

A close-up portrait of a man with short, dark, wavy hair and light-colored eyes. He has a light beard and is looking directly at the camera with a neutral expression. He is wearing a dark t-shirt and a thin gold chain with an Olympic rings pendant.

MAGNUS KIRT: TAGASITULEK

ÕPPEMATERJALID

AUTORID LISETT PAVELSON, SNEŽANA STOLJAROVA



SISSEJUHATUS ÕPPEMATERJALIDESSE

KUIDAS? KELLELE? MIKS?

Lõime spordipsühholoogia teadmistele toetudes filmile „Magnus Kirt: Tagasitulek“ hariduslikud materjalid. Materjalide eesmärk on toetada noori filmis nähtuvate psühholoogiliste teemade mõtestamisel, nende üle arutlemisel ja enda kogemuste analüüsimisel. Kuigi materjal lähtub spordist, on paljud käsitletavad teemad olulised ka õppimises, huvitegevuses ning teistes arengu ja sooritusega seotud olukordades.

Materjale saab kasutada nii treeninggrupis, koolitunnis kui ka individuaalses töös noorega. Juhendajaks võib olla õpetaja, treener, lapsevanem või mõni teine noorega töötav täiskasvanu.

Materjalid on mõeldud eelkõige noortele alates 8. klassist ehk ligikaudu 14. eluaastast. Juhendaja saab oma rühma vanust, arengutaset ja vajadusi arvestades hinnata, millised teemad ja tegevused sellele sobivad ning kuidas kohandada aruteluküsimusi, selgitusi ja ülesandeid.

Filmi vaadates leidsime neli peamist psühholoogilist teemat, millele tähelepanu pöörata:

- 1. Psühholoogiline vastupidavus**
- 2. Keerulised dilemmad ja rasked otsused**
- 3. Tiimi ja toetavate suhete olulisus**
- 4. Muutustega kohanemine**

Alustuseks vali teema, mida soovid noortega käsitleda. Iga teema alguses on juhendajale mõeldud teemasse sissejuhatavad põhimõtted, mis aitavad teemat avada ning arutelu suunata. Seejärel leiad aruteluküsimused, mida saab käsitleda individuaalses vestluses, väikestes rühmades või kogu grupiga. Lõpetuseks katavad igat teemat erinevad tegevused, harjutused ja töölehed. Töölehti saab täita kohapeal või anda pärast ühist arutelu iseseisvaks mõtisklemiseks.

Kõiki materjalis olevaid tegevusi ei pea järjest läbima. Vali nende seast just need, mis sobivad sinu grupi, eesmärgi ja olemasoleva ajaga. Harjutusi võib vastavalt osalejate vanusele, grupi suurusele ja kontekstile kohandada.

Oluline ei ole jõuda ühe „õige“ vastuseni. Materjalide eesmärk on aidata noortel märgata oma mõtteid, tundeid ja käitumist, kuulata teiste vaatenurki ning siduda käsitletud teemad enda kogemustega. Soovime teile sisukaid arutelusid, avatud meelt ja uudishimu materjalide kasutamisel!

Materjalide autorid

Materjalid koostasid spordipsühholoogid Snežana Stoljarova ja Lisett Pavelson, kes igapäevaselt puutuvad kokku nii noorte kui täiskasvanud (tipp)sportlastega. Mõlemad on ka Team Estonia koostööpartnerid.

Soovi korral saab nendega ühendust võtta:

Snežana Stoljarova – snezana.stoljarova@gmail.com

Lisett Pavelson – lisettpavelson@gmail.com