



Kompleksowe rozwiązanie integracji ponad podziałami - wytyczne do pracy włączającej w sektorze edukacji pozaformalnej (metodologia)

KLUB IMIGRANT-PRZYJACIEL

Monika Formańska-Żadkowska
Karolina Kadaj
Marta Łoboda
Agnieszka Nykaza-Połetek



Współfinansowane przez
Unię Europejską



Instytut Wiedzy
i Kompetencji



VFBQ
Bad Freienwalde e.V.

Verein zur Förderung von Beschäftigung und Qualifizierung Bad Freienwalde e.V.





KLUB IMIGRANT-PRZYJACIEL

**Kompleksowe rozwiązanie integracji ponad podziałami
wytyczne do pracy włączającej w sektorze edukacji
pozaformalnej (metodologia)**

Wydawca:

Instytut Wiedzy i Kompetencji

ul. Mikołaja Reja 5/7

81-441 Gdynia, Polska

przy współpracy z:

Universal Mobility SL

Prta Real de España, 1, 5B Izquierda,

18010 Granada, Hiszpania

oraz

Verein zur Förderung von Beschäftigung

u. Qualifizierung Bad Frw. e.V.

Am Weidendamm 7,

16259 Bad Freienwalde, Niemcy

Autorzy:

Monika Formańska-Żadkowska

Karolina Kadaj

Marta Łoboda

Agnieszka Nykaza-Połetek

Opracowanie redakcyjne:

Michał Żadkowski

Copyright © Instytut Wiedzy i Kompetencji

Gdynia 2023

ISBN: 978-83-965328-3-1

Wydanie pierwsze

Książka opublikowana na licencji: CC BY-SA





Współfinansowane przez
Unię Europejską

Prezentowana publikacja jest rezultatem intelektualnym projektu „Akcja integracja! - partnerstwo na rzecz współpracy w procesie włączenia społecznego dzieci i młodzieży z rodzin imigranckich.” koordynowanego przez fundację Instytut Wiedzy i Kompetencji, współfinansowanego ze środków Programu Erasmus+ KA2 partnerstwa współpracy w sektorze Młodzież, nr projektu 2021-1-PL01-KA220-YOU-000030450.

Partnerzy projektu:

Universal Mobility SL

Prta Real de España, 1, 5B Izquierda,
18010 Granada, Hiszpania

oraz

**Verein zur Förderung von Beschäftigung
u. Qualifizierung Bad Frw. e.V.**

Am Weidendamm 7,
16259 Bad Freienwalde, Niemcy

Publikacja została przygotowana w dwóch wersjach językowych – polskiej i angielskiej.



Spis treści

Wstęp	5
Część 1. Storytelling without telling!	10
Scenariusz 1. „Zróbmy coś pysznego”	16
Scenariusz 2. „Ciiii... ani słowa”	20
Scenariusz 3. „Dawno, dawno temu”	23
Scenariusz 4. „Pomieszanie z poplątaniem”	26
Część 2. Kamera AKCJA-INTEGRACJA!	29
Scenariusz 1. „Oto ja!”	33
Scenariusz 2. „Świat filmowy”	36
Scenariusz 3. „Tańczymy Belgijkę”	39
Scenariusz 4. „Film i przedstawienie”	41
Część 3. KREATYWNE PORTFOLIO KARIERY.	48
Scenariusz 1. „Analiza SWOT - misja specjalna”	51
Scenariusz 2. „Umiejętności - pokaż na co Cię stać”	55
Scenariusz 3. „List w butelce”	59
Scenariusz 4. „Zawodowy lapbook”	66
Część 4. MultiCOOLturalne warsztaty artystyczne.	70
Scenariusz 1. „Skrzyneczka pełna wspomnień”	76
Scenariusz 2. „Kolorowe emocje na płótnie”	79
Scenariusz 3. „Puzzle”	87
Scenariusz 4. „Mandala”	91





Wstep

Społeczeństwo wielokulturowe jako główne wartości wskazuje tolerancję oraz integrację. Niezwykle ważne i istotne jest poznanie innych kultur, otwarcie się na nowe, próba zrozumienia, wspólnej koegzystencji, a także wzajemna integracja.

Szczególnie dotyczy to dzieci i nastolatków. Młode pokolenia, rozpoczynające swoją drogę, potrzebują wzrastać w poczuciu bezpieczeństwa. Tylko wówczas mają szansę na pełny rozwój, doskonalenie swoich umiejętności, rozwijanie zainteresowań i hobby. Wzrastanie w świadomym i otwartym społeczeństwie daje im szansę na stworzenie w pełni autonomicznej osobowości, świadomej swej odrębności, a jednocześnie posiadającej poczucie przynależności kulturowej.

Dla nastolatków z rodzin imigranckich i uchodźczych wsparcie na każdym poziomie jest niezwykle istotne. Zmiana środowiska, próba odnalezienia się w nowych realiach, budowanie własnego systemu wartości, a także próba poradzenia sobie z trudnościami związanymi z koniecznością wyjazdu z rodzinnego kraju wymagają szczególnej uwagi oraz pomocy. Wrzuceni w nową, nieznaną rzeczywistość, młodzi uchodźcy i imigranci, często pozostają sami ze swymi trudnościami. Bariera

komunikacyjne, brak wspólnych tematów z rówieśnikami, poczucie wyobcowania i inności pogłębia stres, sprzyja wycofaniu się, powoduje szereg problemów emocjonalnych i egzystencjalnych.

Edukacja pozaformalna jest jedną z form pozwalających stworzyć warunki niezbędne do budowania więzi, nawiązywania relacji oraz integracji. Zajęcia odbywają się w atmosferze swobodnego udziału, braku oceny czy presji osiągnięć, co sprzyja budowaniu relacji, poczucia wspólnoty, rozładowaniu emocji i napięć.

Edukację pozaformalną charakteryzują przede wszystkim:

- dobrowolne uczestnictwo;
- wewnętrzna motywacja osób uczących się;
- cel określony przez uczącego się;
- edukacja planowana;
- struktura dopasowana do potrzeb uczestników i razem z nimi ustalana;

- struktura dopasowana do potrzeb uczestników i razem z nimi ustalana;
- prowadzący podąża za potrzebami uczącego się, jest moderatorem tego procesu;
- relacje prowadzący - uczący się są partnerskie;
- treści są zindywidualizowane, wybierane przez uczącego się;
- uczenie przez doświadczenie;
- grupa jest różnorodna, a jednostka jest częścią grupy;
- odpowiedzialność za uczenie leży po stronie uczącego się;
- środowisko nauki jest przede wszystkim uzależnione od potrzeb;
- uczący sam ocenia swoje osiągnięcia korzystając z informacji zwrotnej;
- ocena jest w formie zdobytych kompetencji;

- brak certyfikatu potwierdzającego efekty, jedynie potwierdzenie uczestnictwa z opisem zdobytych kompetencji;
- nauka przez całe życie;
- organizacja zajmują się osoby prywatne, grupy, organizacje (Raport, 2013, s. 17).



Edukacja pozaformalna obejmuje kursy, seminaria, różne formy doksztalcania się, różnorodne warsztaty. Każdy z nich ma na celu wspomaganie rozwoju osobistego, doskonalenie umiejętności, kształtowanie kompetencji, naukę pod każdą postacią - poznawanie, rozwijanie oraz pogłębianie.

Edukacja pozaformalna jest wspaniałym narzędziem do integrowania grup społecznych. Nauka i praca są ze sobą powiązane. Nauka daje możliwość zdobycia wiedzy, nowych umiejętności a następnie pomaga je utrzymać, rozwijać i wzbogacać. Uczymy się w zasadzie przez całe życie, w różnych momentach i sytuacjach. Kształcenie pozaformalne jest dlatego tak istotne dla integracji różnych środowisk. Daje ono możliwość współdziałania, rozwoju świadomości, a tym samym integracji.

Edukacja pozaformalna jest częścią procesu uczenia się przez całe życie, dzięki któremu młodzież i dorośli mogą zachować lub opanować nowe umiejętności, zdolności i postawy niezbędnych do przystosowania się do ciągle zmieniających się warunków. Zajęcia wykraczające poza ramy formalne przyczyniają się dodatkowo do wzrostu poczucia własnej warto-

ści, podnoszenia zdolności i umiejętności niezbędnych do udanej integracji społecznej.

W ramach KLUBU IMIGRANT-PRZYJACIEL proponujemy cykl warsztatów jako kompleksowe rozwiązanie integracji rówieśniczej ponad podziałami.

Z założenia Klub powinien być miejscem integrującym. Miejscem oferującym bezpieczną przystań. Oferowane zajęcia winny rozwijać kreatywność i wyobraźnię, pobudzać do twórczego działania, dawać poczucie sprawczości. A jednocześnie winny budować relację, wzajemne interakcje, poczucie przynależności do wspólnoty, integrować oraz uczyć empatii, tolerancji i otwartości na inność.

Zadaniem Klubu jest szersze spojrzenie na wielokulturowe społeczeństwo. Nie jako zbiór osób różniących się od siebie, a jako zbiór osób podobnych choć innych. Zbiór osób, które mogą uczyć się wzajemnie od siebie, które mają wiele do zaoferowania, które mogą się wzajemnie wspierać, rozumieć, przyjaźnić.

W ramach działalności Klubu proponujemy 4 bloki tematyczne warsztatów:

1. „Storytelling without telling!” - osoba odpowiedzialna za prowadzenie psycholog dzieci i młodzieży,
2. „Kamera AKCJA-INTEGRACJA!”- warsztaty teatralno-filmowe - osoba odpowiedzialna za prowadzenie nauczyciel języka polskiego i wiedzy o kulturze,
3. „KREATYWNE PORTFOLIO KARIERY.” - osoba odpowiedzialna za prowadzenie doradca zawodowy,
4. „MultiCOOLturalne warsztaty artystyczne.” - osoba odpowiedzialna za prowadzenie arteterapeuta.



W zależności od potrzeb, zróżnicowania grupy, stanu emocjonalnego uczestników, warsztaty można modyfikować oraz zmieniać. Ważne jest aby podążać za dynamiką grupy, pozwolić na swobodny przepływ emocji i wrażeń. Być przewodnikiem i moderatorem. Reagować na potrzeby grupy. Obserwować. Pokazywać cel, ale pozwolić wybrać drogę.

Niniejsza publikacja jest podsumowaniem trwającego 14 miesięcy procesu skalowania oferty edukacyjnej dedykowanej młodzieży z rodzin imigranckich oraz ich koleżankom i kolegom z kraju przyjmującego (Polski). Stanowi zbiór dobrych praktyk opracowanych oraz przetestowanych podczas pracy pedagogicznej w Klubie Imigrant-Przyjaciół w Zespole Szkół Chłodniczych i Elektronicznych w Gdyni.

Publikacja, którą oddajemy w Państwa ręce składa się z 16 scenariuszy (po 4 w każdym z proponowanych bloków tematycznych) poprzedzonych krótkim wprowadzeniem.

