

Прирачник за наставата по изборниот предмет

ВЕШТИНИ ЗА ЖИВЕЕЊЕ

*Жанеџа Чонџева
Софка Коцева*



Прирачник за наставата по изборниот предмет

ВЕШТИНИ ЗА ЖИВЕЕЊЕ

*Жанеџа Чонџева
Софка Коцева*



Издавач:

Биро за развој на образованието

За издавачот:

Весна Хорватовиќ, директор

Уредник:

Митко Чешларов

Редакција:

Таше Стојановски

Лектура:

Сузана Стојковска

Дизајн и печат:

Кома, Скопје

Тираж: 400

Скопје, 2008 година

CIP – Каталогизација во публикација

Национална и универзитетска библиотека „Св. Климент Охридски“, Скопје

373.3.091.3:641/649 (035)

ЧОНТЕВА Жанета

Прирачник за наставата по изборниот предмет Вештини за живеење : основно образование / Жанета Чонтева, Софка Коцева. – Скопје : Биро за развој на образованието. 2008. – 32 стр. : илустр. ; 23 см

Библиографија: стр. 36. – Содржи и: Прилози

ISBN 978-608-206-000-2

1. Софка Коцева (автор)

а) Вештини за живеење – Основно образование – наставни методи – Прирачници

COBISS.MK – ID 74000906

* Печатењето на прирачникот е со финансиска поддршка на Канцеларијата на УНИЦЕФ, Скопје

ВОВЕД

Согласно со Концепцијата за деветгодишно основно воспитание и образование се воведува изборниот предмет *вештини за живеење* за поврзување на знаењата и вештините потребни за секојдневното живеење на учениците во домот, училиштето, околината. Акцентот во наставата е ставен на стекнување знаења и вештини што се однесуваат на изборот, подготовката и културата на исхраната и облекувањето, личната и колективната заштита во случај на различни извори на загрозување, како и на основни знаења и вештини потребни за снаоѓање во современото општество на ученикот како потрошувач.

Наставникот треба да ја поттикнува самостојната и групната работа на учениците, да ја поддржува нивната креативност и инвентивност преку разни техники на изведба: бура на идеи, симулирање на ситуации, играње на улоги, организирање работилници, ученички проекти, користење на детското животно искуство и негова примена во решавање на проблеми од практичен карактер кои се дел од програмата на предметот. Начинот на работа треба да овозможува комуникација помеѓу учениците, соработка, заедничко истражување, дополнување итн., за да се создаваат условите за рамноправност во учеството и одлучувањето. Добиениот резултат не се проценува, критикува или менува, туку се користи и понатаму како мотивација за натамошна работа.

Активностите и содржините се податливи за корелација со целите на предметите: животни вештини, техничко образование, ликовно образование, како и истражувачките

активности во наставните предмети од општественото и природнонаучното програмско подрачје.

НАСТАВНИ СОДРЖИНИ

Наставната програма по предметот **вештини за живеење** опфаќа четири теми: Исхрана, Облекување, Безбедност и заштита и Ученикот како потрошувач.

Темаџа Исхрана (вкучно 18 часа) опфаќа содржини кои се однесуваат на основните знаења за пастеризација и конзервација на храната, како се составува рецепт за подготовка на храна, кои се основните правила при различни начини на подготовка на храна (пржење, печење, динстање, варење), кој е основниот прибор за јадење и послужување, што треба да се сервира на маса, што е култура на јадење. Учениците треба практично да ги применуваат стекнатите знаења, односно да стекнуваат вештини за подготовка на едноставни јадења според даден рецепт (лупење, матење, месење, сечкање, варење, динстање, пржење, печење), да умеат да ја сервираат и декорираат храната, да умеат да се однесуваат на социјално прифатлив начин при јадење и сл.

Во темаџа Облекување (вкучно 12 часа) се разработуваат содржини кои се однесуваат на стекнување знаења за основните ткаенини и симболите на етикетите од облеката, поимот мода и стил на облекување, начините на одржување на облеката и обувките, начините на изработка на облеката и сл. Знаењата учениците треба практично да ги применуваат и да стекнуваат вештини за разликување на составот на основните ткаенини (памук, свила, коноп, лен, волна, кашмир, ангора), разликување на стиловите на облекување и негување на сопствен стил, перење, пеглање, диплење на различни делови од облеката, чистење чевли, плетење со игли, шиене копче, зашивање, ткаење на едноставен разбој и сл.

Темаџа Безбедност и заштита (вкупно 20 часа) работува содржини поврзани со изворите на загрозување и заштита од истите и за природните катастрофи и несреќите предизвикани од технолошки хаварији кои нанесуваат многу страдање на населението и материјални загуби. Исто така, темата има содржини за појавите на разурнувачките сили на природата, при кои бројот на настрадани лица па и жртви може да биде многу голем.

Едукацијата на учениците овозможува формирање на основни знаења и умења за распознавање и проценка на опасните ситуации во околината и развивање на вештини за заштита на себе и другите.

Темаџа Ученикот како потрошувач (вкупно 12 часа) треба да помогне во запознавањето и стекнувањето на основни знаења за ученикот како потрошувач, како и знаења за правата на потрошувачите.

ИСХРАНА

Храната е значаен извор на енергија за правилен развој. Па така често се вели дека „здравјето се внесува преку устата“. Однесувањето на младите кон исхраната не може да се разгледува одвоено од животните услови (културата, традицијата, економските фактори, навиките во домаќинството, поднебјето, загадувањето...). Тоа сугерира повеќедимензионален пристап во толкувањето и разбирањето на начинот на кој младите ги формираат навиките поврзани со исхраната. Храната и начинот на исхраната не значат само задоволување на нутритивните и енергетските потреби на телото. Во сите култури исхраната се врзува за задоволување и на социјалните потреби за контакт и дружење. Сепак, моделот на исхрана се гради во детството, а адолесценцијата се смета за клучен период во обликувањето на начинот и навиките на исхраната.

Друштвото на врсниците, исто така, има големо влијание во градењето на навиките за консумирање храна.

Според резултатите од истражувањето во рамките на Студијата за однесувањето на децата поврзано со здравјето (Чонтева и Мојанчевска, 2002) голем е процентот на училиштата во кои учениците можат да купат чоколада,

колачи, чипс, сендвичи и газирани пијалаци, а сосема мал е процентот на училиштата каде што младите можат да купат овошје, свежа супа или чај. Притоа само 4 % од наставниците во Македонија одговориле дека во нивните училишта има усвоена политика за ограничено консумирање слатки и чипс. Истовремено, Македонија е земја со развиено аграрно стопанство и огромен потенцијал за градење здрави животни навик во исхраната, со тоа што може да понуди квалитетни, разновидни и евтини производи (овошје и зеленчук) во сите годишни периоди.

Токму затоа многу е важно учениците да добиваат конзистентни пораки за здрава исхрана во различни средини и од различни извори, како што се: домот, училиштето, здравствените институции, медиумите, владините и невладините агенции, при што ќе се користат постојните богати ресурси на нашето поднебје.

Кога учениците подготвуваат храна, тие учат корисни животни вештини. Активностите поврзани со подготовката на храната го поттикнуваат процесот на учење за храната, исхраната, хигиената и безбедноста во кујната. Кога се подготвува храната, учениците работат во тимови, соработуваат и на тој начин ги развиваат своите социјални вештини. Подготовката на храната според рецепти и книги за готвење им помага на учениците да ја сфатат важноста од следењето на инструкции и да ги согледаат фазите низ кои поминува подготовката на едно јадење. Крајниот производ (зготвената супа, салата, замесениот леб, пита...) им дава чувство на задоволство и постигнување.

Во нашите училишта можностите за подготовка/селекција на храната зависат од неколку фактори, пред сè од опременоста на училиштето, финансиите, потребата учениците да носат продукти од дома, времето на располагање, колку ученици учествуваат и сл. Иако овие фактори се ограничувачки мора да се направат напори учениците да научат како да подготват оброк од здрави и свежи состојки и да прават здрав избор на храна.

Поими

Пржење – постапка на термичка обработка на намирници со или без употреба на масло за јадење во прикладен сад (тава) или на скара. Изложувањето на намирниците на

висока температура овозможува брзо затворање на порите на површината на намирниците со што се спречува губитокот на течностите и хранливите состојки од внатрешноста на намирниците, па тие остануваат меки и сочни. Пржењето во принцип треба да трае пократко време за да се постигне минимално губење на хранливите состојки, а пред сè на витамините.

Печење – постапка на термичка обработка на храната. Печењето се врши во рерна на температура преку 180° C во зависност од намирниците за подготовка. Тие треба да се стават во загреана рерна за да се направи кора на површината која спречува губење на течноста од нивната внатрешност на намирниците. На тој начин подобро се зачувуваат прехранбените материи од намирниците. До самиот крај на печењето температурата постепено се намалува.

Варење – вид на термичка обработка на храната, при што намирниците се потопуваат во вода или некоја друга течност. Со варењето хранливите материи од намирниците преминуваат во течноста во која се варат, со што течноста добива вкус на намирниците кои се употребени.

