

eTwinning-ის ისტორიები: კეთილდღეობის ხელშეწყობა სკოლაში



სპორტი
ჟან მონე
ახალგაზრდობა
უმადლესი განათლება
პროფესიული განათლება და
სწავლება
ზრდასრულთა განათლება

Erasmus+

ცხოვრებისეული თვალსაწიერის გამდიდრება, გონების გახსნა

სასკოლო განათლება

დამატებითი ინფორმაცია ევროკავშირის შესახებ ხელმისაწვდომია ელექტრონულად (<http://europa.eu>).

ლუქსემბურგი: ევროკავშირის გამომცემლობა, 2024 წელი

Print ISBN 978-92-9488-645-3 doi: 10.2797/47822 EC-05-24-101-KA-C

PDF ISBN 978-92-9488-650-7 doi: 10.2797/779665 EC-05-24-101-KA-N

EPUB ISBN 978-92-9488-649-1 doi: 10.2797/624802 EC-02-24-101-KA-E

© ევროკავშირი, 2024

წინამდებარე გამოცემის ავტორები არიან კირა დროსტი, ალესია ფოსჩი და ირენ პატერაკი, რომლებიც eTwinning-ის ცენტრალური მხარდაჭერის სამსახურს წარმოადგენენ. სამსახურს ხელმძღვანელობს „ევროპის სქულნეტი“ (EUN Partnership), ევროკავშირის მიერ დაფინანსებული ევროპული განათლებისა და კულტურის აღმასრულებელ სააგენტოსთან დადებული ხელშეკრულების თანახმად. პუბლიკაციაში გამოთქმული მოსაზრებები ეკუთვნის მხოლოდ კონტრაქტორს და არ წარმოადგენს დამკვეთი ორგანიზაციის ოფიციალურ პოზიციას. ევროკომისიის დოკუმენტების ხელახალი გამოყენების პოლიტიკა ხორციელდება ევროკომისიის 2011 წლის 12 დეკემბერს დამტკიცებული გადაწყვეტილების 2011/833/EU „კომისიის დოკუმენტების განმეორებითი გამოყენების შესახებ“ (OJ L 330, 14.12.2011, გვ. 39) თანახმად. თუ სხვაგვარად არ არის მითითებული, წინამდებარე დოკუმენტის განმეორებითი გამოყენება დასაშვებია „შემოქმედებითი საზოგადოების საავტორო უფლებების 4.0 საერთაშორისო ლიცენზიის“ (CC BY 4.0) (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>) შესაბამისად, რაც ნიშნავს, რომ დოკუმენტების ხელახალი გამოყენება დასაშვებია მხოლოდ საავტორო უფლებებისა და შეტანილი ცვლილებების მითითების შემთხვევაში. ნებისმიერი კომპონენტის გამოყენების ან რეპროდუცირების შემთხვევაში, რომელიც არ წარმოადგენს ევროკავშირის საკუთრებას, საჭიროა ნებართვის მიღება უშუალოდ შესაბამისი უფლების მფლობელისაგან. ევროკავშირი არ ფლობს საავტორო უფლებებს ისეთ გამოსახულებებზე, რომელსაც არ ახლავს შემდეგი საავტორო უფლების ნიშანი © European Union ამ პუბლიკაციის ქართულ ენაზე თარგმნა განხორციელდა ნებაყოფლობით GEO სსიპ მასწავლებელთა პროფესიული განვითარების ეროვნული ცენტრის მიერ. თარგმანში შესაძლო შეცდომების არსებობის შემთხვევაში, შეგიძლიათ დაუკავშირდეთ შემდეგ მისამართზე: etwinning@tpdc.ge ევროკომისია პასუხისმგებლობას არ იღებს ამ პუბლიკაციის თარგმნის შედეგად გამოწვეულ შეცდომებზე ან შედეგებზე.

საავტორო უფლებები

ყდის ფოტო: master1305 / stock.adobe.com

სხვა ფოტოსურათები: გვ.6: ©ევროკავშირი, გვ.8,13,14,22,28,43,44,80,94,97: ©MicrOne,

გვ.15: ©Theroude, გვ.29: ©Monia Bagnardi, school ICS “De Amicis-Milizia, გვ.32: ©Panevėžio-

pradinėmokyklaPanevėžys, ლიეტუვა, გვ.32,33: ©Primary School No. 23, გდინა, პოლონეთი,

გვ.34: ©Partner schools, გვ.35: ©Project's twinspace, გვ.35: ©padlet.com, გვ.36,37: ©Partner schools,

გვ.38: ©Liceo “Girolitti-Gandino” Bra, იტალია, გვ.38: ©canva.com, გვ.39: ©Borusan Asim Kocabiylık

Vocational and Technical High School, სტამბოლი, თურქეთი, გვ.40: ©Joanna Muszalska, Sz-

kolaPodstawowa nr 11 im. Stefana Batorego w Inowrocławiu Inowrocław, პოლონეთი, გვ.46,49:

©TallinnaLasteadPääsusilm, ესტონეთი, გვ.50,51,52,55: ©Volksschulewaltendorf primary school,

გრაფიკი, ავსტრია, გვ.57,58,61: ©13th heliopolis primary school, ათენი, საბერძნეთი, გვ.64,65,66:

©Agrupamento de escolas de batalha, პორტუგალია, გვ.68,70,71: ©CIPFPciutat de l'aprenent,

ვალენსია, ესპანეთი, გვ.73,74,76,78: ©gymnázium p. j. šafárika, akademikahronca 1, როჟნიევა-

სლოვაკეთი, გვ.82: ©yusufdemirci/stock.adobe.com, გვ.84: ©Tartila/stock.adobe.com, გვ.86:

©Aigul/stock.adobe.com, გვ.88: ©Cienpies Design/stock.adobe.com, გვ.91: ©Vectorwonderland/

stock.adobe.com.

გრაფიკული დიზაინი: სესილია ბრუნოლი

თარგმანი: *Nato Jmukhadze*

eTwinning-ის ისტორიები: კეთილდღეობის ხელშეწყობა სკოლაში

სარჩევი

წინასიტყვაობა	6
შესავალი	9
რას გვთავაზობს წიგნი?	10
ონლაინკეთილდღეობა ინფორმაციულ ეპოქაში	15
ცხოვრება ონლაინრეჟიმში - 4S-ის კულტურული კაპიტალი	16
ყოფნიდან, კარგად ყოფნამდე	18
4S-ის რეგულირება სკოლაში	19
ახალი თავი განათლებაში - ფოკუსირება	
კეთილდღეობაზე სასკოლო წარმატებისთვის	23
განათლების, როგორც განვითარების ქვაკუთხედის, გადააზრება	23
წარსულის მცირე მიმოხილვა	23
ჰოლისტური ხედვა სასკოლო წარმატების შესახებ	25
სასკოლო კეთილდღეობის მნიშვნელობა	26
eTwinning-ის პროექტები კეთილდღეობის თემატიკაზე	29
ემოციების ცისარტყელა	29
ფოკუსირება ანწყობზე, ხელოვნებისა და „მაინდფულნესის“ მეშვეობით	31
„მაინდფულნესი“ მნიშვნელოვანია	34
RRH: პატივისცემაზე დამყარებული, პასუხისმგებლიანი, ჯანსაღი, ონლაინკომუნიკაცია	36
პროექტი ბედნიერება: იყავი აქტიური, იყავი ჩართული!	39
მასწავლებლების ისტორიები კეთილდღეობის თემასთან დაკავშირებით	45
კრისტინ-ტეელე საცი – Tallinna Lasteaed Pääsusilm, ესტონეთი	45
ამელა ალიკ ერტლი – Volksschule Waltendorf-ის დანყებითი სკოლა, გრაცი, ავსტრია	50
დიმიტრიოს ნიკოლაიდისი – ჰელიუპოლისის 13-ე დანყებითი სკოლა, ათენი, საბერძნეთი	56
მიგელა ფერნანდესი – Agrupamento de Escolas de Batalha, პორტუგალია	62
ლაურა ლაბორდა-მარტინესი – CIPFP Ciutat de l'Aprenent, ვალენსია, ესპანეთი	68
ზუზანა პოლონიოვა – Gymnázium P. J. Šafárika, AkademikaHronca 1, როჟნიევა, სლოვაკეთი	73
კეთილდღეობის განსავითარებელი აქტივობები	
eTwinning-ის პროექტებისთვის	81
დაიმშვიდე თავი!	81
იცეკვე შენი კეთილდღეობისთვის	84
გადადგი ნაბიჯი ბედნიერებისკენ!	85
პრობლემა შენ უნდა მოაგვარო, თუმცა მარტომ არა	88
რა იცი ფსიქიკური ჯანმრთელობის შესახებ?	91
დასკვნა	95
ბიბლიოგრაფია	98
დანართი	99

ილიანა ივანოვა

ევროკომისარი ინოვაციების, კვლევების, კულტურის, განათლებისა და ახალგაზრდობის საკითხებში.



დღევანდელ მსოფლიოში, სადაც სწრაფი ტემპით მატულობს სტრესის დონე და ბევრია რთული და სწრაფად ცვალებადი გამოწვევები, როგორცაა კლიმატის ცვლილება, ომი, გლობალური დაუცველობა და მოქარბებული პოლარიზაცია, უფრო მეტად კრიტიკული მნიშვნელობა ენიჭება პირად კეთილდღეობას, განსაკუთრებით კი, განათლების სფეროში.

კეთილდღეობა ადამიანის ჯანმრთელობის - როგორც ფიზიკური, ასევე გონებრივი - განვითარების საძირკველი და პიროვნული ზრდის საწინდარია. სკოლაში კეთილდღეობის უზრუნველყოფა აუცილებელია აკადემიური მოსწრების გაუმჯობესებისათვის, რადგან ის პირდაპირ გავლენას ახდენს მოსწავლის მოტივაციაზე, ჩართულობასა და აკადემიურ შესაძლებლობებზე. ისევე როგორც მასწავლებლის უნარზე, ეფექტურად ასწავლოს მოსწავლეს. ამიტომ, აუცილებელია, რომ მოსწავლეები და მასწავლებლები თავს გრძნობდნენ

კარგად, რათა წარმატებულები იყვნენ სკოლაში.

გარდა ამისა, სასკოლო კეთილდღეობა ვრცელდება სისტემურ დონეზე, გავლენას ახდენს სასკოლო ცხოვრების ხარისხზე, სასწავლო გარემოსა და სკოლაში არსებულ კლიმატზე. კეთილდღეობა ხელს უწყობს პატივისცემაზე დამყარებული ურთიერთობების ჩამოყალიბებას მოსწავლეებს შორის, მოსწავლეებსა და მასწავლებლებს შორის და უშუალოდ, მასწავლებლებს შორის. ძირითადი ღირებულებები, როგორცაა ემპათია, თანაგრძნობა, ერთიანობა, მედეგობა, პრობლემების გადაჭრის უნარი და განსხვავებული ადამიანების პატივისცემა, აყალიბებს მიკუთვნებულობისა და უსაფრთხოების შეგრძნებას.

შესაბამისად, განათლება უნდა ეფუძნებოდეს ჰოლისტიკურ მიდგომას, საკმარის ყურადღებას უთმობდეს სოციალური და ემოციური ინტელექტის, პატივისცემისა და თანამშრომლობის განვითარებას.

ევროკავშირის წევრ ქვეყნებთან თანამშრომლობით, ევროკომისიამ, მოსწავლეებისა და მასწავლებლების კეთილდღეობის გასაუმჯობესებლად, ევროპის მასშტაბით დანერგა რამდენიმე ინიციატივა. მათ შორის, 2022 წელს მიღებული საბჭოს რეკომენდაცია „სასკოლო წარმატების მიღწევის გზების შესახებ“, მიზნად ისახავს დაეხმაროს ყველა მოზარდს უკეთესი აკადემიური შედეგების მიღწევაში, ამასთან, მოსწავლისა

და მასწავლებლის კეთილდღეობას სასკოლო წარმატებასთან აიგივებს. მხარდაჭერი სასწავლო გარემოსა და სკოლაში კეთილდღეობის საკითხებზე მომუშავე ევროკომისიის ექსპერტთა ჯგუფმა, პოლიტიკის შემქმნელებისთვის და მასწავლებლებისთვის, მაისში გამოაქვეყნა [გაიდლაინები](#) სკოლაში კეთილდღეობისა და ფსიქიკური ჯანმრთელობის ხელშეწყობის შესახებ, რომელშიც მითითებული რეკომენდაციები შემუშავებული იქნა ერთიანი სისტემისა და ერთიანი სასკოლო მიდგომის პრინციპებზე დაყრდნობით.

პოლიტიკური ძალისხმევების გარდა, eTwinning უდავოდ არის ერთ-ერთი ის ინიციატივა, რომელსაც შეუძლია გააუმჯობესოს კეთილდღეობა ჩვენს სკოლებში. 2024 წლის eTwinning-ის თემად სასკოლო კეთილდღეობის არჩევით, საზოგადოებამ ნათლად აღიარა კეთილდღეობის პოტენციალი სასიცოცხლოდ მნიშვნელოვანი კავშირების გაძლიერების მიმართ. eTwinning-ის პროექტების დახმარებით, მასწავლებლები და მოსწავლეები ერთმანეთს უზიარებენ საკუთარ პრობლემებსა და შეხედულებებს კეთილდღეობის თემატიკის შესახებ, რითიც ინიციატივებმა ემპათიურობას, გამძლეობას და განსხვავებული ადამიანების მიმართ პატივისცემას. eTwinning-ი მოსწავლეებსა და მასწავლებლებს საშუალებას აძლევს გამოხატონ იდეები და აქტიური წვლილი შეიტანონ თავიანთ სათემო ცხოვრებაში.

მსურს მადლობა გადავუხადო ყველა იმ მასწავლებელს, რომელმაც მონაწილეობა მიიღო კეთილდღეობის თემისადმი მიძღვნილ eTwinning-ის სხვადასხვა პროექტებსა და ღონისძიებებში. წინამდებარე წიგნში წარმოდგენილი სამაგალითო პრაქტიკა და პროექტები, რასაკვირველია გახდება შთაგონების წყარო სამომავლო ძალისხმევებისთვის, რათა მეტად გავაძლიეროთ კეთილდღეობა ევროპის სკოლებში.



შესავალი

„განათლება არ არის მომზადება ცხოვრებისთვის; განათლება თვითონ ცხოვრებაა“. - ჯონ დიუი

განათლება, სხვა საკითხებთან ერთად, გულისხმობს **პიროვნული ზრდისთვის აუცილებელი უსაფრთხო გარემოს შექმნას**, ასევე შესაფერისი **სივრცის უზრუნველყოფას სკოლაში, მოზარდების სოციალური და ემოციური განვითარებისათვის**. აღნიშნულში მოიაზრებიან მასწავლებლებიც, რომელთა კეთილდღეობა ასევე გადამწყვეტია ჯანსაღი სასწავლო გარემოს შექმნის პროცესში. აუცილებელია, რომ მასწავლებელი თავს გრძნობდეს კარგად, რათა შეძლოს მოსწავლეების მხარდაჭერა კეთილდღეობისა და ფსიქიკური ჯანმრთელობის გაუმჯობესებისკენ გზაზე.

ევროპის კომისიამ, უკვე დიდი ხანია, აღიარა კეთილდღეობის მნიშვნელოვნება განათლების სფეროში, რაც დადასტურდა ისეთი ინიციატივებით, როგორიცაა [LifeComp: The European Framework for the Personal, Social and Learning to Learn Key Competence](#). აღნიშნული ჩარჩო გვანდის კეთილდღეობის შესახებ ყოვლისმომცველ ცოდნას, პიროვნული, სოციალური და ძირითადი კომპეტენციების კონტექსტში. გარდა ამისა, საბჭოს რეკომენდაცია, „სასკოლო წარმატების მიღწევის გზების შესახებ“ ([Pathways to School Success Council Recommendation](#)) – ფლაგმანი

ინიციატივა, რომლის მიზანაც უკეთესი აკადემიური შედეგების მიღწევაში ყველა მოსწავლის ხელშეწყობაა - კეთილდღეობას განიხილავს, როგორც საგანმანათლებლო წარმატების საკვანძო და ცენტრალურ ფაქტორს. გარდა ამისა, სულ ახლახანს, ექსპერტთა ჯგუფმა, რომელიც სკოლაში კეთილდღეობის ხელშეწყობის საკითხებზე მუშაობს, გამოაქვეყნა [რეკომენდაციები და გაიდლაინები](#) წევრი სახელმწიფოებისთვის, ეროვნულ დონეზე დაინტერესებული მხარეთათვის და სკოლებისთვის. ასევე, არაერთი პუბლიკაცია, მათ შორის „მხარდაჭერის სასწავლო გარემოს შექმნა და სკოლაში კეთილდღეობის ხელშეწყობა“ ([Promoting supportive learning environments and supporting wellbeing at school](#)), „სისტემური და ზოგადი სასკოლო მიდგომა ფსიქიკური ჯანმრთელობისა და კეთილდღეობის მიმართ ევროკავშირის სკოლებში“ და „მასწავლებლები ევროპაში: კარიერა, განვითარება და კეთილდღეობა“ ([Teachers in Europe: Careers, Development, and Wellbeing](#)), ფოკუსირებულია სკოლაში ფსიქიკური ჯანმრთელობისა და კეთილდღეობის განვითარების საკითხებზე, გვთავაზობს სტრატეგიებს, თუ როგორ შევქმნათ პოზიტიური სასწავლო გარემო ყველა მოსწავლისთვის, განურჩევლად მათი სოციალურ-ეკონომიკური, კულტურული თუ ოჯახური წარმომავლობისა.

მოსწავლეთა და მასწავლებელთა კეთილდღეობის ხელშეწყობა სიღრმისეულად ეხმარება eTwinning-ის

ღირებულებებს, განსაკუთრებით კი ახლა, როდესაც ჩვენი, 2024 წლის საკვლევი თემაა: კეთილდღეობა სკოლაში.

იმის გათვალისწინებით, თუ რა **მნიშვნელოვან გავლენას ახდენს კეთილდღეობა მოსწავლეთა და მასწავლებელთა ჰოლისტურ განვითარებასა და ზოგადად, ცხოვრებით კმაყოფილებაზე**, eTwinning-ი მოწოდებულია უზრუნველყოს მასწავლებელთა საზოგადოება პროფესიული განვითარების მიზნობრივი შესაძლებლობებით. ეს გულისხმობს ვორკშოპების, ვებინარებისა და ტრენინგების მიწოდებას, კეთილდღეობასთან დაკავშირებულ სხვადასხვა თემაზე, როგორიცაა ციფრული უსაფრთხოება, სოციალურ-ემოციური უნარების განვითარება, ბულინგის პრევენცია, და სხვა.

გარდა ამისა, მუდმივი დიალოგისა და იდეების მიმოცვლის შესაძლებლობას, ზემოაღნიშნულ თემებზე. უზრუნველყოფს სპეციალური ჯგუფი და საერთო სასკოლო მიდგომაზე დაფუძნებული ყოველწლიური კამპანიების სქემა. „2023 წლის eTwinning კვირეულების კამპანიისა“ და „2024 წლის საგაზაფხულო კამპანიის“ დამსახურებით, შესაძლებელი გახდა სხვადასხვა საჯარო აქტივობების და მიღებული შედეგების ახალ ყოველწლიურ თემაზე მორგება. ამ ღონისძიებების დახმარებით, გაძლიერდა თანამშრომლობითი კულტურა სკოლაში, ხოლო შემოთავაზებული რჩევებითა და ინსტრუქციებით, მოსწავლეებისთვის უზრუნველყოფილი იქნა ეფექტური სასწავლო გამოცდილება.

წინამდებარე წიგნი, წლის თემისადმი მიძღვნილი eTwinning-ის ძალისხმევის ნაწილია, რომელიც შეეცდება შთააგონოს მასწავლებლები იმის დემონსტრირებით, თუ როგორ შეუძლია eTwinning-ს როგორც მასწავლებლების, ასევე მოსწავლეების, კეთილდღეობის გაუმჯობესება. წიგნში გაეცნობით ევროპის მასშტაბით დანერგილ სასკოლო პრაქტიკას და eTwinning-ის პროექტებს, რომელთა მთავარ ფოკუსს ფიზიკური, ფსიქიკური და ემოციური კეთილდღეობის განვითარება წარმოადგენს.

რას გვთავაზობს წიგნი?

დისკუსიას კეთილდღეობის თემის შესახებ ხსნის დივინა ფრაუ-მეიგსი, სორბონ-ნეველის უნივერსიტეტის პროფესორი. იგი ყურადღებას ამახვილებს იმაზე, თუ როგორ უმკლავდებიან მოზარდები ციფრულ სამყაროს, როგორ ერგებიან ციფრულ სამყაროში სწრაფად მიმდინარე ცვლილებებს, რაც დიდ გავლენას ახდენს მათ ცხოვრებაზე. განხილულია ასევე შემდეგი საკვანძო კონცეფციები: „4S“ (ისტორიები, სელფი ფოტოსურათები, სერიები და სტრიმინგი), მედია და საინფორმაციო წიგნიერება. ეს გულისხმობს სკოლაში ონლაინკეთილდღეობის სწავლებას, ასევე მასწავლებლებისა და მოსწავლეების ოფლაინრეჟიმში გადამზადებას ინფორმაციული ნაკადების ნავიგაციისა და აქტიური მოქალაქეობის საკითხებში, რაც სასიცოცხლოდ აუცილებელია ონლაინკეთილდღეობის უზრუნველყოფისათვის (Frau-Meigs 2024).

მესამე თავში განხილულია, თუ როგორ შეიცვალა განათლების სექტორში პარადიგმა, რომლის თანახმად, აკადემიურ წარმატებასთან ერთად, პრიორიტეტი კეთილდღეობის თემასაც უნდა მიენიჭოს. აღნიშნულ თავში ხაზგასმულია ყოვლისმომცველი მიდგომების აუცილებლობა, ისეთი გამოწვევების საპასუხოდ, როგორიცაა სკოლის ვადაზე ადრე მიტოვება და დაბალი აკადემიური მოსწრება, რაც მკაფიოდ დადასტურდა „ეკონომიკური თანამშრომლობისა და განვითარების ორგანიზაციის“ (OECD) მიერ განხორციელებული „მოსწავლეთა საერთაშორისო შეფასების პროგრამის“ (PISA) კვლევის ფარგლებში მიღებული შედეგების თანახმად. აღნიშნულის კვალდაკვალ, 2022 წელს, ევროკავშირის ქვეყნების განათლების მინისტრების მიერ დამტკიცდა ინიციატივა, სახელწოდებით „სასკოლო წარმატების მიღწევის გზები“ (Pathways to School Success).

მეოთხე თავში გაეცნობით **eTwinning-ის 5 პროექტს** (თითო პროექტი თითო ასაკობრივ კატეგორიაში - ადრეული განათლება და ზრუნვა, დაწყებითი, საბაზო და საშუალო საფეხური, ასევე საწყისი პროფესიული განათლება და გადამზადება), რათა მოხდეს უკვე განხორციელებული ერთობლივი აქტივობებისა და მოსწავლეთა ემოციურ, ფიზიკურ და სოციალურ კეთილდღეობასთან დაკავშირებული ყველაზე მნიშვნელოვანი შედეგების დემონსტრირება. წიგნის ამ ნაწილში აქცენტირებულია განათლების სფეროში კეთილდღეობის ხელშესაწყობად და გაუმჯობესებისათვის აუცილებელი

თანამშრომლობა და საჭირო სტრატეგიები, რაც არაერთი აქტივობით დადასტურდა, რომელთა ფარგლებშიც სხვადასხვა ეროვნებისა და კულტურის წარმომადგენელმა მოსწავლეებმა ერთმანეთთან ეფექტურად ითანამშრომლეს.

მეხუთე თავში, ფოკუსი პროექტებიდან უშუალოდ მასწავლებლებზე გადაინაცვლებს და გაეცნობით **eTwinning-ის 6 მასწავლებლის კონკრეტულ მაგალითს**. მასწავლებლები გვიზიარებენ საკუთარ გამოცდილებას და ხედვას, თუ როგორ უნდა მოხდეს საგანმანათლებლო გარემოში კეთილდღეობის ხელშეწყობა. მასწავლებლებთან ჩატარდა გასაუბრება, რათა გაგვეოთ თუ როგორ ინერგება კეთილდღეობა მათ სკოლებში და რა წვლილი შეაქვს eTwinning-ს ამ მიმართულებით.

თითოეული კონკრეტული მაგალითის შესახებ, გაეცნობით შემდეგ ინფორმაციას:

- მოსწავლეებისა და მასწავლებლების კეთილდღეობის ხელშესაწყობად შექმნილი და განხორციელებული პროექტები,
- როგორ ინერგება ფიზიკური, ფსიქიკური და ემოციური კეთილდღეობა, მასწავლებლების ყოველწლიური პედაგოგიური პრაქტიკის მეშვეობით,
- მოსწავლეთა კეთილდღეობის ხელშეწყობის გზაზე არსებული

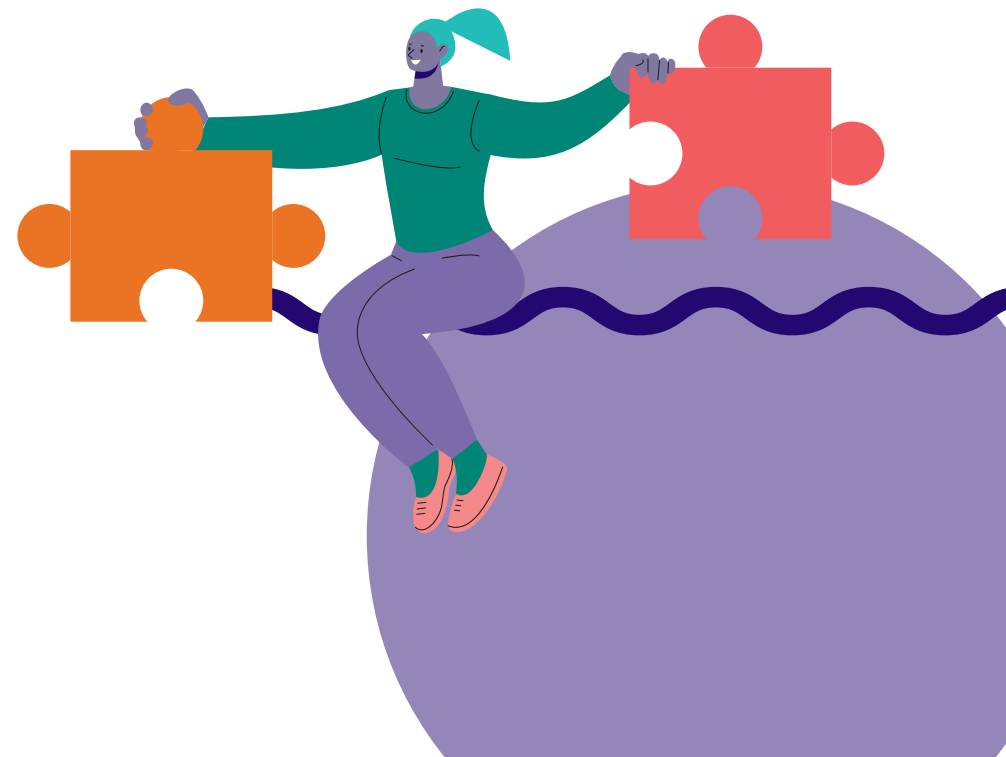
ყველაზე გავრცელებული
გამოწვევები და მათი
დაძლევის სტრატეგიები,

- მექანიზმები, რომლებსაც
eTwinning-ი უზრუნველყოფს
მასწავლებლების
მხარდასაჭერად,
თანამშრომლობითი და
ინკლუზიური გარემოს შექმნის
პროცესში, და
- მშობლებისა და სხვა
დაინტერესებულ მხარეთა
ჩართულობის მნიშვნელობა,
მოსწავლეებისთვის პოზიტიური
სასკოლო გამოცდილების
შესაქმნელად.

თუ როგორ შევექმნათ ინკლუზიური,
თანამშრომლობითი გარემო სკოლაში!

დაბოლოს, წიგნის მეექვსე თავში
აღწერილია **სკოლაში კეთილდღეობის
გასაუმჯობესებელი აქტივობები**,
რომლებიც მასწავლებლებს შეუძლიათ
შეცვალონ და ამგვარად განახორციელონ
საკუთარ კლასებში. ამ თავში მოცემულია
სხვადასხვა ასაკობრივ კატეგორიაზე
მორგებული ინსტრუმენტები
და იდეები აქტივობებისთვის,
რომლებიც დაეხმარება მოზარდებს
კეთილდღეობისადმი გრძელვადიანი
დამოკიდებულების ჩამოყალიბებაში.

ერთობლიობაში, წიგნში აღწერილი,
კეთილდღეობასთან დაკავშირებული
eTwinning-ის ისტორიები წარმოადგენს
ერთობლივი, ინკლუზიური და მდგრადი
სასკოლო გამოცდილების ფართო
სურათს. ვიმედოვნებთ, ეს ისტორიები
გახდება თქვენთვის შთაგონება, რათა
პრიორიტეტი მიანიჭოთ კეთილდღეობას
განათლების სფეროში. მოდით,
გავუზიაროთ ერთმანეთს საუკეთესო
პრაქტიკა და ინოვაციური იდეები,



ონლაინკეთილდღეობა ინფორმაციულ ეპოქაში

წიგნის ამ ნაწილში, სოციოლოგი დივინა ფრაუ-მეიგსი, ავტორს კიბერ-ბაროკო „პრეზენტაციას“ (ონლაინრეჟიმში თუ არ ხართ, ესეიგი არ არსებობთ), რომელიც ყალიბდება ისტორიებით, სელფი ფოტოსურათებით, სერიებითა და სტრიმინგებით – ანუ „4S“ – და გვიჩვენებს მნიშვნელოვანი ადგილი დავუთმობთ მედიასა და საინფორმაციო წიგნიერებას საკვანძო კურიკულუმებში, რათა დავიცვათ მოზარდები სოციალური მედიაპლატფორმების და მათ მიერ გენერირებული ვირტუალური სამყაროების ინტერუბილი - ანუ ტოტალიტარული - გავლენებისგან.



დივინა ფრაუ-მეიგსი – სორბონის ნუველის უნივერსიტეტი

დივინა ფრაუ-მეიგსი საფრანგეთის სორბონ-ნუველის უნივერსიტეტის მედიასოციოლოგიის პროფესორია.

იგი არის მედია და საინფორმაციო წიგნიერების, კულტურული მრავალფეროვნებისა და ინტერნეტის მართვის სპეციალისტი. დივინა ასევე ფართოდ აღიარებული მკვლევარია, რომლის კვლევით ფოკუსს წარმოადგენს მოზარდების მიერ მედიის გამოყენება და პრაქტიკა, ინფორმაციული უწყისრიგობანი (მაგ. რადიკალიზმი, დეზინფორმაცია, სიძულვილის ენა). იგი ასევე ხელმძღვანელობს იუნესკოს პროექტს „Savoir-devenir მდგრად ციფრულ განვითარებაში: ინფორმაციული კულტურის მართვა“ (2013-დან დღემდე). დივინა არის UNESCO-ს (მედია და ინფორმაციული წიგნიერება (MIL), ხელოვნური ინტელექტი, სოციალური მედია), ევროპის საბჭოს (MIL, განათლება ციფრული მოქალაქეობის შესახებ) და ევროკავშირის (MIL, ციფრული განათლება, ონლაინდეზინფორმაცია) ექსპერტი. დივინა ასევე 300-ზე მეტი სამეცნიერო სტატიისა და 30-ზე მეტი წიგნის ავტორია, მათ შორის „მედიაგანათლების კვლევის სახელმძღვანელო“ (Wiley, 2020) და „Desinformation Debunked“ (Routledge, 2024).

მოზარდებთან დაკავშირებით კეთილდღეობის ონლაინკვლევის ფარგლებში, მიღებული იქნა ორი სახის მონაცემი: ისტ-ის ქარბი გამოყენება

(Klapp, 2023) ან მდიდარი სოციალური ინტერაქცია და ინკლუზია (Kardefelt, 2017). ციფრული ტექნოლოგიებით გამოწვეული ზიანის რისკებმა (კიბერბულინგი, ეკრანზე დამოკიდებულება, ძილის ნაკლებობა და მედიამანიპულირება) შესაძლოა უარყოფითი გავლენა იქონიოს კეთილდღეობაზე. თუმცა, ციფრული ტექნოლოგიების უპირატესობები ასევე დადებითად მოქმედებს კეთილდღეობაზე (ცხოვრებით კმაყოფილება, თვითგამოხატვა, ჩართულობა). უფრო ნეიტრალურ პოზიციას იკავებენ Burr და Floridi (2019), რომლებიც ონლაინკეთილდღეობას შემდეგნაირად განმარტავენ: „ციფრული ტექნოლოგიების გავლენა იმაზე, თუ რას ნიშნავს იცხოვრო ნორმალური, ადამიანური ცხოვრებით, ინფორმაციულ ეპოქაში“.

ის, რაც ცალკეულ ადამიანებზე და მათ ფსიქოლოგიაზე ორიენტირებულ მიდგომებს აკლია არის „ინფორმაციული საზოგადოების“ ფართო მედიალანდშაფტი - სოციალური მედია, ინტერნეტი, ონლაინშეხვედრები და ა.შ. - და ის, თუ როგორ ხდება მასში მოზარდების სოციალიზაცია გლობალური კრიზისებით გამოწვეული გაურკვევლობის დროს (კლიმატი, ჯანმრთელობა, ომი), ასევე „თხევადი შიშები“ (Bauman, 2006), რომლითაც გადავსებულია 21-ე საუკუნის ინფორმაციები. „კეთილდღეობის“ ინდიკატორების ძიება ასევე საჭიროებს ყურადღების გამახვილებას „ონლაინ“ რეჟიმში ყოფნაზე, რათა გავითვალისწინოთ ის სოციალური და კულტურული კაპიტალი, რომელსაც მოზარდები ინიციატებენ, რათა ფეხი აუწყონ და მონაწილეობა მიიღონ

სწრაფად ცვალებად, დინამიურ ონლაინსამყაროში, რომელიც ხასიათდება IRL-ის (რეალურ ცხოვრებაში) შედეგებით – აკრონიმი, რომელიც ხშირად გამოიყენება ვირტუალური ცხოვრების (URL) საპირისპიროდ.

ცხოვრება ონლაინრეჟიმში - 4S-ის კულტურული კაპიტალი

ონლაინ კულტურული კაპიტალი ინფორმაციულ სამყაროში ყალიბდება მედიაფორმატების, თემებისა და ურთიერთდაკავშირებული აუდიტორიების მეშვეობით. ფორმატები შეგვიძლია მოკლედ შევაჯამოთ, როგორც **4S: ისტორიები, სელფი ფოტოსურათები, სერიები და სტრიმინგები**. ფორმატები, ხელმისაწვდომი Instagram-ზე, TikTok-ში, Twitch-სა და სხვა სოციალურ მედიაში, წარმოადგენს სწორედ იმ ფრაგმენტებს, რომლებიც ქმნიან მოკლე ნარატიულ ფორმებს, რომლებიც „მიქსავენ“ და ხელახლა მიქსავენ ერთი და იგივე მიმებისა და ემოციების უსასრულო რაოდენობის ვარიაციას. ფორმატები შესაბამისად ინფორმაციის საბაზისო ერთეულებს, თუმცა არაა აუცილებელი იყოს ახალი ამბები, რომელთა მიმოცვლა და ტირაჟირება სცდება გეოგრაფიულ საზღვრებს. ეს ერთეულები აზრს იძენს ინტერნეტში არსებულ სხვა ფრაგმენტებთან და ცალკეული ადამიანების გამოცდილებასთან კავშირში, რომელიც შეიძლება კიდევ დამატებით გადაზიარდეს. ზემოაღნიშნულის საკულტო მაგალითია, 2012 წელს, სამხრეთ კორეელი K-pop მომღერლის, Psy-ის (<https://www.youtube.com/watch?v=9bZkp7q19f0>) მიერ შექმნილი

სიმღერა Gangnam Style, რომელმაც YouTube-ზე ორი მილიარდი ნახვა დააგროვა და რეალურ რეჟიმში უამრავი ფლეშმობის გენერირება გამოიწვია, სეულიდან დაწყებული და პარიზით დასრულებული. კლიპის გამოქვეყნების დღიდან, შეიქმნა ალეგორიული ცხენის ცეკვის უამრავი ვარიანტი, მათ შორის Fortnite-ზე ან Minecraft-ზე.