Życzymy Państwu owocnej pracy z materiałem.

Autorki



Część 1.

Storytelling without telling!

Najbardziej popularną metodą komunikacji jest oczywiście posługiwanie się mową. A co jeśli spotykamy kogoś, kto nie mówi w tym samym języku. Jak pokonać barierę językową? Jak nawiązać kontakt? Jak wejść w interakcję?

Zdarzyło się Wam kiedyś spotkać cudzoziemca w środku miasta pytającego nas o drogę? Zapewne nieraz. Czy jest możliwym wskazanie kierunku bez znajomości języka? Ależ oczywiście. Tyle, że później "bolały Was ręce", prawda? Wasze pozytywne nastawienie, uśmiech, chęć pokazania na migi ułatwiły to zadanie.

Tu przechodzimy do komunikacji pozawerbalnej:

- wygląd fizyczny
- ruch ciała
- gesty
- mimika
- ton głosu
- dotyk.

W codziennej komunikacji tworzymy mieszankę komunikatów werbalnych i niewerbalnych. Sprawia to, że jesteśmy bardziej przekonujący. Naszym opowieściom dodaje to emocjonalnego uroku, budzi zainteresowanie, wywołuje oczekiwane przez nas reakcje. Pamiętajmy jednak też o tym, że to właśnie na poziomie mimiki, gestów, tonu głosu czy pozycji ciała toczy się większość komunikacji międzyludzkiej.



Warto w tym miejscu wspomnieć również o ograniczeniach, zaburzeniach podczas wysyłania i odbierania komunikatów niewerbalnych. Bywają one trudne do zinterpretowania, mają wiele różnych znaczeń, czasem są niejasne i wręcz mylące. Podłoże zaburzeń w komunikacji niewerbalnych może być przeróżne. W tym miejscu skupmy się na różnicach w wychowaniu lub kulturze w jakiej wznosimy.

- Kontakt wzrokowy

Na Zachodzie utrzymywanie kontaktu wzrokowego podczas rozmowy jest postrzegane jako godne zaufania. Natomiast w niektórych częściach Azji i na Bliskim Wschodzie może być odebrane jako niegrzeczne lub nawet wyzywające. Wiele wschodnich kultur wręcz zniechęca kobiety do nawiązywania kontaktu wzrokowego, gdyż oznacza to podkreślanie autorytetu lub zainteresowanie seksualne.

- Dotyk

Dotyk jest istotnym elementem mowy niewerbalnej. W biznesie gest jak uścisk dłoni, jest wskazany i bardzo czytelny dla rozmówców. Jednakże wiele kultur uważa dotykanie innych jako niewłaściwe. W Azji uścisk dłoni zastępuje się ukłonem.

Poklepywanie po głowach dzieci na Zachodzie to wyraz okazania uczucia, za to w niektórych kulturach azjatyckich to oznaka braku szacunku. W Europie bardzo popularne jest całowanie w policzek na powitanie, natomiast USA pod tym względem jest bardziej konserwatywne i nie praktykuje tego zwyczaju.

- Gesty

To bardzo delikatna część komunikacji niewerbalnej. W tym zakresie bardzo łatwo o towarzyskie faux pas. Weźmy na przykład wskazywanie palcem na kogoś - w większości części świata to bardzo obraźliwe, ale są rejony na świecie gdzie jest to zwyczajne wskazanie. Polinezyjczycy na powitanie wystawiają język, niestety reszta świata doбира ten gest za mało przyjazny. I nawet zwyczajne skinienie głowy, może oznaczać przeróżne rzeczy w zależności od kultury.



- Odległość fizyczna

Tu obowiązuje zasada zapewnienia ludziom większej przestrzeni niż się nam zwykle wydaje. Jest ona niezależna od miejsca na świecie, w którym jesteśmy i od kultury z jaką się spotykamy. Zmniejszać dystans można na wyraźne zaproszenie osoby, z którą rozmawiamy. Zasadniczo mówi się o odległość na 2 metry od rozmówcy. Skracanie tego dystansu może powodować poczucie dyskomfortu oraz naruszenie przestrzeni osobistej drugiej osoby.

- Wyrazy twarzy

Na szczęście mimika twarzy jest uniwersalna. Wyrażanie szczęścia, smutku, złości czy strachu wszędzie na świecie wygląda podobnie. Problem jest tylko w używaniu mimiki w środowiskach biznesowych. Tu panują różne reguły. Japońscy biznesmeni starają się zachować zupełnie neutralny wyraz twarzy, co ma wyrażać profesjonalizm.

- Wygląd

Wybór stroju powinien być dobrze przemyślany, zwłaszcza gdy wybieramy się w odwiedziny do innego kraju. Dobrze, jest

poznać panujące tam reguły. Są kultury, które odsłonięte ramię czy nogę uznają za powód do obrazy. Podobnie ma się kwestia nakrycia głowy.

- Postawa

Tu również sprawdza się zasada tradycyjnego podejścia. Siedzimy prosto, nie garbimy się nie siedzimy ze skrzyżowanymi rękami czy nogami. W czasie rozmowy zwracamy się twarzą do osoby mówiącej. NA spotkaniach zwracamy baczność uwagę gdzie siadamy. W niektórych kulturach istnieje ścisła hierarchia w tym zakresie.

- Sposób mówienia

Chodzi tu nie o dobór słów, a kwestie wokalizacji. Dotyczy to głośności wypowiedzi, tonu, szybkości mówienia. Te walory naszej wypowiedzi pomagają zrozumieć kontekst lub znaczenie użytych słów. Tu istotne jest, aby pamiętać, że nie jest to tak oczywiste w słowach pisanych, dlatego należy zachować ostrożność w doborze słów.

Garstka ciekawostek o gestach w kontekście międzynarodowymi!

KCIUK W GÓRĘ 👍

USA - „OK”, „do zobaczenia później” lub „fajnie”

Dania, Finlandia i Australia - „doskonałe”, „świetne” i „dobrze”

Egipt i Izrael - „bardzo dobrze” lub „idealnie”

Chiny - „jesteście najlepsi!”

Brazylia - „Dziękuję”

Iran - niegrzeczny gest, podobny do pokazania komuś środkowego palca

ZNAK V ✌️

Anglia, Australia, Irlandia, Nowa Zelandia i RPA - to obraźliwe, podobnie jak uniesiony środkowy palec

Reszta świata - znak „zwycięstwa” lub „pokoju”

Okay (wykonane przez połączenie kciuka i palca wskazującego w kółko) 🤞

USA i Anglia - „OK”

Francja i Belgia - „zero”

Japonia - „pieniądze”

Turcja, Hiszpania i Brazylia - to bardzo obraźliwe, jeśli nie obsceniczne

Grecja - znak dla homoseksualistów

„Storytelling without telling” to warsztaty rozwijające komunikację pozawerbalną.

Dzięki zajęciom uczestnicy poszerzają swoją wiedzę z zakresu niewerbalnych komunikatów, doskonalą umiejętność odczytywania sygnałów pozawerbalnych, budują więź z rozmówcą, a także nabierają pewności siebie.

Opowiadanie historii nie ogranicza się jedynie do mówienia.

Czym jest wizualne opowiadanie historii?

Aby widz mógł zobaczyć i zrozumieć przekaz twórczy, należy zastosować atrybuty drugorzędne: kompozycję, kontrast, język kształtów, rytm, kolor, światło. Wszystko po to, aby zaangażować widza emocjonalnie, intelektualnie i estetycznie.

Wiedząc, jak wizualnie komunikować się z widzem i osiągać w tym procesie pewne cele, możemy przekazać mu tę właśnie informację z tą bardzo emocjonalną implikacją, której potrzebujemy w tym konkretnym przypadku lub projekcie. Opowiadanie wizualne (narracja) to sposób komunikowania się z widzem bez użycia słów, a jedynie za pomocą obrazów wizualnych.



Scenariusz nr 1

Zróbmy coś pysznego

Cele:

- rozwijanie umiejętności pozawerbalnych
- wykorzystanie umiejętności pozawerbalnych
- ćwiczenie cierpliwości, koordynacji
- umiejętność precyzyjnego przekazu
- umiejętność pracy zespołowej
- integracja grupy

Materiały:

- karta pracy nr 1
- karta pracy nr 2

- kolorowe czasopisma
- arkusze szarego papieru
- nożyczki klej
- kartki papieru
- przybory do pisania, mazaki, kredki

Przebieg zajęć

Na rozgrzewkę:

Zabawa „Pokaż jak się czujesz”

Uczestnicy, gestem, mimiką, postawą ciała prezentują swoje obecne samopoczucie. Grupa odgaduje te zaszyfrowane uczucia. Jeśli nie odgadną, uczestnik, może spróbować jeszcze raz zaprezentować swoje samopoczucie.

Nabieramy rozpędu:

Rozmowa na temat przeprowadzonej zabawy.

- ▶ Czy trudno było rozpoznać dane samopoczucie?
- ▶ Co ułatwiało rozpoznanie emocji?
- ▶ Co utrudniało rozpoznanie emocji?
- ▶ Jakie uczucie pokazać najtrudniej?

Akcja:

Prowadzący informuje uczestników, że ich zadaniem będzie przygotowanie dania. Następnie dzieli uczestników na drużyny - dwu, trzy lub czteroosobowe. Każda drużyna wyznacza szefa kuchni.

Szef kuchni losuje danie dla swojego zespołu (idealnie sprawdzi się zrobienie kanapek, sałatki czy ciastek (w zależności od możliwości miejsca w którym organizowane są zajęcia).

Każde danie zawiera przepis i dokładne wskazówki jak danie wykonać. Tylko szef kuchni widzi co i w jaki sposób należy przygotować. Przekazuje instrukcje swoim pomocnikom, **BEZ UŻYWANIA SŁÓW**. Pomocnicy nie mogą nic zrobić, bez instrukcji szefa, nawet jeśli domyślają się jaki krok powinien być następny. Przykładowo szef kuchni prezentuje krojenie cebuli, wówczas jeden z pomocników również może kroić cebulę.

Na zakończenie:

Uczestnicy prezentują wykonane potrawy. Szefowie opowiadają jakie trudności mieli podczas przekazywania instrukcji, a co ułatwiało im pracę. Pomocnicy dzielą się swoimi odczuciami. Prowadzący podsumowuje pracę zespołową.

Na zakończenie wszyscy zasiadają do wspólnej uczy.