Динстање – еден од најздравите начини на подготовка на храната. Намирниците се изложуваат на доста висока температура, при што топлината делува на намирниците преку течноста која самите ја испуштаат. Во процесот на динстање може да се додава мало количество на вода за да не дојде до загорување, доколку намирниците не содржат доволно количество на вода во себе. Динстањето обично се врши во плитки садови (тава, плиток лонец) со или без поклопец.

Рецепт - упатство за подготовка на јадење. Компоненти на рецептот се: името на јадењето, потребното време за негова подготовка, потребните состојки и количество, опремата потребна за подготовка на јадењето, редоследот/фазите на подготовка, за колку лица е наменето јадењето.

Конзервирање - преработка на прехранбени продукти (термички или со хемиски конзерванси) со цел да се продолжи нивното траење.

Пастеризација - загревање на прехранбени продукти на температура до 100° степени целзиусови со што се спречува можноста за размножување на микроорганизмите и на тој начин за краток период се заштитува храната од расипување.

Стерилизација - загревање на температури повисоки од 100° степени целзиусови со цел потполно уништување на микроорганизмите и овозможување долготрајност на прехранбените производи.

Месење и матење - процес при кој со мешање на различни супстанции се постигнува одреден степен на хомогенизација на смесата што се приготвува, во едниот случај на смеса со повеќе вода, а во случај на месење смеса што содржи помала количина вода.

Лупење – отстранување на надворешниот слој од овошјето или зеленчукот со помош на прибор за лупење.

ТЕМА: ИСХРАНА

Пример бр. 1. Истражувачки проект „Правиме зимница“ (6 часа)

Цел:

- ученикот/ученичката да стекне основни знења за конзервирање и пастеризирање на храната.

Наставни средства: флипчарт хартија, А4 хартија, маркери, фломастери, хамер, разни креативни материјали.

Место на реализацијата: училница, локална фабрика, посета на семејство.

Тек на активност

Учениците се делат во две групи. Едната група добива за задача да направи истражување за процесот на пастеризација на храната, а другата за конзервација на храната. Потоа наставникот започнува дискусија за тоа што знаат учениците за овие процеси, кои се нивните предзнаења, ставови, мислења.

ИСТРАЖУВАЧКИ АКТИВНОСТИ (5 часа)

Учениците заедно со наставникот изработуваат план за истражување. Планот ги содржи следните елементи:

- **Што ќе истражуваме?** Се дефинираат аспектите на темата кои ќе бидат предмет на понатамошното истражување. (Пр.: *Како се подготвува овошјето/зеленчукот за зимница? Што сè е потребно за да се подготви зимницата? Како тече процесот на подготвување на зимницата? На која температура се подготвува зимницата? Како се подготвувала зимницата во минато, а како сега?...*)
- **Каде** ќе истражуваме? Учениците сè договараат каде ќе го следат процесот на подготовка на зимницата - во посета на некое семејство или во локалната фабрика.
- **Како?** Се планираат и изработуваат алатките кои ќе се користат во истражувањето: интервјуирање (се смислуваат водечките прашања и нивниот редослед), потоа пребарување на Интернет, весници, списанија, набљудување и документирање на процесот со фотографии и цртежи (се прави детален план за тоа што точно ќе се набљудува, со цел да се олесни процесот на запишување при набљудувањето - види работен лист Извештај од набљудување).
- **Кога?** Планирање на времетраењето на активностите.
- **Кој?** Поделба на одговорностите и задачите меѓу учениците. Секој ученик треба точно да знае дали ќе прави интервју, дали ќе истражува на Интернет, дали ќе ги води забелешките при набљудувањето и сл.
- Дел од планирањето е размислувањето за можните **проблеми и бариери** и смислувањето *стратеги* како тие да се надминат.

Откако е изработен планот и секој ученик ја знае својата задача, започнува теренскиот дел од истражувањето: посета на семејство и фабрика каде се следи и документира процесот на конзервација/пастеризација на овошјето/зеленчукот.

Потоа следи анализирање на добиените податоци, се бараат сличности и разлики во процесите на конзерва-

ција и пастеризација на храната, се среќаваат исказите добиени од интервјуирањето, се разгледуваат и среќаваат документираните материјали, се споделуваат искуствата, доживувањата, сознанијата од истражувањето на терен.

ЕВАЛВАТИВНИ АКТИВНОСТИ (1 час)

Учениците се делат во групи и добиваат за задача да направат презентација на добиените податоци од истражувањето користејќи различни креативни начини на прикажување преку цртежи, фотографии, графички моделирање, драматизација.

Пример бр. 2. Мојот омилен рецепт (3 часа)

Цели:

- ученикот/ученицката да се оспособи за практикување на основните кулинарски вештини;
- да знае да користи едноставни рецепти за подготвување храна.

Наставни средства: (согласно селектираните рецепти).

Место на реализацијата: училишна кујна (зависно од ресурсите во училиштето и локалната заедница).

Тек на активност

Учениците добиваат задача да приберат во тетратка неколку рецепти од нивните омилені јадења (слатки, солени, салати). Откако ќе ја пополнат тетратката, заедно со наставникот селектираат едноставна салата (со сезонски зеленчук) која може да се подготви во училиште. Потоа ги набавуваат основните состојки за салатата и започнуваат со процесот на подготовка. Најпрво учениците го мијат сезонскиот зеленчук во училишната кујна. Потоа ја следат демонстрацијата на лупење и сецкање на зеленчукот од страна на наставникот, по што започнуваат самите да лупат и сецкаат. Исечканите парчиња ги ставаат во сад и според рецептот ги додаваат останатите состојки за подготовка на салатата. Подготвената салата ја декорираат, сервираат и дегустираат.

Следниот час учениците и наставникот селектираат едноставно главно јадење за подготовка во училиштето. Се

набавуваат потребните состојки и започнува процесот на подготовка. Наставникот демонстрира и го објаснува процесот. Согласно рецептот учениците ги мерат состојките, лупат, сецкаат, но и учат како се динста, пржи и вари храната. Подготвениот ручек, учениците го декорираат, сервираат и дегустираат (може да се покани угостител-келнер или готвач кој ќе демонстрира едноставно сервирање на јадење).

И во однос на десертот, се бира едноставен рецепт. Се подготвуваат и мерат состојките, наставникот демонстрира, а учениците пробуваат да матат, месат и печат десерт.

ЕВАЛВАТИВНИ АКТИВНОСТИ

Учениците се делат во групи и добиваат за задача да направат истражување во локалната средина за традиционалните јадења. Потоа тие рецепти ги допишуваат во тетратката, селектираат едноставни рецепти и ги подготвуваат во училишната кујна. Наставникот ја следи активноста на учениците и ги оценува нивните знаења и вештини за подготовка и сервирање на едноставно јадење според рецепт.

Доколку нема кујна во училиштето, учениците разгледуваат различни книги за готвење и емисии за подготовка на јадења (<http://www.hranaivino.com.mk> и <http://www.jamieoliver.com>).

Пример бр. 3. Истражувачки проект – Култура на јадење на младите (4 часа)

Цели:

- ученикот/ученичката да се запознае со културата на јадење (кај нас и во некои други земји).

Наставни средства: флипчарт хартија, А4 хартија, маркери, фломастери, хамер, разни креативни материјали.

Место на реализацијата: училница, ресторан, посета на семејство.

Тек на активноста

ВОВЕДНА АКТИВНОСТ (3 часа)

Активноста започнува со дискусија за тоа кое е омилното јадење на младите во Македонија, а кое на младите во другите земји? Дали постои разлика и зошто? Какво е однесувањето при јадење на младите во Македонија, а како на младите од другите земји?

Потоа учениците го изработуваат планот за истражување:

- **Што ќе истражуваме?** Се дефинираат аспекти на темата кои ќе бидат предмет на понатамошното истражување. (Пр.: *Какво е однесувањето при јадење во различни култури, како се држат рацеите, шелошо, приборот, како се поставува приборот за јадење, како е кај нас, како било во минато, кога и како се стекнуваат навиките за однесување при јадење?*)
- **Каде** ќе истражуваме? Учениците се договараат каде ќе истражуваат: на Интернет, во локалната заедница, посета на локален ресторан.
- **Како?** Се планираат и изработуваат алатките кои ќе се користат во истражувањето: интервју, пребарување на Интернет, списанија, набљудување и документирање на процесот со фотографии и цртежи.
- **Кога?** Планирање на времетраењето на активностите.
- **Кој?** Поделба на одговорностите и задачите.
- Дел од планирањето е размислувањето за можните **проблеми и бариери** и смислувањето **стратегии** како тие да се надминат.

Откако е изработен планот и секој ученик има конкретна задача, започнува теренскиот дел од истражувањето. Учениците посетуваат ресторан, набљудуваат и запишуваат во работните листи (види работен лист Извештај од набљудување) како луѓето се однесуваат за време на појадок, ручек и вечера. Се набљудува и однесувањето на учениците при јадење во училиште за време на одморите. Се прави споредба во однесувањето при јадење во различни култури (со помош на Интернет).

Добиените резултати од истражувањето учениците ги сумираат и цртаат стрип за различното однесување при јадење во различни култури и традиции.