4S-ის კონცეფციის ცენტრალური ასპექტია ისტორია ანუ ნარატივი. ნიღბებისა და სხვადასხვა აქსესუარების გამოყენებით, ერთსა და იმავე ადამიანს შეუძლია გამოიყენოს ავატარები და ფსევდონიმები, ასევე შეითავსოს მრავალი ფრაქტალური იდენტობა; ზოგიერთი მათგანი მონაწილეობს IRL-ში (რეალურ ცხოვრებაში), ზოგი კი რჩება URL-ში (ვირტუალური ცხოვრება ონლაინრეჟიმში). 4S-ის თემები, როგორც წესი, არის პერფორმაციული და აქტიური, იმპროვიზირებული ან ერთი შეხედვით ასეთი, რომელთა გაზიარება ხდება პირდაპირ ეთერში, ხოლო მაყურებელი აკომენტარებს ტვიტების,

პოსტებისა, „რილბის“ მეშვეობით. 4S-ისთვის დამახასიათებელი საკვანძო ტექნიკაა სემპლინგი - კოლაჟის მეთოდი, რომლის დროსაც გამოიყენება მეტყველების, სიმღერის ან ნახატის მოკლე ნაწყვეტი, რომელიც შემდეგ მეორდება და მეორდება, როგორც მაგალითად, პოპულარული #Selfie შექმნილი Chainsmokers-ის მიერ, 2014 წელს (<https://www.youtube.com/watch?v=ZuwfZGDWOio>). რაც შეეხება სერიას, ეს არის ხანგრძლივი, ნარატიული ფორმატი, თუმცა ასევე შესაძლოა მოიცავდეს რამდენიმე უწყვეტ სცენარს, რომელიც არღვევს ეპიკური ნარატივის წესებს და ჰყავს დაპირისპირებული პერსონაჟები, როგორც წიგნებში და ფილმებშია, მაგალითად „შიმშილის თამაშები“ ან „სამეფო კარის თამაშები“, ან თამაშები, „ბნელი გენების“ ან „ჰალო“.

4S-ების ახალგაზრდული აუდიტორია ფრაგმენტირებული, გლობალიზებული და ჰეტეროგენულია. ისინი **ორგანიზდებიან ფანკლუბებად,**

ისტორიები: ეს არის მცირე ზომის მონათხრობი, რომელსაც პიროვნება აზიარებს სტრიმინგის დროს და რომელსაც კომენტარების მეშვეობით განიხილავენ სოციალურ მედიაში.

სელფი ფოტოსურათები: ფოტოსურათი ან მოკლე ვიდეორგოლი, რომელსაც პიროვნება თვითონ იღებს და აზიარებს სოციალურ მედიაში.

სერიები: მცირე ეპიზოდებზე აწყობილი ნარატივი, რომელიც შედგება რამდენიმე, ერთი საზის მქონე სიტუაციისგან, ხშირად სხვადასხვა გმირების მონაწილეობით, რომლებიც ჩნდებიან ერთსა და იმავე „verse“-ში (ანუ სამყაროში) და რომლის ნახვაც შესაძლებელია მოცდის გარეშე (ანუ „უწყვეტად“, ეპიზოდების გამოქვეყნებისთვის ლოდინის გარეშე), სტრიმინგის დროს.

სტრიმინგი: რაიმე ღონისძიების (მაგალითად, საკუთარი თავის ვიდეო ჩვენება თამაშის დროს) ტრანსლირება ონლაინრეჟიმში, რასაც თან ერთვის კომენტარები და მუდმივი ინტერაქცია მაყურებელთან ჩეთის მეშვეობით.

იკრიბებიან ონლაინსაზოგადოების სახით, სოციალიზაციისთვის კი იყენებენ სტრიმინგს. სტრიმინგი გულისხმობს აქტივობას (საკუთარი თავის ვიდეოჩვენება ონლაინთამაშის დროს), კომენტარებს (თამაშის მიმდინარეობის შესახებ) და მუდმივ ინტერაქციას მაყურებლებთან (ჩეთის საშუალებით), როგორც მაგალითად Twitch პლატფორმაზე (ამაზონის შვილობილი კომპანია), რომელსაც ასევე თან ერთვის მუსიკალური მაუწყებლობა, კრეატიული კონტენტი და „პირდაპირი“ სტრიმინგი. **ზემოაღნიშნული აუდიტორია არ არის აპათიური, პირიქით, ისინი არიან კრიტიკულები და ამაჯდროულად გულწრფელები, სიამოვნებას იღებენ თამაშისგან, ასევე აქვეყნებენ ხისტ და ცინიკურ კომენტარებს რეალური ცხოვრების შესახებ** (Frau-Meigs, 2021).

ყოფნიდან, კარგად ყოფნამდე

მედია და ინფორმაციული წიგნიერება (MIL) არის წიგნიერების მიმართულება, რომელიც მნიშვნელოვან ყურადღებას აქცევს 4S-ს და მათ, ვინც 4S-ს ქმნის. მედია და ინფორმაციული წიგნიერება, როგორც ტრანსლიტერაცია, აანალიზებს მიმდინარე მედიალანდშაფტს, ანუ ინფორმაციული კულტურების კომპოზიტს, რომელსაც სისტემატიური შეხება აქვს სიახლეებთან, დოკუმენტებთან და მონაცემებთან, იქნება ეს წიგნები, თამაშები, თუ მეტავერსიები (Frau-Meigs, 2023). მედია და ინფორმაციული წიგნიერება ასევე მოიცავს კულტურულ კონტექსტს და ისტორიულ დისტანციას. ფრაგმენტირებული კულტურული

კაპიტალი მოგვაგონებს ბაროკოს ეპოქას, რომელიც უამრავი დრამატული ცვლილებითა და ძვრებით გამოირჩეოდა, სადაც ვერც ერთმა დომინანტმა ნარატივმა ვერ მოიკიდა ფეხი და ვერ შეძლო ადამიანების დარწმუნება. ონლაინვერსია წააგავს კიბერ-ბაროკოს, რომლის ფორმატები და თემები ასრულებს ინფორმაციული კულტურების ნაკადებთან გამკლავების მექანიზმის ფუნქციას.

ადაპტირების მექანიზმს ეწოდება „პრეზენტიზმი“ (ეშუალოობა, ერთდროულობა, მობილურობა), რაც ონლაინსამყაროში ითარგმნება, როგორც ყოფნა, ნაცვლად დისტანცირებისა. თხევადი (მეტისმეტად გამჭოლი) შიშები ბინადრობს არყოფნასა და სიჩუმეში.

4S წარმოადგენს სოციალური და შემეცნებითი ePresence შექმნის მცდელობას (CoE, 2020). დამოუკიდებელი ნარატივების კულტურული ფრაგმენტების ცირკულაცია, ისევე როგორც 4S-ები, საჭიროებს პასუხებისა და შესაბამისი ფრაგმენტების „გაზიარებას“. ამგვარ ცირკულაციას შეუძლია წარმოქმნას რამდენიმე იმერსიული რეალობა, რომ აღარაფერი ვთქვათ ალტერნატიულ რეალობებზე, რომელსაც შეუძლია იფუნქციონიროს პარალელურად, „კომპოზიტურ სივრცეში“ (საკუთარი წესების მქონე რეალობები, რომლებიც ერთად თანაარსებობენ, Badiou, 1988), რაც განსაკუთრებით ნათლად გამოჩნდა მაგალითად, დისტოპიური „სამყაროს“ სატელევიზიო შოუებში, თამაშებში თუ ფილმებში, რომლებმაც პირველებმა გამოიყენეს კოსპლეი („კოსტუმირებული

თამაში“) და IRL კომიქსები საკუთარ თემებში.

ამგვარი ბაზისური მონაწილეობით, მოზარდები იხმობენ „გარიყულობის შიშს“ (FOMO), რაც აუცილებელი პირობაა სიმარტოვის დაძლევისთვის და დაცულობისთვის. მოზარდები იყალიბებენ რეპუტაციას თანატოლებში, რაც წარმოადგენს „ხარჯისა და სარგებლის“ თანაფარდობის ნაწილს, რითიც ხასიათდება მოზარდობრივი ძიება სოციალური სარგებლისა და აღიარების მიმართულებით. მოქმედების თავისუფლების შეგრძნება საშუალებას აძლევს მოზარდებს დატესტონ და დააბალანსონ სარგებელი და დანაკარგი. გლობალური დონის ინფლუენსერები, რომლებსაც ყველაზე მეტი „მიმდევრები“ ჰყავთ, არიან ისინი, ვინც კონკრეტულ სიტუაციას თავის სასარგებლოდ იყენებენ, აცინებენ, აცეკვებენ ან ამღერებენ ადამიანებს, იშვიათად განიკითხავენ ვინმეს და არ საუბრობენ პოლიტიკაზე. ამგვარი ინფლუენსერები 4S-ისგან მაქსიმალურ სარგებელს იღებენ და ასრულებენ სუპერ მეგობრის როლს თავიანთი ფანებისათვის, თუმცა, ამაჯდროულად, სულაც არ უწოდებენ საკუთარ თავს ლიდერებს.

ყველაზე დიდ წარმატებას კი, მაინც ახალგაზრდების მიერ (სტივ ჯობსი, მარკ ცუკერბერგი, ლარი პეიჯი და სხვ.) შექმნილმა ციფრულმა პლატფორმებმა მიაღწიეს, რომლებიც დღემდე აკონტროლებენ ინოვაციებს და აქტიურად ცდილობენ ჩანერგონ ახალგაზრდები საკუთარი ღირებულების ჯაჭვში მომხმარებლებად ან თანამშრომლებად. მათ, შფოთვითა და შიშებით სავსე კიბერ-

ბაროკო, საკუთარი სარგებლისთვის გამოიყენეს და აქციეს შესაძლებლობად, რათა მოეხდინათ უფრო მეტი აქსესუარის, პროდუქტისა თუ სერვისის რეალიზაცია საკუთარ პორტალებზე. ერთმანეთის კოპირებით, მათ პირველებმა მოახდინეს 4S-ის ნარატივის ტექნიკის არტიკულაცია: სემპლინგი, გაზიარება და პრაქტიკა. ისინი თვითონ ჩაერთნენ საკუთარ სისტემებში, მომხმარებლის ლოიალობის გარანტირებულად მოპოვების მიზნით. ფრანუ მეიგის თქმით, სწორედ ეს ქმნის ხანგრძლივ კოგნიტურ და სოციალურ ePresence-ს, რომელიც ნარჩუნდება სპეციალურად შექმნილი ePresence-ით, თუმცა გარკვეული შეზღუდვებით, როგორიცაა მონაცემთა უფასოდ გაცემა (Frau-Meigs, 2023). სოციალურ მედიაპლატფორმებში ინტეგრირებული, გენერაციული ხელოვნური ინტელექტის (GAI) ბოლოდროინდელი აღზევება, ასევე ეფუძნება სემპლინგსა და განმეორებად „ფიჩინგს“ (re-pitching), რადგან დიდი ზომის ენობრივი მოდელები მუშავდება მონაცემთა ბაზების ონლაინკონტენტსა და სოციალურ მედიაში არსებულ მონაცემებზე დაყრდნობით. ისინი იქამდეც კი მიდიან, რომ აკეთებენ კითხვებზე პასუხების რემიქსს, რის გამოც მწერლებსა და მხატვრებს ხშირად უწევთ საკუთარი საავტორო უფლებების დასაცავად სამართლებრივი დავის დაწყება.

4S-ის რეგულირება სკოლაში

4S-ის სრული გავლენა (+2S, თუკი სემპლინგს და გაზიარებასაც დაევმატებთ) უნდა დაიდენტიფიცირდეს და ვერბალიზდეს მასწავლებლებისა და მოსწავლეების მიერ, რათა მათ

შეძლონ ონლაინკეთილდღეობასთან დაკავშირებით კითხვების დასმა.

აუცილებელია, იმის შესწავლა, თუ როგორ ვმართოთ და დავუფლოთ კოგნიტურ, სოციალურ და შემუშავებულ ePresence-ს, ზრდისა და განვითარების მისაღწევად დღევანდელ ურთიერთდაკავშირებულ სამყაროში. მოზარდები ხშირად ვერც კი აცნობიერებენ კიბერ-ბაროკოს ეკონომიკის სრულ მასშტაბს, რომელშიც ცხოვრება უწევთ. მათ უჭირთ გრძელვადიან პერსპექტივაზე ფიქრი და ვერ ახერხებენ თავიანთი გამოცდილების გაზიარებას უფროსებისთვის, რომლებიც არ მონაწილეობენ იმავე კომპოზიტურ სივრცეში, სადაც მოზარდები იმყოფებიან (Livingstone და სხვ., 2022). მეორეს მხრივ, **მასწავლებლები თვლიან, რომ მათ არ აქვთ საკმარისი გადამზადება ციფრულ კულტურასთან დაკავშირებულ საკითხებში, ან რომ ვერ შეეწინააღმდეგებიან აკადემიურ მიზნებს**, რაც სასკოლო შეფასებისთვის აბსოლუტურ ნორმად ქცეული ვრცელი ნარატიული პროდუქტის (როგორიცაა ესსე და დისერტაცია) შექმნას მოითხოვს.

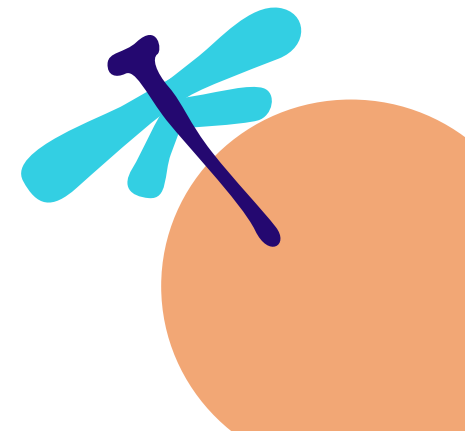
უშუალოდ 4S არ ქმნის პროგნოზირებად, დადებით ან უარყოფით ეფექტს. ზოგიერთი მოსწავლე წარმატებით ისარგებლებს მისით, ზოგი კი კიბერშევიწროების ან ინფორმაციული გადატვირთულობის მსხვერპლი გახდება. განსაკუთრებული ყურადღება უნდა მიექცეს სკოპურ ფობიებს (ვიზუალური დაკვირვებისა და განსჯისადმი შიში), როგორიცაა ვიზუალური დაკვირვება/თვალთვალი, რაც 4S-ის ინტეგრირებულ ნაწილს წარმოადგენს. აღნიშნული პრობლემების იდენტიფიცირება შეიძლება მოხდეს მასწავლებლებისა

და მოსწავლეების აღჭურვილ მედია და ინფორმაციული წიგნიერების შესახებ საჭირო კომპეტენციებით, ცოდნით, დამოკიდებულებით, უნარებითა და ღირებულებებით (CoE, 2020).

გარდა ამისა, ზემოაღნიშნული პლატფორმების გულწრფელობისა და კეთილდღეობის საკითხებისადმი მათი რეალური პასუხისმგებლობის დეფიციტის გათვალისწინებით, სასკოლო პოლიტიკის შემქმნელებმა უნდა იფიქრონ 4S-ზე და მასთან დაკავშირებულ პრაქტიკაზე, როგორც აღნიშნა მაგალითად, Facebook-ის ერთ-ერთმა მაკრიტიკებელმა, ფრენსის ჰაუგენმა (2023). **პოლიტიკის შემქმნელებმა, მედია და საინფორმაციო წიგნიერების ძირითად სასწავლო პროგრამებში ინტეგრირებით, უნდა უზრუნველყონ კეთილდღეობაზე დადებითი გავლენის გაძლიერება, ასევე მასწავლებლების, ბიბლიოთეკარებისა და მოსწავლეების მომზადება, ინფორმაციის მოძიებისა და ნავიგაციის, აქტიური მოქალაქეობისა და „რეალურ ცხოვრებაში“ ჩართულობის საკითხებთან დაკავშირებით.** მათ ასევე უნდა დაიცვან ახალგაზრდები პლატფორმების ინტერუბილი გავლენებისგან და ასწავლონ ბალანსის დაცვა საკუთარ ინდივიდუალურ პასუხისმგებლობასა და პლატფორმებზე დამოკიდებულებას შორის, რომელიც ექსპლუატაციისა და თვალთვალის რისკებს შეიცავს.

დაბოლოს, გენერაციული ხელოვნური ინტელექტის სისტემების (GAI) მოლოდინში, კიბერ-ბაროკოს 4S-ს შეუძლია ძალიან მარტივად შესთავაზოს მოზარდებს

დამატებითი ურთიერთქმედება არა-ადამიან აგენტებთან, როგორიცაა რობოტი. ფაქტიურად, ჩვენ უკვე ვიყენებთ ჭკვიან აპლიკაციებს, რომლებიც ყოვლისმომცველ და ინტერუბილ ინსტრუმენტებად გვევლინებიან. სამომავლოდ, მდგრადი კეთილდღეობის მიღწევა ონლაინრეჟიმში გულისხმობს ადამიანებსა და სხვა დაკავშირებულ ობიექტებს შორის კომუნიკაციის თანადადამოკიდებული იმერსიული სტრატეგიების დაუფლებას (Frau-Meigs, 2024). დისტანციური ციფრული აგენტის როლი, რომელიც ფუნქციონირებს დაკავშირებული ობიექტის მიერ მართული ნაკადებითა და აქტიურობის მაჩვენებელზე დაყრდნობით, სავარაუდოდ, გამოიწვევს არაერთ ინფორმაციულ უნესრიგობას და შესაძლებლობების უზარმაზარ რაოდენობას. საჭიროა პროაქტიული ზომების მიღება, რათა უზრუნველყოფილი იყოს ამ შუამავლების გამჭვირვალობა და პლატფორმების პასუხისმგებლობა, რაც ნიშნავს, რომ აუცილებელია მოხდეს მათი ჩართვა სკოლისთვის მედია და საინფორმაციო წიგნიერების ინტერვენციების შემუშავებაში.



ახალი თავი განათლებაში - ფოკუსირება კეთილდღეობაზე სასკოლო წარმატებისთვის

ანალიზა ქანონი და იოანა ფელექანი, ევროკომისია

განათლების, როგორც განვითარების ქვაკუთხედის, გადააზრება

ხარისხიან განათლებასა და გადამზადებაზე წვდომა ადამიანის ფუნდამენტური უფლება და პიროვნული და პროფესიული განვითარების წინაპირობაა. ეს არის ევროპის კონკურენტუნარიანობის, კეთილდღეობისა და ავტონომიურობის, ჩვენი საზოგადოებების მეტი სამართლიანობისა და მტკიცე ერთიანობის საწინდარი. თუმცა, არ უნდა გამოგვჩერეს ის ფაქტი, რომ ევროპაში მცხოვრები მოსწავლეების დიდი რაოდენობა ვერ ახერხებს საკუთარი პოტენციალის სრულად რეალიზებას განათლების სისტემებში არსებული ხარვეზების გამო.

OECD-ის მიერ, 2022 წელს ჩატარებული PISA კვლევის იმედგამაცრუებელი შედეგები ცხადყოფს, რომ **კრიტიკულად აუცილებელია უფრო ძლიერი ინვესტიციების განხორციელება თანასწორობის, ინკლუზიურობისა და კეთილდღეობის ხელშეწყობის კუთხით სკოლებში.**

წარსულის მცირე მიმოხილვა

სკოლის ვადაზე ადრე მითოვების პრობლემა, უკვე ათწლეულებია, მუდმივად დგას ევროკავშირის დღის წესრიგში, რაც ნათლად მიუთითებს კოლექტიური ვალდებულების აღების აუცილებლობაზე, რათა ევროპის ქვეყნებში მცხოვრებმა მოზარდებმა შეძლონ აკადემიური ეტაპის წარმატებით დასრულება. 2003 წელს, ევროკავშირის წევრი ქვეყნების განათლების მინისტრებმა განსაზღვრეს ამბიციური ორიენტირი, რომლის თანახმად 2010 წლისთვის, სკოლის ვადაზე ადრე მითოვების საშუალო მაჩვენებელი 10%-მდე უნდა შემცირებულიყო ევროკავშირის ტერიტორიაზე. აღნიშნული მიზნის თანახმად, რომელიც დაეფუძნა საერთო ხედვას უფრო მეტად ინკლუზიური და სამართლიანი განათლების სისტემის შესახებ, ყურადღება მიექცა კრიტიკულ კავშირს, რომელიც არსებობს განათლების სფეროსა და სოციალური კავშირებისა და ეკონომიკური კეთილდღეობის ყოვლისშემძველ მიზნებს შორის.

თუმცა, პროცესი მოსალოდნელზე უფრო ნელი ტემპით წარიმართა. 2009 წლისთვის, აშკარა გახდა, რომ თავდაპირველი მიზანი ვერ შესრულდებოდა გეგმის მიხედვით,

ამიტომ, საბჭო იძულებული გახდა გადაეხედა საკუთარი ვალდებულებისთვის და ვადა 2020 წლამდე გადაენია. იმ ეტაპისთვის, პრობლემის მასშტაბურობა თვალისაყვამი იყო: 6 მილიონზე მეტმა მოზარდმა, ანუ 18-დან 24 წლამდე ასაკის ადამიანების 14,4%-მა, ვადაზე ადრე მიატოვა განათლების სისტემა, მაქსიმუმ დაბალი საშუალო განათლების კვალიფიკაციით ხელში. თუმცა, ამ მაჩვენებელში, არ აისახა მნიშვნელოვანი სხვაობა წევრი სახელმწიფოების მონაცემებში, ანუ ქვეყნებში, რომლებმაც მიაღწიეს ან ახლოს იყვნენ ზღვრულ მაჩვენებელთან, იმ ქვეყნებთან შედარებით, რომელთა მაჩვენებელი 30%-ს აჭარბებდა, რითაც გამოიკვეთა ევროკავშირის შიგნით არსებული მრავალფეროვანი საგანმანათლებლო ლანდშაფტი და გამოწვევები.

რეაგირება ევროკავშირის ინსტიტუტებისა და წევრი სახელმწიფოების მხრიდან მრავალმხრივი აღმოჩნდა, რაც, საბოლოოდ, სკოლის ადრეული მითვების წინააღმდეგ ბრძოლის პოლიტიკის შესახებ საბჭოს რეკომენდაციის მიღებით დაგვირგვინდა 2011 წლის ივნისში. აღნიშნული მოვლენის შემდეგ, დაიწყო მთელი რიგი ერთობლივი ძალისხმევების განხორციელება სკოლის ადრეული მითვების ძირითადი მიზეზების აღმოსაფხვრელად, რაშიც მოიაზრებოდა პოლიტიკური ინსტრუმენტების ფართო სპექტრის დანერგვა ევროკავშირის მასშტაბით, მათ შორის დაფინანსების შესაძლებლობები, კოლეგებისგან სწავლების ინიციატივები, საუკეთესო პრაქტიკის გავრცელება და დამატებითი გაიდლაინების შექმნა.

მიუხედავად ზემოთ აღნიშნული ძალისხმევისა და მიღწეული მნიშვნელოვანი პროგრესისა - რაც 2022 წელს დადასტურდა განათლების სისტემისა და გადამზადების დანესებულებების ვადაზე ადრე მიმტოვებულთა რიცხვის 9.6%-მდე შემცირებით - საკითხი მაინც პრობლემად დარჩა. ამ გამოწვევას დაემატა **ევროპელი მოსწავლეების მიერ საკვანძო უნარების ფლობის შემამოფოთებლად დაბალი ტენდენცია**, რაც 2018 და 2022 წლებში ჩატარებული PISA-ს კვლევის შედეგებით გამოვლინდა. მათემატიკის, წაკითხვის გააზრებისა და საბუნებისმეტყველო საგნებში საკვანძო უნარების შემცირება, განსაკუთრებით კი მოწყვლად მოსწავლეებში, მიანიშნებს მუდმივად არსებული სოციალურ-ეკონომიკური ფაქტორების ზეგავლენაზე აკადემიურ შედეგებზე და მიუთითებს **ყოვლისმომცველი სტრატეგიების საჭიროებაზე**.

აკადემიური წარუმატებლობის, სკოლის ადრეული მითვებისა და მოსწავლეთა კეთილდღეობის ურთიერთდაკავშირებული ბუნების აღიარებით, ევროკავშირის მიდგომა განათლების პოლიტიკის მიმართ შეიცვალა და უფრო ჰოლისტიკური სახე მიიღო. ფართო პერსპექტივა მხარდაჭერილი იქნა ასევე კვლევებით, რომლებიც ცხადჰყოფენ, რომ ზემოაღნიშნული გამოწვევების ეფექტური გადაწყვეტა მოითხოვს სისტემურ მიდგომას, რაშიც უნდა გაერთიანდეს ძალისხმევა აკადემიური მოსწავლის გაუმჯობესებისთვის ისეთი ინიციატივებით, რომლებიც გააუმჯობესებენ

მოსწავლეებისა და მოსწავლეობის კეთილდღეობას, მოახდენენ ბუღინგის პრევენციას და ხელს შეუწყობენ პოზიტიური და მეგობრული სასკოლო კლიმატის შექმნას.

ჰოლისტიური ხედვა სასკოლო წარმატების შესახებ

ზემოაღნიშნული გამოწვევების გათვალისწინებით, 2022 წელს, 27 წევრი სახელმწიფოს განათლების მინისტრებმა დაამტკიცეს [საბჭოს ახალი რეკომენდაცია „სასკოლო წარმატების მიღწევის გზების შესახებ“ \(Pathways to School Success\)](#). ინიციატივა არ არის მხოლოდ აკადემიურ მიღწევებზე ორიენტირებული, არამედ მოიცავს უფრო ყოვლისმომცველ ხედვას აკადემიური წარმატების შესახებ. ინიციატივაში აღნიშნულია, რომ **მოსწავლეს, სკოლაში და ცხოვრებაში წარმატების მისაღწევად, ესაჭიროება კოგნიტიური, სოციალური და ემოციური კომპეტენციების დაბალანსებული ნაკრები**. „სასკოლო წარმატების მიღწევის გზები“ მიზნად ისახავს ეროვნულ დონეზე რეფორმებისა და ინვესტიციების ხელშეწყობას აკადემიური შედეგების გაუმჯობესების მიზნით, ხოლო სისტემური მოქმედების უზრუნველსაყოფად ისეთი პოლიტიკური ჩარჩო-ინსტრუმენტების შეთავაზებას, რომელიც დაეყრდნობა პრევენციული, ინტერვენციული და კომპენსატორული ღონისძიებების კარგად დაბალანსებულ ნაზავს.

ინიციატივა „სასკოლო წარმატების მიღწევის გზების შესახებ“ თავისი მოცემულობით ამბიცუოზია, რადგან მიზნად ისახავს ერთდროულად

ორი პრობლემის გადაჭრას: საგანმანათლებლო და გადამზადების დანესებულებების ვადაზე ადრე მითვების (ELET) და საბაზისო უნარების პრობლემის აღმოფხვრას 2030 წლისთვის. ინიციატივას გააჩნია პროაქტიული მიდგომა და მხარს უჭერს წევრ სახელმწიფოებს, რათა მათ შეიმუშავონ ყოვლისმომცველი და სისტემური სტრატეგიები საგანმანათლებლო გარემოს გასაძლიერებლად, სადაც ყველა მოსწავლეს შეეძლება წარმატების მიღწევა. აღნიშნული გულისხმობს აქცენტირებას პრევენციულ ღონისძიებებზე, რომლებიც ითვალისწინებენ და ამცირებენ ELET-სთან და არადაამაკმაყოფილებელ აკადემიურ მოსწრებასთან დაკავშირებულ რისკებს, ამასთან, ისეთი პოლიტიკის ხელშეწყობას, რომელიც მხარს დაუჭერს თანამედროვე სამყაროსთვის აუცილებელი კომპეტენციების დაბალანსებული ნაკრების განვითარებას. ჩართულობაზე, მიღწევებსა და კეთილდღეობაზე ფოკუსირებული ღონისძიებების ინტეგრირებით, **ინიციატივა „სასკოლო წარმატების მიღწევის გზების შესახებ“ შეეცდება შექმნას სწავლისა და პიროვნული განვითარებისათვის ისეთი პირობები, რომელიც გააძლიერებს ყველა ბავშვისა და მოზარდის, განსაკუთრებით კი, არახელსაყრელ მდგომარეობაში მყოფთა, სამომავლო პერსპექტივას**.

აღნიშნულ დოკუმენტში ასევე მოცემულია ინსტრუმენტებისა და რესურსების ფართო სპექტრი ინიციატივის განხორციელების მხარდასაჭერად,

იქნება ეს პოლიტიკასთან დაკავშირებული თანამშრომლობა, თანა-სწავლება თუ ციფრული პლატფორმების გამოყენება, როგორცაა „ევროპული სასკოლო განათლების პლატფორმა“ და გაუმჯობესებული „ევროპული ინსტრუმენტების ნაკრები სკოლებისთვის“, რომლებიც გვთავაზობენ **რესურსებს**, თუ როგორ გავაუმჯობესოთ სკოლაში კეთილდღეობა და ფსიქიკური ჯანმრთელობა. აღნიშნული ინსტრუმენტების დანიშნულებაა ხელი შეუწყოს საუკეთესო პრაქტიკის გაცვლას, დაინტერესებულ მხარეთა შორის თანამშრომლობას, რეფორმების მიზნობრივ მხარდაჭერას, როგორც ეროვნულ, ისე ინსტიტუციურ დონეზე. აქედან გამომდინარე, ინიციატივა „სასკოლო წარმატების მიღწევის გზების შესახებ“ ხაზს უსვამს ევროკავშირის ვალდებულებას არა მხოლოდ გადაჭრას უშუალოდ გამოწვევები, რომლებიც საგანმანათლებლო სისტემის წინაშე დგას, არამედ საფუძვლი ჩაუყაროს ისეთ მომავალს, სადაც თითოეული მოსწავლის პოტენციალი სრულად იქნება რეალიზებული.

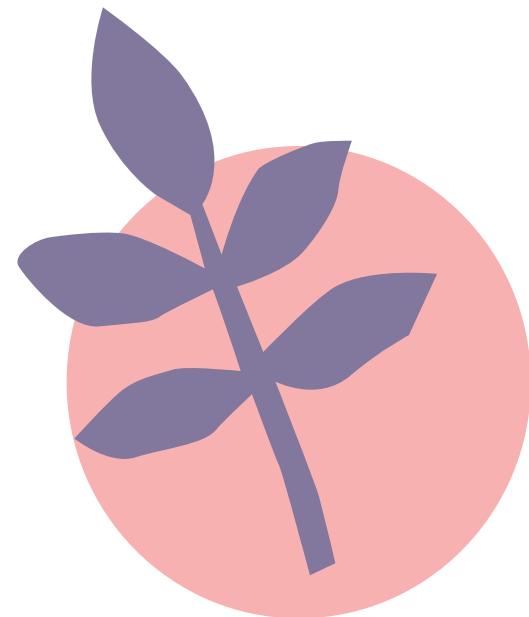
სასკოლო კეთილდღეობის მნიშვნელობა

სკოლის გარემო გადამწყვეტ როლს ასრულებს ბავშვებისა და მოზარდების ზოგად განვითარებაში. ამიტომ, კრიტიკულად მნიშვნელოვანია **მხარდაჭერი და მიმზიდველი სასწავლო გარემოს შექმნა**, რომელიც ხელს შეუწყობს სკოლაში კეთილდღეობას. კვლევებმა არაერთხელ აჩვენა, რომ მოსწავლეთა კეთილდღეობა

ფუნდამენტური ფაქტორია აკადემიური მოსწრების გაუმჯობესების მისაღწევად, რადგან იგი გავლენას ახდენს მოსწავლის მოტივაციაზე, კონცენტრაციისა და დასწავლის უნარზე. მეტიც, სკოლაში კეთილდღეობის ხელშეწყობა არ გულისხმობს მხოლოდ მოსწავლის ინდივიდუალური შედეგების გაუმჯობესებას, არამედ მოიცავს თანაგრძნობის, კეთილსინდისიერების, პრობლემის გადაჭრის უნარებისა და მიკუთვნებულობის გრძნობის განვითარებას. კეთილდღეობა აძლიერებს მოსწავლეებს, რათა მათ შეძლონ საკუთარი აზრის გამოთქმა და გადანაცვტილების მიღების პროცესში აქტიური მონაწილეობის მიღება. **განათლების ძირითად სამიზნეებში კეთილდღეობის ინტეგრირებით, ჩვენ შეგვიძლია შევქმნათ ჰოლისტიკური სასწავლო გარემო, რომელიც ყველა მოსწავლის პოტენციალს განავითარებს.**

„სასკოლო წარმატების მიღწევის გზების შესახებ“ ინიციატივის დამტკიცებით, განათლების სფეროში ახალი ერა დაიწყო. ინიციატივაში ხაზგასმულია კეთილდღეობის სასიცოცხლო როლი აკადემიური წარმატების მიღწევაში და მიზნად ისახავს შექმნას ინკლუზიური და თანასწორი განათლების სისტემა, სადაც ყველა მოსწავლეს შეეძლება იყოს წარმატებული. დოკუმენტში ყურადღება გამახვილებულია არა მხოლოდ პრობლემების პრევენციაზე, არამედ მოსწავლეთა აღჭურვაზე, როგორც აკადემიური, ისე პიროვნული ზრდისთვის საჭირო უნარებით. „სასკოლო წარმატების მიღწევის გზების შესახებ“ ინიციატივის ხედვა არის ისეთი

განათლების სისტემის შექმნა, რომელიც აფასებს მოსწავლეთა კეთილდღეობას და ამავე დროს, მნიშვნელოვან ყურადღებას აქცევს მათი აკადემიური მოსწრების გაუმჯობესებას.



eTwinning-ის პროექტები კეთილდღეობის თემატიკაზე

ქვემოთ მოცემულ თავში, წარმოგიდგენთ კეთილდღეობის თემაზე ფოკუსირებულ, eTwinning-ის 5 პროექტს, რომლებიც ევროპაში და მის ფარგლებს გარეთ განხორციელდა. აღნიშნული პროექტები (თითო პროექტი თითო ასაკობრივი კატეგორიისთვის - ადრეული განათლება და ზრუნვა (ECEC), დაწყებითი, საბაზო და საშუალო საფეხური, საწყისი პროფესიული განათლება და გადამზადება (IVET)) - შეირჩა მასწავლებლების შთაგონების მიზნით, რადგან მათში აღწერილი და განხორციელებული აქტივობების ძირითად ფოკუსს წარმოადგენს კეთილდღეობა და მისი შემადგენელი კომპონენტები. პროექტებში ჩართული პარტნიორების სრული სია მოცემულია წიგნის დანართში. პროექტების შესახებ TwinSpace-ში დამატებითი მასალის გასაცნობად, თქვენ დაგჭირდებათ eTwinning-ის ანგარიშის შექმნა.

ემოციების ცისარტყელა

ასაკობრივი კატეგორია: ადრეული განათლება და ზრუნვა (ECEC)/ დაწყებითი საფეხური

მონაწილე ქვეყნები: გერმანია, იტალია, პოლონეთი, ესპანეთი.

საგნები: ხელოვნება, დრამა, უცხო ენები, ენა და ლიტერატურა, მუსიკა, დაწყებითი სკოლის საგნები

ხანგრძლივობა: 1 სასწავლო წელი

პროექტის გვერდის ბმული: <https://school-education.ec.europa.eu/en/networking/projects/130627>

პროექტის შესახებ

პროექტის თემაა მოზარდების ემოციური განვითარება. მოსწავლეები იკვლევენ ემოციებს და შეგრძნებებს, ასევე აცნობიერებენ, რომ აბსოლუტურად ნორმალურია სხვადასხვა ფსიქიკურ მდგომარეობაში ყოფნა და რომ არსებობს ამგვარ შეგრძნებებთან გამკლავების სხვადასხვა გზები.

პროექტის მიზანს წარმოადგენდა მოსწავლეთა ემოციური და სოციალური კეთილდღეობის ხელშეწყობა. აქტივობების მეშვეობით, მოსწავლეებს უნდა მოეხდინათ საკუთარი ემოციების იდენტიფიცირება და მართვა, გუნდური მუშაობის უნარების გაუმჯობესება და სკოლის მიმართ პოზიტიური დამოკიდებულების ჩამოყალიბება.

„როგორც კი დავინახე ანა ლიენასის „El Monstruo de Colores“-ის პოპ-აპ



ვერსია, იმ წამსვე მოვიხიბლე მისით, ხოლო როდესაც შევტყვევებ იმ პირველკლასელების შესახებ, ვისი მასწავლებელიც უნდა ყოფილიყავი, მაშინვე მივხვდი, რომ „ფერადი მონსტრი“ ჭეშმარიტ მეგზურობას გაგვიწევდა ემოციების ლაბირინთში. ბედნიერი ვარ, რომ ვიყავით ამ საინტერესო თავგადასავლის მონაწილე, იტალიელ, ესპანელ და გერმანელ მოსწავლეებთან ერთად“. ჯოანა მაჩი, მასწავლებელი, პოლონეთი.