Karta pracy nr 1

Sałatka z kurczakiem

Składniki:

300 g filetu z kurczaka

15 cm kawałek bagietki

2 pomidory

1 główka sałaty rzymskiej

1/2 szklanki płatków parmezanu

4 łyżki majonezu

1 ząbek czosnku

1 łyżeczka musztardy

1 łyżka octu winnego lub jabłkowego

sól, pieprz

Przygotowanie:

- Pokroić kurczaka na 4 części.
- Wysmarować kurczaka oliwą, a następnie doprawić solą i pieprzem.
- Smażyć kurczaka na rozgrzanej patelni przez ok. 4 minuty z każdej strony.
- Usmażonego kurczaka pokroić w kostkę.
- Bagietkę pokroić w kostkę i wrzucić na patelnię aż do otrzymania grzanek.
- Pomidory obrać i pokroić w plastry.
- Sałatę wyplukać, wysuszyć i pokroić.
- Sałatę włożyć do miski, na wierzch ułożyć pomidory.
- Przygotować sos: czosnek przecisnąć przez praskę i wymieszać z majonezem, musztardą, octem winnym oraz z sosem worcestershire.
- Dodać sos do sałatki.
- Dodać kurczaka, grzanki, parmezan, sól i pieprz.

Karta pracy nr 2

Kanapki

Składniki:

bagietka

filet z piersi z kurczaka

ser żółty

sałata

papryka czerwona

papryka żółta

rzodkiewka

zioła prowansalskie

masło

pieprz

wybrany sos

Przygotowanie:

- Miękkie masło wymieszać z ziołami.
- Natrzeć otrzymaną mieszanką filet z kurczaka.
- Usmażyć kurczaka na patelni.
- Przepłukać warzywa, a następnie pokroić (paprykę w słupki, rzodkiewkę w plasterki).
- Pokroić bagietkę poziomo i posmarować odrobiną masła.
- Ułożyć mięso, warzywa i ser na posmarowanej masłem bagietce.
- Dodać wybrany sos.

Scenariusz nr 2

Ciii... ani słowa

Cele:

- doskonalenie umiejętności odczytywania i wyrażania emocji
- rozwijanie komunikacji niewerbalnej
- umiejętność pracy w grupie
- integracja grupy

Materiały:

- karta pracy nr 1



Przebieg zajęć

Na rozgrzewkę:

Zabawa „Jedno zdanie - wiele emocji”

Uczestnicy losują karteczki z emocją, a następnie wypowiadają jedno zdanie (np. Na zielonej kanapie śpi kot.), wyrażając tonem głosu stan emocjonalny. Grupa próbuje odgadnąć ten stan.

Nabieramy rozpędu:

Rozmowa na temat przeprowadzonej zabawy.

- ▶ Czy trudno było rozpoznać daną emocję?
- ▶ Jaką emocję pokazać tonem głosu najtrudniej?
- ▶ Która emocja jest najłatwiejsza do rozpoznania?
- ▶ Co sprawia, że trudno nam rozpoznać emocje?

Akcja:

Od tej chwili, żaden uczestnik się nie odzywa. Tylko prowadzący wydaje polecenia. Grupa wykonuje je bez rozmawiania. Następnie na znak prowadzącego wracając do kręgu, aby usłyszeć kolejne polecenie.

1. Ustawcie się od najniższego do najwyższego.
2. Pogrupujcie się według koloru oczu.
3. Stwórzcie napis KOT z własnych ciał.
4. Ustawcie się w kształt trapezu.
5. Stańcie w kole tak, aby co druga osoba stała na lewej nodze.

Polecenia można zmieniać lub wymyślać własne według potrzeb.

Na zakończenie:

Uczestnicy opowiadają o wykonanych zadaniach. Jak się czuli, co było trudne, co było łatwe.. Prowadzący mówi o swoich spostrzeżeniach. Kto był liderem, kto wykonywał polecenia innych, kto był outsiderem.

Karta pracy nr 1

STRACH	RADOŚĆ
ZŁOŚĆ	ZDZIWIENIE
ŻAL	ZAWSTYDZENIE
SMUTEK	DUMA
WSTRĘT	OBOJĘTNOŚĆ

Scenariusz nr 3

Dawno, dawno temu

Cele:

- doskonalenie wyrażania emocji
- umiejętność odczytywania komunikatów niewerbalnych
- doskonalenie odczytywania emocji innych
- umiejętność pracy w grupie
- integracja grupy

Materiały:

- karta pracy nr 1
- kredki, mazaki, ołówki
- kartki papieru

Przebieg zajęć

Na rozgrzewkę:

Zabawa „Dopasuj emocje”

Prowadzący przygotowuje karteczki z 4-6 emocjami, które się powtarzają. Ilość zależy od ilości uczestników. Następnie rozdaje je uczestnikom. Oni nie pokazują co mają na kartkach muszą odegrać mimiką twarzy daną emocję i znaleźć osobę z identyczną karteczką. Szukają tak długo aż każdy znajdzie swoją grupę.

Nabieramy rozpędu:

Rozmowa na temat przeprowadzonej zabawy.

- ▶ Czy trudno było rozpoznać dane samopoczucie?
- ▶ Jakie uczucie pokazać najtrudniej?

Akcja:

Prowadzący dzieli uczestników na 4 grupy. Każda z grup losuje z pudełka 4 różne, przypadkowe, przedmioty. Na tej podstawie tworzą historię. Następnie zapisują ją w postaci komiksu obrazkowego. Bez napisów.

Na zakończenie:

Grupy prezentują swoje komiksy. Pozostałe grupy odczytują historię na podstawie komiksu. Następnie uczestnicy dyskutują na temat komiksów oraz ich interpretacji.

Karta pracy nr 1

STRACH	RADOŚĆ
ZŁOŚĆ	ZDZIWIENIE
ŻAL	ZAWSTYDZENIE
SMUTEK	DUMA
WSTRĘT	OBOJĘTNOŚĆ

Scenariusz nr 4

Pomieszanie z poplątaniem

Cele:

- umiejętność pracy w grupie
- rozwijanie komunikacji niewerbalnej
- integracja grupy

Materiały:

- talia kart
- karta pracy nr 1

Przebieg zajęć

Na rozgrzewkę:

Zabawa „Talia kart”

Prowadzący rozdaje każdemu uczestnikowi po jednej karcie. Uczestnicy bez słowa muszą łączyć się w grupy (pik, karo, kier, trefl). Następnym krokiem jest ustawienie się rosnąco według numerów i figur na kartach w danej grupie. Całość należy wykonać nie wypowiadając ani jednego słowa.

Nabieramy rozpędu:

Rozmowa na temat przeprowadzonej zabawy. Uczestnicy opowiadają o swoich emocjach. Gra pokazuje kto ma predyspozycje przywódcze, kto woli się podporządkować. Uczestnicy mogą odnieść się również do tego aspektu zabawy i opowiedzieć jak się czuli w danej roli.

Akcja:

Prowadzący prosi 5 osób na ochotnika aby wyszły z sali.

Ochotnicy losują tam karteczki na których są zdania do wypowiedzenia oraz gesty do pokazania. Są one w opozycji do siebie (karta pracy nr 1). Ochotnicy ćwiczą swoje wystąpienia przez chwilę, a następnie prezentują swoje zadania.

Grupa decyduje co było bardziej przekonujące - słowa czy gesty i postawa.

Inni chętni mogą również spróbować sił w tym zadaniu.

Na zakończenie:

Uczestnicy dyskutują na temat przekazywania emocji. Co jest bardziej przekonujące - słowa czy gesty. Do czego mamy większe zaufanie, co nas szybciej i łatwiej przekonuje, na co zwracamy większą uwagę?

Karta pracy nr 1

Mówię:

„Bardzo boli mnie głowa i kręgosłup!”

Pokazuję:

„Czuję się świetnie, nic mi nie jest!”

–

Mówię:

„Bardzo dobrze dziś spałem. Jestem wypoczęty!”

Pokazuję:

„Nie spałem całą noc, ledwo patrzę na oczy!”

–

Mówię:

„Byłam wczoraj w kinie. Dawno nie widziałam tak nudnego filmu!”

Pokazuję:

„Niesamowity film wczoraj oglądałam. Wciąż jestem pod wrażeniem”

–

Mówię:

„W sobotę byłem na grzybach. Było super. Piękna pogoda i las pełen grzybów!”

Pokazuję:

„W sobotę zgubiłem się w lesie. Przez godzinę błądziłem bez celu i strasznie się bałem!”

–

Mówię:

„Dziś w szkole dostałam jedynkę, a tyle się uczyłam. Jestem załamana!”

Pokazuję:

„Dzisiaj dostałam piątkę z odpowiedzi i szóstkę z pracy na lekcji. Najlepszy dzień!”

–



Część 2.

Kamera AKCJA-INTEGRACJA!

Zajęcia teatralne i filmowe są doskonałą formą ekspresji twórczej. Zajęcia te pobudzają wszechstronny rozwój, są doskonałym narzędziem do utrwalania jak i poszerzania wiedzy, rozwijania umiejętności, zainteresowań oraz pasji. Dają możliwość twórczego wyrazu, pracy na emocjach, rozwoju psychologicznego. Są niezwykłym narzędziem wspierającym wychodzenie z traumy, leczenie lęków, przezwyciężanie własnych trudności. Doskonale sprawdzają się jako zajęcia terapeutyczne czy integracyjne.

Zajęcia teatralne i filmowe:

- rozwijają wiedzę o teatrze i kinematografii,
- kształtują umiejętności aktorskie, umiejętność naśladowania czy improwizowania,
- rozwijają koordynację wzrokowo-słuchową oraz motorykę,
- pozwalają na wyrażanie emocji, nastroju, przeżyć,
- ćwiczą pamięć, koncentrację uwagi, logiczne myślenie
- rozbudzają wyobraźnię, kreatywność, wrażliwość,

- uwrażliwiają na sztukę,
- integrują, dają poczucie przynależności do grupy,
- rozwijają umiejętność posługiwania się językiem ojczystym,
- mają funkcję terapeutyczną.



Dzięki zajęciom aktorskim:

1. Zyskasz pewność siebie

To właśnie pewność siebie jest największym atutem aktora. Ta konkretna cecha może zdecydować o całej karierze w świecie sztuki.

Zajęcia aktorskie uczą taktyk niezbędnych w tym fachu. Są to utrzymywanie kontaktu wzrokowego podczas rozmowy, utrzymywanie dobrej postawy, czy mowa ciała.

2. Nauczysz się rozładowywać stres używając twórczej ekspresji

Każdego dnia mierzymy się ze stresem, w różnym natężeniu. Zajęcia aktorskie pomagają taki stres rozładować, złagodzić. TO właśnie tu można wyrazić swoje emocje poprzez obcowanie ze sztuką.

Jednocześnie na zajęciach aktorskich można nauczyć się przekierowywać prawdziwe emocje, jak złość, miłość, wstyd, na graną postać. Dzięki temu postaci stają się prawdziwe, a aktor lepiej radzi sobie z własnymi emocjami na co dzień.

3. Docenisz własną wrażliwość

Każda rola wymaga innego przygotowania, to zajęcie zmusza do ciągłego eksperymentowania. Jedne postacię się sam bliższe inne wymagają wielu poświęceń i wyrzeczeń, aby je odegrać. Zajęcia aktorskie pomagają nabrać dystansu do siebie samego, uczą jak pozbyć się zahamowań oraz docenić własną wrażliwość.

