson, W. H. Green in L. M. Vella-Broderick (2020, citirano v [10]) so dokazali, da so se po 10-tedenskem rednem tapkanju simptomi anksioznosti pri učencih bistveno zmanjšali. Med dodatnimi koristmi EFT pa se opaža še: izboljšana samozavest, večja odpornost na stresne dogodke, izboljšana koncentracija, manj izbruhov jeze in izboljšane socialne spretnosti [10].

## **5. IZVAJANJE SPROSTITVENIH TEHNIK ČUJEČNOSTI IN TAPKANJA V PRAKSI**

### **a) Uporaba sprostitvenih tehnik pri interesni dejavnosti sproščanje**

Obe sprostitveni tehniki, tako čuječnost kot tapkanje, smo izvajali med interesno dejavnostjo sproščanje, ki poteka enkrat tedensko v času predure (med 7.30–8.15 uro) in ki jo obiskuje 10–15 učencev. Vaje čuječnosti smo izvajali leže na blazini. Učence sem vodila sama ali pa sem jim predvajala katero od vodenih meditacij čuječnosti [3]. Običajno je seja trajala 20 minut. Ker so bili učenci potem občutno umirjeni in zaspani, smo na koncu naredili še nekaj energetskih vaj za spodbuditev pretoka energije po telesu in vaj za prizemljitev.

V spomladanskem obdobju, ko so se vrstili testi in ustna ocenjevanja, smo več tapkali. Tapkali smo tremo pred govornim nastopom, strah pred slabo oceno (strah pred neuspehom), strah pred pisanjem testov. Vedno smo količino neprijetnih občutkov izmerili na začetku tapkanja (učenci so pokazali z rokami, z odmikom dlani pred telesom, koliko je teh neprijetnih občutkov) in nato še na koncu, običajno po treh ali štirih zaporedjih tapkanja. Učenci so vedno poročali o izboljšanju počutja – dlani so jim ponavadi kar zlezle skupaj. Tapkanje smo nato zaključili s pozitivnimi afirmacijami: »Zmorem«, »Uspelo mi bo!« »Potrudil/a se bom, kolikor se da,« ki smo jih izrekli, medtem ko smo tapkali točke, kot opisano v [6] in [7].

### **b) Uporaba sprostitvenih tehnik kot del uvodne motivacije ali zaključnih aktivnosti pri pouku angleščine**

Na začetku ali na koncu pouka angleščine smo tapkali na željo učencev (6., 8. in 9. razred v letošnjem in lanskem šolskem letu). Gre za učence, ki so tapkanje poznali še iz našega rednega tedenskega tapkanja v podaljšanem bivanju pred petimi leti. Običajno so želeli tapkati strah pred ocenjevanjem, ki so ga imeli naslednjo uro ali naslednji dan. Pri tapkanju so praviloma sodelovali vsi učenci, če kdo ni želel sodelovati, pa se je ulegel na klop in počival. Tapkanje namreč deluje tudi posredno, torej tudi na osebe, ki so prisotne in imajo isto težavo, ki se jo nagovarja s tapkanjem, a ne tapkajo aktivno (to sicer ni povsem raziskano, kako). Zaradi manj razpoložljivega časa nismo merili količine neprijetnih občutkov prej ali potem, ampak smo le izvedli 2–3 zaporedji tapkanja. Učenci so vedno poročali, da jim je odleglo, da se počutijo bolj sproščene in manj zaskrbljene.

Vaje čuječnosti smo nekajkrat izvedli v 6. razredu, a izkušnje niso bile najboljše. Nekateri učenci ne prenesejo stika s seboj in začnejo nagajati ter motiti ostale. Težko je bilo poskrbeti za tišino, saj je v skupini 25 učencev, od katerih nekateri težko zdržijo pri miru, brez premikanja rok in nog. Predvsem učenci z motnjami pozornosti imajo pri tem težave.

## **6. OVIRE IN PRIPOROČILA GLEDE UPORABE SPROSTITVENIH TEHNIK ČUJEČNOSTI IN TAPKANJA**

Glede na izkušnje izvajanja sprostitutvenih tehnik so moja priporočila glede izvajanja sprostitutvenih tehnik tapkanja in čuječnosti v osnovni šoli naslednja:

- zagotoviti je treba prijetno okolje, brez motenj (čim manj hrupa s hodnika, brez nepovabljenega vstopanja in kukanja v učilnico);
- poskrbeti je treba za sodelovalno vzdušje (učence, ki ne želijo sodelovati, je treba zaposliti ali jim dovoliti, da ne sodelujejo, če obljubijo, da ne bodo motili ostalih);
- za vaje čuječnosti je priporočljiva redna vadba, da je učinek boljši;
- v prvi vrsti je treba prisluhniti učencem in njihovim željam in potrebam;
- učence je treba spodbujati, da s prakso čuječnosti ali tapkanja nadaljujejo tudi sami.

Pomembno je tudi, da učitelj prakse dobro pozna in jih tudi sam redno izvaja.

Po mojih izkušnjah je izvajanje sprostitutvenih tehnik za izvajalca lažje, če jih izvaja s skupino, ki si to dejavnost izbere (interesna dejavnost). V razredu je vedno nekaj učencev, ki te dejavnosti ne sprejemajo najbolje. Razlog za to je po mojem mnenju to, da ne prenesejo oz. ne morejo vzpostaviti stika sami s seboj. Zakaj je tako, bi lahko bil predmet nadaljnje raziskave.

In kakšen odnos imajo do sproščanja učenci? Izvedla sem krajšo anketo.

## 7. REZULTATI ANKETE MED UČENCI

V enem oddelku 6. razreda in v enem oddelku 5. razreda sem izvedla anketo [12], da bi ugotovila, koliko učenci sprostitutvene tehnike poznajo in ali se jim zdi smiselno, da bi jih uporabljali v šoli. Med anketiranimi učenci 6. razreda jih pet redno obiskuje ID sproščanje, v 5. razredu pa je taka le ena učenka. Gre za razrede, v katerih še nikoli nismo izvedli skupinske oblike sproščanja med ali pred poukom.

Zanimalo me je, katere tehnike sproščanja učenci poznajo in ali bi se jim zdelo smiselno, da bi vodeno sproščanje uporabljali v šoli. Rezultati so prikazani v odstotkih (%) sodelujočih učencev.

Rezultati so predstavljeni v spodnji Tabeli 1.

**TABELA 1:** Predstavitev rezultatov ankete med učenci 5. in 6. razreda o sproščanju

Trditev	5. razred (št. = 20)	6. razred (št. = 22)
Poznam meditacijo.	90 %	82 %
Poznam tapkanje (EFT).	40 %	41 %
Poznam jogo.	75 %	73 %
Slišal/a sem že za čuječnost.	5 %	27 %
Najmanj enkrat tedensko uporabljam eno od oblik sproščanja.	40 %	27 %
Podpiram, da bi pouk začeli s krajšo meditacijo in sproščanjem sede (15 min).	30 %	41 %

Ne bi mi bilo všeč, da bi pouk začeli s krajšo meditacijo in sproščanjem sede (15 min).	40 %	36 %
Podpiram, da bi se občasno sproščali pred začetkom učne ure.	40 %	41 %
Ne bi mi bilo všeč občasno 5-min sproščanje pred učno uro.	45 %	36 %
Zdi se mi izvedljivo, da bi med učno uro TJA občasno izvajali 5-min sproščanje.	45 %	55 %

Rezultati kažejo, da zelo veliko učencev pozna meditacijo in jogo, skoraj polovica tudi tapkanje. Čuječnost jim kot izraz ni toliko poznana. Približno enak odstotek učencev podpira in zavrača sproščanje v šoli, pred poukom. Tudi sproščanje pred učno uro podpira in zavrača približno enak odstotek učencev v obeh razredih. Hkrati približno polovica učencev ocenjuje, da bi bilo možno občasno izvajati 5-minutno sproščanje med učno uro.

## 8. ZAKLJUČEK

Uporaba sprostitvenih tehnik sproščanja in tapkanja v osnovni šoli je tako glede na predstavljene raziskave in lastne izkušnje vsekakor priporočljiva in jo je treba spodbujati, četudi se med 30 in 40 % učencem to glede na izvedeno anketo morda ne zdi potrebno ali tega ne bi želeli. Kot so pokazali rezultati ankete, učenci poznajo kar nekaj sprostitvenih tehnik in jih v določeni meri tudi uporabljajo, zato uvedba teh tehnik v šoli zanje ne bi bila tako velik šok.

Zlasti bi bila uporaba sprostitvenih tehnik zaželeno ob upoštevanju dokazanih številnih pozitivnih učinkov sproščanja: zmanjšanje anksioznih motenj, večji občutek sproščenosti, boljši učni dosežki, lažje reševanje konfliktov in manj zapletanja v spore s sovrstniki, če naj naštejemo le nekatere.

Glede na to, da se opaža porast težav z duševnim zdravjem pri mladostnikih, je zagotovo koristno, če se učence seznanijo s tema preprostima tehnikama, kot sta čuječnostna meditacija in tapkanje ter se jih tehniki nauči uporabljati. Pridobljeno znanje bodo lahko nato s pridom uporabljali tudi kot odrasli.

## LITERATURA IN VIRI

- [1] J. Kabat-Zinn, *Full Catastrophe Living: Using the Wisdom of Your Body and Mind to Face Stress, Pain, and Illness*. New York, NY: Random House, 2013.
- [2] A. Garro, M. Janal, K. Kondroski, G. Stillo in V. Vega, »Mindfulness initiatives for students, teachers and parents: a review of literature and implications for practice during COVID-19 and beyond«, *Contemporary School Psychology*, 27, pp. 152-169, 2023.
- [3] Društvo za razvijanje čuječnosti. »Kaj je čuječnost«. [Na spletu]. Na voljo na: <http://www.cujecnost.org>. [Dostop: 25. 5. 2024].
- [4] J. Garey, »Mindfulness in the classroom: how it helps kids regulate behavior and focus on learning«, Child Mind Institute, 17. 5. 2024. [Na spletu]. Na voljo na: <https://childmind.org/> [Dostop: 24. 5. 2024]
- [5] G. Tatter, »Making time for mindfulness, Harvard Graduate School of Education, 23. 1. 2019 . [Na spletu]. Na voljo na: <https://www.gse.harvard.edu/> [Dostop: 24. 5. 2024]
- [6] G. Craig, G. EFT priročnik, 2014. Na voljo na: [www.eft-slovenija.si/eftprirocnik.pdf](http://www.eft-slovenija.si/eftprirocnik.pdf) [Dostop: 17. 4. 2019]
- [7] H. Fone, *Tehnika čustvene svobode – EFT za telebane*. Ljubljana: Pasadena, 2013.
- [8] M. T. Lambert, S. E. Moss, M. N. Kirschbaum, »Emotional Freedom Techniques (Tapping) to improve wellbeing and reduce anxiety in primary school classrooms«, *Australian Journal of teacher education*, vol. 47, no. 3, str. 71-92, 2022. [Na spletu]. Na voljo na: <https://ro.ecu.edu.au/> [Dostop: 24. 5. 2024]
- [9] T. C. Coso, »Cultivating resilient students: the power of tapping in schools«, 11. 4. 2024. [Na spletu]. Na voljo na: <http://npr.org>. <https://childmind.org/> [Dostop: 24. 5. 2024]
- [10] Child Therapy Service, »Emotional Freedom Techniques (Tapping) to improve wellbeing and reduce anxiety in primary school classrooms«, 17. 11. 2023. . [Na spletu]. Na voljo na: <https://childtherapyservice.org.uk/> [Dostop: 24. 5. 2024]
- [11] A. Kamenetz in M. Knight, »Schools are embracing mindfulness, but practice doesn't always make perfect, NPR, 27. 2. 2020. [Na spletu]. Na voljo na: <http://npr.org>. [Dostop: 24. 5. 2024]
- [12] I. Sbil, Anketa med učenci 5. in 6. razreda o sproščanju, maj 2024. Osnovna šola Brezovica pri Ljubljani. [Neobjavljeni podatki].

## UČNI USPEH UČENCEV IZ TUJINE V 7-LETNEM OBDOBJU TER KLJUČNI ELEMENTI PODPORE PRI DELU S STARŠI OB PREŠOLANJU V PROGRAM Z NIŽJIM IZOBRAZBENIM STANDARDOM

### POVZETEK

V prispevku obravnavamo ugotovitve šolske svetovalne službe o učnem uspehu učencev priseljencev, napredovanju, ponavljanju in prešolanju v 7-letnem obdobju. Navajamo kvantitativno analizo učnega uspeha učencev ter kvalitativno analizo svetovanja s starši ob prešolanju učenca v program z nižjim izobrazbenim standardom. Kvantitativno analizo smo opravili na osnovi zaključenih ocen učencev, kvalitativno na osnovi osebnih map učencev priseljencev ter poročila učiteljice za delo z učenci priseljenci. Ugotavljamo veliko število staršev učencev priseljencev z visoko stopnjo neznanja slovenskega jezika in šibko motivacijo za učenje slovenščine, tudi po več letih bivanja v Sloveniji. Posledično se pojavlja večje število otrok s splošno šibko učno motivacijo, z učno neuspešnostjo, učnimi težavami, kar jih umešča v zelo ranljivo skupino. Pri tem ugotavljamo še visoko stopnjo fluktuacije učencev priseljencev, ki je 20-%. Kot doprinos k stroki pojasnujemo tovrstne ugotovitve in izkušnje iz primerov dobre prakse s pomočjo prostovoljnih prevajalcev. Ugotavljamo pomen dajanja preprostih, nazornih, enoznačnih povratnih informacij o učnem uspehu (neuspehu) učencev in ugotavljamo pomen čustvene ter operativne podpore staršem v primeru zahtevnejše odločitve – prešolanju otroka v program z nižjim izobrazbenim standardom.

**KLJUČNE BESEDE:** učenci priseljenci, učna neuspešnost, nižji izobrazbeni standard, podpora ob prešolanju, prostovoljni prevajalci.

## ACADEMIC SUCCESS OF STUDENTS FROM ABROAD OVER A 7- YEAR PERIOD AND KEY ELEMENTS OF SUPPORT WHEN WORKING WITH PARENTS DURING TRANSFER TO A PROGRAM WITH A LOWER EDUCATIONAL STANDARD

### ABSTRACT

This article presents the findings of the school counselling service on the academic success, progression, year repetition, and transfer of immigrant students over a 7-year period. We provide a quantitative analysis of students' academic performance and a qualitative analysis of counselling with parents during the transfer of students to a program with a lower educational standard. The quantitative analysis was based on the final grades of the students, and the qualitative analysis was based on the personal files of immigrant students and reports from the teacher working with immigrant students. We find a high number of immigrant students' parents with a low familiarity with the Slovene language and weak motivation to learn Slovene, even after several years living in Slovenia. Consequently, there is a higher number of children with learning difficulties and academic failure, placing immigrant children in a vulnerable or highly vulnerable group. We also find a high rate of fluctuation and dropout among immigrant students (20 %). As a contribution to the field, we present an example of good practice with the help of volunteer translators. We find that providing simple, clear, and unambiguous feedback on children's academic success (or failure) to their parents is crucial. Providing appropriate emotional and operational support to parents is also relevant in the case of more demanding decisions, such as transferring the child to a program with a lower educational standard.

**KEYWORDS:** immigrant students, academic failure, lower educational standard, support during transfer, volunteer translators.

## 1. UVOD

V prispevku obravnavamo kvantitativno analizo učnega uspeha učencev tujcev (v nadaljevanju priseljencev) v 7-letnem obdobju ter kvalitativno analizo svetovalnega dela s starši o prešolanju učenca priseljenca v osnovno šolo s prilagojenim programom z nižanim izobrazbenim standardom. Poučevanje učencev priseljencev (tujcev) v Sloveniji ureja Zakon o osnovni šoli, natančneje Zakon o spremembah in dopolnitvah Zakona o osnovni šoli: ZOsn-K (1) ter Smernice za vključevanje otrok priseljencev v šole (2). Opažamo porast všolanja učencev priseljencev, ki je na mariborskem območju v porastu, trend migracij pa je zaznan po celotni Sloveniji in svetu. V prispevku ugotavljamo uspešnost, delno uspešnost in neuspešnost šolske učne inkluzije z namenom, da bi izboljšali ponudbe pomoči v okviru šolske svetovalne službe (v nadaljevanju ŠSS) z aktivnostmi na ravni šole ter prepoznali in pravočasno diagnosticirali težave. Ugotavljamo uspešnost delovanja timskih pristopov z vključevanjem zunanjih institucij (Svetovalni center za otroke, mladostnike in starše Maribor, Compas (3), Center za socialno delo). Namen prispevka je osvetljevanje, kako prej prepoznavati dejavnike učne neuspešnosti učenca priseljenca ter prikazati, kako strokovno učinkovito svetovati staršem pri učnih težavah otrok. Na OŠ Tabor I Maribor smo opravili več vrst analiz, ki jih delimo na kvantitativne (I. sklop analiz) in kvalitativne (II. sklop analiz).

### I. SKLOP ANALIZ (KVANTITATIVNE)

Statistična obdelava podatkov za OŠ Tabor I Maribor učencev priseljencev od šolskega leta 2017/2018 do 2023/2024 (Tabela 1.), Analiza jezikovnih skupin, iz katerih priseljenci prihajajo (Tabela 2), Fluktuacija učencev priseljencev (Tabela 3) v poglavju Fluktuacija učencev priseljencev v 7-letnem obdobju, Analiza učnega uspeha učencev priseljencev od šol. l. 2017/2018 do 2023/2024 – ugotavljanje deleža pridobljenih ocen, (Priloga 1, Tabela 4) ter Preusmeritve v osnovnošolske programe z nižanim izobrazbenim standardom oziroma v srednješolske programe nižjega poklicnega izobraževanja (Tabela 4).

### II. KVALITATIVNI SKLOP - ANALIZA

Kvalitativni sklop zajema združeno po korakih svetovanje staršem v primeru prešolanja otroka v OŠ s prilagojenim programom z nižjim izobrazbenim standardom. Prav tako so v članku in tem delu prepoznani elementi svetovanja staršem ob vpisu v srednjo šolo - program nižjega poklicnega izobraževanja.

## 2. INKLUZIJA UČENCEV PRISELJENCEV IN ZAKONODAJA

Napredovanje učencev priseljencev iz drugih držav ureja Zakon o osnovni šoli, 69. a člen. (4). Učenci priseljenci iz drugih držav so lahko ob koncu pouka v šolskem letu (v nadaljevanju šol. l.) v katerem so prvič vključeni v osnovno šolo v Republiki Sloveniji (v nadaljevanju RS), neocenjeni iz posameznih predmetov, vendar lahko kljub temu napredujejo v naslednji razred. Učenci priseljenci iz drugih držav, ki se prvič vključijo v osnovno šolo v RS v drugem ocenjevalnem obdobju šolskega leta, so lahko neocenjeni iz posameznih predmetov tudi ob zaključku pouka v naslednjem šolskem letu, vendar vseeno napredujejo v naslednji razred. O napredovanju učenca priseljenca, ki pri posameznih predmetih ni ocenjen, odloča učiteljski

zbor. Učenci priseljenci iz drugih držav, ki se vključijo v 9. razred, morajo biti ob zaključku šolskega leta ocenjeni iz vseh predmetov (prav tam). Kot pogoj za vpis v nižje poklicno izobraževanje pa mora učenec izpolniti osnovnošolsko obveznost, izpolnitev te ugotavljamo na osnovi overjenih spričeval šole iz katere prihaja. Učenci priseljenci prvo leto delajo po individualiziranemu programu. Po sklepu razrednega učiteljskega zbora (v nadaljevanju RUZ) se jim po predlogu razrednika prilagodi število ocen ali pa celo leto ostanejo neocenjeni. Učenci priseljenci drugo leto imajo po sklepu RUZ prav tako pravico do zmanjšanega števila ocen.

### 3. STATISTIČNI PODATKI O UČENCIH TUJCIH V SEDMIH LETIH IZOBRAŽEVANJA

V nadaljevanju navajamo podatke o priselitvah učencev priseljencev po šolskih letih. V Tabeli 1 prikazujemo število priseljencev, ki so bili vključeni k pouku v treh različnih časovnih obdobjih šolskega leta: od 1. 9. v tekočem šol. l. do 1. 1. v šol. l., po 1. 1. v šol. l. Strokovni izziv za ŠSS in RUZ je vključitev priseljencev, ki se ne vključijo k pouku v prvih mesecih šol. l. (torej iz tretjega in četrtega stolpca). Prvi stolpec prikazuje šol. l. vpisa učencev priseljencev. Drugi stolpec prikazuje število učencev, ki so začeli obiskovati pouk s 1. 9. v navedenem šol. l. Tretji stolpec prikazuje število učencev, ki so se všolali po 1. 9. v tekočem šol. l. do 31. 12. Četrti stolpec prikazuje število učencev, ki so se všolali po 1. 1. v tekočem šol. l.. Peti stolpec prikazuje skupno število učencev priseljencev prvo leto.