თანაგზოგზოობა და პროექტის შედეგები

ბავშვებმა მონაწილეობა მიიღეს და ითანამშრომლეს რამდენიმე ვორკშოპის ფარგლებში, რომლებიც მოიცავდა თეატრალურ წარმოდგენებს, სიმღერებს, ხელოვნებას და ხელნაკეთი ნივთების დამზადებას, კოდირებას, STREAM აქტივობებს, თამაშებს. ძირითადი აქტივობები და მათი შედეგები მოცემულია ქვემოთ:

ერთობლივი ნახატების გამოფენა: ამ აქტივობის ფარგლებში, პროექტში მონაწილე სხვადასხვა ჯგუფების მოსწავლეებმა ერთობლივად იმუშავეს სხვადასხვა ემოციების ამსახველი ნამუშევრების შექმნაზე. თითოეული ჯგუფი ფოკუსირდა ერთ ემოციაზე, ერთობლივად შექმნეს უნიკალური და ექსპრესიული ნახატები და ნამუშევრები სხვა მონაწილეებს გაუზიარეს, რითიც თავიანთი წვლილი შეიტანეს პროექტის განხორციელებაში. აქტივობის ფარგლებში, აქცენტირებული იყო შემოქმედებითობა და გუნდური მუშაობა, ვინაიდან ნამუშევრები მათი გაზიარების

კვალდაკვალ, მნიშვნელოვანი ცვლილებების შეტანას საჭიროებდა. დასრულებული ნამუშევრების ჩვენება მოეწყო თითოეულ სკოლაში გამართულ გამოფენაზე. ამ ფორმით, ბავშვებისთვის შეთავაზებული იქნა პლატფორმა, სადაც მათ ჰქონდათ შესაძლებლობა საკუთარი ემოციები ხელოვნების დახმარებით გამოეხატათ, რამაც ბავშვებს შემოქმედებითობა და გუნდური მუშაობის უნარი განუვითარა.

ემოციების ქილა: ესპანელი ავტორის, ანა ლიენასის „ფერადი ურჩხულის“ ნაკითხვის შემდეგ, ერთ-ერთი კლასის მოსწავლეებმა, ფსიქოლოგთან ერთად, სიდრმისეულად შეისწავლეს ემოციები, „ემოციების ქილის“ მეშვეობით. მოსწავლეებს სთხოვეს ფერადი ფურცლებით აღენერათ საკუთარი ემოციები და მოეთავსებინათ „ქილაში“, ამავდროულად დაკვირვებოდნენ, თუ როგორ შეიცვლებოდა ქილა და როგორ მოგროვდებოდა მასში შეგრძნებები მთელი წლის განმავლობაში. ბავშვებმა მოახდინეს სხვადასხვა ემოციების იდენტიფიცირება, როგორიცაა ბედნიერება, სევდა, ბრაზი და სიმშვიდე. მასწავლებლებმა დაითვალეს ბარათების რაოდენობა თითოეულ ქილაში და Canva-ის ვებინსტრუმენტის მეშვეობით შექმნეს დიაგრამა მოსწავლეთა მიერ გამოხატული ემოციების შესაჯამებლად, რომელიც შემდეგ პარტნიორებს გაუზიარეს.

ემოციების ლექსიკონი: ბავშვებმა იმუშავეს სხვადასხვა ეროვნულ ჯგუფებში. მათ ამოცანას წარმოადგენდა სხვადასხვა ემოციები გადეთარგმნათ თავიანთ მშობლიურ ენაზე. მოსწავლეებმა თარგმნეს ისეთი მარტივი წინადადებები, როგორიცაა „მშვიდად

ვარ“ ან „შეშინებული ვარ“, ამავე დროს მოამზადეს ილუსტრაციები ამ ემოციების სადემონსტრაციოდ. „ემოციების ლექსიკონით“ მოსწავლეებმა შეძლეს ემოციების სახელების დასწავლა და მათი სწორად გამოყენება ინგლისურ ენაზე. ჯგუფების შედეგები შეიკრიბა ერთობლივ ელექტრონულ წიგნში.

პოდკასტი „როგორია შენი ემოცია?“: მოსწავლეებმა ერთობლივად მოიფიქრეს ემოციებთან დაკავშირებული რითმები. თითოეულმა ეროვნულმა გუნდმა აირჩია ერთი ემოცია, დაწერა ორი სტროფი და შექმნა ნახატი პოდკასტის გარეკანისთვის. გუნდებმა გამოხატეს ემოციები, როგორცაა ბედნიერება, სიმშვიდე და ბრაზი, და დაუკავშირეს ისინი კონკრეტულ მოვლენებს, მაგალითად, „სიმშვიდე ქარივითაა, რომელიც ფრენაში მეხმარება“.

STREAMy ემოციები: ამ აქტივობის ფარგლებში, მოსწავლეებმა შექმნეს და მოხატეს თიხის თეფშები პიკასოს ტექნიკის გამოყენებით. ბავშვებმა გაიუმჯობესეს შემოქმედებითობა და წარმოსახვის უნარი, ამავდროულად გაეცნენ ინფორმაციას კონკრეტული მხატვარისა და მისი ნამუშევრების შესახებ. შედეგები შეჯამდა დასკვნითი პრეზენტაციის სახით.

ემოციების მუზეუმი: ამ აქტივობის ფარგლებში, მოსწავლეებმა მოინახულეს ციფრული მუზეუმი, დაათვალიერეს ძველი ოსტატების ნახატები და ერთმანეთს გაუზიარეს ემოციები ონლაინგამოკითხვის მეშვეობით. შედეგებმა აჩვენა, რომ ერთმა და იმავე ნამუშევარმა მოსწავლეებში სხვადასხვა

ემოციები გამოიწვია. მაგალითად, ვან გოგის ნახატმა „ვარსკვლავებიანი ღამე“, ზოგიერთ ბავშვში სიხარულისა და სიმშვიდის შეგრძნება გამოიწვია, ზოგს კი სიბრაზისა და შიშის ემოცია დაუტოვა. ამ აქტივობით მოსწავლეებმა გაიუმჯობესეს საკუთარი ემოციების ამოცნობისა და მათთვის სახელის დარქმევის უნარი.

ფოკუსირება ანწყობე, ხელოვნებისა და „მაინდფულნესის“ მეშვეობით

ასაკობრივი კატეგორია: დაწყებითი კლასები

მონაწილე ქვეყნები: ხორვატია, საფრანგეთი, საბერძნეთი, ლიტვა, პოლონეთი, რუმინეთი, თურქეთი

საგნები: ხელოვნება, ინფორმატიკა/ისტ, ენა და ლიტერატურა, მუსიკა, დაწყებითი სკოლის საგნები, ფსიქოლოგია

ხანგრძლივობა: 1 სასწავლო წელი

პროექტის გვერდის ბმული: <https://school-education.ec.europa.eu/en/networking/projects/130477>

პროექტის შესახებ

პროექტი მიზნად ისახავდა მოსწავლეთა კონცენტრაციის გაუმჯობესებას, ანწყობა მომენტზე ფოკუსირებისა და თვითშემეცნების უნარის გაძლიერებას. ამ ყველაფრისთვის, მომზადდა რამდენიმე საკლასო აქტივობა და ინდივიდუალური სავარჯიშო, რომელთა დახმარებით მოსწავლეები გაეცნენ „მაინდფულნესის“ (ანწყობე



კონცენტრირების და საკუთარი თავის შეგრძნების მდგომარეობა) რაობას და მისი გამოყენების გზებს.

„როგორ ვასწავლოთ ბავშვებს „მაინდფულნესის“ ტექნიკის გამოყენება ამ აჩქარებულ სამყაროში და როგორ დავეხმაროთ მათ ფოკუსირდნენ „აქ და ახლა“ მომენტზე? ეს კითხვა დიდი ხანია მანუხებს, რადგან არსებობს მეტისმეტად ბევრი სტრესორი, რომლებიც პრობლემებს გვქმნიან ჩვენს ყოველდღიურობაში. სწორედ ამიტომ, გადავწყვიტე მომეძებნა მასწავლებლები, რომლებიც თანამშრომლობაზე დამთანხმდებოდნენ. პროექტის ფარგლებში, შევიმუშავეთ და დავტესტეთ



კონკრეტული ინსტრუმენტები და აქტივობები, რომელთა მეშვეობით მასწავლებლებსა და მოსწავლეებს შეუძლიათ ივარჯიშონ და გამოიმუშაონ „მაინდფულნესის“ შესრულების უნარი, გაიფართოვონ ცნობიერება საკუთარი ემოციების შესახებ და განივითარონ მიმღებლობა საკუთარი თავისა და სხვა ადამიანების მიმართ. „მაინდფულნესი“ მომავლის კომპეტენციაა, რომელიც შეიძლება ისწავლონ როგორც მასწავლებლებმა, ასევე მოსწავლეებმა“. ანეტა კლეისა, მასწავლებელი, პოლონეთი.

თანამშრომლობა და პროექტის შედეგები

მოსწავლეებმა მონაწილეობა მიიღეს სხვადასხვა ერთობლივ აქტივობაში, მათ შორის:

როგორ გავიუმჯოვოთ კონცენტრაცია სკოლაში? მოსწავლეებით დაკომპლექტებულმა ჯგუფებმა შეიმუშავეს სკოლაში „მაინდფულნესის“ მისაღწევად საჭირო წესები, რომლებიც შემდეგ ონლაინ პარტნიორობს გაუზიარეს. შემოთავაზებული იქნა შემდეგი იდეები: „გახსოვდეს სწორად სუნთქვა“, „იცეკვე შენი საყვარელი სიმღერის რითმზე“ ან „დახატე დღის შენთვის ყველაზე საყვარელი მომენტი“.

აქ და ახლა – სივრცე „მაინდფულნესის“ სავარჯიშოს შესასრულებლად. ეს აქტივობა გულისხმობდა მონაწილეობას სხვადასხვა ერთობლივ სავარჯიშოში, რომელთა მიზანი იყო ყველა პარტნიორი კლასის მოსწავლეების ფოკუსირებისა და კონცენტრაციის უნარის გაუმჯობესება, ასევე მათი დახმარება საკუთარი

და სხვა ადამიანების ემოციების ამოცნობისა და სტრესთან გამკლავების მიმართულებით. ერთ-ერთი სავარჯიშოს, სახელწოდებით, „მოდით, შევიგრძნოთ სუნთქვა“, მიზანი იყო ბავშვების ნახალისება, რათა მათ დრო დაეთმოთ და ყურადღება გაემახვილებინათ სუნთქვაზე. მოსწავლეს ხელისგული და თითები მიაქვს ცხვირთან, ისე რომ კანზე შეიგრძნოს საკუთარი სუნთქვა. შემდეგ, ღრმად შეისუნთქავს ცხვირით და ნელ-ნელა ამოისუნთქავს პირით, რომ კვლავ შეიგრძნოს სუნთქვა ხელისგულსა და თითებზე. მეორე სავარჯიშო იყო „წუხილების ყუთი: პრობლემის დაძლევის სასარგებლო ინსტრუმენტი ბავშვებისთვის“. ამ სავარჯიშოს ფარგლებში, მოსწავლეები წერენ ან ხატავენ თავიანთ საწუხარს ფურცელზე, რომელსაც შემდეგ ათავსებდნენ „წუხილების ყუთში“, ანუ გამოყოფენ „ადგილს“ იმ განცდების შესანახად, რომლებიც იმ მომენტში აწუხებთ.

ხელოვნების, სიკეთისა და „მაინდფულნესის“ კალენდარი: ყველა სკოლის მოსწავლეებმა მოამზადეს მცირე პერფორმანსი და წარმოადგინეს თითოეული თვე, ფერწერის, გრაფიკის,



კოლაჟისა და ინსტალაციების საშუალებით. მათ ასევე შექმნეს [2023 წლის ამოსაბეჭდი კალენდარი](#), სადაც შეუძლიათ ჩაწერონ საკუთარი იდეები იმის შესახებ, თუ როგორი შეიძლება იყოს თითოეული თვე, იმ ემოციებიდან გამომდინარე, რასაც რეალურად განიცდიან.

ფერადი მანდალა: მანდალა არის მედიტაციის მეთოდი და არტთერაპიული აქტივობა, რომელშიც გამოიყენება სხვადასხვა დიზაინის მქონე ფერადი ნაკეთობები. სამუშაო პროცესი ხელოვნების ნიმუშების შესაქმნელად, საჭიროებს ტვინის მარჯვენა და მარცხენა ნახევარსფეროების დაბალანსებულ ფუნქციონირებას, ვინაიდან თითოეული მხარე პასუხისმგებელია ინტუიციასა და ლოგიკაზე. [მანდალას სავარჯიშოებით](#), მოსწავლეებმა შეძლეს საკუთარი ემოციური მდგომარეობის მართვა, გამოცდებთან დაკავშირებული შფოთვის შემცირება და აღმოაჩინეს საკუთარ თავში შემოქმედებითობისა და მდიდარი წარმოსახვის უნარი.

„მანდფულნესი“ მნიშვნელოვანია

ასაკობრივი კატეგორია: საბაზო საფეხური

მონაწილე ქვეყნები: ხორვატია, იტალია

საგნები: მოქალაქეობა, უცხო ენები, ჯანდაცვა

ხანგრძლივობა: 1 სასწავლო წელი

ბმული პროექტის გვერდზე: <https://school-education.ec.europa.eu/en/networking/projects/130270>

პროექტის შესახებ

პროექტის თემაა „მანდფულნესი“, როგორც ფოკუსირებისა და ცნობიერების აღქმის უნარის, ასევე მისი გაუმჯობესების სხვადასხვა სტრატეგიების ჩანერგვა მოსწავლეებში. „მანდფულნესი“ (Mindfulness), ანუ პრაქტიკა, როდესაც ხდება ყურადღების მიზანმიმართული ფოკუსირება ანმყო მომენტებზე განსჯისა და კრიტიკის გარეშე, ძალიან პოპულარული გახდა მისი მნიშვნელოვანი

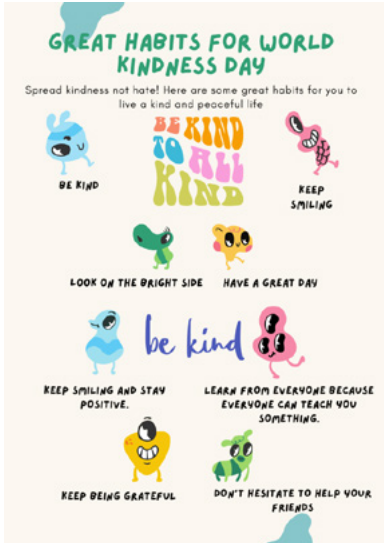
ეფექტის გამო ფსიქიკურ ჯანმრთელობაზე, ემოციურ რეგულაციასა და კოგნიტურ შედეგიანობაზე. აღნიშნული პროექტის ფარგლებში, მოსწავლეები გაეცნენ „მანდფულნესის“ საფუძვლებს და დაუკავშირეს ის თავიანთ სასწავლო გეგმებს.

„ვფიქრობ, პროექტი დაეხმარა მოსწავლეებს, გაეცნობიერებინათ საკუთარი უნარები, უკეთ გაეცნოთ ერთმანეთი და კიდევ უფრო მეტი ბავშვი ჩართულიყო ინგლისური ენის შესწავლაში. ჩვენს მიერ განხორციელებული აქტივობებით, როგორც საკლასო ოთახში, ასევე სხვა პარტნიორ სკოლებთან ერთად, შევქმენით უფრო მშვიდი და შინაარსიანი სასწავლო გარემო, სადაც ბავშვები მზად იყვნენ მაქსიმალური ძალისხმევა გამოეჩინათ, რათა უფრო მეტი ცოდნა მიეღოთ და გაეუმჯობესებინათ საკუთარი და თანაკლასელების, ასევე მასწავლებლების, კეთილდღეობა“. კიარა საბატინი, მასწავლებელი, იტალია.

თანამშრომლობა და პროექტის შედეგები

სიკეთის საერთაშორისო დღე:

სიკეთის საერთაშორისო დღე, რომელიც ყოველწლიურად 13 ნოემბერს აღინიშნება, საუკეთესო საშუალება აღმოჩნდა იმისთვის, რომ პროექტი კონცენტრირებულიყო სიკეთის უნივერსალურ პრინციპებზე. მოსწავლეებმა, სხვადასხვა ეროვნულ გუნდებში, ერთობლივად მოამზადეს პლაკატები, ასევე მოიფიქრეს სხვადასხვა ღონისძიებები, მათ შორის

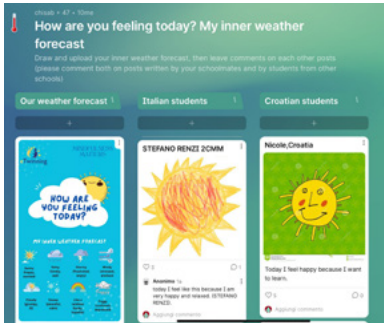


კომპიუტერული მეცნიერების სწავლება ხანდაზმულებისთვის, სპონტანური კეთილი საქმეების და ჯანდაცვის ასოციაციებში შემონიშნულობების გაკეთება. მოსწავლეებმა ასევე შექმნეს განყოფილება „სიკეთის ისტორიები ინტერნეტიდან“, სადაც თავი მოუყარეს კეთილი საქმეების შთამბეჭებელ მაგალითებს სხვადასხვა ონლაინწყაროებიდან.

„ახალი წლის მიზნები“: ერთ-ერთი ტრადიციის თანახმად, რომელიც ახალი წლის დადგომამდე ახალი გადაწყვეტილებების მიღებას უკავშირდება, მოსწავლეებს ჰქონდათ შესაძლებლობა ეფიქრათ საკუთარი თავის გაუმჯობესების გზებზე, შემდეგ კი განეხილათ ისინი თანატოლებთან. მოსწავლეებმა მოამზადეს ფერადი ბარათები ქვემოთ მოცემული 5 კომპონენტის მითითებით:

- დაწერე 5 სიტყვა, რითიც გსურს, რომ 2024 წელი იყოს გამორჩეული ...
- ჩამოთვალე 4 ადამიანი, ვის მიმართაც მადლიერი ხარ...
- დაწერე სტრესის დაძლევის 3 მეთოდი ...
- მიმართე 1 ჰობიტიური წინადადებით საკუთარ თავს ახალი წლის დაწყების წინ...
- დაწერე 2 რამ, რისი გაუმჯობესების სურვილიც გაქვს.....

მოსწავლეები უმეტესად კონცენტრირდნენ ისეთ მიზნებზე, როგორიცაა თვითრეგულაცია, აქტიური მოსმენა, პატიება და სიკეთის კეთება. შედეგები პროექტის დასასრულს შეგროვდა ციფრულ ნიგნში. ამ სავარჯიშოს დახმარებით, მოსწავლეებმა ყოველდღიურად დადებით მომენტებზე კონცენტრირების, პირადი მიზნების დასახვისა და ახალი წლიდან საკუთარი ქცევის განვითარებაზე ფოკუსირების უნარი გაუმჯობესეს.



რომელია შენთვის განტვირთვის საუკეთესო საშუალება?: ამ აქტივობაში მოსწავლეებს სთხოვს ეფიქრათ იმაზე, თუ რა ეხმარება მათ განტვირთვისა და ემოციებისგან გათავისუფლებაში. მოსწავლეებმა პასუხები სხვადასხვა ქვეყნებში მყოფ თანატოლებს გაუზიარეს, სპეციალურად შექმნილი [პადლეტის](#) საშუალებით. დასახელდა სხვადასხვა აქტივობები: ველოსიპედით სეირნობა, წიგნის კითხვა, ბუნებაში გასეირნება, ცეკვა და სხვადასხვა საგნებზე მიკროსკოპით დაკვირვება.

როგორ გრძნობ თავს დღეს?: ამ საკლასო აქტივობაში, მოსწავლეებს სთხოვს, დაფიქრებულიყვნენ საკუთარ ემოციებზე და დაეკავშირებინათ ისინი „შინაგან ამინდთან“. მოსწავლეებს სთხოვს მოდუნებულიყვნენ და მოეხდინათ საკუთარი ემოციების ვიზუალიზაცია მეტეოროლოგიური მოვლენების სახით, შემდეგ კი, განემარტათ თავიანთი არჩევანი. გამოთქმული იქნა იდეები, დაწყებული მზიანი ამინდით და წვიმიანით დასრულებული, ასევე სხვადასხვა ემოციები, მათ შორის ბედნიერება და სტრესი. პარტნიორი სკოლების მოსწავლეების პასუხები გამოქვეყნდა [ერთობლივ პადლეტზე](#), ხოლო პროექტის დასასრულს, შეიქმნა [ციფრული წიგნი](#), რომელშიც აისახა ყველა შედეგი.

RRH: პატივისცემაზე დამყარებული, პასუხისმგებლიანი, ჯანსაღი, ონლაინკომუნიკაცია

ასაკობრივი კატეგორია: საშუალო

მონაწილე ქვეყნები: საბერძნეთი, იტალია, ლიტვა, ესპანეთი

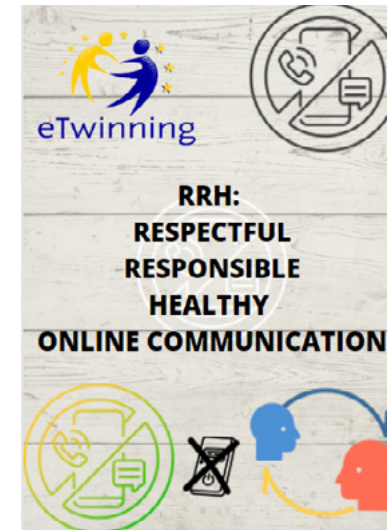
საგნები: ინფორმატიკა/ისტ, უცხო ენები, კროსკურიკულური საგნები, მოქალაქეობა

ხანგრძლივობა: 6 თვე

ბმული პროექტის გვერდზე: <https://school-education.ec.europa.eu/en/networking/projects/121132>

პროექტის შესახებ

პროექტის მიზანი იყო მოზარდების ონლაინქცევის ანალიზი. უფრო კონკრეტულად კი, მოსწავლეების ინფორმირება იმ რისკების შესახებ, რომელთა წინაშეც შესაძლოა დადგნენ ტექნოლოგიების არასწორი გამოყენების შედეგად, ასევე რეფლექსირება



მოსწავლეთა ონლაინქცევაზე და პრობლემების გადაჭრის გზებზე. პროექტი ორიენტირებული იყო სოციალური კეთილდღეობის გაძლიერებაზე და მოსწავლეთა მხარდაჭერაზე, რათა კრიტიკულად გაენალიზებინათ საკუთარი ციფრული ჩვევები. კერძოდ, მოსწავლეებს დაევალებათ ჩართულიყვნენ დისკუსიაში და ერთმანეთისთვის გაეზიარებინათ იდეები და პირადი გამოცდილება არაჟანსად ციფრულ ქცევებთან დაკავშირებით, როგორიცაა ფაბინგები¹, ნომოფობია² და სიძულვილის ენა. ამის შემდეგ, მოსწავლეებს სთხოვს მოეფიქრებინათ პოზიტიური კონტრ-რეაქციები აღნიშნულ სიტუაციებზე და კონსტრუქციული პასუხები.

1 - „ფაბინგი“ ორი სიტყვისგან, კერძოდ „ტელეფონში ცხვირჩარგულობისგან“ წარმოებული შემოკლებული ტერმინია, რაც გულისხმობს საუბრის დროს მოსაუბრის ნაცვლად ტელეფონში ყურებას.

2 - ნომოფობია (შემოკლებული ვარიანტი ფრაზისა „არანაირი მობილური ტელეფონები“) ნიშნავს შიშს ან შფოთვის ტელეფონის არქონის გამო.

„ვიწინადან სმარტფონები სულ უფრო მეტ ადგილს იკავებენ ჩვენს ცხოვრებაში, არსებობს შემოფთება იმის შესახებ, რომ მათ შეუძლიათ დააზარალონ ჩვენი ურთიერთობები სხვა ადამიანებთან. სწორედ ამიტომ, განვანოცდილეთ eTwinning-ის ეს კონკრეტული პროექტი, რათა ვასწავლოთ მოსწავლეებს როგორ უნდა იმოქმედონ ონლაინსივრცეში საუკეთესო შედეგების მისაღებად. საინტერესო დავალებების შესრულების პროცესში, მოსწავლეებმა, კრიტიკული აზროვნებისა და შემოქმედებითი უნარების გამოყენებით, მოახდინეს რეფლექსირება პატივისცემაზე დამყარებული, პასუხისმგებლიანი, ჯანსაღი, ონლაინკომუნიკაციის მნიშვნელობის შესახებ. აქტივობის დამსახურებით, მოსწავლეებმა გააცნობიერეს ონლაინკომუნიკაციის რისკები და სარგებელი ინდივიდუალურ კეთილდღეობაზე აქცენტირებით“. დეიზი დე ჯოვანი, მასწავლებელი, იტალია.

თანამშრომლობა და პროექტის შედეგები

ინფორმაცია ფაბინგისა და ნომოფობიის ცნებების შესახებ. ამ აქტივობის ფარგლებში, მოსწავლეები დაფიქრდნენ თავიანთ ციფრულ ჩვევებზე და გააცნობიერეს ისეთი საკითხები, როგორიცაა ფაბინგი და ნომოფობია. აღნიშნულ თემატიკაზე



გარკვეული საინფორმაციო მასალის გაცნობის შემდეგ, მოსწავლეებმა, პარტნიორი კლასების მოსწავლეებთან ერთად, განიხილეს „იდეალური“ ნეტიკეტი, ერთობლივად მოიფიქრეს თუ როგორ მოეზადებინათ პირველი ინფორმაცია პატივისცემაზე დამყარებული, პასუხისმგებლიანი და ჯანსაღი ონლაინკომუნიკაციის შესახებ. შემოთავაზებული იქნა პრაქტიკული რჩევები, მაგალითად, „დაანესეთ ტელეფონის გამოყენების დროითი ლიმიტი“, „სცადეთ ესაუბროთ ადამიანებს რეალურ ცხოვრებაში და არა ტელეფონის მეშვეობით“, „გათიშეთ შეტყობინებების ფუნქცია ადამიანებთან ურთიერთობისას“.

ინტერაქტიული სურათების შექმნა „არა-აგრესიული კომუნიკაციის მანიფესტის“ თემაზე: მეორე აქტივობის დანწყებად, მოსწავლეები გაეცნენ [არა-აგრესიული კომუნიკაციის მანიფესტს](#). ეს არის დოკუმენტი, რომელშიც მოცემულია ციფრულ სამყაროში მოქმედების წესები (მაგალითად, „შენ ხარ ის, რასაც კომუნიცირებ“ ან „მოუსმინე, სანამ ისაუბრებ“). ამის შემდეგ, მოსწავლეებს,

საერთაშორისო გუნდებში, სთხოვეს ფოკუსირება მოეხდინათ მანიფესტის ერთ რომელიმე პუნქტზე და მასზე დაყრდნობით შეექმნათ კრეატიული, ინტერაქტიული გამოსახულება. საბოლოო ნამუშევარში, მოსწავლეებს ასევე უნდა ჩაერთოთ მოკლე ვიდეორგოლი (ინგლისურ ენაზე), რამდენიმე განმარტებითი წინადადება, რამდენიმე გამოსახულება და მკაფიო მითითება იმ კონკრეტულ პუნქტთან დაკავშირებით, რომელიც აირჩიეს მანიფესტის წესებიდან. მოსწავლეებმა ყურადღება გაამახვილეს ისეთ პუნქტებზე, როგორიცაა „გააზიარე ზრუნვით“ ან „ვირტუალური სამყარო რეალურია“ და დაუკავშირეს ეს ცნებები მნიშვნელოვან და ეფექტურ გამოსახულებებსა და სიმბოლოებს.

მოტივაციური ვიდეო რგოლი/პრეზენტაცია ციფრული დეტოქსიკაციის შესახებ: მოსწავლეებს სთხოვეს თანატოლებთან ერთად მოეხდინათ რეფლექსია მოზარდების ონლაინცევაზე, ამავედროულად მოეფიქრებინათ რჩევები ეკრანდამოკიდებულების პრობლემის პრევენციისა და მოგვარების გზების შესახებ. ამ მიზნით, მოსწავლეებმა შექმნეს ვიდეორგოლები და პრეზენტაციები, სადაც ისაუბრეს პრობლემებზე, რასაც ინტერნეტისივრცეში დიდი დროის გატარება იწვევს და თანატოლებს გაუზიარეს რჩევები



ონლაინკომუნიკაციის პატივისცემაზე დამყარებული, პასუხისმგებლიანი და ჯანსაღი გამოყენების შესახებ. ზოგიერთმა ჯგუფმა შექმნა ვიდეო, [ციფრული დეტოქსიკაციის საკვანძო რჩევების](#) მითითებით, სხვებმა წარმოადგინეს თავიანთი ნამუშევრები ინტერაქტიული [ონლაინინტერვიუების](#) სახით, ხოლო ზოგიერთმა მოსწავლემ კი მოამზადა ორიგინალური პრეზენტაციები პასუხისმგებლიანი ციფრული ჩვევების შესახებ.

ზემოთ აღწერილი სამი აქტივობის შემდეგ, გონებრივი შტურმის ტექნიკის მეშვეობით, გაიმართა კოლექტიური რეფლექსირება ციფრული დეტოქსიკაციის შესახებ, ასევე შეიქმნა მიმები აღნიშნულ თემასთან დაკავშირებით და ონლაინ ერთობლივი პრეზენტაციები იმის თაობაზე, თუ როგორ შეუძლიათ მოსწავლეებს გაიუმჯობესონ სოციალური და ემოციური კეთილდღეობა ყოველდღიურ ცხოვრებაში ციფრული მონყობილობების პატივისცემაზე დამყარებული და პასუხისმგებლიანი გამოყენებით. მოსწავლეების შედეგები გამოქვეყნდა [პროექტის 3D შოურუმში](#).

პროექტი ბედნიერება: იყავი აქტიური, იყავი ჩართული!

ასაკობრივი კატეგორია: საწყისი პროფესიული განათლება და გადამზადება (IVET)

მონაწილე ქვეყნები: პოლონეთი, მოლდოვა, რუმინეთი, თურქეთი

საგნები: მოქალაქეობა, კროსკურიკულური საგნები, დიზაინი და



ტექნოლოგია, გარემოს დაცვა, ეთიკა, უცხო ენები, ჯანდაცვა, ინფორმაცია/ისტ, მედიაგანათლება, ფიზიკური განათლება, ფსიქოლოგია, ტექნოლოგიები

ხანგრძლივობა: 5 თვე

ბმული პროექტის გვერდზე: <https://school-education.ec.europa.eu/en/networking/projects/132801>

პროექტის შესახებ

პროექტი ემსახურებოდა ცნობიერების ამაღლებას იმის შესახებ, თუ როგორ შეექმნათ „ბედნიერებით“ სავსე გარემო IVET-ის მოსწავლეებისთვის, ასევე როგორ უზრუნველყოთ ყველა ადამიანისთვის ჯანსაღი, პროდუქტიული, შემოქმედებითი და პასუხისმგებლიანი ცხოვრება. ოთხი სხვადასხვა ქვეყნის წარმომადგენელი მოსწავლეები კონცენტრირდნენ შემდეგ თემაზე: „როგორ ვიცხოვროთ უფრო ბედნიერად დღევანდელ ეპოქაში?“ და განიხილეს პირადი ბედნიერების კონცეფცია, მათ უშუალო გარემოსთან (ოჯახი, მეგობრები, საზოგადოება) და ბუნებრივ გარემოსთან ან პლანეტასთან მიმართებაში.

მოსწავლეებმა აიმაღლეს ცნობიერება ტექნოლოგიებზე დამოკიდებულების შესახებ და განივითარეს სათანადო კოგნიტური და ფიზიკური კეთილდღეობის ჩვევები, ასევე ემპათია სხვა ადამიანების მიმართ. პროექტში განსაკუთრებით აქცენტირებული იყო ემოციური კეთილდღეობა მოსწავლეების წასახალისებლად, რათა ისინი ჩაერთონ საკუთარ სოციალურ და ფიზიკურ გარემოში, გაუმჯობესონ საკუთარი თემის ზოგადი კეთილდღეობა და ეფექტურად მართონ საკუთარი ემოციები და ქცევები. აღნიშნული მოიცავდა რეალისტურ თვითშეფასებას, ავტონომიის განვითარებას, სტრესის დაძლევის სტრატეგიებსა და სხეულზე ზოგადი ზრუნვის შენარჩუნებას ყოველდღიური ცხოვრებისეული მოთხოვნების დაკმაყოფილების პარალელურად.

„პროექტი ბედნიერება ჩემთვის აღმოჩნდა მალამო, ჩემი ცხოვრების ძალიან კრიტიკულ მომენტში მიღებული იარების მოსაშუშებლად. პროექტის ფარგლებში დაგეგმილი აქტივობების დამსახურებით, აღმოვაჩინე ახალი გზები, თუ როგორ გავაბედნიერო და ფსიქიკურად გავაჯანსაღო საკუთარი თავი და გარშემოცოფები. ასევე ძალიან გამიხარდა სხვადასხვა ქვეყნებში მცხოვრებ ადამიანებთან დამეგობრება.“ მერალ ერგუნი, მასწავლებელი, თურქეთი.

თანამშრომლობა და პროექტის შედეგები

მოსწავლეებმა მონაწილეობა მიიღეს რამდენიმე ერთობლივ აქტივობაში და შექმნეს [ერთობლივი ნამუშევრები](#).

აკროსტიკული ლექსი ბედნიერებაზე: ამ აქტივობის ფარგლებში, მოსწავლეებმა გაანალიზეს „ბედნიერების“ არსი და დაწერეს ამ სიტყვის აკროსტიკული ვერსია. ნაშრომები შეიკრიბა ლექსის სახით, რომელშიც საზგასმით იქნა აღნიშნული კეთილდღეობასთან დაკავშირებული აუცილებელი ნაბიჯები. მაგალითად, მოლდოვურმა სკოლამ დაწერა: „*მუდამ გქონდეს მიზანი, რომელიც გამყარებული იქნება მტკიცე და პოზიტიური დამოკიდებულებით და შენს მიერ არჩეული კარიერის მიმართ ენთუზიაზმით, რომელსაც ასაზრდოებს ანლოზელი ადამიანების სიყვარული და მხარდაჭერა. არასოდეს მიიღო ცხოვრება ავტომატურ მოცემულობად, ერთგულად ემსახურე სხვა ადამიანებს, რითიც გააუმჯობესებ შენს გარშემო არსებულ სამყაროს*“. ამ აქტივობით, მოსწავლეებს საშუალება ჰქონდათ ეფიქრათ იმ ასპექტებზე,



რაც განაპირობებს ბედნიერ ცხოვრებას, უკეთეს წარმოსახვასა და კრეატიულობას. იდეები მოსწავლეებმა აკროსტიკებად ჩამოაყალიბეს.

პროექტი გასცდა ბედნიერების პიროვნულ დონეზე გაანალიზებას, ვინაიდან მოსწავლეები დაფიქრდნენ, თუ რა შეიძლება გაკეთდეს ჩვენი პლანეტის და სოციალური გარემოს გასაუმჯობესებლად. მოსწავლეებმა მოახდინეს რეფლექსირება და განიხილეს [გაეროს მდგრადი განვითარების მიზნები](#). ოთხ სხვადასხვა ეროვნულ გუნდში, მოსწავლეები ფოკუსირდნენ პლანეტის სიჯანსაღისთვის საჭირო კონკრეტულ ასპექტებზე, კერძოდ:

კლიმატის პრობლემების მოგვარება:

ერთი ჯგუფი ფოკუსირდა კლიმატის ცვლილებასა და გლობალურ დათბობაზე, ამასთან, სპეციალური [პადლეტის](#) შევსებისას, მოსწავლეები შეეცადნენ ერთობლივად გაცათ პასუხი კითხვაზე „რა შეგვიძლია გავაკეთოთ უკეთესი სამყაროს შესაქმნელად?“. მოსწავლეებმა მოიფიქრეს ღონისძიებები, რომელთა მეშვეობით შესაძლებელია კლიმატის ცვლილების შეჩერება, მაგალითად, „ხეების დარგვა“, „ადამიანების ჩართვა გარემოს შენარჩუნების პროცესში“ ან „პირადი ავტომობილების გამოყენების შემცირება“. ამ აქტივობის დამსახურებით, მოსწავლეები უფრო მეტად გაითვითცნობიერდნენ გარემოსდაცვით საკითხებში და ერთობლივად მოახდინეს რეფლექსირება იმაზე, თუ როგორ უნდა იზრუნონ პლანეტაზე და საზოგადოებაზე.

