



Ime dejavnosti

TARČA: SUPERJAZ

<i>Ciljna skupina</i>	<i>Način izvajanja</i>	<i>Število ur</i>	<i>Sklop</i>
5.-9. razred	vsak teden	38	A/A.3.2.2

Opis dejavnosti

Dejavnost je namenjena učencem, ki se soočajo z izzivi odraščanja (jeza, nizka samopodoba, konflikti, medvrstniški odnosi, pritisk vrstnikov).

Na srečanjih bomo skozi vodene pogovore, kratke pisne in ustvarjalne naloge, sodelovalne aktivnosti ter gibalne vsebine (ples, sprostitvene vaje, dihalne tehnike, kratke sprehode) krepili prepoznavanje in uravnavanje čustev, pozitivno samopodobo, občutek varnosti in pripadnosti, spoštljivo komunikacijo ter reševanje konfliktov. Dotaknili se bomo tudi težjih in bolj občutljivih tem, povezanih z družinsko dinamiko in odraščanjem, kot so alkohol v družini, toksični odnosi, motnje hranjenja (anoreksija, bulimija), smrt v družini, ločitev staršev ter druge osebne stiske, s katerimi se učenci lahko srečujejo.

Dejavnost učencem ponuja varen, zaupen in sprejemajoč prostor, kjer lahko izrazijo svoje stiske, so slišani brez obsojanja, se naučijo zdravih načinov sproščanja napetosti ter gradijo bolj zdrav odnos do sebe in drugih.