4. Rozwiniesz relacje społeczne

Zajęcia aktorskie to wspaniały czas na budowanie relacji z rówieśnikami, trenerami, osobami prowadzącymi zajęcia itp. Jednocześnie to miejsce na integrowanie różnych środowisk społecznych, na naukę tolerancji oraz empatii.

5. Udoskonalisz umiejętności komunikacji

Komunikacja to klucz do dobrych relacji. Ważne jest nie tylko co mówimy, ale i jak. Zajęcia aktorskie rozwijają obie te umiejętności.

Teatr i kino to miejsce na samorealizację oraz samodoskonalenie. To miejsce na przekraczanie granic, zwalnianie hamulca - w kontrolowany sposób.

Jest dostępny dla wszystkich, gdyż jedyne co potrzebujesz do pracy to Ty!



Nie sposób również nie wspomnieć o aspekcie terapeutycznym.

▶ To tu mierzymy się z naszymi największymi lękami, uczymy się zwalczać nasze ograniczenia, odkrywamy nasze wewnętrzne ja, swoje możliwości i własne granice.

- ▶ To tu pracujemy nad własny ciałem, głosem, mimiką, improwizacją. Uczymy się poruszać, gestykulować, panować nad swoimi odruchami, kontrolować oddech czy mimikę.
- ▶ To tu wyrażamy swoje emocje, lub uczymy się powstrzymać od ich wyrażania. Wychodzimy z własnej strefy komfortu. porzucamy codzienną rutynę.
- ▶ To tu odnajdujemy świat bez barier, gdzie wszystko jest możliwe. Odkrywamy inne życie, inne sytuacje, inny świat. Doświadczamy czegoś, co uważaliśmy za niemożliwe. Zapominamy o codzienności i stresie i nabywamy umiejętności spojrzenia na nasze życie z innej perspektywy.
- ▶ To tu możemy odkryć się na nowo. Działając na zewnątrz, grając rolę, możemy stać się bardziej autentyczni i pokazać nasze wnętrze. Jednocześnie możemy również przywołać to o czym wolimy milczeć, bo tak łatwiej. Możemy uwolnić uczucia, które tak trudno było nam wyrazić lub opisać.

Scenariusz nr 1

Oto ja

Cele:

- rozwijanie umiejętności aktorskich
- rozwijanie wrażliwości, kreatywności
- umiejętność pracy zespołowej
- rozwijanie zainteresowań i pasji
- integracja grupy

Materiały:

- komputer
- kamera
- sprzęt nagłaśniający

- karta pracy nr 1

Przebieg zajęć

Na rozgrzewkę:

Każdy uczestnik przedstawia się mówiąc 3 zdania o sobie. Następnie prowadzący wprowadza uczestników w klimat zajęć. Zadaniem uczestników jest nakręcenie krótkich filmów przedstawiających sylwetki kilku osób z grupy. Film ma na celu przedstawienie problemów imigrantów i uchodźców z punktu widzenia nastolatka w obcym kraju. Do przedstawienia historii wybierane są tylko chętne osoby. Jeśli takie się nie znajdą, historię przedstawia prowadzący, a uczestnicy kręcą filmiki na podstawie usłyszanych historii.

Nabieramy rozpędu:

Przygotowanie do stworzenia wspólnego projektu filmowego:

- ▶ Rozpisanie zadań.
- ▶ Podział obowiązków, wyznaczenie osób odpowiedzialnych za każde zadanie.
- ▶ Stworzenie scenariusza.

Akcja:

Uczestnicy pod okiem prowadzącego tworzą filmiki. Następnie montują je.

Na zakończenie:

Uczestnicy szykują pokaz filmowy. Można zaprosić członków rodziny, przyjaciół.

Karta pracy nr 1

Historia nastolatka z Ukrainy.

Mam na imię Nikita. Mam 13 lat. Przyjechałem do Polski z Ukrainy z Mariupola.

Tuż po rozpoczęciu wojny. Uciekliśmy z mama i moją młodszą siostrą.

Tata został w Ukrainie. Walczy.

W Ukrainie chodziłem do szkoły, miałem kilku przyjaciół, grałem w piłkę. Miałem psa.

W Polsce mieszkamy z Ciocią. Chodzę do polskiej szkoły. Mam kilku kolegów.

Wciąż uczę się polskiego. Coraz więcej rozumiem. Mówię też całkiem nieźle.

W Polsce podoba mi się to, że Polacy nam bardzo pomagają. I są dla nas mili.

Tęsknię jednak za swoim domem. A najbardziej za Tatą. Bardzo się o niego martwię.

Mam nadzieję, że wrócimy do domu jak tylko skończy się wojna.

Scenariusz nr 2

Świat filmowy

Cele:

- umiejętność wyszukiwania informacji
- wykorzystywanie wiedzy w praktyce
- Rozwijanie umiejętności twórczego myślenia
- umiejętność pracy w grupach
- integracja grupy

Materiały:

- karta pracy nr 1
- arkusze papieru
- nożyczki klej

- kartki papieru
- przybory do pisania, mazaki, kredki

Przebieg zajęć

Na rozgrzewkę:

Uczestnicy losują karteczki z wyrazami w języku polskim związanymi z kinematografią (karta pracy nr 1). Zadaniem każdego jest dopisać do wylosowanego pojęcia, jego odpowiednik w języku ukraińskim i angielskim. Prowadzący sprawdza rozumienie danych pojęć. W razie trudności objaśnia ich znaczenie. Zadanie można również przeprowadzić w parach.

Nabieramy rozpędu:

Rozmowa na temat przeprowadzonej zabawy.

- ▶ Czy trudno było znaleźć tłumaczenie słowa?
- ▶ Z jakich stron korzystaliście?
- ▶ Które słowa były wam już znane? Które słowa brzmią podobnie w każdym języku?

Akcja:

Prowadzący dzieli uczestników na grupy za pomocą krótkiej gry. Każdy oddaje na chwilę coś co należy do niego (np. długopis, pierścioneł itp) do pudełka. Prowadzący losowo wyciąga przedmioty i rozkłada je na 5 grup. Tak powstaje 5 zespołów.

Uczestnicy w grupach dyskutują o najlepszym filmie jaki widzieli. Zapisują tytuły. Następnie wybierają jeden z nich i za pomocą pantomimy przedstawiają pozostałym grupom film. Reszta grup próbuje odgadnąć o jakim filmie mowa.

Prowadzący na dużej kartce wypisuje gatunki filmów:

DRAMAT, KOMEDIA, MUSICAL, THRILLER, KRYMINAŁ

Uczestnicy wpisują pod spodem filmy, które wcześniej wymyślili. Następuje burza mózgów , aby uzupełnić tabelkę o inne tytuły, tak aby pod każdym gatunkiem znalazło się przynajmniej 4-5 tytułów. Prowadzący podsumowuje wykonane zadania.

Na zakończenie:

Uczestnicy wspólnie wybierają jeden film, który zostanie wyświetlony podczas wspólnego seansu filmowego.

Karta pracy nr 1

<i>kamera</i>	<i>scenariusz</i>	<i>zdjęcie</i>
<i>taśma filmowa</i>	<i>gwiazda filmowa</i>	<i>ścieżka dźwiękowa</i>
<i>aktor</i>	<i>scenarzysta</i>	<i>kino</i>
<i>scena</i>	<i>premier</i>	<i>komedia</i>
<i>festiwal</i>	<i>dubbing</i>	<i>horror</i>
<i>reżyser</i>	<i>zwiastun filmowy</i>	<i>kostiumy</i>
<i>film</i>	<i>kaskader</i>	<i>widz</i>
<i>musical</i>	<i>obsada</i>	<i>western</i>
<i>efekty specjalne</i>	<i>film dokumentalny</i>	<i>film animowany</i>
<i>kadr</i>	<i>ujęcie</i>	<i>kryminał</i>
<i>scenografia</i>	<i>montaż</i>	<i>napisy końcowe</i>

Scenariusz nr 3

Tańczymy Belgijkę

Cele:

- rozwijanie umiejętności koordynacji, poczucia rytmu
- umiejętność pracy w grupie
- integracja grupy

Materiały:

- sprzęt nagłaśniający
- nagranie utworu Belgijka
- kamera
- bibuła
- kolorowe kartki

- balony
- klej, nożyczki, taśma klejąca

Przebieg zajęć

Na rozgrzewkę:

Uczestnicy siedzą w kole. Jedna osoba trzyma piłkę i zadaje pytanie. Następnie rzuca do kolejnej osoby, która odpowiada na pytanie, po czym podaje swoje pytanie i rzuca piłką do kolejnej osoby.

Nabieramy rozpędu:

Prowadzący wyjaśnia plan zajęć. Uczestnicy nagrają film. Tematem filmu będzie taniec integracyjny. Film będzie zawierał element przygotowania jaki samego tańca. Prowadzący prezentuje im kroki taneczne Belgijki.

Akcja:

Uczestnicy decydują kto jaką rolę odegra podczas zajęć. Dzieli się na zespoły. Część jest odpowiedzialna za dekoracje, część na nagranie, część za taniec. Uczestnicy szykują się do sceny końcowej - wspólnego odtańczenia Belgijki. Następnie montują film.

Na zakończenie:

Uczestnicy wspólnie oglądają zmontowany film.

Scenariusz nr 4

Film i przedstawienie

Cele:

- rozwijanie umiejętności twórczego myślenia
- doskonalenie sztuki aktorskiej
- poznawanie kultury polskiej i ukraińskiej
- umiejętność pracy w grupach
- integracja grupy

Materiały:

- karta pracy nr 1
- karta pracy nr 2
- karta pracy nr 3

- karta pracy nr 4
- karta pracy nr 5
- nożyczki klej
- kartki papieru
- przybory do pisania, mazaki, kredki

Przebieg zajęć

Na rozgrzewkę:

Zabawa „Znam i lubię”

Uczestnicy samodzielnie uzupełniają trzy karty pracy (karta pracy nr 4 jest do samodzielnego uzupełnienia według potrzeb grupy). Otrzymują gotowe karty, lub można karty stworzyć wraz z grupą wcześniej. Następnie odczytują co zaznaczyli i porównują odpowiedzi z innymi, szukając osób, które również wybrały takie odpowiedzi.

Nabieramy rozpędu:

Dyskusja na temat zabawy.

- ▶ Czy udało Ci się znaleźć kogoś kto lubi to samo co Ty?
- ▶ Ile osób ma te same odpowiedzi?

Podsumowując, wiele nas różni, ale również wiele nas łączy.
Możemy lubić te same rzeczy, lub nie lubić tych samych.

Akcja:

Prowadzący przedstawia polskie i ukraińskie powiedzenia.
Wspólnie omawiają ich znaczenie. Następnie uczestnicy dzielą się na grupy. Każda grupa wymyśla alternatywne zakończenie bajki o Czerwonym Kapturku. Warunkiem jest użycie 4 z 6 podanych powiedzeń.