ЕВАЛВАТИВНИ АКТИВНОСТИ (1 час)

Учениците се делат во групи и имаат задача да смислат сценарија и ситуации за култура на јадење. Следува драматизација според сценаријата и дискусија во однос на прашањата: Кои елементи укажуваат на (не)културно однесување при јадењето? Како некултурното однесување може да се трансформира во културно? Наставникот го оценува учеството на учениците во дискусијата, како и материјалите во портфолиото на ученикот (види оценување на проектна задача).

ОБЛЕКУВАЊЕ

Процесот на усвојување на вештините за шиене, плетење, везење, ткаење е важен во јакнењето на сликата за себе, го поттикнува креативното мислење и вештините за решавање проблеми. Потребно е најпрво учениците да се запознаат со различните ткаенини, нивниот квалитет, потекло и сл., а потоа секој ученик индивидуално да се поттикнува да избере боја, текстура, различни креативни материјали за изработка на своите проекти. Ова го прави секој проект единствен, различен од другите. Сè додека учениците учат со позитивно поттикнување, т.е охрабрување дека не постојат грешки, туку само научени работи, тие ќе уживаат во учењето и развивањето на своите вештини.

Изборот на облеката е еден од главните начини преку кои покажуваме што чувствуваме кон другите и како сакаме да се поврземе со нив. Овие чувства вклучуваат посакување, љубов, восхитување, страст, заведување, ривалство. Јазикот на телото, особено начинот на кој се облекуваме, ги покажува овие чувства без ниту еден збор и без ние да сме свесни за тоа. Нашиот изглед има големо влијание и врз тоа како другите нè перцепираат. Исто така влијае и на сликата за себе. Токму затоа, разговорот со учениците за оваа врска меѓу емоциите и мода е важен дел од образованието.

Идентификацијата на групата тинејџерите се покажуваат и преку сличниот стил на облекување. На овој начин тие го споделуваат пријателството и групниот идентитет, исто како што го разменуваат и речникот на кој зборуваат. Преку

облеката младите можат да ја изразат и својата единственост, индивидуалност. Но, линијата помеѓу конформизмот и индивидуалноста е многу тенка. Кога младиот човек ќе биде исмеан за некоја „грешка“ во облекувањето, незадоволството може да биде многу силно.

Поими

Текстилни влакна/текстил – приспособлив/флексибилен материјал составен од мрежа на природни или вештачки влакна/конци. Текстилните влакна можат да бидат:

- Природни (растителни) - памук (*Gossypium*) род на билка од фамилијата слез, лен - (*Linum usitatissimum*) едногодишна зелеста билка со краток вретенаст корен; коноп – мека, светкава билка од која се прават долги испреплетени нишки); животински - волна – се добива од влакната на домашни животни (коза и овца). Во влакното на овчата волна има состојка (масло) познато како ланолин, кое го прави влакното отпорно на вода и прашина; кашмир – се добива од влакната на посебен тип на коза, индиска кашмир коза, позната по мекоста на влакното; ангора – се добива од долгите, тенки и меки влакна на ангорскиот зајак; свила – се добива од влакната на кожурецот на кинеската свилена буба, се одликува со светкавост и нежност, ценета по посебната текстура.
- Вештачки (синтетички) - современи видови на влакна, добиени по вештачки пат. Можат да бидат полиестер – се користи сам или во комбинација со памук; акрилник – имитација на влакно на волна, кашмир; најлон – имитација на влакно на свила, се користи за производство на хулохопки; ликра – лесно растегливо влакно).

Предење – стар начин на обработка на влакна, при што влакната од растително, животинско или синтетичко потекло се извртуваат едно во друго правејќи конец/јаже. Оригиналната постапка се изведува рачно со користење на едноставна алатка – вретено/фурка. Карактеристиките на испредениот материјал зависи од материјалот од кој е направен, квалитетот и квантитетот на влакната, нивната должина, како и степенот на вртежот.

Ткаење - стара техника на обработка на волнени конци. Самиот процес вклучува преклопување на два сета, наречени завиткувачи (нитки) и пополнувачи, конци под прави агли. Завиткувачите се затегнати и паралелно наредени на разбојот (направата која се користи за ткаење). Начинот на кој овие два конца се преклопуваат се нарекува бран. Производите добиени од оваа постапка можат да бидат едноставни материјали или, пак, декоративно-уметнички, т.н таписерии.

Плетење – метод на правење на отвори/дупчиња наречени пекли од конец кои се протнуваат една во друга, правејќи плетиво. Направените пекли се наредени на игли, кои се користат за плетење. За постигнување на различни ефекти на крајниот производ, различна текстура, тежина и интегритет на плетивото се користат различни типови на игли. Така, на пример, за рамно плетиво се користат прави игли со кои плетивото добива во должина, додека со кружни игли се формира плетиво во вид на туба. Процесот на плетење е составен од три основни задачи: активните пекли се редат на иглата, потоа се опуштаат за, во последната фаза, нови мали делчиња од конецот се пропуштаат низ нив, со што пеклата станува дел од плетивото.

Везење – уметност или занаетчиство на декорирање на текстилни материјали со помош на различни конци/други додатоци и игла.

Шиење – зацврстување на облека, кожа, крзно и други флексибилни материјали користејќи игла и конец. Видови на шиење: едноставно/обично кое се користи за прагматични потреби (правење и одржување на облека) и модерно/комплицирано – се користи за декорација и вклучува техники од типот на везење.

Кроене – иако поимот датира од многу порано, своето вистинско значење го добива во 18 век и се однесува на луѓето кои правеле машки и женски костуми, палта, панталони. Самиот поим се однесува на систем од специфични рачни и машински техники на шиене кои се уникатни.

Перење облека – отстранување на нечистотијата од облеката со помош на вода и сапун/детергент за перење во машина за перење или рачно.

Пеглање – постапка за отстранување на изгужваните делови од облеката со помош на загреана пегла; постапка која може да се употреби за уништување на паразити/микроорганизми од облеката.

Мода – социјален феномен кој се однесува на стилските на облекување кои се популарни во културата во определен период. Стилските вообичаено се менуваат брзо, затоа модата во обичниот говор или колоквијално се однесува на последната верзија на овие стилови. Поимот често се користи во позитивна смисла како синоним за гламур и убавина, односно вид на општествена уметност низ која културата ги поставува правилата за убавина и добро. Негативната употреба на поимот се врзува за трендови и материјализам. Модата варира и е поврзана со општеството, годините, социјалните класи, генерацијата, професионалната окупација, сексуалната ориентација и местоположбата (географски).

Традиционалната облека (носи) - е дел од материјалната култура на еден народ, претставувајќи одраз на народните традиции вкоренети во етно-културната историја, во социјалните, општествено - политичките односи. На нив можат да се видат дел од идеологијата на народните верувања, како и естетските сфаќања создавани во текот на низа векови. Низ носијата можат да се согледаат различните процеси на културните настани, и влијанија и врски со другите култури.

ТЕМА: ОБЛЕКУВАЊЕ

Пример бр. 1. Како се грижам за мојата облека (5 часа)

Цели:

- ученикот/ученичката да научи како да се грижи и да ја одржува својата облека и обувки;
- да научи да применува практични совети за одржување на облеката.

Наставни средства: флипчарт хартија, А4 хартија, маркери, фломастери, хамер, разни креативни материјали, штица за пеглање, пегла, различни делови од облеката за пеглање, четка за чевли, чевли.

Место на реализација: училница, ресторан, посета на семејство

Тек на активност

ВОВЕДНА АКТИВНОСТ

Се започнува со дискусија за тоа кои се омилените парчиња облека и чевли на учениците и зошто им се омилене. Потоа дискусијата на учениците се насочува кон тоа како се грижат за својата омилена облека.

ИСТРАЖУВАЧКИ АКТИВНОСТИ (4 часа)

Учениците се делат во групи. Една група добива задача да направи истражување за перењето на облеката. На кои се начини може да се испере облеката, рачно/машински, што е важно да се знае пред да се стави облеката за перење, што покажуваат етикетите на облеката, на која температура се пере бела облека, на која шарената? Како се пере облека изработена од волна, како од памук, свила, кашмир, лен? Како се сортираат алиштата за перење? Каде се чуваат алиштата кои треба да се исперат? Како може да се извадат флеките на алиштата?

Друга група на ученици добива задача да истражи како се пегла облеката. Што треба да знаеме пред да започнеме со пеглањето? Како треба да бидат исушени алиштата пред пеглање? Како се пегла облека изработена од волна, како од памук, свила, кашмир, лен? Како се диплат и редат испегланите алишта? Како треба да се одржуваат алиштата за да бидат пеглани, а не постојано одново и одново да се пеглаат?

Третата група на ученици треба да истражува за одржувањето на обувките. Како се одржуваат обувки направени од кожа, како од скај, велур, платно? Како се четкаат чевлите? Како треба да се одржуваат чевлите/патиките за да не мириса ногата во нив?

Откако ќе се дефинираат истражувачките прашања, останува да се одговорот уште следните прашања:

- **Каже** ќе истражуваме? Учениците се договараат каде ќе се информираат, т.е. каде ќе можат да видат на кој начин треба да се одржуваат облеката и обу-

вките. Можат да посетат семејства, салон за хемиско чистење на облека, локална фабрика за производство на облека и обувки, како и продавници за облека и обувки.