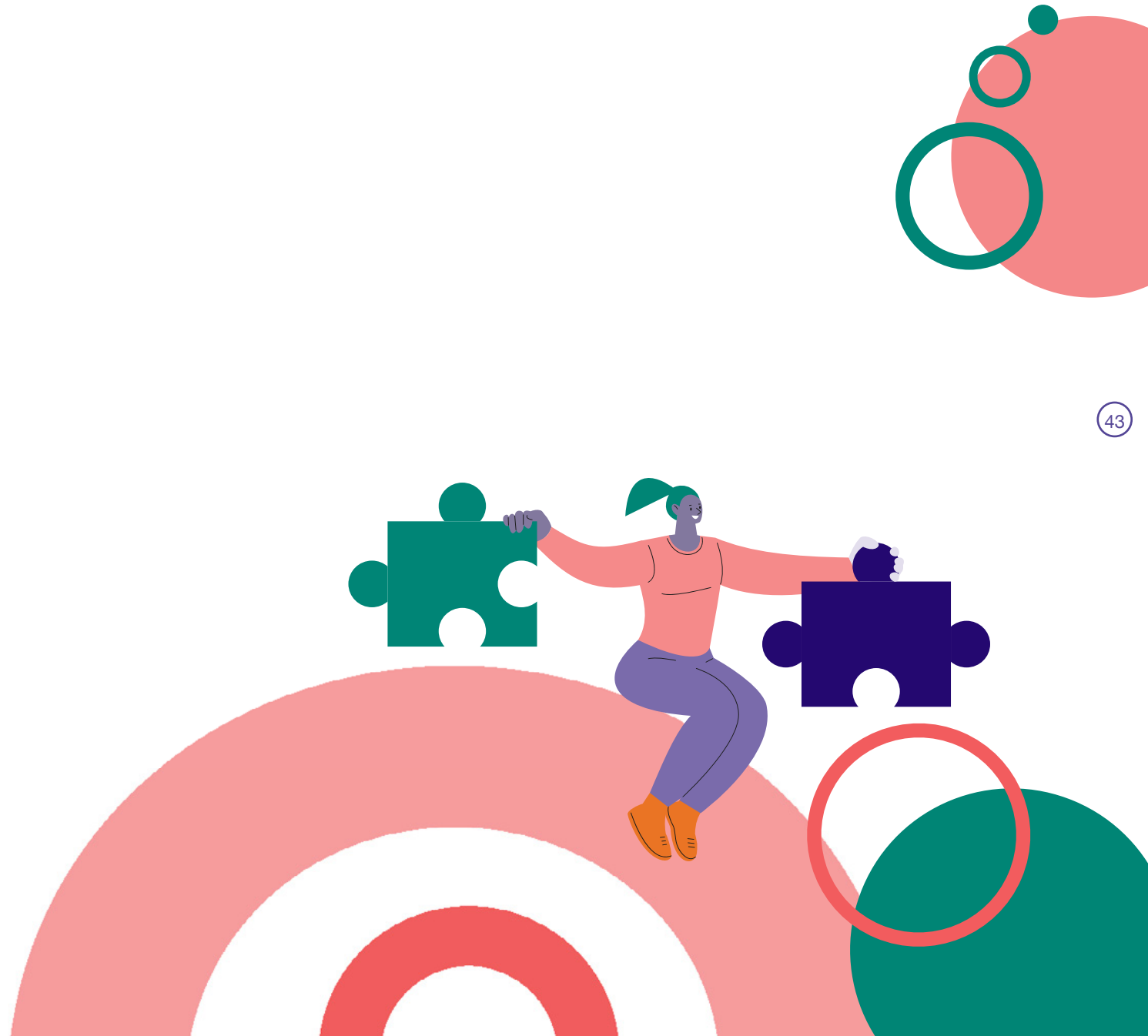
კერძოდ, მოსწავლეებმა შეისწავლეს კავშირი კეთილდღეობასა და მდგრადობას შორის, რადგან ის რაც ჩვენ გვადარდებს, მჭიდრო კავშირშია იმ გარემოსთან, რომელშიაც ვცხოვრობთ.

ხელმისაწვდომი და სუფთა ენერგია და მდგრადი ქალაქები: მეორე შერეულმა გუნდმა იმუშავა მწვანე ენერგიის, მდგრადი ქალაქებისა და საზოგადოებების მოდელის თემატიკაზე. ამ მიზნით, მოსწავლეებმა, მდგრადი განვითარების თემის განხილვისას, შეისწავლეს რამდენიმე მნიშვნელოვანი კონცეფცია და შექმნეს ინფოგრაფიკა. აქტივობის მეორე ეტაპზე, გაგრძელდა რეფლექსირება იმაზე, თუ რამდენად მჭიდროდ უკავშირდება კეთილდღეობა ჩვენი პლანეტის ჯანმრთელობას. მოსწავლეებმა შეიტყვეს, თუ რა წვლილის შეტანა შეუძლიათ მდგრად ქალაქებს „ბედნიერი“ საზოგადოების შექმნის პროცესში.

შეამცირე/ხელახლა გამოიყენე და გადაამუშავე უკეთესი სამყაროსთვის:

მესამე ჯგუფი ფოკუსირდა პასუხისმგებლიან მოხმარებასა და წარმოების შემცირებაზე, პარალელურად კი შექმნა ერთობლივი [პადლეტი](#), სადაც მოსწავლეებმა ერთმანეთს გაუზიარეს, თუ რას ნიშნავს შემცირება, გადამუშავება და ხელახლა გამოყენება ყოველდღიურ ცხოვრებაში. პადლეტის კონკრეტულ განყოფილებაში, მოსწავლეებს შეუძლიათ აეტიკონათ აღნიშნულ ცნებებთან დაკავშირებული, მათ მიერ გადაღებული ფოტოები. მაგალითად, თურქულმა სკოლამ მონაწილეებს გაუზიარა ვიდეო, თუ როგორ შექმნეს ჩიტებისთვის სახლები

გადამუშავებული მასალებისგან.
 აღნიშნული აქტივობის ფარგლებში,
 მოსწავლეებს ჰქონდათ ეფექტური
 გუნდური მუშაობის შესაძლებლობა.
 უფრო მეტიც, აქტივობამ განუვითარა
 მონაწილეებს ემპათია და პატივისცემა
 სხვა ადამიანების და გარემოს
 მიმართ, ამასთან, ბავშვები მუდმივად
 ესაუბრებოდნენ ერთმანეთს იმის
 შესახებ, თუ რას შეიძლება ნიშნავდეს
 ერთი და იგივე რამ სხვადასხვა
 ადამიანებისთვის.



მასწავლებლების ისტორიები კეთილდღეობის თემასთან დაკავშირებით

სხვადასხვა საგანმანათლებლო საფეხურზე, იქნება ეს სკოლამდელი, დაწყებითი, საშუალო თუ IVET, პედაგოგები ხელმძღვანელობენ ჰოლისტური მიდგომებით, რათა გააუმჯობესონ როგორც მოსწავლეთა, ასევე საკუთარი კეთილდღეობა. მრავალფეროვანი სტრატეგიების გამოყენებით, პედაგოგები უმკლავდებიან ფიზიკურ, მენტალურ და ემოციურ პრობლემებს, თავს ართმევენ გამოწვევებს გამძლეობითა და კრეატიულობით. ისინი აერთიანებენ მშობლებს და საზოგადოებას, რათა ერთად შექმნან ინკლუზიური და მხარდაჭერი სასწავლო გარემო. eTwinning-ში მონაწილეობა ხელს უწყობს მოსწავლეთა და ზოგჯერ მასწავლებლების კეთილდღეობასაც კი. ქვემოთ გაცნობით eTwinning-ის ექვსი მასწავლებლის ისტორიას, რომლებიც გვიზიარებენ საკუთარ გამოცდილებას და იდეებს, თუ როგორ გააუმჯობესოთ კეთილდღეობა საგანმანათლებლო გარემოში და eTwinning-ის პროექტებში.

კრისტინ-ტეელე საცი – Tallinna Lasteaed Pääsusiilm, ესტონეთი

კრისტინ ტეელე საცი საბავშვო ბაღის მასწავლებელია, ესტონეთის ქალაქ ტალინში მდებარე, ერთ-ერთი სკოლამდელი აღზრდის დაწესებულებაში. კრისტინი ათი წელია პედაგოგიურ მოღვაწეობას ეწევა, ხოლო

სულ ახლახანს, მმართველი გუნდის წევრადაც აირჩიეს. სკოლამდელ დაწესებულებას ჰყავს 12 ჯგუფი და 49 პედაგოგი. კრისტინის სკოლამდელი დაწესებულება ემსახურება ერთნახევარი წლიდან შვიდ წლამდე ასაკის მოსწავლეებს. ესტონეთის კანონმდებლობით, დაწყებით სკოლაში ბავშვები შვიდი წლის ასაკში მიდიან, საბავშვო ბაღის სასწავლო პროგრამა კი მოიცავს წერა-კითხვის და არითმეტიკის სწავლებას.

2023 წელს, კრისტინის სკოლას eTwinning-ის სკოლის ნიშანი მიენიჭა, ხოლო 6 მასწავლებელი eTwinning-ის პროექტებში ჩაერთო. მასწავლებლები პროექტებს ახორციელებენ როგორც უფროსი, ასევე უმცროსი ასაკის ბავშვებთან, მაგალითად, პროექტი ემოციების შესახებ, შესრულდა ორი წლის ასაკის ბავშვებთან. ყველაფერი კეთდება იმისთვის, რომ სასწავლო პროცესი იყოს სახალისო და ბავშვებს განვითარებაში დაეხმაროს.

ფიზიკური კეთილდღეობა

კრისტინის სკოლამდელი დაწესებულება უდიდეს ყურადღებას უთმობს როგორც მოსწავლეების, ასევე მასწავლებლების ფიზიკურ კეთილდღეობას. სკოლა ხელმძღვანელობს პროგრამით „ჯანსაღი საბავშვო ბაღი“, რომელშიც ხაზგასმულია არა მხოლოდ ფიზიკური ჯანმრთელობის, არამედ



ასევე ფსიქიკური კეთილდღეობის უზრუნველყოფის მნიშვნელობა. მასწავლებელთა მოტივირებული გუნდი მართავს სხვადასხვა აქტივობებს, სასკოლო საზოგადოებაში ჯანსაღი ჩვევების პოპულარიზაციის მიზნით. ერთ-ერთი ინიციატივა, ნაბიჯების დათვლის ჩელენჯით უწყობს ხელს ფიზიკურ აქტივობას, რაც ამოტივირებს მოსწავლეებსა და მასწავლებლებს იყვნენ მუდამ ფიზიკურად აქტიურები. ამ ყოველთვიური ჩელენჯის მიზანია, სკოლაში ან სამსახურში ფეხით სიარულის ნახალისება, რაც ფიზიკური აქტივობის კულტურის დანერგვის სანინდარია. გარდა ამისა, მშობლები ჩართულები არიან ინიციატივაში სახელწოდებით „იარე შენი ჯანმრთელობისთვის“, რომლის ფარგლებშიც ისინი მონაწილეობას იღებენ სახალისო აქტივობაში, რაც სამ კილომეტრამდე სიგრძის მონაკვეთის გავლას გულისხმობს, რითიც პოპულარიზაციას უწევს ფიზიკურ აქტივობას, სანაცვლოდ კი ჯილდოდებიან, მაგალითად, ვაშლებით.

ჯანსაღი კვებითი ჩვევების დანერგვის მიზნით, სკოლამ საკლასო ოთახები აღჭურვა სამზარეულოს აქსესუარებით,

მაგალითად, ბლენდერი, სმუზ-მეიკერი და სხვა, რაც ბავშვებს საშუალებას აძლევთ დამოუკიდებლად მოამზადონ ჯანსაღი კერძები. კულინარიული გაკვეთილები არა მხოლოდ ხელს უწყობს ხილისა და ბოსტნეულის მირთმევის პოპულარიზაციას, არამედ ასევე ეხმარება მოსწავლეებს თვითონ მოამზადონ ჯანსაღი საკვები. ზოგიერთი აქტივობა, როგორიცაა ფერადი სმუზის და ფერადი ბოსტნეულით საკვების მომზადება ფერადი პროექტის ფარგლებში, eTwinning-ის პროექტების ნაწილია.

ფიზიკური აღზრდა ინტეგრირებულია კურიკულუმში კვირაში ორი გაკვეთილის სახით, აქედან ერთი ტარდება შენობაში, ხოლო მეორე გარე სივრცეში. სკოლას აქვს საცურაო აუზი, სადაც ყველა ჯგუფს, სამი წლის ასაკიდან, კვირაში ერთხელ უტარდება ცურვის გაკვეთილი. სკოლა აწყობს ზამთრის ოლიმპიურ თამაშებს და მინიოლიმპიურ თამაშებს



რაიონში მდებარე სხვა სკოლებთან თანამშრომლობით, ასევე აღინიშნება სპორტული კვირეულები - ყოველი სასკოლო დღე იწყება სხვადასხვა ვარჯიშით ღია ცის ქვეშ.

მასწავლებლებისთვის, სამედიცინო გუნდი აწყობს ღონისძიებებს, როგორიცაა ცეკვის გაკვეთილები და ბუნებაში გასვლები, რომელთა მიზანია მასწავლებლების ფიზიკური კეთილდღეობის პრიორიტეტიზაცია.

საგაკვეთილო აქტივობებში ინტეგრირებულია მოკლე შესვენებები, რა დროსაც მოსწავლეებს საშუალება აქვთ გააკეთონ განულები ან მოკლე საცეკვაო მოძრაობები. ვინაიდან გარე სივრცეში თამაში ყოველდღიურ რიტუალს წარმოადგენს, მოსწავლეებს აქვთ სირბილისა და თამაშის შესაძლებლობა, რაც ეფექტურად აბალანსებს აქტიურ სასწავლო პროცესსა და ეკრანთან გატარებულ დროს.

მიუხედავად იმისა, რომ eTwinning ძირითადად გულისხმობს ონლაინთანამშრომლობას, კრისტინის სკოლა ცდილობს მინიმუმამდე დაიყვანოს ეკრანთან გატარებული დრო სკოლამდელი ასაკის ბავშვების შემთხვევაში. ონლაინშეხვედრები და აქტივობები შერწყმულია ფიზიკურ ვარჯიშთან, მაგალითად იოგა ან ცეკვა, რაც სასწავლო პროცესს უფრო მიმზიდველს ხდის და ამავე დროს, ხელს უწყობს ფიზიკური აქტივობის პოპულარიზაციას. კრისტინმა აღნიშნა, „სკოლამდელ დაწესებულებაში ბავშვებს ბუნებრივად ესაჭიროებათ მოძრაობა, რადგან მათ არ შეუძლიათ

ერთ ადგილას დიდხანს უმოძრაოდ გაჩერება, ამიტომ, ჩვენი ერთობლივი eTwinning თანამშრომლობა მოიცავს უამრავ ფიზიკურად აქტიურ სასწავლო აქტივობას“.

ფსიქოლოგიური და ემოციური კეთილდღეობა

კრისტინის სკოლამდელ დაწესებულებაში, პერსონალის წევრები ახორციელებენ მთელ რიგ ღონისძიებებს მოსწავლეთა გონებრივი და ემოციური კეთილდღეობისათვის. ისინი აცნობიერებენ, რომ მცირეწლოვანი ბავშვები ხშირად თავიანთ ემოციებს ღიად, ქცევებისა და მოქმედებების მეშვეობით გამოხატავენ. ამ ყველაფერთან გასამკლავებლად, სკოლამ დანერგა სხვადასხვა პროგრამა და პრაქტიკა, რომელთა მიზანია მოსწავლეთა ფსიქიკური და ემოციური ჯანმრთელობის გაუმჯობესება. ერთ-ერთი ამგვარი ინიციატივაა, ბულინგის პრევენციისთვის შექმნილი პროექტი **«არა ბულინგს»**, რომელშიც მკაფიოდაა ხაზგასმული ბავშვების ქცევის გაანალიზების აუცილებლობა და ნებისმიერი თანამდევი პრობლემის მოგვარება. რეგულარულად იმართება შეხვედრები მოსწავლეებთან, მათი ქცევებისა და ემოციების განსახილველად. ამ შეხვედრებზე, მოსწავლეებისთვის შექმნილია უსაფრთხო გარემო, რათა მათ ისაუბრონ საკუთარ ემოციებზე და ითხოვონ დახმარება.

ემოციური კეთილდღეობის პრინციპები სკოლას ინტეგრირებული აქვს ასევე eTwinning-ის პროექტებში. მასწავლებლები აქტიურად რთავენ

მოსწავლეებს საპროექტო დისკუსიებში, სადაც მათ საშუალება აქვთ გამოხატონ თავიანთი იდეები და სურვილები. ამგვარი ინკლუზიური მიდგომის დახმარებით, მოსწავლეები ხედავენ, რომ მათ აფასებენ და უსმენენ, რაც საბოლოო ჯამში, სასიკეთოდ აისახება მათ კეთილდღეობაზე.

ფსიქიკური კეთილდღეობის ხელშეწყობის გარდა, სკოლა პრიორიტეტულ მნიშვნელობას ანიჭებს ემოციურ კეთილდღეობას და მოსწავლეებს სთავაზობს „მაინდფულნესის“ და სხვადასხვა სარელაქსაციო აქტივობებსა და პრაქტიკებს, რათა დაეხმაროს ბავშვებს ემოციების მართვაში. ზოგიერთი მასწავლებელი ატარებს მედიტაციის სეანსებს, მშვიდი მუსიკის თანხლებით, რომლის დროსაც მოსწავლეებს საშუალება აქვთ მოუსმინონ საკუთარ სხეულს და ფოკუსირდნენ სუნთქვაზე. სხვები კი მოსწავლეებს სთავაზობენ „სიმშვიდის წუთებს“, რომლის ფარგლებშიც ბავშვები წვებიან იატაკზე და კონცენტრირებას ახდენენ სუნთქვაზე, რაც მათ დამშვიდებაში და ენერგიის აღდგენაში ეხმარება.

მოსწავლეთა ემოციური კეთილდღეობის დამატებითი მხარდაჭერისთვის, მასწავლებლები იყენებენ პრაქტიკულ მეთოდს, სახელწოდებით „სიხარულის და დარდების ტომარა“. მოსწავლეები ფურცელზე წერენ თავიანთი წუხილს ან დარდს და ათავსებენ ტომარაში. ჯგუფური შეხვედრების დროს, მოსწავლეები თანატოლებს უზიარებენ თავიანთი წუხილებს და სიხარულს, რაც ავითარებს მხარდაჭერისა და ემპათიის

უნარს საკლასო თემში. კრისტინის თქმით, "ეს მართლაც აუცილებელია, რადგან მოსწავლეები სწავლობენ, თუ როგორ დაეხმარონ ერთმანეთს. არ აქვს მნიშვნელობა დიდა თუ პატარა წუხილი, ის მნიშვნელოვანია და ყველას შეუძლია დახმარების შეთავაზება. **eTwinning-ის პროექტებში მონაწილეობისას, მოსწავლეები ასევე აცნობიერებენ, რომ სხვა ქვეყნებში მცხოვრებ ბავშვებსაც მათნაირი პრობლემები აწუხებთ და მსგავსი რაღაცეები ახდენიერებთ**".

გარდა ამისა, სკოლა განსაკუთრებულ მნიშვნელობას ანიჭებს მასწავლებელთა ემოციური კეთილდღეობის გაუმჯობესებას. ყოველწლიურად ტარდება ემოციური კეთილდღეობის გამოკითხვა, რაც მასწავლებლებს საშუალებას აძლევს მიიღონ უკუკავშირი და მხარდაჭერა. დირექტორთან პირისპირ გასაუბრებისას, მასწავლებლებისთვის უზრუნველყოფილია კონფიდენციალური სივრცე, სადაც განიხილება წებისმიერი პრობლემა ან საკითხი, რაც მასწავლებლებს აწუხებთ.

eTwinning-ის პროექტებში მონაწილეობით, გაუმჯობესდა პედაგოგებს შორის თანამშრომლობა, შეიქმნა მხარდამჭერი გარემო, სადაც მათ შეუძლიათ ერთმანეთს გაუზიარონ ცოდნა და რესურსები. ამგვარი თანამშრომლობითი მიდგომა ხელს უწყობს ღია კომუნიკაციისა და თემის წევრობის შეგრძნების დამკვიდრებას თანამშრომლებს შორის. სკოლამ ასევე დანერგა გუნდური მიდგომა მასწავლებლების

კეთილდღეობის გასაუმჯობესებლად. მასწავლებლები ხშირად იკრიბებიან იდეებისა და წარმატებული მეთოდების გაზიარების მიზნით. ეს მათ საშუალებას აძლევს მთელს სკოლაში დანერგონ კეთილდღეობის ხელშეწყობის აქტივობები.

ETWINNING-ის პროექტები და კეთილდღეობა

კეთილდღეობის თემაზე ფოკუსირებულ პროექტზე, „შენ გრძნობ... მე ვგრძნობ!“ რეფლექსირებისას, კრისტინმა აღტაცებით ისაუბრა იმ ეფექტზე, რაც პროექტმა მოახდინა მცირეწლოვან ბავშვებზე, ემოციური ცნობიერებისა და გამოსატვის გაძლიერების კუთხით. ამ პროექტით, რომელიც საბავშვო ბაღის ორი წლის ასაკის ბავშვებისგან დაკომპლექტებულ ჯგუფში ჩატარდა, ხაზი გაესვა ემოციების ამოცნობისა და ემოციების გამოხატვის სწავლების მნიშვნელობას - ეს არის ფუნდამენტური უნარი, რომელიც კულტივირდება ბავშვ-ბაღის ეტაპიდან. პროექტის მნიშვნელოვან კომპონენტს წარმოადგენდა ყოველკვირეული კეთილდღეობისა და „მაინდფულნესის“ აქტივობების ჩატარება თითოეული პარტნიორის მიერ. აქტივობებმა, მათ



შორის მედიტაციამ, სიმშვიდის წუთებმა და იოგამ, მნიშვნელოვნად გააუმჯობესა ჯგუფში გუნდური მუშაობის უნარი და დადებითად იმოქმედა ბავშვების კეთილდღეობაზე. მეტიც, პროექტმა გააძლიერა მასწავლებლებს შორის თანამშრომლობითი კულტურა, რადგან მათ ერთმანეთს გაუზიარეს საკუთარი საქმიანობა და გაცვალეს იდეები. ამგვარი ერთობლივი მიდგომით, შესაძლებელი გახდა აქტივობების ინდივიდუალური კლასების დინამიკაზე მორგება, თუმცა იმავდროულად, მიღწეულ იქნა ემოციური კეთილდღეობის საერთო მიზნები. კრისტინმა ხაზი გაუსვა აქტივობების მრავალფეროვნებას, მაგალითად, აქტივობები გარე სივრცეში, თამაში საპნის ბუშტებით, და სხვა.

საერთო სასკოლო მიდგომა კეთილდღეობისადმი

კრისტინის საბავშვო ბაღი ასევე მონაწილეობს მეტაღეობის პროექტში, რომლის მიზანია ფიზიკური, მენტალური და ემოციური კეთილდღეობის ხელშეწყობა. სკოლამდელ დაწესებულებას აქვს პატარა ბაღი, სადაც ბავშვებს ბოსტნეული მოჰყავთ. იმის გამო, რომ თებერვალში ცივი ამინდებია, მცენარეებს შენობაში თესავენ, ხოლო მოგვიანებით კი, გარე სივრცეში გადააქვთ. ეს პროცესი ავითარებს მოთმინების უნარს, იმაზე



ხაზგასმით, რომ სასიკეთო საქმეების კეთებას დრო სჭირდება - ეს არის ჭეშმარიტად ღირებული გაკვეთილი დღევანდელ სწრაფად ცვალებად სამყაროში. მებაღეობა სენსორული აქტივობაა, უნერგავს რა ბავშვებს ბუნების სიყვარულს და უმცირებს შფოთვისას. სხვადასხვა ასაკობრივ ჯგუფებში, მოსწავლეები ჩართულები არიან სხვადასხვა სამებალო აქტივობაში. დედის დღის აღსანიშნად, უმცროსი ასაკის ბავშვები რგავენ ყვავილებს, უფროსკლასელები კი თავიანთ ინდივიდუალურ მიწის ნაკვეთებს უვლიან. კრისტინმა აღნიშნა: „როდესაც მოსწავლეებმა კარტოფილის მოსავალი იიღეს, მათ გადაწყვიტეს პროდუქტი საბავშვო ბაღში გამართულ საშემოდგომო ბაზრობაზე გაეყიდათ, ხოლო შემოსავალი კი ცხოველთა თავშესაფრისთვის გადაეცათ. ამ პრაქტიკულმა გამოცდილებამ ბავშვებს თანაგრძნობა ასწავლა და საზოგადოებრივი სულისკვეთება გაუძლიერა, ვინაიდან ბავშვებმა გააცნობიერეს როგორც მცენარეებზე, ასევე დაუცველ არსებებზე ზრუნვის მნიშვნელობა“.

ამელა ალიკ ერტილი – Volksschule Waltendorf-ის დანყებითი სკოლა, გრაცი, ავსტრია

ამელა ალიკ ერტილი წარმოშობით ხორვატიის ქალაქ, რიეკადანაა. მან კარიერა თეატრის მედლის პოზიციაზე მუშაობით დაიწყო, ზრუნავდა როგორც ზრდასრულებზე, ასევე ბავშვებზე. მოგვიანებით კი, სანამ საცხოვრებლად ლონდონში



გადავიდოდა და თამაშით თერაპიის შესწავლას შეუდგებოდა, ხორვატიაში მასწავლებლის მოსამზადებელი კურსები გაიარა. სხვადასხვა დანყებით სკოლაში თამაშებით თერაპევტის პოზიციაზე ორწლიანი მოღვაწეობის შემდეგ, ამჟამად, იგი 6-დან 10 წლამდე ასაკის ბავშვებს ასწავლის Volksschule Waltendorf-ის დანყებითი სკოლაში, ავსტრიის ქალაქ გრაცში. პედაგოგობის გარდა, იგი ხელმძღვანელობს eTwinning-ის და Erasmus+ პროექტებს, აკავშირებს თავის სკოლას მსოფლიოს სხვადასხვა ქვეყანაში მდებარე სკოლებთან, ხოლო ქალაქ გრაცში ინიცირებული IT-საპილოტე პროექტის მეშვეობით, ეხმარება თავის სკოლას ტექნოლოგიების საგაკვეთილო პროცესში დანერგვაში. Waltendorf-ის დანყებითი სკოლა Erasmus-ის მიერ აკრედიტებული eTwinning-ის სკოლაა, სადაც 6-დან 10 წლამდე ასაკის 306 მოსწავლე სწავლობს და 31 პედაგოგი და 20 არაპედაგოგი პერსონალი მუშაობს. სკოლა ფლობს „ეკოლოგიური სკოლის“ და კლიმატის ალიანსის სკოლის ტიტულს და მიზნად ისახავს მოსწავლეებში დანერგოს ჯანსაღი და აქტიური ცხოვრების წესი.



ფიზიკური კეთილდღეობა

სხვადასხვა ინიციატივისა და პროგრამის დახმარებით, სკოლა პრიორიტეტს ანიჭებს მოსწავლეების ფიზიკურ კარგად ყოფნას. მაგალითად, სკოლამ მონაწილეობა მიიღო Erasmus+ პროექტში, სახელწოდებით „ბედნიერი ბავშვები“, რომლის მიზანიც ფიზიკური აქტივობის ხელშეწყობაა კლასში ინტეგრირებული სწავლებისა და გაკვეთილების მეშვეობით. დამატებითი აქტივობები მოიცავს ფიზკულტურის გაკვეთილებს სამი და ოთხი წლის მოსწავლეებისთვის, მათთვის შუადღის საათებში სხვადასხვა აქტივობების შეთავაზებას, როგორიცაა ფეხბურთი, ბადმინტონი, იოგა და ცეკვა, ასევე პროექტის დღეების მოწყობას მთელი წლის განმავლობაში, მაგალითად, თხილამურებით სრიალი, ჩოგბურთი, კლდეზე ცოცვა და აერობიკა.

სამედიცინო სფეროს პროფესიონალებთან თანამშრომლობა, მათ შორის სკოლის ექიმთან და სტომატოლოგთან, უზრუნველყოფს ბავშვების ჯანმრთელობაზე ყოვლისმომცველ ზრუნვას და უნერგავს ბავშვებს ჯანსაღ ჩვევებს. გარდა ამისა, სკოლის სათამაშო მოედანზე იმართება გარე აქტივობები,

როგორიცაა ფეხბურთი, კლდეზე ცოცვა და კალათბურთი. მოსწავლეებში ჯანსაღი ჩვევების ჩანერგვის მიზნით, სასწავლო პროგრამაში ინტეგრირებულია ჯანდაცვის გაკვეთილები, რომლის ფარგლებშიც მოსწავლეებს შესაძლებლობა აქვთ მონაწილეობა მიიღონ პირველადი დახმარებისადმი მიძღვნილ ვორკშოპებში.

გარდა ამისა, ტარდება სხვადასხვა ტიპის მცირე შესვენებები ფიზიკური აქტივობისა და ჩართულობის ხელშესაწყობად როგორც შენობაში, ასევე გარე სივრცეში. სკოლის ვალდებულება გარემოსდაცვითი ცნობიერების გაუმჯობესების მიმართ მკაფიოდ ჩანს ისეთ გარემოსდაცვით აქტივობებში, როგორიცაა ქალაქში ფეხით გასეირნება, ასევე ინიციატივებში, მაგალითად, „Autofasten“, რომელიც პოპულარიზაციას უწევს მდგრადი ტრანსპორტერების იდეას. მოსწავლეებს ყოველდღე გადაეცემათ ფოთლის ფორმის სტიკერები, რომლებიც ხეებზე უნდა მიაკრან სკოლისკენ გზაზე ფეხით, სკუტერით, ველოსიპედით ან საზოგადოებრივი ტრანსპორტით გადაადგილებისას. როგორც ეკოლოგიაზე მზრუნველი დანესებულება, სკოლა აქტიურად მონაწილეობს გარე პროექტებში, მაგალითად „Frühlingsputz“ (საგაზაფხულო დასუფთავება), რომლის მიზანია გარემოს დაცვისა და გაუმჯობესების ხელშეწყობა.

ბოლო და არანაკლებ მნიშვნელოვანი, როდესაც ამინდი ამის საშუალებას იძლევა, მასწავლებლები სკოლის სათამაშო მოედანს გაკვეთილების ღია სივრცეში ჩასატარებლად იყენებენ,

ანუ სივრცედ, რომელიც ხელს უწყობს ინტერაქტიულ სწავლებას და მოსწავლეების აქტიურ ურთიერთობას ბუნებრივ გარემოსთან.

ამელას თქმით, „მნიშვნელოვანია ეკრანთან გატარებული დროისა და აქტიური სწავლების დაბალანსება“. ETwinning-ის პროექტები დაწყებითი სკოლის საკლასო ოთახებს მეტ ხალხის მატებს. მაგალითად, ერთ-ერთ პროექტში, ორი ჯგუფი ერთობლივად მონაწილეობდა: ერთი კლასი იკვლევდა და წარადგენდა მონაცემებს ონლაინრეჟიმში, ხოლო მეორე ასრულებდა პრაქტიკულ ამოცანებს, როგორცაა ვიდეორგოლის მომზადება და ნამცხვრის გამოცხობა. ამგვარი პროექტები აძლიერებს გუნდურობას და თავდაჯერებულობას, ამასთანავე, ეკრანების მიღმა სწავლებას სახალისო თავგადასავლად აქცევს.

ETwinning-ის პროექტის, „ბედნიერი ბავშვების“ აქტივობების დამსახურებით, პედაგოგებმა ისწავლეს, თუ როგორ შეიტანონ აქტიური ფიზიკური შესვენებები საკლასო ყოველდღიურობაში. მასწავლებლები, ვორკშოპებში მონაწილეობით, იუმჯობესებენ კეთილდღეობას და საჭიროების შემთხვევაში, იღებენ დახმარებას ფასილიტატორებისგან და მრჩეველებისგან.

ემოციური კეთილდღეობა

სკოლის ვებგვერდზე აღნიშნულია, რომ სკოლაში დიდი ყურადღება ეთმობა ემოციონალურ განათლებას. ეს გულისხმობს მოსწავლეების დახმარებას, რათა მათ გაიძლიერონ მედეგობა, შეიყვარონ საკუთარი თავი,



გაუმკლავდნენ ემოციებს, შეიგრძნონ საკუთარი სხეული და განივითარონ სოციალური უნარები.

სკოლაში ტარდება მთელი რიგი აქტივობები, რომელთა მიზანია მოსწავლეთა ემოციური კეთილდღეობის განვითარება. ერთ-ერთი მასწავლებელი მოსწავლეებს სთავაზობს სემინარებს თავისი განვითარებული თერაპიული ძალების, ემისა და ნილას, მონაწილეობით. აღნიშნული ვორკშოპი არა მხოლოდ ხელს უწყობს აქტიურ სწავლებას, არამედ აძლიერებს სკოლისადმი კმაყოფილებას, მოსწავლეთა თავდაჯერებულობის გაუმჯობესების გზით.

გარდა ამისა, მოსწავლეებს საშუალება აქვთ მონაწილეობა მიიღონ კლასიკურ „jeux dramatiques“ სემინარებში, სადაც მათ შეუძლიათ საკუთარ თავში აღმოაჩინონ და განივითარონ შემოქმედებითობა. ვორკშოპის მონაწილეებს ეძლევათ სრული თავისუფლება აირჩიონ როლები, განასახიერონ პერსონაჟები

მოდრაობებით, ასევე მონაწილეობა მიიღონ უსაფრთხო გარემოში გამართულ რეფლექსიურ დისკუსიებში თავიანთი ემოციებისა და გამოცდილების შესასწავლად.

სკოლა ასევე ჩართულია ქალაქ გრაციის განათლებისა და ინტეგრაციის დეპარტამენტის, ასევე ახალგაზრდობისა და ოჯახის საკითხების სამსახურის მიერ ორგანიზებულ კამპანიაში, სახელწოდებით „Ich hab' Mut“ (მე გამბედაობა მაქვს), რომელიც მოუწოდებს ბავშვებს ისაუბრონ ძალადობაზე, რომელიც შესაძლოა თავად განიცადეს ან საკუთარი თვალით ნახეს. ამ ყველაფრის მიზანია გრაციის ყველა მაცხოვრებლის სენსიბილიზაცია ბავშვთა დაცვის მიმართ. კამპანიის ფარგლებში, დაწყებითი საფეხურის მესამე კლასის ბავშვებს მასწავლებელი გადასცემს რბილ სათამაშოს, ანუ „ნამხალისებულს“. ამ პატარა სათამაშოს დახმარებით, ბავშვები საუბრობენ თავიანთ პრობლემებზე, უმკლავდებიან სევდას, ხმას იმადლებენ უსამართლობის წინააღმდეგ და საუბრობენ იმ ყველაფერზე, რაზეც მანამდე ვერასდროს ლაპარაკობდნენ. ამ არაჩვეულებრივი საშუალებით, ზრდასრულებს ეძლევათ შესაძლებლობა დაუახლოვდნენ ბავშვებს, რათა ბავშვებმა მონახონ საკუთარ თავში ძალა და ისაუბრონ თავიანთ შფოთვებზე და შიშებზე.

ETwinning-ის პროექტები მნიშვნელოვან როლს თამაშობს მოსწავლეთა ემოციური კეთილდღეობის გაუმჯობესებაში. პროექტები მოითხოვს მოსწავლეთა მხრიდან თანამშრომლობას, რაც აუმჯობესებს გუნდურობას და იდეების გაზიარებას. მოსწავლეები

არ არიან გარშემორტყმული ეკრანებით, არამედ ხშირად გადიან სკოლაში ინტერვიუს ჩასატარებლად, ფოტოების გადასაღებად და რეალურ სამყაროში მონაწილეობის მისაღებად. ამელამ აღნიშნა, „ამ პროექტების განსაკუთრებულ ღირსებად მიმაჩნია ის, რომ მოსწავლეებს უნვითარდებათ თავდაჯერებულობა, რომ დასვან კითხვები და აქტიურად შევიდნენ თანატოლებთან ინტერაქციაში. ტრადიციულ საკლასო ოთახში, მოსწავლეებს შეიძლება არ სურდეთ ან ძალიან თავშეკავებულად ჩაერთონ აქტივობებში, მაშინ როცა eTwinning-ის პროექტების დინამიურ გარემოში, ისინი არასდროს უშვებენ ხელიდან შესაძლებლობას წარმოაჩინონ საკუთარი ნამუშევრები და გაუზიარონ ერთმანეთს გამოცდილება, რადგან აქტივობებში მათი მონაწილეობა ბუნებრივად ხდება, რისთვისაც მათ საკმარისი შინაგანი მოტივაცია აქვთ. ამასთან, აცნობიერებენ, რომ მათ ნამუშევრებს სხვა სკოლების მოსწავლეებიც ხედავენ. ETwinning-ის პროექტები არ ემხრობა ეკრანთან პასიური დროის გატარებას, შესაბამისად, ჩვენც მთელი სულით და გულით მხარს ვუჭერთ სწავლისადმი დინამიურ მიდგომას“.



ფსიქოლოგიური კეთილდღეობა

მოსწავლეების ფსიქოლოგიური მდგომარეობის იდენტიფიცირებისათვის, საჭიროა ბავშვების წახალისება, რომ მათ, სასკოლო დღის დაწყებამდე, ისაუბრონ საკუთარ პრობლემებზე, ჩაერთონ ღია დისკუსიებში დღის განმავლობაში, აგრეთვე აუცილებელია სხვადასხვა პრაქტიკების, მაგალითად, საკლასო საბჭოს, შექმნა და მიღწევების აღიარება. მოსწავლეთა კეთილდღეობის საწინდარს წარმოადგენს სკოლაში საბავშვო წიგნების მეშვეობით სხვადასხვა თემების შესწავლა და ფსიქიკური ჯანმრთელობის პროფესიონალური დახმარების მიღების შესაძლებლობა, როგორიცაა კონსულტაცია და ფსიქოლოგის დახმარება.

