

Aktivnosti za rad na nastavi (popraćene tijekom prezentacije na NV održanom 26.10.2026.)

**Aktivnosti su proizašle nakon strukturiranog tečaja u Malagi, Španjolska "Stvaranje emocionalno sigurnih učionica", održanog 10.-14. 8. 2026. u sklopu Erasmus+ KA121 projekta 2026-1-HR01-KA121-SCH-000441751 pod radnim nazivom "Osnaženi nastavnici za inkluziju i dobrobit učenika" (Marina Nemet i Ivona Majstorović)*

1. Aktivnost za upoznavanje:

- a) **Krug upoznavanja:** sudionici stanu ili sjednu u krug i redom dovršavaju tri rečenice: „Zovem se..., Dolazim iz..., Danas se osjećam...“, slobodno mogu dodati i jednostavnu gestu koja opisuje njihovo trenutačno raspoloženje ili dodati kojim hobbijem se bave pa gestom pokazati što rade u slobodno vrijeme. Ostali sudionici zajedno ponavljaju što je pojedinac rekao npr: “Ovo je Marina, dolazi iz Sv. Đurađa kraj Virovitice i voli štrikati” ili svatko posebno ponavlja za svakog prethodnog pojedinca, u smislu: “Ovo je Marina, dolazi iz Sv. Đurađa kraj Virovitice i voli štrikati, ovo je Ivona, dolazi iz Virovitice i voli voziti bicikl,...“
- b) **Dvije istine i jedna laž:** svaki sudionik kaže tri stvari o sebi, a ostali pogađaju koja je izmišljena, nakon toga slučajnom odabirom prozovem nekog i odredimo o kojem sudioniku treba reći 2 stvari koje su bile istinite. Npr: „volim svoj posao, zaručila sam se nakon samo 5 mjeseci veze, volim jesti tripice“

2. Aktivnost za provjeru emocionalnog stanja ili poticanje komunikacije:

Koja sam danas mačka? :



Svaki sudionik odabere mačku koja najbolje opisuje kako se on danas osjeća, redom pokažu koju su mačku odabrali i ukratko objasne zašto, ostali mogu pogađati ili komentirati ako se prepoznaju u istom raspoloženju. Npr: “ja sam ova pospana jer mi je kava još uvijek u fazi djelovanja“, ili „ja sam ova zbunjena jer još pokušavam shvatiti koji je danas dan; „Ja sam ova razigrana jer sam na predavanju sa Erasmus + aktivnosti i želim sve saznati“; „ja sam ova koja spava jer je ovo predavanje prekasno, a imala sam 7 sati nastave što me iscrpilo“

3. Aktivnost za vježbanje komunikacijskih vještina, empatije:

Iste riječi, druga poruka

**pokazuje je koliko kontekst, ton i način izgovora utječu na razumijevanje. U nastavnoj praksi to znači da pri davanju uputa, povratne informacije ili kritike nije dovoljno samo poslati poruku već je važno provjeriti kako ju je učenik razumio i doživio.*

Npr: netko izvuče jednu rečenicu, primjerice: „Baš lijepo!”, „Možeš li doći na trenutak?” „Probaj još jednom.”, „Stvarno?”, „Nema problema!”

Zadatak je istu rečenicu izgovoriti na tri različita načina: oduševljeno, ljutito i sarkastično.

Ostali pogađaju emociju i opisuju kako su doživjeli poruku.

Dodatni zadatak; Neka jedan sudionik izgovori „Nema problema!” kao da je presretan, a zatim kao da je upravo saznao da mora ostati u školi još tri sata.

Kratki razgovor za kraj: Jesu li riječi bile iste?, Što je promijenilo značenje poruke?, Kako učenik može doživjeti naš ton glasa čak i kada imamo dobre namjere?

4. Aktivnost za smanjenje stresa u učionici i osjećaja sigurnosti:

Moj mali ritual: Svaki sudionik zamisli da može uvesti jedan mali ritual u svoj razred koji traje samo dvije minute.: Neka smisli nešto što bi učenicima pomoglo da se osjećaju dobrodošlo, smireno ili prihvaćeno.; Tko želi neka predstavi svoju ideju s cijelom grupom.

Primjeri za inspiraciju:

- Početak sata jednom riječju koja opisuje kako se osjećamo.
- Pljesak za trud kada netko pokuša nešto novo.
- Na kraju tjedna svatko kaže nešto što cijeni kod razreda.
- Jedna minuta disanja prije zahtjevnog zadatka.
- Kartica „Danas mi treba...” koju učenik može odabrati.