- **Како?** Се планираат и изработуваат алатките кои ќе се користат во истражувањето: за интервјуирање (се смислуваат водечките прашања и нивниот редослед), потоа следи пребарување на Интернет, весници, списанија, набљудување и документирање на процесот со фотографии и цртежи. Се прави детален план за тоа што точно ќе се набљудува, со цел да се олесни процесот на запишување при набљудувањето, (види работен лист и извештај од набљудување).
- **Кога?** Планирање на времетраењето на активностите.
- **Кој?** Поделба на одговорностите и задачите меѓу учениците. Секој ученик треба точно да знае дали ќе прави интервју, дали ќе истражува на Интернет, дали ќе ги води забелешките при набљудувањето и сл.
- Дел од планирањето е размислувањето за можните **проблеми и бариери** и смислувањето *стратегии* како да се надминат.

Откако е изготвен планот, учениците го започнуваат теренскиот дел од истражувањето. Посетуваат семејство (или салон за перење и хемиско чистење) каде им се демонстрира перење, пеглање и диплење на облеката, како и начин на одржување на обувките на членовите на семејството. Се посетува, исто така, и локална фабрика за производство на облека и обувки. Тука учениците се информираат за различните материјали од кои се изработуваат облеката и обувките и кој е најсоодветниот начин за нивно одржување.

По завршувањето на теренското истражување, учениците во рамките на своите групи ги разгледуваат и средуваат документирани материјали притоа споделувајќи ги своите искуства, доживувања и сознанија од истражувањето на терен.

ЕВАЛВАТИВНИ АКТИВНОСТИ (1 час)

Учениците со помош на наставникот планираат презентација на она што го научиле од истражувачката фаза. Тие демонстрираат пеглање и диплење на различни делови од облеката како и различни начини на одржување на обувките (четкање, чистење). Перењето на алишта може да се демонстрира во училиштето или, пак да се направи презентација со постер.

Наставникот го оценува знаењето на основните поими поврзани со практичните вештини на учениците за перење, пеглање и одржување на обувките и нивниот интерес и учеството во различните активности. Ги оценува и сите материјали кои се наоѓаат во портфолиото на ученикот, а се однесуваат на овој проект (види оценување на проектната задача).

Пример бр. 2. Плетење шалче (3 часа)

Цел:

- ученикот/ученичката да ги научи основните вештини за плетење со игли.

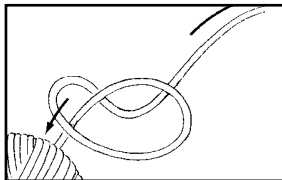
Наставни средства: две игли за плетење, волница во различни бои.

Место на реализацијата: училница.

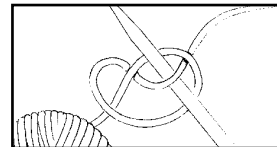
Тек на активност

Учениците добиваат задача да сплетат шал. За таа цел потребно е секој ученик да има две игли за плетење и волница. Наставникот започнува со плетењето чекор по чекор, чекајќи учениците да пробаат и да го завршат секој чекор поединечно.

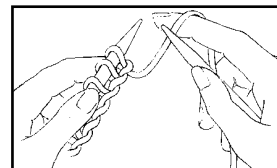
1. Се започнува со правење на пекли од волницата на тој начин што клопчето волница се држи во левата рака, а слободниот крај од волницата се извлекува во десната. Со помош на слободниот крај од конецот, оддесно налево се прави крукче долго околу 15 сантиметри, на тој начин што крајот од конецот се става под горната нишка од конецот и се извлекува нагоре десно.



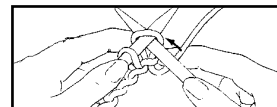
2. Едната игла се држи во десната рака и со врвот влегува во делот од крукчето, блиску до крајот на конецот. Крајот се повлекува со левата рака, со цел конецот убаво да се зајакне за иглата. На тој начин се добива една пекла на иглата (се прават онолку пекли колку што сакаме да биде широк шалот).



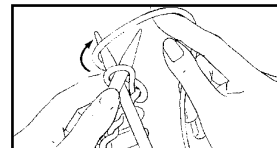
3. Иглата со пекли се става во левата рака, помеѓу палецот и показалецот. Клопчето останува од левата страна. Се зема втората игла со десната рака и се насочува кон левата.



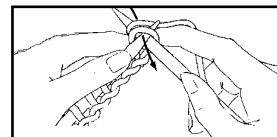
4. Десната игла се внесува во пеклата на левата игла (под левата игла). Иглите ќе се вкрстат во пеклата, при што десната игла се наоѓа под левата.



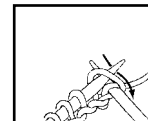
5. Палецот треба да се намести нежно да ги држи двете игли заедно со показалецот на левата рака. Десната игла сè уште е под левата.



6. Конецот се држи со десната рака, а иглите со левата. Конецот се става под десната игла и се извлекува за да ја обвитка иглата (во правец како што е прикажано на сликата). Крајот треба да остане на десно.

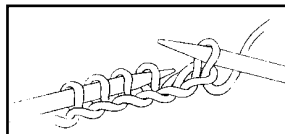


7. Конецот се прилепува за иглата со помош на десниот показалец, десната игла се влече кон себе, извлекувајќи го конецот под левата игла (како што е прикажано на сликата). На тој начин десната игла доаѓа



горе над левата игла, завиткана со крајот извлечен од левата игла.

8. На крајот се добива една пекла на десната игла и една испуштена пекла од врвот на левата игла.



Процесот се продолжува сè додека не се исплетат сите пекли од левата игла. Откако ќе се сплете и последната пекла се добива еден ред од шалчето. Потоа се прави замена на иглите, празната лева игла оди во десната рака, а полната десна во левата рака. Постапката се повторува онолку пати колку што учениците сакаат да биде долго шалчето. Доколку сакаат да внесат шаренило од бои, тоа можат да го направат со прекинување на крајот со којшто плетеле и на него да го надврзат новиот крај во друга боја и повторно да продолжат со плетењето. Сплетениот шал влегува во портфолиото на ученикот.

ТЕМА: ОБЛЕКУВАЊЕ

Пример бр. 3. Шиене копче

Цел:

- ученикот/ученичката да научи основни вештини за шиене копче.

Наставни средства: игла за шиене, тенок крај, копче, ткаенина

Место на реализацијата: училница

Тек на активност

Учениците добиваат задача да сошијат копче. За таа цел потребно е да се избере копче и боја на крај кои ќе одговараат на бојата и видот на ткаенината на која ќе се шије копчето. Наставникот започнува со шиенењето демонстрирајќи го секој чекор поединечно, истовремено учениците го следат и ги пробуваат сите чекори еден по еден.

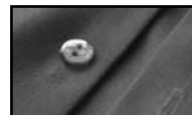
1. Се започнува со вденување на крајот во иглата. Притоа треба да се внимава и од двете страни на иглата да остане еднаква должина од крајот.



2. Потоа едниот крај од крајот се замотува околу покажалецот и се влече сè додека не се затегне и направи јазол.



3. Потоа копчето треба да се постави на ткаенината.



4. Започнува шиенењето. Иглата поминува низ ткаенината, почнувајќи од долниот дел на ткаенината кон горниот и низ едно дупче од копчето.



Постапката се повторува неколку пати сè додека копчето не се зајакне. Во овој случај се шије паралелно од едното во другото дупче на копчето. Но, може да се шије и со вкрстување на крајот во дупчињата, како што е покажано на сликата.

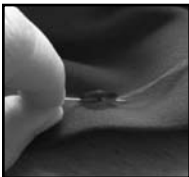
Копче сошиено во X.



Копче сошиено со паралелни линии на крајот.



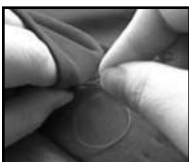
5. Откако е зајакнато копчето, иглата треба да помине низ крајот и материјалот.



6. Потоа шест пати треба крајот да се завитка околу копчето.



7. Потоа иглата се спушта во материјалот.



8. Позади материјалот се прават три или четири провирања на иглата низ зашиениот крај.



9. На крајот се потсекува крајот што останал.



Ткаенината со зашиеното копче влегува во портфолиото на ученикот.

БЕЗБЕДНОСТ И ЗАШТИТА

Деца имаат право на живот!

„Правото на дејство на заштитата од елементарни нејотоди и природни катастрофи произлегува од неопштоливо право на живот...“

(Конвенција за правата на детето-член 6, став 1)

Во темата *Безбедност и заштита* се разработуваат содржини кои се однесуваат на најразлични ризици, превенција, безбедност и заштита од истите.

Современите ризици и извори на загрозување можат да се поделат во неколку категории:

- **природни нејотоди:** земјотреси, поплави, лизгање на земјиштето, удари од гром, одрони, намети, вулкани, суши, силни ветрови, глобалното затоплување кое носи големи климатски промени и сл.;
- **техничко - технолошки и други несреќи:** пожари, сообраќајни несреќи, атомски-нуклеарни, хемиски, биолошки и други видови хаварии предизвикани од човекот;
- **конфликти, насилство и воени дејствија.**

Целта на обучувањето на учениците е да се запознаат со основните ризиците и опасности во нивната околина и да се оспособат за превенција, безбедност и заштита од истите.

