

Od 7. do 11. srpnja 2025. 3 djelatnice OŠ Jagode Truhelke sudjelovale su na strukturiranim tečajevima u inozemstvu u okviru Erasmus akreditacije škole, a koji su se održavali u španjolskom gradu Palma de Mallorci.

Stručna suradnica knjižničarka Irena Bando i učiteljica informatike Anamarija Buzgo sudjelovale su na Erasmus+ seminaru ***Innovative Teaching Methods***, a stručna suradnica Ana Vukojević je sudjelovala na strukturiranom seminaru ***Mindfulness***.

Petodnevni program prvog seminara okupio je sudionike iz pet europskih zemalja s ciljem osnaživanja učiteljskih kompetencija za 21. stoljeće kroz učenje o inovativnim pristupima poučavanju, digitalnim alatima i razvoju kreativnog mišljenja kod učenika.



Seminar je započeo upoznavanjem i razmjenom očekivanja među sudionicima, nakon čega su analizirane ključne značajke suvremenog obrazovanja – interaktivnost, individualizirani pristup, suradničko učenje i korištenje tehnologije za povećanje vrijednosti nastave. Posebno su predstavljeni modeli poput obrnutog učenja, projektne nastave, gamifikacije i metodologije kreativnog mišljenja (design thinking). Kroz raspravu i samoprocjenu, sudionici su kritički promišljali o vlastitim učiteljskim kompetencijama i ciljevima.

Kroz praktične aktivnosti drugi dan, naglasak je stavljen na primjenu digitalnih alata poput Canve, Mural-a, Padleta i Geniallyja. Sudionici su izrađivali zajedničke nastavne sadržaje, testirali alate u svrhu veće učenikove uključenosti te promišljali o načinima kako nastavu učiniti interaktivnijom i smislenijom. Istaknuta je potreba za učenikovom aktivnom ulogom u kreiranju sadržaja, analizi, vrednovanju i timskom radu. Kroz konkretne primjere prikazano je kako se suvremeniji pristup može postići većim angažmanom učenika u interaktivnosti i kreativnoj uporabi digitalnih sadržaja u odnosu na pasivno usvajanje znanja.

Treći dan bio je posvećen dubljoj primjeni kreativnog mišljenja – učenju kroz rješavanje stvarnih problema. Sudionici su u grupama razvijali ideje i prototipe za obrazovne izazove poput motivacije za učenje, razvoja kreativnosti i mentalnog zdravlja. Uporabom vremenskih

ograničenja potaknuta je dinamična kreativnost, a dodatno se govorilo i o povezanosti emocija i učenja.





Kroz rad s reflektivnim karticama otvorena su pitanja o mentalnom zdravlju, cyberbullyingu i motivaciji učenika za pozitivno ponašanje u digitalnom prostoru.

Četvrti dana naglasak je bio na razumijevanju kreativnog mišljenja kao divergentnog procesa – onog koji omogućuje više mogućih odgovora i potiče razmišljanje „izvan okvira“. Predstavljen je priručnik [Educating for Creativity: Practical Activities](#) s vježbama za planiranje nastave i procjenu kreativnosti, kao i tehnike poput „šest šešira“ i SWOT analize za samorefleksiju nastavnika. Sudionici su također upoznati s alatima umjetne inteligencije (ChatGPT, Perplexity, Curipod, DALL-E), a kroz zadatke su uspoređivali tradicionalne i AI-potpomognute metode poučavanja. Posebno je predstavljen alat [GenAI Chat Prompt Library for Educators](#) – zbirka od preko 700 gotovih promptova za planiranje, vrednovanje, komunikaciju i podršku učenicima u školskom kontekstu.

Završni dan mobilnosti realiziran je kao nastava na otvorenom uz korištenje aplikacije Ghoosechase. Sudionici su rješavali zadatke na lokacijama poput muzeja Can Balaguer i kuće Joan Miró, povezujući umjetničke sadržaje s refleksijom o emocijama, učenju i osobnoj motivaciji. Time je praktično objedinjeno sve naučeno tijekom seminara – digitalna tehnologija, kreativnost, međukulturno razumijevanje, životne vještine, mentalno zdravlje, refleksija i timski rad.