მოსწავლის ფსიქოლოგიური კეთილდღეობის ხელშეწყობის მიმართულებით, eTwinning-ის სამყაროს, ამელას აზრით, ორი საკვანძო ფაქტორი გამოარჩევს. ერთი არის ცნობისმოყვარეობა და ჩართულობა: **eTwinning-ის თანამშრომლობითი პროექტების მეშვეობით, მოსწავლეებს უნვითარდებათ ცნობისმოყვარეობა, რადგან ისინი ეცნობიან სხვადასხვა კულტურებს, ენებსა და პერსპექტივებს.** ცნობისმოყვარეობა უბიძგებს მოსწავლეებს დასვან კითხვები, მოიძიონ პასუხები და აქტიურად ჩაერთონ სასწავლო პროცესში. ახალი იდეებისა და ცნებების კვლევისას, მოსწავლეები გამოხატავენ გაკვირვებასა და აღფრთოვანებას, რაც ასტიმულირებს მათ კონკრეტულ განვითარებას და

აუწყობებს სწავლისადმი პოზიტიურ დამოკიდებულებას.

მეორე ფაქტორი კი, თანამშრომლობა და პრაქტიკული სწავლებაა. eTwinning-ისთვის უმნიშვნელოვანესია თანამშრომლობითი და პრაქტიკული სასწავლო გამოცდილება, სადაც მოსწავლეები ერთობლივად მუშაობენ პრობლემების გადასაჭრელად, პროექტების შესაქმნელად და საერთო მიზნების მისაღწევად. ამგვარი თანამშრომლობითი მიდგომა ავითარებს გუნდური მუშაობის და კომუნიკაციის უნარებს. ერთობლივი მუშაობით, მოსწავლეები არა მხოლოდ იღრმავებენ ცოდნას კონკრეტული საგნის შესახებ, არამედ იწვეთარებენ საჭირო სოციალურ და ემოციურ უნარებს, როგორიცაა ემპათია, გამძლეობა და თავდაჯერებულობა. ერთობლივი ძალისხმევის ხელშეახები შედეგები, მათ შორის დასრულებული პროექტები ან პრეზენტაციები, მოსწავლეებს აღუძრავს სიამაყისა და წარმატებულობის შეგრძნებას, უძლიერებს თვითშეფასებას და ზოგად მენტალურ კეთილდღეობას. მეტიც, სხვადასხვა ქვეყანაში მცხოვრებ და სხვადასხვა კულტურის მქონე თანატოლებთან ურთიერთობის შესაძლებლობა აფართოვებს მოსწავლეთა თვალსაზრისს, უნვითარებს მათ ემპათიას და ცოდნას. შედეგად, მოსწავლეებში ყალიბდება ხანგრძლივი მეგობრობა, ძლიერდება მიკუთვნებულობის შეგრძნება და სოციალური კავშირები.

ამელას სკოლაში, eTwinning-ის პროექტები გადამწყვეტ როლს ასრულებს პოზიტიური და ინკლუზიური საკლასო

გარემოს შექმნაში, რაც მოსწავლეთა ფსიქოლოგიურ კეთილდღეობას უწყობს ხელს. პროექტების მიმდინარეობისას, მოსწავლეებს ეძლევათ საშუალება აირჩიონ თემები, დაეგვიონ აქტივობები და შექმნან საბოლოო პროდუქტი, რაც მათ სასწავლო პროცესის მართვის შეგრძნებას უძლიერებს. ამგვარად გაძლიერებული მოსწავლეები გამოხატავენ და პრაქტიკაში ახორციელებენ საკუთარ ინტერესებს, რაც აუწყობებს მათ ავტონომიურობასა და თვითშეფასებას. როდესაც მოსწავლეებმა იცოდნ, რომ მათ უსმენენ და აფასებენ, ისინი თავს უფრო თავდაჯერებულად გრძნობენ, რაც მნიშვნელოვნად აუწყობებს მათ საერთო კეთილდღეობას.

გარდა ამისა, ნამუშევრების დემონსტრირების, თანატოლებისგან და მასწავლებლებისგან აღიარების მიღების მომენტში, მოსწავლეები თავს გრძნობენ დაფასებულად და უძლიერდებათ მოტივაცია, რომ მიაღწიონ კიდევ უფრო ბევრ წარმატებას. ამგვარი პოზიტიური გაძლიერება ავითარებს მოსწავლეთა თავდაჯერებულობას და მიზნის შესრულების შეგრძნებას, რაც სასიცოცხლოდ მნიშვნელოვანი ფაქტორია პოზიტიური მენტალური კეთილდღეობის შესანარჩუნებლად.

დაინტერესებულ მხარესთან თანამშრომლობა ETWINNING-ის მეშვეობით აპარტივებს გამოვლენაში ბრძოლა

მოსწავლეთა ფიზიკური, ემოციური და ფსიქოლოგიური კეთილდღეობის წინაშე არსებული გამოწვევების მოგვარების პროცესში, ამელას სკოლა რამდენიმე



დაბრკოლებას აწყდება. ვინაიდან სკოლას ჰყავს დიდი ზომის კლასები და სხვადასხვა ეთნიკური წარმომავლობის მოსწავლეები, საკმაოდ რთულია მათი ინდივიდუალური საჭიროებების დაკმაყოფილება. აგრეთვე, ხშირია სტიგმა ფსიქიკური ჯანმრთელობის საკითხებთან დაკავშირებით, რაც აბრკოლებს ადრეული ინტერვენციების შესაძლებლობას, განსაკუთრებით მაშინ, როდესაც მშობლებს არ სურთ აღიარება, რომ მათ შვილებს რაიმე პრობლემები აქვთ.

მიუხედავად ამისა, ყველა მასწავლებელი მოტივირებულია შექმნას მხარდამჭერი და ინკლუზიური სასკოლო გარემო. სკოლა პრიორიტეტს ანიჭებს ღია კომუნიკაციას პერსონალის წევრებს შორის, რეგულარულად განიხილავს სტრატეგიებს, თუ როგორ მიუდგეს თითოეულ მოსწავლეს. ცოტა ხნის წინ, მმართველი გუნდის მხარდამჭერით, სკოლამ განაახლა დოკუმენტი ბავშვის დაცვის წესების შესახებ. ასევე, გადამწყვეტი მნიშვნელობა აქვს მშობლების ჩართულობას მათთვის კომფორტულ დონეზე, პედაგოგები

კი ეძიებენ გარე მხარდაჭერას, მათ შორის ვორკშოპების სახით, რომლებსაც სხვადასხვა ორგანიზაციები ატარებენ, როგორცაა ARGE Jugend gegen Gewalt და Rassismus.

eTwinning-ის პროექტებში მონაწილეობა ამარტივებს გამომწვევებთან გამკლავების პროცესს. მოსწავლეები თანამშრომლობაზე დაფუძნებულ პროექტებში ერთვებიან ენთუზიაზმით და თავისუფლების განცდით.

მოსწავლეთა კეთილდღეობის მხარდასაჭერად, სკოლა ასევე დიდ მნიშვნელობას ანიჭებს მშობლების ჩართულობას. რეგულარული და გამჭვირვალე კომუნიკაცია მაკავშირებლის როლს ასრულებს სახლსა და სკოლას შორის, ხელს უწყობს თანამშრომლობას მოსწავლეთა კეთილდღეობისა და აკადემიური წინსვლის გაძლიერებისათვის. პერიოდულად ეწყობა სემინარები მშობლებისთვის, სადაც მშობლები იღებენ მნიშვნელოვან ცოდნას, ასევე ეძლევათ იდეების გაზიარების შესაძლებლობა. თანამშრომლობა სკოლაში არსებულ მშობელთა ასოციაციასთან კიდევ უფრო ამარტივებს მეგობრული ატმოსფეროს შექმნას ყველა მოსწავლისათვის.

მშობლებთან კომუნიკაციის გარდა, სკოლა თანამშრომლობს სხვადასხვა ადგილობრივ დაინტერესებულ მხარესთან, მათ შორის, სპორტულ ასოციაციებთან, ჯანდაცვის პროფესიონალებთან და ახალგაზრდულ ცენტრებთან, რითიც მდიდრდება მხარდაჭერის შესაძლებლობები

როგორც მოსწავლეებისთვის, ასევე მასწავლებლებისათვის. პრიორიტეტულია ასევე უწყვეტი პროფესიული განვითარება. მასწავლებლები ესწრებიან სხვადასხვა კურსებსა და ვორკშოპებს, რათა რეგულარულად მიიღონ ახალი ინფორმაცია ეფექტური სტრატეგიების შესახებ. გარდა ამისა, ბაგა-ბაღებთან და საშუალო სკოლებთან პარტნიორობა უზრუნველყოფს მოსწავლეთა შეუფერხებელ გადასვლას და მათი კეთილდღეობისთვის საჭირო მხარდაჭერის უწყვეტობის შენარჩუნებას.

დიმიტრიოს ნიკოლაიდისი – ჰელიუპოლისის 13-ე დანყოფილის სკოლა, ათენი, საბერძნეთი

დიმიტრიოს ნიკოლაიდისი ინგლისური ენის მასწავლებელია, ქალაქ ათენის, ჰელიუპოლისის №13 დანყოფილში სკოლაში. იგი ფლობს მაგისტრის ხარისხს განათლების ლიდერობასა და მენეჯმენტში, ამჟამად კი მუშაობს სადოქტორო თემაზე საგანმანათლებლო ინოვაციების მიმართულებით. დიმიტრიოსი ახლახანს დაინიშნა მასწავლებლის პოზიციაზე, eTwinning-ში კი 2023 წელს განვერიანდა, ერთ-ერთი უფროსი მასწავლებლის რჩევის კვალდაკვალ, რომელიც რამდენიმე წლის განმავლობაში eTwinning-ის პროექტებზე მუშაობდა. ამ ეტაპზე, სკოლას ჰყავს eTwinning-ში დარეგისტრირებული 11 მასწავლებელი. ორი მათგანი სილაბუსის ფარგლებში ახორციელებს eTwinning-ის პროექტებს უცხოელ პარტნიორებთან ერთად, ხოლო დანარჩენი პედაგოგები კი მიჰყვებიან აქტიური eTwinners-ების

რჩევებს eTwinning-ის აქტივობებთან დაკავშირებით, საკლასო ოთახში მუშაობის ხელშეწყობისა და პარტნიორ სკოლებთან ონლაინდონისძიებების ორგანიზების კუთხით.

ფიზიკური კეთილდღეობა

მიუხედავად იმისა, რომ ათენის ცენტრიდან დაახლოებით 20 წუთის სავალზე, ურბანულ ნაწილში მდებარეობს, სკოლას აქვს დიდი სათამაშო მოედანი, სადაც ეტევა მინი ფეხბურთის მოედანი, კალათბურთის მოედანი, გადახურული სივრცე სავარძლებით, სადაც მოსწავლეებს შეუძლიათ წაიხეზონ და განიტვირთონ. ასევე, სკოლის შენობის პერიმეტრის ნახევარი გარშემორტყმულია ფიჭვებითა და კერატის ხეებით სავსე მიწის ნაკვეთით. ასეთი გარემო სკოლას შესაძლებლობას აძლევს ჩაატაროს ფიზიკური აქტივობები, მათ შორის, მუსიკის, ცეკვისა და ხელოვნების გაკვეთილები.

მოსწავლეთა ფიზიკური კეთილდღეობის მხარდასაჭერად, სკოლა წერგავს



სხვადასხვა ინიციატივებს. დიმიტრიოსმა აღნიშნა, „მოსწავლეთა ფიზიკური ჯანმრთელობის პრიორიტეტიზაცია, ჩვენი მიდგომის ფუნდამენტური კომპონენტია“. მან დეტალურად აღწერა, თუ როგორ ხდება მოსწავლეების მოტივირება, რათა მათ შეისწავლონ გარე სივრცეში არსებული სასწავლო შესაძლებლობები. „ჩვენი ერთ-ერთი მთავარი ინიციატივა ბუნებრივი გარემოს შეცნობაზე ორიენტირებული“, - განმარტავს ის. „ხშირად ვატარებთ გაკვეთილებს, კერძოდ, მეცნიერებისა და ხელოვნების სემინარებს, ახლომდებარე ტყეში, სასკოლო ექსკურსიის სახით“. დიმიტრიოსმა ხაზგასმით აღნიშნა ამ მიდგომის მნიშვნელობა და დაამატა, თუ როგორ ავიტარებთ აღნიშნული სტრატეგია შემოქმედებითობას და ხელს უწყობს ფიზიკურ აქტივობას: მოსწავლეები მოძრაობენ ფიზიკურად და ეცნობიან ტყის რელიეფს. გარდა ამისა, ღია ცის ქვეშ მოწყობილი სასწავლო აქტივობები მოსწავლეებს საკლასო ცხოვრებასთან დაკავშირებული სტრესისგან გათავისუფლებაში ეხმარება. შესაბამისად, ბავშვები თავს გრძნობენ კომფორტულად, სიამოვნებას იღებენ სასწავლო პროცესისგან და ცოდნასაც წარმატებით ითვისებენ.



კეთილდღეობისადმი სკოლის ჰოლისტური მიდგომის დამატებით საილუსტრაციოდ, დიმიტრიოსმა გაიხსენა [ცეკვის პროგრამა](#). თანამშრომლობითი პროექტი, რომელსაც ფიზიკური აღზრდის მასწავლებელთან ერთად ისიც ხელმძღვანელობდა. "ჩვენ შევიმუშავეთ ცეკვაზე ორიენტირებული პროგრამა, eTwinning-ის პროექტის, კერძოდ „კეთილდღეობა STREAM-ის საშუალებით“ კომპონენტის სახით“ - განმარტა მან. „სკოლის სათამაშო მოედანზე, მოსწავლეებს შევასწავლეთ ტრადიციული ბერძნული ცეკვები, მაგალითად ჰასაპიკო ან სირტაკი. ამ პროექტის ფარგლებში, ასევე მოვაშაბადეთ აქტივობის ამსახველი ვიდეორგოლი, რომელიც გავუზიარეთ პარტნიორ სკოლებს მთელი ევროპის მასშტაბით, მოსწავლეებს შორის კულტურული გაცვლისა და ფიზიკური ჩართულობის ხელშეწყობის მიზნით“.

მასწავლებელთა კეთილდღეობაზე საუბრისას, დიმიტრიოსმა აღნიშნა, რომ სკოლაში არ ფუნქციონირებს კონკრეტულად მასწავლებლებისთვის განკუთვნილი რაიმე პროგრამა, თუმცა უზრუნველყოფილია არაფორმალური შესაძლებლობები, რომელთა დახმარებით მასწავლებლები ურთიერთობენ კოლეგებთან, ისვენებენ და ინვითარებენ ფიზიკურ და სოციალურ კეთილდღეობას.

ფსიქოლოგიური კეთილდღეობა

„როდესაც საქმე ეხება ფსიქოლოგიური კეთილდღეობის ხელშეწყობას“, აღნიშნა დიმიტრიოსმა, „ჩვენი მთავარი მიზანია მედეგობის გამოუმუშავება“. მისი თქმით, მასწავლებლის როლი მოსწავლის

მომზადებაში, რათა მან შეძლოს ცვალებადი სამყაროს გამომწვევებთან გამკლავება, უმნიშვნელოვანესია. „ჩვენი ვალდებულებაა აღჭურვოთ მოსწავლეები იმ უნარებით, რომლებიც აუცილებელია აქტიური მოქალაქის ფორმირებისთვის“, თქვა მან. "ამ ძალისხმევის საფუძველს კი წარმოადგენს ჩვენი სურვილი: განვუვითაროთ მოსწავლეებს მედეგობა“.

ზოგიერთი მოსწავლე დილით სკოლაში გაკვეთილების დაწყებამდე მოდის. სკოლა ამ მოსწავლეებს სთავაზობს მედიტაციის სეანსებს, რაც მათ განტვირთვასა და საკუთარი ცხოვრების პოზიტიურ ასპექტებზე კონცენტრირებაში ეხმარება. "მართული დისკუსიების საშუალებით," აღნიშნა დიმიტრიოსმა, "მოსწავლეებს საშუალება აქვთ ისაუბრონ და განიხილონ თავიანთი შფოთვის მიზეზები, რაც მათ მდგრადობის უნარის გაუმჯობესებაში ეხმარება“.

კიდევ ერთი ინიციატივა, რომელიც eTwinning-ის პროექტიდან იქნა აღებული, გულისხმობს ფოკუსირებას ბედნიერ მოგონებებზე. დიმიტრიოსის თქმით, „მოსწავლეები იხსენებენ სასიხარულო მომენტებს თავიანთი სასკოლო გამოცდილებიდან და უზიარებენ



თანაკლასელებს“. მან მკაფიოდ აღნიშნა ამ აქტივობის ტრანსფორმაციული ზეგავლენა, რადგან მოსწავლეს უძლიერდება თვითშეფასება და უნვითარდება პრობლემის გადაჭრის უნარი.

მოსწავლეთა ფსიქოლოგიური კეთილდღეობის ხელშეწყობის მიმართულებით eTwinning-ის როლზე მსჯელობისას, დიმიტრიოსმა აღნიშნა, რომ „eTwinning-ის არსი მდგომარეობს თანამშრომლობაში. ეს ფაქტორი მჭიდრო კავშირშია მოსწავლეთა ფსიქოლოგიურ კეთილდღეობასთან“. საკუთარი მოსაზრების გასამყარებლად, მან მოიყვანა მაგალითები იმისა, თუ როგორ უზრუნველყოფს eTwinning-ის თანამშრომლობითი პროექტები მოსწავლეებს შესაძლებლობით, რომ საკუთარი სასწავლო გამოცდილება და მოგონებები გაუზიარონ სხვა ქვეყნებში მცხოვრებ თანატოლებს. "ამ პროექტების საშუალებით," თქვა დიმიტრიოსმა, "მოსწავლეები აცნობიერებენ, რომ მათი ემოციები არ არის უნიკალური და რომ მათ თანატოლებსაც იგივე განცდები აწუხებთ. მათ უნვითარდებათ საზღვარგარეთ მცხოვრებ თანატოლებთან კავშირის შეგრძნება, იმის გააზრებით, რომ მათ საერთო ინტერესები და პრობლემები აქვთ. მაგალითად, მოსწავლეები, თანატოლების გაცნობის მიზნით მათი პროფილების თვალიერებისას, აცნობიერებენ, თუ რამდენი საერთო აქვთ. ისინი გაოცებას ვერ მალავენ, როცა იგებენ რომ ასობით კილომეტრის მოშორებით, ბავშვებს უყვართ ერთი და იგივე Netflix სერიალები, მოსწონთ ერთი და იგივე მომღერლები ან თამაშობენ ერთსა და იმავე ვიდეო თამაშებს“.

ამგვარი აღმოჩენები, დიმიტრიოსის აღნიშნავს, ამოტივირებს მოსწავლეებს, რომ დაძლიონ პირადი დაბრკოლებები და გაითავისონ გუნდზე ორიენტირებული მიდგომა.

დიმიტრიოსმა ასევე აღნიშნა, თუ რაოდენ ტრანსფორმაციული ძალა აქვს ევროპული საზოგადოებისთვის თანამშრომლობას. **„eTwinning-ის პროექტებში მონაწილეობით,“** თქვა დიმიტრიოსმა, **”ბავშვები სწავლობენ თუ როგორ მიიღონ ცოდნა პირადი საზღვრების მიღმა. ისინი მუშაობენ ერთად პრობლემების გადასაჭრელად, იღებენ ზოგად ცოდნასა და გამოცდილებას“.** დასკვნის სახით მან დაამატა, რომ ზემოაღნიშნული ფაქტორი ხელს უწყობს კოლექტიური ინტელექტის განვითარებას და აძლიერებს მოსწავლეებს, რომ გაუმკლავდნენ გამოწვევებს მეტი მედეგობითა და უფრო ფართო პერსპექტივით.

დიმიტრიოსმა ასევე ისაუბრა eTwinning-ის გავლენაზე პოზიტიური და ინკლუზიური საკლასო გარემოს შექმნის მიმართულებით. **„eTwinning პროექტებმა მნიშვნელოვნად გააძლიერა მოსწავლეთა ინკლუზიურობა და მოსწავლეთა თავდაჯერებულობა“.** მან გაიხსენა ერთი მორცხვი მოსწავლე გოგონას ისტორია, რომელმაც მნიშვნელოვნად გაიძლიერა თავდაჯერებულობა eTwinning-ის პროექტში მონაწილეობით. „გოგონამ, რომელიც მანამდე ყოველთვის სიმორცხვით გამოირჩეოდა გაკვეთილებზე, საკუთარი ნიჭი eTwinning-ის პროექტების ფარგლებში ციფრულ ინსტრუმენტებთან მუშაობისას

აღმოაჩინა“, - განმარტა დიმიტრიოსმა. „ეს იქცა მისთვის გარდამტეხ მომენტად, რადგან მკაფიოდ გააცნობიერა, რომ რაღაცა ძალიან კარგად გამოსდიოდა. **eTwinning-ის დახმარებით, მოსწავლეები თავისუფლდებიან ტრადიციული საკლასო დინამიკის წნეხისგან,**“ - აღნიშნა დიმიტრიოსმა. „ყალიბდება თავისუფლებისა და სიხარულის შეგრძნება იმ აქტივობების მიმართ, რომლებსაც მოსწავლეები დიდი სიამოვნებით ასრულებენ“.

ემოციური კეთილდღეობა

მოსწავლეთა ემოციური კეთილდღეობის მნიშვნელობაზე რეფლექსირებისას, დიმიტრიოსმა გაგვიზიარა ინფორმაცია სხვადასხვა სასკოლო პრაქტიკის შესახებ, რომელთა მიზანი მოსწავლეების ემოციური განვითარებაა. „ერთ-ერთი ინიციატივის ფარგლებში“, აღნიშნა დიმიტრიოსმა, „შემოთავაზებულია სემინარები, რომლებსაც სკოლის ფსიქოლოგი უძღვება“. ამ სემინარების დროს, მოსწავლეები უზრუნველყოფილნი არიან სივრცით, სადაც შეუძლიათ ისაუბრონ საკუთარ ნეგატიურ განცდებზე, ამასთანავე, განივითარონ პრობლემის გადაჭრისა და თანატოლებთან პოზიტიური ურთიერთობის ჩამოყალიბების უნარი. ერთ-ერთ აქტივობას ეწოდება „აქტივობა კუნძული“, რომლის ფარგლებშიც მოსწავლეებს მოეთხოვებათ იფიქრონ იმაზე, თუ რა ნივთებს ნაიღებდნენ უკაცრიელ კუნძულზე. ამ სავარჯიშოს მეშვეობით, ბავშვები აჩვენებენ, თუ რა არის მათთვის მნიშვნელოვანი.

ამასთან, სკოლის ფსიქოლოგის ხელმისაწვდომობა შეზღუდულია, რადგან ის რაიონის კიდევ 4 სხვადასხვა სკოლაში მუშაობს, თუმცა ჩვენი სკოლა მაქსიმალურად იყენებს ფსიქოლოგის სერვისს მიზნობრივი პროექტების მეშვეობით. „ჩვენ შევიმუშავეთ 3 ექვსკვირიანი პროექტი“, დასძინა დიმიტრიოსმა, „ემოციური საჭიროებების, ასევე დისციპლინისა და ქცევითი პრობლემების მოსაგვარებლად, რომლებიც პოტენციურად ბულინგის მიზეზი ხდება ხოლმე, თუკი თავიდანვე არ მოხდება მათი მოგვარება“. პროაქტიულობით, ასევე ზრუნვითა და მხარდაჭერით, სკოლამ შეძლო გაუმჯობესებინა ურთიერთობები მოსწავლეებს შორის (და შემდგომში მშობლებს შორის), ასწავლა მოსწავლეებს კონფლიქტების ჯანსაღად მოგვარების გზები. ფსიქოლოგის მიერ შემოთავაზებული ღონისძიებების გარდა, დიმიტრიოსმა ისაუბრა კიდევ ერთ ინიციატივაზე, რომელიც შემოთავაზებული იქნა eTwinning-ის პროექტის, „კეთილდღეობა STREAM-ის მეშვეობით“ ფარგლებში. აღნიშნულ პროექტში, მოსწავლეებს საშუალება ჰქონდათ ევარჯიშათ ნაკითხულის გააზრებაში, ემუშავათ ტექნოლოგიურ და საინჟინრო ამოცანებზე, რათა საკუთარი ძალებით აღმოეჩინათ გზები, თუ როგორ აქციონ სასკოლო ცხოვრება სასიამოვნო გამოცდილებად. ამ აქტივობის დამსახურებით, გაიზარდა მოსწავლეების მოტივაცია, საბოლოოდ კი იმის გაცნობიერება, რომ გაკვეთილებზე დასწრება არა მოვალეობა ან ტვირთი, არამედ დღის სახალისოდ გატარების საშუალებაა. ერთ-ერთ აქტივობაში, სახელწოდებით,

„დაფარული პოეზია“ (black-out poetry), მოსწავლეებმა კონკრეტულ ტექსტში უნდა მოძებნონ პოზიტიური ემოციების ამსახველი სიტყვები, მაგალითად, ბედნიერება, სიხარული, გართობა, დაფასება, პატივისცემა, კმაყოფილება და ა.შ., ხოლო ნებისმიერი სხვა სიტყვები კი, შავი/ლურჯი კალმით უნდა დაფარონ. საბოლოო პროდუქტის სახით იქმნება ლექსი, რომელიც აუმჯობესებს მოსწავლეების გუნება-განწყობას. საინჟინრო დავალების შესრულებისას, მოსწავლეებმა შექმნეს კუბი, რომლის თითოეულ მხარეს დაწერეს რჩევა, თუ როგორ ვიყოთ ბედნიერები სკოლაში და სახლში. დიმიტრიოსმა ასევე ხაზგასმით აღნიშნა საკლასო ოთახის მიღმა შესასრულებელი კლასგარეშე აქტივობები, რომელთა დანიშნულებაა ემოციური კეთილდღეობის ხელშეწყობა. „პროექტი სახელწოდებით „ჩვენი კინო ეკრანი“ მოსწავლეებს სთავაზობს თანატოლებთან კომუნიკაციის შესაძლებლობას განათლების სამინისტროს მიერ შემოთავაზებული და სიფრთხილით შერჩეული ფილმების ყურებისას“, აღნიშნა დიმიტრიოსმა. „ამგვარი ჩვენებები, რომლებიც განათლების მოთხოვნებს შეესაბამება, ქმნის პლატფორმას, სადაც მოსწავლეებს შეუძლიათ ერთმანეთს გაუზიარონ საკუთარი გამოცდილება და გაიზარდონ ემოციური თვალსაზრისით“.

და ბოლოს, დიმიტრიოსმა ხაზგასმით აღნიშნა მასწავლებლებს შორის კარგი ურთიერთობების განვითარების მნიშვნელობა, რათა გაუმჯობესდეს პედაგოგების კეთილდღეობა. „ჩვენ ერთად ვატარებთ დროს, როგორც პროფესიული, ასევე სოციალური

კუთხით,“ - განმარტა მან, „განვიხილავთ რთულ შემთხვევებს შეხვედრების დროს, შემდეგ კი მშვიდად ვატარებთ დროს საკვებთან და სასმელთან ერთად. ეს არის არაფორმალური, თუმცა ეფექტური ღონისძიება მასწავლებელთა კეთილდღეობის ხელშესაწყობად“.

კეთილდღეობა და თანამშრომლობა დაინდიანსაბაუ მხარესთან

მოსწავლეების კეთილდღეობის მხარდასაჭერად, სკოლა მშობლების აქტიურ ჩართულობას სხვადასხვა მეთოდების გამოყენებით უზრუნველყოფს. რეგულარულად იმართება შეხვედრები მასწავლებლებისა და მშობლების მონაწილეობით, რითიც ხდება როგორც მათი აქტიური ჩართულობის, ასევე საკუთარი შვილების განათლებასა და კეთილდღეობაში მონაწილეობის აუცილებლობის ხაზგასმაც. სკოლის მიზანია დაწერგოს მასწავლებლებსა და მშობლებს შორის გაზიარებადი პასუხისმგებლობის გრძნობა, წახალისოს ისინი ერთობლივი მუშაობისკენ მოსწავლეთა საკეთილდღეოდ. ერთობლივი



ინიციატივები ტარდება მშობელთა ასოციაციასთან თანამშრომლობით, რაც ხელს უწყობს მშობლების აქტიურ ჩართულობას, სკოლაში მიმდინარე პროცესებში ჩაურევლად. მაგალითად, მასწავლებლები მონაწილეობენ მშობლების მიერ ორგანიზებულ ღონისძიებებში, როგორცაა eTwinning-ის პროექტები, ან იწვევენ მშობლებს სკოლის სპექტაკლებზე კერძების და ნუგბარის მოსამზადებლად, ან მონაწილეობის მისაღებად უცხოელი მასწავლებლებისადმი მიძღვნილ ღონისძიებებში, რომლებიც სკოლაში პედაგოგების მუშაობას აკვირდებიან.

გარდა ამისა, მოსწავლეთა და მასწავლებელთა კეთილდღეობის მიზნებისთვის, სკოლა თანამშრომლობს სხვა დაინტერესებულ მხარეებთან, მათ შორის ადგილობრივ თემთან და მუნიციპალურ ორგანოებთან. ადგილობრივი ხელისუფლების მიერ ორგანიზებულ კულტურულ ღონისძიებებსა და გარემოსდაცვითი კამპანიებში მონაწილეობით, მასწავლებლები და მშობლები აუმჯობესებენ კავშირ-ურთიერთობებს ფართო საზოგადოებასთან. ამგვარი ჩართულობა ავითარებს მიკუთვნებულობის შეგრძნებას და აძლიერებს ურთიერთობებს ადგილობრივ თემში. გარდა ამისა, მოსწავლეთა კეთილდღეობის ხელშეწყობად, სკოლა იყენებს ყველა შესაძლებლობას, რომელსაც მუნიციპალური ხელისუფლება უზრუნველყოფს. მაგალითად, სკოლამ განახორციელა ადგილობრივი ინიციატივა „მეგობრობის სკამი“, რომლის ფარგლებშიც შეიქმნა ფერადი ფანქრების ფორმის სკამი,

საკითხავი დავალებებისა და სახელოვნებო აქტივობებისთვის. გარდა ამისა, მოსწავლეთა გამოცდილების გასამდიდრებლად, სკოლა თანამშრომლობს სხვადასხვა ექსპერტებთან და ორგანიზაციებთან, მათ შორის სასკოლო მრჩეველთან, მხატვარ-თარჯიმანთან და იაპონიის საელჩოსთან. მაგალითად, მოსწავლეებმა მონაწილეობა მიიღეს საელჩოსთან თანამშრომლობით ორგანიზებულ ხელოვნების პროექტში ემოციების შესახებ. შექმნილი ნამუშევრები კი მომავალ სამხატვრო გამოფენაზე გამოიფინება.

გარდა ამისა, მასწავლებლები გეგმავენ შეხვედრებსა და სემინარებს ექსპერტებთან, რათა გაუმკლავდნენ პროფესიულ გადაწვას და გაუმჯობესონ კეთილდღეობა, ან განვითარდნენ პროფესიული კუთხით და მოიძიონ შესაძლებლობები, რითიც დაეხმარებიან იმ მოსწავლეებს, რომლებიც ახლობელი ადამიანის დაკარგვის გამო დიდ სევდას და მწუხარებას განიცდიან. ზოგადად, სკოლის ძალისხმევა, პროცესში ჩართოს მშობლები და სხვა დაინტერესებული მხარეები, ხელს უწყობს მოსწავლეთა კეთილდღეობის მხარდამჭერი გარემოს შექმნას.

მიგელა ფერნანდესი – Agrupamento de Escolas de Batalha, პორტუგალია

მიგელა ფერნანდესი 20 წელზე მეტია კომპიუტერული მეცნიერებების მასწავლებელია. იგი მუშაობს პორტუგალიაში მდებარე, ერთ-ერთ eTwinning-ის სკოლაში, სახელწოდებით

Agrupamento de Escolas de Batalha. სკოლა ემსახურება მოსწავლეებს სკოლამდელი ასაკიდან, საშუალო სკოლის საფეხურის ჩათვლით, ასევე სთავაზობს პროფესიულ კურსებს. ამჟამად, მიგელა მერვე და მეთერთმეტე კლასებს ასწავლის, კერძოდ, დაახლოებით, 12-13 და 16-17 წლის მოზარდებს. მიუხედავად იმისა, რომ აღარ არის eTwinning-ის ელჩი (15 წლიანი მოღვაწეობის შემდეგ), მიგელა კვლავ ასრულებს მენტორის როლს სკოლაში, ასევე შეითავსა მოქალაქეობის საგნის კოორდინატორის ფუნქცია. ეს უკანასკნელი გულისხმობს მოქალაქეობის განვითარებასთან დაკავშირებული აქტივობების ხელმძღვანელობას და მათ კურიკულუმში ინტეგრირებას, თუკი ამგვარი რამ შესაძლებელია. გარდა ამისა, იგი მუშაობს იოგას მოხალისე ინსტრუქტორად, ეხმარება როგორც მასწავლებლებს, ასევე მოსწავლეებს და კურირებს პროექტს „მოძრაობა პაუზებით“, რომელიც საშუალებას აძლევს მოსწავლეებს განიტვიტონ და ჩაერთონ სარელაქსაციო აქტივობებში შესვენებების დროს.

ფიზიკური კეთილდღეობა

მიგელას სკოლაში ხორციელდება რამდენიმე ინიციატივა და პროგრამა, ორიენტირებული როგორც მოსწავლეების, ასევე მასწავლებლების, ფიზიკურ კეთილდღეობაზე. სკოლების უმეტესობის მსგავსად, აქტივობები მოიცავს ფიზიკური აღზრდის გაკვეთილებს, თუმცა, ამავდროულად დამატებით შესაძლებლობებს კლუბებისა და სხვადასხვა აქტივობების სახით.

ოთხშაბათ ნაშუადღევს, გაკვეთილების შემდეგ, მოსწავლეებს შეუძლიათ მონაწილეობა მიიღონ სხვადასხვა სპორტულ და ფიზიკურ აქტივობაში. ამ ღონისძიებებს, რომლებიც უამრავ აქტივობას მოიცავს, მათ შორის ასპარეზობას სირბილში, ბადმინტონს, ჩოგბურთს, და ა.შ., ორგანიზებას უწევენ ფიზიკური აღზრდის მასწავლებლები. სკოლა ახდენს აქტივობებში ჩართულობის წახალისებას, რათა ხელი შეეწყოს მოსწავლეთა ფიზიკურ ჯანმრთელობას.

ასევე გამოყოფილია დრო მასწავლებლებისა და სასკოლო პერსონალის ფიზიკური კეთილდღეობის გასაუმჯობესებლად. ერთ-ერთი მასწავლებელი, თავისი ინიციატივით, ატარებს მედიტაციისა და იოგას სესიებს. აღნიშნული ღონისძიება ტარდება კვირაში ერთხელ, რაც მასწავლებლებსა და პერსონალს შესაძლებლობას აძლევს განიტვიტონ და ფოკუსირება საკუთარ ფიზიკურ ჯანმრთელობაზე მოახდინონ. გარდა ამისა, მეორე მასწავლებელი მსგავს სესიებს ატარებს კვირის სხვა დღეს, რაც მეტ მოქნილობას უზრუნველყოფს განსხვავებული გრაფიკის მქონე მონაწილეებისთვის.

მიგელას პედაგოგიური მიდგომის თანახმად, ფიზიკური აქტივობის ინტეგრირების მიზანია, მოსწავლეთა ფიზიკური კეთილდღეობის გაუმჯობესება. მიგელამ აღნიშნა, რომ გაკვეთილების მიმდინარეობისას, იგი იყენებს მცირე შესვენებებს, განვლვითი და სუნთქვითი ვარჯიშების შესასრულებლად. გარდა ამისა, მოსწავლეების აქტიურობისა და ჩართულობის შესანარჩუნებლად,

ასევე გუნდური მუშაობის უნარების გასაუმჯობესებლად, გამოიყენება გუნდური აქტივობები.

მიგელა, როგორც ისტ-ის მასწავლებელი, მიმართავს სხვადასხვა სტრატეგიას, რათა დააბალანსოს უმოძრაო, ეკრანთან გატარებული დრო და აქტიური სასწავლო გამოცდილება. მართალია, მიგელა აღიარებს, რომ კომპიუტერებს დომინანტური ადგილი უკავიათ მის გაკვეთილებზე, თუმცა ამასთან აცნობიერებს მრავალფეროვანი აქტივობების გამოყენების საჭიროებას. „მე ვიყენებ მეთოდებს, როგორიცაა პროექტზე დაფუძნებული სწავლება და გუნდური აქტივობები, რომლებიც სულაც არ საჭიროებს კომპიუტერებს. მოსწავლეებს ეძლევათ შესაძლებლობა ჩაერთონ ფიზიკურ აქტივობაში, შეასრულონ მარტივი განვლითი და სუნთქვითი ვარჯიშები, მაგალითად იოგა, რათა თავიდან ავიცილო ბავშვების ხანგრძლივად, ერთ ადგილას ჯდომა და ხელი შევწყო მათი ფიზიკური აქტივობის სტიმულირებას“, - თქვა მან.