**TABELA 1: Prikaz števila učencev priseljencev prvo leto od šol. l. 2017/2018 do 2023/2024**

Šolsko leto	Všolanje s 1. 9. v šol. letu	Všolanje do 1. 1. v šol. letu	Všolanje po 1. 1. v šol. letu	Skupno št. učencev priseljencev ob koncu šol. leta
2017/2018	3	0	0	3
2018/2019	12	3	0	15
2019/2020	4	2	0	6
2020/2021*	2	0	5	7
2021/2022**	9	2	0	11
2022/2023	7	0	3	10
2023/2024***	14	0	1	15
Skupno število učencev priseljencev v sedmih šolskih letih: <b>67</b>				

Opomba \* in \*\*: od marca 2020 in do konca šolskega leta 2021/2022 je zaznati vpliv epidemije Covid 19 in ukrepov, ki so vplivali na migracije in prešolanja učencev priseljencev. Skupno število učencev na OŠ Tabor I Maribor se v vseh letih giba med 590 in 620, kar pomeni, da smo šola s tremi oddelki (a, b, c). \*\*\* Podatki v navedeni vrstici so zajeti do 1. 5. 2024.

Obrazložitev Tabele 1: Ugotavljamo, da je število učencev priseljencev upadlo v času pandemije Covida 19, torej gre za porast priselitev v letu pred pandemijo in po njej. Povprečen izračun učencev priseljencev na eno šolsko leto je 9,6 učenca (tretjina normativa za odderek), delež pa bi lahko bil višji. V sedmih letih smo torej 'vpisali za tri oddelke učencev priseljencev'. V nadaljevanju v Tabeli 2 prikazujemo število učencev priseljencev slovanske in neslovanske jezikovne skupine, v Tabeli 3 pa po jezikovnih skupinah ločeno prešolanje v programe z nižjim

izobrazbenim standardom oz. vpisom v srednjo šolo, v program nižjega poklicnega izobraževanja.

Prvi stolpec prikazuje šol. l. vpisa učencev priseljencev. Drugi stolpec prikazuje število učencev priseljencev tekočega šol. l. iz držav slovanske jezikovne skupine (pri nas BiH, Srbija, Ukrajina, Rusija, Severna Makedonija). Tretji stolpec prikazuje število učencev tekočega šol. l. iz držav neslovanske jezikovne skupine (na naši šoli albansko govoreči iz Republike Kosovo). Četrti stolpec prikazuje skupno število učencev priseljencev prvo leto.

**TABELA 2: Prikaz števila učencev priseljencev slovanske oz. neslovanske jezikovne skupine**

Šolsko leto	Število učencev slovanske jezikovne skupine	Število učencev neslovanske jezikovne skupine	Skupno št. učencev priseljencev ob koncu šol. leta
2017/2018	3	0	3
2018/2019	13	2	15
2019/2020	6	0	6
2020/2021*	5	2	7
2021/2022**	8	3	11
2022/2023	9	1	10
2023/2024***	7	8	15
Skupno število učencev priseljencev v sedmih šolskih letih: <b>67</b>			

Opomba \* in \*\*: od marca 2020 in do konca šolskega leta 2021/2022 je zaznati vpliv epidemije Covid 19 in ukrepov, ki so vplivali na migracije in prešolanja učencev priseljencev. Skupno število učencev na OŠ Tabor I Maribor se v vseh letih giba med 590 in 620, kar pomeni, da smo šola s tremi oddelki (a, b, c). \*\*\* Podatki v navedeni vrstici so zajeti do 1. 5. 2024.

Komentar k Tabeli 2: Ugotavljamo, da se s povečanjem števila učencev priseljencev, pri katerih je prvi jezik albanski, povečujeta intenziteta in obseg dela ŠSS ter obseg prilagoditev, ki jih morajo izvajati učitelji. Individualizacija je potrebna tudi pri učencih, ki prihajajo iz slovansko govorečih okolij, a se ti praviloma hitreje in lažje učijo slovenščine, posebej če za to izkazujejo interes. To potrjuje poročilo profesorice slovenščine za učence priseljence (5) na osnovi njenih 15-letnih izkušenj dela s priseljenci. V nadaljevanju analiziramo prešolanje učencev priseljencev v programe z nižjimi izobrazbenim standardom in sorodne programe.

**TABELA 3:** Prešolanje učencev iz slovanske ali neslovanske jezikovne skupine v programe z nižanim izobrazbenim standardom oziroma v srednje šole v program nižjega poklicnega izobraževanja.

7-letno obdobje od 2017/2018 do 2023/2024.	Število učencev, ki so se vpisali v šolo s <u>prilagojenim programom z nižjim izobrazbenim standardom:</u>	Število učencev, ki so se <u>vpisali v srednjo šolo v program nižjega poklicnega izobraževanja:</u>
Pet učencev od šestih, ki so vključeni v navedena programa, izhaja iz neslovanske jezikovne skupine.	trije učenci. (Trije učenci iz neslovanske jezikovne skupine.)	trije učenci (Dva učenca iz neslovanske jezikovne skupine, en učenec iz slovanske jezikovne skupine.)

Komentar k tabeli 3: Glede na celotno populacijo učencev priseljencev ugotavljamo visoki delež vključitve v OŠ s prilagojenim programom z nižanim izobrazbenim standardom in v program nižjega poklicnega izobraževanja (skoraj 9 %). Natančen pregled je viden v tabeli 4.



#### 4. FLUKTUACIJA UČENCEV PRISELJENCEV V 7-LETNEM OBDOBJU

Ugotavljamo relativno visoko število učencev priseljencev, ki so na naši šoli ostali od enega do treh šolskih let. Skupaj s prepisi v nižje poklicno izobraževanje zajema 21 %. Razlogi so vrnitev v matično državo (pet učencev se je vrnilo v domovino po enem do treh letih šolanja v Sloveniji), prepis na drugo šolo v Mariboru ali Sloveniji (trije učenci).

**TABELA 4: Fluktuacija učencev priseljencev v 7-letnem obdobju.**

Od 67-tih učencev je 14 učencev priseljencev (21 %) prešolanih na druge šole v obdobju treh šolskih let ali manj. Od tega je 6 učencev (9 %) vpisanih v OŠ program z nižanim izobrazbenim standardom ali v nižje poklicno izobraževanje.	<u>Prepisanih na šolo s prilagojenim programom z nižanim izobrazbenim standardom.</u>	<u>Vpisanih na nižje poklicno izobraževanje.</u>	Vrnitev v matično državo.	Prepis na drugo šolo v SLO, redni program.
<b>14 učencev (21 %)</b> <b>šest učencev (9 %) – nižji izobrazbeni standard</b>	trije učenci	trije učenci	pet učencev	trije učenci
	šest učencev		osem učencev	
	9 %		12 %	

Komentar k Tabeli 4: Iz tabele je razvidno, da se je prešolalo na osnovno šolo z nižjim izobrazbenim standardom ali pa po izpolnjeni osnovnošolski obveznosti vpisalo v nižje poklicno izobraževanje šest učencev. V tovrstna programa je v sedmih letih vključenih 9 % otrok priseljencev. Zanimiva podataka, ki nista zajeta v Tabeli 4 sta tudi visoko število učencev priseljencev, ki so ponavljali isti razred, kot so ga obiskovali prvo leto (pet) ter učenci priseljenci, ki so ponavljali katerikoli razred do konca šolanja oziroma do izpolnitve OŠ obveznosti (osem). Ves postopek od testiranja učencev do pripravljenosti staršev za prepis je potekalo od dve do tri šolska leta. Učencev, katerih starši so podali soglasje za ugotavljanje sposobnosti, specialno pedagoški pregled je bilo šest. Učencev oz. otrok, za katere smo podali obvestilo ali več obvestil na Center za socialno delo zaradi nerazumevanja staršev o sposobnostih in čustvenih potrebah učencev, je bilo šest.

#### 4. ANALIZA UČNEGA USPEHA UČENCEV PRISELJENCEV

Statistično ugotavljamo večjo učno uspešnost pri učencih, ki so izhajali in slovansko govorečih okolij, predvidoma zaradi besedišča in slovnice, ki učencem omogoča hitrejšo učenje slovenščine in lažji prehod (6). Pomemben dejavnik za učni uspeh je naklonjen interes staršev in širše družine za učenje slovenskega jezika in izražen interes staršev za splošno delo otroka. Ne glede na ugotovljeno, je en učenec iz slovanske jezikovne skupine ponavljal razred in se vpisal v program nižjega poklicnega izobraževanja z zaključenimi osmimi razredi OŠ. Vzoredne ugotovitve ŠSS ob učni neuspešnosti otrok so bile: šibka učna uspešnost pri učencih, kjer starši doma in na delovnih mestih govorijo v materinem jeziku (albanskem, bosanskem), pri nekaterih učencih (ne)realnost šolskih spričeval, težavnost ob komunikaciji s starši, ki so vedno potrebovali prevajalca, »šibek« prenos informacij staršev v zvezi z učnimi težavami otroka v matični državi, vpliv reševanja bivanjsko ekonomskega statusa staršev kot

prioritetne težave in vpis v OŠ otroka le kot most za pridobitev statusa družinskih članov za združitev družine, nizek socialno ekonomski status nekaterih družin.

### **Prilagoditve za učence priseljence – temeljne oblike pomoči**

Kot uspešno učno pomoč za učence priseljence v šoli ugotavljamo učne ure slovenskega jezika, »uvajalnice« v slovanskih oz. neslovanskih učnih skupinah, individualne prilagoditve učne snovi pri vseh predmetih, ocenjevanje pri predmetih, kjer je ocenjevanje smiselno, npr. ŠPO, LUM, GUM, (Priloga 1, tabela 5). Ugotavljamo, da so učenci v primerih izkazanega interesa bili ocenjeni pri več predmetih (temelj individualni načrt, prilagojeno število ocen v šolskem letu in enake prilagoditve tudi za učence priseljence II. leto).

## **5. VLOGA ŠSS IN PROSTOVOLJNIH PREVAJALCEV V PRIMERIH PREŠOLANJA**

Aktivnosti šolske svetovalne službe v primerih vztrajanja neznanja slovenščine in težav pri usvajanju osnovnih pojmov pri znanju otrok za glavnino predmetov povzemamo v sedmih korakih. Ugotavljamo, da je pri vseh korakih ključnega pomena sodelovanje s prevajalcem, ki ga povabijo starši (ali uredimo s strani šole). Uspešno razumevanje otrokovih potreb – predstavitev staršem - povezujemo z redno povratno informacijo staršem o otrokovem napredku s prevajalcem.

**Prvi korak:** identifikacija težave, seznanitev staršev: seznanitev o učnem napredku (nenapredku) pri učenju slovenščine po prvih mesecih šolskega leta (ŠSS, učiteljica slovenščine za priseljence, razredničarka). Srečanje smo po dveh ali treh mesecih po potrebi ponovili. Pomembno je, da povratne informacije staršem izrazimo z razumevanjem, s primerno čustveno podporo.

**Drugi korak:** razširitev identifikacije težave, preverjanje pri starših: ponovitev srečanja v tekočem šol. l. (isti strokovni tim), podajanje razmišljanja o možnosti ponavljanja razreda. Kot ŠSS izvedemo ponovno preverjanje zaznanih (morebitnih) učnih težav v šoli iz katere učenec prihaja, s prošnjo za dostavitev dokumentacije v prevodu ali vsaj v materinem jeziku.

**Tretji korak:** predlog za ponavljanje razreda: v primeru neosvojenih osnovnih pojmov v slovenščini pri predmetih, ki jih obiskuje učenec, staršem podamo predlog za ponavljanje razreda. Ob tem priporočamo testiranje oz. ugotavljanje sposobnosti otroka. Staršem razložimo potek in namen testiranja (pri nas to opravijo psihologinja in specialna pedagoginja iz centra Compas (7)). Testiranje se izvede po obrazložitvi in pisnem soglasju staršev, poteka v šoli.

**Četrty korak:** dogovor o ponavljanju razreda oziroma ponovni pogovor o težavah otroka, če bi napredoval ob neznanju temeljnih pojmov v slovenščini. Pojasnimo, da za uspešno delo v naslednjem razredu učenec nima usvojenega besedišča, zato bo njegov napredek izredno otežen. V primeru izpolnjevanja osnovnošolske obveznosti predlagamo vpis v nižje poklicno izobraževanje in prednosti le tega (ob uspešnem zaključku, lažjem programu s tem priznana in zaključena celotna osnovna šola, priznanih devet razredov OŠ).

**Peti korak:** seznanitev z rezultati testiranja in predlog za usmerjanje otroka s posebnimi potrebami. Pred tem predlog za oblikovanje Izvirnega delovnega projekta, pomoči v primeru ugotovljenih nižjih (znižanih, mehkih) intelektualnih sposobnostih, predlog za prešolanje v program z nižjim izobrazbenim standardom. Pri tem koraku je izjemnega pomena ustrezna čustvena podpora staršem, toplina svetovalca in razumevanje, sprejemanje stališč staršev, strokovnost. Izrednega pomena je korektnost prevajalca in njegova čustvena nevtralnost.

**Šesti korak** (po potrebi); seznanitev staršev o drugem ponavljanju istega razreda zaradi učne neuspešnosti oziroma nezmožnosti otroka za doseganje minimalnih standardov znanja v našem programu. Pojasnimo, da smo kljub vsem prilagoditvam učnega dela, individualizaciji, izvirnemu delovnemu projektu pomoči, dodatnim oblikam učne pomoči izčrpali vse oblike podpore in možnosti za učno uspešnost otroka. Pojasnimo, da otrok zaradi tega »ni slab«, temveč da našega programa ne zmore, ker je zanj prezahteven.

**Sedmi korak** (po potrebi); ponudba za skupni obisk šole s prilagojenim programom (v našem primeru Center Gustava Šiliha Maribor). Kot uspešno pomoč s strani ŠSS ugotavljamo tudi skupni obisk na novi šoli, kjer otroci pogosto na prvem srečanju (po predhodnem dogovoru) opravijo testiranje za umestitev v razred v njihovem programu. Pri vseh korakih prevajalci prostovoljci izvajajo prevode brezplačno. V zahtevnih situacijah je odločilnega pomena njihova čustvena nevtralnost, ker sodelujejo v čustveno zelo obremenjujočih situacijah. Ugotavljamo, da je bolje, če prostovoljni prevajalci niso s starši v osebnih (sorodstvenih) odnosih.

## 6. SKLEP

Ugotavljamo, da na splošno učno uspešnost učencev priseljencev vplivajo **pozitivni dejavniki, kot so** podpora družine, s katero bivajo in njeno spodbujanje k učenju slovenskega jezika, motivacija učenca. Ugotavljamo, da je v primeru prešolanja v program z nižjim izobrazbenim standardom izrednega pomena čustvena zrelost in stabilnost staršev, zmožnost soočanja s povratnimi informacijami in razumevanje otrokovih potreb, pripravljenost sodelovanja s šolo in prevajalci. Kot negativne dejavnike in učno neuspešnost otroka prepoznavamo ob drugih, prirojenih dejavnikih še v domačem okolju pogovor izključno v materinem jeziku, zaposlenost staršev v okoljih, kjer govorijo materin jezik (npr. albansko, bosansko), nizek socialno ekonomski status družine, starši s šibkim razumevanjem čustvenih, socialnih, učnih sposobnosti otroka, vprašljiv odnos staršev do slovenščine. Visoka fluktuacija otrok priseljencev (20 %) potrjuje, da je nujna profesionalnost, jasnost in odločnost pri delu s starši, v primeru prešolanja, kar nazorno prikazujemo v več korakih. Ugotavljamo, da je potrebo s strani ŠSS in učiteljev pri delu z učenci priseljenci razvijati in ohranjati optimalno angažiranje za zaščito pravic otrok priseljencev.

## LITERATURA IN VIRI

- [1] <https://pisrs.si/pregledPredpisa?id=ZAKO448> (Zakon o osnovni šoli, Uradni list Republike Slovenije, stran 1324, št. 16/29.2.2024).
- [2] [https://eportal.mss.edus.si/msswww/programi2019/programi/media/pdf/smernice/cistopis\\_Smernice\\_v\\_kljucevanje\\_otrok\\_priseljencev.pdf](https://eportal.mss.edus.si/msswww/programi2019/programi/media/pdf/smernice/cistopis_Smernice_v_kljucevanje_otrok_priseljencev.pdf)
- [3] Kompas je strokovni center, ki deluje v okviru Centra Gustava Šiliha Maribor, Majcigerjeva ulica 31. Na Centru Gustava Šiliha ob programu Kompas izvajajo program šole s posebnim programom z nižanim izobrazbenim standardom in posebni program. Deluje od leta 2017.
- [4] Poročilo o napredku učencev priseljencev v šol. letu 2021/2022, Metka Gselman Sedak, prof. slov. jezika). Arhiv dokumentacije šolske svetovalne službe za šol. leto 2021/2022.

**PRILOGA 1.**

**DELEŽ PRIDOBLENIH OCEN UČENCEV PRISELJENCEV V SEDMIH LETIH**

**Tabela 5. Prikaz deleža pridobljenih ocen učencev priseljencev.**

Šolsko leto	Št. učencev priseljencev prvo leto, ki imajo ob koncu šol. leta <b><u>zaključene ocene pri manj kot polovici predmetov.</u></b>	Št. učencev priseljencev prvo leto, ki imajo ob koncu šol. leta <b><u>zaključene ocene pri polovici oz. več kot polovici predmetov.</u></b>	Št. učencev priseljencev prvo leto, ki imajo ob koncu šol. leta <b><u>uspešno zaključene vse predmete.</u></b>	Skupno št. učencev priseljencev ob koncu šolskega leta.
2017/2018	1	2	<b>0</b>	3
2018/2019	6	3	<b>5</b> (od tega 3 opisne)	14
2019/2020	2	1	<b>4</b> (od tega 2 opisni)	7
2020/2021*	5	1	<b>1</b> (od tega 1 opisno)	7
2021/2022**	4	4	<b>3</b> (od tega 3 opisne)	11
2022/2023	6	1	<b>3</b> (od tega 2 opisni)	10
2023/2024	(predvidoma) 8	(predvidoma) 0	<b>7</b> (predvidoma) (od tega 5 opisnih)	15
Skupno število učencev priseljencev v sedmih šolskih letih: <b>67</b>				

**Tabela 6. Prikaz pridobljenih ocen po predmetih pri učencih z manj kot polovico zaključenih ocen ob zaključku šolskega leta.**

Šolsko leto	Št. učencev priseljencev prvo leto, ki imajo ob koncu šol. leta <b><u>zaključene ocene pri manj kot polovici predmetov.</u></b>	
2017/2018	1	1 X ŠPO, 1 X LUM
2018/2019	6	6 X ŠPO, 5 X LUM, 4 X TJA, 2 X GUM, 1 X TIT, 1 X BIO, 1 X GEO
2019/2020	2	2 X ŠPO, 2 X LUM
2020/2021*	5	3 X ŠPO, 2 X LUM, 1 X TIT
2021/2022**	4	4 X LUM, 3 X ŠPO, 1 X TJA, 1 X MAT
2022/2023	6	3 X ŠPO, 2 X LUM, 2 X TJA
2023/2024	Predvidevanje o zaključenih ocenah na dan 20. 5. 2024	7 X LUM, 7 X ŠPO, 6 X TJA

**Tabela 7. Zbir pridobljenih ocen po predmetih pri učencih priseljencih z manj kot polovico zaključenih ocen ob zaključku šolskega leta (7-letno obdobje).**

ŠPO	LUM	TJA	GUM	TIT	MAT	BIO	GEO
25 učencev	23 učencev	13 učencev	2 učenca	2 učenca	1 učenec	1 učenec	1 učenec

## **OBLIKOVANJE SKOZI OČI MLADIH**

### **POVZETEK**

Festival oblikovanja Maribor je festival, ki iz perspektive mladih predstavlja različne novosti oblikovanja. Dijaki v sklopu festivala na razgiban način spoznavajo svojo stroko, se seznanjajo z najnovejšimi trendi in dognanji ter srečujejo z mnogimi gosti. Med ključnimi nameni festivala izstopata prenos dobre prakse z uspešnih strokovnjakov na nadobudne dijake in motivacija mladih za poklice, za katere jih izobražujemo na Srednji šoli za oblikovanje Maribor. Mladostniki se lahko v okviru natečaja predstavijo s svojimi izdelki v kar 9 različnih kategorijah. Na tak način jih želimo motivirati, da pokažejo svojo inovativnost, hkrati pa s tem pridobijo možnost prepoznavnosti na trgu dela. Letos je festival potekal že devetič in prav vsako leto v Maribor privabi veliko gostov iz tujine. Kot zmeraj smo tudi tokrat bili priča živahnemu, neenakomernemu srčnemu utripu mladih, ki so prepričljivo dokazali, da dihajo v ritmu oblikovanja: prepričali so nas z modno revijo, animacijami, s filmi, fotografijami, plakati in z različnimi inovativnimi izdelki.

