



Scenariusze zajęć dla chłopców

AKADEMIA
DOJRZEWANIA LACTACYD
Program edukacyjny dla nastolatków

Cel: Przekazanie wiedzy dotyczącej ważnego etapu, jakim jest okres dojrzewania, zachęcenie uczniów do refleksji i dyskusji na temat seksualności, roli emocji i ich komunikowania

Odbiorcy: Zajęcia są adresowane do chłopców z klas VII i VIII szkoły podstawowej.

Czas trwania: 45 minut

Materiały:

- + kartki A4, flamastry, długopisy, tablica
- + dostęp do Internetu (tablet lub telefon) – korzystanie z materiałów na stronie akademia-dojrzewania.pl

Wprowadzenie

Informujemy, czego będą dotyczyły zajęcia i że ważne jest przestrzeganie zasad, które pozwolą wszystkim czuć się swobodnie. Prosimy uczniów o wspólne ich ustalenie (np. dyskrecja, akceptacja i szacunek dla cudzej wypowiedzi, możliwość odmowy odpowiedzi na pytanie bez podania powodu). Zasady zapisujemy na tablicy. Powinny być widoczne przez cały czas trwania zajęć.

Dojrzewanie to wyzwanie?

Pytamy uczniów, jakie najważniejsze zmiany w swoim ciele zaobserwowali, a które ich zdaniem są związane z procesem dojrzewania. Zapisujemy je na tablicy. W razie potrzeby uzupełniamy listę. Podkreślamy, że dojrzewanie to proces, który u każdego zachodzi w jego własnym tempie, dlatego nie każdy musiał zaobserwować u siebie wszystkie zmiany.

Dzielimy uczniów na kilka małych zespołów. Każdy zespół wypisuje najważniejsze ich zdaniem wyzwania, jakie niosą ze sobą zmiany fizyczne (np. mutacja utrudnia wystąpienia publiczne, trądzik na ciele zniechęca do pływania na basenie, polucje zostawiają widoczne ślady w pościeli, większa potliwość powoduje nieprzyjemny

zapach). Zbieramy kartki i odczytujemy odpowiedzi. Rozmawiamy z uczniami o tym, czy i co można zrobić, by zmiany były mniej kłopotliwe. Podkreślamy znaczenie higieny osobistej.

Chłopaki nie płaczą? Krzywdzące stereotypy

Pytamy uczniów, czy zaobserwowali u siebie huśtawki nastrojów, większą drażliwość, bardziej intensywne odczuwanie emocji, problemy z koncentracją, potrzebę buntu i podważania zdania dorosłych, tendencję do „czarnych myśli”, wzmożone zainteresowanie własną seksualnością. Inne? Podkreślamy, że jest to normalny etap i że o trudnych emocjach warto rozmawiać, by nie czuć się osamotnionym czy zagubionym. Prosimy uczniów, by stworzyli własne (anonimowe) koła emocji, w których zaprezentują te, których doświadczają najczęściej. Omawiamy z nimi wyniki. Które emocje się powtarzają? Które sprawiają im największą trudność i dlaczego? Jak sobie z nimi radzić? Z kim i kiedy warto o nich porozmawiać? (np. gdy obniżony nastrój utrzymuje się zbyt długo).

Nowy kanał dla nastolatków

Mówimy, że uczniowie są teraz twórcami nowego kanału w sieci, skierowanego do ich rówieśników. Kanał ma na celu wesprzeć nastoletnich chłopców w procesie dojrzewania. Uczniowie wspólnie wymyślają dla niego nazwę oraz ustalają, czy będzie to kanał na YouTube, na TikToku czy może szkolna telewizja internetowa.

Przedyskutowujemy z nimi przykładowe tematy, które kanał mógłby poruszać i zapisujemy je na tablicy, np.:

- + Twoje ciało się zmienia? Zaakceptuj to!
- + Jak dojrzewać i od tego nie zwariować.
- + Nie zawsze musisz być twardzielem.
- + Masz prawo mówić o swoich emocjach.

Uczniowie dzielą się na zespoły. Otrzymują kartki i długopisy do notatek. Każdy zespół przygotowuje krótki materiał na jeden z tematów w takiej formie, w jakiej zostałby pokazany na kanale i prezentuje go klasie. Materiał może mieć formę rozmowy, wywiadu, pojedynczego wystąpienia influencera, panelu dyskusyjnego ekspertów – uczniowie mają tu pełną dowolność. Doceniamy ich pomysłowość.

✓ Podsumowujemy:

Dojrzewanie to proces, któremu towarzyszy wiele zmian. Dlatego każdy ma prawo odczuwać i komunikować towarzyszące temu emocje (w sposób, który nie szkodzi innym). Nie należy go za to osądzać. Okres dojrzewania wymaga zrozumienia i wsparcia, dlatego warto o tym rozmawiać.

Sponsor **LACTACYD®**

Organizator **Adliner Sp. z o.o., ProgramyEdukacyjne.pl**

Autorzy

Anna Paszkiewicz – poetka, autorka ponad sześćdziesięciu książek dla dzieci, w tym „Coś i Nic” (najlepsza książka dziecięca w kategorii 6-8 lat w konkursie Przecinek i Kropka 2020, międzynarodowy tytuł Białego Kruka 2021). Współpracuje z czasopismem dla dzieci niewidomych i niedowidzących „Promyczek”. Jest autorką scenariuszy dla nauczycieli w ramach ogólnopolskich programów edukacyjnych, m.in.: „Moje Miasto Bez Elektrośmieci”, „Działaj z ImPETem”, „Drużyna Sir PETera”.

Prawa autorskie © Copyright 2020 Perrigo Poland Sp. z o.o.
Wszelkie prawa zastrzeżone