

DNEVNA PRIPREMA ZA VJERONAUČNI SAT

I. OPĆI PODATCI O VJERONAUČNOM SATU

Škola: Osnovna škola „Ivan Goran Kovačić“ – Slavonski Brod

Razred: 7.

Vjeroučitelj/ica: s. Monika Cecilija Zvonarek

Nastavna cjelina: I. Upoznajmo i izgradimo vlastitu osobnost

Nastavna tema: 2. Izazovi puberteta

Nastavna jedinica: **4. Tjelesni i duševni razvoj u pubertetu**

Ključni pojmovi: pubertet; sazrijevanje; tjelesni razvoj; duševni razvoj

CILJ: Prepoznati pubertet kao jednu od prijelaznih faza u razvoju i izgradnji zrele osobe, s intenzivno naglašenim tjelesnim i duševnim rastom i razvojem.

ISHODI:

Obrazovni / *kognitivni*: Objasniti što je pubertet, kada započinje kod djevojčica, a kada kod dječaka.

Prepoznati i nabrojiti glavne odrednice tjelesnog razvoja u pubertetu.

Prepoznati i nabrojiti glavne odrednice duševnog razvoja u pubertetu.

Odgojni / *afektivni*: Prepoznati i obratiti pozornost na promjene koje se događaju u biću mladog čovjeka.

Djelatni / *funkcionalni ili psihomotorički*: Spremno se uključiti u proces sazrijevanja, prihvaćajući promjene koje se događaju u tom procesu.

Po Isusovom primjeru, nastojati rasti u dobi, mudrosti i milosti.

Metodički sustav: Heuristički

Oblici rada: individualni; frontalni; rad u skupinama

Aktivnosti učenika: izražajno čitanje, prepričavanje, razgovor, usmeno izražavanje, pisano izražavanje, slušanje glazbe, rad na tekstu, promatranje fotografija

Nastavne metode: rad na biblijskom tekstu: čitanje; razgovor; prepričavanje teksta; usmeno i pismeno stvaralačko izražavanje;

Nastavna sredstva: meditativna glazba; Sveto pismo; Udžbenik za 7. raz „Zajedno u ljubavi“

Nastavna pomagala: ploča, kreda, računalo; CD player; LCD projektor

Korelacija: biologija; hrvatski jezik;

Plan ploče:

| |
|--|
| <p><u>4. Tjelesni i duševni razvoj u pubertetu</u> (učenici zapisuju rezultate rada u skupinama)</p> |
|--|

Pitanja za provjeru ishoda: 1. Što je pubertet?
2. Kada započinje pubertet kod djevojčica, a kada kod dječaka?

3. Nabroji glavne odrednice tjelesnog razvoja u pubertetu.
4. Nabroji glavne odrednice duševnog razvoja u pubertetu.

Izvori za pripremanje nastavnika: Priručnik za katehetu „S Kristom kroz mladost“; Udžbenik za 7. raz „Zajedno u ljubavi“; internet

Izvori za pripremanje učenika: Udžbenik za vjeronauk; Internet

II. GLOBALNA STRUKTURA SATA

- 1. Meditativno-molitveni početak**
- 2. Motivacija i najava teme**
- 3. Otkrivanje i razumijevanje sadržaja**
- 4. Produbljivanje sadržaja**
- 5. Iznošenje rezultata rada**
- 6. Sistematizacija i aktualizacija**
- 7. Molitveni završetak**

III. TIJEK SATA (razraditi tijek sata sa svim fazama)

1. Meditativno-molitveni početak:

Gospodine, proničeš me svega i poznaješ,
ti znaš kada sjednem i kada ustanem,
izdaleka ti već misli moje poznaješ.
Hodam li ili ležim, sve ti vidiš,
znani su ti svi moji putovi.
Riječ mi još nije na jezik došla,
a ti, Gospodine, sve već znadeš.
S leđa i s lica ti me obuhvaćaš,
na mene si ruku svoju stavio.
Znanje to odveć mi je čudesno,
previsoko da bih ga dokučio. (...)
Jer ti si moje stvorio bubrege,
satkao me u krilu majčinu.
Hvala ti što sam stvoren tako čudesno,
što su djela tvoja predivna.
Dušu moju do dna si poznavao,
kosti moje ne bjehu ti sakrite
dok nastajah u tajnosti,
otkan u dubini zemlje. (...)
Pronikni me svega, Bože, srce mi upoznaj,
iskušaj me i upoznaj misli moje:
pogledaj, ne idem li putem pogubnim
i povedi me putem vječnim!
(Ps 139, 1-6, 13-15, 23-24)