**KLJUČNE BESEDE: oblikovanje, motivacija, poklici, festival.**

## **DESIGN THROUGH THE EYES OF YOUNG PEOPLE**

### **ABSTRACT**

The Maribor Design Festival is a festival which presents various design innovations from the perspective of young people. As part of the festival, students get to know their profession in a varied way, get acquainted with the latest trends and developments and meet many guests. The key objectives of the festival are to transfer good practice from successful professionals to budding students and to motivate young people to enter the professions which they are trained for at the Maribor Secondary School of Design. Young people can present their products in 9 different categories. In this way, we want to motivate them to show their innovativeness, while at the same time they can gain recognition on the labour market. This year, the festival took place for the ninth time and every year it attracts many guests from abroad to come to Maribor. As always, we witnessed the vibrant, uneven heartbeat of the youth who convincingly demonstrated that they breathe in the rhythm of design: they impressed us with a fashion show, animations, films, photographs, posters and various innovative products.

**KEYWORDS: design, motivation, professions, festival.**

## 1 UVOD

Šolam kot osrednjim vzgojno-izobraževalnim zavodom slovenska javnost že leta očita preveliko usmerjenost k teoriji in premalo prenosa teorije v prakso. Še toliko bolj so čez vsa ta leta očitkov deležne srednje poklicne in srednje strokovne šole, ki bi naj dijake po treh oziroma štirih letih usposobile za samostojno opravljanje izbranega poklica. Dijaki so v omenjenih srednješolskih programih od nekdaj bili deležni praktičnega pouka, a nadobudni mladi si pogosto želijo več kot le usvojiti svoje praktično delo (ki včasih prehitro postane rutina). Učitelji skozi delo pogosto zaznavamo tendenco mladih po inovativnosti, željo po povezovanju z uspešnimi posamezniki iz njihove stroke, po drugi strani pa tudi pogosto potrebo po zunanji motivaciji, ki dijake spodbudi k ustvarjalnosti. Če so njihove izvirne ideje nagrajene in priznane s strani starejših oz. avtoritet na nekem področju, je to za mlade še toliko večja spodbuda.

Na Srednji šoli za oblikovanje Maribor smo pred desetletjem začeli razmišljati o projektu, ki bi mladim ponudil aspekte, ki jih v sklopu pouka šola oz. učitelji težko ponudimo mladim. Današnja družba je namreč podvržena konstantnim spremembam, v skladu s tem se čez leta spreminjajo tudi potrebe dijakov in prav zato se mora spreminjati oz. prilagajati tudi izobraževanje [3]. Kot profesorica na šoli, kjer izobražujemo bodoče frizerje, medijske tehnike in oblikovalce, sem se zavedala, da če kdo, dobro zasnovan projekt potrebujejo prav naši dijaki – oblikovanje je področje oz. (ožje gledano) poklicna usmeritev, kjer se trendi iz leta v leto spreminjajo in kjer je inovativnost ključnega pomena. Čutili smo potrebo, da dijake spodbudimo k nečemu več; ustvarjanje izdelkov za ocene hitro lahko postane le rutina, kjer si mladi ne upajo eksperimentirati, saj jim ocena predstavlja prej grožnjo kot motivacijo in zato raje izberejo varno sredinsko oz. že preizkušeno pot. Če pa dijakom ponudimo natečaje, ki so neodvisni od šolskih ocen, in če so najboljši tudi nagrajeni s strani učiteljev, potem lahko to marsikaj spremeni. Na osnovi naštetega smo na Srednji šoli za oblikovanje Maribor leta 2016 prvič izpeljali Festival oblikovanja Maribor (v nadaljevanju FOMB), ki je predstavljal nadgradnjo takrat že obstoječih projektnih dni.

## 2 NAMEN FESTIVALA

FOMB je že od svojih začetkov festival, v sklopu katerega dijaki prihajajo v stik z uspešnimi oblikovalci, hkrati pa preko natečajev mladim ponuja možnosti za neobremenjeno ustvarjanje in jim odpira varen prostor, v katerem lahko pokažejo svojo kreativnost. Njihova ustvarjalnost tako dobi nove razsežnosti, saj jo imajo dijaki priložnost predstaviti širši javnosti. Na Srednji šoli za oblikovanje Maribor (v nadaljevanju SŠOM) FOMB zdaj že tradicionalno izvajamo štiri zaporedne dni v mesecu aprilu. Prve izvedbe festivala smo izvajali meseca maja, vendar je praksa pokazala, da so dijaki na koncu šolskega leta preobremenjeni s pridobivanjem ocen in se niso uspeli posvetiti festivalu v celoti, zato ga sedaj izvajamo aprila. FOMB vidimo kot projekt, v sklopu katerega izkušeni oblikovalci svoje dobre prakse delijo z dijaki, hkrati je festival odličen prostor za mreženje (ki je v marsikateri stroki pogosto zapostavljeno). Ugotavljamo tudi, da FOMB na mlade deluje kot zunanja motivacija, da tudi sami poskusijo ustvariti nekaj več, kot od njih zahteva obvezen del izobraževalnega procesa [1].

V sklopu festivala se v aprilu na šoli in drugod po Mariboru odvijajo številne aktivnosti.

### **a) DELAVNICE**

Vsako leto organiziramo vsaj 50 vsebinsko različnih delavnic. Na določeno temo učitelji razpišejo različne delavnice (od športnih do ustvarjalnih, pogovornih ...). Namenjene so predvsem dijakom SŠOM. Na delavnice povabimo tudi osnovnošolce, ki se delavnic udeležijo v sklopu tehničnih dni in tako bolje spoznajo šolo, dijake, izobraževalni program ... Izbiro delavnic mesec dni pred začetkom festivala objavimo na spletni strani šole pod zavihkom FOMB. Dijaki si delavnice tako izberejo sami, nato pa teden dni pred začetkom odpremo spletne prijave. Število udeležencev na delavnicah je zaradi organizacijskih razlogov omejeno, zaradi česar se vsi dijaki žal ne morejo udeležiti želene delavnice. Vsi pa si izberejo dve različni delavnici. Delavnice kot del FOMB-a pa nimajo le primarnega namena učiti se oz. izboljšati določeno spretnost; namen delavnic je tudi razvijanje socialnih odnosov v šoli, spodbujanje razvoja pozitivnih odnosov med učitelji in dijaki, širitev mreže odraslih na šoli, ki so dijakom na razpolago, nenazadnje je namen tudi sodelovalno učenje [4].

### **b) STROKOVNI DNEVI**

Strokovni dnevi se razlikujejo glede na smer izobraževanja: prirejamo dan medijcev, dan frizerjev in dan oblikovalcev. V sklopu strokovnih dni potekajo predstavitve, okrogle mize, produkcije ipd. Na strokovne dneve povabimo posebne goste, udeležijo se jih različni strokovnjaki, med njimi tudi znane osebnosti. To je eden izmed načinov promocije posameznih poklicev, hkrati pa odlična priložnost za prenos dobrih praks iz izkušenih na še šolajoče.

Veliko težo damo na dejstvo, da poskušamo celotno prireditev organizirati, posneti in objavljati na družbenih omrežjih s pomočjo dijakov. Dijaki tudi sami naličijo in uredijo frizuro nastopajočim gostom in že tedne prej izdelajo majhna zahvalna darila (platnene vrečke z logotipom FOMB-a, lesene metuljčke, obeske, lesene uhane, toaletne torbice ...). Kot javni vzgojno-izobraževalni zavod namreč strokovnjake v goste vabimo brez finančne kompenzacije.

### **c) NATEČAJ**

Vsaj tri mesece pred začetkom festivala odpremo natečaj, ki je objavljen na šolski spletni strani. Z informacijami o natečaju obvestimo tudi vse osnovne šole na lokalnem območju. Devetošolce seznanimo z natečajem na informativnem dnevu. O natečaju obvestimo tudi vse naše partnerje, s katerimi sodelujemo preko programa Erasmus+. Tako je natečaj postal mednarodni, saj vsako leto prispe kar nekaj izdelkov dijakov iz tujine.

Natečaj poteka na 9 različnih področjih (kategorijah): fotografija, film, animacija, plakat, strip in grafična kratka pripoved, modna kreacija, modna ilustracija, promocijski in darilni izdelki ter pričeska. Skrbniki posameznih kategorij natečaja so učitelji na SŠOM. Stremimo pa k temu, da so v ocenjevalni komisiji poleg učiteljev tudi zunanji strokovnjaki z različnih področij.

Vse izdelke natečaja (oz. njihove fotografije) objavimo na naši spletni strani in v biltenu FOMB-a. Najboljše izdelke natečaja po presoji komisije razstavimo na festivalskih razstaviščih. Avtorje treh najboljše uvrščenih izdelkov v posamezni kategoriji tudi nagradimo s sponzorskimi darili. Na tem mestu moramo izpostaviti, da so tako nepogrešljiv del FOMB-a tudi sponzorji – v zameno za sponzorstvo njihov logotip objavimo na spletni strani, družbenih omrežjih, v biltenu in na prireditvah.



### **č) RAZSTAVIŠČNI PROSTORI**

Razstaviščni prostori so eden izmed ključnih in javnosti najbolj vidnih delov FOMB-a, saj se prav tam dijaki in udeleženci natečaja s svojimi izdelki predstavijo širši javnosti. Uredimo jih na različnih lokacijah po Mariboru. Vsak dan FOMB-a imamo pozno popoldan odprte posamezne razstave, ki jo pogosto spremlja tudi kulturni program.

### **d) SLAVNOSTNA PRIREDITEV**

Četrti dan FOMB-a organiziramo prireditev za vse dijake SŠOM. Dijaki zaključnih letnikov se na njej predstavijo s svojimi izdelki. Frizerji in frizerski tehniki z modno revijo prikažejo zanimive frizure, medijski tehniki različne tiskovine, fotografije, filme, animacije, oblikovalci uporabnih predmetov prikažejo svoje inovativne izdelke, grafični oblikovalci svoje ilustracije v knjigah, na plakatih, v stripih, na koledarjih, nalepkah, v animacijah... Občinstvo pa vsako leto nestrpnost čaka kreacije modnih oblikovalcev, ki jih na modni pisti predstavijo manekenke naše šole. Prireditev je popestrena s kulturnim programom z glasbenimi in s plesnimi točkami. Izvedemo jo kar trikrat v enem dnevu – zadnja ponovitev je ob 18. uri in je že tradicionalno namenjena dijakom zaključnih letnikov ter njihovim staršem, sorodnikom in prijateljem. Lokacije čez leta menjujemo, ključni faktor pri izbiri pa igra šolski proračun. Slavnostno prireditev smo izvajali že v Mariboxu, Festivalni dvorani Lent, na Habakuku in tudi pred šolo v različici prireditve na prostem. Leta 2018 smo festivalsko dogajanje združili z 70. obletnico šole in smo slavnostno prireditev naredili kar pred šolo. Na prireditev je takrat prišlo okoli 3500 ljudi.

## **3 IZVEDBA FESTIVALA**

Vsako leto je v FOMB vključenih približno 800 dijakov – odločitev, kako aktivno bodo vključeni, pa je na vsakem posamezniku. V sklopu delavnic in strokovnih dni učitelji poskrbimo za vključenost vseh šolajočih, dijakom pa se vsako leto poleg tega ponujajo še številne dodatne aktivnosti, v katere se lahko vključujejo na različne načine. Šolajoči se vključujejo kot snemalci, monterji, fotografi, oblikovalci, frizerji, manekeni, ustvarjalci vsebin na družbenih omrežjih ... Dijaki ustvarijo tudi festivalski časopis FESTIVALKO, med festivalom ustvarjajo tudi različne TV-prispevke o dogajanju (že nekaj let jih z enodnevnim zamikom objavijo v osrednji dnevni aktualno-informativni oddaji regionalnega programa Televizije Maribor imenovani Tele M), pripravijo pa tudi pester kulturni program. Ker je med mladimi mnogo talentiranih plesalcev, glasbenikov, pevcev, igralcev, jim v sklopu festivala damo priložnost, da svoj talent pokažejo na odru pred zbrano množico. FOMB je njihovo prizorišče ne glede na ljubiteljsko ali profesionalno zgodbo na kulturnem področju. Kolektiv učiteljev na SŠOM ugotavlja, da se večina dijakov poleg šolskih obveznosti v FOMB vključuje še dodatno (na različne že naštet načine).

FOMB je že od samega začetka leta 2016 več kot le šolski projekt – vanj se aktivno vključujejo uspešni gostje iz slovenske in tudi mednarodne skupnosti, prireditve so odprte za širšo javnost ... Razstaviščni prostori so tako z namenom postavljeni na različnih lokacijah po Mariboru (Vetrinjski dvor, Sodni stolp, Kulturni inkubator, MediaNox, razstavišče naše šole).

Čez leta se je izkazalo, da je FOMB projekt, ki povezuje:

- lokalno skupnost (prizorišča projekta so razdrobljena po različnih kottičkih Maribora, veliko dogodkov je namenjenih širši javnosti in je brezplačnih),
- strokovno skupnost (našega festivala se vsako leto udeležijo številni strokovnjaki – tako iz Slovenije kot tujine),
- učitelje in dijake na Srednji šoli za oblikovanje Maribor (saj projekt soustvarjamo skupaj [2] – vse se začne z iskanjem teme za vsakoletni festival: med naslovi izbiramo dijaki in učitelji, nadaljuje z iskanjem gostov za posamezne strokovne dneve, nadaljuje se s strokovno-tehničnimi in organizacijskimi zadevami ...).

Nenazadnje pa je FOMB tudi promocija mesta Maribor in oblikovanja ter oblikovalcev nasploh.

#### **4 ZGODOVINA FESTIVALA**

Festival oblikovanja Maribor se je pod okriljem SŠOM prvič odvijal leta 2016. Prvo leto je FOMB potekal pod naslovom Povezanost klasičnega s sodobnim. Tako imenovane teme oz. naslovi so postali stalnica FOMB-a. Vsako leto dijaki z glasovanjem izberejo novo temo, pod okriljem katere nato razpišemo natečaje in oblikujemo festivalsko dogajanje. Leto kasneje je za temo FOMB-a bila izbrana tema Plasti & pasti svetlobe, leta 2018 pa Ulica. Četrti FOMB (2019) je nosil naslov Hitrost. Sledili sta dve epidemični leti, ki sta med organizatorje zasejale dvome o tem, ali je izvedba festivala sploh možna. A skupaj z dijaki nam je uspelo izpeljati peti in šesti FOMB, oba naslovljena Svetovi. Kot vse ostalo smo tudi FOMB v omenjenih dveh letih prenesli zgolj v spletno okolje – a kljub temu poželi pozitivne odzive. S skupnimi močmi smo dijaki in učitelji dokazali, da nas niti epidemija ne more ustaviti in da lahko v še tako na videz brezizhodnih situacijah skupaj najdemo rešitev. Zgodba FOMB-a je vsa ta leta tudi zgodba o uspešnem timskem delu. Leta 2022 smo z velikim pričakovanjem in navdušenjem FOMB-u vrnili tudi fizično plat: končno smo festival lahko ponovno izvajali v živo. To leto smo mu dodelili sporočilen naslov Junaki, leto kasneje pa Aritmija mladosti. Leta 2024 je tako pod naslovom RaznoLIKost potekal že deveti FOMB. A organizatorji smo z mislimi že pri jubilejnem desetem FOMB-u, ki se bo odvil leta 2025 in bo nosil naslov Neskončnost misli. Teme za FOMB izberemo eno leto vnaprej. Sprva se med učitelji in dijaki zbirajo predlogi za naslov prihajajočega FOMB-a, nato ožji tim FOMB-a izmed idej izbere deseterico najboljših, končni naslov pa dobimo z glasovanjem. Temo nato dijakom in javnosti sporočimo na zaključni slavnostni prireditvi. Tako imajo dijaki dovolj časa, da lahko razmislijo, s kakšnimi izdelki bodo naslednje leto sodelovali na natečaju.

#### **5 RAZNOLIKOST**

Letošnji 9. FOMB je potekal pod okriljem teme RaznoLIKost. Kot zmeraj je tema zasnovana dovolj široko, da omogoča izvedbo vseh predvidenih aktivnosti. Prvi dan festivala, ki se je začel v ponedeljek, 15. 4. 2024, je bil namenjen dijakom programa medijski tehnik. Dogajanje se je začelo z ogledom filmskih produkcij in animacij naših dijakov in ostalih udeležencev natečaja. Letos so FOMB s svojim obiskom na dnevu medijcev počastili Sefaj Blendor (komik in soustanovitelj studia za razvoj digitalnih rešitev Clover Labs, kjer razvijajo digitalne izdelke in rešitve za mednarodni trg), Tea Vučkovič (ambasadorka techno glasbe in organizatorica

dogodkov, njena znamka TV skrbi za vidnost regionalne techno scene, Tea pa tudi v sklopu Akademije Alphawave organizira delavnice za DJ-e) in Zlatko Čordić (rap umetnik).

Naslednji dan smo na dnevu oblikovalcev gostili inženirko konfekcijske tehnologije Katjo Toplak, ki je združila slovenske modne oblikovalke v svojem butiku Perfect DRESSCODE s Katjo, in grafično oblikovalko Ino Smajić, ki z grafiko in tiskom dopolnjuje športno kolekcijo WithJoy. Oblikovalki sta nam z modno revijo športne kolekcije še bolj približali svoje delo. Med gosti sta bila tudi Lara Podvršič in Jaka Trtnik iz Ateljeja DR Jewelry, ki sta svoj nakit predstavila v reviji Vogue, pa tudi na osrednji razstavi milanskega tedna mode. V sklopu dneva oblikovalcev smo gostili tudi okroglo mizo z gosti: s Teosonom, Tinetom Lugaričem in Simonom Sovičem. Vsak od njih ima v lasti svoje podjetje in vsi se ukvarjajo s podobnimi, a hkrati zelo različnimi, dejavnostmi, kot so multimedija, oglaševanje, grafiti, ilustracije ...

V sklopu tretjega dneva sta na dnevu frizerjev šolajoče frizerke in frizerje nagovarjali kar dve frizerki z nadvse dolgo delovno prakso: Nada Balan in Viktorija Jarc. Balan je svoj poklic opravljala kar 62 let. Z dijaki je delila svoje spomine na poslovno pot in striženje nekoč in danes. V svoji karieri je doživela marsikaj: na svetovnem prvenstvu frizerjev je tekmovala v moški stroki, bila je žirantka na svetovnih tekmovanjih, predsednica za mojstrske izpite frizerjev ... Na svetovno prvenstvo v Tokiu je popeljala ekipo slovenskih frizerjev moške in ženske stroke. Viktorija Jarc, še zmeraj delujoča frizerka, ki v svojem salonu dela že 54 let, pa je mlade na podlagi lastnih izkušenj nagovorila s tematiko o hitrih in nenadnih spremembah v frizerstvu. V goste je prišla tudi Mojca Janežič, direktorica Akademije Studia Lepota, ki je dijakom podrobneje predstavila razvoj manikire skozi zgodovino in različne tehnike manikire. Podjetje Subrina Professional pa sta predstavili mednarodna edukatorka Tina Hudobivnik in profesionalna frizerka Kaja Tomažič, ki sta na modelih demonstrirali različne tehnike barvanja, kodranja, delo z likalnikom in pletenje kitk.

