

## МОДУЛ 4

# Разрешаване на проблеми

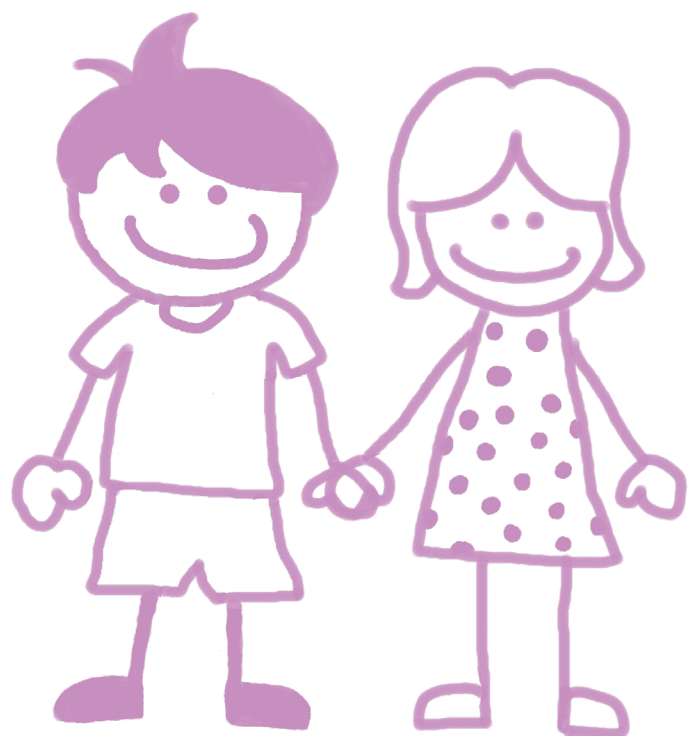
Занятие 1: Кой може да ни помогне

Занятие 2: Стъпки към добро решение

Занятие 3: Споразумение срещу тормоза

/Нашите желания за нашия клас

Занятие 4: Да завършим разказа „Футбол за големи момчета“





# Занятие 1

## Кой може да ми помогне



### Цел

Да помогне на децата да преценят кой може да им помогне в различни ситуации.

### Въведение и Правила за работа

5 мин.



- Отделете няколко минути за една от уводните дейности на стр. ... и ... от въведението.
- Оставете Правилата за работа на стената и, ако е необходимо, ги припомнете на класа.



### Подгответе

- Плаката „Правила за работа“
- Няколко пъзела с по четири-пет парчета (по един за всяка група). Можете да ги направите, като разрежете по-елементарна картина/снимка на човек или животно. Вземете по едно парче от всеки пъзел и го сложете сред другите парчета от различен пъзел.
- Картон или хартия за писане
- Очертание на ръка (приложение 11)
- Моливи и хартия за всяко дете

### Преговор

5 мин.



- Помолете децата да си спомнят последното занятие с „Приятелите на Ябълка“. Попитайте дали някой се сеща за какво сте си говорили. Ако има нужда, припомнете им, че са слушали разказ за Ани и новата ѝ съседка и са предложили различни начини за сприятеляване. Подканете ги да споделят какво са научили.

### Задача 1: Групови пъзели

5 мин.



- Разделете децата на малки групи. Дайте на всяка група по един пъзел и ги помолете да го сглобят. Децата бързо ще осъзнаят, че едно от парчетата не пасва. След няколко минути им кажете, че за да открият парчето си, ще трябва да помолят другите групи за помощ.
- След като всички пъзели са сглобени, отбележете, че децата са успели да ги завършат, защото са потърсили помощ.

### Задача 2: Как да потърсим помощ

10 мин.



- Кажете на децата да си помислят за други ситуации, в които може да им се наложи да поискат помощ. Дайте им примери: виждат котка, заклещена на дърво, забравили са си домашната работа в училище, изгубили са се в голям магазин, не разбират как да направят нещо.
- Към кого могат да се обърнат, ако се сблъскат с проблем в училище? Ами у дома? Или докато си играят с приятели? А на улицата или в магазина?
- Подканете ги да изброят колкото се може повече хора и запишете предложенията им на дъската или на лист хартия. Може да помолите няколко деца да разиграят ситуацията, за да упражнят как да помолят някого за помощ.

### Задача 3: Кой може да ми помогне?

15 мин.