Seminar je zaključen dobivenim bogatim iskustvom koje kombinira suvremene pedagoške smjernice s konkretnim alatima i metodama primjenjivima u svakodnevnoj praksi, potvrđujući važnost cjeloživotnog učenja i otvorenosti prema inovacijama u obrazovanju.

Drugi seminar Mindfulness okupio je sudionike iz Poljske, Litve, Mađarske i Hrvatske. Kroz pet dana aktivnog sudjelovanja naša je sudionica stjecala znanja i vještine koje podržavaju razvoj mentalnog zdravlja učenika, emocionalnu ravnotežu i osnaživanje učeničkih kapaciteta za suočavanje sa svakodnevnim izazovima.



Prvi je dan seminar započeo teorijskim uvodom u praksu mindfulnessa, uz upoznavanje s njegovim psihološkim, emocionalnim i kognitivnim koristima u obrazovnom kontekstu. Kroz vježbe svjesnog jedenja, disanja i igara usmjerenih na senzornu pažnju, sudionici su osvijestili važnost prisutnosti u sadašnjem trenutku i reflektirali vlastita iskustva kroz tri introspektivna pitanja. Najveći dojam ostavila je vježba skeniranja tijela kroz koju su sudionici usmjeravali pažnju na fizičke i emocionalne senzacije, promatrajući ih bez prosuđivanja.

Drugi dan seminar se fokusirao na osjetilne aktivnosti – mirisanje eteričnih ulja, pokret uz skeniranje tijela te dramatizaciju iracionalnih misli u aktivnosti „kazalište uma“. Razvijala se svijest o prisutnosti iracionalnih obrazaca mišljenja poput katastrofiranja i crno-bijelog razmišljanja, a sudionici su kroz igru učili kako na njih reagirati konstruktivno i sa suosjećanjem.



Sredina tjedna donijela je jedinstveno iskustvo izvan učionice: svjesno hodanje i promišljanje o osobnim vrijednostima na gradskoj plaži i u parku kod katedrale. Kroz simboličko biranje predmeta koji predstavljaju osobine koje želimo zadržati ili odbaciti, sudionici su radili na osobnoj transformaciji. Tijekom posjeta muzeju suvremene umjetnosti, mindfulness se povezao s vizualnom percepcijom kroz vježbu disanja usmjerenu na promatranje boja na umjetničkim djelima. Zadatak promatranja osjetila na živopisnoj gradskoj tržnici istaknuo je izazove mindfulness prakse u realnim, svakodnevnim okruženjima.

Četvrti dan bio je posvećen emocionalnoj pismenosti. Sudionici su crtali vlastite krugove odnosa, reflektirali o bliskosti i granicama, te promišljali o načinu prihvaćanja neugodnih misli i osjećaja kroz dva inspirativna video-filma: Putnici u autobusu i Samuraj i muha. Filmovi su

otvorili prostor za dublje razumijevanje unutarnjeg otpora, kontrole i načina kako ostati prisutan u izazovnim emocionalnim stanjima.

Završni dan donio je niz praktičnih aktivnosti koje se mogu primijeniti u školskom kontekstu: crtanje mape tijela s emocijama, slušanje tibetanske zdjele, korištenje emocionalnog termometra i aplikacije Mindfulness Bell, kao i izrada osobnog mindfulness plana. Posebno su se izdvojile vježbe disanja poput „planine“ i razgovor o „nasilnom umu“, kojim se jača otpornost na neugodne unutarnje impulse.



Kroz sudjelovanje u ovom seminaru, pedagoginja je stekla vrijedne alate za daljnji rad s učenicima, nastavnicima i roditeljima. Naučene vježbe i metode planira koristiti u preventivnim, razrednim i savjetodavnim aktivnostima, kao i u edukacijama o važnosti svjesnosti i emocionalne regulacije. Osim profesionalnog rasta, mobilnost je pružila i priliku za osobno obogaćenje kroz upoznavanje španjolske kulture, jezika i krajolika Mallorce.

Tekst: Irena Bando