Posebne pozornosti je letos bila deležna delavnica, ki smo jo izvedli s predstavniki društva Irsa (ki deluje v okviru mednarodnega projekta Yafe in pozornost posveča trajnosti in ekologiji). 26 dijakov je s kreativnostjo in skupinskim delom izdelalo motiv za mural, ki so ga v času festivala narisali na zunanje zidove šole. Na muralu so upodobljene 4 ptice, ki domujejo na Mariborskem otoku – otoku na reki Dravi, ki je pomemben za pitno vodo in okoljevarstvo v širšem smislu. Kljub utečenemu ritmu festivala, ki se čez leta drži ustaljenih tirnic, se učitelji trudimo razširiti priložnosti, ki jih FOMB daje mladim. Čeprav temelji ostajajo čez vsa ta leta enaki, s spremljevalnim programom poskušamo v mladih prebuditi ustvarjalnost in energijo tudi izven poklicnih področij, za katere se šolajo na SŠOM. Letos smo tako dodatno uvedli srečanje srednješolskih glasbenih skupin poimenovano FOMBPOMP. Dogodek je potekal na znanem mariborskem glasbenem prizorišču Štuk. Čeprav je to le ena izmed dodatnih aktivnosti, se je dobro obnesla in v mladih prebudila mladostniško energijo ter strast do glasbe kot umetnosti. Kljub pestri širitvi festivalskega dogajanja središče in razlog za organizacijo FOMB-a ostajata prenos dobrih praks iz izkušenih na mlade ter FOMB kot motivacija za ustvarjanje in izpopolnjevanje dijakov.

## **6 PRENOS DOBRIH PRAKS**

Vsa ta leta na SŠOM organiziramo FOMB v želji, da bi mladi v sklopu festivalskega dogajanja dodatno razširili svoja obzorja ter se na različne načine učili od uspešnih oblikovalcev,

podjetnikov in svojih vzornikov. Temu so v prvi vrsti namenjeni strokovni dnevi, kamor že desetletje vabimo goste iz Slovenije in tujine. Vsa leta uspešni oblikovalci na FOMB-u gostujejo prostovoljno brez plačila, kar le dokazuje, da je FOMB postal dogodek, ki kot referenca ne šteje le dijakom, temveč tudi gostom. Na strokovnih dnevih se gostje predstavijo na različne načine – od predavanj, do okroglih miz in delavnic oz. drugih oblik prikazovanja njihovega dela. Dijakom je tak način pridobivanja znanja in prenosa dobrih praks blizu, pogosto tudi gost kot vzornik igra veliko vlogo pri zainteresiranosti mladih. Prav zaradi tega vsako leto na festival povabimo različne goste z različnimi zgodbami in referencami. Gostje so tisti, ki v mladih lahko prebudijo zagnanost, inovativnost in novo energijo – pomembne komponente pri poti do uspeha, ki v rutini vsakdana pogosto (z)bledijo. Hkrati pa lahko prav gostje iz prve roke pričujejo in dokazujejo, kako ima vsak posameznik svojo pot do uspeha. Nenazadnje druženje uspešnih oblikovalcev in drugih znanih osebnosti ni namenjeno samo prenosu dobrih praks, ampak tudi t. i. mreženju (tj. spoznavanju in posredovanju kontaktov ipd.). Prenos dobrih praks kot ključna komponenta FOMB-a pa je opazen tudi v sklopu festivalskih delavnic in na natečaju.

Čeprav so poti do uspeha različne in čeprav je vsaka uspešna (poslovna) zgodba le osebna zgodba, učitelji opažamo, da dijake najbolj nagovarjajo ravno gosti, ki dijakom predstavijo svoje izkušnje in karierno pot. Prav takšna predavanja in pričevanja nanje delujeta motivirajoče.

## **7 MOTIVACIJA**

Drugi steber FOMB-a je motivacija za mlade. Dijaki na SŠOM so pogosto polni novih, drugačnih in zanimivih idej, a jih marsikdo brez zunanje motivacije ne predstavi javnosti. Zato v sklopu FOMB-a organiziramo natečaje, ki so odprti daljše časovno obdobje. Dijaki in ostali mladi se lahko na natečaj brezplačno prijavijo in oddajo po en izdelek v vsako izmed razpisanih kategorij. Vsako leto na natečaj prispe čez 150 različnih izdelkov. Izdelke razstavimo na razstavnih prostorih in jih objavimo na spletni strani šole. V vsaki kategoriji najboljše tri izdelke nagradimo.

Kolektiv učiteljev SŠOM opaža, da imajo dijaki zelo zanimive, raznolike in presenetljive ideje, ki pa marsikdaj ne bi bile realizirane, če jih mladi ne bi ustvarili zaradi prijave na natečaj. Ugotavljamo, da FOMB natečaj deluje kot zunanji motivator, saj mladini osmisli ustvarjanje izdelkov – ker s prijavo na natečaj dobijo zagotovilo, da bo njihov izdelek razstavljen, če bo dovolj dober, in si ga bo lahko ogledala širša javnost. Hkrati natečaj ponuja možnost inovacij, dijakom daje priložnost, da brez zunanjih obremenitev izrazijo svoje drzne in še nepreizkušene ideje. Natečaj mladi tako vidijo kot varen prostor za ustvarjanje, a hkrati tudi zagotovilo, da bodo njihovi izdelki »ugledali luč sveta«.

## **8 SKLEP**

Festival oblikovanja Maribor v organizaciji Srednje šole za oblikovanje Maribor je letos potekal že devetič in ga tradicionalno nadaljujemo tudi drugo leto s temo Neskončnost misli. Festival je v teh letih pridobil na lokalni, nacionalni, pa tudi mednarodni prepoznavnosti. Čeprav je festival v veliki meri odprt tudi za širšo javnost (natečaji, prireditve, razstave ...), je

primarna naloga prenos dobrih praks iz izkušenih na dijake in motivacija za dijake SŠOM. Glede na vsakoletno številčno aktivno udeležbo dijakov kolektiv učiteljev opaža, da je FOMB vsekakor festival, ki mladim »daje krila« v številnih pomenih: natečaji jim dajejo zagon za ustvarjanje, gostje na strokovnih dnevih jih motivirajo, kulturni in spremljevalni program ter ustvarjanje medijskih vsebin jim dajejo možnost preizkusiti se v marsikateri nalogi, dijaki pa lahko tudi drugače sodelujejo pri sami organizaciji FOMB-a, kar je zanje lahko pomembna referenca v življenjepisu. Nenazadnje je festival pomemben za oblikovalsko stroko, ki se vsako leto znova sooča s številnimi trendi in inovacijami. Ne smemo pa pozabiti, da ima FOMB tudi velik vpliv na povezanost šole in narodne ter celo mednarodne skupnosti, povezuje tudi dijake in strokovnjake ter dijake in učitelje SŠOM. FOMB je namenjen vseživljenjskemu učenju – v prvi vrsti dijakov SŠOM, posredno pa tudi k izpopolnjevanju gostov, učiteljev na SŠOM in tudi širše javnosti, ki si brezplačno lahko ogleda številne razstave, dogodke in slavnostno prireditev.

## LITERATURA IN VIRI

- [1] B. Marenčič Požarnik, »Psihologija učenja in pouka – od poučevanja k učenju,« DZS, Ljubljana, 2023.
- [2] D. Coyle, »Skrivnost sodelovanja : kako delujejo zelo uspešne skupine,« UMco, Ljubljana, 2023.
- [3] J. West-Burnham, D. Harris, »Komunikacija – ključ do uspeha, Sodobni pristopi k vodenju v izobraževalnih ustanovah,« Rokus Klett, Ljubljana, 2016.
- [4] K. Košir, »Socialni odnosi v šoli,« UM Pedagoška fakulteta Maribor in Subkulturni azil, zavod za umetniško produkcijo in založništvo, Maribor, 2013.

## IGRANJE JE BRANJE V PRVEM RAZREDU OSNOVNE ŠOLE

### POVZETEK

Aktivno učenje s pomočjo različnih oblik in metod dela ima v vzgojno-izobraževalnem procesu čedalje večji pomen. V zadnjem obdobju se močno spreminja strategija poučevanja in učenja vseh predmetov. Učitelji morajo stremeti k učinkovitim in sodobnim metodam, oblikam in učnim stilom. Učenca je treba oskrbeti ne zgolj z znanjem, ampak tudi s spretnostmi in stališči, torej ga morajo učitelji celostno usposobiti za nadaljnje izobraževanje in poklicno delovanje. Eden od načinov za posodabljanje vzgojno-izobraževalnega procesa je vnašanje več didaktične igre v učno delo kot sem to poskusila pri učenju branja. Izvedla sem igro, v kateri so pravila in vsebine tako izbrani, organizirani in usmerjeni, da spodbujajo pri otrocih veselje do branja. Učenje branja z igro je bilo hitrejšo in bolj učinkovito, učenci so branje vzljubili in se nevede učili.

**KLJUČNE BESEDE:** metode dela, aktivno učenje, didaktična igra, branje, trajno znanje.

## PLAYING IS READING IN THE FIRST CLASS OF PRIMARY SCHOOL

### ABSTRACT

Active learning has more and more meaning in the educational process with the help of different forms and methods of work. In the last period, the strategy of learning and teaching has been changed. Teachers have to promote the effective and advanced methods and forms, learning styles. Pupils have to be provided not only the knowledge, but also by skills and statements, so there has to be the integrate training for their further training and occupational function. One among the ways of modernization of educational process is placing more didactic game into the learning task as I tried to learn how to read. I have implemented a game in which the rules and contents are selected, organized and directed in such a way that they encourage the joy of reading in children. Learning to read with the game was faster and more effective, students fell in love with reading and learned unknowingly.

**KEY WORDS:** methods of work, active learning, didactic game, reading, permanent knowledge.

## **1. UVOD**

Igra je ena najpomembnejših dejavnosti v otroštvu. Poleg zabave ima igra ključno vlogo v razvoju otrokovih kognitivnih, socialnih, čustvenih in fizičnih sposobnosti. Tema "Igranje je branje" poudarja, kako lahko različne oblike igre delujejo kot temelji za razvoj bralnih veščin. Poudariti želim različne vidike igre in njen vpliv na otrokovo zmožnost učenja branja in pisanja.

## **2. POMEN IGRE V ZGODNJEM OTROŠTVU**

### **a) KOGNITIVNI RAZVOJ**

Igra spodbuja otrokov kognitivni razvoj na več načinov. Pri igri z igračami, sestavljankami in igrami vlog otroci razvijajo sposobnost reševanja problemov, kritično mišljenje in ustvarjalnost. Raziskave kažejo, da otroci, ki se pogosto igrajo, razvijajo boljše jezikovne spretnosti in večji besedni zaklad [1].

### **b) SOCIALNI RAZVOJ**

Pri skupinski igri se otroci učijo socialnih veščin, kot so sodelovanje, deljenje, reševanje konfliktov in razumevanje perspektiv drugih. Te veščine so pomembne za učinkovito komunikacijo in branje, saj branje pogosto zahteva razumevanje družbenih kontekstov in interakcij med liki [1].

### **c) ČUSTVENI RAZVOJ**

Igra omogoča otrokom, da izrazijo in obdelajo svoja čustva. Skozi igro se učijo, kako ravnati z občutki frustracije, veselja, jeze in drugih čustev. Razumevanje in upravljanje čustev je ključno tudi za razvoj empatije, kar je pomembno pri interpretaciji literarnih del [1].

### **č) FIZIČNI RAZVOJ**

Fizična igra, kot so plezanje, skakanje in tek, krepi otrokovo motoriko in koordinacijo. Dobra telesna kondicija in motorične spretnosti so pomembne tudi za fine motorične sposobnosti, ki jih otroci potrebujejo za pisanje in manipulacijo knjig [1].

## **3. IGRA KOT PRIPRAVA NA BRANJE**

### **a) SIMBOLNA IGRA**

Simbolna igra, kjer otroci uporabljajo predmete, da predstavljajo nekaj drugega (npr. palico kot meč), spodbuja razumevanje simbolov, kar je osnova za branje. Črke in besede so simboli, ki predstavljajo zvoke in pomen, zato simbolna igra pomaga otrokom razvijati to razumevanje [2].

### **b) PRIPOVEDOVANJE ZGODB**

Pri igri vlog in pripovedovanju zgodb otroci razvijajo narativne spretnosti. Učijo se strukture zgodb, kot so začetek, sredina in konec, ter razvijajo zmožnost povezovanja dogodkov in likov. Te veščine so ključne pri razumevanju prebranega besedila [2].



### **c) IGRA S ČRKAMI IN BESEDAMI**

Igre, ki vključujejo črke, besede in zvoke, neposredno prispevajo k bralni pripravljenosti. Sestavljanke z abecedo, igre z rimanjem in prepoznavanjem črk spodbujajo prepoznavanje črk in fonološko zavedanje, kar sta ključna koraka pri učenju branja [3].

## **4. VLOGA STARŠEV IN VZGOJITELJEV**

### **a) SPODBUJANJE IGRE**

Starši in vzgojitelji imajo pomembno vlogo pri spodbujanju igre. Ponujanje različnih igrac, knjig in materialov ter zagotavljanje časa in prostora za prosto igro omogoča otrokom raziskovanje in učenje v varnem okolju [3].

### **b) INTERAKTIVNO BRANJE**

Skupno branje knjig je lahko oblika igre, kjer starši in otroci skupaj raziskujejo zgodbe, like in dogodke. Interaktivno branje, kjer starši sprašujejo vprašanja, komentirajo slike in spodbujajo otrokovo sodelovanje, krepi otrokove bralne veščine in ljubezen do knjig [4].

## **5. PRIMERI DEJAVNOSTI - IGRANJE JE BRANJE**

Dejavnost "Igranje je branje" je zasnovana tako, da otroke spodbuja k branju skozi interaktivno in zabavno igro. Ta dejavnost združuje igro in branje ter tako pomaga otrokom razvijati bralne veščine, besedni zaklad in razumevanje prebranega [5].

### **a) IGRA "LOV NA BESEDE"**

Cilj: Otroci se naučijo prepoznavati in brati preproste besede.

Materiali: Kartice z natisnjenimi besedami (npr. hiša, pes, miza), slike, ki ustrezajo besedam na karticah.

Navodila: Skrijte kartice z besedami in ustreznimi slikami po prostoru. Otroci dobijo seznam besed, ki jih morajo poiskati. Ko najdejo kartico z besedo, morajo poiskati tudi ustrezno sliko. Otroci prinesejo besedo in sliko nazaj k učitelju in ju skupaj preberejo ter poimenujejo.

Prilagoditve: Igro lahko izvedete zunaj in vključite naravne predmete, povezane z besedami. Dodajte časovno omejitev za večji izziv.

### **b) IGRA "SESTAVI BESEDO"**

Cilj: Otroci se naučijo sestavljati besede iz posameznih črk.

Materiali: Magnetne črke ali črke iz kartona, tabla ali podlaga za sestavljanje.

Navodila:

1. Razdelite otroke v pare ali manjše skupine.
2. Vsaka skupina dobi komplet črk in seznam besed, ki jih morajo sestaviti.
3. Otroci iz črk sestavijo besede na tablo ali podlago.
4. Ko sestavijo besedo, jo preberejo učitelju.

Prilagoditve: Uporabite različne nivoje težavnosti z bolj ali manj kompleksnimi besedami.

Dodajte element tekmovanja, kjer zmaga skupina, ki najhitreje sestavi vse besede.

### **c) IGRA "BESEDNI SPOMIN"**

Cilj: Otroci se naučijo prepoznavati in brati preproste besede ter razvijajo spomin.

Materiali: Kartice z natisnjenimi pari besed (npr. mačka – mačka, avto – avto).

Navodila: Kartice z besedami razporedite obrnjene navzdol na mizo. Otroci izmenično obračajo po dve kartici. Če se besedi ujemata, otrok obdrži par in dobi še en krog. Če se besedi ne ujemata, jih ponovno obrne navzdol in nadaljuje naslednji otrok. Igra se konča, ko so vsi pari najdeni. Zmaga tisti, ki ima največ parov.

Prilagoditve: Uporabite besede, ki so tematsko povezane (npr. živali, vozila). Dodajte slike zraven besed za mlajše otroke ali otroke s težavami pri branju.

### **č) IGRA "KDO SEM?"**

Cilj: Otroci razvijajo sposobnost sklepanja in širijo besedni zaklad.

Materiali: Kartice z napisanimi besedami ali slikami (npr. živali, predmeti).

Navodila: Vsak otrok dobi kartico z besedo ali sliko, ki je ne sme pokazati drugim. Drugi otroci postavljajo vprašanja, na katera lahko odgovori samo z "da" ali "ne" (npr. "Ali imaš krila?", "Ali živiš v vodi?"). Otroci poskušajo ugotoviti, katera beseda ali slika je na kartici. Ko ugamejo, lahko zamenjajo vloge in igra se nadaljuje.

Prilagoditve: Uporabite kategorije, kot so poklici, predmeti v hiši ali narava. Omogočite otrokom, da uporabljajo več stavkov za opisovanje besede, če je pretežno samo z "da" ali "ne". Te igre so zasnovane tako, da otrokom omogočajo učenje branja skozi igro in interakcijo, kar spodbuja naravno učenje in veselje do branja.

### **d) IGRA "BRANJE V KROGU"**

Cilj: Spodbujanje bralne pismenosti in ljubezni do knjig skozi interaktivno in zabavno dejavnost.

Materiali: Knjiga/revija z zanimivo zgodbo (prilagojena starosti otrok), majhna mehka žoga ali plišasta igrača

Navodila: Učitelj izbere primerno knjigo, ki je zanimiva in primerna za starostno skupino otrok. Pomembno je, da knjiga vsebuje veliko dialogov in različnih likov, kar omogoča dinamično branje. Otroci sedijo v krogu na tleh ali na stolih. Učitelj lahko uporabi mehko žogo ali plišasto igračo, ki bo v igri služila kot 'bralna žoga'.

Začetek igre: Učitelj začne brati zgodbo. Po nekaj stavkih ali odstavkih učitelj preneha z branjem in vrže 'bralno žogo' enemu izmed otrok. Otrok, ki ujame žogo, nadaljuje z branjem zgodbe. Po prebranem odstavku ali določenem številu stavkov, otrok vrne žogo naprej drugemu otroku. Tako se branje nadaljuje po krogu, dokler se zgodba ne prebere ali dokler ne poteče čas, namenjen za dejavnost.

Vključevanje vseh otrok: Če otrok ni sposoben brati ali se mu ne ljubi brati na glas, mu lahko pomagajo učitelj ali drugi otroci. Pomembno je, da se vsi otroci počutijo vključene in podprte. Učitelj lahko priskrbi tudi podporne gradnike, kot so slike iz zgodbe, ki jih otroci držijo in uporabljajo kot vizualno pomoč pri branju.

Diskusija in vprašanja: Po končani zgodbi učitelj vodi kratko diskusijo o prebranem. Otroci lahko delijo svoje vtise, razpravljajo o likih, dogodkih in morali zgodbe.

Učitelj lahko pripravi tudi nekaj vprašanj, da spodbudi razmišljanje in razumevanje prebranega.

Za dodatno popestritev lahko učitelj vključi elemente igre, kot so glasovne spremembe (otroci berejo z različnimi glasovi za različne like) ali igranje vlog (otroci uprizarjajo prebrane dele zgodbe).

Prilagoditve: Če je zgodba daljša, jo lahko razdelite na več delov in jo berete skozi več dni. Uporabite različne knjige in zgodbe, da ohranite zanimanje otrok. Vključite ilustrirane knjige, da otroci med branjem lahko spremljajo slike in tako bolje razumejo zgodbo.

Refleksija: Igra "Branje v krogu" spodbuja aktivno sodelovanje vseh otrok. Omogoča razvoj bralnih sposobnosti, zlasti tekočega branja in razumevanja prebranega. Ustvarja pozitivno izkušnjo branja, kar prispeva k večji motivaciji za branje tudi izven šolskega okolja. Spodbuja socialne veščine, kot so poslušanje, sodelovanje in podpora med vrstniki. Z uporabo igre "Branje v krogu" učitelj ustvari interaktivno in zabavno okolje, kjer se otroci učijo branja na način, ki jih vključuje in motivira.

## **6. SKLEP**

Igra je bistvenega pomena za celostni razvoj otroka in neposredno vpliva na njegove bralne sposobnosti. Razumevanje pomena igre in njeno vključevanje v vsakodnevne dejavnosti lahko bistveno prispeva k otrokovemu uspehu pri učenju branja. Starši in vzgojitelji morajo prepoznati vrednost igre in jo podpirati kot ključno orodje za razvoj otrokovih kognitivnih, socialnih, čustvenih in fizičnih sposobnosti.

## **7. ZAHVALA**

Zahvaljujem se sodelavki v prvem razredu, razredničarki Tanji Nedeljko Rožič, ki je spodbujala moje delo in sodelovala pri izvedbi dejavnosti. Tako sva skupaj dosegli, da so učenci vzljubili branje in sedaj vsi z veseljem pristopajo k bralnim aktivnostim, tako v šoli kot doma. To so potrdili tudi njihovi starši.