ПРИРОДНИ НЕПОГОДИ

Република Македонија со нејзината географска положба, геолошки состав и хидрометеоролошки услови често е изложена на различни непогоди и катастрофи. Исто така, се наоѓа во **особено турсно подрачје** заради тоа што тектонски припаѓа во најсилното сеизмички активно копно на Балканскиот Полуостров. Поради тоа потребата од организирана и планска заштита и обука на населението, како и на учениците има особено значење.

- **Земјотрес** е природна непогода/стихија чии причини и последици не можат да се предвидат.

Задача на наставникот е да ги оспособи учениците да постапат правилно за време на непогодата, да направат проценка на опасноста во даден момент и да се однесуваат дисциплинирано. На тој начин може да обезбеди ефикасна психолошка подготовка, намалување на стравот, паниката, па и стресот, кои можат да остават последици во развојот на личноста на ученикот.

Училиштето има свој *План за заштита*, по кој треба учениците да се оспособат како да постапуваат за време на земјотрес или друга природна стихија.

Постапките за правилно однесување во домот или во околината на живеење, учениците треба да ги знаат и увешбуваат. Најважно е тие да умеат да ги идентификуваат изворите на опасност и загрозување на безбедноста, каде и да се наоѓаат. Знаењата треба да ги применуваат во секојдневниот живот.

ТЕХНИЧКО-ТЕХНОЛОШКИ И ДРУГИ НЕСРЕЌИ

Овој вид на непогоди или несреќи се предизвикани претежно од човекот. Тука спаѓаат: пожарите, сообраќајните несреќи, техничко-технолошките хаварии, разни експлозии и сл.

Во оваа категорија спаѓа и загадувањето на животната средина, шумските пожари, рушење на брани, епидемии, нуклеарни хаварии, хемиски и индустриски несреќи, авионски, железнички несреќи, бродоломи и сл.

Во наставата наставникот треба да ги запознае учениците со овој вид на несреќи, и да ги усвојат најважните мерки за безбедност и заштита при одредени несреќи кои се почести на нашите простори. На пример, може да се обработат пожарите кои сè почесто се случуваат.

- **Пожарот** - *нанесува и предизвикува материјални штети и претставува опасност по животот на луѓето, околината и имотот.*

Видови на пожари: шумски - кои се јавуваат во летниот период во шумите и житните полиња и *урбани* - кои се јавуваат во населени места.

- Шумските пожари се чести, а најчесто се предизвикуваат од невнимание на човекот. Тие носат огромни штети со уништување на шумското богатство.
- Урбаните пожари се случуваат во населени места како резултат на невнимание, стара или неисправна електрична инсталација и сл. Тие често пати носат огромни материјални штети, повреди од изгореници, па и жртви.
- Карактеристични се и пожарите кои настануваат како последица од *природни несреќи и воени дејствија*, при што активностите за заштита потешко можат да се спроведат.
- ✓ Граѓаните се должни веднаш да ја известат најблиската Противпожарна служба (телефон 193) или Центарот за управување со кризи (ЦУК) (телефон 195) или Полицијата (телефон 192).
- ✓ Учениците треба овие броеви да ги научат и да ги запишат на видно место во нивната училница.

Кои се причините за пожарите?

Причините за пожарите можат да бидат најразлични:

- човекот, неговото невнимание на работното место, дома или во природа;
- фрлање отпушоци на недозволен места;
- несоодветно користење на електрични апарати и други машини;
- преоптоварена или стара електрична инсталација;
- неисправни електрични апарати, машини и сл.;
- несоодветно чување и превоз на опасни материји;
- како посебни причини се природните несреќи и војните.

Кои се последиците?

Последиците некогаш се кобни за човекот со повреди од изгореници, задушвање, заробување во огнената стихија, материјалните штети и загадување на околината.

Заштита

Заштитата од пожари има големо значење. Регулирана е со закон, подзаконски акти, стандарди, планови и правилници за заштита од пожари. Тука спаѓаат и програмите за обука на населението, за заштита од пожари.

ПРВА ПОМОШ

Дефиниција: Прва помош е почетна грижа за повреденото лице на самото место на несреќата.

• Цели

- зачувување на животот на повредениот;
- заштита од понатамошно повредување;
- намалување на болката и стравот;
- спречување на можни компликации;
- подобрување на општата состојба на повредениот.

• Процедури на правилно укажаната помош:

- неопходна прва помош;
- телефонски повик за помош;
- одложна помош;
- Итна медицинска помош и транспорт;
- здравствена установа.

• Проверка и следење на витални знаци или знаци на живот

1. Состојба на свест – усвоен КОД:
 - **будност** - нормално одговарање;
 - **глас** - одговор на едноставни прашања;
 - **болка** – реакција на болка (тој што многу офка не значи дека е и тешко и многу повреден);
 - **реакција** – на надворешни дразби.
2. Проверка на дишењето.
3. Проверка на пулсот.

ОПШТА ПОСТАПКА ПРИ НЕСРЕЌИ

1. Обезбедување на местото на несреќата.
2. Првична проценка на повредениот и неопходна прва помош во случаи на: **животна опасност, бессознание, преспаанок на дишење и работи на срцеио, обилно крвавање и шок состојба.**
3. Телефонски повик за помош: Итна медицинска помош -194, полиција - 192 и Противпожарна служба - 193.

4. Содржина на повик за прва помош: *каде се случила несреќата, што се случило, колку има повредени, какви повреди има, кој известува и која гоаѓа помош.*

ПОСТАПКИ ЗА УКАЖУВАЊЕ НА ПРВА ПОМОШ

1. Обезбедување на простор (отстранување на предмети и непотребни лица).
2. Согласноста за укажување на прва помош (на лице кое е во бессознание и мали деца без старател).
3. Преглед на повредениот (вербална и психолошка поддршка).
4. Преместување на повредениот (ако потреба).

Во наставата учениците треба да се запознаат што опфаќа првата помош и за значењето на правата помош во моментот на повреда или критична ситуација кај повреденото лице како и да знаат како да постапат:

- да побараат помош итно од најблискиот другар, наставник, повозрасен, амбуланта, службата за брза помош и сл.ч
 - учениците не смеат да даваат прва помош ако не се оспособени (освен повозрасни ученици кои веќе биле на курсеви или натпревари за прва помош).
- ✓ *Посетете ги странициите на: www.crvenkrst.gov.mk.*

КОНФЛИКТИ, НАСИЛСТВО И ВОЕНИ ДЕЈСТВА

Во оваа група на ризици и опасности спаѓаат разните видови конфликти, секаков вид на злоупотреба на децата, социопатолошки појави со современите пороци, употреба на лесно и мало оружје, како и последиците предизвикани од воени дејства.

Пример бр. 1. Заштитни мерки - постапки за време на земјотрес (3- 4 часа)

Цели:

- ученикот/ученичката да се запознае со процедурите на однесување за време на земјотрес;
- да се оспособи да ги применува научените постапки и правила на однесување за време на земјотрес.

Место на реализација: училишница, ходници, двор, спортска сала.

Организација на активностите

Како вовед наставникот ги запознава и воведува учениците во темата, начинот на работата како и правилата на однесување. Користи разновидни материјали, видео и ТВ филмови и дополнителни извори на информации.

Вежба 1 (1 час): Запознавање со знацише за јавно шревожење

- Наставникот и учениците изготвуваат список на учениците во паралелката кој се чува на достапно место. Се укажува зошто е важно тоа.
- Наставникот ги запознава учениците со знаците за тревожење кои важат за целата држава. Потоа на касетофон или ЦД го пушта првиот *знак за ойшша ојасносш*, 60 секунди непрекинат завивачки тон, односно пренесува информација за опасност од земјотрес и вториот *знак за прештанок на ојасносша, егноличен шон во шраење од 60 секунди*. Ги повторува неколку пати за да можат учениците да ги препознаат и разликуваат двата знака.

Вежба 2 (2 часа): Постайка на засолнување

Наставникот им кажува на учениците неколку постапки за засолнување за време на земјотрес, а потоа истите ги демонстрира.

Правила и постайки на засолнување

Сокривање под работнаша маса - клуџа во свишкана положба на шелошо, на колена и лакши при шшо рацеште ја шшишаш лаваша. Главаша е на шрошивнаша страна од

прозорциште за да се избеинаш можниште повреди од скршени стшакла. Во оваа положба настшавнициште и ученициште остшанувааш се до прештанок на ојасносша - земјотресот. Ако во близина нема маса - клуџа, шшолаш се засолнувааш во некој атол, клекнаши и со грбош завршен кон прозорциште. Овие постайки шреба да се увешбувааш со ученициште. Доколку ученициште и настшавнициште се надвор, шреба да се одгалеаш на безбедно растојание од објектиште, отрадиште, бандериште, сиговиште и да клекнаш на земја.

Наставникот дава упатство за засолнување и заедно со учениците ги вежбаат постапките и правилата. Потоа води разговор со учениците и ги запознава со основните правила и постапки на движење и заштита при земјотрес (во различни ситуации).

Вежбата на засолнување ја повторуваат повеќе пати и притоа им објаснува зошто таму се засолнуваат. Истите постапки важат и во дом или каде било.

