



ÜLDINFO

Tunni teema:	#035 Kuidas olla parim Sina ise?			
Külalisõpetaja:	John K Bates, juhtimis- ja esinemisnõustaja			
Õpilased:	10.-12. klass			
Tunni õpieesmärk:	Õpilased on saanud teadlikumaks kuidas olla teistega suheldes parim mina ise.			
45 minutise tunni ülesehitus:	5 min häälestus tunniks	20 min video külalisõpetajaga	15 min õpetaja poolt juhendatud õpilaste tegevus	5 min õpitu kinnistamine
Tunni ettevalmistus õpetajatele:	Arvuti, internetiühendus, kõlarid, projektor. Õpetajal on võimalus kasutada tahvlit. Külalisõpetajale küsimuste esitamiseks on hea jagada õpilastele väikesed paberid, mida neil on hiljem mugav oma küsimusega õpetajale tagasi saata. Õppetegevuse osaks võite olenevalt meetodist kasutada kas töölehte (vt tunnikava lõpus) või iga õpilase ja õpetaja jaoks on olemas 1 A4 ja vahendid, millega neid lehti kinnitada õpilaste seljale (teip, nõõpnõel vms).			
Seos riikliku õppekavaga:	Võtmesõnad: <ul style="list-style-type: none"> • enesemääratluspädevus • õpipädevus • suhtluspädevus • sotsiaalne pädevus • väärtuspädevus • tervis ja ohutus • väärtused ja kõlblus • inglise keel • psühholoogia 			
Tunni teema taust:	Inimesed muretsevad sageli liiga palju sellepärast, mida teised arvavad. Selline mõtlemine võtab meilt sageli ära jõu ja julguse olla igas hetkes parim mina ise. Ameeriklased on tuntud oma enesekindluse poolest. Kutsusimegi seetõttu koostöös Ameerika Kaubanduskojaga Eestis e-külalistundi juhtimiskommunikatsiooni nõustaja John K Bates'i. Käesolevas tunnis jagab külalisõpetaja oma mõtteid ja kogemusi sellest, kuidas tema on leidnud endale viisi olla parim tema ise ja seeläbi õnnelik inimene. John K Bates ühendas e-külalistunni juhtimisprogrammi " Superheroes " koolitusega. Vlog on filmitud sellel päeval.			

VÕIMALIK TUNNIKAVA IV kooliaste*

Ettevalmistus enne tundi	Palun avage arvuti, projektor ja e-külalistunni Youtube'i link: https://www.youtube.com/watch?v=nnkJVGWjCGM Logige võimalusel sisse Youtube'i keskkonda, et saaksite anda märku oma klassi liitumisest tunniga ja edastada õpilaste küsimusi. Kontrollige kõlareid, et heli oleks kosta kogu klassiruumis.
Häälestus 5 min enne video vaatamist, eesmärgiga äratada õpilastes huvi teema vastu	Palun selgitage tunni eesmärki ja vajadusel kirjutage eesmärk tahvlile. Selgitage õpilastele, mis tunnis toimuma hakkab ja miks ja mida võiks teada sellest, kuidas olla parim mina ise. 5 min - ISESEISEV TÖÖ ja PAARISTÖÖ Jagada õpilastele töölehed ja paluda neil see täita individuaalselt. Seejärel jagada oma mõtteid pinginaabriga. Kui töölehti mitte kasutada, siis kuvada töölehe küsimused nähtavalt klassiruumis (tahvil, projektori abil vm moel) ning jagada õpilastele A4 paberid, et nad saaksid vastused kirja panna.
Vlogi vaatamine 20 min	Kui õpilastel tekib küsimusi külalisõpetajale liikumisharjumuste kujundamise kohta, siis õpetaja edastab küsimused Youtube'i vestlusaknasse, soovitavalt alljärgneval kujul, et külalisõpetaja saaks vastates õpilase poole pöörduda: <i>Mart, 10. klass, Läänemaa</i>