2. Motivacija i najava teme:

Uz zvukove iz prirode, vjeroučitelj projicira slike prirode (vrta) u proljeće.

Vjeroučitelj započinje razgovor s učenicima:

- O kojem godišnjem dobu se radi?
- Zašto svi volimo proljeće?
- Što vam je lijepo u proljeće?

Sve što je spavalo zimskim snom, budi se, oživljuje, raste, buja. Svaka travka, a osobito svaki grm i stablo postaju veći, zelene se i cvatu. Rastu, postaju lijepi, dozrijevaju. I u životinjskom svijetu vidimo kako male ptičice izlaze iz jajeta, cvrkuću, rastu, prvi put polete iz gnijezda... Život se budi. Sve malo postaje veliko, mrtvo postaje živo, sve nedozrelo dozrijeva... I u životu čovjeka ima nešto slično. I ti sada doživljavaš svoj procvat, svoj rast, svoje dozrijevanje... Zato ćemo danas govoriti o procvatu, proljeću u tvom životu, o pubertetu.

(Vjeroučitelj na ploči piše naslov: „Tjelesni i duševni razvoj u pubertetu“)

3. Otkrivanje i razumijevanje sadržaja (izlaganje kroz razgovor): ponavljanje naučenog gradiva na prošlom školskom satu!

Pubertet je prijelazno razdoblje između djetinjstva i odrasle dobi. To je vrijeme sazrijevanja. U djevojčica najčešće počinje oko 11. do 12. godine, a u dječaka i do dvije godine kasnije. U tom vremenu dječaci i djevojčice doživljaju duboke tjelesne i duševne promjene. Tjelesne promjene započinju ranije i odvijaju se brže. Duševne promjene započinju kasnije i odvijaju se sporije. Izražavaju se promjenama u osjećajnom životu, razmišljanju i ponašanju.

4. Produblјivanje sadržaja (rad u skupinama):

Prva skupina: Tjelesni procvat

U pubertetu se događa niz tjelesnih promjena. Crte lica se mijenjaju. Dječaci dobivaju oštrije i ozbiljnije crte lica, a nos često raste brže nego ostali dijelovi tijela. Lice postaje izražajnije, dobiva mladenačku ljepotu. Promjene se zbivaju u cijelom tijelu dječaka i djevojčica. Događa se tzv. spolno sazrijevanje. Pokazuju se izraziti znaci djevojaštva i izrazitiji znakovi muževnosti. Spolna zrelost označava kraj tjelesnih promjena u pubertetu, završetak je ubrzanog rasta i početak sposobnosti muškarca i žene za spolni život i rađanje djece. Bog nam je dao tijelo. „Na svoju sliku stvori Bog čovjeka, muško i žensko stvori ih“ (Post 1,27). On ima planove s nama, našim rastom i razvojem. Koji je to plan? Kako se treba ponašati prema svome tijelu? Kako se treba ponašati prema svojim vršnjacima?