Na zakończenie:

Ostatnim zadaniem jest przedstawienie alternatywnej wersji Czerwonego Kapturka w formie krótkiej dramy.

Karta pracy nr 1

Którego aktora/aktorkę znam i lubię?

	Znam	Lubię
Angelina Jolie		
Natalie Portman		
Brad Pitt		
Johnny Depp		
Tom Holland		
Zendaya		
Andrew Garfield		
Millie Bobby Brown		
Małgorzata Socha		
Dawid Ogrodnik		
Julia Wieniawa		

Karta pracy nr 2

Który film znam i lubię?

	Znam	Lubię
Jurasic Park		
Avatar		
Dom z papieru		
Titanic		
Spider Man		
Władca Pierścieni		
Iron Man		
Batman		
Harry Potter		
Wednesday		
Killer		

Karta pracy nr 3

Którą bajkę znam i lubię?

	Znam	Lubię
Kung Fu Panda		
Toy Story		
Kubuś Puchatek		
Shrek		
Mała Syrenka		
Alladyn		
Zaplątani		
Auta		
Lego przygoda		
Zwierzogród		
Wall-e		

Karta pracy nr 4

	Znam	Lubię

Karta pracy nr 5

Powiedzenia polskie

Co nagle to po diable.

Baba z wozu koniom lżej.

Niedaleko pada jabłko od jabłoni.

Powiedzenia ukraińskie

Nie ruszaj licha, póki jest ciche.

Pusta beczka brzmi (huczy), a pełna milczy.

Gdzie kozaków trzech, tam dwóch trzeciego sędzi.



Część 3.

KREATYWNE PORTFOLIO KARIERY.

Portfolio to prezentacja naszych zdolności, umiejętności a także naszego doświadczenia. Dobrze przygotowane jest naszą wizytówką, stanowi kwintesencję naszych osiągnięć, pomaga nas poznać i zachęca do współpracy z nami.

Portfolio jest zbiorem materiałów i dokumentów, które przedstawiają nasze kwalifikacje, wykształcenie, odbyte szkolenia, zdobyte doświadczenie, a także nasze przekonania, umiejętności, zdolności i zainteresowania. Daje ono możliwość poznania naszej osobowości oraz etyki pracy. Wybór zawartych w nim treści oraz umiejętne przedstawienie ich w sposób czytelny, łatwo zrozumiały daje możliwość zaprezentowania naszego zorganizowania oraz zdolności organizacyjnych.

Co powinno zawierać profesjonalne portfolio?

Zanim stworzymy idealne portfolio zacznijmy od zebrania wszystkich niezbędnych materiałów i dokumentów. Zapiszmy wszystko, zanim zdecydujemy co wykorzystamy. W zależności od wybranej ścieżki zawodowej, różne elementy mogą być przydatne. Gromadzić należy zaś wszystko, gdyż nigdy nie wiadomo czy w trakcie rozwoju naszej kariery zawodowej nie zdecydujemy się na radykalne zmiany ścieżki zawodowej.



Nasze portfolio powinno być oryginalne, kreatywne, stworzone w naszym stylu.

Najważniejsze elementy, które powinno zawierać portfolio:

- Oświadczenie o oryginalności

Oświadczenie, że nasza praca jest autorska. Dobrze jest również określić, czy jakieś części portfolio nie mogą być powielane czy kopiowane.

- Filozofia pracy

Krótko na temat naszych przekonań dotyczących swojej osoby oraz branży, w której chcemy pracować.

- Życiorys

To miejsce na opis naszych umiejętności i doświadczenia zawodowego. Tu zamieszczamy również certyfikaty, dyplomy, zdobyte nagrody, potwierdzenia doświadczenia w pracy społecznej.

- Przykłady prac

Zanim umieścimy tu wybrane elementy, przemyślmy najpierw, które z nich najlepiej obrazują nasze kompetencje i umiejętności, zwłaszcza w ujęciu rodzaju pracy na którą aplikujemy.

- Prace obecnie realizowane

Opisujemy prace i projekty, nad którymi właśnie pracujemy, które pokazują rozwój naszych kwalifikacji oraz nabywanie nowych umiejętności.

- Suplement studiów

Możemy załączyć kopię suplementu z ukończonych studiów, zawierającą szczegółowy wykaz odbytych zajęć i otrzymanych stopni.

- Referencje

Lista trzech, maksymalnie pięciu osób, które mogą potwierdzić nasze kwalifikacje zawodowe. Możemy również dołączyć otrzymane listy polecające.

Scenariusz nr 1

Analiza SWOT - misja specjalna

Cele:

- wskazanie swoich mocnych i słabych stron
- umiejętność wykorzystania mocnych stron
- poznanie narzędzi do analizowania swoich zasobów
- integracja grupy

Materiały:

- karta pracy nr 1
- karta pracy nr 2
- arkusz szarego papieru
- kartki papieru

- przybory do pisania, mazaki, kredki

Przebieg zajęć

Na rozgrzewkę:

Grupy dwu-trzyosobowych losują kartę postaci (karta pracy nr 1). Ustalają wspólnie najważniejsze cechy danej postaci. Następnie przedstawiają się jej imieniem i krótko charakteryzują, np. Jestem Supermenem. Potrafię latać, mam nadludzką siłę.

Kartę pracy można uzupełnić według własnego pomysłu, dopasowując superbohaterów do zainteresowań grupy.

Nabieramy rozpędu:

Rozmowa o wykonanym ćwiczeniu.

- ▶ Czy łatwo było opisać daną postać?
- ▶ Jakie cechy najłatwiej było wymienić?
- ▶ Czym jest samoocena?
- ▶ Czym są mocne i słabe strony?

- ▶ Które z nich łatwiej wymienić gdy mówimy o innych, a które gdy mówimy o sobie?

Akcja:

Krótkie wprowadzenie czym jest Analiza SWOT. To znana technika, która jest niezwykle użyteczna do porządkowania informacji o mocnych i słabych stronach. Mocne strony obejmują cechy charakteru, umiejętności, zainteresowania i wiedzę.

Każdy uczestnik uzupełnia swoją kartę - mocne i słabe strony (karta pracy nr 2). Następnie chętni przedstawiają co zapisali, prowadzący pomaga uzupełnić w razie potrzeby.

Prowadzący podsumowuje ten etap. Następnie opowiada o mocnych stronach - jak przekuć je na szansę. Podaje kilka przykładów. Warto tu podkreślić, że każda mocna strona to supermoc.

Kolejnym krokiem jest przekazywanie mocnych stron na szansę. Do każdej cechy, umiejętności, zainteresowania i wiedzy poszukiwana jest możliwość wykorzystania. Uczestnicy

zaczynają od pracy samodzielnej, następnie mogą łączyć się w pary, aby wspólnie szukać pomysłów. Chętni przedstawiają swoje pomysły, grupa może podpowiadać własne rozwiązania.

Podsumowaniem jest stworzenie plakatu SUPERBOHATERÓW. Każdy uczestnik rysuje siebie, podpisuje własnym imieniem i wpisuje w swoją postać swoje supermoce.

Na zakończenie:

Wykonanie grupowego zdjęcia na tle plakatu z superbohaterami. Uczestnicy otrzymują duże litery S które umieszczają na koszulkach o przybierają pozy superbohaterów.

Można również przygotować inne rekwizyty - peleryny, maski itp.

Karta pracy nr 1

<i>SUPERMAN</i>	<i>THOR</i>	<i>WONDER WOMAN</i>
<i>BATMAN</i>	<i>FLASH</i>	<i>IRON MAN</i>
<i>HULK</i>	<i>KAPITAN AMERYKA</i>	<i>SPIDERMAN</i>
<i>OBI-WAN KENOBI</i>	<i>YODA</i>	<i>LUKE SKYWALKER</i>

Karta pracy nr 2

ANALIZA S W O T

MOCNE STRONY (Strengths)	SŁABE STRONY (Weaknesses)
SZANSE (Opportunities)	ZAGROŻENIA (Threats)

Uzupełnij tabelkę:

ANALIZA S W O T

MOCNE STRONY (Strengths)	SŁABE STRONY (Weaknesses)
SZANSE (Opportunities)	ZAGROŻENIA (Threats)

Scenariusz nr 2

Umiejętności - pokaż na co Cię stać

Cele:

- wskazanie swoich umiejętności
- rozwijanie umiejętności
- wykorzystanie umiejętności
- integracja grupy

Materiały:

- karta pracy nr 1
- karta pracy nr 2
- kolorowe czasopisma
- arkusze szarego papieru

- nożyczki klej
- kartki papieru
- przybory do pisania, mazaki, kredki

Przebieg zajęć

Na rozgrzewkę:

Gra oparta na popularnej grze 5 sekund. Uczestnicy losują pytania i kolejno odpowiadają. W razie braku pomysłu, reszta grupy pomaga.

Zadania można modyfikować w zależności od potrzeb grupy oraz tematu zajęć. Przykładowe pytania znajdują się na karcie pracy nr 1. Karta pracy nr 2 daje możliwość stworzenia własnych pytań.

Nabieramy rozpędu:

Rozmowa o przeprowadzonej grze.

- ▶ Co było najtrudniejsze podczas odpowiadania na pytania?
- ▶ Czy łatwo wymieniać swoje cechy?
- ▶ Czy łatwo mówić o swoich umiejętnościach?
- ▶ Jakie pytania dodałbyś do zestawu?

Akcja:

Krótkie wprowadzenie na temat umiejętności. Czym są, jakie mają znaczenie w naszym życiu, dlaczego warto je rozwijać i nabywać wciąż nowe. Dlaczego każdy z nas ma inne umiejętności, z czego to wynika. Uczestnicy dyskutują na ten temat, prowadzący jest moderatorem tej dyskusji. Następnie prowadzący pyta o umiejętności uczestników - każdy wymienia po 3. Cała grupa zastanawia się w jakiej pracy przydatne byłby takie umiejętności. Uczestnik wybiera pracę, którą chciałby wykonywać.

Uczestnicy otrzymują kolorowe czasopisma, nożyczki klej i kartki papieru. Z tego tworzą kolaż - swojego awatara. Powinien on prezentować umiejętności, które uczestnik posiada oraz w czytelny sposób przedstawiać zawód, który wykonuje.

Uczestnicy mogą się wzajemnie wspierać, wymieniać czasopismami, podsuwać sobie nawzajem rozwiązania i pomysły. Prowadzący monitoruje pracę i również pomaga w razie potrzeby.

Podsumowaniem jest stworzenie wspólnego plakatu prezentującego wszystkie awatary.

Na zakończenie:

Krótką rundą podsumowującą warsztaty. Uczestnicy, siedząc w kole, przekazują sobie pluszową piłeczkę mówią o tym co zabierają z zajęć.