Вежба 3 (1-2 часа): Изработка на план за движење за време на ојасносш

Учениците го изработуваат - цртаат планот за излез и за напуштање на својата училишница. Истиот го поставуваат на вратата од училишницата или на видно место. Потоа го вежбаат напуштањето на објектот според планот.

Можат да изработат најразлични знаци - стрелки на движење и да ги постават на правците по кои ќе го напуштаат објектот. Сето тоа се прави за да се избегне паниката и стравот.

Исто така, наставникот ги запознава учениците и со дополнителните несреќи кои ги предизвикува земјотресот, пожар, поплава, како и со телефонските броеви во РМ на кои можат секогаш да се јават за време на опасност: **Центар за управување со кризи (ЦУК) 195; Брза пиомош 194, Полиција 192, Против Пожарна служба - 193.**

Броеви на блиски пријатели или роднини

Учениците треба, во договор со семејството, да направат листа на телефонски броеви на кои ќе контактираат за време на земјотрес (или друга опасност).

Вежба 4: ЕВАКУАЦИЈА

Што претставува?

Евакуацијата се врши плански и организирано со контролирано преместување на учениците и другиот персонал и материјалните добра од загрозени во побезбедни простори.

Евакуацијата претставува преместување од загрозено на безбедно место.

Кога и зошто се спроведува – во кои случаи?

Се спроведува во случај на земјотрес, пожар, поплава и други непогоди за да се спасат луѓето и материјалните добра или за да се спречат и намалат дополнителните последици од несреќата. За нејзино изведување се прави план за евакуација во кој точно се определува и конкретизира како се врши евакуацијата.

Насоки- тек на активностите:

- Водач на евакуацијата.
- Се постапува според **планот** (кој претходно сите го запознале и увежбале).
- Се користи **легендата на објектот** и според настанатите оштетувања се определуваат можни правци како и резервни правци на движења и излез.
- Точно се определува **зборното место** (кое што е безбедно) и местото каде ќе се евакуираат учениците, (а се планира и резервно место).
- Се проверуваат **резервните излези** и клучевите од истите - каде се наоѓаат.
- Се врши прозивање на сите присутни ученици (вработени) пред самиот почеток на евакуацијата.
- Заради обезбедување на објектот се прави проверка дали се исклучени сите инсталации - вода, струја.
- Се остава **задолжително** отворена врата (однатре).
- Се укажува прва помош и се врши тријажа.
- Пренесување на повредените до најблиската медицинска установа;
- Известување на родителите.
- Известување на локалните власти и потреба од помош.

- Наредба за понатамошни активности; испраќање на учениците дома или пак, преместување на нова локација - целосно напуштање на училишниот објект или двор.

Пример бр. 2. Противпожарна заштита (3-4 часа)

Место на одржување: училница, ходници, полигон или спортска сала

Цели:

- ученикот/ученичката да се оспособи за применување на практични знаења за самоспасување и спасување од пожар;
- практично да се запознае со уредите и противпожарните апарати;
- практично да се запознае со спроведувањето на евакуацијата, согласно планот на училиштето.

Организација на активностите

ВОВЕДНИ АКТИВНОСТИ:

Наставникот ги запознава учениците со противпожарните апарати, преку слики, слајдови, филмови, илустрации. Учениците се поттикнуваат активно да учествуваат со своите предзнаења и размислувања.

Учениците дискутираат: Што е пожар? Какви пожари постојат? Кои се причините и последиците? Кава е заштитата од нив?

Планот на истражувачките активности содржи: **што, каде, како и кој ќе истражува?**

Учениците се договараат за своите истражувања за сите наведени аспекти за пожарите. Изработуваат алатки за истражување: анкета, интервју и слично. Сето тоа го документираат во папки, извештаи, слики, шеми, цртежи, фотографии. На крајот на активностите прават презентација на своите истражувања.

Примери за вежби:

- Запознавање на учениците со противпожарен апарат.
- Демонстрација за негово користење од стручно или обучено лице.

- Евакуација за време на пожар со правила на однесување.
- Посета на противпожарна единица.

Посџайки во моменџи на џожар:

- Користи го *џроџив џожарниџи аџарџи* - ако знаеш!
- Доколку треба да бегаш низ огнот, задолжително *џокриј се со водена криа (кебе)*, барем на глава!
- Секогаш *беџај сџроџивно* од огнот!
- Ако излезеш - повторно *не враќај се*.
- Ако не можеш да излезеш, *оџвори џрозо и давај сџнал* за помош.
- *Лесно заџаливиџе* материи стави ги на посигурно место.

Пример бр. 3. Прва помош (7 - 8 часа)

Место на реализацијата: училница, кабинети, спортска сала или полигон, простории на Црвениот крст и сл.

Цел:

- ученикот/ученичката да се информира за значењето на *џрваџи џомош (ПП)*;
- да се информира за основните постапки правилно во дадената ситуација;
- да умее да се снајде во дадената ситуација (броеви на телефони).

Организација на активностите.

Воведни активностџи- (1 час) Се развива дискусија со насочени прашања од наставникот за: за **поимот** првата помош, **кога** се дава, **зошто** и кој треба да ја даде?

Наставникот ги мотивира и организира учениците да работат на истражувачки активности. Може да ги подели учениците во групи по различни содржини на проекти.

УЧЕНИКОТ КАКО ПОТРОШУВАЧ

Содржините и активностите од темата овозможуваат здобивање на знаења и умеења, формирање ставови на ученикот како потрошувач, корисник на услуги и проширување на културата на живеењето и однесувањето.

Наставникот има широк избор на активности за реализирање на целите и содржините од оваа тема: преку примери од секојдневниот живот, Законот за заштита на потрошувачите на РМ, Прирачникот за Едукација на детето и ученикот како потрошувач (Скопје, 2006). брошури, билтени и сл.

Основната цел е ученикот да се оспособува да направи добар и правилен потрошувачки избор и да знае одредени **поими** кои се користат во секојдневниот живот.

Поими

ПОТРОШУВАЧ е секое физичко или правно лице кое купува производи или користи услуги за непосредна сопствена потрошувачка за потреби кои се наменети за вршење на неговата професионална или за други деловна дејност.

ПРОИЗВОД е материјално добро (*џредемеџи*) наменет за понуда на потрошувачите којшто има одредена вредност и намена.

УСЛУГА е *дејностџи* наменета за понуда на потрошувачите.

ТРГОВЕЦ е секое правно лице кое врши дејност за задоволување на потребите на граѓаните.

ПРОИЗВОДИТЕЛ е лице кое произведува производи или нивни делови, вклучувајќи го и увозникот на производи и услуги.

ДИСТРИБУТЕР е физичко или правно лице кое, непосредно или посредно преку други лица, испорачува производи.

ФИСКАЛНА СМЕТКА - трговецот мора за продадениот производ, односно за извршената услуга, на потрошувачот да му издаде фискална сметка, односно јасно видлива и читливо напишана сметкопотврда.

Потрошувачот има право да ја провери точноста на издадената сметка пред да ја плати. За издадената сметка трговецот не смее дополнително да наплатува.

ГАРАНЦИЈА - трговецот е должен за технички сложени производи да обезбеди: гаранција, декларација, упатство за склопување и употреба, сервис и резервни делови.

РЕКЛАМА - претставува секое објавување понуди преку медиумите во која било форма со кое се промовираат производи или услуги.

- Рекламирањето мора да биде коректно и вистинито.
- Се забранува секаков вид на невистинито и заведувачко рекламирање.

На учениците им се објаснува и знакот СЕ кој може да се сретне на производи кој укажува на тоа дека производот е изработен според одредени стандарди за безбедност на производите.



Пример бр. 1. Декларацијата - лична карта на производот (2-3 часа)

Цели:

- ученикот/ученичката да стекне знаења за декларацијата на производот;
- да се запознае со основните елементи на декларацијата.

Организација на активностите

ВОВЕДНИ АКТИВНОСТИ

Наставникот им покажува на учениците три производи од ист вид. Секој производ е обележан со број. На голем постер или на табла во три колони се запишуваат имињата и броевите на производите.

Производи	ГРУПИ		
	I.	II.	III.
1.	5	3	3
2.	3	3	2
3.	1	3	4

Работа по групи

Учениците се поделени во групи и од нив се бара да се определат кој производ би сакале да го пробаат според изгледот, амбалажата и формата.

Секоја група дава збирен извештај за своите одлуки. На пример: во групата I - пет ученици се за производот бр. 1, тројца за производот бр. 2, а еден ученик за производот бр. 3.

На постерот се прави збир за секој производ и се донесува заклучок кој производ е најзбиран и зошто.

Запознавање со декларациите на производите

Наставникот ги запознава учениците со податоците од декларациите на производите, рокот на употребливост, тежината и цената на производот. Укажува на елементите кои треба да ги содржи декларацијата на прехранбен производ. На пример: *имеџо, даџумоџ коџа е џроизведен, рокоџ на џраењеџо, сосџавоџ, количинаџа, џежинаџа, џроизводиџелоџ, дисџрибуџероџ и др.*

Овие податоци се запишуваат на табла или постер во вид на табела. Се проверува со дали производите ги содржат елементите на декларацијата. Се собираат плусевите и минусите и според резултатите повторно треба да се определат кој производ би го купиле. Откако сите групи ќе реферираат, се определува кој производ би бил најчесто купуван според критериумите на декларацијата.