5. Aktivnost za prepoznavanje razlika između komunikacije koja izaziva strah i komunikacije koja potiče poštovanje i odgovornost

Strah ili poštovanje? Kako naše riječi utječu na učenike? *anketa u google formsu je poslana zasebno u pdf-formatu

**Svrha ankete je osvijestiti učitelje kako način komunikacije, izbor riječi i ton obraćanja utječu na emocionalnu sigurnost učenika, njihov osjećaj poštovanja i preuzimanje odgovornosti. Kroz prepoznavanje izjava koje kod učenika mogu izazvati strah ili potaknuti poštovanje i odgovornost, sudionici promišljaju o vlastitoj komunikaciji i mogućnostima stvaranja sigurnijeg i poticajnijeg razrednog okruženja.*

Activities for class work (accompanied during the presentation at the NV held on October 26, 2026)

**Activities arose from a structured course in Malaga, Spain "Creating Emotionally Safe Classrooms", held on 10-14 8. 2026. as part of the Erasmus+ KA121 project 2026-1-HR01-KA121-SCH-000441751 under the working title "Strengthened teachers for the inclusion and well-being of students" (Marina Nemet and Ivona Majstorović)*

1. Getting-to-know-you activity:

- a. **Introduction circle:** Participants stand or sit in a circle and take turns completing three sentences: "My name is..., I come from..., Today I feel...". They are also welcome to add a simple gesture that describes their current mood, or mention a hobby and use a gesture to show what they do in their free time. The other participants can repeat what the individual said—for example: "This is Marina; she comes from Sv. Đurađ near Virovitica and likes to knit"—or, alternatively, each person can repeat the details for everyone who spoke before them, e.g., "This is Marina; she comes from Sv. Đurađ near Virovitica and likes to knit. This is Ivona; she comes from Virovitica and likes to ride a bike..."
- b. **Two truths and a lie:** Each participant shares three statements about themselves, and the others try to guess which one is made up. Afterward, I randomly select someone to identify two of the statements that were true for a specific participant. E.g., "I love my job; I got engaged after only 5 months of dating; I love eating tripe."

2. Activity for checking emotional state or encouraging communication:

Which cat am I today? : Each participant chooses a cat that best describes how they are feeling today, shows which cat they have chosen, and briefly explains why; others can guess or comment if they recognize themselves in the same mood. For example: "I'm this sleepy one because my coffee hasn't kicked in yet," or "I'm this confused one because I'm still trying to figure out what day it is"; "I'm this playful one because I'm at an Erasmus+ session and want to learn everything"; "I'm this one that's sleeping because this session is too late, and I've already had 7 hours of classes, which has left me exhausted."



3. Activity for practicing communication skills and empathy:

Same words, different message

*This demonstrates how much context, tone, and manner of delivery influence understanding. In teaching practice, this means that when giving instructions, feedback, or criticism, it is not enough to simply convey a message; it is also important to verify how the student has understood and perceived it. E.g., a participant draws a single sentence—for instance: "How lovely!", "Could you come here for a moment?", "Try it once more.", "Really?", or "No problem!" The task is to say the same sentence in three different ways: enthusiastically, angrily, and sarcastically. The others guess the emotion and describe how they perceived the message. Additional task: Have one participant say "No problem!" as if they are overjoyed, and then again as if they have just found out they have to stay at school for another three hours. A brief concluding discussion: Were the words the same? What changed the meaning of the message? How might a student perceive our tone of voice, even when our intentions are good?

4. Activity for reducing stress in the classroom and fostering a sense of security:

My Little Ritual: Each participant imagines introducing a small, two-minute ritual into their classroom. The goal is to come up with something that helps students feel welcome, calm, or accepted. Those who wish to may share their idea with the entire group.

Examples for inspiration:

- Starting the lesson by sharing one word that describes how we are feeling.
- Applauding the effort when someone tries something new.
- At the end of the week, everyone shares something they appreciate about the class.
- One minute of breathing exercises before a challenging task.
- A "Today I need..." card that a student can choose.

5. Activity for recognizing the differences between communication that instills fear and communication that fosters respect and responsibility

Fear or respect? How do our words affect students? **The Google Forms survey has been sent separately in PDF format.*

**The purpose of the survey is to help teachers become aware of how their style of communication, choice of words, and tone of voice influence students' emotional safety, their sense of being respected, and their willingness to take responsibility. By identifying statements that might trigger fear in students versus those that encourage respect and responsibility, participants are prompted to reflect on their own communication and explore ways to create a safer and more supportive classroom environment.*