Karta pracy nr 1

Wymień 3 zawody, które są związane ze szkołą	Wymień 3 zawody, które są związane ze szpitalem	Wymień 3 zawody, które są związane z centrum handlowym	Wymień 3 zawody, które są związane z sądem
Wymień 3 zawody, które są związane z lasem	Wymień 3 zawody, które są związane z turystyką	Wymień 3 zawody, które są związane z polityką	Wymień 3 zawody, które są związane ze wsią
Wymień 3 cechy potrzebne w pracy w szkole	Wymień 3 cechy potrzebne w pracy w szpitalu	Wymień 3 cechy potrzebne w pracy w sądzie	Wymień 3 cechy potrzebne w pracy w sklepie
Wymień 3 cechy potrzebne w pracy w polityce	Wymień 3 cechy potrzebne w pracy w turystyce	Wymień swoje 3 mocne strony	Wymień swoje 3 umiejętności
Wymień 3 cechy niezbędne do pracy z ludźmi	Wymień 3 cechy niezbędne do pracy z komputerem	Wymień 3 cechy niezbędne do pracy na wsi	Wymień 3 cechy niezbędne do pracy z dziećmi

Karta pracy nr 2

Scenariusz nr 3

List w butelce

Cele:

- praca w grupie
- wykorzystanie wiedzy w praktyce
- integracja grupy

Materiały:

- karta pracy nr 1
- kartki papieru
- przybory do pisania, mazaki, kredki

Przebieg zajęć

Na rozgrzewkę:

Zabawa integrująca - „Jadę na wycieczkę, zabieram ze sobą...”

Celem zabawy jest wzajemne poznanie się. Pierwsza osoba wstaje i mówi „Jadę na wycieczkę, zabieram ze sobą wszystkich, którzy lubią chodzić w trampkach.” Wówczas wstają osoby, które lubią chodzić w trampkach. Następnie kolejna osoba wypowiada to zdanie. Zabawa trwa tak długo, aż każdy będzie miał okazję się wypowiedzieć.

Nabieramy rozpędu:

Rozmowa o przeprowadzonej zabawie:

- ▶ Jak się czułeś/czulaś wstając razem z innymi?
- ▶ Co łączy Cię z grupą?
- ▶ Czy podobało Ci się kiedy byłeś razem z kimś w grupie?
- ▶ Zapamiętałeś z kim co Cię łączy?
- ▶ Które zdanie podobało Ci się najbardziej?

Akcja:

Krótkie wprowadzenie do tematu dzisiejszych zajęć. Prowadzący opowiada historię o liście w butelce. List wiele lat pływał po morzu, aż przypadkowi turyści znaleźli go po sztormie na plaży. Znaleźisko zostało przekazane naukowcom. Niestety część listu okazała się nieczytelna. Naukowcy starają się odczytać list w całości oraz ustalić kim jest nadawca.

Uczestnicy dzielą się na grupy. Każda grupa otrzymuje list (karta pracy nr 1) Od tej pory stają się zespołem badawczym, który rozwiązuje zagadkę z przeszłości.

Prowadzący podsumowuje pracę uczestników. Każda grupa przedstawia swoje odkrycia. Opowiadają o tym jak doszli do rozwiązania zagadki. Co ich naprowadziło, co przeszkadzało, czego zabrakło.

Następnie prowadzący pyta czy kwalifikacje i umiejętności osoby piszącej list można wykorzystać w innym zawodzie.

Uczestnicy dyskutują na temat umiejętności i kwalifikacji niezbędnych do pracy w różnych zawodach. Próbują odpowiedzieć na pytanie, które ich umiejętności i kompetencje pomocne będą w poszukiwaniu zawodu. Pomagają sobie nawzajem, podrzucają pomysły i rozwiązania.

Na zakończenie:

Krótką rundą podsumowującą ćwiczenie.

- ▶ Z czym wychodzę z dzisiejszych zajęć?
- ▶ Co odkryłem/odkryłam podczas dzisiejszego ćwiczenia?
- ▶ Jak się czuję po zajęciach?

Karta pracy nr 1

20 marca 1963 r.

Godzina 00.46

Dźwirzyno plaża wejście nr 12

Szanowny Znalazco tego listu,

Jesteśmy dwiema pracującymi kobietami z województwa, pełnego kopalń, kominów i smogu. Spotkałyśmy się w ubiegłym w tym samym miejscu pracy w Gdyni. Życie pisze swoje - nie dość, że obie pochodzimy z tych samych okolic to jeszcze ukończyłyśmy te same kierunki i każda z nas mieszkała na pewnym etapie swojego życia w stolicy Polski w Piszemy ten licząc na to, że znalazcą będzie osoba, która

potrzebuje nadziei na to, że prawdziwa może nadejść nieoczekiwanie.

Pisząc ten list siedzimy na plaży i zajadamy owsiane ciasteczka wspominając swoje, które doprowadziły nas do tego Każda z nas różni się od siebie nawzajem pod wieloma względami, ale to co nas to pasja do ludzi, pragnienie niesienia i otwarte serce, które jednocześnie kocha życie. Obie mamy wrodzoną do ludzi i ogrom empatii - te są niewątpliwie atutem w wykonywanej przez nas pracy. Tak samo mocno kochamy również - wszystkie bez wyjątku, dlatego wybór kierunku studiów był dla nas prosty. Warunki naszej pracy nie należą do łatwych dlatego niezwykle ważne jest nabywanie dystansowania się do spraw, które są dodatkowym obciążeniem psychofizycznym. Szczególnie, dlatego że nasza praca dotyczy przecież dzieci, których psychika jest niezwykle krucha i delikatna.

..... , która jest miejscem naszych pracy liczy ponad 400 uczniów, a wśród nich jest mnóstwo dzieci, o specjalnych, a my jesteśmy tylko we dwie. Czamami trudno jest pogodzić wszystkie nasze i nie wiemy w co najpierw włożyć ręce, bo tyle jest bieżących spraw dotyczących dzieci. Dlatego też szczególnie mocno cenimy w sobie umiejętność pracy podczasu. Studia.....na pewno dały nam odpowiednie do wykonywanego zawodu, ale dopiero lata rozwinęły w nas potrzebne zasoby do pracy zawodu Choć mamy też świadomość, że pewne są wrodzone isię w toku życia.

Lubimy bardzo swoją pracę, bo jest nieprzewidywalna i każdego coś nowego może nas zaskoczyć.

Warunki szkolne prowadzą nas do rozwoju w wielu obszarach. Tym bardziej, że świat się zmienia, a my musimy być na bieżąco z zachodzącymi w nim

Lubimy też zdobywać, a w szkole jest ku temu ogrom możliwości.

Niesamowite jest dla nas to, że dwie o podobnych, zasobach i celach odnalazły

się w tym samym miejscu i to połączyło ich Obie wiemy, że dostałyśmy od życia wiele, dlatego chcemy pomagać i towarzyszyć dzieciom w ich drodze ku dojrzałości.

Cieszymy się Drogi Czytelniku tej historii, że dotarłeś do końca i mogłeś poznać naszą drogę do dobrego miejsca, w którym zyskałyśmy siebie (więc musiało być dobre). Uwierz w to, że życie pisze ciekawe scenariusze i nigdy nie wiesz co czeka na Ciebie za rogiem.

Z wyrazami szacunku i uśmiechu w rytmie fal morskich
O & A

20 marca 1963 r.

Godzina 00.46

Dzwirzyno plaża wejście nr 12

Szanowny Znalazco tego listu,

Jesteśmy dwiema pracującymi kobietami z województwa ŚLĄSKIEGO pełnego kopalń, kominów i smogu. Spotkałyśmy się w ubiegłym ROKU w tym samym miejscu pracy w Gdyni. Życie pisze swoje SCENARIUSZE – nie dość, że obie pochodzimy z tych samych okolic to jeszcze skończyliśmy te same kierunki STUDIÓW i każda z nas mieszkała na pewnym etapie swojego życia w stolicy Polski w WARSZAWIE. Piszemy ten LIST licząc na to, że znalazcą będzie osoba, która potrzebuje nadziei na to, że prawdziwa PRZYJAŹŃ może nadejść nieoczekiwanie.

Pisząc ten list siedzimy na plaży i zajadamy owsiane ciasteczka wspominając swoje DOŚWIADCZENIA, które doprowadziły nas do tego MIEJSCA. Każda z nas różni się od siebie nawzajem pod wieloma względami, ale to co

nas ŁĄCZY to pasja do ludzi, pragnienie niesienia POMOCY i otwarte serce, które jednocześnie kocha życie. Obie mamy wrodzoną INTUICJĘ do ludzi i ogrom empatii – te CECHY są niewątpliwie atutem w wykonywanej przez nas pracy. Tak samo mocno kochamy również DZIECI – wszystkie bez wyjątku, dlatego wybór kierunku studiów był dla nas prosty. Warunki naszej pracy nie należą do łatwych, dlatego niezwykle ważne jest nabycie UMIEJĘTNOŚCI dystansowania się do spraw, które są dodatkowym obciążeniem psychofizycznym. Szczególnie, dlatego że nasza praca dotyczy przecież dzieci, których psychika jest niezwykle krucha i delikatna.

SZKOŁA, która jest miejscem naszej pracy liczy ponad 400 uczniów, a wśród nich jest mnóstwo dzieci, o specjalnych POTRZEBACH, a my jesteśmy tylko we dwie. Czasami trudno jest pogodzić wszystkie nasze OBOWIĄZKI i nie wiemy w co najpierw włożyć ręce, bo tyle jest bieżących spraw dotyczących dzieci. Dlatego też szczególnie mocno cenimy w sobie umiejętność pracy pod PRESJĄ czasu. Studia PEDAGOGICZNE na pewno dały nam odpowiednie NARZĘDZIA do wykonywanego zawodu, ale dopiero lata PRAKTYKI rozwinęły w nas potrzebne zasoby do pracy PEDAGOGA. Choć mamy też świadomość, że pewne PREDYSPOZYCJE są wrodzone i ROZWIJAJĄ się w toku życia.

Lubimy bardzo swoją pracę, bo jest nieprzewidywalna i każdego DNIA coś nowego może nas zaskoczyć. Warunki szkolne prowadzą nas do rozwoju w wielu obszarach. Tym bardziej, że świat się zmienia, a my musimy być na bieżąco z zachodzącymi w nim ZMIANAMI. Lubimy też zdobywać WIEDZĘ, a w szkole jest ku temu ogrom możliwości.

Niesamowite jest dla nas to, że dwie KOBIECY o podobnych WARTOŚCIACH, zasobach i celach odnalazły się

w tym samym miejscu PRACY i to połączyło ich PRZYJAŹŃ. Obie wiemy, że dostałyśmy od życia wiele, dlatego chcemy pomagać i towarzyszyć dzieciom w ich drodze ku dojrzałości.

Cieszymy się Drogi Czytelniku tej historii, że dotarłeś do końca i mogłeś poznać naszą drogę do dobrego miejsca, w którym zyskałyśmy siebie (więc musiało być dobre). Uwierz w to, że życie pisze ciekawe scenariusze i nigdy nie wiesz co czeka na Ciebie za rogiem.