- Раздайте по едно копие от очертанието на ръка (**приложение 11**). Разбира се, може да помолите децата да очертаят собствените си ръце или пък да си помогнат взаимно.
- Нека върху всеки пръст напишат името на човек, който може да им помогне, ако се сблъскат с проблем. Може да им дадете пример, но подчертайте, че всяка ръка ще е различна.
- Когато са готови, кажете им да вдигнат ръцете си и да ги покажат на класа. Нека няколко деца обяснят защо са избрали хората, чиито имена са написали на ръката си. Припомнете им колко много и различни са хората, които могат да им се притекат на помощ.
- Наблегнете, че на всеки понякога му се налага да моли за помощ и че всеки човек може да помогне на друг в нужда.

### Време за размисъл

5 мин.



- Отделете няколко минути за една от задачите за размисъл на стр. ... от въведението.



# Занятие 2

## Решаване на проблеми



### Цел

Да помогне на децата да упражнят как да се успокоят и да намерят най-доброто решение.



### Подготовка

- Плаката с „Правилата за работа“
- Тайнствена кутия и празни листчета
- Тебешир
- Плакат с четирите стъпки (приложение 12)
- Карти със „Съветите на Ябълка“
- Последващи въпроси (приложение 2)

5 мин.



### Въведение и Правила за работа

- Отделете няколко минути за една от уводните дейности на стр. ... и ... от въведението.
- Оставете Правилата за работа на стената и, ако е необходимо, ги припомнете на класа.

2 мин.



### Преговор

- Помолете децата да си спомнят последното занятие с „Приятелите на Ябълка“. Попитайте дали някой се сеща за какво сте си говорили. Ако има нужда, припомнете им, че са рисували ръка и на всеки пръст са написали кой може да им помогне. Подканете ги да споделят какво са научили.

5 мин.



### Задача 1: Моят проблем

- Обяснете, че всеки има своите трудности и трябва да се научим как да ги разрешаваме. Днес ще научат четири начина за това. Помолете ги да си спомнят проблем, с който са се сблъскали наскоро – в училище, у дома или с приятелите си. Запишете всеки проблем на листче и го пуснете в Тайнствената кутия.

15 мин.



### Задача 2: Стъпки към добро решение

- Кажете, че първата стъпка е да се успокоят. След това ги помолете следното:
  - Седнете спокойно.
  - Затворете очи.
  - Вдишайте дълбоко.
  - Задръжте въздуха за няколко секунди.
  - Издишайте.
- Повторете три пъти.
- Помолете децата отново да затворят очи и да си представят нещо хубаво, нещо, което обичат. След това нека отворят очи. Как се чувстват? Какво са си представили? Този начин да се отпуснат полезен ли е? Защо?
- Обяснете, че когато имаме проблем, втората стъпка към разрешаването му е да го обмислим от всички страни и да го разберем. Помолете някое дете да изтегли листче от Тайнствената кутия и да го прочете на глас. Сега нека всички хубаво да поразсъждават върху проблема. Какъв е той? Защо е проблем?

- Третата стъпка е да предложат много на брой възможни решения на проблема. Нека децата да дадат идеи за разрешаването на проблема, върху който досега са размишлявали. Съберете възможно най-много предложения и ги запишете така, че всички да ги виждат. На този етап не оставяйте децата да оценяват решенията – само съберете идеите им.
- Четвъртата и последна стъпка е да изберат най-доброто измежду всички решения на проблема. След като разгледат предложенията си, трябва да преценят кои от тях биха били най-добри? Защо?

15 мин.



### Задача 3: Прилагане на стъпките

- Изведете децата на двора или в някоя зала, като вземете Тайнствената кутия и тебешир.
- Попитайте ги колко са стъпките за намиране на най-доброто решение на проблем. След това с тебешира нарисуйте на земята голяма стълба.
- Ако не може да използвате тебешира, обозначете стълбата с нещо друго – столове, листове хартия и т.н.
  - Помолете две деца да застанат в началото на стълбата и да изтеглят листче от Тайнствената кутия. Какъв е проблемът? Кажете им сега да се отпуснат, като затворят очи, поемат дълбоко дъх и издишат. Повторете три пъти.
  - След това нека се придвижат на второто стъпало и да си помислят за проблема. Защо е проблем? Разбират ли го добре? Останалите могат да дават предложения.
  - Кажете на двете деца да се преместят на третото стъпало. Помолете класа да даде възможно най-много предложения за справяне с проблема. Запишете всички.
  - Накрая кажете на децата да застанат на четвъртото стъпало и да решат кое от предложените решения ще бъде най-доброто за тях. Ако е необходимо, прочетете предложенията от стъпка 3 или използвайте последващите въпроси (**приложение 2**). Сега нека всички ги аплодират. Повторете упражнението с други деца, ако имате време.
- Раздайте на всяко дете по две карти със Съветите на Ябълка – една за тях и една за някой член на семейството, така че да запомнят по-лесно и да упражнят четирите стъпки.