Производ	Име	Датум на производ	Рок на траење	Состав	Количина	Итн.
1						
2						
3						

Наставникот ги прашува учениците колку декларацијата на производот може да влијае врз потрошувачите да купат производ.

Наставникот прашува - проверува дали учениците знаат кои елементи мора да ги содржи декларацијата на производот.

Наставникот го чита текстот од членот на Законот за заштита на потрошувачите во кој се наведени елементите на декларацијата. *Декларацијата е лична карпа на производот.*

Учениците внимаваат дали сите елементи ги имаат наведено на постерот-таблата. По потреба прават корекции.

Учениците во групи изработуваат по една декларација за одредени производ.

Низ активностите наставникот може да ги користи прашањата:

Зошто секој производ треба да има декларација? Која е нејзината важност?

На што во иднина ќе внимавате при купувањето на некој производ?

Што ќе сторите ако производот нема декларација, каде ќе пријавите?

Пример бр. 2. Права и обврски на потрошувачот (2 до 4 часа, во зависност од бројот на случаите/ примерите кои ќе се работат)

Цели:

- ученикот/ученичката да се запознае со поимите рекламација и гаранција;
- да се поттикнува да ги прочита декларациите на производите (особено за рокот на употреба);
- да се запознае со начините на рекламација на одреден производ.

Организација на активностите

Наставникот поставува прашање: Дали некој од вас по купувањето на некој производ имал некаков проблем?

Дали производот бил расипан, неисправен, со поминат рок на траење? Како сте постапиле (вие или родителите)?

Учениците се поделени во групи, размислуваат и разговараат во групата.

Секоја група добива по еден потрошувачки проблем од секојдневниот живот и текст од член од Законот со кој се регулира тој проблем. Групата го проучува проблемот, ги чита правата на потрошувачот и пишува можни решенија.

Работа по групи

Една од групите го чита проблемот кој го има и бара од другите групи:

- да размислат и да побараат можни решенија на проблемот;
- да споделат со другите во групата;
- да формираат заеднички решенија.

Сите идеи на групите се листаат на првиот дел од голем постер, кој е поделен на два дела. Потоа групите го читаат членот од Законот кој го регулира тоа право.

Се прави ревизија на решенијата, што се запишани на почетокот на постерот. Се дефинираат нови решенија според членот од Законот на вториот дел од постерот. Се размислува и се дискутира за други ситуации, регулирани со истиот член, а идеите се запишуваат.

Примери што може да ги користи наставникот:

1. Купив ѓаџики што веднаш ѓукнаа. Во ѓродовничката ми ѓонудија да ги ѓојравам. Паџикиите се носени б денa. Дали да го ѓрифам ова?

Член 43.

„Потрошувачот кому му е продаден производ со недостаток, има право по свој избор да бара:

- бесплатно отстранување на недостатоците на производот или надомест на трошоците направени за отстранување на недостатокот;
- сразмерно намалување на продажната цена;
- замена на производот со соодветен производ со иста трговска марка, тип, индустриски дизајн или ознака за потекло и географска ознака на производот“ итн.

„Потрошувачот нема право да го раскине договорот, ако недостатокот на производот е минимален“.

2. Куйив дискмен, коџа дојдов дома видов дека не работи. Како треба да поставам?

„Трговецот е должен, согласно со техничките прописи со кои се определуваат производите за кои производителот, увозникот, односно застапникот на странска фирма мора да издаде гаранција за квалитетот, односно за исправното функционирање на производот, документ за начинот на употреба на производот, да обезбеди сервис за одржување и поправка и снабдување со резервни делови во гарантниот рок. Трговецот е должен најмалку за пет години од денот на производството на производот да обезбеди резервни делови. Во согласност со потрошувачот, производот може да се сервисира најмногу трипати во рамките на гарантниот рок и, доколку не се поправи производот, потрошувачот има право да бара од трговецот да го замени со ист таков нов и исправен производ или да му го врати платениот износ на потрошувачот за купениот производ. Производителот е должен да се придржува на обврските од гарантниот лист.“

3. Во продавница забележав прехранбен производ со изминал рок. Што да направам?

Член 47

Забранета е продажба на производи чиј рок на употреба е изминат.

Во случајов најдобро е да се известат Дирекцијата за храна или

Организацијата за потрошувачи на Македонија, телефон: 3179-592.

4. Куйував во продавница и не ми дадоа фискална сметка. На мое инсистирање да добијам сметка, сејак не добив? Како да поставам?

Член 20

„Трговецот мора за продадениот производ односно извршената услуга на потрошувачот да му издаде фискална сметка, односно јасно видлива и читливо напишана сметкопотврда, доколку со друг пропис поинаку не е определено. Трговецот мора на потрошувачот да му овозможи проверка

на точноста на пресметаниот износ по однос на квалитетот и количината на купениот производ, односно извршената услуга. За издавање на сметката од ставот 1 на овој член не е дозволено дополнително да се наплатува“. Во овој случај најдобро е да се пријави на тел. број 198.

ЕВАЛВАТИВНИ АКТИВНОСТИ

Учениците ги дискутираат следните прашања:

- Зошто се важни законите кои се однесуваат на безбедноста и квалитетот на храната?
- Што треба секој да знае за добивањето сметка при купување и зошто е тоа важно?
- Што треба да има секој технички производ?
- Дали производите треба да се продаваат и по изминалниот рок на траење?

Пример бр. 3. Зошто е важна фискалната сметката (2-3 часа)

Цели:

- ученикот/ученичката да го сфати значењето на фискалната сметката, доколку сака да ги оствари своите права;
- да се запознае со правото на потрошувачот за жалба.

Организација на активностите

Драматизација: Двајца ученици (од кои едниот е потрошувач, а другиот продавач) водат дијалог во кој едниот враќа оштетен производ, но продавачот наоѓа безброј причини да не го прими.

Ситуација 1: Потрошувачот го кажува проблемот: производот е оштетен и тој сака да го врати, но не носи сметка за купениот производ.

Продавачот не ја споменува ниту сметката ниту други елементи, туку само упорно тврди дека производот го оштетил потрошувачот. Другите ученици ја следат драматизацијата и потоа треба да му дадат совет на потрошувачот. Најпрво самостојно го запишуваат можното решение, потоа

споделуваат во групата, па со целата група. Сите идеи се запишуваат на постер или на табла.

Секоја група го советува потрошувачот на што треба да се повика. Сите различни идеи се запишуваат на постер.

Потоа потрошувачот и продавачот прават повторно драматизација.

Работа по групи

Ситуација 2: Продавачот веднаш ја бара сметката. Потрошувачот нема сметка.

Наставникот ги прашува другите ученици: Кои се сега правата на потрошувачот?

Секоја група размислува и дава можно решение. Сите решенија се запишуваат.

Наставникот ги поттикнува активностите на учениците следејќи ги наведените чекори.

1. Запишува пример: потрошувачот сака да врати производ, а нема сметка.
2. Учениците размислуваат и донесуваат првичен суд за даден пример.
3. Наставникот им соопштува три алтернативни става кои означуваат ДА - за согласување, НЕ - против - и Воздржан - неопределен став.
4. Учениците даваат сопствени аргументи зошто се за избраниот став.
5. Учениците се делат во групи според определувањето (ДА, НЕ, ВОЗДРЖАН).
6. Во рамките на групата ги разменуваат сопствените аргументи со цел да изградат заеднички став. Секоја група избира член кој ќе ја претстави во дебатата во која страните јасно ги кажуваат аргументите со кои го бранат заземениот став.
7. Наставникот ги поттикнува и другите членови на групите да се приклучат во дебатата - со добро обмислени прашања или коментари.
8. Време за премислување: учениците добиваат можност да ја сменат страната доколку некоја група успеала да ги убеди во своите ставови.

9. Резиме: секоја група го резимира својот конечен став, го запишува и го презентира (чита) пред сите.

10. Индивидуално запишување на ставот: секој ученик го резимира сопствениот став и го запишува за да може да го каже своето конечно мислење.

Добиваат текст - член од Законот за заштита на потрошувачите што ги регулира правата на потрошувачот за поднесување жалби и полпаки. Учениците во секоја група го читаат текстот.

ЕВАЛВАТИВНИ АКТИВНОСТИ

Учениците ги дискутираат следните прашања:

Зошто е неопходно да се издаде фискална сметка?

Што претставува сметката?

Како потрошувачот може да ја искористи?

Пример 4

Што ќе се случи доколку потрошувачот не поседува сметка за купениот производ?

Што може да се случи со правата според член 50 од Законот?

Примери што може да ги користи наставникот.

РЕКЛАМА И РЕКЛАМИРАЊЕ

Пример бр. 1. Влијанието на рекламата (2-4 наставни часа)

Цели:

- ученикот/ученичката да стекне знаења за позитивните и негативните влијанија на рекламата;
- да развива критички однос кон рекламите

Материјали: дел од Законот за потрошувачи, фотографии или филмови, табла или флипчарт, креда или маркери.

Организација на активностите

Наставникот започнува дискусија со прашањата: Зошто е важна рекламата? Како дејство може да има рекламата? Дали постојат позитивни и негативни елементи и кои се тие?