Zadatak A: Uz pomoć ovog teksta opiši sebe i nastavi započete misli:

- „Osjećam promjene na svom tijelu...“
- „Ne mogu se prepoznati...“

Zadatak B: Isus je napredovao u dobi, mudrosti i milosti (Lk 2, 52). Evanđelist nam spominje Isusove mlade godine i kaže da je poslije dvanaeste godine, između ostaloga, napredovao u dobi, tj. u tjelesnom razvoju. On je kao čovjek s naporom surađivao na razvoju svoga tjelesnog života (rad). Nastavi započetu rečenicu i uputi kratki zaziv Isusu:

- Djevojka: „Isuse, daj mi milost mirnog dozrijevanja. Dobila sam nalog da se brinem za svoje tijelo...“
- Mladić: „Dragi Isuse, ponekad osjećam nemir zbog neshvatljivosti svoga bića. Pomozi mi...“

Druga skupina: Procvat moga uma

Isus je napredovao u dobi, mudrosti i milosti (Lk 2,52). Isus je kao čovjek napredovao u mudrosti (znanju). S naporom je surađivao na razvoju svoga umnog života – razmišljao je, učio je u sinagogi.

Zadatak A: Odgovorite na pitanja:

- Razum je Božji dar. Je li tvoja želja da sve razumiješ, da razmišljaš, da proučavaš dar? Zašto?
- O čemu najviše razmišljaš? Na koji način želiš svima dokazati da si zreo, odrastao?
- Što najviše voliš čitati? Zašto?
- Jesu li za tvoj procvat razuma dovoljni samo časopisi, stripovi, filmovi i romani? Zašto?
- Prihvaćaš li sve spoznaje s televizije i časopisa ili razvijaš svoj vlastiti sud?
- Treba li te tjerati na učenje? Što je s tvojom vjerom? Imaš li vjerskih sumnja? Koliko ti pri tome pomaže vjeronauk?
- Kada najviše osjećaš potrebu za tišinom, za razmišljanjem? Razgovaraš li s nekim o tome? S kime?

Zadatak B: Isus je napredovao u milosti. Pokazao nam je kako moramo razvijati vjerski život (molio je uza svu vrućinu i umor, vjerno je vršio vjerske obveze). I vi ćete sada moliti za svoj rast i razvoj. Nastavite ovu molitvu: „Bože, hvala Ti što si mi dao oči da vidim svijet i um da shvatim njegove tajne. Pomozi mi...“

Treća skupina: Procvat moga srca

„Ne prepoznajem samu sebe. Jutros sam bila žalosna, u podne sam došla kući s neobuzdanom željom da se smijem. Mogla bih vikati i pjevati... Čini se da za mene nema izlaza iz tog škripca.“ (Zdenka, 13 godina)

„Donedavno ja nisam primjećivala da ptice lijepo pjevaju i da su jutro neizrecivo divna... A sada, kao da sam upalila radio: osjetljiva sam za valove glazbe i ljepote.“ (Mirjana, 13 godina)

Zadatak A: Promislite, razgovarajte i napišite:

- Promjenljiv/a sam u osjećajima... (opiši svoje osjećaje)
- Raspoloženja me nose kao valovi morskog čamca... (kakva raspoloženja)
- Mašta me zanosi da katkad previše sanjarim... ne radim... (o čemu maštaš, fantaziraš)
- Zaljubim se, zamrzim, ne vladam svojim srcem... (opiši)

Zadatak B: Apostoli zaneseni valovima zavapiše one noći Isusu koji je spavao u lađi: Učitelju, pogibosmo! Isus ustade i smiri buru (Mk 4, 35-41).

Napiši pismo Isusu i zamoli ga da i tebi pomogne u burama tvoga osjećajnog života.

Četvrta skupina: Proljeće moga života

Zadatak A: Prisjetite se i napišite: Kakav sam bio/la, a kakav sam sada: u domu, u školi, na zabavi i u crkvi.

- U domu: nekoć – sada
- U školi: nekoć – sada
- Na zabavi: nekoć – sada
- U crkvi: nekoć – sada

Pavao nam govori: „Kad sam bio dijete, govorio sam kao dijete, mislio sam kao dijete, sudio sam kao dijete. Kad sam postao zreo čovjek, odbacio sam što je djetinjstvo“ (Kor 13,11).

Kakav je Pavao postao kad je pošao za Kristom? (*prokomentirati u parovima*).

Zadatak B: Želim pokazati više zrelosti i odgovornosti: Kriste, pokaži mi pravi put!