## LITERATURA IN VIRI

- [1] Marjanovič Umek, L., & Zupančič, M. (2011). Razvijanje pismenosti v predšolskem obdobju. V: Marjanovič Umek, L., Zupančič, M. (ur.), *Otrok v vrtcu: Razvojne in pedagoške značilnosti predšolskega obdobja* (str. 177–200). Ljubljana: Znanstvena založba Filozofske fakultete Univerze v Ljubljani.
- [2] Zupančič, M. (2011). Simbolna igra in njen vpliv na razvoj otroka. V L. Marjanovič Umek & M. Zupančič (ur.), *Razvoj otroka in zgodnje učenje* (str. 45-67). Ljubljana: ZRSŠ.
- [3] Marjanovič Umek, L., & Fekonja, U. (2005). Igra kot učni pripomoček v zgodnjem otroštvu. Ljubljana: Znanstvena založba Filozofske fakultete Univerze v Ljubljani.
- [4] Kovač, S. (2010). Interaktivno branje kot metoda spodbujanja bralnih veščin. *Didakta*, 20(3), 45-56.
- [5] Aškerc, K. (2012). Didaktični pristopi k začetnemu opismenjevanju. Maribor: Pedagoška fakulteta Univerze v Mariboru.

## **OKOLJSKA ETIKA IN PRIMERI DOBRIH PRAKS DRUŽBENE ODGOVORNOSTI MED MLADIMI**

### **POVZETEK**

Eden večjih problemov današnje družbe je, da se čut za sočloveka in ohranjanje narave v zadnjih letih vse bolj zmanjšuje. Učitelji skušamo dijakom privzgojiti odnos do okolja in sočloveka skozi različne projekte. Eden izmed njih je Eko šola, kjer se pri zbiranju odpadnih surovin povezujemo s podjetniki. Izkupiček od zbranih surovin se nameni za ranljive skupine ljudi.

V prispevku bodo natančno opisane aktivnosti tako v šolskem kot širšem okolju, ki smo jih v preteklih letih izvedli za namene čistejšega okolja, krepitev podjetnosti med mladimi in skrbi za sočloveka. Mlade se skozi tovrstne aktivnosti na praktičen način izobražuje, kako iz odpadnih surovin ustvarjati denar za družbeno dobro.

**KLJUČNE BESEDE:** trajnost, povezovanje, podjetništvo, humanitarnost, prostovoljstvo.

## **ECOLOGICAL ETHICS AND EXAMLES OF GOOD PRACTICE OF SOCIAL RESPONSIBILITY AMONG YOUNG PEOPLE**

### **ABSTRACT**

One of the major problems of today's society is that the sense for fellow human beings and the preservation of nature has been decreasing in recent years. As teachers, we try to instill in students an attitude towards the environment and fellow human beings through various projects. One of them is the Eco School, where we connect with entrepreneurs when collecting waste materials. Proceeds from the collected raw materials are allocated to vulnerable groups of people.

The article describes in detail the activities both in the school and in the wider environment, which we have carried out in the past years for the purpose of a cleaner environment, strengthening entrepreneurship among young people and caring for fellow human beings. Through these kinds of activities, young people are educated in a practical way how to generate money for social good from waste materials.

**KEY WORDS:** sustainability, integration, entrepreneurship, humanitarianism, volunteerism.

## **1. UVOD**

Družbena odgovornost je ena ključnih področij za trajnostno in bolj zdravo družbo. Osveščanje, predvsem pa dejanja, ki temu sledijo, so ključna za krepitev družbeno odgovornega ravnanja, saj tako prispevamo k boljšemu, trajnostno ozaveščenemu svetu ter sočutnejši družbi. Vzgoja otrok se začne v primarni družini, v vrtcu in osnovni šoli ter nadaljuje, ko mladostniki prestopijo prag srednjih in poklicnih šol. Dijaki se v šolskem okolju lahko vključujejo v različne projekte, se preko njih in mentorjev učijo in krepijo čut za družbeno dobro. S svojim delovanjem prispevajo k ohranjanju narave in čistejšemu planetu. V šolskem okolju je aktivnosti potrebno prilagoditi razmeram okolja, upoštevati stroške in se skozi praktične izvedbe od odpadnih surovin do denarja učiti finančne pismenosti. Ključno je, da imajo naše aktivnosti pozitivne posledice tako za okolje, šolski prostor in družbo, zato morajo biti cilji natančno določeni, za kar naj bodo informiranje o načelih in temeljnih vrednotah sestavni del šolskega okolja. Etično vedenje vključuje spoštovanje temeljnih vrednot, gradi medsebojne odnose in skrbi za okolje. V sedanjem hitro napredujočem tehnološkem in znanstvenem napredku ne smemo dopustiti, da nas vodi kapital, in spregledati družbeno odgovornost vseh nas in pripravljenost posameznikov, da se v reševanje teh problemov aktivno vključijo.

Šolski prostor ima pri tem pomembno vlogo, saj je kraj, kjer se lahko mlade osvešča in skozi aktivnosti vzpodbuja, da preko sodelovanja v projektih izoblikujejo zdrave navade do okolja, pridobivajo veščine povezovanja s podjetniki, odkrivajo svoje talente ter krepijo sočutje do ranljivih skupin družbe. S praktičnimi aktivnostmi pridobivamo pomembna izkustva, se za hip odmaknemo od klasičnega pouka, hkrati za z redno izvedbo Minute za zdravje storimo nekaj dobrega za zdravje.

## **2. TEORETIČNI DEL**

### **2.1 EKOLOGIJA IN VARSTVO OKOLJA**

Ekologija je veda, ki se ukvarja s proučevanjem relacij med živimi bitji in njihovim okoljem, in sicer z namenom realizacije optimalnega stanja med njimi.

Za sodobno ekologijo kot samostojno znanost je značilno interdisciplinarno znanstveno sodelovanje, saj tak pristop lahko rezultira v uspešnem reševanju ekoloških problemov. Če se ob tem upošteva tudi dejstvo, da je ekologija prodrla na vsa področja človekovega udejstvovanja, potem je razumljiv pospešen proces generiranja novih mejnih znanstvenih področij, kot so ekološki management, ekološki marketing, ekološko pravo in druga.

#### **2.1.2 OKOLJSKA ETIKA IN HUMANO-EKOLOGIJA**

Okoljska etika se ukvarja z vrednotno presojo vseh vidikov človekovih ravnanj do okolja, do biotičnih skupnosti, do ekosistemov, do biosfere v celoti in narave nasploh.

Humano-ekologija ali ekologija človeka pa proučuje odnose človeka do okolja, vendar ne samo s stališča zdravja in dobrega počutja, ampak raziskuje tudi ekološke vzroke, zakaj prihaja do ekološke krize in obravnava tudi vsa vprašanja odnosov ekološke valence živega bitja ali skupine oziroma človeštva kot celote. Pri humano-ekologiji gre torej za vključevanje socialne in predvsem humane komponente v klasičen pojem ekologije, s posebnim poudarkom na

vzgoji, morali in izobrazbi. Humano-ekologija v ospredje postavlja človeka, saj je ta pričujoč praktično v vsakem ekološkem sistemu kot del biotičnih komponent. Izhaja iz dejstva, da gre vsako posamezno delovanje oziroma udejstvovanje človeka v ekosistemu naprej preko posameznega individuuma (Vuk, 22–30).

### **3. ETIKA ZEMLJE**

Z naslovom mislimo na to, kar je o etiki zemlje pisal Aldo Leopold (1949: 201–226). Njegova zamisel je temeljila na razširitvi običajnega koncepta skupnosti. Etika je kot atmosfera etine skupnosti, po kateri je posameznik njen član na podoben način, kot so živa bitja del biotske skupnosti po dihanju. Naslov bi morali obrniti in namesto etike zemlje govoriti o zemlji etike. Skupnost oblikuje mrežo med seboj povezanih soodvisnih členov. Leopold ne razmišlja o skupnosti kot družbi, v kateri se vsak posameznik bori za svoje mesto v njej, pač pa izhaja iz etične družbe, v kateri se že vse odvija po načelu interakcije in soodvisnosti, čeprav lahko prihaja tudi do tekmovanja. Tak pojem skupnosti se mu je zdel primeren za vključitev zemlje, vode, rastlin in živali v okvir etičnega razmišljanja. Na zunaj se v skupnosti nič ne spremeni, kajti starim, ki so zdaj vključene, se priznava ne le pravica do obstoja, pač pa se z njimi sklepa sožitje. Človek je še vedno zavezan človeški skupnosti in bo stvari še naprej uporabljal v svoj prid, vendar se bo – podobno kot prej v človeški etini skupnosti – iz osvajalca in tekmeča spremenil v člana, ki spoštuje svoje najbližje ter na ta način spoštuje tudi skupnost kot tako. Aldo Leopold zagovarja, da bi se lahko v ta krog vključila druga živa bitja, rastline in tudi neživa narava kot del biotske skupnosti. Človek/človeštvo si zemljo vse bolj lasti in zdi se, da v prihodnosti ne bo več stvari, ki bi bila zastoj oziroma bi predstavljala mrežo povezav med ljudmi. Ko govori o širitvi, o »tretjem koraku v zaporedju« (Leopold, 1949: 203), o etiki zemlje, pravzaprav govori o človeški etiki (etiki človeškosti). Leopold je razširitev etike na okolje videl kot evlucijsko priložnost in ekološko nujnost in nekateri trendi v mednarodnem prostoru kažejo, da se občutljivost za skupnost povečuje, po drugi strani pa je velik del človekove dejavnosti usmerjen v ukinjanje medsebojne soodvisnosti, saj ga diktira ekonomija. Človekova prvotna občutljivost do naravnega okolja je poznana iz davnine. Bila je porok preživetja tega, kar je ostalo kot civilizacijska dediščina, civilizacije kot »veličine« pa so propadle. Glede na razsežnost ekonomske logike, ki vlada v realnih razmerah sodobnega sveta, je občutljivost do okolja vse redkejši pojav. Etika zemlje je oblika saporajanja zavesti, da je današnje pojmovanje skupnosti del problema in ne del rešitve. Govoriti o internacionalizaciji naravnih virov kot poroku pravičnejše delitve in o podrejanju naravnih dobrin tržni logiki pomeni ne želeti razumeti, kaj je vzrok in kaj posledica mreže, ki ustvarja skupnost. Človekovo prilaščanje ter raba okolja in virov je v velikanskem nesorazmerju s procesi, ki okolje oblikujejo kot temelj obstoja. Sodobna družba preživlja krizo neobčutljivosti do številnih področij in ne samo do naravnega.

#### **3. 1 PODNEBNE SPREMEMBE IN ETIKA**

Vzroki in posledice današnjih podnebnih sprememb, ki jih je v celoti zakrivilo človeštvo, sprožajo številne etične razmisleke o pravičnosti, odgovornosti, solidarnosti, enakopravnosti in človekovih pravicah. Podnebne spremembe so glede na vzroke skoraj zagotovo nepravične. Industrializirane države Severne Amerike in zahodne Evrope ter nekatere druge države, kot je

na primer Japonska, nosijo zgodovinsko odgovornost za večino preteklih in za polovico sedanjih izpustov toplogrednih plinov. Revne države sveta v preteklosti niso skoraj nič prispevale k sedanjemu globalnemu segrevanju in vendar bodo podnebne spremembe najbolj prizadele ravno države v razvoju, saj imajo te za prilagajanje manj sredstev za boj s poplavami, sušami, izbruhi bolezni ter motnjami preskrbe s hrano in pitno vodo. Države v razvoju si prizadevajo za gospodarski razvoj, vendar jih pri tem težavnem procesu med drugim ovirajo tudi podnebne spremembe. Če pogledamo odgovornost znotraj razvitih držav, kot so ZDA ali države EU, ugotovimo, da so bogati državljani s svojim življenjskim slogom prispevali bistveno več izpustov toplogrednih plinov kot revni sloj prebivalstva. Družbeno nepravilno je tudi, da posledice podnebnih sprememb, kot so recimo poplave ali vročinski valovi, v razvitih mestih spet bistveno bolj vplivajo na socialno šibkejše, ki si ne morejo privoščiti klimatskih naprav ali varnih stanovanjskih objektov.

Ko razmišljamo o etičnih vidikih podnebnih sprememb, ne moremo poleg prej omenjene »znotrajgeneracijske« odgovornosti mimo problema medgeneracijske enakosti oziroma odgovornosti. Največje breme posledic podnebnih sprememb bodo nosili današnji mladi in še nerojeni otroci, ki za izpuste toplogrednih plinov v preteklosti in sedanjosti sploh niso odgovorni. Še več, danes sploh ne morejo aktivno sodelovati pri oblikovanju podnebne politike ali vplivati na izide mednarodnih podnebnih pogajanj. Današnja generacija torej s svojim mlačnim pristopom do reševanja podnebnih sprememb ogroža vse naslednje generacije.

Pri prilagajanju na podnebne spremembe bosta na preizkušnji tudi naša dolžnost za solidarnost in skrb za sočloveka, še posebej, ko se ta znajde v stiski. Podnebne spremembe bodo v stisko spravile dve do tri milijarde ljudi, ki že potrebujejo pomoč pri prilagajanju na novo podnebje in jo še bodo. Obstoječe vrste bo morda v prihodnosti zaradi podnebnih sprememb odvisen ravno od medsebojne pomoči, sodelovanja in skrbi za šibkejše ter revnejše. Če bomo solidarni s prizadetimi, nam bo uspelo ohraniti tudi humanost, kulturo in zdravje. Pri solidarnosti in skrbi za sočloveka ne gre le za finančno pomoč razvitih držav deželam v razvoju, ampak tudi za prenos znanja in sodobnih tehnologij. Etično nesprejemljivo je, da človeška vrsta danes v želji po gospodarski rasti in s spodbujanjem potrošništva ter neupoštevanjem omejenosti planeta in naravnih virov ogroža vsa druga živa bitja na planetu. Obnašamo se skrajno sebično in ne razumemo svoje moralne odgovornosti ohranjanja vseh vrst in oblik življenja (Kajfež Bogataj, 32–48).

### **3. 2 PODNEBJE JE DRAGOCEN NARAVNI VIR**

Podnebne razmere mnogo bolj vplivajo na naše življenje, kot smo si ob naprednih tehnologijah in globalno povezani družbi pripravljeno priznati. Podnebje je namreč dragocen naravni vir, ki nekako v ozadju in tiho odloča o našem življenju. Vpliva na razširjenost prebivalstva in naš življenjski slog ter se odraža v načinu gradnje, poljedelstvu, izboru domačih živali, gostoti poseljenosti, razpoložljivosti vodnih virov, prehrani in zdravju.

Zgodovina pa tudi sedanjost uči, da lahko spreminjanje podnebja pomeni dramatične spremembe v razvoju življenja na Zemlji in seveda tudi v razvoju človeštva. Pozabljamo, da med drugim tudi drevesa kot eden izmed pljuč planeta ne marajo skrajnih nihanj temperatur in vlage, a podnebje ne dela izjem niti pri velikih rastlinah. Zdravstveno stanje dreves je odvisno od tega, kako trden je gozd kot ekosistem. Temperature, vlaga in osvetlitev se ne smejo nikoli nenadoma spremeniti, saj se drevesa lahko odzivajo zelo počasi. A celo če so vse zunanje



okolščine optimalne, na svojo priložnost za napad nenehno prežijo žuželke, glive, bakterije in virusi. To se lahko zgodi med drugim tudi, če hitro spreminjajoče vremenske razmere drevo vrže iz ravnovesja, v običajnih razmerah pa lahko drevo natančno porazdeli svoje moči (Wohlleben 118–158).

Podnebje je bilo skozi človeško zgodovino poglaviti razlog za številne selitve ljudi, saj je bilo iskanje ugodnejših pogojev za življenje odziv na neugodne razmere. Preseljevanje narodov, izginotje razvitih kultur in nastajanje novih držav, pa tudi obdobja velikih kriz na eni strani in družbenega razcveta na drugi so bili v zgodovini mnogokrat vsaj v posredni povezavi s spreminjanjem podnebja. Imamo torej problem! Dejstvo je namreč, da že nekaj desetletij vse meteorološke in hidrološke meritve kažejo jasno sliko, da se podnebje hitro spreminja: ogrevanje planeta je nedvoumno, splošno in enotno, ogrevajo se zrak, oceani, topita se led in sneg, gladina morja se zvišuje. Zlasti močno se ogrevajo spodnje plasti ozračja. Temperature na Antarktiki naraščajo dvakrat hitreje kot drugje na svetu in Evropa se ogreva bolj kot preostali kontinenti. Leto 2015 je bilo globalno gledano drugo najtoplejše v zgodovini meritev, leto 2026 pa najtoplejše še od začetka sistematičnega merjenja temperature (Kajfež, 32–33).

### **3.3 KAKŠNA BO ZAPUŠČINA ZA SEDANJE GENERACIJE**

Sedanja generacija človeštva pritiska na vse ključne biotske sisteme na Zemlji: na klimatske razmere, vodo, gozdove, biodiverzitetu in prehransko verigo, do katerih večina dostopa prek trga. Trditev Adama Smitha, da tržno gospodarstvo vodi samo sebe prek povratnih zank, še vedno prevladuje, zato po njegovem ne potrebuje dodatnega nadzora od zunaj. Glede na to trditev, je vse, kar se je v ekonomiji zgodilo v zadnjih dvesto letih, opomba k Smithovi *The wealth of nations* (1776). Ekonomija je zagledana v preteklost, ki je ne pozna, za prihodnost se skoraj ne zanima. V ozadju je naivno prepričane, da je vsega dovolj, če je le cena prava.

Potreba po hrani ni edini razlog za siromašenje biosfere. Pritisk na biosfero je posledica modernizacije držav, ki želijo doseči podoben življenjski standard, kot ga imajo danes razvite države, ne zavedajo se cene svetovne gospodarske ureditve, ki si enakomerne razvitosti na nek način ne želi oziroma želi glede izkoriščanja naravnih virov in delitve dobrin ohraniti status quo. Združeni narodi so v središču prizadevanja, da bi prihodnjim rodovom ohranili za bivanje primerno okolje, a so hkrati tudi simptom družbenih problemov, ki so del te »zapuščinske razprave«, ki prihodnjim rodovom zapušča dolgove. Različne ustanove, ki si prizadevajo za varovanje in ohranitev okolja ter kažejo na uničujoče posledice miselnosti, ki daje prednost materialnemu razvoju in svobodnemu trgu, v svoje programe le redko vključijo vidike družbene trajnosti. Želimo izpostaviti tisti vidik družbene trajnosti, ki ga v naših razpravah o trajnosti – se pravi o naravi trajanja, ki je posebna značilnost življenja, in o prihodnosti – skoraj ni mogoče zaznati.

Ko je človek pred nekaj več kot 60 leti prvič prestopil prag vesolja (Sputnik, oktober 1957), ga je to navdalo z zanosom, da je uresničljiva radikalna sprememba človeških pogojev življenja. Človeštvo si je začelo domišljati, da bo ustvarilo take pogoje, ki ga ne bodo omejevalo v želji, da zapusti planet in ustvari umetne pogoje življenja. Pri tem ne gre toliko za odvisnost kot za odnos med ljudmi, družbenimi skupinami in družbenimi funkcijskimi sistemi. H. Arendt je v tej želji rešiti se odvisnosti od okolja videla napoved nadaljnje človekove regresije v pojmovanju družbene soodvisnosti in odvisnosti od okolja. Človek je s tem napovedal, da bo vse manj bitje, ki razmišlja, izraža samega sebe z govorico in se veseli sebi enakih, ter vse bolj

človek delavec, ki se izraža z delom, s katerimi bi postal čim bolj neodvisen. H. Arendt je s tem napovedala ritem družbenega življenja na začetku 21. stoletja, v katerem prevladujejo vedenjski vzorci, ki se jih je hotel človek znebiti pred petdesetimi leti. Zaradi prevlade dela je udejanjenje sebe kot človeka v pogojih medčloveškosti vse težje uresničljivo in vse manj zaželeno, čeprav je šele to pogoj družbenega življenja. Izražanje samega sebe, poslušanje človeka, sočasno porajanje medčloveškega prostora je postalo nepotrebno razkošje znotraj pravil obnašanja, ki so podrejena ideji razvoja oziroma dela kot napora, s katerim si človek podreja svet. (Minar, 323–330).