Z wyrazami szacunku i uśmiechu w rytmie fal morskich
O & A

Scenariusz nr 4

Zawodowy lapbook

Cele:

- umiejętność wyszukiwania informacji
- rozwijanie umiejętności planowania i kreatywności
- praca w grupach
- integracja grupy

Materiały:

- karta pracy nr 1
- kolorowe kartki
- arkusze szarego papieru
- nożyczki klej

- kartki papieru
- przybory do pisania, mazaki, kredki

Przebieg zajęć

Na rozgrzewkę:

Zabawa integracyjna „Znajdź kogoś, kto...”

Prowadzący rozdaje uczestnikom karty pracy. Uczestnicy chodzą po sali i znajdują osoby, które pasują do listy. Wersja druga, to wersja, gdzie uczestnicy sami wymyślają pytania do zabawy. Zabawa kończy się kiedy każdy uzupełni swoją kartę.

Nabieramy rozpędu:

Rozmowa na temat zawodów.

- ▶ Jakie zawody są obecnie najbardziej popularne?
- ▶ Jakie zawody odchodzą w zapomnienie?
- ▶ Które zawody wg Ciebie są prestiżowe?
- ▶ Który zawód według Ciebie jest najgorszym zawodem?

Akcja:

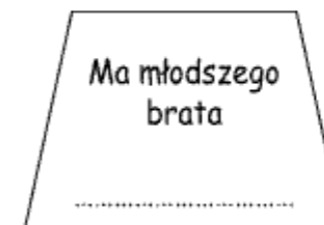
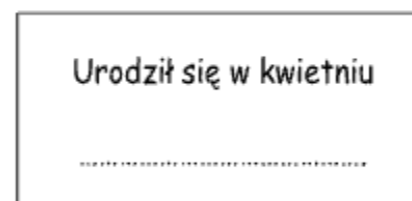
Prowadzący wyjaśnia grupie na czym polega robienie lapbooka. Tłumaczy podstawowe zasady. Uczestnicy dzielą się na 3 osobowe grupy. Każda z nich losuje jeden zawód a następnie wykonują lapbooka. Prowadzący pomaga, podpowiada, udziela wskazówek.

Na zakończenie:

Każda grupa prezentuje swojego lapbooka. Opowiada o etapie tworzenia - co było trudne, co było proste, skąd czerpali informacje i inspiracje.

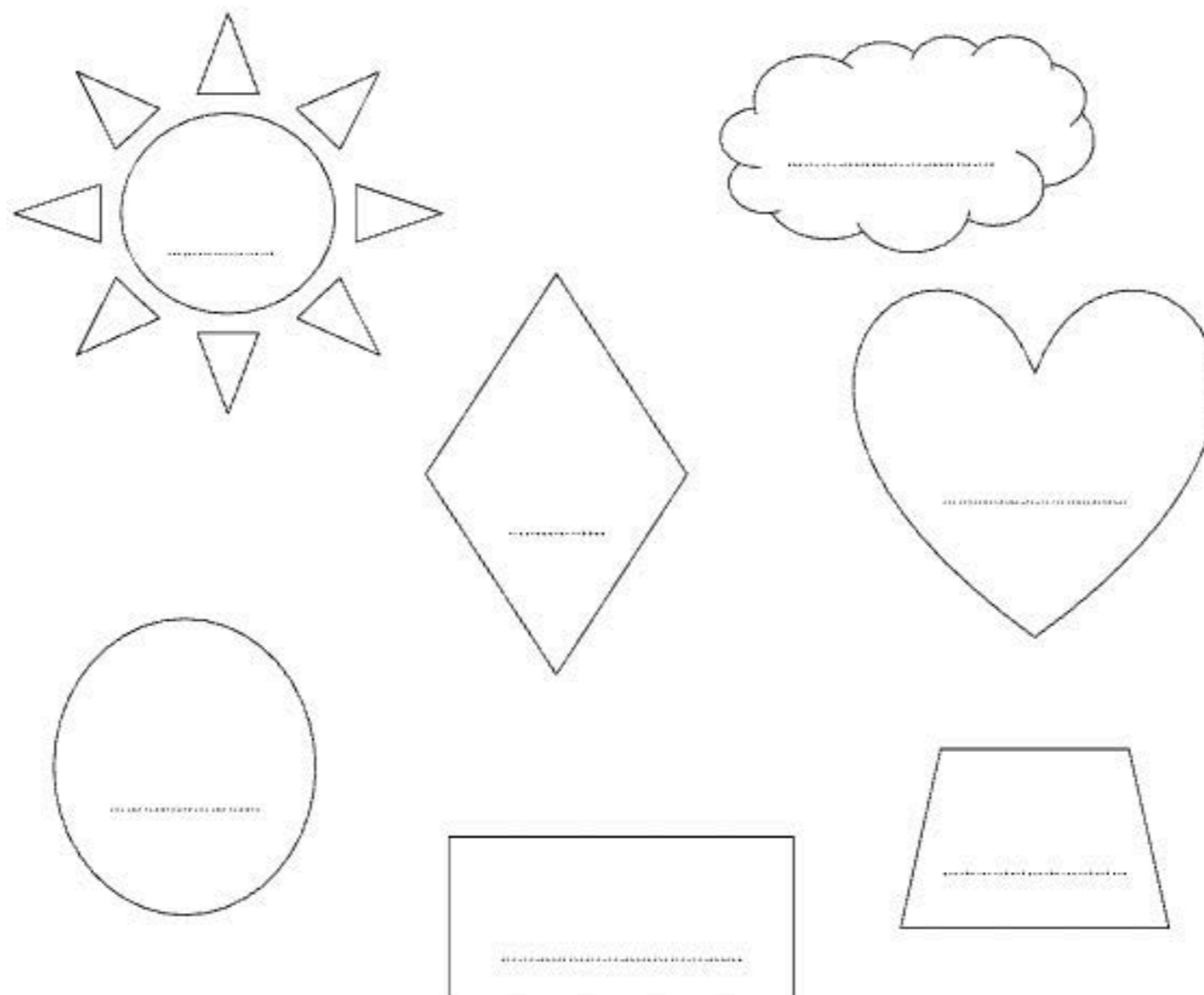
Karta pracy nr 1

ZNAJDŹ KOGOŚ KTO...



Karta pracy nr 2

ZNAJDŹ KOGOŚ KTO...





Część 4.

MultiCOOLturalne warsztaty artystyczne.

Najprościej zdefiniować sztukę jako tworzenie przedmiotów, obrazów, muzyki itp, które są piękne lub wyrażają uczucia.

Czy wiesz, że...

- ...sztuka zwiększa plastyczność mózgu oraz pomaga tworzyć nowe połączenia między neuronami?

Dzieje się tak za każdym razem, gdy angażujemy się w nową lub bardzo złożoną czynność. Mózg ludzki jest zdolny do tworzenia połączeń oraz zmian przez całe życie. Zaangażowanie w tworzenie sztuki - czy to malarstwa, czy gry na pianinie - stymuluje mózg, który dzięki temu zwiększa odporność psychiczną oraz odporność na stres.

- ...sztuka poprawia samopoczucie?

Pamiętacie, gdy jako dzieci stworzyliście dzieło sztuki, które zawisło w domowej galerii? Pamiętacie to uczucie? To duma, poczucie sprawstwa, zadowolenie oraz radość. Największy z komplementów. Tak naprawdę to nadal działa tak samo. Prezentując teraz wybór waszych rąk, możecie poczuć to samo! Tworzenie sztuki podnosi poziom dopaminy. A ona odpowiada za skupienie, koncentrację, chęć działania, planowa-

nie. Hobby związane z sztuką zapobiega zatem depresji, chroni mózg przed starzeniem się.

- ...sztuka zmniejsza obciążenie chorobami przewlekłymi?

Życie z chorobą przewlekłą wiąże się dodatkowo z możliwością wystąpienia lęku, depresji, czy stresu. Sztuka pozwala oderwać się od chorobowej codzienności choć na chwilę. Pozwala skupić się na pozytywnych doznaniach i doświadczeniach. Pomaga także poczuć się jak osoba, którą się było przed otrzymaniem diagnozy. Poczuć tę samą tożsamość. Nie definiować się tylko przez pryzmat choroby.

- ...tworzenie sztuki łagodzi stres?

Podczas aktu twórczego odrywamy się od codzienności. Zapominamy o stresach, problemach. Tworzenie sztuki obniża znacznie poziom stresu, zapewniając dzięki temu jasność umysłu oraz spokój.

- ...sztuka namawia do ekspresji oraz pogłębia samoświadomość?

Kreatywność prowadzi do autentyczności. Tworząc możemy naprawdę być sobą. Wyrażamy siebie. Wydobywamy z naszego wnętrza to o czym myślimy, co naprawdę czujemy, w co wierzymy. Sięgamy w głąb siebie. Kreatywność odkrywa nasze nawyki, pragnienia czy impulsy. Zatem im więcej tworzymy, tym bardziej poznajemy siebie.



Arteterapia jest połączeniem sztuki i terapii. Doskonale sprawdza się w pracy zarówno z dziećmi jak i z dorosłymi.

Korzyści płynące z jej stosowania, dają szerokie możliwości wykorzystania podczas leczenia wielu schorzeń i niepełnosprawności.

- Wyrażanie uczuć oraz wyrażanie siebie

Sztuka jako przekaz myśli, emocji, uczuć, które są zbyt trudne do wyrażenia wprost. Daje możliwość szerszego spojrzenia, znalezienia powiązań oraz możliwego rozwiązania.

Etap tworzenia, a następnie etap analizowania wraz terapeutą pozwala dokładnie przyjrzeć się własnym uczuciom, które są bardzo intensywne, lecz zbyt zagmatwane, aby uporać się z nimi w codziennych zmaganiach. To również szansa na wyrażenie trudnych emocji, jak złość, ból, żal, których wszyscy doświadczamy, lecz trudno się nam z nimi konfrontować.

- Poczucie wewnętrznej siły

Terapia poprzez sztukę pozwala dojść do głosu naszym uczuciom i myślom. Jest okazją, aby zajrzeć w głąb siebie. Spojrzeć przez pryzmat doświadczeń, które nas ukształtowały. Dojrzeć swoje mocne strony, które na co dzień pozostają gdzieś w ukryciu.

- Pogodzenie się z własnymi ograniczeniami

Terapia sztuką może być niezwykle pomocna w przepracowaniu wpływu choroby na nasze życie. Zwłaszcza jeśli cierpimy na przewlekłą chorobę, która nas ogranicza. Terapia ta pozwala określić cele, które chcemy osiągnąć, daje możliwość określenia co jest najważniejsze, czego chcemy. Daje również czas na zmianę sposobu myślenia, postrzegania siebie nie tylko przez pryzmat choroby, ale jako osobę, która dąży do wyznaczonego celu.