საკუთარ პედაგოგიურ მოღვაწეობაზე რეფლექსირებისას, მიგელამ აღნიშნა, რომ ყოველთვის ცდილობს, პრობლემაზე დაფუძნებული სწავლებისა და ინტერაქტიული დისკუსიების მეშვეობით, პედაგოგიური მეთოდები მოარგოს იმ მოსწავლეების პრეფერენციებსა და საჭიროებებს, რომლებსაც იმ კონკრეტულ მომენტში ასწავლის. ამ გზით, მიგელა ქმნის დინამიურ სასწავლო გარემოს, სადაც უმჯობესდება არა მხოლოდ მოსწავლეთა ფიზიკური ჯანმრთელობა, არამედ ასევე მათი აკადემიური მოსწრებაც.

ფსიქოლოგიური და ემოციური კეთილდღეობა

მოსწავლეთა ფსიქოლოგიური კეთილდღეობის მიმართ საკუთარ მიდგომაზე რეფლექსირებისას, მიგელამ ისაუბრა იმ სირთულეებზე, რომლებსაც მოსწავლეები აწყდებიან, განსაკუთრებით კი 10-დან 13 წლამდე ასაკის ბავშვები, რომლებმაც პანდემიის დროს უზარმაზარი სტრესი გადაიტანეს. დამატებითი მხარდაჭერის საჭიროების აღიარების პარალელურად, მან აღნიშნა, რომ აუცილებელია სასკოლო საზოგადოებაში გატარდეს პროაქტიული ღონისძიებები, ასევე გაგვიზიარა საკუთარი გამოცდილებიდან აღებული სასკოლო პრაქტიკის მაგალითები, რომელთა მიზანიც მოსწავლეთა ფსიქოლოგიური კეთილდღეობის გაუმჯობესებაა.

მის სკოლაში განხორციელებული ერთ-ერთი თვალსაჩინო ინიციატივაა [უბუნტუს](#) კვირეული, რომელიც ბოლო ოთხი წელია სკოლაში ტარდება. ამ ერთკვირიანი პროგრამის მიმდინარეობისას, მეათე კლასელი მოსწავლეები მონაწილეობას იღებენ აქტივობებში, რომელთა ფოკუსს წარმოადგენს თვითშემეცნება, ემპათია, მედეგობა და თავდაჯერებულობის გაძლიერება. ეს ფაქტორები აუცილებელია სკოლაში მხარდამჭერი და ემპათიური გარემოს შესაქმნელად, სადაც მოსწავლეები სწავლობენ ერთმანეთის



პრობლემების გაცნობიერებას და ემპათიას. რეფლექსიური სავარჯიშოებისა და გუნდური აქტივობების მეშვეობით, მოსწავლეებს უვითარდებათ სოლიდარობისა და ურთიერთდახმარების უნარი.

მიგელამ აღნიშნა, რომ მოსწავლეები, Ubuntu პროგრამის მიმდინარეობისას, ხშირად და უფრო სიღრმისეულად უკვირდებიან საკუთარ აზრებსა და ემოციებს. თვითრეფლექსია საშუალებას აძლევს მათ უკეთ შეიცნონ საკუთარი თავი და ემოციები, რაც ბევრი მათგანისთვის უნიკალური გამოცდილებაა. ამავე დროს, მოსწავლეები სწავლობენ ემპათიას და იწყებენ თანატოლების განსხვავებულად დანახვას. ბავშვები აცნობიერებენ, თუ რა სირთულეებს გადიან და რა გამოწვევების წინაშე დგანან მათი თანაკლასელები, რაც მოსწავლეებში ავითარებს პატივისცემას, მხარდაჭერასა და ურთიერთგაგებას. პერსპექტივის ასეთი ცვლილება ეხმარება მოსწავლეებს თავი შეიკავონ განსჯისგან და მოუწოდებს აქტიური მოსმენისკენ.

მიგელამ ასევე განმარტა, რომ პროგრამა Ubuntu ხშირად სცდება ერთკვირიან ფარგლებს, სთავაზობს რა მოსწავლეებს აქტივობებსა და დამატებითი ჩართულობის შესაძლებლობას. ამაში იგულისხმება Ubuntu კლუბში მონაწილეობა, [Ubuntu Fest-ის](#) მსგავს

ღონისძიებებზე დასწრება, სასკოლო ინიციატივების ფართო აუდიტორიისთვის წარდგენა. ამგვარი უწყვეტობა იმის გარანტიაა, რომ შენარჩუნდება პროგრამის პრინციპებისა და გაკვეთილების გრძელვადიანი ეფექტი მოსწავლეების პიროვნულ და სოციალურ განვითარებაზე.

და ბოლოს, მიგელამ აღნიშნა, რომ მის სკოლას ჰყავს მასწავლებელთა დიდი გუნდი, რომელიც მონაწილეობს Ubuntu-ს პროგრამაში. გუნდური მიდგომა იძლევა მეტი მოქნილობის საშუალებას აქტივობების ორგანიზების კუთხით და უზრუნველყოფს, რომ პროგრამამ რაც შეიძლება მეტი მოსწავლის ჩართულობა შეძლოს.

Ubuntu კვირეულის წარმატების გათვალისწინებით, მსგავსი აქტივობები ასევე ხორციელდება მეოთხე კლასელებთანაც. ერთკვირიანი პროგრამა, უმცროსი ასაკის მოსწავლეებს სთავაზობს საკუთარი თავის აღმოჩენისა და გუნდური მუშაობის შესაძლებლობებს, რითიც უმჯობესდება მათი ზოგადი კეთილდღეობა და სოციალური განვითარება. მიუხედავად იმისა, რომ დასაწყისში არსებობდა გარკვეული გამოწვევები სასწავლო პროგრამაში ერთკვირიანი აქტივობების ინტეგრირების თვალსაზრისით, მოსწავლეებმა მაინც შეძლეს არაფორმალური განათლებისა და პიროვნული ზრდისთვის გამოყოფილი დროის სარგებლის გაცნობიერება.

გარდა ამისა, სკოლაში განხორციელდა ინიციატივა „მოძრაობა პაუზებით“, რომელიც მოსწავლეებს სთავაზობს

„მაინდფულნესის“ და რელაქსაციის რეგულარულ შესაძლებლობას. ამ პროგრამის ფარგლებში, მოსწავლეები ასრულებენ მედიტაციას და სუნთქვით ვარჯიშებს, რათა შეიმცირონ სტრესი და გაიუმჯობესონ გონების სიცხადე. მიუხედავად იმისა, რომ ლოგისტიკური პრობლემების გამო, ზემოაღწერილ სესიებზე დასწრება შეზღუდულია, მიმდინარეობს მუშაობა, რათა უფრო ეფექტურად მოხდეს „მაინდფულნესის“ პრაქტიკის ინტეგრირება სასკოლო ცხოვრებაში.

ემოციური კეთილდღეობა

ემოციურ კეთილდღეობაზე მსჯელობისას, მიგელამ ხაზგასმით აღნიშნა მოსწავლეებზე დაკვირვების მნიშვნელობა, მათთან ზედაპირული ურთიერთქმედების მიღმა. „დაკვირვების“ მეშვეობით, შესაძლებელია მოსწავლეების ემოციური მდგომარეობის ნაბიჯ-ნაბიჯ და სიღრმისეულად შესწავლა. საკლასო ოთახში, ის ეყრდნობა საკუთარ ინტუიციასა და ემპათიას, რათა გაიგოს, თუ როდის იმყოფება მოსწავლე ემოციურ დისტრესში. ცვლილებები მოსწავლის ქცევისა ან რეაგირების მოდელში, განსაკუთრებით იმ შემთხვევაში, თუკი ამგვარი რამ რადიკალურად სცდება მოსწავლის ჩვეულ ქცევას, მიგელასთვის საგანგაშო სიგნალს წარმოადგენს. ამგვარი ნიშნების შემჩნევისთანავე, იგი მიზანმიმართულად ცდილობს



დაუახლოვდეს მოსწავლეს და შესთავაზოს მხარდაჭერა, იმის გაანალიზებით, რომ უბრალოდ კითხვის დასმაც კი, ზოგჯერ მოსწავლეს საშუალებას აძლევს გაიხსნას და ისაუბროს საკუთარ განცდებზე.

სკოლაში არსებულ მხარდამჭერ სისტემებზე საუბრისას, მიგელამ აღნიშნა, რომ სკოლას ჰყავს ფსიქოლოგები და ლოგოპედები. მიუხედავად იმისა, რომ არსებობს ფორმალური მექანიზმები, რათა მოსწავლეებმა იქონიონ წვდომა ამ რესურსებზე, საკლასო ოთახში გამოყოფილი დრო მაინც შეზღუდულია. თუნდაც ხანმოკლე ინტერაქცია შესვენებების დროს ან გაკვეთილებს შორის, მოსწავლეს უქმნის კომფორტისა და თავდაჯერებულობის განცდას.

მოსწავლეთა ემოციური კეთილდღეობის ხელშეწყობაში eTwinning-ის როლზე რეფლექსირებისას, მიგელამ აღნიშნა, რომ აუცილებელია მოსწავლეების ჩართვა ისეთ პროექტებში, რომლებიც ბავშვებში გააძლიერებს კმაყოფილებას და განუვითარებს თემის წევრობის შეგრძნებას. მისთვის, **„eTwinning-ის პირველადი მიზანია მიაწოდოს მოსწავლეებს მდიდარი გამოცდილება, რომელიც გააფართოვებს მათ თვალსაწიერს და დაეხმარება თანატოლებთან მნიშვნელოვანი კავშირების ჩამოყალიბებაში მთელი მსოფლიოს მასტაბით“.**

იმასთან დაკავშირებით, თუ როგორ უწყობს ხელს eTwinning-ი პოზიტიური და ინკლუზიური საკლასო გარემოს შექმნას, მიგელამ ხაზგასმით აღნიშნა,

რომ სხვადასხვა ქვეყნებში მცხოვრებ თანატოლებთან ერთობლივ პროექტებში მონაწილეობით, მოსწავლეებს შესაძლებლობა აქვთ კომუნიკაცია დაამყარონ ადამიანებთან, რომლებსაც სხვაგვარად ვერასდროს შეხვდებიან. ამგვარი ინკლუზიურობა სცდება გეოგრაფიულ საზღვრებს, რადგან აქტივობებში თანაბრად არიან ჩართულები სხვადასხვა სოციალურ-ეკონომიკური წარმომავლობის მოსწავლეები. ინკლუზიურობა ქმნის პოზიტიურ და ემოციურ ატმოსფეროს, სადაც მოსწავლეები მხარდაჭერასა და დაფასებას გრძნობენ.

eTwinning-ის ინკლუზიურობის კიდევ ერთი საკვანძო ასპექტია მოსწავლეების ინტერესებსა და ძლიერ მხარეებზე აქცენტირება. მიგელა აღნიშნავს, რომ ერთობლივ პროექტებში, მოსწავლეებს შეუძლიათ გამოავლინონ თავიანთი ნიჭი და პრეფერენციები, იქნება ეს მწერლობის, ვიდეორგოლების თუ სხვა შემოქმედებითი გზების გამოყენებით. ამგვარი მიდგომა ქმნის უფრო მეტად პერსონალიზებულ სასწავლო გამოცდილებას, სადაც თითოეული მოსწავლის უნიკალური შესაძლებლობები აღიარებული და დაფასებულია.

გარდა ამისა, მიგელამ აღნიშნა, რომ აუცილებელია eTwinning-ის პროექტების აქტივობები გასცდეს ტრადიციულ, საკლასო აკადემიურ საგნებს. ისეთ თემებზე ფოკუსირებით, რომლებიც ეხმარება მოსწავლეთა ინტერესებსა და გატაცებებს, მასწავლებლებს შეუძლიათ შექმნან უფრო დინამიური და მიმზიდველი სასწავლო გარემო.

თანამშრომლობა გამომწვევებთან გასაძლავლებლად

როდესაც მოსწავლეები აწყდებიან გამოწვევებს, როგორიცაა ემოციური ან ქცევითი პრობლემები, გადამწყვეტი მნიშვნელობა ენიჭება მათ დაუყოვნებლივ მოგვარებას. მიგელამ აღწერა პროტოკოლი, რომლის თანახმად, სკოლა ვალდებულია დაუკავშირდეს მშობლებს, აცნობოს მათ ნებისმიერი პრობლემის შესახებ და ერთობლივად მოიფიქრონ გამოსავალი. გარდა ამისა, მოსწავლეებს, და იდეალურ შემთხვევაში მასწავლებლებსაც, სკოლა სთავაზობს მხარდაჭერას ფსიქოლოგისა და კონსულტანტის სერვისის სახით.

მშობლების ჩართვა მოსწავლეთა კეთილდღეობის უზრუნველყოფის პროცესში სასიცოცხლოდ მნიშვნელოვანია. სკოლას რეგულარულად აქვს კომუნიკაცია მშობლებთან, ატყობინებს მათ ნებისმიერი პრობლემის შესახებ, რომელიც შეიძლება მათ შვილს ჰქონდეს და ცდილობს მშობლების მონაწილეობით მოიფიქროს ოპტიმალური გამოსავალი. აქტივობები, მათ შორის ვორკშოპები და ტრენინგები, ეხმარება მშობლებს გააცნობიერონ, თუ როგორ დაეხმარონ თავიანთ შვილებს ეფექტურად განვითარებისა და კეთილდღეობის მიღწევაში.

მიუხედავად იმისა, რომ სკოლაში არსებობს გარკვეული მექანიზმები მოსწავლეთა კეთილდღეობის მხარდასაჭერად, მიგელას თქმით, მასწავლებელთა ფსიქიკურ ჯანმრთელობაზე ორიენტირებული

ფორმალური მხარდაჭერის საშუალებები საკმაოდ მწირია. ამის მიუხედავად, სკოლა უზრუნველყოფს მასწავლებლებს შორის კოლეგიალური მხარდაჭერის კულტურის დანერგვას, ასევე ხელს უწყობს, რომ მათ, საჭიროების შემთხვევაში, დახმარებისთვის მიმართონ კოლეგებს ან სკოლის დირექტორს. გარდა ამისა, Ubuntu-ს კლუბის კოორდინატორი არის დამატებითი რესურსი როგორც მოსწავლეებისთვის, ასევე მასწავლებლებისათვის, რომელიც, საჭიროების შემთხვევაში, მზადაა მიაწოდოს რჩევები და მხარდაჭერა.

სკოლა ასევე თანამშრომლობს გარე ორგანიზაციებთან, მათ შორის ფსიქიკური ჯანმრთელობის ცენტრებთან, რათა უზრუნველყოს მოსწავლეებისთვის დამატებითი მხარდაჭერა და რესურსები. აღნიშნული პარტნიორობა გულისხმობს სტუმრების მოწვევას, უშუალოდ მოსწავლეთა კეთილდღეობასთან დაკავშირებულ თემებზე სასაუბროდ, როგორიცაა სექსუალობა, პუბერტატი და ადრეული ქცევები.

ლაურა ლაბორდა-მარტინესი – CIPFP Ciutat de l'Aprenent, ვალენსია, ესპანეთი

ლაურა ლაბორდა-მარტინესი ინგლისური ენის მასწავლებელია, ვალენსიის ერთ-ერთი ყველაზე დიდ პროფესიულ სასწავლებელში სახელწოდებით, CIPFP Ciutat de l'Aprenent. სკოლას დაახლოებით 2100 მოსწავლე და 230 მასწავლებელი ჰყავს. სკოლაში ისწავლება სხვადასხვა პროფესიული კურსები, მათ შორის

ტექნიკური საგნები, კოსმეტოლოგია და კულინარია. სკოლის დირექტორი ჩართულია eTwinning-ის პროექტებში და თანამშრომლობს ლაურასთან, ასევე eTwinning-ის ნიშნის მფლობელი სკოლების მასწავლებლებთან. ლაურას ასევე აქვს Erasmus+ პროექტებზე მუშაობის გამოცდილება. მის სკოლაში ძირითადად, 16-დან 18 წლამდე მოსწავლეები სწავლობენ, მათი ნაწილი სავალდებულო საშუალო საფეხურს ასრულებს, ხოლო დანარჩენები კი სპეციალიზებულ კურსებს გადიან.

მასწავლებლებისა და მოსწავლეების კეთილდღეობა

ლაურას თქმით, მისმა სკოლამ გარკვეული ღონისძიებები გაატარა მასწავლებლების კეთილდღეობის მხარდასაჭერად. დირექტორი მართავს ონლაინ და ოფლაინ აქტივობებს, ისეთ საკითხებზე ფოკუსირებით, როგორიცაა „მანდფულენსი“, ჯანსაღი კვება და ვარჯიში. სკოლაში ასევე უწყობს სახალისო აქტივობები, მაგალითად, ყოველწლიური ექსკურსია ლაბორინთში, სადაც 2023 წელს, ველოსიპედებით თვალწარმტაცი ადგილები მოინახულეს, ხოლო 2024 წელს, მდინარის ნაპირზე გასეირნებას გეგმავენ.



მოსწავლეთა კეთილდღეობაზე ზრუნვა, ცოტათი უფრო რთული საკითხია. გადატვირთული ცხრილისა და ხანმოკლე შესვენებების გამო, სკოლას არ აქვს შესაძლებლობა მოსწავლეებს ფიზიკური აღზრდის ბევრი ფორმალური აქტივობა შესთავაზოს. სკოლას აქვს პატარა სივრცე, სადაც მოსწავლეები შესვენების დროს ფეხბურთს, ფრენბურთს და კალათბურთს თამაშობენ, ხოლო ყოველწლიურად ფეხბურთის ტურნირი იმართება. ამასთან, ლაურამ აღნიშნა: „რთულია უფრო მეტი ფიზიკური აქტივობის ინტეგრირება გადატვირთული ცხრილისა და სივრცის ნაკლებობის გამო“.

რაც შეეხება ფსიქიკურ კეთილდღეობას, ლაურამ აღნიშნა: „ესპანეთში, კონკრეტულად კი, ჩვენს სკოლაში არსებობს ზოგადი შეხედულება, რომ ახალგაზრდა თაობას უფრო მეტი ფსიქიკური პრობლემები აქვს, ვიდრე ზრდასრულებს. თუმცა, მე ვფიქრობ, რომ ფსიქიკური პრობლემების სიხშირე სულაც არ არის გაზრდილი, არამედ შეიმჩნევა ტენდენცია, რომ თითოეულ ემოციურ მდგომარეობას ან ქცევას ფსიქიკურ დიაგნოზს მივაწერო ხოლმე. წარსულში ცუდ ხასიათზე ყოფნა ან შფოთვის შეგრძნება აღიქმებოდა დროებით სტრესად ან პიროვნულ მახასიათებლად. დღეს კი, ამგვარი განცდები ხშირად პათოლოგიად მიიჩნევა, რაც მოზარდებში ფსიქიკური ჯანმრთელობის პრობლემების გამძაფრებულ აღქმას იწვევს“.

ერთ-ერთი საყურადღებო ტენდენცია, რასაც ლაურა დააკვირდა, არის ფსიქიკურ პრობლემებთან ბრძოლის გაიდეალება

სოციალურ მედიაპლატფორმებზე. ზოგიერთი მოზარდი ღიად საუბრობს თავის პრობლემებზე ონლაინრეჟიმში, იქცევს რა ამ გზით ყურადღებას და იძენს მიმდევრებს, საკუთარი თავის ისეთი მდგომარეობის მსხვერპლად წარმოჩენით, როგორიცაა დეპრესია, შფოთვა ან კვებითი აშლილობები. „ჩვენთვის, პედაგოგებისთვის“, აღნიშნა ლაურამ, „გადამწყვეტი მნიშვნელობა აქვს, რომ მოვახერხოთ ამ უარყოფითი გავლენების შერბილება პოზიტიური ასოციაციების შექმნით და მოსწავლეების მოტივირებით, რომ ისინი ჩაერთონ აქტივობებში, რომლებიც გააძლიერებს მათ თვითშეფასებასა და კეთილდღეობას. ჩვენ უნდა დავარწმუნოთ მოსწავლეები, რომ მოწყდნენ ეკრანებს, ფოკუსირდნენ ჯანსაღი და სრულფასოვანი ცხოვრების ასპექტებზე და არ შეიქმნან ტანჯვითი გარემო, მხოლოდ და მხოლოდ, ყურადღების მიზიდვის მიზნით“.

ერთ-ერთი მთავარი გამოწვევა, რომელიც ლაურას სკოლაში არსებობს, არის სკოლის მნიშვნელოვანი სიდიდე. დიდი ხნის მანძილზე, 2000-ზე მეტი მოსწავლის საჭიროებებზე ზრუნვა, ფსიქოლოგიური დახმარების სამსახურის მხოლოდ ორ წევრს ევალებოდა, რაც საკმაოდ რთული ამოცანა იყო, თუკი გავითვალისწინებთ მოსწავლეთა პრობლემების სპექტრს: სუიციდური მიდრეკილებები, სექსუალური ტრანზიციის, ოჯახური პრობლემები და სხვ. მიუხედავად იმისა, რომ წელს კიდევ ორი ფსიქოლოგი დაემატა სკოლას, მოსწავლეთა საჭიროებების ეფექტურად მოგვარება მაინც მეტ რესურსს მოითხოვს.

მიუხედავად იმისა, რომ მნიშვნელოვანია მოსწავლეების მომზადება დასაქმების ბაზარზე არსებული რეალობისთვის, ასევე თანაბრად სასიცოცხლო მნიშვნელობისაა მეგობრული გარემოს შექმნა და მხარდაჭერა. თუმცა, ლაურას თქმით, ბევრ მასწავლებელს არ აქვს გავლილი გადამზადება ფსიქიკური ჯანმრთელობის პრობლემების იდენტიფიცირებისა და მოგვარების საკითხებზე, რის გამოც ხანდახან მასწავლებლები დისციპლინურ ზომებს მიმართავენ, რამაც შესაძლოა სიტუაცია კიდევ უფრო გააძნეავოს. ლაურამ განმარტა, რომ წლების განმავლობაში, მან გააცნობიერა, თუ როდენ მნიშვნელოვანია მოსწავლეებთან ემოციური კავშირის დამყარება. მოსწავლეების მოსასმენად დროის გამოყოფა, გულწრფელი ინტერესის დემონსტრირება და მხარდაჭერი საკლასო გარემოს შექმნა, მნიშვნელოვნად აუმჯობესებს მოსწავლის კეთილდღეობას.

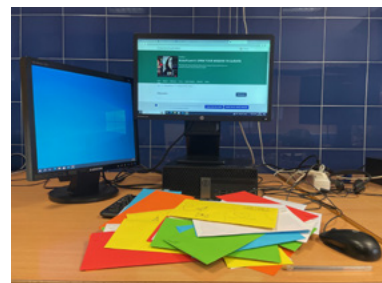
ამ მიზნით, ლაურა გაკვეთილის დაწყების წინ, გარკვეულ დროს უთმობს არაფორმალურ გასაუბრებას, რომლის დროსაც მოსწავლეებს შეუძლიათ ისაუბრონ, თუ როგორ გაატარეს შაბათ-კვირა ან უამბონ მასწავლებელს იმ პრობლემებზე, რაც შესაძლოა აწუხებდეთ. ამგვარი ინვესტიცია ურთიერთობის გასამყარებლად ამცირებს კონფლიქტებს და აძლიერებს მოსწავლეებში მიკუთვნებულობის შეგრძნებას.

რაც შეეხება მშობლების ჩართულობას მოსწავლეთა კეთილდღეობის გაუმჯობესების პროცესში, ლაურამ

განაცხადა, რომ კომუნიკაცია მშობლებთან ძირითადად ხორციელდება ონლაინპლატფორმების მეშვეობით. მართალია, პირისპირ შეხვედრები მშობლებთან იმართება მნიშვნელოვანი საკითხების განსახილველად, ლაურამ ხაზგასმით აღნიშნა, თუ როდენ აუცილებელია მშობლებთან ურთიერთობისას პატივისცემით და გულისხმიერი დამოკიდებულების შენარჩუნება. თანამშრომლობა სხვა დაინტერესებულ მხარეებთან, მათ შორის სათემო ორგანიზაციებთან და სკოლების კოორდინატორებთან, ასევე საჭიროა მხარდამჭერი კავშირების დასამყარებლად, რათა მომავალში ერთობლივად შეძლონ მოსწავლეთა სხვადასხვა საჭიროებების მოგვარება, თუმცაღა, ლოგისტიკურმა პრობლემებმა და სხვადასხვა პრიორიტეტულმა საკითხებმა შესაძლოა შეაფერხოს მტკიცე პარტნიორობის ჩამოყალიბების პროცესი.

ETWINNING: მოსწავლეთა კეთილდღეობის ისტორიები

დადასტურებული ფაქტია, რომ მოსწავლეთა კეთილდღეობის ხელშეწყობისთვის, eTwinning-ი ერთ-ერთი სასარგებლო ინსტრუმენტია, რომელიც ტრადიციული პედაგოგიური



მეთოდებისა და სახელმძღვანელოების ალტერნატივას წარმოადგენს. „ესპანეთისთვის, სადაც აქცენტი ხშირად გამოცდებსა და გრამატიკის ცოდნაზე კეთდება“, აღნიშნავს ლაურა, „eTwinning წარმოადგენს ახალ ალტერნატივას, რომელიც ამოტივირებს მოსწავლეებს ჩაერთონ სასწავლო პროგრამაში უფრო დინამიური და თანამშრომლობითი ფორმით“.

eTwinning-ის პროექტებში, მოსწავლეებს აქვთ სრული თავისუფლება შეისწავლონ სხვადასხვა საკითხები, გრამატიკული წესებისა და საგამოცდო ფორმატების მიღმა. მოსწავლეები ერთად მუშაობენ რეალურ ამოცანებზე, როგორიცაა ლოგოს შექმნა ან Kahoot-ში კითხვების მომზადება კულტურული სტერეოტიპების შესახებ. ამგვარი პროექტები არა მხოლოდ აძლიერებს მოსწავლეთა ენობრივ უნარებს, არამედ ავითარებს მათ ცნობისმოყვარეობასა და კულტურულ ცნობიერებას.

გარდა ამისა, eTwinning-ი საშუალებას აძლევს მოსწავლეებს, სხვადასხვა ქვეყანაში მცხოვრებ თანატოლებთან ურთიერთობისას, გაარღვიონ გეოგრაფიული და კულტურული ბარიერები. მრავალფეროვან პერსპექტივებთან შეხება არა მხოლოდ

ამდიდრებს მოსწავლეების სასწავლო გამოცდილებას, არამედ აძლიერებს მათ თავდაჯერებულობას, რადგან ისინი ხედავენ, რომ მათ შეკითხვებს პასუხს სცემენ და მათ წვლილს აფასებენ მსოფლიოს სხვადასხვა ადგილას მცხოვრები მოსწავლეები.

eTwinning-ის პროექტებში მონაწილეობა, მოსწავლეებს უძლიერებს მოქმედების თავისუფლებისა და საკუთარ სასწავლო გამოცდილებაზე კონტროლის შეგრძნებას. მოსწავლეები არიან აქტიური მონაწილეები, ნაცვლად იმისა რომ იყვნენ ცოდნის პასიური მიმღებნი, რაც დადებითად მოქმედებს მათ ზოგად კეთილდღეობაზე. თანამშრომლობის, შემოქმედებითობისა და კულტურული გაცვლების პლატფორმის უზრუნველყოფით, eTwinning-ი მოსწავლეებს აძლევს შესაძლებლობას პასუხისმგებლობა აიღონ საკუთარ განათლებაზე და აძლიერებს მათში თემის წევრობის შეგრძნებას.

„მაგალითად, თუკი მოსწავლეს უჭირს ინგლისურენოვანი დავალების შესრულება“, - განმარტავს ლაურა, „მე მას არ ვაიძულებ, რომ ჩაერთოს ინდივიდუალურ საუბრებში სხვა ქვეყნის თანატოლებთან. ნაცვლად ამისა, მე მოსწავლეს ვაძლევ ისეთ დავალებას, სადაც მას შეუძლია მაქსიმალურად გამოავლინოს საკუთარი უნარ-ჩვევები და ინტერესები, მაგალითად, მოიფიქროს იდეები ლოგოს შესაქმნელად. ეს მიდგომა მოსწავლეს საშუალებას აძლევს მნიშვნელოვანი წვლილი შეიტანოს გუნდურ მუშაობაში და ასევე გაიუმჯობესოს თავდაჯერებულობა და საკუთარი თავის ფასის შეგრძნება“.

eTwinning-ი გადამწყვეტ როლს ასრულებს ასევე მხარდამჭერი და ემპათიური საკლასო გარემოს ხელშეწყობაში, განსაკუთრებით მოსწავლეთა ემოციური კეთილდღეობის მხარდასაჭერად. eTwinning-ი უზრუნველყოფს უსაფრთხო სივრცეს, სადაც მოსწავლეებს შეუძლიათ საკუთარი ემოციების გამოხატვა. ტრადიციული საკლასო ოთახისგან განსხვავებით, სადაც დროითმა შეზღუდვებმა შესაძლოა შეაფერხოს დისკუსიები, eTwinning-ის პროექტები იძლევა უფრო ყოვლისმომცველი და შინაარსობრივი საუბრების შესაძლებლობას. ეს მოსწავლეებს აძლევს საშუალებას ერთმანეთს გაუზიარონ თავიანთი იდეები, განცდები და პრობლემები, მეგობრულ და განსჯისგან თავისუფალ გარემოში. ამავე დროს, eTwinning-ი ავითარებს შემოქმედებითობასა და თანამშრომლობას. ლაურამ აღნიშნა: „ტრადიციული, სტრუქტურირებული გაკვეთილის გარემოში, მოსწავლემ, რომელიც კარგად არ ფლობს ინგლისურ ენას ან არ გამოირჩევა კონკრეტულ საგანში, შესაძლოა თავი იგრძნოს იგნორირებულად. **eTwinning-ის პროექტები კი, საშუალებას აძლევს მოსწავლეებს გამოავლინონ თავიანთი მრავალფეროვანი უნარები და შესაძლებლობები.** ყველა მოსწავლეს აქვს ღირებული წვლილის შეტანის შესაძლებლობა, იქნება ეს ორგანიზაციული უნარები, თუ მხატვრული ნიჭი. **ამგვარი ინკლუზიური მიდგომა აძლიერებს მიკუთვნებულობის შეგრძნებას, ხელს უწყობს თანატოლებს შორის თანამშრომლობას და აუმჯობესებს მათ ემოციურ კეთილდღეობას“.**

დამატებითი ინფორმაციის სახით, ლაურამ მოიყვანა eTwinning-ის აქტივობების რამდენიმე მაგალითი. კერძოდ, გრაფიკული დიზაინის მოსწავლეებმა, საგნის მასწავლებლებთან ერთად, შეასრულეს Erasmus+ ინოვაციური პროექტი, რომლის ფარგლებშიც უნდა შეექმნათ გზამკვლევი ვალენსიის შესახებ. საგნის მასწავლებელმა მოსწავლეებს მიანოდა ბუკლეტის გამოცემასთან დაკავშირებით საჭირო ტექნიკური ინფორმაცია, ხოლო მოსწავლეებმა მოიფიქრეს წიგნის შინაარსი. მოსწავლეებმა შექმნეს სამუშაო ვერსია, რომელიც შემდეგ შესწორდა და დაკორექტირდა, საბოლოო ვერსიად დამტკიცებამდე. ასევე, მოიფიქრეს საბოლოო პროდუქტის ვიზუალი.

ლაურას თქმით, „შედეგი მართლაც რომ შთამბეჭდავი აღმოჩნდა. მოსწავლეებმა შექმნეს გასაოცარი ბუკლეტი ვალენსიის და სხვადასხვა საერთაშორისო გამოცდილების შესახებ. ამ ერთობლივი ძალისხმევის დამსახურებით, მათ არა მხოლოდ განივითარეს უნარები გრაფიკული დიზაინის მიმართულებით, არამედ მიიღეს ფასდაუდებელი ცოდნა სხვადასხვა კულტურისა და პერსპექტივის შესახებ, რამაც მათი სასწავლო გამოცდილება მნიშვნელოვნად გაამდიდრა“.

მოსწავლეთა ზოგად კეთილდღეობაზე eTwinning-ის პროექტების გავლენის შეფასებისას, ლაურამ გაანალიზა შემდეგი კრიტერიუმები: ჩართულობის დონე, ენობრივი უნარების გაუმჯობესება, სოციალური ინტერაქცია, უწყვეტი კომუნიკაცია სხვა ქვეყნების

მოსწავლეებთან, მოსწავლეების ზოგადი აღქმა პროექტის შესახებ. პოზიტიური მაჩვენებლები, როგორიცაა გაუმჯობესებული თავდაჯერებულობა, პროაქტიული ჩართულობა და მიკუთვნებულობის შეგრძნება, დასტურია იმისა, რომ მოსწავლეებმა მნიშვნელოვანი სარგებელი მიიღეს eTwinning-ის საზოგადოებაში მონაწილეობით და შესრულებული აქტივობებით.

დაბოლოს, ლაურამ საზგასმით აღნიშნა, რომ „მოსწავლის კეთილდღეობის გაუმჯობესება“ საჭიროებს მრავალმხრივ მიდგომას, რაშიც იგულისხმება მასწავლებელი-მოსწავლის ურთიერთობა, კულტურული სენსიტიურობა, ერთობლივი პროექტები და საზოგადოების ჩართულობა. მიუხედავად არსებული გამოწვევებისა, მასწავლებლები ერთგულად ქმნიან მხარდამჭერ სასწავლო გარემოს, სადაც ყველა მოსწავლეს შეუძლია თავი იგრძნოს დაფასებულად და გაძლიერებულად“.

**ზუზანა პოლონიოვა –
Gymnázium P. J. Šafárika,
AkademikaHronca 1, როჟნიევა,
სლოვაკეთი**

ზუზანა პოლონიოვა ინგლისური ენის მასწავლებლად მუშაობს eTwinning-ის სკოლაში, Gymnázium P. J. Šafárika, AkademikaHronca 1, რომელიც სლოვაკეთის ქალაქ როჟნიევაში მდებარეობს. ბოლო ხუთი წელიწადია, ზუზანა არის eTwinning-ის ელჩი და მართავს ტრენინგებს, სადაც კოლეგებს

ასწავლის ციფრული ინსტრუმენტების გამოყენებას და eTwinning-ის პროექტებზე თანამშრომლობითი მუშაობის სპეციფიკას. მისი სკოლა აქტიურად უწყობს ხელს მოსწავლეებისა და მასწავლებლების კეთილდღეობას, მრავალფეროვანი აქტივობების ორგანიზებითა და ჩართულობით, საჭიროების შემთხვევაში კი, ასევე სთავაზობს მხარდამჭერას.

ფიზიკური კეთილდღეობა

ფიზიკური კეთილდღეობა უმაღლესი პრიორიტეტია ზუზანას სკოლაში, რომელიც სლოვაკეთის ქალაქ როჟნიევაში მდებარეობს. მოსწავლეებს და მასწავლებლებს სკოლა სთავაზობს მრავალფეროვან ინიციატივებს. სასწავლო პროგრამის განუყოფელ ნაწილს წარმოადგენს რეგულარული ფიზიკური აღზრდის გაკვეთილები, მოსწავლეებში ფიტნესის პოპულარიზაციის მიზნით, რაშიც იგულისხმება სხვადასხვა აქტივობები, მათ შორის სპორტული თამაშები, ტანვარჯიში და ცეკვა. სტრუქტურირებული გაკვეთილების გარდა, სკოლაში შექმნილია კეთილდღეობის ხელშეწყობი ჰოლისტიკური გარემო, ასევე იმართება კლასგარეშე ღონისძიებები, მაგალითად, ლაშქრობა, ციგურაობა, სათხილამურო გასვლები და როლიკებით სრიალი.





დიდი ყურადღება ენიჭება ასევე ჯანმრთელობაზე ზრუნვას ისეთი ინიციატივებით, როგორიცაა „ჯანსაღი კვების კვირეული“, რომლის მიზანი მოსწავლეების ცოდნის გაღრმავებაა კვებისა და ჯანსაღი ცხოვრების წესის შესახებ.

ფიზიკური აქტიურობის დამატებითი ხელშეწყობის მიზნით, სკოლა მართავს ჩელენჯებს და ღონისძიებებს როგორც მოსწავლეებისთვის, ასევე მასწავლებლებისათვის, რაც მაქსიმალურად უწყობს ხელს გუნდურობის გაუმჯობესებას. აღნიშნული ინიციატივები სცდება სკოლის ფარგლებს, ვინაიდან ყოველწლიური გუნდური აქტივობები სლოვაკეთის სხვადასხვა კუთხეში იმართება. სათემო ორგანიზაციებთან თანამშრომლობა, მათ შორის სპორტულ კლუბებთან და ფიტნეს ცენტრებთან, ამდიდრებს ფიზიკური აღზრდის გამოცდილებას და მოსწავლეებს აძლევს შესაძლებლობას გაკვეთილების მიღმა აღმოაჩინონ ახალი ინტერესები. მოსწავლეების უკუკავშირის საფუძველზე, ყალიბდება ახალი ინიციატივები, ხოლო სკოლის ადმინისტრაცია აქტიურად უჭერს მხარს გარე ორგანიზაციებთან და ადგილობრივ ხელისუფლებასთან თანამშრომლობას. ამგვარი თანამშრომლობითი მიდგომა

უზრუნველყოფს მოსწავლეების საჭიროებების მოგვარებას და ინიციატივების მორგებას მათი კეთილდღეობის ეფექტიანი ხელშეწყობისთვის.