	<p><i>Ühisgümnaasium: Kuidas olla enesekindel?</i></p> <p>Külalisõpetaja vastab küsimustele Facebooki postituse kaudu 100 e-külastunni grupis.</p>
<p>Õpetaja poolt juhendatud õpilaste tegevus 15 min</p>	<p>VARIANT 1</p> <p>5 min - VIDEO VAATAMISE ÜLESANDE KOKKUVÕTE. Õpetaja küsib õpilastelt:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mida õpilased külalisõpetaja sõnumitest varem teadsid? • Mis oli uus ja oluline? • Mis tekitas küsimusi? <p>10 min - HARJUTA VESTLUST “FORD”-MEETODIL</p> <p>Et uute inimestega kohtudes oleks olemas küsimused, mille üle arutada, teeb külalisõpetaja oma vlogis külalisõpetaja ettepaneku harjutada “FORD”-meetodi kasutamist:</p> <ul style="list-style-type: none"> • F- <i>family</i>/perekond • O- <i>occupation</i>/töö või kool • R- <i>recreation</i>/vaba aeg • D- <i>dreams</i>/unistused <p>Õpetaja teeb ettepaneku, et õpilased räägivad kolme õpilasega, kellega nad ei ole täna rääkinud, kasutades “FORD”-meetodit.</p> <p>VARIANT 2</p> <p>15 min - TAGASISIDE ANDMISE HARJUTUS KARUSSELLMEETODI abil</p> <p>Iga õpilane ja õpetaja kinnitab omale häälestuses kasutatud töölehe või paberi seljale nii, et tühi pool on nähtav ja varub ennast kirjutusvahendiga. Õpilastest ja õpetajast moodustatakse 2 ringi - sisemine ja välimine ring nii, et iga osaleja jääb teises ringis osalejaga kohakuti.</p> <p>Õpilased ja õpetaja annavad üksteisele tagasisidet, kirjutades kordamööda kohakuti olevale osalejale selja peale, milles nad arvavad, et teine osapool on hea või väga hea. Seejärel liigub üks ring (kokkuleppel, kas siis sisemine või välimine) 1 koha võrra edasi ja jagab järgmise osalejaga kordamööda positiivset tagasisidet, kirjutades see seljal oleval paberile. Liikumine toimub niikaua, kuni kogu ring on tehtud. Seejärel võib vaba aja olemasolul anda liikumise vabaks ja võimaluse kirjutada nendele klassikaaslastele, kellele veel soovitakse positiivset tagasisidet anda.</p> <p>NB! Enne harjutuse alustamist teeb õpetaja sissejuhatus, milles selgitab, et kirjutada võib ainult positiivset tagasisidet ning teeb ise ette ühe näite, kirjutades kellelegi tagasisideks seljale ja jagades seda kõigiga. Õpetaja saab hoida ka alguses aeglasemat tempot, et anda võimalus kõigil õpilastel oma vastasoleva õpilase kohta midagi kirjutada (eesmärgiks võiks olla, et edasi liigutakse järgmise partneri juurde, kui kõik on saanud oma mõtte teisele seljale kirjutada).</p> <p>VARIANT 3</p> <p>5 min - VIDEO VAATAMISE ÜLESANDE KOKKUVÕTE. Õpetaja küsib õpilastelt:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mida õpilased külalisõpetaja sõnumitest varem teadsid? • Mis oli uus ja oluline? • Mis tekitas küsimusi? <p>10 min INDIVIDUAALNE ja PAARISTÖÖ</p> <p>Iga õpilane paneb töölehele või häälestuses kasutatud A4 paberile kirja 3 juhtumit oma elust, mille sarnastest rääkis külalisõpetaja. Ühtlasi märgib ta ära viisi, kuidas ta selles situatsioonis reageeris. Seejärel paneb õpilane kirja, kas ja kuidas ta oleks võinud selle olukorra lahendada külalisõpetajalt kuuldu näitel.</p> <p>Seejärel jagavad õpilased oma lugusid pinginaabriga ning osad õpilased soovi korral ka kogu klassiga selles võtmes, mis võimaldaks vaadelda neid juhtumeid viisil, mida kõike kurbnaljakat minuga on juhtunud, et anda võimaluse normaliseerida neid olukordi</p>