3 мин.



### Време за размисъл

- Отделете няколко минути за една от задачите за размисъл на стр. ... от въведението.



# Занятие 3

## Нашето споразумение срещу тормоза

### ★ Алтернатива

Ако класът ви вече има споразумение срещу тормоза, може да използвате алтернативния план за занятието от стр. ....



В много училища има установена политика за недопускане на тормоз. Прочете политиката на вашето училище и при необходимост, направете промени в занятието. Важно е да давате на децата последователно послание.



### Цел

Да установите правила срещу тормоза и да си изготвите споразумение.



### Подгответе

- Картон или голям лист за споразумението
- Кукла или плюшена играчка
- Плакат с двете правила срещу тормоза (приложение 13)

### Въведение и Правила за работа

5 мин.



- Отделете няколко минути за една от уводните дейности на стр. ... и ... от въведението, за да подготвите децата.
- Оставете Правилата за работа на стената и ако е необходимо, ги припомнете на класа.

### Преговор

5 мин.



- Помолете децата да си спомнят последното занятие с „Приятелите на Ябълка“. Попитайте дали някой се сеща за какво сте си говорили. Ако има нужда, припомнете им, че са разрешавали проблеми с помощта на стъпките към добро решение. Подканете ги да кажат какво са научили от занятието.

### Задача 1: Какво ти е?

10 мин.



- Покажете на децата куклата или играчката и кажете, че тя не иска да ходи на училище. Децата трябва да разберат защо, като задават въпроси, а вие отговаряте. Чрез въпросите си децата ще научат, че някой се държи лошо с играчката.
- Кажете на децата, че подобно поведение се нарича тормоз. Попитайте ги:
  - Как се чувства играчката?
  - Как се чувства детето, което я тормози?
  - Защо някои хора тормозят други хора?

[Някои деца не различават тормоза от закачките. Обяснете им, че да тормозиш някого означава постоянно да се държиш зле с него – когато един човек или цяла група преднамерено си набелязват друг човек с цел да го наранят или да го накарат да се чувства зле. Тормозът може да е физически или емоционален и би могъл да включва наричане с обидни думи и имена или разпространяване на неприятни слухове. Дори този човек или група хора да смятат, че това, което правят, е шега, то може да се възприема като тормоз от човека, който е на прицел. Ако тормозът се прави онлайн, чрез социални медии или по телефона, се нарича кибертормоз.]

- Покажете им плаката с двете правила срещу тормоза (**приложение 13**). Попитайте класа дали смята, че тези правила са важни и защо.
- Наблегнете, че никой няма правото да тормози друг. Детето, което е жертва на тормоза, не е виновно за това и не трябва да се чувства гузно. Обяснете защо понякога не търсим помощ, когато сме жертва на тормоз – защото ни е срам, или ни е страх, че ще изгубим приятелите си, или че ако се оплачем, нещата ще станат по-сериозни, или защото си мислим, че никой не може да ни помогне. Обсъдете как се чувстват децата, които тормозят, и защо го правят. Може би страдат от липса на внимание и признание, или се съревновават с други за надмощие, или пък са ядосани, че и те самите имат проблеми, или се чувстват потиснати от някой възрастен или от по-големи деца.
- Окуражете децата да си помислят и да споделят с класа как можем да помогнем на някое дете, жертва на тормоз. Запишете идеите на дъската.

20 мин.



## Задача 2: Нашето споразумение

- Попитайте децата дали искат да си съставите споразумение за тормоза. Подканете ги да дават идеи какво да включите. Записвайте предложенията им.
- След това трябва да решат кои идеи искат да влязат в споразумението и как да изглежда. Вероятно накрая ще имате няколко точки или един-два абзаца. Важното е децата да съставят предложенията сами и да постигнат съгласие за нещо, с което всички ще могат да се съобразяват.
- Можете да оформите споразумението си в официален формат – голям плакат или лист, разпечатан като реален договор – и всички да се подпишат най-долу в знак, че са съгласни.
- Изложете споразумението на дъската в класната стая или на стената. Ако децата смятат, че в някой случай споразумението е нарушено, трябва да кажат на вас или друг учител.

5 мин.



## Време за размисъл

- Отделете няколко минути за една от задачите за размисъл на стр. ... от въведението.



Ако дете спомене някой конкретен случай на тормоз, не го дискутирайте пред целия клас. Вместо това си отбележете какво е казало и го помолете да разговаря с вас след края на занятиято.