სკოლაში დანერგილია ჰიბრიდული სწავლების მოდელი, რათა დაბალანსდეს ეკრანთან გატარებული დრო და ფიზიკური აქტიურობა. სკოლა მოსწავლეებს სთავაზობს პრაქტიკულ სავარჯიშოებს, სკოლისგარე კვლევით და სარელაქსაციო აქტივობებს. ჩელენჯები და კონკურსები, მათ შორის ნაბიჯების ჩელენჯი და შემოქმედებითი შეჯიბრებები, ამოტივირებს მოსწავლეებს, რომ დარჩნენ აქტიურები და შეიმცირონ სტრესის დონე სარელაქსაციო აქტივობებით. მასწავლებლები მნიშვნელოვან როლს ასრულებენ ფიზიკური აქტივობის ხელშეწყობაში, გაკვეთილებში ფიზიკურ მოძრაობაზე ორიენტირებული პედაგოგიური სტრატეგიების ინტეგრირებით. აქტივობები, როგორიცაა როლური თამაშები, დრამის გაკვეთილები და სემინარები ღია ცის ქვეშ, აუმჯობესებს მოსწავლეთა ფიზიკურ აქტივობას და აკადემიურ შედეგებს. გარდა ამისა, მასწავლებლები მოსწავლეებთან ერთად აქტიურად მონაწილეობენ ფიზიკურ ჩელენჯებში და აქტივობებში, რაც საბოლოო ჯამში, ხელს უწყობს კეთილდღეობისა და ინკლუზიური კულტურის დანერგვას.

ფსიქოლოგიური კეთილდღეობა

ფსიქიკური კარგად ყოფნა ასევე პრიორიტეტულია ზუზანას სკოლისთვის, სადაც ფსიქოლოგიური და ემოციური კეთილდღეობის ერთმანეთისგან

გამიჯვნა აუცილებლობას წარმოადგენს. ფსიქოლოგიური კეთილდღეობა ნიშნავს კარიერითა და პირადი ცხოვრებით კმაყოფილებას, რომელშიც იგულისხმება მეგობრების, ოჯახისა და კოლეგების წრე, ხოლო ემოციური კეთილდღეობა კი ორიენტირებულია ემოციების თვითრეგულირებაზე. მოსწავლეთა ქცევაში ნებისმიერი ცვლილების შემჩნევა, აუცილებელი წინაპირობაა ადრეული ინტერვენციისათვის, ამიტომ, მასწავლებლები აქტიურად აკვირდებიან დისტრესის ან დაუცველობის ნიშნებს. ამგვარი ნიშნები შეიძლება იყოს გარიყულობა, გაღიზიანება, აკადემიური მოსწრების დაქვეითება ან თანატოლებთან ურთიერთობის სირთულეები. თანამშრომლობითი აქტივობები, რომლებშიც ასევე ჩართულები არიან მასწავლებლები, ორიენტირებულია მოსწავლეთა კეთილდღეობის სხვადასხვა ასპექტის გაუმჯობესებაზე, დროული მხარდაჭერისა და ინტერვენციის უზრუნველყოფის მიზნით.

ფსიქოლოგიური კეთილდღეობის ხელშეწყობისთვის, სკოლაში დანერგილია თანამშრომლობითი სწავლება და სოციალური ინტერაქცია. პროექტები, მათ შორის eTwinning, ხელს უწყობს სხვადასხვა ქვეყნებში მცხოვრებ თანატოლებთან კავშირის დამყარებას, დამეგობრებასა და კულტურათშორის ურთიერთგაგებას. ზუზანამ აღნიშნა: „წელს პროექტს ვახორციელებთ ესპანეთთან, საბერძნეთთან და საფრანგეთთან ერთად. ძალიან გაკვირვებულები დავრჩით იმ ფაქტით, თუ რაოდენ განსხვავებულად აღიქვამენ სხვა ქვეყნებში მცხოვრები ადამიანები

გარკვეულ საკითხებს. მაგალითად, პარტნიორებს გაუგებრებდა ნაქსოვი ფიფქები ნაძვის ხის მოსართავად, ფრანგმა მოსწავლეებმა კი ჩათვალეს, რომ ეს იყო საყურები!“ ამგვარი თანამშრომლობა მოსწავლეებს აცნობს სხვადასხვა კულტურებს, ხელს უწყობს ინკლუზიურობასა და განსხვავებულისადმი პატივისცემას. აქტივობების მეშვეობით, მაგალითად, პროექტით „კალმის მეგობარი“ (pen pal), მოსწავლეები ეცნობიან სხვადასხვა კულტურულ ნორმებსა და პრაქტიკას, რაც ხელს უწყობს პოზიტიური და ინკლუზიური სასწავლო გარემოს ფორმირებას.

გარდა ამისა, eTwinning-ი აუმჯობესებს თანატოლების მხარდაჭერას, გუნდურ მუშაობას და პოზიტიურ ურთიერთობებს, აძლევს მოსწავლეთა საერთო კეთილდღეობას. მიუხედავად იმისა, რომ პროექტები ტარდება ონლაინრეჟიმში, მიღებულ გამოცდილებას აქვს ხანგრძლივი ეფექტი, ვინაიდან მოსწავლეები ინარჩუნებენ მეგობრობას და ერთმანეთს პროექტის ფარგლებს გარეთაც ეხმარებიან.

ემოციური კეთილდღეობა

ემოციურ კეთილდღეობას დიდი ყურადღებით აკვირდებიან ზუზანას სკოლაში, სადაც ნებისმიერი ქცევითი ცვლილება, ემოციური პრობლემის ინდიკატორად მიიჩნევა. დაკვირვება მოსწავლეთა ემოციურ რეაქციებზე, როგორიცაა სოციალური ურთიერთობებისგან გარიყვა, განწყობის ცვალებადობა, მადის ან ძილის რეჟიმის ცვლილება, მეგობრებთან გართულებული ურთიერთობები, ამარტივებს სტრესის ან შფოთვის ნიშნების იდენტიფიცირებას.



მასწავლებლები მოსწავლეებს ასწავლიან, თუ როგორ განივითარონ ემპათია და სიკეთე სხვა ადამიანების მიმართ, თუნდაც ონლაინინტერაქციის დროს.

eTwinning-ის პროექტები ფასდაუდებელ ინსტრუმენტს წარმოადგენს მოსწავლეთა ემოციური კეთილდღეობის ხელშეწყობისთვის. თანამშრომლობითი სწავლება, სხვადასხვა ქვეყნის წარმომადგენლებთან ერთად, ხელს უწყობს თანატოლების მხარდაჭერას, გუნდურ მუშაობას და პოზიტიურ ურთიერთობებს, ამცირებს მარტოობის განცდას და აძლიერებს მიკუთვნებულობის შეგრძნებას. მოსწავლეებისთვის სხვადასხვა კულტურისა და პერსპექტივის გაცნობით, eTwinning-ის პროექტები ხელს უწყობს თანაგრძნობის, ტოლერანტობის და კულტურათაშორისი ურთიერთგაგების განვითარებას. მაგალითად, მოსწავლეები სწავლობენ კულტურული განსხვავებების დაფასებას, კითხვის

ქვეშ აყენებენ სტერეოტიპებს და ივითარებენ ემპათიას სხვა ადამიანების მიმართ კულტურათაშორისი თანამშრომლობის საფუძველზე.

გარდა ამისა, eTwinning-ის პროექტები მოსწავლეებს სთავაზობს შესაძლებლობას გამოხატონ საკუთარი თავი და ისაუბრონ თავიანთ იდეებსა და განცდებზე, მეგობრული და პატივისცემაზე დამყარებული ფორმით. ზუზანას თქმით, „მოსწავლეები გრძნობენ დაფასებას და პატივისცემას, რაც მათ თავს კარგად აგრძნობინებს“. ონლაინინტერაქციისთვის შემუშავებული წესები, ქმნის უსაფრთხო სივრცეს, სადაც მოსწავლეები თავს გრძნობენ დაფასებულად, ასევე აცნობიერებენ, რომ მათი ესმით და მხარს უჭერენ. ერთობლივი დავალებების დროს წარმოქმნილი გამოწვევები და კონფლიქტები გვარდება მასწავლებლების დახმარებითა და რჩევებით, რაც კიდევ უფრო აძლიერებს მოსწავლეთა ემოციურ მდგრადობას და პრობლემების გადაჭრის უნარს.



გარდა ამისა, თანამშრომლობითი პრაქტიკა სცილდება მოსწავლეთა ინტერაქციის ფარგლებს და ასევე გულისხმობს მასწავლებელთა მიერ გადანაცვტილებების მიღებას თანამშრომლობის საფუძველზე. მასწავლებლები ერთობლივად იღებენ გადანაცვტილებებს სკოლაში არსებული პრობლემების გადასაჭრელად, ეძიებენ გამოსავლებს ერთმანეთის გამოცდილებისა და რესურსების დაბალანსებით. ამგვარი თანამშრომლობითი კულტურა, რომელიც ნაწილობრივ eTwinning-ის პროექტების დამსახურებაა, ქმნის მხარდამჭერ და ემპათიურ სასკოლო გარემოს, სადაც ისმის და ფასდება ნებისმიერი მოსწავლის ხმა.

ზუზანას სკოლაში, მოსწავლეთა ჩართულობა და აზრის გამოხატვა ნახალისებულია სხვადასხვა პრაქტიკებითა და საგანმანათლებლო აქტივობებით, მაგალითად, სამებადო პროექტები, ედინბურგის ჰერცოგის ჯილდო, ჩელენჯი მოზარდებისთვის, რომლებსაც მოსწონთ მოხალისეობრივი საქმიანობა, პიროვნული განვითარება და თავადასავლები. ექსპედიციების დროს, მოზარდებით დაკომპლექტებული გუნდები გეგმავენ და ახორციელებენ ლაშქრობებს ბუნებაში, იწვეთარებენ საჭირო უნარებს, სწავლობენ თანამშრომლობას და ერთად უმკლავდებიან გამოწვევებს. გაეროს ბავშვთა ფონდის ინიციატივები, მოსწავლეთა პარლამენტი, ვიქტორინები, გამოსაშვები საღამოები და საზოგადოებრივი პროექტები, მოსწავლეებს უფლებას აძლევს თავად მართონ საკუთარი სასწავლო

პროცესი და მნიშვნელოვანი წვლილი შეიტანონ სასკოლო თემის ცხოვრებაში. აღნიშნული აქტივობები არა მხოლოდ აძლიერებს მოსწავლეთა ემოციურ კეთილდღეობას, არამედ უვითარებს მათ პასუხისმგებლობის გრძნობას, ლიდერობასა და სამოქალაქო ჩართულობას. მოსწავლეებს ეძლევათ შესაძლებლობა მოიფიქრონ პროექტები სასკოლო გარემოს გასაუმჯობესებლად, ამავდროულად, აქტიური მონაწილეობა მიიღონ ამ პროექტებისთვის ბიუჯეტის განაწილებაში, გადანაცვტილების მიღებისა და შეფასების პროცესში. ამის ერთ-ერთი მაგალითია უკვე განხორციელებული „ბუფეტის განახლების“ პროექტი, რომლის ფარგლებშიც მშობლებისა და სპონსორების მხარდაჭერით, მოსწავლეებმა შელბეს კედლები და შეიძინეს დერეფნებში დასაღვამი ახალი სავარძლები.

სტრატეგიებიდან ძველი გამოწვევები

მოსწავლეთა ფიზიკურ, ემოციურ და გონებრივ კეთილდღეობაზე ზრუნვას, ზუზანას სკოლაში თან ახლავს გამოწვევები, რაც ძირითადად მოიცავს აკადემიურ წნეხს, სოციალურ საკითხებსა და ფსიქიკური ჯანმრთელობის პრობლემებს. მოსწავლეები, საუნივერსიტეტო მისაღები გამოცდებისთვის მზადების პროცესში, იმყოფებიან აკადემიური მოლოდინების წნეხის ქვეშ, რაც ერთიორად ამძაფრებს მათ სტრესს და აკადემიური წარმატების მიღწევის სურვილს. შესაბამისად, მხარდამჭერი გარემოს შექმნა, პოზიტიური ურთიერთობების ხელშეწყობა და რესურსებზე

წვდომის უზრუნველყოფა, მათ შორის საკონსულტაციო სერვისების მიწოდება, აუცილებელი, თუმცა ამავედროულად, რთული ამოცანაა.

აღნიშნული გამოწვევების დასაძლევად, სკოლა სხვადასხვა მიდგომას იყენებს, მათ შორის:

- ფსიქიკური ჯანმრთელობის შესახებ ცნობიერების ამაღლების კამპანიები;
- „მანდფულენსის“ აქტივობები და კოლეგების მხარდაჭერის პროგრამები;
- სხვა სკოლებთან და პედაგოგებთან თანამშრომლობა, ისეთი პლატფორმების გამოყენებით როგორიცაა eTwinning, საუკეთესო პრაქტიკებისა და რესურსების გაზიარების მიზნით;
- მოსწავლეთა კეთილდღეობის რეგულარული შეფასება, გამოკითხვების, დაკვირვებისა და უკუკავშირის მეშვეობით;



- უკუკავშირის მიღება მოსწავლეებისგან და დაინტერესებული მხარისგან, რის საფუძველზეც დროთა განმავლობაში ხორციელდება სტრატეგიების მორგება მოსწავლეთა საჭიროებებისა და პრეფერენციების მიხედვით;
- მოსწავლეების გაძლიერება, რათა მათ აქტიური მონაწილეობა მიიღონ საკუთარი კეთილდღეობის ხელშეწყობაში.
ასევე მნიშვნელოვანია, მშობლებისა და სხვა დაინტერესებული მხარის ჩართვა მოსწავლეთა კეთილდღეობის მხარდაჭერის პროცესში. ეს შემდეგი გზებით მიიღწევა:
- შენარჩუნებულია მშობლებთან ღია კომუნიკაცია, საინფორმაციო ბიულეტენების, მშობელთა და მასწავლებელთა კრებების, ვორკშოპებისა და სოციალური მედიაპლატფორმების მეშვეობით. მშობლებს სთხოვენ მონაწილეობა მიიღონ სასკოლო აქტივობებში, მხარდამჭერ ღონისძიებებში და გადანაცვტილების მიღების პროცესში;
- ხორციელდება თანამშრომლობა სათემო ორგანიზაციებთან, სპორტულ კლუბებთან, ადგილობრივ ხელისუფლებასთან და სპონსორებთან, რათა

მოძიებული იქნეს რესურსები და მხარდაჭერა მოსწავლეთა კეთილდღეობისთვის საჭირო ინიციატივების განსახორციელებლად;

- კურსდამთავრებული მოსწავლეების მენტორებად, მოწვეულ სპიკერებად ან მოხალისეებად ჩართვა მოსწავლეების კეთილდღეობის მხარდაჭერის პროცესში.

საერთო ჯამში, ზუზანას eTwinning-ის სკოლა წერგავს მოსწავლეთა კეთილდღეობაზე ორიენტირებულ პოლისტურ მიდგომას, რაც გულისხმობს თანამშრომლობას, კულტურული ცნობიერების გაფართოებას, შეფასებას და დაინტერესებულ მხარეთა ჩართულობას, რაც უზრუნველყოფს მოსწავლეების მხარდაჭერას, დაფასებას და თავისუფლებას, რათა მათ დამოუკიდებლად მართონ საკუთარი აკადემიური გამოცდილება.

კეთილდღეობის განსავითარებელი აქტივობები eTwinning-ის პროექტებისთვის

სკოლას მნიშვნელოვანი როლი აკისრია მოსწავლეთა კეთილდღეობის მხარდაჭერის კუთხით. სოციალური და ემოციური უნარები, ცოდნა და ქცევები, რასაც მოზარდები საკლასო ოთახში სწავლობენ, ეხმარება მათ კეთილდღეობისადმი გრძელვადიანი დამოკიდებულების ჩამოყალიბებაში. ქვემოთ მოცემულ თავში, აღწერილია რამდენიმე აქტივობა, რომლებიც შეგიძლიათ გამოიყენოთ თქვენს eTwinning-ის პროექტებში, მოსწავლეთა კეთილდღეობის მხარდასაჭერად.

აქტივობების შთაგონებად იქცა გამოცდილი მასწავლებლების მიერ განხორციელებული და სპეციალურ ჯგუფებში გაზიარებული აქტივობები. აქტივობები შეირჩა პროექტებში ჩართული მოსწავლეების ასაკობრივი დიაპაზონის მიხედვით. აქტივობებში აღწერილია თანამშრომლობა ორ პარტნიორ კლასს შორის, თუმცა მათი ადაპტირება და განხორციელება შესაძლებელია უფრო მეტ პარტნიორ სკოლასთან ერთად.

81

დაიმშვიდე თავი!

ასაკობრივი კატეგორია: სკოლამდელი ბავშვისა და აღზრდის დაწესებულება

აღწერა:

იმართება ონლაინშეხვედრა, სადაც ორი ჯგუფი თამაშობს შემდეგ თამაშს:

- ორივე კლასის მოსწავლეებს გადაეცემათ სხვადასხვა ემოციების (ბედნიერება, სევდა, გაბრაზება, გაკვირვება, შიში და ა.შ.) ამსახველი ბარათები ან ფოტოსურათები. სასურველია, რომ ნახატები მოსწავლეებმა თვითონ დახატონ. ბავშვები ბარათებს უჩვენებენ თანატოლებს, რომლებმაც უნდა ამოიცნონ

ბავშვის განვითარება მცირეწლოვან ასაკში მნიშვნელოვნად განაპირობებს მის წარმატებულობას აკადემიურ საფეხურზე. მხარდაჭერი და ინკლუზიური საკლასო გარემოს შექმნა, ბავშვის განათლების საკვანძო ასპექტია, ვინაიდან ამით ყალიბდება სასკოლო გამოცდილების მყარი ფუნდამენტი. ქვემოთ მოცემული აქტივობა ტარდება მცირეწლოვან ბავშვებთან, თუმცა ასევე შესაძლებელია მისი მოდიფიცირება კონკრეტული კლასის საჭიროებების გათვალისწინებით.

6



82

ბარათებზე გამოსახული ემოციები.

- ყველა ბარათის ამოცნობის შემდეგ, მოსწავლეები ორივე კლასიდან, რიგრიგობით ირჩევენ ბარათებს. ერთი მოსწავლე ერთ-ერთი კლასიდან უნდა იყოს „მსახიობი“, ხოლო მეორე კლასის მოსწავლეები კი „გამომცნობები“. მსახიობი ფარულად ირჩევს ემოციის ბარათს, ისე რომ სხვებმა არ დაინახონ. შემდეგ, მსახიობი სხეულის და სახის გამომეტყველებით ცდილობს გამოსახოს ბარათზე აღბეჭდილი ემოცია, სიტყვის უთქმელად, ამასობაში კი, პარტნიორი კლასის გამომცნობები უნდა დააკვირდნენ და ამოიცნონ, თუ რომელი ემოციის ჩვენებას

ცდილობს მსახიობი. როცა მსახიობი დაასრულებს ემოციების ჩვენებას, გამომცნობები რიგრიგობით ცდილობენ გამოიცნონ, თუ რომელი ემოციის დემონსტრირებას ახდენდა მსახიობი. ბავშვებს შეუძლიათ გამოთქვან ვარაუდები ემოციების დასახელებით ან მიმიკის და სხეულის ენის გამოყენებით. მოსწავლეები ასახელებენ ემოციებს თავიანთ მშობლიურ ენებზე, ასევე უსმენენ, თუ როგორ გამოითქმის აღნიშნული ემოციები თანატოლების ენებზე. ვიდუოჩარტვის შემდეგ, მასწავლებლებს თავიანთ კლასებში შეუძლიათ რამდენიმე ნუთი დაუთმონ სხვადასხვა ემოციების განხილვას და სთხოვონ ბავშვებს

ისაუბრონ იმ მომენტებზე, როდესაც აღნიშნული ემოციები განიცადეს, ასევე დასახელებული ემოციების გამომწვევ მიზეზებზე. აქტივობა აუმჯობესებს მოსწავლეების ცოდნას ემოციების შესახებ და იძლევა ემოციური გამოხატვისა და ემპათიის დემონსტრირების შესაძლებლობას.

ამის შემდეგ, ჯგუფები იწყებენ „თვითდამშვიდების“ ყუთის დამზადებას. ყუთში ათავსებენ ისეთ ნივთებს, რომელთა გამოყენებაც საჭიროების შემთხვევაში შეეძლება. ამგვარი საჭიროება შეიძლება იყოს მომენტები, როდესაც ძალიან გაბრაზებულები იქნებიან, როდესაც სახლი მოენატრებათ, ან როცა განტვირთვა ან დამშვიდება დასჭირდებათ. ბავშვებს შეუძლიათ სახლიდან მოიტანონ ნივთები, მაგალითად ოჯახის წევრების, შინაური ცხოველების, ბედნიერი მოგონებების ამსახველი ფოტოები, ან მცირე ზომის სათამაშოები, მაგალითად, სათამაშო დათვი, პლასტელინი, ანტისტრესული სათამაშო, მცირე ზომის ფაზლი, და ა.შ.

მოსწავლეებს ასევე შეუძლიათ დაამზადონ „ჩახუტების ქილა“, რომელსაც ასევე ზემოაღწერილ ყუთში მოათავსებენ. ბავშვები ჯერ ხატავენ და შემდეგ გამოჭრიან პანაწინა გულებს. გულებზე ასევე შეიძლება თვითონ დახატონ რაიმე ან გააფერადონ. გულების გამოჭრისა და გაფორმების შემდეგ, ბავშვები გულებს ქილაში ათავსებენ. იდეა მდგომარეობს იმაში, რომ როდესაც მოსწავლე

განერვიულებულია და რაღაც აწუხებს, მას შეუძლია მივიდეს თვითდამშვიდების ყუთთან, ამოიღოს ერთი გული და მიუტანოს იმ ადამიანს, ვისთანაც სურს ჩახუტება, რაც იმის მიმანიშნებელია, რომ ეს კონკრეტული მოსწავლე უნდა შეჩერდეს და დაეხმაროს მეგობარს.

თვითდამშვიდების ყუთის ავსების შემდეგ, მასწავლებელს შეუძლია მას ფოტო გადაუღოს და TwinSpace-ზე ატვირტოს. მასწავლებლებს ასევე შეუძლიათ გაუზიარონ ფოტოები სხვა კლასებს და ისაუბრონ მსგავსებებსა და განსხვავებებზე. ამის შემდეგ, მასწავლებლები სთხოვონ მოსწავლეებს ისაუბრონ:

- რომელი ვიზუალური გამოსახულება უკავშირდება მათთვის მნიშვნელოვან ადამიანს, ადგილს, შინაურ ცხოველს და მოგონებას;
- რომელი ხმა ან სიმღერა იწვევს მათში სიმშვიდის განცდას;
- რომელი სურნელი იწვევს მათში სიმშვიდის განცდას;
- რა სახის ნივთებთან შეხება იწვევს მათში სიმშვიდეს;

ეს ყველაფერი შეიძლება შეიკრიბოს ელექტრონულ წიგნად, რომელსაც გაეცნობიან მშობლები და სასკოლო საზოგადოება და გამოიყენებენ სასარგებლო სარელაქსაციო რესურსის სახით.

83

იცეკვე შენი კეთილდღეობისთვის

სკოლა-საფეხური: დაწყებითი სკოლა

დაწყებითი სკოლა მნიშვნელოვნად ეხმარება მოსწავლეებს, რომ მათ შეძლონ ჯანსაღი ცხოვრების წესის არჩევა და იმის გაცნობიერება, თუ რა გავლენას ახდენს მათ მიერ მიღებული გადაწყვეტილებები მათ კარგად ყოფნაზე. მნიშვნელოვანია, იმის გააზრება, რომ ბავშვობის ეტაპი კრიტიკულად მნიშვნელოვანი პერიოდია კეთილდღეობისადმი გრძელვადიანი დამოკიდებულების ფორმირებისთვის. სოციალური და ემოციური უნარები, ცოდნა და ქცევები, რომლებსაც ბავშვები ამ ასაკში სწავლობენ, ეხმარება მათ მედეგობისა და ისეთი ქცევითი მოდელების ჩამოყალიბებაში, რაც მათ საკუთარი კეთილდღეობის მთელი ცხოვრების მანძილზე მართვაში დაეხმარებათ. ქვემოთ მოცემული აქტივობის განხორციელება შესაძლებელია დაწყებითი სკოლის ბავშვებთან.

აღწერა:

ორი კლასი ონლაინრეჟიმში მართავს გონებრივი შტურმის აქტივობას, სადაც განიხილავენ კეთილდღეობის რაობას. მოსწავლეები ორივე კლასიდან გამოთქვამენ საკუთარ მოსაზრებებსა და იდეებს, რომელთა დოკუმენტირებაც შესაძლებელია გაზიარებად ციფრულ სივრცეში (მაგ. პადლეტი, ციფრული რუკა, სიტყვების ღრუბელი (word cloud)).

ორივე ჯგუფი გონებრივი შტურმის მეშვეობით განიხილავს, თუ რატომ არის სასარგებლო „იცეკვა“ კეთილდღეობისათვის.

სავარაუდო პასუხები:

- ცეკვა კარგია, რადგან ფიზიკურად აქტიური ხარ, რაც სასარგებლოა შენი ორგანიზმისთვის;
- ცეკვა გეხმარება სტრესის დაძლევაში;
- ცეკვა მეგობრებთან ერთად სახალისოა და ბედნიერების შეგრძნებას გიძლიერებს.



მოსწავლეები მოსწავლეებს ყოფენ მცირე ზომის საერთაშორისო ჯგუფებად. თითოეულ ჯგუფს ევალება ისაუბროს ერთ კონკრეტულ ასპექტზე, თუ რატომ არის ცეკვა სასარგებლო კეთილდღეობისათვის. მაგალითად, ფიზიკური ჯანმრთელობა, ფსიქიკური ჯანმრთელობა, სოციალური კავშირები, თვითგამოხატვა და ა.შ. მოსწავლეები მოსწავლეებს საშუალებას აძლევენ მოიძიონ აღნიშნული თემების შესახებ ინფორმაცია წიგნებში ან ონლაინრესურსების გამოყენებით. ამის შემდეგ, ჯგუფებმა უნდა მოიფიქრონ იდეები პოსტერისთვის, მისი როგორც ტექსტუალური, ასევე ვიზუალური მხარე.

მას შემდეგ, რაც თითოეული ჯგუფი დაასრულებს პოსტერის კომპონენტებზე მუშაობას, მოსწავლეები აერთიანებენ ჯგუფებს, რათა თავი მოუყარონ ნამუშევრებს. ონლაინშეხვედრაზე, თითოეული ჯგუფი წარმოადგენს პოსტერის საკუთარ ნაწილს და საუბრობს, თუ რატომ არის ცეკვა

სასარგებლო კეთილდღეობისათვის. მოსწავლეები მოუწოდებენ მოსწავლეებს ისაუბრონ საკუთარ გამოცდილებაზე. მოსწავლეებს ასევე შეუძლიათ ინტერნეტში მოიძიონ მაგალითისთვის ვიდეორგოლები და განიხილონ, თუ როგორ აუმჯობესებს ცეკვა მოსწავლეების კეთილდღეობას.

დასასრულს, ორივე ჯგუფი ინდივიდუალურად ქმნის ფლეილისტს (სიმღერების ჩამონათვალს). ყველა ბავშვი თავის სასურველ სიმღერას ამატებს აღნიშნულ სიას. ეს შეიძლება იყოს სიმღერა, რომელსაც დიდი სიამოვნებით უსმენენ, როდესაც თავს გრძნობენ კარგად ან მოწყვნილად, როდესაც სურთ ცეკვა და ა.შ. ჯგუფები აქვეყნებენ თავიანთ ფლეილისტს საკუთარ თვინსფეისზე და უსმენენ მეგობარი ჯგუფის მიერ შექმნილ ფლეილისტს. ჯგუფებმა ასევე შეიძლება გამართონ ვიდეორჩართვა და აქტივობის დასრულება საცეკვაო წვეულებით აღნიშნონ!

გადადგი ნაბიჯი ბედნიერებისკენ!

სკოლა-საფეხური: საბაზო საფეხური

მოსწავლეების მხარდაჭერა სასიცოცხლოდ მნიშვნელოვანია მათი განვითარების ამ კრიტიკულ პერიოდში, რომელიც გამოირჩევა სწრაფი შემეცნებითი, ემოციური და სხეულებრივი ცვლილებებით. მოსწავლეების დახმარება, რათა მათ გაიცნონ საკუთარი თავი და გამოიმუშაონ

კეთილდღეობისადმი პოზიტიური მიდგომა, მათ უნვითარებს მედეგობას და მენტალური ჯანმრთელობის მიღწევის უნარებს. ქვემოთ მოცემული აქტივობა რეკომენდებულია საბაზო საფეხურის მოსწავლეებისათვის, თუმცა ასევე შეიძლება ადაპტირდეს თქვენი მოსწავლეების საჭიროებების მიხედვით.



ალწერა:

ორი კლასი საერთო პადლეტზე ერთობლივად განიხილავს, თუ რას ნიშნავს მათთვის კეთილდღეობა. მასწავლებლები მოსწავლეებს მოუწოდებენ, რომ ისაუბრონ კეთილდღეობის შემდეგ 5 კომპონენტზე:

- ემოციური კეთილდღეობა;
- ფიზიკური კეთილდღეობა;
- ფსიქიკური კეთილდღეობა;
- სოციალური კეთილდღეობა;
- ციფრული კეთილდღეობა.

ჯგუფები ერთმანეთს უზიარებენ საკუთარ გამოცდილებას კეთილდღეობის სხვადასხვა ასპექტების შესახებ. როგორ მოქმედებს ძილი სტრესის მართვის უნარზე? აქვთ თუ არა მოსწავლეებს რაიმე სტრატეგია კეთილდღეობის გასაუმჯობესებლად? როგორ უწყობს ხელს ძლიერი სოციალური კავშირები ემოციური კეთილდღეობის ჩამოყალიბებას? ჰქონიათ თუ არა მოსწავლეებს შემთხვევები, როდესაც ციფრულმა ტექნოლოგიებმა უარყოფითი ზეგავლენა მოახდინა მათ კეთილდღეობაზე? თუ მხოლოდ დადებითად მოქმედებს

ტექნოლოგიები მათ კეთილდღეობაზე? კლასები განიხილავენ შეკითხვებს და ქმნიან ციფრულ, მენტალურ დიაგრამას (mind-map), რომელსაც შემდეგ TwinSpace-ზე აქვეყნებენ.

გარდა ამისა, ჯგუფები ცალ-ცალკე ერთვებიან ფიზიკურ მოძრაობაზე ორიენტირებულ, კეთილდღეობის გასაუმჯობესებელ აქტივობაში, რომელიც დიდ სივრცეში (მაგალითად, სპორტული დარბაზი, სათამაშო მოედანი, ცარიელი კლასი) სრულდება. მასწავლებელი ცარცით ავლებს ხაზს ან წებოვანი ლენტით აკეთებს ზოლს სივრცის შუაგულში. მასწავლებელი ხაზგასმით აცხადებს, რომ აქტივობა წარმატებულად ჩაითვლება მხოლოდ იმ შემთხვევაში, თუკი მოსწავლეები ერთმანეთს პატივისცემით, სითბოთი და ნდობით მოეპყრობიან. აქტივობის დროს, მასწავლებელი წარმოთქვამს კეთილდღეობასთან დაკავშირებულ წინადადებებს. როდესაც მოსწავლე გადაწყვეტს, რომ კონკრეტული კითხვა/წინადადება შეესატყვისება იმას, რასაც იგი განიცდის, მას შეუძლია გადაკვეთოს ხაზი. აქტივობის მიზანია, რომ მოსწავლეებმა გააცნობიერონ, თუ როგორ მოქმედებს კეთილდღეობა მათზე

და მათ თანატოლებზე. შეგიძლიათ გამოიყენოთ შემდეგი კითხვები და დებულებები: „გადაკვეთეთ ხაზი, თუკი:

- (სატესტოდ) დადიხართ კონკრეტულ სკოლაში (დაასახელეთ თქვენი სკოლის სახელი);
- ოდესმე გიგრძნიათ მოჭარბებული ემოციები;
- არასოდეს განგიცდიათ ბულინგი;
- განუხებთ დაბალი თვითშეფასება;
- თავს კომფორტულად არ გრძნობთ მეგობრებთან თქვენს განცდებზე საუბრისას;
- სოციალურ მედიაში თავი გიგრძნიათ სხვებისგან განსხვავებულად;
- ოდესმე უთქვამთ თქვენთვის, რომ არ უნდა იტიროთ, არ უნდა გამოხატოთ ემოციები და არ უნდა გეშინოდეთ;
- ოდესმე გიგრძნიათ, რომ არ გაქვთ საკმარისი დრო დასვენებისთვის და განტვირთვისთვის;
- ოდესმე გიგრძნიათ თავი მართოსულად, არასასურველად, ან შეშინებულად;
- ოდესმე გადაგილახავთ სტრესი ან დარდი არაჯანსაღი საკვების მიღებით;
- ოდესმე გიგრძნიათ წნეხი, რომ გამოიყურობოდე

იმაზე უკეთესად, ვიდრე გამოიყურებით“.

ასევე, შეგიძლიათ მოიფიქროთ თქვენს ჯგუფებზე მორგებული სხვა შეკითხვები.

ჯგუფები, პირველ რიგში, ზემოაღნიშნულ სავარჯიშოს ასრულებენ ცალ-ცალკე, რათა ხელი შეეწყოს გუნდურ მუშაობას. მოგვიანებით კი, ვიდუროართვის მეშვეობით, ორივე კლასი ერთობლივად რეფლექსირებს აქტივობასთან დაკავშირებით. რა განსხვავებული ინფორმაცია შეიტყვეს მოსწავლეებმა? რას მიხვდნენ ბავშვები? როგორ უყურებენ მოსწავლეები თავიანთი კლასისა და თანატოლების კეთილდღეობას?

ონლაინდისკუსიის შემდეგ, კლასები იყოფიან მცირე საერთაშორისო ჯგუფებად. თითოეულ ჯგუფს ევალება შეასრულოს ქვემოთ აღწერილი სამი აქტივობიდან ერთ-ერთი. ჯგუფებმა უნდა მოიფიქრონ ერთი აქტივობა იმის სადემონსტრაციოდ, რაც შეიტყვეს ან ისწავლეს დისტანციური რეფლექსიის დროს. მოსწავლეები აქტივობას ონლაინფორმატში ასრულებენ. ამის შემდეგ, ახდენენ საკუთარი იდეების პრეზენტაციას. ასევე, რეკომენდებულია, რომ მოსწავლეებმა თვითონ მოიფიქრონ აქტივობები.

აქტივობა 1:

შეიმუშავეთ სოციალური მედიაკამპანია, რომელიც ხელს უწყობს პოზიტიური იმიჯის შექმნას.

აქტივობა 2:

ერთობლივად მოიფიქრეთ ხელოვნებასთან დაკავშირებული პროექტი, რომელიც ხელს უწყობს ფიზიკურ აქტივობას.

მოიფიქრეთ ციფრული თამაში, რომელიც მოსწავლეებს ასწავლის „მაინდფულნესის“ სავარჯიშოს შესრულებას.

აქტივობების პრეზენტაციის შემდეგ, ორივე ჯგუფი ასრულებს ახლადშექმნილ აქტივობებს და გამოცდილებას ერთმანეთს TwinSpace-ზე უზიარებენ.

აქტივობა 3:

პრობლემა შენ უნდა მოაგვარო, თუმცა მარტომ არა

სკოლა- საფეხური: საშუალო საფეხური

საგანმანათლებლო ცვლილებები შესაძლოა რისკის მატარებელი ფაქტორი აღმოჩნდეს მოსწავლეთა სწავლისადმი მოტივაციისა და კეთილდღეობის კუთხით. ის, თუ რამდენად კარგად ერგებიან მოსწავლეები სასკოლო გარემოს, გადამწყვეტია მათი კეთილდღეობისათვის. როდესაც მოსწავლე მოტივირებულია, რომ მიაღწიოს აკადემიურ წარმატებას, პარალელურად უმჯობესდება მისი თვითგანვითარების მიზნები და წინსვლა. ეს ყველაფერი კი დადებითად აისახება მის სოციალურ-ემოციურ ქცევაზე და, შესაბამისად, მის

კეთილდღეობაზე. ქვემოთ მოცემული აქტივობა შეგიძლიათ შეცვალოთ და მორგოთ საშუალო სკოლის უფროსი კლასის მოსწავლეების საჭიროებებს.