	ning oskuse iseennast mitte ülemäära tõsiselt võtta.
Õpitu kinnistamine 5 min	<p>VARIANT 1 korral, võimalikud aruteluküsimused:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mis "FORD"-meetodi puhul toimis, mis ei toimunud, mida teeksid teisiti? • Mis on kõige olulisem mõte, mille tänasest tunnist kaasa võtad? <p>VARIANT 2 korral Iga tagasiside harjutuses osalenu loeb oma seljal olnud lehte ja märgib ära, mis on tema jaoks positiivselt üllatavat ning paneb kirja mis motiveerib teda olema parim tema ise.</p> <p>VARIANT 3 korral Arutelu teemal, kas õpilased oleksid ise valmis külalisõpetajalt kuulnud näpunäiteid kasutama ja kui siis milliseid ja miks? Võib teha paarides, lähimates gruppides või kogu klassiga.</p>
Võimalikud jätkutegevused	<p>Soovi korral: laske tunni lõpus õpilastel anda pöidla- või käemärkide abil tagasisidet (näiteks 3 käemärki: käsi all – ei meeldinud, käsi õla kõrgusel – meeldis keskmiselt, käsi üleval – meeldis väga) järgmiste punktide kohta:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tunni teema: ei olnud huvitav/keskmiselt huvitav/väga huvitav • Külalisõpetaja video: ei meeldinud/meeldis keskmiselt/väga meeldis • Ülesanded/tegevused: ei osalenud/osalesin mõnes tegevuses/osalesin kõiges
Võimalikud raskused rakendamisel?	Kui kasutate õppetegevuses tagasiside andmise varianti, siis soovitame väga tähelepanu pöörata selle harjutuse häälestusele, positiivse õhkkonna loomisele, sest see harjutus eeldab positiivse klassikliima olemasolu ning õpilaste omavahelist varasemat positiivset kontakti vähemalt minimaalsel tasandil.
Lisateave	<p>Siit leiata teisi videosid juhtimiskommunikatsiooni nõustaja John K Bates'i esinemisostkuste ja enesekindluse kohta: https://vimeo.com/167301982 John K Bates'i töi Eestisse tuua Eesti ja Ameerika Ühendriikide ärisuhete arendaja American Chamber of Commerce in Estonia (Ameerika Kaubanduskoda Eestis).</p> <p>Soovitame õpilastele viidata "Superheroes" programmi. See on praktiline juhtimis- ja äriprogramm 13-17 aastastele tüdrukutele. Uude lendu on võimalik kandideerida 2018. aasta sügisel. Lisainfo: http://superheroes.ee/</p>

* Tunnikava on loodud selleks, et pakkuda õpetajatele välja erinevaid variante õpilaste aktiivseks kaasamiseks tunni teemasse. Tunnikavas on meetodite osas tihti välja pakutud valikuvariante ja õpetaja teeb ise otsuse, millist meetodit kasutada. Tunnikava ei pea tingimata kasutama.

Tööleht

Õpilase nimi:

Tunni eesmärk on mõtestada, mida tähendab parim mina ise iga õpilase jaoks.

ÜLESANNE

Kirjuta või ütle enda kohta kuni 10 väidet alustades siin toodud lause algustega. Seda harjutust tehes mõtle parimale iseendale (iseenda oskustele, omadustele, teadmistele, soovidele, kogemustele, võimetele ja ambitsioonidele):

- ma olen ...

- ma ei ole ...

- ma näin ...

- ma tahan ...

- ma soovin ...

- ma suudan...

- ma kardan ...

- mulle meeldib ...

- mulle ei meeldi ...

- ma armastan ...