Napravi umnu mapu: „Moje dobre odluke“ (kod kuće, u školi, na zabavi, u crkvi)

5. Iznošenje rezultata rada:

Učenici iznose rezultate svoga rada, ali samo prvi dio (zadatak A).

6. Sistematizacija i aktualizacija:

Bog koji je obukao livade u zelenilo, bilje okitio cvijećem, nudi i tebi procvat, ljepotu, zrelost... Nudi ti mladost. Procvat tvoga tijela dao ti je na radost. Sada postajete mudriji, zreliji. Umom otkrivajte svijet i njegove tajne. I u svojoj vjeri želite sve dublje razumjeti, htjeli biste sve razumom shvatiti. Divno je biti mlad, doživjeti procvat svoga uma. Polako i strpljivo proučavajte, razmišljajte, pitajte... (roditelje, svećenike, vjeroučitelje, učitelje, prijatelje...)

Po mladenačkom razvoju Bog te je obdario da uočiš ljepotu, da osjećaš, da si zadivljen, ushićen, sretan, da voliš, da se oduševljavaš. To je Božji dar! Sada si sposoban primiti Očev dar, uživati u njemu, radovati se i reći mu „hvala“. „Proljeće tvoga života“ stavlja pred tebe i zadatak, kao što i bujni vrt zove vrtlara na posao: da okopa, poveže, zalije... I najljepši vrt ako se zapusti postaje ružan. Obrati se Isusu kao prijatelju koji će te podupirati u tvom rastu i sazrijevanju.

(Sada učenici iznose rezultata svoga rada: zadatak B)

7. Molitveni završetak:

(Pročitaju nekoliko svojih molitava koje su sastavili u vrijeme rada po skupinama! Kao zaključak, ovu molitvu podijeliti svim učenicima i zajedno moliti)

„Isuse, ja bih htio da moj život u budućnosti bude lijep, sretan, velikodušan, posve sličan Tvojemu. Evo me pred Tobom. U tvoje ruke stavljam i Tebi povjeravam sve te velike novosti koje sada doživljavam: svoj rast i svoju zbunjenost, svoje veselje i teškoće, svoje velike želje i uznemirenost, svoje oduševljenje i svu svoju mladost. Ne mogu sam, ne mogu bez Tebe. Pomozi mi svakog dana da postanem zreo čovjek i pravi kršćanin. Pomozi i svim mojim prijateljima, svim mojim mladim vršnjacima. Amen.“

8. KRITIČKI OSVRT

9. PRILOZI

Ispuni ovaj test da vidiš jesi li još *dijete* ili si zaista *zagazio u mladost*:
(Može se raditi na satu, a može se podijeliti i kao domaći uradak.)

| | uvijek | ponekad | nikada |
|--|--------|---------|--------|
| Moraju li me drugi tjerati na urednost (soba, knjige, umivanje...)? | | | |
| Tjeraju li me drugi uvečer u krevet, a jutrom me izvlače iz njega? | | | |
| Moraju li mi drugi određivati mjeru pri jelu i piću? | | | |
| Moraju li mi drugi određivati mjeru moga rada, igre, športa? | | | |
| Pušim li i pijem li potajno? | | | |
| Izbjegavam li teške i mrske predmete u školi? | | | |
| Prihvaćam li bez promišljanja svaku modu, običaje i mišljenje okoline? | | | |
| Moraju li drugi preda mnom zatvarati TV, radio, kompjutor? | | | |
| Vladaju li nada mnom hirovi, bijes, tvrdoglavost, osjetljivost? | | | |
| Jesam li sposoban odreći se nečega za ljubav drugima (jela, igre, odmora)? | | | |
| Tjeraju li me ili nagovaraju drugi na nedjeljnu misu i na molitvu? | | | |
| Idem li na vjeronauk zbog boljeg prosjeka? | | | |

(Ako prevladava *uvijek* ocjena je 1 ili 2; ako prevladava *ponekad* ocjena je 3 ili 4; ako prevladava *nikada* ocjena je 5)