აღწერა:

ორი კლასი იყოფა მცირე საერთაშორისო ჯგუფებად, თითოეულში 4-6 მოსწავლე. მასწავლებლები ჯგუფებს უხსნიან, რომ მათ კეთილდღეობაზე დიდ გავლენას ახდენს ის, თუ რამდენად კარგად უმკლავდებიან სტრესს რეალურ ცხოვრებაში. ერთ-ერთი მეთოდი, რომლის მეშვეობითაც ადამიანები თავს რთულ ან სტრესულ სიტუაციებს ართმევენ, არის გამკლავების სტრატეგიები, როგორიცაა პრობლემების

გადაჭრის ან დახმარების მოძიების უნარი. მოსწავლეები იწყებენ დისკუსიას იმასთან დაკავშირებით, რომ ბავშვობაში ადამიანები დასამშვიდებლად და დასაწყნარებლად სხვადასხვა მეთოდებს იყენებენ, მაგალითად, თამაშობენ საყვარელ თამაშებს, უყურებენ ფილმებს, ეხუტებიან რბილ სათამაშოებს და ა.შ. შემდეგ, მოსწავლეებს სთხოვენ, რომ თავიანთ ჯგუფებში გაიხსენონ და იფიქრონ იმ სტრატეგიებზე, რომლებსაც ისინი იყენებდნენ ბავშვობაში. პასუხები ქვეყნდება ციფრულ პლატფორმაზე, როგორიცაა პადლეტი, Google Docs და ა.შ. მასწავლებლებს ასევე შეუძლიათ სთხოვონ მოსწავლეებს, რომ განმარტონ, თუ რატომ იყენებდნენ აღნიშნულ სტრატეგიებს და რამდენად ეფექტური იყო ისინი. ამ ნაწილის დასრულების შემდეგ, ჯგუფები იწყებენ სტრესთან გამკლავების დამატებითი მეთოდების მოფიქრებას, რომლებსაც ამჟამად, თინეიჯერობის ასაკში, მიმართავენ. რამდენად მსგავსია ან განსხვავებული ზემოთ ჩამოთვლილი სტრატეგიები? ასრულებენ თუ არა ეს სტრატეგიები დღემდე თავის დანიშნულებას? მოსწავლეების პასუხები ქვეყნდება ციფრულ პლატფორმაზე.

მასწავლებლები მოსწავლეებს განუმარტავენ დახმარების მოძიების, როგორც სტრესთან გამკლავების სტრატეგიის, მნიშვნელობას. იმისთვის, რომ მოსწავლეებს გაუმარტივდეთ ფიქრი იმაზე, თუ როგორ უნდა მოიძიონ დახმარება და ვისგან, მასწავლებლებს შეუძლიათ მოსწავლეებთან ერთად ჩაერთონ რეფლექსირების სავარჯიშოში. ამ აქტივობის ორგანიზება შესაძლებელია ონლაინპლატფორმაზე

(Kahoot, Slido და ა.შ.) ან პლენარული დისკუსიის სახით.

შეგიძლიათ გამოიყენოთ შემდეგი კითხვები:

- ვის მიმართავთ პირველ რიგში, როდესაც განერვიულებული ან გაბრაზებული ხართ?
- რატომ მიმართავთ ამ კონკრეტულ ადამიანს დახმარებისთვის?
- როდის ითხოვთ დახმარებას? მხოლოდ მაშინ, როცა ნეგატიურ ემოციებს განიცდით, თუ ასევე სასიხარულო მომენტების დროს?
- ვის შეიძლება თქვენს სკოლაში მოსწავლემ მიმართოს დახმარებისთვის ფსიქოლოგიური პრობლემის შემთხვევაში?
- რა შეიძლება დაგჭირდეთ თანატოლის მხარდასაჭერად, რომელსაც ფსიქოლოგიური პრობლემა აქვს?

ამის შემდეგ, კლასები კვლავ იყოფიან 4-6 მოსწავლისგან შემდგარ ჯგუფებად, როგორც აქტივობის დასაწყისში მოხდა და აორგანიზებენ ვიდეოჩართვას ან იყენებენ ერთობლივ ინსტრუმენტს პასუხების გამოსაქვეყნებლად. თითოეულ ჯგუფს გადაეცემა ორი სიტუაცია. თითოეული სიტუაციის პერსონაჟია ადამიანი, რომელსაც მეგობრის ან ზრდასრულის დახმარება ესაჭიროება. ჯგუფები განიხილავენ სიტუაციებს შემდეგ კითხვებზე ფოკუსირებით:



- არის თუ არა ეს სერიოზული სიტუაცია?
- უნდა გაესაუბროს თუ არა პერსონაჟი ვინმეს? დადებითი პასუხის შემთხვევაში, ვის უნდა გაესაუბროს?
- რა ღონისძიებები შეიძლება გატარდეს სამომავლოდ?

ჯგუფები ონლაინრეჟიმში ქმნიან სამოქმედო გეგმას, თუ როგორ უნდა იმოქმედონ პერსონაჟებმა. გეგმების შემუშავების შემდგომ, თითოეული ჯგუფი წარმოადგენს თავის სიტუაციას და სამოქმედო გეგმას პლენარული ვიდეორჩართვის მიმდინარეობისას. პრეზენტაციების მოსმენის შემდეგ, ჯგუფები ერთმანეთს აწვდიან უკუკავშირს და განიხილავენ ერთმანეთის იდეებს. სამოქმედო გეგმები იკრიბება და იტვირთება TwinSpace-ზე.

დასაწყისისთვის, შეგიძლიათ გამოიყენოთ ქვემოთ მოცემული სცენარები, თუმცა, ასევე შეგიძლიათ მოსწავლეებს მისცეთ უფლება თვითონ მოიფიქრონ სიტუაციები:

- ეში მეშვიდე კლასიდან ერთსა და იმავე ბავშვებთან მეგობრობს. ოთხ მათგანს რეგულარულად ხვდება ლანჩზე. თუმცა, ბოლო ერთი კვირაა, ეში ამჩნევს, რომ მეგობრები თავს არიდებენ - არ ელოდებიან კარადებთან, ან მიდიან სხვა მოსწავლეებთან ერთად, ისე რომ მას არ უცდიან. ეში ასევე შეიტყო, რომ მისმა რამდენიმე

კლასელმა ფეისბუქზე ცუდი კომენტარები დაწერა მასზე, ხოლო მისმა მეგობრებმა კი დააკომენტარეს მათი პოსტი.

- ლოლას უფლება მისცეს წასულიყო თავისი მეგობრის უფროსი ძმის დაბადების დღის წვეულებაზე. ლოლას ძალიან გაუხარდა წვეულებაზე წასვლის ნებართვა რომ მიიღო, რადგან, როგორც წესი, დედა ყოველთვის უშლის უფროსი ასაკის ბავშვებთან გართობას. წვეულებაზე ერთ-ერთი უფროსკლასელი ბიჭი დიდ ყურადღებას იჩენდა ლოლას მიმართ. მათ ბევრი იცეკვს და როცა ეგონათ რომ არავინ უყურებდა, ერთმანეთს აკოცეს კიდეც. დილით, როდესაც ლოლამ ინსტაგრამი შეამოწმა, აღმოაჩინა, რომ ვილას მათი კოცნის ამსახველი ფოტო გამოქვეყნებინა. ლოლამ თავი უხერხულად იგრძნო და ინერვიულა, რომ ყველა მას დაუწყებდა ყურებას და მასზე იჭორავებდნენ.

- ჯორჯმა ბოლო ხანებში ბევრჯერ გააცდინა სკოლა და მასალასაც ჩამორჩა. ის არ დადის სკოლაში, რადგან უვლის დედას, რომელსაც დეპრესია სტანჯავს და ასევე ალკოჰოლიზმისგან განკურნების პროცესში იმყოფება. ჯორჯს არ უსაუბრია მეგობრებთან, თუ რა სჭირს მის დედას, მათ მხოლოდ ის იციან, რომ ჯორჯს სახლში საქმეები

აქვს. ჯორჯის მეგობრები ამჩნევენ, რომ მასწავლებლები ფიქრობენ თითქოს ის უმიზეზოდ აცდენდეს სკოლას.

- ფრანკესკა დიდი ხანია დიეტაზეა და ძალიან გახდა. თითქმის არაფერს ჭამს. იგი დარწმუნებულია, რომ ჭარბი წონა აქვს და არასდროს იცვამს შორტებს ან საცურაო კოსტიუმს. მუდმივად ცუდ ხასიათზეა და მოწყენილად გამოიყურება. ზაფხულის ერთ დღეს, მისი კლასელი გოგონები გადანყვეტენ მეგობრის სახლში

აუზზე გასართობად წასვლას. ფრანკესკა გარიყულად გრძნობს თავს, თუმცა სურვილი არ აქვს, რომ მეგობრებმა საცურაო კოსტიუმში წახონ.

- შაბათ-კვირას იანუსმა თმა შეიჭრა. სკოლაში მისვლისთანავე, უფროსკლასელებმა მისი დაცინვა დაიწყეს ვარცხნილობის გამო. იანუსის მეგობრები არაფერს აკეთებენ მის მხარდასაჭერად.

რა იცი ფსიქიკური ჯანმრთელობის შესახებ?

სკოლა- საფეხური: საწყისი პროფესიული განათლება და გადაამზადება

როდესაც სასკოლო კეთილდღეობაზე ვსაუბრობთ, ვგულისხმობთ მოსწავლეების აღჭურვას უნარით, რომლითაც განივითარებენ ბუნებრივ შესაძლებლობებს და შემოქმედებითი ფორმით მიიღებენ სიამოვნებას

სასწავლო პროცესისგან. ვინაიდან მოზარდები დიდ დროს ატარებენ სკოლაში, შესაბამისად, ეს ფაქტორი სკოლას აქცევს სივრცედ, სადაც უნდა მოხდეს მათი გონებრივი და ფიზიკური კეთილდღეობის ხელშეწყობა. გარდა ამისა, მოზარდების ფსიქოლოგიური კეთილდღეობის მხარდასაჭერად, ერთ-ერთ ყველაზე ეფექტურ გზას წარმოადგენს სკოლაში სოციალურ-



ემოციური განათლების, ფსიქიკური ჯანმრთელობის, კეთილდღეობისა და ბულინგის პრევენციის პროგრამების ინტეგრირება. ქვემოთ მოცემული აქტივობის გამოყენება შესაძლებელია მოდიფიცირებული სახით IVET-ის კლასებში.

აღწერა:

მასწავლებელი აქტივობას იწყებს იმაზე საუბრით, თუ რა გავლენას ახდენს კეთილდღეობა კარიერულ კმაყოფილებაზე, პროდუქტიულობასა და ზოგადად, ცხოვრების ხარისხზე. მონაწილეები ასრულებენ მედიტაციის სავარჯიშოს, რომლის ფარგლებშიც უნდა წარმოიდგინონ მათთვის იდეალური კარიერული ცხოვრება. როგორი იქნება თქვენი მუშაობა-ცხოვრების ბალანსი? სად ისურვებდით მუშაობას და რა სახის თანამდებობის დაკავებას? როგორი იქნებოდა თქვენი პირადი ურთიერთობები? რა გამოწვევების წინაშე შესაძლოა დადგეთ? ვიზუალიზაციის შემდეგ, მონაწილეები ქმნიან სურვილების ციფრულ დაფას. ციფრული სურვილების დაფა შეიძლება იყოს ციფრული პოსტერი/ინფოგრაფიკა, რომელზეც დაიტანება სურათები, ტექსტები, ვიდეოები, ან „სიტყვების ღრუბელი“ (word cloud). სურვილების დაფა იტვირთება TwinSpace-ზე, რათა ხელმისაწვდომი გახდეს სხვა ჯგუფებისთვისაც. ამის შემდეგ, იმართება ვიდეო ჩართვა, სადაც ორივე ჯგუფი განიხილავს სურვილების დაფებზე გამოსახულ თემებს, ასევე, თუ რა არის საჭირო იმისთვის, რომ მათი ხედვები რეალურ ცხოვრებაში რეალიზდეს.

ამის შემდეგ, მასწავლებლები მოსწავლეებს ყოფენ მცირე ჯგუფებად, რომლებშიც ორივე კლასის მოსწავლეები უნდა იყვნენ წარმოდგენილები. მოსწავლეები ერთობლივად იწყებენ ვირტუალური ცნობიერების ამალღების კამპანიის შექმნას. ცნობიერების კამპანია შეიძლება დაეყრდნოს იმ საკითხებსა ან გამოწვევებს, რომლებიც გაუღერდა სურვილების დაფის აქტივობის დროს, მათ შორის:

- სტრესის მართვა;
- შფოთვა;
- დეპრესია.

საერთაშორისო ჯგუფებს ევალებათ შეისწავლონ და მოაგროვონ ინფორმაცია, სტატისტიკური მონაცემები და პირადი ისტორიები ერთი კონკრეტული თემის შესახებ. შემდეგ, ჯგუფები ქმნიან საინფორმაციო პოსტერებს, ფლაერებს ან ციფრულ გრაფიკულ გამოსახულებებს, რათა შეძლონ კონკრეტული თემის შესახებ საკვანძო გზავნილებისა და რესურსების გაზიარება, მათ შორის მოკლე აღწერა, იდენტიფიცირების გზები, პრობლემის დაძლევის სტრატეგიები, მხარდაჭერის საშუალებები.

შემდეგ, თითოეული სკოლა მართავს ცნობიერების ამალღების ღონისძიებას. ჯგუფები ახდენენ საკუთარი ძალებით შემუშავებული კამპანიის პრეზენტაციას, აზიარებენ რესურსებსა და მასალებს, ერთვებიან ფსიქიკური ჯანმრთელობის შესახებ დისკუსიებში, რომლებშიც ასევე მონაწილეობენ შესაბამისი დარგის მოწვეული ექსპერტები.

ცნობიერების ამალღების კამპანიის დროს, აუცილებელია მოხდეს მოსწავლეთა წახალისება, რათა მათ ისაუბრონ საკუთარ გამოცდილებაზე ან ფსიქოლოგიურ გამოწვევებთან გამკლავების სტრატეგიებზე, რითიც სასკოლო თემში გაუმჯობესდება ემპათია და ურთიერთგაგება. აღნიშნული შეიძლება შესრულდეს პანელური დისკუსიის ან პოდკასტის სახით, სადაც მოსწავლეები ინტერვიუს ჩამოართმევენ თანატოლებს ან ატვირთავენ წინასწარ ჩანერილ ვიდეოებს.

დასკვნა

წინამდებარე პუბლიკაციაში შესწავლილი და გაანალიზებული იქნა რამდენიმე გზა, თუ როგორ შეიძლება დაუკავშიროთ eTwinning-ის პროექტები მოსწავლეებისა და მასწავლებლების კეთილდღეობას. ევროპის საგანმანათლებლო სივრცეში, „სასკოლო კეთილდღეობა“ განიმარტება როგორც „მდგომარეობა, როდესაც მოსწავლეებს შეუძლიათ განივითარონ საკუთარი პოტენციალი, ისწავლონ და ითამაშონ შემოქმედებითი ფორმით“. უფრო კონკრეტულად კი, სასკოლო კეთილდღეობა არის:

- დაცულობის, დაფასებულობისა და პატივისცემის შეგრძნება;
- აკადემიურ და სოციალურ აქტივობებში აქტიური და საზრიანი მონაწილეობის მიღების შესაძლებლობა;
- პოზიტიური თვითშეფასების, ეფექტურობისა და ავტონომიის შეგრძნება;
- პოზიტიური და მეგობრული ურთიერთობა მასწავლებლებთან და თანატოლებთან;
- კლასისადმი და სკოლისადმი მიკუთვნებულობის შეგრძნება;
- ბედნიერება და კმაყოფილება სასკოლო ცხოვრების მიმართ.

წიგნის დასაწყისში, ჩვენ გაგაცანით პოლიტიკის დოკუმენტები და თეორიები, შემდეგ წარმოგიდგინეთ რამდენიმე eTwinning-ის პროექტი და ასევე პრაქტიკოსი მასწავლებლები eTwinning-ის ისტორიების ფარგლებში. დასასრულს კი,

შემოგთავაზეთ აქტივობები, რომლებიც ნებისმიერ მასწავლებელს შეუძლია დანერგოს საკუთარ პედაგოგიურ პრაქტიკაში.

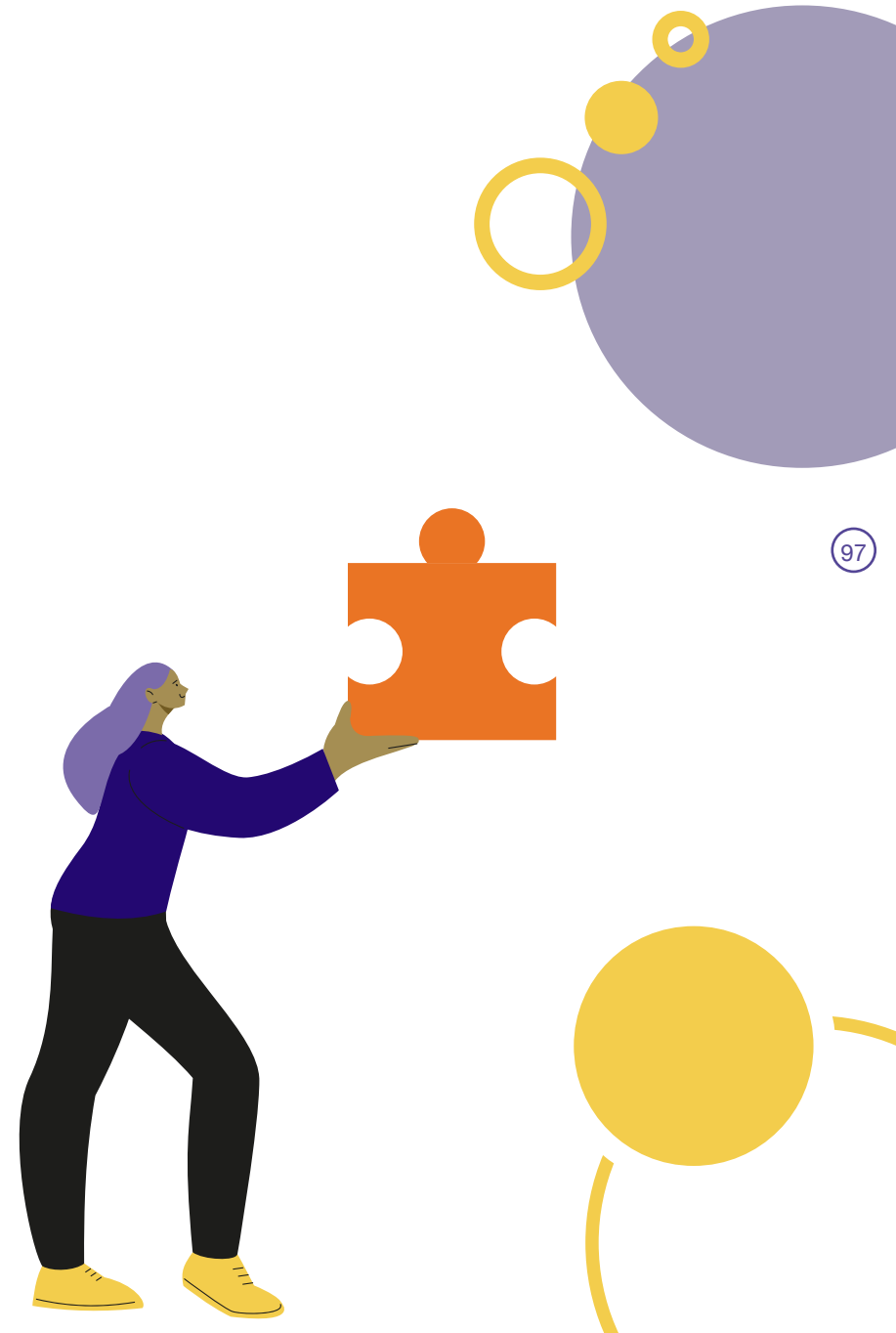
eTwinner-ების მაგალითები ცხადჰყოფს, რომ მოსწავლეებისა და საკუთარი კეთილდღეობის ხელშესაწყობად, სხვადასხვა კლასების მასწავლებლები უპირატესობას ჰოლისტურ მიდგომას ანიჭებენ. მრავალფეროვანი ერთიანი სასკოლო სტრატეგიების გამოყენებით, პედაგოგები პასუხისმგებლობით ეკიდებიან ფიზიკური, ფსიქოლოგიური და ემოციური პრობლემების მოგვარების საკითხს, რითიც ახდენენ მედეგობისა და კრეატიულობის დემონსტრირებას. სკოლებში ეწყობა მთელი რიგი აქტივობები, როგორიცაა მეზაღეობა, გაკვეთილები ღია ცის ქვეშ, მედიტაციის და იოგას სესიები. ფიზიკური აქტივობის ხელშესაწყობად, სკოლები ატარებენ ყოველთვიურ ჩელენჯებს, მოუწოდებენ მოსწავლეებს ნაბიჯების დათვლისკენ ან გაკვეთილებში შეაქვთ ფიზიკურ აქტივობაზე ორიენტირებული პედაგოგიური სტრატეგიები. მოსწავლეებისთვის სკოლები მართავენ სემინარებს თერაპიული ძაღლების მონაწილეობით, ასევე კლასგარეშე შემოქმედებით ვორკშოპებს ან თვითშემეცნებაზე, თანაგრძნობასა და გამძლეობაზე ფოკუსირებულ აქტივობებს. მშობლებთან და სხვა დაინტერესებულ მხარესთან თანამშრომლობა, ხშირ შემთხვევაში ქმნის დამატებით მხარდაჭერას მოსწავლეებისა და პერსონალის წევრების კეთილდღეობის გასაძლიერებლად.

მასწავლებლების თქმით, eTwinning-ის პროექტებში მონაწილეობა ავითარებს კეთილდღეობის ზემოთ ჩამოთვლილ ასპექტებს. ამიტომ, eTwinning-ის პროექტები იქმნება კეთილდღეობისა და ცნობისმოყვარეობის, თანამშრომლობისა და პრაქტიკული სასწავლო გამოცდილების ხელშეწყობის და გაძლიერების მიზნით, რითიც უმჯობესდება მოსწავლეთა კოგნიტური, სოციალური და ემოციური განვითარება. პროექტები არა მხოლოდ აძლიერებს მოსწავლეებს, რათა მათ დამოუკიდებლად მართონ საკუთარი სასწავლო პროცესი, არამედ ავითარებს მიკუთვნებულობის შეგრძნებას და აკავშირებს მათ სხვადასხვა წარმომავლობის და სხვა ქვეყნებში მცხოვრებ თანატოლებთან. უამრავი მასწავლებელი ცდილობს ემოციური კეთილდღეობა შეიტანოს საკუთარ eTwinning პროექტებში და ამგვარად წახალისოს გამოხატვის თავისუფლება და ინკლუზიურობა.

სასკოლო კეთილდღეობის ხელშეწყობა გრძელვადიანი პროცესია, რომელსაც თან ახლავს გარკვეული გამოწვევები, მათ შორის სკოლების სიდიდე, არასაკმარისი დამხმარე პერსონალი, მათ შორის, მრჩეველების და ფსიქოლოგების, ასევე მასწავლებელთა გადამზადების სიმცირე. მიუხედავად ამისა, სკოლები მაინც აწყობენ კლასგარეშე ღონისძიებებს ან აქტივობებს გაკვეთილების მიმდინარეობისას ცალკეული მასწავლებლების ინიციატივით (ესტონეთის შემთხვევაში, მოეწყო ჯანსაღი კვების და სპორტის კვირეული) ან სათემო ორგანიზაციების,

სპორტული კლუბების, ადგილობრივი ხელისუფლების და სხვა დაინტერესებულ მხარეთა ჩართულობით (მაგალითად, ავსტრიული სკოლა მონაწილეობს ქალაქ გრაცის კამპანიაში „Ich hab“ Mut“ (მე გამბედაობა მაქვს)).

პედაგოგების უმრავლესობამ ხაზგასმით აღნიშნა, რომ ყველაზე მნიშვნელოვან სტრატეგიას წარმოადგენს მოსწავლეებთან ემოციური კავშირის დამყარება არაფორმალური გასაუბრების გზით, ასევე მეგობრული საკლასო გარემოს, ანუ უსაფრთხო სივრცის უზრუნველყოფა, სადაც თითოეული მოსწავლე თავს იგრძნობს დაფასებულად და გაძლიერებულად. პედაგოგები თვლიან, რომ ერთ-ერთი საუკეთესო გზა ზემოთ აღნიშნულის მისაღწევად არის eTwinning-ი. ვიმედოვნებთ, რომ წიგნში აღწერილი მაგალითები შთააგონებს მასწავლებლებს, რომ გააგრძელონ კეთილდღეობის ინტეგრირება საკუთარ პედაგოგიურ პრაქტიკაში და სამომავლოდაც ჩაერთონ კეთილდღეობის თემატიკაზე ორიენტირებულ eTwinning-ის პროექტებში.



ბიბლიოგრაფია

Badiou, A. (1988). *L'Etre et l'Événement*. Seuil.

Bauman, Z. (2006). *Liquid Times: Living in an Age of Uncertainty*. Polity.

Burr, C., Taddeo, M. and Floridi, L. (2020). The Ethics of Digital Wellbeing: A Thematic Review. *Sci Eng Ethics* 26, 2313–2343. <https://doi.org/10.1007/s11948-020-00175-8>

CoE (2020). Well-being online: ePresence and Communications. <https://www.coe.int/en/web/digital-citizenship-education/epresence-and-communications>

Frau-Meigs, D. (2024). User empowerment through media and information literacy responses to the evolution of generative artificial intelligence (GAI). UNESCO. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000388547>

Frau-Meigs, D. (2023). Transliteracy and the digital media: Theorizing Media and Information Literacy, In: *International Encyclopedia of Education* (4th Edition) Robert Tierney, Fazal Rizvi and Kadriye Ercikan (eds). Elsevier.

Frau-Meigs, D. (2021). The new cultural norm on screens. The cyber-baroque as a total cultural fact, *Nectart* 13 (2), 36–50. <https://doi.org/10.3917/nect.013.0036>

Haugen, F. (2023). *The Power of One: How I Found the Strength to Tell the Truth and Why I Blew the Whistle on Facebook*. Little, Brown and Company.

Kardefelt Winther, D. (2017). How Does the Time Children Spend Using Digital Technology Impact Their Mental Wellbeing, Social Relationships and Physical Activity? An Evidence-focused Literature Review, *Innocenti Discussion Papers*, no. 2017-02, UNICEF.

Klapp, T., Klapp, A., & Gustafsson, J. E. (2023). Relations between pupils' wellbeing and academic achievement: evidence from Swedish compulsory school. *European Journal of Psychology of Education*, 1–22.

Livingstone, S., Stoilova, M., Stănicke, L. I., Jessen, R. S., Graham, R., Staksrud, E., and Jensen, T. K. (2022). Young people experiencing internet-related mental health difficulties: The benefits and risks of digital skills. An empirical study. *KU Leuven, ySKILLS*.

დანართი

ქვემოთ მოცემულია eTwinning-ის პროექტების ყველა პარტნიორი მასწავლებელი და მათი სკოლები.

ემოციების ცისარტყელა

პაოლა სქეთონი, Neue Grundschule Potsdam, გერმანია

კრისტინ ვანდერ მეერი, Neue Grundschule Potsdam, გერმანია

მარია ნიკოლეტა პინტო, ICS 'Marconi-Michelangelo' di Laterza, იტალია

მარია მორტატო, ICS 'Marconi-Michelangelo' di Laterza, იტალია

მონია ბაგნარდი, ICS 'De Amicis-Milizia' di Oria, იტალია

ჯონა მახი, Szkoła Podstawowa im. ks. Stanisława Slotwińskiego w Kamieniu, პოლონეთი

რენატა ვიეცორეკი, Szkoła Podstawowa im. ks. ks. Stanisława Slotwińskiego w Kamieniu, პოლონეთი

მარისოლ მონტანესი, CPEIP Huertas Mayores, ესპანეთი

მარისა გარდი, CPEIP Huertas Mayores, ესპანეთი

ფოკუსირება ანმყოფ, ხელოვნებისა და „მაინდფულნესის“ მეშვეობით

სონია პრიბელა-ჰოდაფი, Dječji vrtić Viškovo, ხორვატია

იასმინა პუზი, Dječji vrtić Viškovo, ხორვატია

ლორენს ბესიერი, EEPU Anne-Laure, საფრანგეთი

Χριστίνα Μπακόλα, Ολοήμερο Δημοτικό Σχολείο Λάρισας, საბერძნეთი

Ελένη Κροθιανάκη, 37ο Νηπιαγωγείο Ηρακλείου, საბერძნეთი

Αθανασία Ζηκέρη, Δημοτικό Σχολείο Αρμενίου, საბერძნეთი

ევრიმ აცეტი, Gürçeşme Leman Alptekin İlkokulu, თურქეთი

ლინა სეფეროგლუ, Panevėžio pradinė mokykla, ლიტვა

ლაურა ლიეპინი, Panevėžiopradinė mokykla, ლიტვა

ანეტა კლეისა, Szkoła Podstawowa nr 23 w Gdyni, პოლონეთი

ფლორენტინა ბანქანაუ, Scoala Gimnaziala Nr. 9 Resita, რუმინეთი

„მაინდფუნესი“ მნიშვნელოვანია

ალენკა მილევიჩი, OŠ Braće Radića, ხორვატია

ანიტა სიმაკი, OŠ Petra Preradovića, ხორვატია

დებორა ჟირარი, ICS «Papa Giovanni XXIII» di Savigliano, იტალია

კიარა საბატინი, ITT 'Allievi-Sangallo' di Terni, იტალია

RRH: პატივისცემაზე დამყარებული, პასუხისმგებელი, ჯანსაღი, ონლაინკომუნიკაცია

Αθανασία Καββάνια, 3ο Gymnasio Κέρκυρας, საბერძნეთი

დეიზი დი ჯოვანი, Licei 'Giolitti-Gandino' di Bra, იტალია

სტასელ რისკიენე, Šiaulių r. Kuršėnų Lauryno Ivinskio Gimnazija, ლიტვა

კონქსიტა პაიანი, Jesús, Maria i Josep, ესპანეთი

პროექტი ბედნიერება: იყავი აქტიური, იყავი ჩართული!

იონა მუზალსკა, II Liceum Ogólnokształcące im. Marii Konopnickiej w Inowrocławiu, პოლონეთი

ლაკრამიოარა ფირა, Seminarul Teologic Liceal Ortodox „Sf. Ioan Gura de Aur”, რუმინეთი

იესეანუ დუმიტრუ, Institutția Publică Liceul Teoretic „Mihai Eminescu”, მოლდოვა

დორნეა სნეჟანა, Școala Profesională nr. 1 Cahul, მოლდოვა

გელეთრი დიანა, Școala Profesională nr. 1 Cahul, მოლდოვა

ასიე ქერტი, Borusan Asım Kocabıyık Mesleki Ve Teknik Anadolu Lisesi, თურქეთი

ჰაბიბ ბერნა ოზერი, Nevşehir Mesleki Ve Teknik Anadolu Lisesi, თურქეთი

უფუქ შაფაქ ტაშკირანი, Hami Aydınlar Çok Programlı Anadolu Lisesi, თურქეთი

კონტაქტი ევროკავშირთან

პერსონალურად

ევროკავშირის მასშტაბით, განთავსებულია „Europe Direct“-ის საინფორმაციო ცენტრები. უახლოესი ცენტრის მისამართი შეგიძლიათ მოიძიოთ ვებგვერდზე (european-union.europa.eu/contact-eu/meet-us_en).

ტელეფონით ან წერილობით

„Europe Direct“-ის სამსახური უპასუხებს თქვენს ნებისმიერ შეკითხვას ევროკავშირის შესახებ. სერვისთან დაკავშირება შესაძლებელია:

- უფასო სატელეფონო ნომერზე: 00 800 6 7 8 9 10 11 (ზოგიერთი სატელეფონო ოპერატორის შემთხვევაში, ზარი ფასიანია)
- სტანდარტულ ნომერზე: +32 22999696,
- ამ ბმულზე განთავსებული ბლანკის საშუალებით: european-union.europa.eu/contact-eu/write-us_en.

მოიძიეთ ინფორმაცია ევროკავშირის შესახებ

ონლაინრეჟიმში

ინფორმაცია ევროკავშირის შესახებ ევროკავშირის ყველა ოფიციალურ ენაზე ხელმისაწვდომია Europa-ს ვებგვერდზე (europa.eu).

ევროკავშირის პუბლიკაციები

შეგიძლიათ გაეცნოთ ან შეუკვეთოთ ევროკავშირის პუბლიკაციები შემდეგ ელექტრონულ მისამართზე op.europa.eu/en/publications. უფასო პუბლიკაციების ასლების მისაღებად, დაუკავშირდით Europe Direct-ს ან ადგილობრივ ოფიციალურ ცენტრს (european-union.europa.eu/contact-eu/meet-us_en).

ევროკავშირის კანონმდებლობა და მასთან დაკავშირებული დოკუმენტები

ევროკავშირის იურიდიული მასალის, მათ შორის, ევროკავშირის კანონმდებლობის გასაცნობად, რომელიც ხელმისაწვდომია ყველა ოფიციალურ ენაზე 1951 წლიდან, ეწვიეთ EUR-Lex (eur-lex.europa.eu).

ღია მონაცემები ევროკავშირიდან

ვებგვერდი data.europa.eu უზრუნველყოფს წვდომას ევროკავშირის ინსტიტუტების, ორგანოებისა და სააგენტოების ღია მონაცემებზე. მასალების ჩამოტვირთვა და გამოყენება შესაძლებელია უსასყიდლოდ, როგორც კომერციული, ასევე არაკომერციული მიზნებისთვის. ვებგვერდი ასევე უზრუნველყოფს წვდომას ევროპის ქვეყნების მრავალ საინფორმაციო რესურსზე.

დაგვიკავშირდით

eTwinning-ის შესახებ დამატებითი ინფორმაციის მისაღებად, გთხოვთ ეწვიოთ ჩვენს ვებგვერდს: <https://school-education.ec.europa.eu/en/etwinning>

eTwinning-ის შესახებ შეკითხვების შემთხვევაში, დაგვიკავშირდით ელექტრონულ ფოსტაზე: EAC-ESEP@ec.europa.eu

European School Education Platform -ის შესახებ

2022 წელს დაფუძნებული European School Education Platform (ევროპული სასკოლო განათლების პლატფორმა) არის სასკოლო პერსონალის (მათ შორის, ადრეული განათლების და ზრუნვის, დაწყებითი და საშუალო განათლების, სანყისი პროფესიული განათლებისა და გადამზადების საფეხური), სასკოლო განათლების სფეროს მკვლევარების, პოლიტიკის შემქმნელებისა და სხვა დაინტერესებულ მხარეთა მუხედრის ადგილი.

ევროპული სასკოლო განათლების პლატფორმა eTwinning-ისთვის ახალი სახლია.

2005 წელს დაარსების დღიდან, eTwinning საბაზისო ინიციატივიდან იქცა აქტიურ სასკოლო საზოგადოებად, რომელშიც ამჟამად ჩართულია მილიონზე მეტი სკოლის თანამშრომელი ევროპის ქვეყნებში და მის ფარგლებს გარეთ.

eTwinning-ის სპეციფიკური სერვისები პლატფორმაზე ხელმისაწვდომია მხოლოდ რეგისტრირებული სასკოლო პერსონალისთვის. ეს ნიშნავს, რომ eTwinning უზრუნველყოფს უსაფრთხო ციფრულ პლატფორმას, მათ შორის რესურსებს, პროექტების ნაკრებებს და გზამკვლევებს პედაგოგებისთვის, სადაც მასწავლებლებს შესაძლებლობა აქვთ ჩაერთონ სხვადასხვა აქტივობაში, როგორცაა ევროპული თანამშრომლობითი პროექტების შემუშავება და განხორციელება, ნეთვორქინგი, ვირტუალურ ჯგუფებში მონაწილეობა, კოლეგებისგან ცოდნის მიღება. გარდა ამისა, პლატფორმა გთავაზობთ პროფესიონალური განვითარების უამრავ შესაძლებლობას, მათ შორის ვებინარებსა და ტრენინგებს, რომელთა უმეტესობა უშუალოდ eTwinners-ებისთვის არის შექმნილი.

European School Education Platform და eTwinning-ის საზოგადოება ფინანსდება „განათლების, ტრენინგების, სპორტისა და ახალგაზრდობის ევროპული პროგრამის Erasmus+-ის“ მიერ, რომელიც ევროკომისიის განათლების, ახალგაზრდობის, სპორტისა და კულტურის გენერალური დირექტორატის ინიციატივას წარმოადგენს. eTwinning-ის საზოგადოების ფუნქციონირება ასევე მხარდაჭერილია Erasmus+-ის მიერ ევროპის განათლებისა და კულტურის აღმასრულებელ სააგენტოსთან გაფორმებული საგრანტო ხელშეკრულების თანახმად დაფინანსებული ეროვნული მხარდაჭერის ორგანიზაციების და პლატფორმის პარტნიორების დამსახურებით.

გამოგვევით შემდეგ პლატფორმებზე: [Facebook](#) | [YouTube](#) | [Instagram](#)