### **3. 4 KAJ LAHKO PRIČAKUJEMO V PRIHODNOSTI**

Ko z modeli računamo, kakšno bo naše bodoče podnebje, vedno uporabimo več scenarijev razvoja družbe, pa tudi več različnih podnebnih modelov, toda rezultati vseh modelov kažejo, da lahko za naslednjih desetih letih z veliko gotovostjo pričakujemo nadaljnji dvig globalne temperature za 0,2 °C, pri čemer se je do zdaj segrel za eno stopinjo. Do konca stoletja bo dvig globalne temperature odvisen od našega ravnanja oziroma ustatitve vsebnosti toplogrednih plinov, zlasti ogljikov dioksid, v ozračju. Do konca 21. stoletja lahko zaradi dosedanjih in prihodnjih izpustov toplogrednih plinov pričakujemo globalni dvig temperature za 2–6 stopinj glede na povprečne razmere konec 20. stoletja. Kako velik bo dvig, je odvisno od tega, koliko fosilnih goriv bomo še uporabili v naslednjih desetletjih. Segrevanje severne poloble, tudi Evrope in Slovenije, pa bo v vsakem primeru večje od globalnega povprečja.

Marsikje po svetu bo ob višjih temperaturah tudi manj padavin. Bolj sušno bo tako postalo celotno Sredozemlje, osrednji del ZDA, večina Braziliije in Avstralije. Poleg višje temperature in spremenjene količine padavin nam bodoče podnebje prinaša še drugačne vremenske vzorce, kot smo jih navajeni. Na primer: sušna obdobja bodo marsikje daljša, pozimi bo manj dni s snežno odejo, ledeniki pa se bodo še naprej krčili. Več utegne biti zelo močnih nalivov in vročinskih valov. Tropskih ciklonov bo morda manj, bodo pa bistveno močnejši in uničujoči. Stranski učinek globalnega segrevanja je tudi dvig gladine oceanov, saj se voda s segrevanjem razteza. Dodatno se bo gladina morja dvignila še zaradi taljenja gorskih ledenikov na kopnem ter taljenja grenlandskega ledu. Morska gladina se je v zadnjih 100 letih dvignila še za 15–20 centimetrov in se bo do leta 2100 dvignila vsaj še za 0,5–1 metra. Modeli napovedujejo tudi, da se bodo morja še naprej zakisovala, če bodo antropogeni izpusti ogljikovega dioksida še naprej naraščali. Bolj kislo morje povzroča topljenje karbonatnih sedimentov v plitvih vodah in ogroža številne morske organizme (Kajfež, 42–43)

## **4. PRIMERI DOBRIH PRAKS V OKVIRU PROJEKTA EKO ŠOLA IN UČNIH PODJETIJ**

Naš planet je lep, a njegovo gostoljubnost izkoriščamo, ga izčrpavamo in uničujemo, zato skupaj z dogodki in aktivnostmi v šolskem in izvenšolskem okolju opozarjamo na ranljivost in enkratnost planeta, na katerem živimo.

Dijaki učnih podjetij, ki ustanavljajo svoja podjetja in trgujejo z domačini in mednarodnimi podjetji na fiktiven način, redno vključujejo v svojo poslovanje zeleno noto. Tudi v času korone, ko smo zasedli svoja delovna mesta iz naših domov in je bilo posledično tudi več odpadne embalaže, smo z dijaki UP Zate intenzivno zbirali zamaške za društvo Vesele nogice.

Društvo posebno pozornost posveča otrokom, ki so že v svojih rosnih letih soočeni s posledicami hudih bolezni ali poškodb in so zato prikrajšani za brezskrbno otroštvo, saj so mnogi od njih pristali na vozičku. Ob svetovnem dnevu zemlje smo z dijaki UP Zate s programom Canva ustvarjali majice z motivacijskimi napisi na temo ohranjanje narave in osveščali dijake, starše, učitelje in zaposlene na šoli o pomenu ohranjanja planeta tudi skozi časopis Pozitivka, ki je bil objavljen v Nedelu, ter skozi spletno stran šole, Fb in Instagram, Novi tednik in Celjan.

V novem šolskem letu 2022/23 smo z dijaki in novim učnim podjetjem Lupinca naredili korak dlje. Natisnili smo majice z eko napisi in se z našo poslovno idejo predstavili na 54. Mednarodnem obrtnem sejmu v Celju. Prodajali smo mobilne ekohiške za poslovni in sprostivni del življenja. Zasnovali smo jo skupaj z arhitektom Nandetom Krpnikom, priznanim arhitektom in evropskim nagrajencem za Celjski paviljon in profesorjem na Fakulteti za gradbeništvo, prometno inženirstvo in arhitekturo Univerze v Mariboru. Skrbeli smo tudi za zeleni ogljični odtis z zbiranjem plastičnih zamaškov za humanitarno društvo Vesele nogice ter osveščali z napisi na majicah z okoljsko tematiko o pomenu ohranjanja narave. Povezali smo skrb za okolje s humanitarno noto ter z sponzorskimi izdelki trgovine Kemoplast, Afrodite in glavnega sponzorja trgovine Jager, katerih ustanovitelj Franc Jager je bil dijak naše šole. Letošnji podjetnik leta in ostali so naš projekt brez oklevanja podprli. Z zbranimi prostovoljnimi prispevki smo zagotovili dodatne fizioterapije za gibalno ovirane otroke, ki jih država financira v mnogo prenižkem obsegu.

Na mednarodnem sejmu smo med drugim z napisi na majicah z ekološko vsebino osveščali tako domače kot mednarodne obiskovalce, saj so nas obiskala gospodarska delegacija in profesorji iz Turčije ter številni znani podjetniki, med njimi Miran Gracer, direktor tiskarne Gracer, Peter Lapornik, direktor podjetja Kemoplast, Črt Erjavec, direktor Vape shopa, in svetovalka Obrtne zbornice Slovenije Martina Rečnik.

Nebojša Djukićem, podjetnik s Hrvaške, ki ima podjetje v Nemčiji, je bil nad našo poslovno idejo ekohišk navdušen, zato nam je v zameno za naš angleški katalog poslovno-prostočasnih hišk prispeval večji prispevek za Korak Veselih nogic. Naša poslovna zamisel se je zdela zanimiva tudi Sandiju Češku, direktorju Studia Moderna, s katerim smo skupaj preverjali poslovno idejo. Podal je nekaj predlogov, kje bi lahko tržili naš trajnostni proizvod in poudaril, da je v poslovnem in zasebnem življenju ključno upoštevati okoljski vidik.

Aktivnosti smo skozi šolsko leto razširili na zbiranje starega papirja za šolski sklad, ki bi bil namenjen pomoči potrebnim dijakom naše šole. Aktivnostim so se pridružili maturantje, katerim mentorica sem bila za 4. poklicno enoto. K zbiranju starega papirja so povabili podjetja, kjer je največ papirja prispevalo podjetje Težak. Naš cilj je bil 100 % presežen, kljub temu, da je večina naših dijakov vozačev, zato je logistika do šole otežena.

V letošnjem letu so dijaki pod imenom UP Hiška nadaljevali z aktivnostmi s srčno in zeleno noto predstavljanja obutve, kjer so podplati iz odpadnih rastlinskih vlaknin ter vezalke, ki se uporabljajo za kompost. Na 55. Mednarodnem sejmu so se povezali z UP EAT&GO, pridobili sponzorje in izpeljali humanitarno akcija za naše dijake prizadete v lanskih poplavih, ki so bili ob finančni podpori vidno ganjeni. Dijaki UP Hiška so sodelovali tudi pri organizaciji dogodka, kjer je vodja marketinških projektov Big beng Ljubljana, Lea Hrovat predstavila trajnostno delovanje njihovega podjetja in tržnico obnovljive elektronske opreme.

## 5. SKLEP

Cilje projekta smo v celoti dosegli, ponekod celo preseгли. Vsi sodelujoči so bili aktivno udeleženi v celotnem procesu, posebej aktivna so bila učna podjetja, koordinatorica ekošole, vodstvo, učitelji, delavci šole ter podjetniki. Dijaki so skozi projekt in organizacijo dogodkov samostojno načrtovali, se povezovali in pridobivali nova znanja in veščine. Prevezeli so odgovornost za svoja dejanja in za dobrobit našega planeta, razširili so svoja obzorja in izboljšali komunikacijske spretnosti. Naučili so se vrednotiti odpadne surovine, ceniti svoje in tuje delo, krepiti srčnost, prostovoljstvo ter znati okoljske aktivnosti preplesti s skrbjo za zdravje. Prepoznati pozitivne in negativne vidike ter pomankljivosti znati odpraviti, so pomembne veščine, ki jih dijaki krepijo skozi aktivno sodelovanje v eko projektu. Dijakom je praktična oblika dela všeč, saj krepijo samostojnost, kritično presojo, ustvarjalnost, drugačne pristope in timsko sodelovanje. Menijo, da bodo pridobljena znanja in izkušnje koristno uporabili v vsakdanjem življenju, pri nadaljnjem študiju ali v delovnem okolju.

Dijake, učitelje in zaposlene se nagovarja skozi vrednote, ki so napisane na steni zidu v avli šole, na novo so se namestili zabojniki za zbiranje papirja, v avli in v učilnicah učnih podjetij, zbornici in na vidnih mestih so škatle za zbiranje plastičnih zamaškov ter za zbiranje odpadne elektronske opreme. Osveščanje bo še naprej potekalo preko spletnih objav šole, Fb in Instagrama ter tiskanih in elektronskih medijev, saj nam zadnja zahvala predsednice društva Spomenke Valušnik iz društva Vesele nogice v časopisu Novi tednik in Celjan, da jim je v čast, da je med njihovimi podporniki projekta toliko mladih, ki so s svojo pozitivno energijo, zrelostjo in solidarnostjo lahko v ponos tako svoji generaciji kot tudi mnogim starejšim, veliko pomenila. S svojimi pozitivnimi dejanji mladostniki dokazujejo, da so na pravi poti, saj so prav učitelji pomembni pobudniki, ki vnašajo v svoje poučevanje inovativnejše pristope, da se o odpadnih surovinah razmišlja kot pomembnemu finančnemu viru ranljivih skupin. Projektu vsako leto dodamo kakšno dodatno aktivnosti, rezultati tega projekta pa verjamem, da bodo dolgoročno koristili tako ožji kot širši skupnosti.

## LITERATURA IN VIRI

- [1] A. Mlinar, Okoljska etika in trajnostni razvoj, Univerzitetna založba Annales Koper,2014,pp. 323 - 330.
- [2] D. Vuk, D.,Uvod v ekološki managment,Moderna organizacija Kranj,2000,pp. 22 – 30.
- [3] L. Kajfež Bogataj, L. (2010).Planet,ki ne raste, Ljubljana, Cankarjeva založba, 2017,pp. 32 - 48.
- [4] P. Wohlleben, Random, Skrivno življenje dreves, Haus GmbH, Munchen,2015,pp. 118 – 158.

## **SPODBUJANJE EMPATIJE, POVEZOVANJA IN OBČUTKA PRIPADNOSTI S ŠOLSKIM PROJEKTOM**

### **POVZETEK**

Na Osnovni šoli Ljudski vrt Ptuj je v šolskem letu 2022/2023 potekal izvirni celoletni projekt »Vezi med nami«, ki so si ga v celoti zamislili ter izvedli učitelji in učenci naše šole. Cilji projekta so bili spodbujanje empatije in povezovanja (v oddelku, med oddelki, med sodelavci) ter krepitev pripadnosti šoli. Namen prispevka je na primeru dobre prakse predstaviti načrtovanje in izvedbo izvirnega šolskega projekta ter številne dejavnosti, ki so omogočile povezovanje in aktivno sodelovanje vseh učencev in učiteljev šole. Učitelji so velikokrat izvajalci projektov, ki jih ne izberejo sami. Na cilje in aktivnosti nimajo veliko vpliva. Uspešna izvedba projekta »Vezi med nami« dokazuje, da lahko šole same ustvarjajo in izpeljejo kakovostne projekte, ki pomembno prispevajo k varnemu okolju ter spodbujajo ustvarjalnost tako učencev kot učiteljev.

**KLJUČNE BESEDE: šolski projekt, povezovanje, sodelovanje, varno okolje.**

## **PROMOTING EMPATHY, BONDING, AND A SENSE OF BELONGING THROUGH A SCHOOL PROJECT**

### **ABSTRACT**

In the school year 2022/2023, an original one-year project "Bonds Among Us" took place at Ljudski vrt Ptuj Primary School, which was entirely designed and implemented by the teachers and students of our school. The project aimed to promote empathy and bonding (within classrooms, between classes, among colleagues) and to strengthen the sense of belonging to the school. The purpose of this paper is to present a good example of the planning and implementation of the original school project as well as numerous activities that facilitated the bonding and active participation of all students and teachers in the school. Teachers are often the executors of projects that they have not chosen themselves. They do not have much influence on the goals and activities. The successful implementation of the project demonstrates that schools can develop and deliver high quality projects that contribute significantly to a safe environment and encourage creativity among both students and teachers.

**KEYWORDS: school project, bonding, collaboration, safe environment.**

## 1. UVOD

Učitelji smo velikokrat izvajalci projektov, ki jih ne izberemo sami. Na cilje in aktivnosti nimamo vpliva in smo zgolj izvajalci. Veliko takih projektov se zato na šolah izvaja zelo površno, čeprav od učitelja terjajo veliko administrativnega in drugega dela. Čeprav so cilji projektov strokovno preiščeni, predlagane aktivnosti smiselne in v skladu s smernicami sodobnega poučevanja, je učinek takšnih projektov na delo z učenci veliko manjši, kot bi si snovalci projektov želeli.

Namen strokovnega članka je predstaviti celoletni šolski projekt *Vezi med nami*, ki smo ga na Osnovni šoli Ljudski vrt Ptuj izvedli v šolskem letu 2022/2023. Projekt je pri učencih spodbujal razvijanje empatije, povezovanja in občutka pripadnosti. Članek opisuje načrtovanje, vodenje in nekatere dejavnosti, izvedene v projektu. Vse to je vplivalo na uspešnost projekta, ki dokazuje, da lahko na osnovnih šolah učitelji sami načrtujemo, vodimo in oblikujemo projekte, naravnane na potrebe našega okolja, razpoložljivo delovno silo in finančne vire.

## 2. NAČRTOVANJE PROJEKTA

Pobudo za izvirni celoletni projekt je dala ravnateljica, gospa Tatjana Vaupotič Zemljič, konec junija 2022. Njena prvotna zamisel je bil projekt, povezan s preprečevanjem medvrstniškega nasilja, v projektu naj bi sodelovali vsi učenci in učitelji, cilje projekta bi vpletli v pouk in dneve dejavnosti ter jih povezali z dejavnostmi ob dnevu šole. Ravnateljica me je prosila, da prevzamem vodenje in sestavim ožjo ekipo za pripravo projekta.

Učitelji večinoma nimamo veliko izkušenj z načrtovanjem in vodenjem večjih projektov, vendar imamo zaradi svoje izobrazbe in narave dela na tem področju veliko znanj, saj je poučevanje povezano z načrtovanjem ciljev, metod in dejavnosti, pri svojem delu diferenciramo in individualiziramo, učence vodimo in motiviramo. Dejavniki, ki so se mi zdeli ključni za uspeh projekta, so bili naslednji: aktualnost teme za naše okolje; vsi učitelji lahko cilje vključijo v pouk in dneve dejavnosti ne glede na predmet, ki ga poučujejo, in starost učencev; dejavnosti morajo biti skrbno načrtovane in imeti skupen okvir, vendar morajo omogočiti učiteljem in učencem samostojnost in ustvarjalnost; poudarek mora biti na raznolikih dejavnostih, ki dosegajo cilje; »administracijski« del mora biti smiseln in enostaven; komunikacija med člani tima in sodelujočimi mora biti pregledna in učinkovita. Pri načrtovanju projekta sem upoštevala nekaj usmeritev, ki jih predlagajo strokovnjaki za projektni menedžment: določitev namena in obsega projekta; identifikacija ključnih članov projekta (ožja ekipa, odgovornosti posameznih članov, ostali sodelujoči in tisti, na katere naj bi projekt vplival); opredelitev ciljev in rezultatov projekta; načrtovanje konkretnih dejavnosti; dodelitev nalog in pisanje časovnice (Debara, 2013).

Zavedala sem se, da je za uspeh šolskega projekta ključen izbor ožjega tima. V timu sem želela sodelavce z osebnostmi lastnosti, ki omogočajo načrtovanje in izvedbo projekta (delavnost, ustvarjalnost, samostojnost, samoiniciativnost in sodelovalnost). Pomembno se mi je zdelo tudi, da izberem sodelavce različnih predmetnih področij, ki poučujejo v različnih triadah, saj

bomo tako omogočili, da bodo v projektu sodelovali vsi učitelji. Izbrala sem go. Mileno Krajnc, učiteljico zgodovine in geografije; go. Jasmino Žel, učiteljico matematike in fizike; go. Mimo Terbuc, učiteljico razrednega pouka v 1. triadi, ter go. Susane Berden, učiteljico razrednega pouka v OPB.

Prvi sestanek tima je bil konec junija 2022. Ugotovile smo, da je medvrstniško nasilje na naši šoli vedno večji problem, vendar je ta tema kljub temu preozka in neprimerna, da bi jo lahko vključevali v vse predmete in dneve dejavnosti. Medvrstniško nasilje je posledica pomanjkanja empatije in skrhanih odnosov. Muršič navaja, da je veliko izključevanja, nasilja in neugodne razredne klime mogoče preprečiti z načrtnim delom z učenci na področju socialnih odnosov, najbolje v najzgodnejših letih šolanja, ko se socialni odnosi še vzpostavljajo (2018). Chow pa opozarja, da je preprečevanje najbolj učinkovito, kadar vključuje celotno šolsko skupnost. Ustvarjanje kulture spoštovanja, empatije in vključenosti bi moralo biti skupno prizadevanje. (Chow, 2024). Članice tima smo zato ugotovile, da je najbolje, če je tema projekta povezana s preventivnim delovanjem, saj je bil naš namen predvsem ustvarjanje varnega delovnega in učnega okolja in izboljšanje počutja učencev in zaposlenih.

Za cilje projekta smo tako izbrale spodbujanje empatije in povezovanja (v oddelku, med oddelki, med sodelavci) ter krepitev pripadnosti šoli. Na izbor ciljev je vplivalo zahtevno obdobje med pandemijo in po njej, ki je vplivalo na povezanost učencev in strokovnega kolektiva. Med pričakovanimi rezultati projekta sem navedla povečano raven empatije, boljše odnose v oddelkih in med oddelki, močnejši občutek pripadnosti šoli, močnejša povezanost celotne šolske skupnosti, ustvarjanje praks, ki jih je mogoče vzdrževati tudi po koncu projekta. Ime projekta »Vezi med nami« sem izbrala, saj je dovolj enostaven, njegova metaforičnost pa omogoča tako odraslim kot otrokom ustvarjanje različnih asociacij.

Med poletnimi počitnicami smo vse članice tima razmislile o dejavnostih, ki bi jih lahko izvedle v celoletnem projektu. Ožji tim se je sestel konec avgusta. Ugotovile smo, da bodo na šoli potekali še drugi projekti in akcije s podobnimi cilji, ki jih lahko povežemo v enotno zgodbo: Evropski dan jezikov, Teden otroka s temo Skupaj se imamo dobro, Otroški parlament s temo Duševno zdravje otrok in mladih, Mednarodni dan strpnosti z geslom Lepa beseda, lepo mesto najde, Passage (tutorstvo priseljencev), Teden pisanja z roko, Dan Evropske unije, Dan ljubezni. Vsaka članica je prispevala tudi svoje ideje za dejavnosti. Po sestanku sem zapisala akcijski načrt, ki je vseboval časovnico, predvidene dejavnosti in imena članic tima, odgovornih za dejavnosti. Kot vodja projekta sem prevzela koordinacijo projekta, komunikacijo s kolektivom in vodstvom ter odgovornost za posamezne dejavnosti.

Kolektivu sem na pedagoški konferenci konec avgusta predstavila namen, cilje in načrtovane dejavnosti. Napisala in predstavila sem tudi tabelo, s pomočjo katere so razredniki in drugi učitelji lažje načrtovali dejavnosti. Tabelo in ključne informacije o projektu sem jim poslala tudi po elektronski pošti. To se mi je zdelo pomembno, saj učitelji na začetku šolskega leta načrtujejo tako pouk kot številne druge dejavnosti, zato imajo omejeno količino časa in pozornosti. Vse informacije na začetku leta morajo biti relevantne ter napisane kratko in jedrnato. Vsi strokovni delavci so svoj individualizirani načrt vključili v letne priprave.



### 3. IZVEDBA PROJEKTA IN NEKATERE DEJAVNOSTI

Septembra je ravnateljica projekt predstavila staršem na roditeljskem sestanku. Razredniki so na urah oddelčne skupnosti projekt predstavili učencem. K uspešni komunikaciji tima z ostalimi učitelji so pripomogle redne predstavitve načrtovanih dejavnosti in poročil na tedenskih srečanjih učiteljskega zbora in pedagoških konferencah. Ker je Osnovna šola Ljudski vrt Ptuj med največjimi šolami v Sloveniji, je bil izziv zlasti komunikacija ter usklajevanje dela.

Skozi šolsko leto smo izvedli številne dejavnosti. Septembra smo izvedli tehniški dan Vezi med nami: socialne igre, izdelava oddelčnih maskot in plakatov; oktobra s pomočjo skupnosti učencev branje starejših učencev mlajšim, športni dan v podaljšanem bivanju; novembra predavanje starejših učencev za mlajše s področja astronomije, oddelčne dneve, medoddelčno povezovanje znotraj naravoslovnega dne (oblikovanje skupnega plakata z risbami kravic), učna pomoč starejših učencev mlajšim na področju matematike, mlajši učenci so starejšim podarili risbice; decembra dramatizacijo v angleščini učencev 7. razreda učencem 1. razreda, izdelovanje skupne papirne verige, geografska predavanja starejših učencev mlajšim, januarja so potekala tako geografska predavanja kot branje starejših učencev; februarja kulturni dan (nastop učencev podružnične šole z muzikalom Levji kralj), izdelava oddelčnih kock, zgodovinska razstava za vse učence; marca so bile dejavnosti ob dnevu šole (posebna oddaja šolskega radia s predstavitvijo šolske himne in maskote, svečana malica v učilnicah, akcija »netorbe«, smešni četrtek, dan šole s prireditvijo ter razstava oddelčnih kock in maskot; aprila smo ponovili prireditev ob dnevu šole za starše; maja pa je bil izveden intervju z vodjo projekta za šolsko glasilo Lokvanj.

Dejavnosti v projektu je bilo veliko, nekatere so vključevale vse učence, nekatere samo nekaj učencev. V nadaljevanju članka bom predstavila nekaj ključnih dejavnosti, ki sem jih zasnovala ali jih v sodelovanju z drugimi učitelji sooblikovala.

30. 9. 2022 smo izvedli tehniški dan za vse učence od 1. do 9. razreda z naslovom Vezi med nami. Čeprav so bili cilji za vse razrede skupni, smo članice tima pripravile skupno učno pripravo za posamezne triade, ki so jih razredniki lahko prilagodili svojim učencem. Sama sem zasnovala dejavnosti za učence od 6. do 9. razreda. Pri dejavnostih, povezanih z likovnim ustvarjanjem, sem se posvetovala z učiteljico likovne umetnosti, go. Darjo Polner. Skupni okvir za tretjo triado, ki so ga morali upoštevati vsi razredniki, je bil takšen: Prve tri ure so predvidene za izdelavo razrednega plakata in maskote. Učenci sami predlagajo, kakšen naj bo videti njihov plakat. Plakat mora vsebovati njihove podpise (samo imena), razred in likovni element. Plakat mora ostati v matični učilnici. Učenci skupaj izberejo žival, ki naj bi predstavljala njihov razred. Pri tem morajo razredniki in učenci paziti na primernost in demokratičnost izbora.

V šolskem letu 2022/2023 sem bila razredničarka oddelku 7. razreda. Namen prvega dela tehniškega dneva je bil tudi, da se učenci na praktičnem primeru naučijo osnov demokracije (pravica do podajanja mnenja in sodelovanje vseh, anonimno glasovanje in upoštevanje mnenja večine, čeprav se z njim ne strinjamo). Posamezni učenci so predlagali živali za maskoto

oddelka in utemeljevali svoj izbor. Uredila sem improvizirani glasovalni prostor, ki je omogočil anonimno glasovanje brez vrstniškega pritiska. Želela sem, da je upoštevano mnenje vseh in ne le tistih, ki so socialno močnejši. Glasove sta prešela predstavnika oddelka, ki sta razglasila zmagovalno idejo. Vsi učenci so imeli nalogo, da narišejo kapibaro, likovno tehniko so lahko izbrali sami. Končane izdelke smo razstavili v učilnici, učenci so si vse predloge maskot ogledali. Sledilo je anonimno glasovanje. Predstavniki oddelčne skupnosti je glasovalne lističe preštel in razglasil zmagovalca. Na podoben način so učenci ustvarili razredni plakat z imeni učencev. Dejavnost je uresničevala cilje projekta, saj je oddelek povezala. Razredni plakat in skupna maskota sta pomagali graditi skupno identiteto oddelka in spodbudila pripadnost skupini, hkrati pa sta omogočila občutek pomembnosti vsakega člana skupine in mu omogočila, da razvija individualno ustvarjalnost in prispeva k skupnim odločitvam.



**SLIKA 1:** Maskota 7. b.

Dve uri tehniškega dneva smo namenili socialnim igram, ki spodbujajo socialno-čustveno učenje. Psihologi menijo, da take dejavnosti v šolah spodbujajo učenje čustev, omogočijo lažje spopadanje s stresom, učenje soodvisnosti med mislimi, čustvi in vedenjem, učenje reševanja problemov, sprejemanja kompromisov in identifikacijo ciljev in korakov za njihovo doseg (Raynolds, 2024). Socialne igre oziroma socialno-čustveno učenje so stalnica v 1. in 2. triadi, od 6. razreda dalje pa jih uporabljamo redko, delno zaradi pomanjkanja časa na razrednih urah delno pa tudi zaradi nepoznavanja takšnega načina dela. Predlog iger za 3. triada sem pripravila s pomočjo mobilne aplikacije Pika STOP! in spletne aplikacije Kikori. Učiteljem sem omogočila, da so izbrali tudi druge socialne igre, saj so razredniki in oddelki med sabo razlikujejo. Večina razrednikov je povedala, da je ta del tehniškega dneva dobro uspel in da so bili učenci za delo motivirani. Nekaj razrednikov 8. in 9. razreda je zamenjalo socialne igre za družabne, saj so bili mnenja, da bi njihovi učenci socialne igre zavračali. Menim, da do tega ne bi prišlo, če bi razredniki take aktivnosti redno vključevali v delo z učenci od 6. razreda naprej.



**SLIKA 2:** Reševanje problemov in dogovarjanje med socialno igro.

Tehniški dan Vezi med nami je primer dneva dejavnosti, kjer imajo vsi učenci od 1. do 9. razreda skupno temo, cilje, način dela in dejavnosti pa lahko vsak razrednik prilagodi. Skupne

dejavnosti omogočajo povezovanje ne samo učencem znotraj skupine, ampak tudi učiteljev, saj jim omogočijo primerjavo lastnih praks.

Primer povezovanja med oddelki posameznega razreda je bil »razredni dan«. Razredniki posameznih razredov so glede na urnik učencev in njihove obveznosti izbrali datum razrednega dne. V avli je bil plakat, ki je obveščal učence, kateri razred tisti dan »praznuje«. Učenci so oblikovali svoje predloge za »praznovanje« na urah oddelčne skupnosti. Ti so morali biti povezani s poukom. Svoje predloge so predstavili učitelju posamezne ure. Odgovornost za predloge je bila prepuščena učencem. Dejavnost je omogočila učencem samoiniciativnost, od njih je terjala usklajevanje mnenj in oblikovanje enotnega predloga, učitelji pa z izjemo razrednika niso imeli dodatnega dela. Pri delu učitelji premalokrat učencem omogočimo izbiro in samoiniciativnost, kar se je izkazalo tudi pri tej dejavnosti. Nekateri oddelki so bili pri predlogih kreativni, nekateri so pri učiteljih dosegli bolj sproščene dejavnosti, nekateri pa so se spomnili le, da je to dan brez nalog. Tudi oddelkom, ki niso bili zelo uspešni pri tej dejavnosti, je bila dana priložnost za učenje, saj so se na urah ODS lahko z razredniki pogovorili, kako bi lahko dejavnost izvedli drugače.

Najpomembnejši dnevi za projekt so bili v tednu od 6. 3. do 10. 3. V ponedeljek sem pripravila posebno radijsko oddajo ob dnevu šole in simbolih šole. Šola ima tako himno, ki jo je napisal Radovan Gobec, kot maskoto – račko Vrtačko, ki jo je ustvarila učiteljica razrednega pouka ga. Lidija Šošter. Ellemer navaja, da je socialno identiteto mogoče opredeliti kot posameznikovo vedenje o pripadnosti določenim socialnim skupinam, skupaj s čustvenim in vrednostnim pomenom pripadnosti tej skupini (Ellemer, 2024). Socialna identiteta ne predpisuje samo članstva, ampak predpisuje tudi ustrezno vedenje (norme) za člane (Vec, 2007). Simbola socialne identitete sta tudi himna in maskota. Simboli identitete imajo združevalno moč, ki presega posamezne razlike in ustvarja skupno identiteto. Delujejo kot opomin, da je vsakdo del nečesa večjega, prispevajo k občutku pripadnosti znotraj organizacije. S tem lahko organizacije poudarijo in utrdijo svoje osnovne vrednote (Nizamoglou, 2023). V torek učenci niso malicali v jedilnici, ampak v učilnicah. Učenci so prinesli v šolo pogrinjke, klopi so predstavili, med malico so poslušali glasbo. V sredo so učenci in učitelji prinesli v šolo šolske potrebščine malo drugače. Ideja »netorb« sicer ni izvirna, saj so jo izvedli že na številnih drugih šolah tako v tujini kot v Sloveniji. V četrtek so učitelji in učenci začeli prvo uro s šalami, pripovedovanjem smešnih prigod, z anekdotami. Šole nimajo na voljo veliko finančnih sredstev. Navedene dejavnosti dokazujejo, da lahko učitelji in učenci z nekaj priprave in kreativnosti ustvarijo sproščeno delovno in učno okolje. V petek so si učenci ogledali razstavo kock v šolskem prireditvenem prostoru. Razstava je nastala po ideji ge. Darje Polner, učiteljice likovne umetnosti. Vsak oddelek je februarja, ko smo imeli kulturni dan, oblikoval iz poljubnega materiala kocko, ki je predstavljala identiteto oddelka.



SLIKA 3: Razstava oddelčnih kock v prireditvenem prostoru.

Ta dan je bila tudi prireditev ob dnevu šole. Prireditve ob dnevu šole imajo na OŠ Ljudski vrt Ptuj dolgo tradicijo in predstavljajo pomemben del identitete šole. Vezni tekst, ki sem ga napisala, in točke, ki smo jih pripravili, so prikazovale tisto, kar je skupno vsem učencem: šola, glasba, učenje, ples, petje, tradicija, prijateljstvo, šport. Pomembno se mi je zdelo, da je prireditev sproščena, humorna, da je veliko točk množičnih in da je vključenih tudi veliko učencev višjih razredov. Prireditev je bila tako uspešna, da smo jo aprila ponovili tudi za starše.



SLIKA 4: Vaje za prireditev ob dnevu šole: »Sinhrono plavanje« devetošolcev.

#### 4. SKLEP

Vezi med nami je bil celoletni projekt, s katerim smo želeli spodbuditi empatijo in povezovanje ter krepiti pripadnost šoli. Projekt je bil uspešen, saj smo izvedli številne dejavnosti, ki so terjale povezovanje tako učencev kot učiteljev. Učitelji se zavedamo, da ciljev projekta ne moremo doseči v enem letu. Grajenje empatije, identitete in trajne povezanosti v skupno socialno identiteto ni nekaj, kar dosežemo hitro in trajno, zato smo v šolskem letu 2023/2024 projekt nadgradili s celoletnim šolskim projektom »Jaz sem v redu, ti si v redu«, ki ima podobne cilje. Na šoli se zavedamo, kako pomembno je prizadevanje za boljše počutje in boljše odnose, zato smo se vključili tudi v projekt Varno in spodbudno učne okolje.

Strokovni delavci od sodobnih šolskih projektov pričakujejo, da imajo družbeno relevantno temo, deležnikom omogočajo demokratično sooblikovanje, spodbujajo kreativnost tako učencev kot učiteljev, upoštevajo potrebe skupnosti ter njene finančne in druge omejitve. Z opisanim projektom smo to uresničili.

Izvedba tega projekta je pomemben doprinos k stroki, saj je izviren in v celoti oblikovan s strani učiteljev in učencev šole. Avtonomija pri načrtovanju in izvajanju projekta je pomembna, saj omogoča prilagojen pristop k obravnavanju specifičnih potreb in ciljev znotraj šolske skupnosti. Poudarek na medosebnih povezavah in občutku pripadnosti je ključen za ustvarjanje

vključujočega šolskega okolja, ki je pomembno za socialno-čustveni razvoj učencev. Uporabili smo tudi učinkovite strategije načrtovanja in izvajanja, kar dokazujejo različne izvedene dejavnosti, ki so omogočile sodelovanja vseh učencev in učiteljev. Uspešna izvedba tega projekta odkriva potencial šol za razvoj in izvedbo visoko kakovostnih projektov, ki spodbujajo pozitivno šolsko klimo ter ustvarjalnost in povezanost učencev.

## LITERATURA IN VIRI

- [1] Chow, K. (15. 2. 2024). *Bullying Prevention-- Shaping Empathy and Understanding*. Housman Institute Blog. Pridobljeno 10. 5. 2024 s <https://www.housmaninstitute.com/blog/bullying-prevention-shaping-empathy-and-understanding>
- [2] Debara, D. (20. 3. 2023). *How to write an effective project plan in 6 simple steps*. Atlassian Blog. Pridobljeno 10. 5. 2024 s <https://www.atlassian.com/blog/project-management/write-an-effective-project-plan>
- [3] Ellemers, N. (8. 5. 2024). *Bullying Prevention-- Shaping Empathy and Understanding*. Britannica. Pridobljeno 10. 5. 2024 s <https://www.britannica.com/topic/social-identity-theory>
- [4] Muršič, M. (2018). Spodbujanje prosocialnega vedenja z vključujočo, varno šolo. *Vzgoja in izobraževanje, XIIX(3-4)*, 8.
- [5] Nizamoglou, A. (26. 6. 2023). *The Power of Identity Symbols*. Pridobljeno 10. 5. 2024 s <https://medium.com/@antonymizamoglou/the-power-of-identity-symbols-1fc1191fcd8a>
- [6] Reynolds, A. (15. 1. 2024). *What is social and emotional learning (SEL)?* MedicalNewsToday. Pridobljeno 10. 5. 2024 s <https://www.medicalnewstoday.com/articles/social-and-emotional-learning>
- [7] Vec, T. (2007). Teoriji socialne identitete in samokategorizacije. *Psihološka Obzorja*, 16(1), 75-89.
- [8] Fotografije: Tamara Završnik

## NAČRTUJEM IN IZDELAM

### POVZETEK

Kot učiteljica sem razmišljala izven svojih okvirjev, v ospredje postavila ustvarjalnost, izkustveno poučevanje, preko katerega lahko učence opolnomočim za življenje, in njim ter okolici dokažem, da zmoremo vsi, tudi tisti, ki nam okolje včasih prilepi znamko »drugačni«. Vesela sem, da poučujem predmet, ki po svoji naravi dovoljuje in spodbuja praktično delo, kar lahko povežem z njihovim vsakdanjim življenjem. Snov pri pouku tehnike in tehnologije obravnavamo tako, da aktiviram otrokov razum in uporabim izkustven pristop k učenju. Zavedam se, da poučujem otroke s posebnimi potrebami, ki jim je potrebno oblike in metode poučevanja prilagoditi, saj lahko napačna izbira bistveno vpliva na uspešnost učenca in razvoj njegovih zmožnosti.

Pri vsem tem pa uporabljamo materiale s katerimi se učenci vsakodnevno srečujejo in jih preko predmeta učim, kaj vse lahko naredimo iz različnega materiala, če se le malo ozremo okoli sebe, preden se odpravimo v trgovino. Les je pri našem pouku tehnike in tehnologije nepogrešljiv material iz katerega učenci ustvarijo marsikaj. Pri projektu Pogum so naši možgani še posebej dobili zagon, da smo začeli razmišljati, kaj lahko doprinesemo šoli, če učence prepustimo lastnemu ustvarjanju in pri tem upoštevamo njihove želje. Želja, da si naredimo udobno, funkcionalno garderobo je bila za učence neomajna, saj jim hkrati to predstavlja prijazen, topel prostor, ki jih pričaka ob vstopu v šolo. Vse to je nujno potrebno za učence, ki so drugačni, a hkrati tudi uspešni, če učitelji, ki jih poučujemo, preženemo strah in občutek njihove nemoči. Ni več pomembno, ali si gluhi, ali slabo bereš, ali težko sediš, v delavnici so pridne roke sposobne ustvariti čudež.

**KLJUČNE BESEDE:** tehnika in tehnologija, ustvarjalnost, izkustveno učenje, praktičen pouk, izdelki učencev.

## I PLANE AND MAKE

### ABSTRACT

As a teacher I was thinking outside the box and I put creativity and experiential teaching at the forefront. In this way students are empowered and can prove to themselves and others that we are all able to create, even those labelled by the society as different.

I am glad that I am teaching a subject which allows and encourages practical work that can be connected with students' everyday life. The syllabus of Design and Technology subject includes development of psychomotor skills, acquiring skills and views which will help students in social integration, resolving disagreements, forming social values and development of career interests. This is the main objective I try to reach with my students but the path I am taking is a bit different. We teach the contents of the subject Design and technology by activating children's minds and using experiential approach to learning. At the same time, we use materials students see every day and can learn how to use materials around them before deciding to go to a store. Wood is an indispensable material in school subject Design and Technology and can be used for many different products. During the project Pogum (courage) we were especially challenged in finding ways to contribute to our school by letting students create and use their own ideas. A need for a comfortable and functional school wardrobe was an excellent inner motivator for students because such a wardrobe represents a warm and cozy place welcoming them every morning. For many, the idea to use construction pallets was unrealistic. Wood is an indispensable material in school subject Design and Technology and can be used for many different products. During the project Pogum (courage) we were especially challenged in finding ways to contribute to our school by letting students create and use their own ideas. And development of career interests. All of the above mentioned is crucial for students who are different but can still be successful if teachers help them overcome their fears and insecurities.

We have to realize that children surprise us when least expected. I have experienced that many times when teaching Design and technology to special needs children.

I realize I am teaching special needs students who need adjustments in teaching methods and when we choose the wrong approach it strongly affects students' success and skills development. The fact you are deaf, have language difficulties or problems sitting, hard-working hands create miracles in the workshop.

**KEY WORDS:** Design and Technology, creativity, experiential learning, practical lessons, students' work.



## 1. POUK TEHNIKE IN TEHNOLOGIJE

Pouk tehnike in tehnologije lahko učencem približa različne načine spreminjanja narave, kjer se prepletajo različna področja, ki jih učenci spoznavajo preko dejavnosti, in sicer z uporabo različnih tehničnih sredstev, tehnologije različnega materiala, organizacije dela, vrednotenja izdelka ter njihovega vloženega dela. Pri učencih predmet tehnika in tehnologija razvija in spodbuja razvoj umskih in psihomotoričnih sposobnosti ter oblikuje socialne vrednote in njihovo znanje poveže s prakso. Ob uporabi različnih orodij, strojev in naprav razvijajo učenci delovne spretnosti, navade in sposobnosti za praktično ustvarjanje ter hkrati spoznajo nevarnosti in varnostne ukrepe ter uporabo zaščitnih sredstev. Pri učencih lahko preko tega predmeta razvija tudi interes za poklicno usmeritev (Učni načrt. Program osnovna šola. Tehnika in tehnologija, 2011).

Prav to je osnovni cilj, ki ga želijo pri učencih s posebnimi potrebami doseči. Učitelju so na voljo različne oblike in metode poučevanja, ki jih izbira in prilagaja glede na svoje učence. Izbor le-teh je posebej pomemben, če poučujejo otroke s posebnimi potrebami, kar smo zapisali že v poglavju o učnih metodah. Napačna izbira lahko bistveno vpliva na uspešnost učenca in razvoj njegovih zmožnosti.

Pomembno je, da učitelji dobro poznajo vsakega otroka, njegova šibka in močna področja ter zahteve njegovih posebnih potreb. Tehnika in tehnologija je za učence s posebnimi potrebami predmet, pri katerem so lahko z dobro načrtovanim praktičnim delom lažje uspešni, saj kljub primanjkljajem lahko razvijajo svoje zmožnosti, so kreativni, inovativni in ustvarjalni. To vpliva na njihovo motivacijo za delo in samozavest, samostojnost in večjo socialno spretnost. V začetku 20. stoletja so še intenzivneje poudarili povezanost med učenjem in delom. Učenci naj bi se na t. i. delovni šoli za izobraževanje naučili praktičnih ročnih spretnosti, posebej pa je bil poudarjen afektivni cilj, da imajo veselje do dela. Za dosego cilja je takrat veljala kot uspešna metodična pot, da učitelj uporablja metodo demonstracije. Učitelj neko dejavnost pokaže, učenci pa jo posnemajo tako dolgo, dokler je ne usvojijo. Ta metoda se je izkazala za pozitivno, kadar se pojavi potreba po velikem številu industrijskih delavcev, ki opravljajo delo za tekočim trakom. Takšen način dela se obrestuje še danes pri izvajanju pouka tehnike in tehnologije, kjer se učenci učijo delovnih navad in jih nadgrajujejo (Aberšek, 2012).

## 2. METODE POUČEVANJA TEHNIKE

Razumevanje tehnike je nemogoče doseči zgolj preko tega, da učenci poslušajo razlago. Cilj izvajanja pouka pri tehniki je, da se učenci učijo ob delu, tako da izvajajo eksperimente, načrtujejo in izdelujejo izdelke, izvajajo projekte, rešujejo nastale probleme. V vseh teh oblikah je lahko skrit klasičen pouk tehnike, ki pa ga učenci s posebnimi potrebami preko prilagoditev lahko uspešno izvajajo po smernicah, ki jih najprej določi učitelj, nato pa stvari postopoma otežuje do te mere, da se učenci lotijo zastavljenih nalog samostojno. Pri učencih s posebnimi potrebami učitelji v veliki meri uporabljajo pri tehniki in tehnologiji naslednje metode poučevanja:

Klasična metoda poučevanja tehnike je, da učenci v skupinah ali v okviru razreda rešujejo praktične učne naloge. To pomeni, da jim učitelj demonstrira neko dejavnost, nato pa se med učencem in učiteljem se vzpostavi dialog z vprašanji. Po končani demonstraciji praktičnih

operacij, vsak učenec sam zase vadi opravilo (piljenje, žaganje, vrtnanje). Nato sledi faza izdelovanja in aktivnega dela učencev, kjer samostojno uporabijo naučeno znanje pri izdelavi izdelka. Prednost te metode je, da učitelj lahko natančno časovno načrtuje, koliko časa bo potreboval, učenci opazujejo izvajanje praktičnih opravil. Kasneje so tudi sami aktivno vpeti v pouk in si razvijajo praktične ročne spretnosti, ki jih učencem s posebnimi potrebami zelo primanjkuje. Ta metoda je za njih izredno pomembna osnova, iz katere izhajajo in postopoma nadgrajujejo zahtevnost. Učenci s posebnimi potrebami so populacija, ki jo v šoli preko pouka tehnike in tehnologije lahko usposobimo za delo, v njih vzbudimo interes, le če se jim znamo približati in jih na primeren, prilagojen način začnemo uvajati v delo. Učence je treba posebej opozoriti, na kaj morajo biti v delavnici pozorni, jim dati razčlenjena, kratka in natančna navodila v preprostem jeziku. Začeti moramo z dejavnostmi, ki jih obvladajo in imajo zanje zadostne motorične spretnosti. Učenec si mora pridobiti zaupanje v svoje sposobnosti. To ga bo počasi pripeljalo do želje in interesa po samostojnem delu (Aberšek, 2012).

Projektno delo je način pouka, pri katerem učenci rešujejo kompleksne naloge, ki se pojavljajo v realnem življenju, od načrtovanja do praktične izvedbe. Projektno delo praviloma zahteva medpredmetno povezavo, saj le tako učenci dojemajo tehniko v povezavi z različnimi drugimi strokami. Osredotočeno je na proces izdelave in izdelek. Sestavljeno je iz treh delov: načrta, realizacije in preverjanja realizacije. V osnovni šoli je medpredmetno projektno delo težko izpeljati zaradi, ker so nekateri predmeti v različnih razredih in se učne vsebine ne ujemajo. Vendar se lahko kljub temu učitelji med seboj povežejo in poskušajo določene vsebine medpredmetno povezati. To je za učence s posebnimi potrebami še posebej pomembno, ker jim lahko določene vsebine na tak način tudi približajo, pa čeprav je to samo projektna naloga pri tehniki in tehnologiji. Lažje se tovrstne povezave izvajajo preko dneva dejavnosti, kjer je eni dejavnosti namenjeno več skupnega časa in ni motenj znotraj pouka, ki je omejen z učnim načrtom. Učitelji morajo biti pri načrtovanju takšnih dni zelo fleksibilni, saj se morajo zavedati, da učenci s posebnimi potrebami težko ostanejo motivirani za neko dejavnost skozi vse dan. Zato je izredno pomemben izbor naloge, ki jo učenci opravljajo v okviru projektne naloge. Vsebina naloge mora biti življenjska. Učencem mora biti naloga pomembna in videti morajo smisel reševanja oziroma svojega dela. Pri učencih s posebnimi potrebami je pomembno poudariti, da velikokrat najprej zastavi takšno nalogo učitelj, ki jih usmerja, zato govorimo o delno odprtem projektne pouku. Na tak način se učenci učijo v pogojih, s katerimi se bodo srečali v svojem vsakdanjem življenju (Aberšek, 2012).

Vsak učitelj se zaveda, da lahko znotraj poučevalne strategije, kot so direktno poučevanje ali sodelovalno učenje, uporabi več različnih metod, postopkov, prilagoditev. Odločitve so odvisne od učitelja, ki mora dobro poznati individualne težave učencev s posebnimi potrebami in izhajati iz njihovih prilagoditev. Pri učencih s posebnimi potrebami se učitelji poslužujejo najprej klasične metode poučevanja tehnike, da se učenci izurijo v posameznih postopkih ter da jih pripeljejo do samostojne izdelave izdelka. Postopoma njihovo pridnost in zavzetost za delo nagradujejo in jih počasi usmerjajo tudi v projektno delo, kjer se učenci srečajo z nalogami iz realnega življenja (izkustveno učenje). To je zelo dobra popotnica za njihovo nadaljnjo samostojno življenje.

### 3. IZKUSTVENO UČENJE

Eden izmed najpomembnejših teoretikov izkustvenega učenja je Kolb, ki je zapisal:

»Izkustveno učenje je vsako učenje, pri katerem je učenec v neposrednem stiku z resničnostjo, ki jo proučuje. To je v nasprotju z učencem, ki samo bere, sliši, govori ali piše o tej resničnosti, ampak nikoli med učnim procesom ne pride z njo v stik.« Čeprav pa se pri tem moramo zavedati, da na takšen način poučevanja ne vodi vedno do zanesljivega in

Učitelj, ki uporablja metodo izkustvenega učenja, mora imeti veliko znanja, spretnosti ter prožnosti za prilagajanje situaciji in učencem. Hkrati mora poskrbeti za primerno delovno klimo v razredu ter najti pravo mero med usmerjanjem učencev in njihovo lastno iniciativo. Predvsem je to zelo pomembno za učence s posebnimi potrebami, kjer morajo še posebej upoštevati tudi njihove lastnosti (izkušnje, sposobnosti, želje, pričakovanja). Ti učenci v začetni fazi potrebujejo veliko učiteljevega usmerjanja in vodenja. Na tak način pridobijo pozitivno samopodobo in zaupanje vase. Šele nato se bodo poslužili lastne iniciative ustvarjanja (Marentič Požarnik, 2012).

Učitelj vedno poskuša najti v načinu izvajanja svojega pouka napredek in spremembe na določenem področju. S pomočjo aktivnosti izkustvenega učenja lahko omogoči spremembe na področju izobraževanja, usposabljanja, profesionalnega razvoja, na osebni rasti in mentalnem zdravju. Pri izobraževanju usmerimo aktivnost izkušnje v smer, ki učencem pomaga razumeti določene pojme in njihovo medsebojno povezanost. Pri usposabljanju učenci izboljšajo določene spretnosti preko izkustvenega poučevanja, hkrati pa učenci dobijo takojšen vpogled v svoj napredek preko povratne informacije. Izkustveno poučevanje lahko doprinese tudi k profesionalnem razvoju učitelja, na kaj morajo biti vse pozorni pri opravljanju takšnega učnega procesa. Osebna rast je razvoj celotne osebnosti, ki zajema tudi čustveno socialno področje, ki se postopoma skozi aktivnost izkustvenega učenja okrepi. Učenci dobijo občutek samospoštovanja in samoučinkovitosti. Za učence s posebnimi potrebami pa izkustveno poučevanje prinese spremembe tudi na področju mentalnega zdravja. Učencem takšen način poučevanja poveča zmožnost spoprijemanja z motnjo, boleznijo, depresijo in hkrati pripomore k izboljšanju njihovega počutja (Marentič Požarnik, Šarić in Šteh, 2019, str. 62).

Izkustveno učenje lahko privede do navdušenja in želje po nadaljnjem raziskovanju, zato je za učence s posebnimi potrebami izredno pomembno, da učitelji načrtujejo pouk, ki upošteva njihovo oviranost, da so fizično aktivni in poznajo jasen cilj z oprijemljivim rezultatom.

Z vsem tem so se naši učenci srečali pri projektu Pogum. To je projekt, ki je od učencev zahteval veliko idej, zamisli, ustvarjalnosti in odgovornosti, da delo izpeljejo do konca. Njihova želja je bila, da uredijo šolsko garderobo in izdelajo igre na prostem, s katerimi bi si krajšali čas v času odmorov za malico in kosilo ter v času podaljšanega bivanja. Potrebno je bilo poskrbeti za material, se povezati z izvajalci obrti od zunaj, ki bi nam lahko pri sami izvedbi priskočili na pomoč. Z njimi je bilo potrebno opraviti ustrezno komunikacijo in zastavljeno zadevo tudi izpeljati do končnega izdelka. Vse to se je v okviru projekta Pogum pričakovalo od učencev. Sliši se precej zahtevno, vendar sem zaupala vase, v svoj način poučevanja in v sposobnosti učencev, saj sem vedela da so ob dobro zastavljenem delu, kljub njihovim primanjkljajem, sposobni peljati izdelavo izdelka sami. To velja še posebej, kadar gre za uresničevanje njihove želje – takrat je uspeh še toliko bolj zagotovljen, saj končni izdelek učencem predstavlja nepopisno veselje in notranje zadovoljstvo.

V šolski garderobi so si učenci zamislili stojala za čevlje in klopi, kjer bi lahko ob prihodu v šolo malo poklepetali ter enotne vrečke za copate. Učenci so pri pouku tehnike in tehnologije sami razmišljali o zastavljenih idejah in materialih, ki jih potrebujejo za izvedbo. Za stojala in klopi so za izdelavo predlagali les, saj jim ta predstavlja uporaben in poznan material. Razmišljali so tudi širše, kako in kje lahko kaj prihranimo. Zavedali so se, da pri vsaki izvedbi izdelka nastanejo stroški, za katere si želimo, da so cenovno čim nižji, saj strmimo k temu tudi v vsakdanjem življenju, poleg tega pa so v večini sami del skromnega življenja. Pri pouku tehnike veliko ustvarjamo iz lesa, vendar les, ki je naše izhodišče obdelave, pogosto predstavlja sestavljena paleta. Deska palete je naša osnova, ki jo največkrat uporabimo za izdelek. Tako se učenci naučijo postopka same obdelave lesa, in hkrati recikliramo izdelek ter iz njega naredimo nov uporaben izdelek. Učenci so palete hitro povezali z njihovo ponovno uporabnostjo. Z različnimi obdelovalnimi postopki so iz njih naredili ustrezne klopi za našo garderobo. Pri tem pa so se zelo veselili novega ustvarjanja in razmišljanja o ustreznem preoblikovanju palet. Pri stojalih za čevlje so razmišljali širše. Najprej so naredili prototip – stojala za čevlje, in načrt, kaj vse potrebujejo. Pri tem so potrebovali vodenje, saj so se prvič srečali s konkretnim načrtom, ki je šel v proizvodnjo, kjer so po načrtu izdelali dele za stojalo. Določeni učenci so bili tudi vključeni v proces izdelave posameznih delov za stojalo, in sicer v mizarški delavnici, kjer so bili vpeti v proces dela in tudi aktivno sodelovali v procesu proizvodnje. Posamezne dele je bilo potrebno le še sestaviti v celoto, kar smo z učenci izvedli ob tehničnem dnevu dejavnosti, kjer je tudi nastala končna podoba garderobe (Slika 1). To je za njih bila dodatna neprecenljiva življenjska izkušnja, saj so s svojo ustvarjalnostjo in iznajdljivostjo uresničili svoj zastavljeni cilj, ki pa je od njih zahteval tudi veliko mero odgovornosti.



**SLIKA 1:**garderoba

Odgovornost, rezultat in pozitiven odziv mimoidočega, jih je še dodatno opogumil, saj so o novih željah, potrebah, pričeli razmišljati tudi v naslednjem šolskem letu in predlagali, da bi lahko zunanji prostor šole zapolnili z igrami na prostem, v času odmora med malico ali podaljšanega bivanja.

Razmišljali so o igri Človek ne jezi, kjer se lahko igrajo štirje učenci in smiselno bi bilo, da je igra prostostoječa. Glede na zunanji prostor so učenci ocenili, da je možno postaviti tri igre. Sam potek izvedbe zastavljene naloge so učenci sedaj že poznali (urejanje garderobe), kar jim je olajšalo delo. Potrebno je bilo le razmisliti, kako izoblikovati idejo. Učenci so skozi skupno razmišljanje prišli do ideje, da lahko za osnovo izvedbe uporabijo kolute, na katere so naviti kabli za elektriko. Zamisel je bila sprva zastrašujoča, vendar po premisleku zelo dobro nastavljena. Z malo napora in vložnim trudom smo dobili iskane kolute, saj ti marsikomu predstavljajo neuporaben material, odvečen izdelek. Kolute so učenci, glede na velikost igralne plošče, ustrezno preoblikovali in priredili potrebam za igro Človek ne jezi se. Na okrogli leseni

plošči so narisali igralno polje igre. Ker je igra prostostoječa, so si ob njej zamislili tudi stolčke, ki pa so jih preprosto izoblikovali iz narezanih drevesnih debel. Prav tako so iz lesa izdelali tudi figure za igranje. Zunanji prostor je bil dodatno obogaten z izdelkom naših učencev, ki so ga s ponosom med prostim časom uporabljali za igranje ali pa zgolj za klepetanje (Slika 2). Nismo pozabili niti na zapolnitev prostega časa pozimi, ko jim vreme ne dopušča druženja na soncu. Premišljeno smo si zastavili še dodatno nalogo – izdelajmo igro Štiri v vrsto. Za izdelavo te igre smo potrkali na vrata zunanjega izvajalca in prosili za pomoč. Podjetje nam je z veseljem prisluhnilo in ugodilo. Izdelali so nam igralno ploščo za igro štiri v vrsto, za nosilno konstrukcijo igre pa so učenci poskrbeli sami in jo izdelali po zastavljenem načrtu. Tako smo prostor v jedilnici zapolnili z dvema prostostoječima igrama Štiri v vrsto, za žetone igre pa naredili preproste zabojce iz že zelo poznanih in uporabnih palet, ki smo jih zopet preoblikovali po svoje (Slika 3).



**SLIKA 2:** izdelek



**SLIKA 3:** igra Štiri v vrsto

Paleta so na naši šoli nepogrešljive, saj poleg garderobe s preoblikovanjem krasijo tudi našo knjižnico, kjer smo z učenci uredili njim udobnejši prostor. Učenci z govorno-jezikovno motnjo se s težavo lotijo branja, zaradi samih primanjkljajev, ki jih imajo. Zato je zanje še toliko bolj pomembno, da ob vstopu v knjižnico občutijo prijazen, vabljen prostor, ki jih pritegne k brskanju po knjižnih policah in se pri tem počutijo lagodno. To pa so učenci dosegli s svojim pridihom ustvarjalnosti v knjižnici (Slika 4, 5).



**SLIKA 4:**



**SLIKA 5:**

Dobro zasnovan praktični pouk – izkustveno učenje pogosto odkriva skrite sposobnosti in interese otrok, ki so lahko dobra smernica pri izbiri poklica. Tehniški poklici so tisti, ki so učencem s posebnimi potrebami bolj dosegljivi kot družboslovni. Zato se morajo učitelji toliko bolj zavedati, da poučevanje in učenje ni samo spoznavanje novih vsebin, ampak da je učenje

življenjsko, tako, ki bo učencem s posebnimi potrebami pomagalo, da se bodo v najrazličnejših okoliščinah bolje znašli, napredovali v sposobnostih in to pridobljeno znanje nadgradili ter posredovali naprej.

#### 4. ZAKLJUČEK

Vsak predmet ima različne učne vsebine, ki temeljijo na različni stopnji težavnosti, zanimivosti. Cilj poučevanja je, »kako se učiti in se naučiti«, da bomo vsakega učenca opremili z znanjem, da se bo znal sam učiti na podlagi različnih pristopov, ki jih zahtevajo različni predmeti. Preko poučevanja bo učenec pridobil tudi na samozavesti, ki je potrebna, da znanje v celoti pokaže. Kljub temu, da učencem s posebnimi potrebami nekatere učne vsebine in predmeti niso blizu zaradi abstraktne ali nezanimive vsebine, jim učitelji z uporabo različnih metod poučevanja želimo pokazati, da je učenje lahko zanimivo in včasih tudi zabavno. Zavedati se moramo, da, kadar se učenci počutijo uspešne, raje obiskujejo pouk in so bolj zadovoljni sami s sabo, kar posledično vpliva na njihovo motivacijo za delo kljub vsebinam, ki so včasih dolgočasne ali nezanimive. Zato je naloga učitelja toliko bolj zahtevna, da vsebine, ki so abstraktne in nezanimive preoblikuje s pomočjo ustreznih učnih metod v zanimiv učni proces, ki bo pripeljal do uspešnih rezultatov (Širec idr., 2011, str. 39).

Učitelji pogosto vidijo napake v učencih. Obtožujejo jih, da so leni, da se jim ne ljubi in podobno. To je pogosto sploh pri učencih s posebnimi potrebami. Nekoga, ki nima veselja za učenje, je siliti ga k učenju nekoristno. Včasih so lahko učitelji sami krivi, da čutijo učenci do učenja odpor, saj v kratkem času od učenca pričakujejo znanje, ne glede na njegove posebne potrebe, in če tega v danem trenutku ni, postanejo nejevoljni, jezni in besni. V takih trenutkih lahko učenci prepoznajo učitelja s srcem, saj ta razume, kje, kdaj in kako je treba določeno seme sejati, in odreagira v situaciji neznanja popolnoma umirjeno. Vsak lahko premaga svoje ovire, če mu postavimo trden temelj, na katerem lahko gradi, in to je za učence s posebnimi potrebami izrednega pomena. Temelj njihovega pouka je pravilno izbrana metoda poučevanja - naravna metoda, na kateri lahko gradijo. Dobri učitelji učijo tako, da jim hkrati pokažejo, kako se nekaj uporablja v vsakdanjem življenju in jih aktivno vključijo v izvajanje pouka, poskušajo uporabiti pri vseh predmetih enako metodo poučevanja in se ukvarjajo v določenem času z samo eno vsebino, ki jo lahko tudi medpredmetno povežejo. S tem vsem učencem s posebnimi potrebami izredno prilagodijo podajanje snovi (Komensky, 1913).

## LITERATURA IN VIRI:

- [1] Aberšek, B. (2012). *Didaktika tehniškega izobraževanja med teorijo in prakso*. Ljubljana: Zavod RS za šolstvo.
- [2] Komensky, J. A. (1913). *Velika didaktika*. Pedagoška obzorja: Novo mesto.
- [3] Marentič Požarnik, B. (2012). *Psihologija učenja in pouka*. Ljubljana: DZS.
- [4] Marentič Požarnik, B., Šarić, M. in Šteh, B. (2019). *Izkustveno učenje*. Ljubljana: Znanstvena založba Filozofske fakultete.
- [5] Širec, A., Arzenšek, K., Deutsch, S., Košpenda, V., Kumer, V., Laco, J., Lamut, N. in Lazar, J. (2011). Medpredmetno povezovanje kot strategija za kakovostno učenje učencev v osnovni šoli. *Vodenje v vzgoji in izobraževanju*, 9(1), 33–58, 115.
- [6] *Učni načrt. Program osnovna šola. Tehnika in tehnologija* (2011). Ljubljana: Ministrstvo za šolstvo šport: Zavod RS za šolstvo.