Stručna suradnica školska knjižničarka

Željka Geto

Ekonomska škola Vukovar

Stjepana Filipovića 6

32 000 Vukovar

**PISANA PRIPRAVA ZA IZVEDBU NASTAVNOG SATA**

**Mentalna higijena**

**PRIPRAVA ZA NASTAVNI SAT U ŠKOLSKOJ KNJIŽNICI**

ŠKOLA: Ekonomska škola Vukovar

MJESTO IZVOĐENJA: knjižnica Ekonomske škole Vukovar

NADNEVAK:

UZRAST: 1. - 4. razreda srednje škole

KNJIŽNIČARKA: Željka Geto

NASTAVNO PODRUČJE: **Program knjižnično – informacijskog odgoja i obrazovanja**

KLJUČNI POJMOVI: mentalna higijena, mentalno zdravlje briga o sebi, mindfulnes, psihoterapija, hrana za mozak, inicijativa

NASTAVNA JEDINICA: **Mentalna higijena**

MEĐUPREDMETNA KORELACIJA: psihologija, etika

NASTAVNA SREDSTVA: Prezentacija u digitalnom alatu Adobe express, online sadržaj

NASTAVNA POMAGALA: računala u školskoj knjižnici, pametni telefoni

NASTAVNE METODE:

* razgovor
* rad na izvorima
* demonstracija
* aktivno slušanje
* zapisivanje
* istraživanje

NASTAVNI OBLICI:

* frontalni rad
* rad u skupinama
* individualni rad

TIP NASTAVNOG SATA: kombinirani ( obrada i istraživanje)

AKTIVNOSTI ZA UČENIKE:

* aktivno slušanje
* razgovor
* primjena
* prezentiranje
* vrednovanje sata

IZVORI ZA UČENIKE:

* https://zivjetizdravo.eu/category/mentalno-zdravlje/
* <https://czss-vukovar.hr/obiteljski-centar/>
* <http://www.dppsunce.hr/projekti/>
* <https://bolime.hr/>

**ISHODI UČENJA**:

KOGNITIVNI ISHODI

Učenici će:

* upoznati se s pojmom mentalna higijena
* identificirati kategorije mentalne higijene i brige o sebi
* pronaći literaturu i poveznice

AFEKTIVNI ISHODI

Učenici će:

-postavljati pitanja

-usvojiti pojmove

- koristiti informacije za informiranje o temi

PSIHOMOTORIČKI ISHODI:

Učenici će:

* slušati izlaganje
* koristiti različite izvore informacija

**CILJ NASTAVNE JEDINICE**:

Upoznati učenike s pojmom mentalna higijena i potaknuti ih na brigu o mentalnome zdravlju. Također, otkriti područja u kojima mogu aktivno sudjelovati kako bi osigurali vlastiti rast i razvoj.

AKTIVNOST KNJIŽNIČARA:

* predstavljanje teme mentalna higijena
* upoznavanje s pojmovima
* upoznavanje sa izvorima i literaturom
* razgovor s učenicima

**TIJEK NASTAVNOG SATA**

UVODNI DIO : motivacija, najava teme i ishoda učenja (10 minuta)

SREDIŠNJI DIO: spoznavanje novih nastavnih sadržaja, analiza ključnih pojmova (30 minuta)

ZAVRŠNI DIO: dojmovi i razgovor s učenicima ( 5 minuta)

**ARTIKULACIJA NASTAVNOG SATA**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| NASTAVNE METODE I OBLICI | TIJEK NASTAVNOG SATA | NASTAVNA SREDSTVA I POMAGALA |
| Frontalni rad  Razgovor  Gledanje  razgovor  Razgovor  Aktivno slušanje  Demonstracija  Pretraživanje  razgovor  Frontalni rad  Razgovor | ***UVODNI DIO SATA***  Knjižničarka se predstavlja učenicima te ih ispituje jesu li upoznati s pojmovima mentalna higijena i mentalno zdravlje. Učenici daju nasumične odgovore i asocijacije.  *NAJAVA TEME*  Knjižničarka ih upoznaje s točnim pojmovima i što oni podrazumijevaju.  SREDIŠNJI DIO  Knjižničarka predstavlja učenicima Svjetsku zdravstvenu organizaciju kao i ovogodišnji slogan „Briga o mentalnom zdravlju za sve: neka bude stvarnost te izlaže njihove preporuke.  *Knjižničarka daje praktične savjete za održavanje mentalne higijene: hrana za mozak, fizička aktivnost, mindfulnes, meditacija, vrijeme za sebe i psihoterapija.*  Zadatak za učenike:  *Uz pomoć i primjere koje daje knjižničarka, učenici pronalaze korisne poveznice i knjige na temu mentalno zdravlje koje bi preporučili.*  *Prezentiranje*  Učenici prezentiraju rezultate.  ***ZAVRŠNI DIO SATA***  *Učenici i knjižničarka razgovaraju o važnosti očuvanja mentalnog zdravlja.* Knjižničarka zamoli učenike da na post it papiriću jednim pridjevom napišu svoj dojam o nastavnom satu te ih zalijepe na ploču. | Projektor  Računalo  Adobe express prezentacija  Projektor  Računalo  Canva prezentacija  Fond knjižnice  Računalo, mobiteli, fond knjižnice |

**IZVORI KORIŠTENI ZA IZRADU PRIPRAVE**:

1. Jozić, Ruža; Pavin Banović, Alta. Od knjige do oblaka: Informacijsko – medijski odgoj i obrazovanje učenika.Alfa: Zagreb, 2019.
2. Spitzer,M. Digitalna demencija. Knjižara Ljevak: Zagreb, 2018.

**PRILOZI:**

Prezentacija u digitalnom alatu Adobe Express

<https://express.adobe.com/page/6o369CEqXN7fb/>