Потоа на учениците им прикажува различни фотографии или филмови на кои има скриена реклама или „навреда“ на чувствата на децата. Учениците ги разгледуваат и во групи дискутираат за она што го виделе. Секоја група кажува што гледа, а сите различни идеи се запишуваат на флипчарт.

Наставникот го презентира членот од Законот кој се однесува на рекламирањето. Тој објаснува и одговара на поставените прашања од учениците. Става акцент на негативното дејство на рекламата во однос на децата.

Член 24

„Рекламирање на производи и услуги е секоја форма на правење презентација поврзана со трговска или деловна дејност, занаетчиство или професија за да се промовира снабдувањето на производите или услугите, вклучувајќи и недвижен имот, права и обврски.....“

Член 26

„Секое рекламирање во кое се спомнува продажната цена на производите, мора да биде искажано согласно со членот 8 на овој закон.“

Член 27

„Заведувачко рекламирање на производи или услуги е недозволено. Споредбено рекламирање е дозволено ако се исполнети условите предвидени со овој или друг закон....“

По разгледувањето на секој член наставникот води дискусија според однапред подготвени прашања кое можат да гласаат, на пример: Дали рекламите можат негативно да влијаат врз децата?

Учениците прават табела, слична на дадениот пример:

ДА	Прашање	НЕ

1. Учениците се делат во парови и за време од 6 до 7 минути градат аргументи за и против, односно што сметаат дека е позитивно, а што негативно во дадената реклама.
2. Потоа 2-3 пара се групираат за да ги споделат аргументите и во рамките на своите листи ги внесуваат новите аргументи.
3. За време од 7-8 минути учениците од секоја група треба да ги изберат најсилните аргументи.
4. По еден претставник од секоја група ги презентира избраните аргументи, по што следува вклучување на сите ученици кои сакаат да учествуваат во дебатата, но со ограничено време за говор од најмногу 1 минута.

По 10 до 12 минути дебатирање, секоја група треба да номинира по едно лице кое ќе го даде завршното излагање на групата.

ЕВАЛВАТИВНИ АКТИВНОСТИ

Дискусија во однос на прашањата: Како рекламата може да влијае на изборот и однесувањето на потрошувачите? Што е тоа скриена реклама за производи кои не смеат да се рекламираат (цигари, алкохол и сл.). Кои други примери учениците можат да ги посочат за скриени рекламни пораки или навредлива реклама за децата?

СЛЕДЕЊЕ И ОЦЕНУВАЊЕ НА ПОСТИГАЊАТА НА УЧЕНИЦИТЕ

Постигањата на учениците се следат континуирано, на секој ученик како поединец или во група.

Има многу индикатори кои можат да се вреднуваат како: постигнатите знаења на учениците за наведените теми (усвоени поими), работата во групата, комуникациските вештини, извештаите, презентациите, ангажираноста, креативноста, навременото извршување на задачите, сорботката, редовноста, исполнителноста, одговорноста, презентацијата, соодветното користење на алатки и сл.

Оценување на проектните задачи

Додека трае процесот на истражувањето учениците пишуваат периодични извештаи (види работен лист Периодичен извештај и Извештај од набљудување кои активности ги реализирале и какви резултати добиле.

Овие показатели влегуваат во портфолиото на ученикот. Од него се согледува не само континуитетот на работата, туку и постигнатите резултати (содржина на проектот, временска рамка, периодични извештаи за работата, записници од одржаните консултации на тимот, реализација на активностите по фази, групен план на истражувањето, лични планови на членовите на тимот, забелешки на наставникот за следење на личните планови и предвидените активности, забелешки за тешкотиите кои се јавиле, изработки на учениците, обработка на податоците, заклучоци за истражувањето, подготвена презентација на резултатите).

ОЧЕКУВАНИ РЕЗУЛТАТИ

ТЕМА: ИСХРАНА

Ученикот/ученичката:

- знае правила за избор, одржување и чување на храната;
- знае кои се основните правила при различни начини на подготовка на храната (пржење, печење, динстање, варење);
- умее да приготви едноставно јадење според даден рецепт;
- умее да сервира прибор за јадење и послужување на маса;
- се однесува на социјално прифатлив начин при јадење;
- умее да сумира, анализира и презентира податоци од истражувања поврзани со исхраната.

ТЕМА: ОБЛЕКУВАЊЕ

Ученикот/ученичката:

- знае да ги разликува основните текстилни влакна;
- знае да разликува стилови на облекување;
- знае определени правила за облекување според активностите што ги извршува;
- умее да пере, пегла и дипли различни делови од облеката;
- умее да користи прибор за шиене;
- умее да зашива, плете со игли, крпи и ткае на едноставен разбој.

ТЕМА: БЕЗБЕДНОСТ И ЗАШТИТА

Ученикот/ученичката:

- умее да распознае и процени опасни ситуации во околината;
- знае правила и процедури за избегнување на опасности или заштита од истите;

- знае како да се заштити во моментот на несреќата;
- умее адекватно да се однесува во секојдневните ситуации со техниката, природата и луѓето;
- умее да си пружи самопомош и заемна помош.

ТЕМА: УЧЕНИКОТ КАКО ПОТРОШУВАЧ

Ученикот/ученичката:

- знае да ги толкува потрошувачките информации;
- умее да направи одговорен избор на производи кога купува;
- знае да поднесе жалби и ефикасно да решава проблеми;
- умее да донесе правилна одлука при избор на производ или услуга;
- знае за своите права (и обврски) како потрошувач;
- знае за негативните влијанија на рекламите;
- умее да усогласи желба, потреба, приходи и расходи.

ЛИТЕРАТУРА

Блажева, А. и Чонтева, Ж. (2007). Прирачник со работилници за современи и креативни методи за учење и техники на учење и осовременување на наставата. Скопје: Маринг.

Елементарне непогоди и катастрофе - Зборник, Југословенско саветовање, 1987 - Београд.

Зборник, Меѓународна конференција - Наука за ризиците: обучување на училишно ниво, 1997, Софија, Бугарија.

Коцева, С. (200). Упатство за постапки во училиштата пред, за време и по земјотрес. Скопје: Биро за развој на образованието.

Коцева, С. (1997). Превенција и заштита на училишно ниво, Меѓународна конференција, Софија, Бугарија.

Коцева, С. (2003). Перспективи и аспекти во образованието, превенција и заштита во услови на природни и техногени катастрофи, Интернационална работилница, Охрид.

Милутиновиќ, З., Трендафиловски, Г., Олумчева, Т. (2003). Книга I, Сеизмички ризик на училишните објекти, мерки и приоритети за негово ублажување, препораки за физички и психолошки менаџмент на вонредни ситуации. Скопје: ИЗИИС 2001-45.

Група автори (2006) Организација на потрошувачи на Македонија, Едукација на детето и ученикот како потрошувачи, Прирачник, Скопје.

Петковски К. и др. (2005). Проектни активности. Скопје: НУБ.

Прирачник за самозаштита и заштита во случај на катастрофи, Црвен крст на РМ, 2007-Скопје.

Списание „Цивилна заштита“, 88-1, Загреб, мај 1988.

Стојановски, Т. и Чешларов, М. (2007). Концепција за деветгодишно основно воспитание и образование. Скопје: Биро за развој на образованието

Чонтева, Ж. и Мојанчевска, К. (2005). Младите, исхраната и сликата за своето тело. Скопје: Малинска.

Чонтева, Ж. (2002). Младите, слободното време, исхраната и сликата за себе. Децата и нивната добросостојба, 68-77

Закон за заштита и спасување - „Службен весник на РМ“ бр.07-2271/1, 26.05.2004

Закон за заштита на потрошувачите - „Службен весник на РМ“ бр. 07-2271/1, 26.05.2004.

<http://www.euro.who.int/Document/e87579.pdf>

<http://www.schoolfoodtrust.org.uk/casestudy-search-results.asp>

http://ec.europa.eu/health/ph_projects/2004/action3/docs/2004_3_7_2_en.pdf

<http://www.naplesnews.com/news/2008/Apr/10/life-skills-exceed-sewing-cooking/>

<http://learntoknit.lionbrand.com>

<http://www.wikihow.com/Wash-Your-Clothes>

<http://www.consume.bbk.ac.uk/researchfindings/newconsumers.pdf>

<http://timelesstreasuretrunk.com/vinstitches/howto.html>

ПРИЛОЗИ

Групен план на истражувањето

Тема:	
Датум:	
Цели:	
Улоги на членовите во тимот:	Задачи и временска рамка:
Извори на податоците:	Очекувани тешкотии:
Забелешка:	

Индивидуален план на истражувањето

Име и презиме:		
Тема:		
Датум:		
Улога во тимот:		
Што треба да направам?	Временска рамка	Со кого да соработувам?
Каде и како ќе најдам информации?	На какви бариери можам да најдам?	Како ќе ги надминам бариерите?
Забелешка:		

Периодичен извештај

Извештај бр. 1 (2, 3, 4.....)

Име и презиме:

Тема:

Датум:

Преземени активности:

Постигнати резултати:

Извештај од набљудувањето

Име и презиме на набљудувачот/набљудувачите:

Време на набљудувањето:

Место на набљудувањето:

Предмет на набљудувањето:

Детален опис:

