

SHAPE - STRONG HEALTH, HAPPY PEOPLE / Andreja Žalik Kranjc / OŠ Bogojina

Živim in delam v Prekmurju, deželi štokelj in v Slovenski vasi štokelj sem slišala govoriti, da znajo štoklje napovedovati prihodnost. Če namreč štokljo prvič v tistem letu vidiš stati, bo tvoje življenje tisto leto mirno, skladno, brez pretresov. Vendar pa, če jo vidiš leteti, bo tvoje leto dinamično in polno sprememb.

Sama sem prvič v letu štokljo uzrla leteti le dvakrat. Prvič, ko sva z možem pričakovala prvega otroka. Da bo to leto polno sprememb, sem vedela že brez štokljine napovedi. In drugič je bilo aprila 2012, ko smo se z družino odpravljali v cerkev na velikonočno nedeljo. Takrat je bilo še prezgodaj za odločitve. Morda niti še na Nacionalni agenciji CMEPIUS niso vedeli katere projekte bodo odobrili. A jaz sem le pogledala štokljo, ki je nad našimi glavami jadrala mimo, in vedela. Dobili smo Comenius.

Tako me ni ravno presenetilo sporočilo z nacionalne agencije CMEPIUS, da so Osnovni šoli Bogojina odobrili projekt z naslovom Strong Health, hAppy PEople oziroma SHAPE, ki ga bomo izvajali s šolami iz Romunije, Belgije, Poljske, Estonije, Španije in Turčije. Dve leti dela na mednarodnem projektu Comenius me je naučil marsičesa, predvsem stvari, ki jih nisem pričakovala.

UČENCI

Učinek, ki ga je imel projekt na učence, je še najbolj pričakovan. Učenci so bili nejeverni, ko sem jim na začetku šolskega leta povedala, da bodo za nagrado za aktivno sodelovanje pri projektu lahko odpotovali na tedensko mobilnost, in to z letalom. Večina otrok je bila kvečjemu le pri sosedih Madžarih, Avstrijcih ali na morju pri Hrvatih. Zdaj pa bo brez dvoma vsaj 12 učencev šlo na obisk na Kanarske otoke, v Romunijo, Turčijo, Poljsko in Estonijo. Žal v Belgijo niso bili vabljeni učenci, temveč le učitelji. Zaradi te obljubljenega nagrade je delo hitro in brez težav steklo. Učenci so navdušeno izdelali marsikaj in odkrila sem talente, ki jih sicer ne bi. Tudi pri pouku je bilo čutiti več zavzetosti in prav osupnili so me z željo po učenju tujega jezika. Težav z disciplino sploh nisem

več imela in sedaj, po dveh letih, sem dosegla neki nivo mentorstva, ki ga prej nikoli nisem uspela. Učenci so namreč za sporazumevalni jezik vzeli angleščino in se pogovarjajo o kateri koli temi, jaz pa jih le usmerjam v pogovoru in jih učim še novih struktur. Še najbolj pa me preseneča njihova samozavest. Sami so si upali zapustiti družino za ves teden, v spremstvu ravnateljice in mene ali drugih učiteljev odpotovati z letalom in bivati pri skoraj popolnih tujcih, v drugačni deželi, z drugačno hrano in drugačnim jezikom. Opažali so zelo natančno in primerjali obe deželi med seboj. Sklepali so prijateljstva in znanstva in z vsemi ostali v stiku. Spoznali so, da zelo dobro znajo tuji jezik, oziroma da nekateri narodi govorijo bistveno slabše. Recimo na turističnih Kanarskih otokih bi človek pričakoval, da vsak govori angleščino, pa sploh ni tako. Španci imajo pač svoje televizijske programe, svojo popularno glasbo in nimajo potrebe poslušati programa v angleškem jeziku. Zaradi tega so k nam pritekli sicer vsi prisrčni, a nas, razen objema in pozdrava, niso znali počastiti niti z osnovnim pogovorom. Pri nas že podnaslavljanje in ameriška glasba naučita otroke izgovarjave in besedišča, da o prepoznavanju jezika sploh ne govorim. Za intermezzo opažam, da je vse več risank sinhroniziranih, kar je za majhne otroke sicer praktično, a obenem izniči zgoraj omenjene prednosti. Torej zavest naših otrok, da znajo jezik in da živijo v državi, ki je ob bok drugim, jim je izničila predhodne občutke manjvrednosti in prepričana sem, da se bodo pogumno soočili z izzivi, ki jih še čakajo. Navsezadnje sem dokaze za to dobila že zdaj. Ko so bili učenci in učitelji partnerskih šol na obisku v Sloveniji, je moja hčerka »seveda« iz šole prinesla trebušno gripo. Ko so obležali še drugi člani družine, sem morala najprej poskrbeti

za njih in tako zamudila dogajanje na eni od aktivnosti obiska. Tujci so bili torej brez prevajalca, a je ena moja učenka samozavestno in suvereno nastopila to delo.

POTOVANJA

Že od nekdaj sicer rada potujem, a tokrat so bile vloge popolnoma obrnjene. Nisem bila več samo potnica, ampak vodja odprave. Morala sem organizirati pot in seznaniti vse udeležence, kar je bilo še najmanj. Zmeraj me je bolj skrbela pot sama. Že na prvo mobilnost sem prispela popolnoma izmučena, čeprav je bila od vseh poti še najkrajša. A morala sem voziti na letališče na Dunaj, česar nisem še nikoli. In odgovornost, da pridemo živi in pravočasno na letališče, me je izčrpala. Saj tu je petpasovnica in velike hitrosti ... Potem najti parkirišče in se znajti na tistem ogromnem letališču je bilo že lažje. Nato sem se začela obremenjevati z drugimi nevarnostmi. Ali bo kateri udeleženec zaradi nakupovanja ali obiska stranišča zamudil let; ali bo let prestavljen in bomo zamudili povezavo; ali nas bo kdo pričakal na končni postaji in kako jih bom prepoznala; ali bomo sploh prileteli do končne postaje ... In tedaj me je zadelo. To sploh ni več moja odgovornost. Organizirala sem vse, kar je v moji moči, od tu naprej pa vlečejo niti drugi. Torej se prepusti in uživaj. In sem. Kajti vse je potekalo gladko. In tudi vožnja na letališče oziroma polet sam me ne straši več. Ne preveč.

SODELAVCI

Najbolj tuja plat sodelovanja je sodelovanje s partnerji iz tujine. In prav ta plat mi je najljubša. Vsaj koordinatorji in drugi sodelavci, ki sem jih spoznala preko Comeniusa, so zelo odprti, prijetni ljudje, ki delajo na projektu, ker želijo dobro svojim učencem.



Projekta pa ne more izvesti en sam človek. Zaradi projekta mislim, da me sodelavci vidijo drugače, kot prej. Vsekakor smo se bolj zblížali in spoznali. Od nekaterih sem morda pričakovala določene lastnosti, a jih ni bilo, zato pa so bile druge, prav tako »uporabne«. Od glavne koordinatorke sem, recimo, pričakovala, da nas bo na začetku vse koordinatorje predstavila in nas želela boljše spoznati. Vendar, ker je sama bolj sramežljiva, smo to spoznavanje čisto dobro opravili kar sami, ona pa se je izkazala za prijetno in strokovno vodjo. Prav tako sem, recimo, od vodstva šole pričakovala organizacijo določenih stvari, a se je po drugi strani izkazalo za prijetno spodbudo in motivacijo, ki težave rešuje na miren, kultiviran način in ne prispeva k dodatnemu stresu. Me pa še zmeraj preseneča odpor sodelavcev do pogovora v tujem jeziku, čeprav so lahko primerjali svoje znanje z drugimi na mobilnosti ter na obisku pri nas in spoznali, da niso tako slabi, kot si pripisujejo. Upam pa, da bo tudi ta odpor slej ko prej premagan.

IKT

Pred izvajanjem projekta sem pričakovala, da bo to nekaj izjemno koristnega za učence, zelo odločilno zame in da se bomo vsi skupaj tudi izboljšali na zdravstvenem področju, kar je tema našega projekta. Vse to je res, a preseneča me, koliko znanja o delovanju in uporabi informacijsko-komunikacijske tehnologije sem tudi odnesla od projekta.

Že na samem začetku smo se soočili z obiljem gradiva, ki smo ga morali pošiljati sem ter tja. Dokler je šlo za manjše datoteke, smo seveda to brez težav opravili po elektronski pošti. Kaj pa z videoposnetkom? Najprej smo ga seveda morali posneti. Potem pa se je vsaj meni že zataknilo. O montaži še zdaj ne vem nič, ker so me, kar se tega tiče, izjemno prijetno presenetili moji učenci. Z veseljem, pravočasno in zelo strokovno so zmontirali končni izdelek. Meni je bil zelo všeč. Kako pa naj ga pokažem drugim? Svetovali so mi uporabo računalniške aplikacije *WeTransfer*, ki omogoča pošiljanje

datotek do velikosti 2 MB varno in zastonj. A na mojem računalniku se je datoteka nalagala na strežnik več kot pet ur. In na drugi strani je trajalo samo nekaj manj časa, da so jo s strežnika prenesli na poljuben računalnik. A to lahko storiš samo, če datoteko preneseš v času nekaj dni po tem, ko je bila na strežnik naložena. Potem se avtomatično izbriše in vse skupaj lahko ponoviš. Torej znova težave.

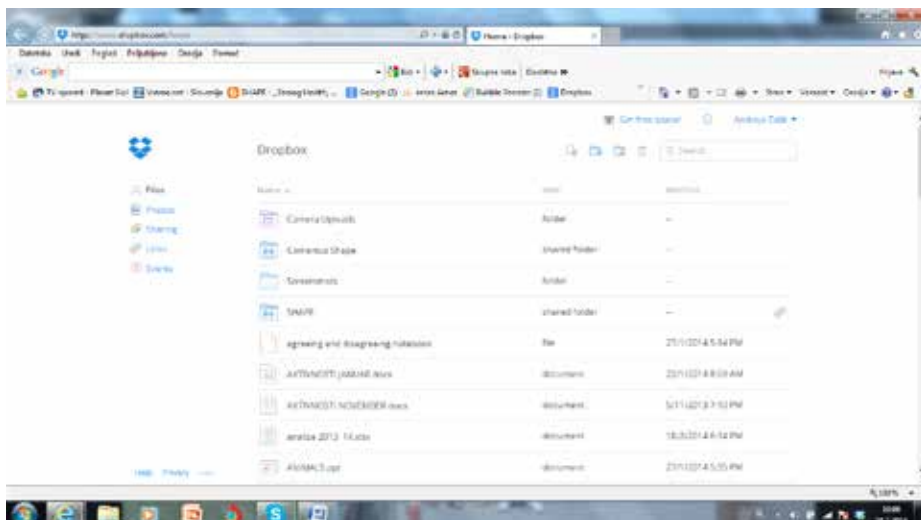
Zato smo se med koordinatorji zedinili, da vse datoteke nalagamo v *dropbox*. Tudi to je zame popolnoma nova stvar, ki sem se je morala priučiti. *Dropbox* namreč omogoča deljenje. To pomeni, da lahko v določeno mapo nalagamo in snemamo datoteke vsi povabljeni. Tako je vse na enem mestu. Obenem si lahko ogledam izdelke drugih partnerjev, primerjam z mojimi, naložim dokumente, da si jih ogledajo drugi, ter prav tako lahko od tam črpa urednica bloga. Zato ni več potrebno pošiljanje z drugimi mediji na več naslovov. Slaba stran pa je, da se enako preprosto stvari tudi izbrišejo.

Tako je nekaj naših končnih izdelkov preprosto izpuhtelo, kajti en človek, ki je dostopal do skupne mape, jih je preprosto izbrisal. In na žalost smo morali vse skupaj ponoviti. In na enak način mi lahko posredujejo izdelke tudi moji učenci, vendar v drugo mapo. Tako se izognemo pošti, cedejem, ključem in posredovanju polizdelkov montaži. Na zelo preprost način se tam znajdejo tudi fotografije ali glasovni posnetki. Določene aktivnosti moramo namreč »fotoevidentirati«. Seveda gre to lahko s fotoaparatom. Še preprosteje pa posnamem s svojim telefonom ali tablico in kot po čarovniji se fotografija znajde v dropboxu. Brez enega samega kabla. Če želim, jih še obdelam, premaknem v drugo mapo in končni izdelek je dostopen vsem. Pa še vedno mi ostane dovolj prostora, da si tja shranjujem gradiva za pouk in druge datoteke.

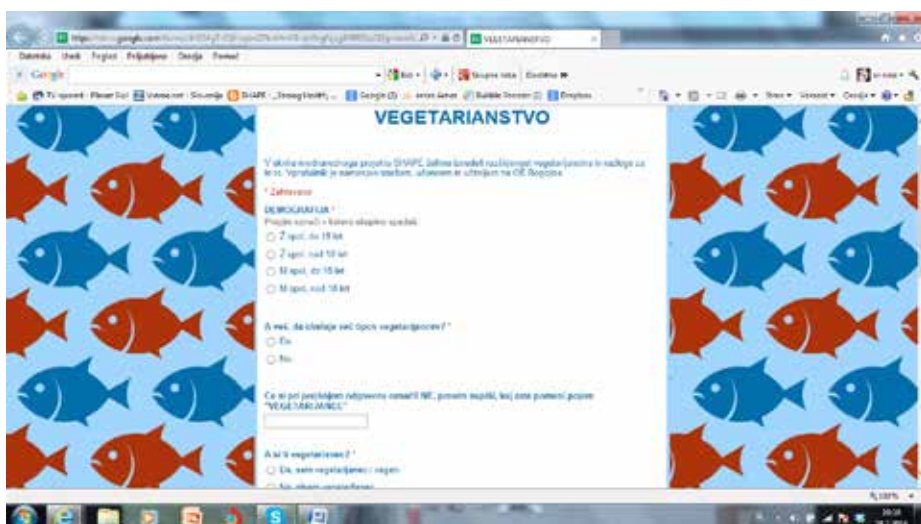
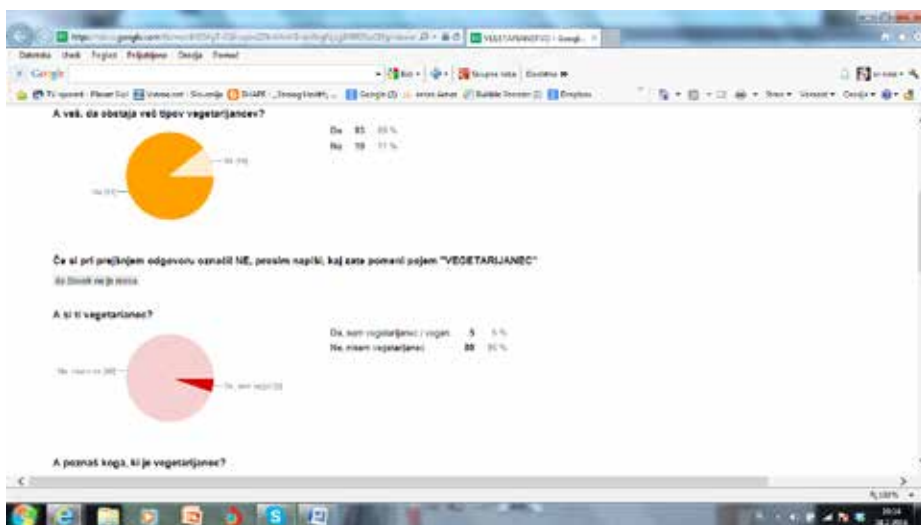
Druga osupljiva stvar so Google docs. Pogosta projektna aktivnost je anketa, kjer moramo povprašati do 100 oseb. Že sama masa papirja je obsežna in naredi določen strošek, potem pa te še čaka analiza. Zato se sama najraje poslužujem anket, narejenih z Google docs. Google ima torej stran Google Drive, kamor dostopaš tako kot v svoj (Gmail) poštni predal. Tam pa se zgodi čarovnija. Ustvariš lahko, recimo, Wordov dokument, v katerega vpisujemo vsi udeleženci projekta. Tako se izogneš stari, novejši in najnovejši verziji, ki je ni potrebno prepošiljati, saj je dostopna vsem. Pa še shrani se samodejno, tako da delo ne gre v nič. In seveda je dostopna iz katerega koli računalnika. Še najbolj pa so mi všeč ankete, ki so barvite, interaktivne, reševanje traja nekaj minut in večino lahko rešiš kar s klikanjem. Rešujejo jih lahko učenci, starši ali učitelji ali kdor koli, in to v svojem prostem času. Seveda lahko povezavo na anketo pošlješ tudi po pošti ali pa jo naložiš na šolsko spletno stran. Najlepše pa je, da je analiza samodejna. Sistem sam šteje zadetke in sočasno riše barvne grafe (glej sliko 2).

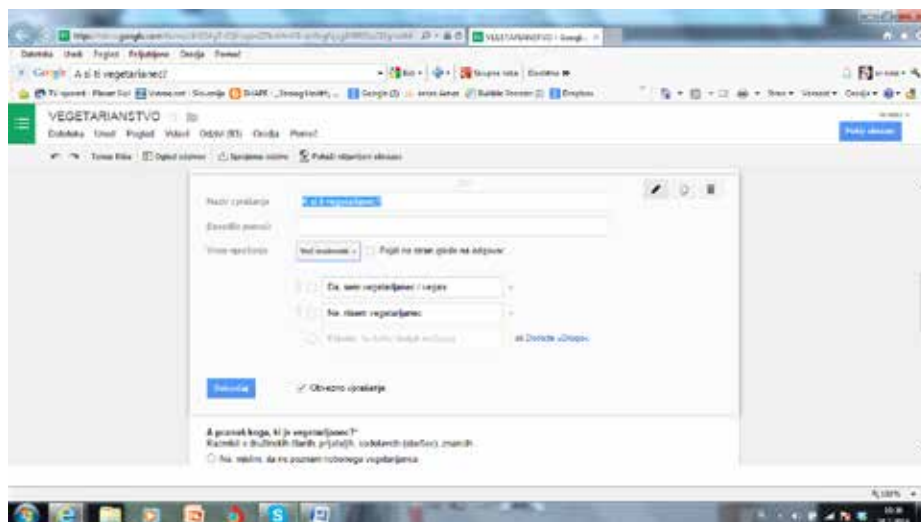
SODELOVANJE

Za uspešno izpeljan projekt se mora koordinator povezati z drugimi



Slika 1 – Dropbox. Za nalaganje in posredovanje slik in dokumentov.





Slika 2: Primer priprave vprašalnika, končnega vprašalnika in analize v Google drive

sodelavci na šoli, z vodstvom šole ter s širšo lokalno skupnostjo. Za sodelavce in vodstvo šole sem že omenila, da je bilo delo na projektu zelo uspešno in prijetno. Prav tako sodelovanje s starši. Imela sem le en manjši nesporazum, ko je mamica želela, da njen otrok na vsak način odpotuje na prvo mobilnost. A ker smo že pred tem v kolektivu postavili standarde, po katerih bomo izbirali učence za mobilnost, smo vse lepo rešili in v prihodnje sodelovali povsem strokovno. Prav tako smo sodelovali z nekaterimi lokalnimi podjetji. Če smo aktivnost plačali, smo se zelo uspešno pogajali za kar se da nizko ceno. Veliko pa se jih je tudi odzvalo s propagandnim materialom zastonj. To nam je res olajšalo delo in vsem smo izjemno hvaležni. Tudi sodelovanje z mediji je bilo korektno in veseli smo, da so poročali o nekaterih aktivnostih našega projekta.

ZDRAVJE

Namen projekta je bil ozaveščati učence in preko njih širšo javnost o pomenu zdravja. Tako smo izvedli na ducate aktivnosti, ki jih lahko strnem v naslednje kategorije:

– Ankete in vprašalniki. V lokalni skupnosti smo raziskovali življenjski slog, katere pozitivne spremembe smo skušali vnesti v življenjski slog, verske tradicije in zdravo življenje, zasvojenost ter prisotnost vegetarijanstva v naši okolici. Ugotovili smo, da so dobre navade v okolici naše šole

dobre higienske navade in uživanje raznolike, doma pripravljene hrane, slabe navade pa so izogibanje zajtrku, preveliko uživanje rdečega namesto belega mesa in uživanje sladkarij. Glede zasvojenosti smo ugotovili, da učenci niso zasvojeni z alkoholom, niti drogami, da pa v okolici takšna zasvojenost obstaja. Tudi vegetarijanci naši učenci načeloma niso, poznajo pa jih kar nekaj, ki so vegetarijanci tudi iz zdravstvenih razlogov. Več izsledkov lahko najdete na spletni strani <http://projectshape.blogspot.com>.

– Tedni dobrih navad. Na izbran dan v tednu smo pili vodo namesto sladkih pijač, jedli sadje namesto sladkarij, se izogibali mesu ali sladkarijam nasploh, ali se razgibavali med poukom. Po vsaki takšni aktivnosti smo ugotavljali, da takšne spremembe sploh niso naporene za naš življenjski slog. Razen tega so se te aktivnosti skladale z vizijo naše šole, tako da takšne spremembe vnašamo na dolgi rok.

– Športni dnevi. Promovirali smo gibanje v naravnem, zdravem okolju in uživanje zdrave, po možnosti lokalne hrane.

– Predstavitve. Učenci so raziskovali značilnosti zdravega življenja, sestavo značilnega sadja in zelenjave v naši prehrani ter vpliv le-tega na zdravje, kriterije za izbiro zdrave prehrane, verske tradicije in zdravo življenje oziroma post, povezan z verstvom, deset zapovedi zdravega življenja ter sovražnike zdravega življenja.

– Video. Posneli smo video *My Gym Club*, kjer učenke prikazujejo aerobne in krepilne vaje, in ki bi lahko bil uporaben tudi za telesno aktivnost v razredu. Video s folklornimi plesi lahko služi učenju ali primerjavi le-teh po Sloveniji ali Evropi. Učenke so posnele tudi intervju z vegetarijanko.

– Meniji in recepti. *Religious Traditions and Healthy Life* ter *Welcome to Shape Restaurant* so zbirka jedi in receptov iz sedmih evropskih držav, ki lahko služijo za navdih za šolsko kuhinjo, ure gospodinjstva ali zasebno uporabo.

– Drugo.

Vse končne izdelke, ne samo izdelke naše šole, si lahko ogledate na spletni strani projekta Comenius šolska partnerstva *Strong Health, hAppy PEople* – *SHAPE*: <http://projectshape.blogspot.com>.