Zajęcia terapii sztuką polecane są wszystkim. Wystarczy tylko chęć spróbowania czegoś nowego. Nie ma tu ograniczeń czasowych. Sam decydujesz ile czasu chcesz poświęcić na tworzenie i rozmowy. Możesz próbować różnych technik, w zależności od upodobań czy zainteresowań. Nie trzeba przychodzić z gotowym tematem czy pomysłem. Można oczywiście. Odwrotna kolejność też może okazać się niezwykle owocna. Stworzenie dzieła, a następnie jego przeanalizowanie potrafi czasem odśłonić więcej niż byśmy się spodziewali.

Terapia poprzez sztukę może być łączona z różnymi technikami psychoterapii. Ma zastosowanie w leczeniu stresu czy zaburzeń psychicznych.



Arteterapia może być użyteczna podczas pracy nad leczeniem min.:

- lęków,
- depresji,
- trudności emocjonalnych,
- zaburzeń odżywiania,
- problemów rodzinnych,
- zespołu stresu pourazowego,
- stresu.

Głównym celem terapii sztuką jest pomoc ludziom w odnalezieniu nowego sposobu wglądu w siebie oraz rozwijanie nowych umiejętności radzenia sobie z problemami, poprzez wykorzystanie twórczego procesu. Zarówno tworzenie jak i obcowanie ze sztuką pomaga odkrywać swoje emocje, poszerzać własną świadomość, wzmacniać poczucie własnej wartości, umacniać umiejętności społeczne, a także radzić sobie ze stresem.

Częstymi technikami wykorzystywanymi w arteterapii są:

- kolaż,
- kolorowanie,
- luźna ekspresja,
- abstrakcja,
- rysowanie,
- malowanie palcami,
- malowanie obrazów,
- rzeźbienie,
- fotografowanie.

Powstałe prace można przeanalizować i odnaleźć w nich swoje emocje, myśli, tematy trudne, które nierzadko trudno wyrazić słowami.

Arteterapia jest niezwykle ważnym elementem integracji, gdyż sztuka nie ma granic międzykulturowej komunikacji jak język czy wartości.

Jednocześnie terapia sztuką osiąga dobre efekty w pracy z nastoletnimi uchodźcami. Pomaga łagodzić objawy traumy po doświadczeniach wojennych. Wspomaga powrót do zdrowia, a dzięki komunikacji niewerbalnej bariera językowa w zasadzie nie istnieje. Daje również możliwości wyrażania negatywnych emocji oraz pozwala na zwizualizowanie traumy i lęku w bezpieczny sposób. Wreszcie umożliwia wyciszenie, zdystansowanie i odpoczynek od codziennych zmaganiań.



Scenariusz nr 1

Skrzyneczka pełna wspomnień

Cele:

- rozwijanie umiejętności rozmowy o emocjach
- wyrażanie emocji
- rozwijanie kreatywności
- rozwijanie umiejętności manualnych
- integracja grupy

Materiały:

- drewniana skrzyneczka
- farby
- karta pracy nr 1

- pędzle, kubeczki na wodę
- serwetki papierowe z kolorowymi nadrukami
- nożyczki klej
- kartki papieru
- przybory do pisania, mazaki, kredki

Przebieg zajęć

Na rozgrzewkę:

Zabawa „Wspaniały dzień”

Uczestnicy otrzymują kartę pracy, którą wypełniają rysując, bądź opisując. Następnie każdy dzieli się swoimi wpisami i opowiada dlaczego wybrał akurat ten dzień.

Nabieramy rozpędu:

Dyskusja na temat emocji jakie wywołało poprzednie zadanie.

- ▶ Jakie emocje pojawiły się podczas opowiadania historii?
- ▶ Co czuleś wypełniają tę kartę?
- ▶ Łatwo czy trudno było wybrać ten jeden dzień?

Akcja:

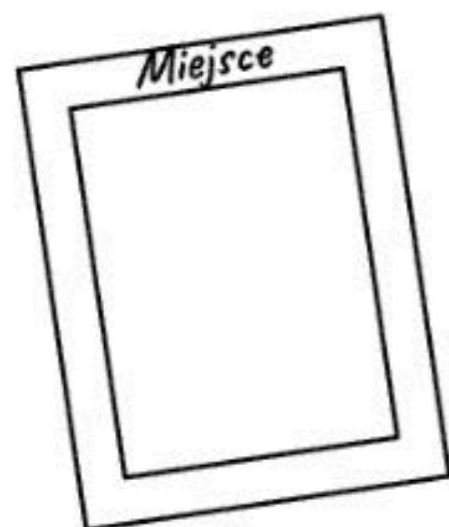
Prowadzący prezentuje możliwe techniki zdobienia skrzyneczek. Uczestnicy ozdabiają skrzyneczki według własnego pomysłu.

Na zakończenie:

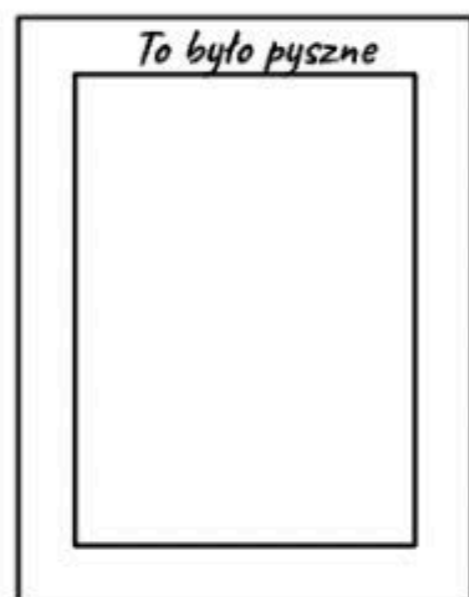
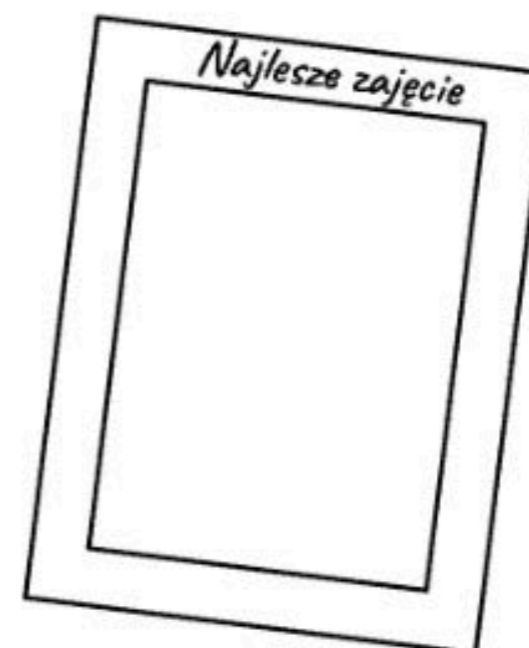
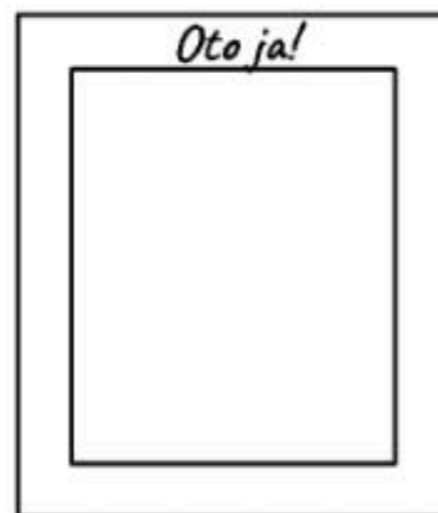
Uczestnicy prezentują swoje skrzyneczki. Ochotnicy dzielą się z grupą pomysłami, co chcą przechowywać w swojej skrzyneczce.



Karta pracy nr 1



Wspaniały dzień



Scenariusz nr 2

Kolorowe emocje na płótnie

Cele:

- rozwijanie wrażliwości, kreatywności
- rozwijanie zdolności manualnych
- uwrażliwianie na sztukę
- integracja grupy

Materiały:

- załącznik nr 1
- załącznik nr 2
- farby do materiału
- pędzle, kubeczki na wodę

- arkusze szarego papieru
- nożyczki klej
- kartki papieru
- przybory do pisania, mazaki, kredki

Przebieg zajęć

Na rozgrzewkę:

Zabawa „Memory”

Jedna osoba wychodzi za drzwi. Reszta dobiera się w pary i wymyśla ten sam sygnał, znak (no. mrugnięcie okiem, pokazanie języka). Osoba zza drzwi wraca. Uczestnicy siedzą w kole i od czasu do czasu pokazują swoje znaki. Zadaniem osoby, która wróciła jest odgadnięcie kto jest z kim w parze. Następnie następuje zmiana osoby, która wychodzi oraz tworzenie nowych par.

Nabieramy rozpędu:

Prowadzący opowiada o tradycyjnym wzornictwie polskim i ukraińskim. Prezentuje przykłady. Uczestnicy dzielą się swoimi spostrzeżeniami. Kto zetknął się z taką sztuką? Gdzie i kiedy?

Akcja:

Prowadzący rozwija na stole biały obrus. Zadaniem uczestników jest stworzenie wspólnego dzieła, które łączy sztukę polską i ukraińską. Ważne jest aby najpierw zaplanowali pracę i zastanowili się jaki efekt chcą uzyskać. Uczestnicy korzystają z szablonów (załącznik 1 i załącznik 2) lub własnoręcznie projektują wzory wg dostarczonych przykładów.

Na zakończenie:

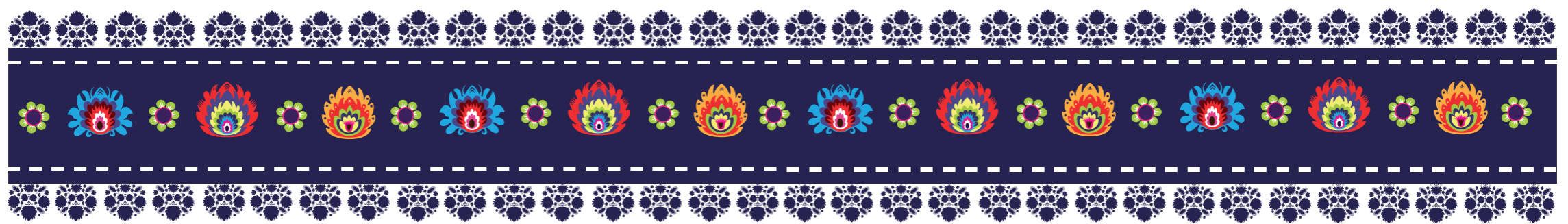
Uczestnicy prezentują skończony obrus. Prowadzący podsumowuje pracę grupy, a uczestnicy dzielą się wrażeniami zarówno tymi podczas pracy, jak i tymi, jakie budzi w nich skończone dzieło.

Załącznik nr 1

Polskie wzory ludowe

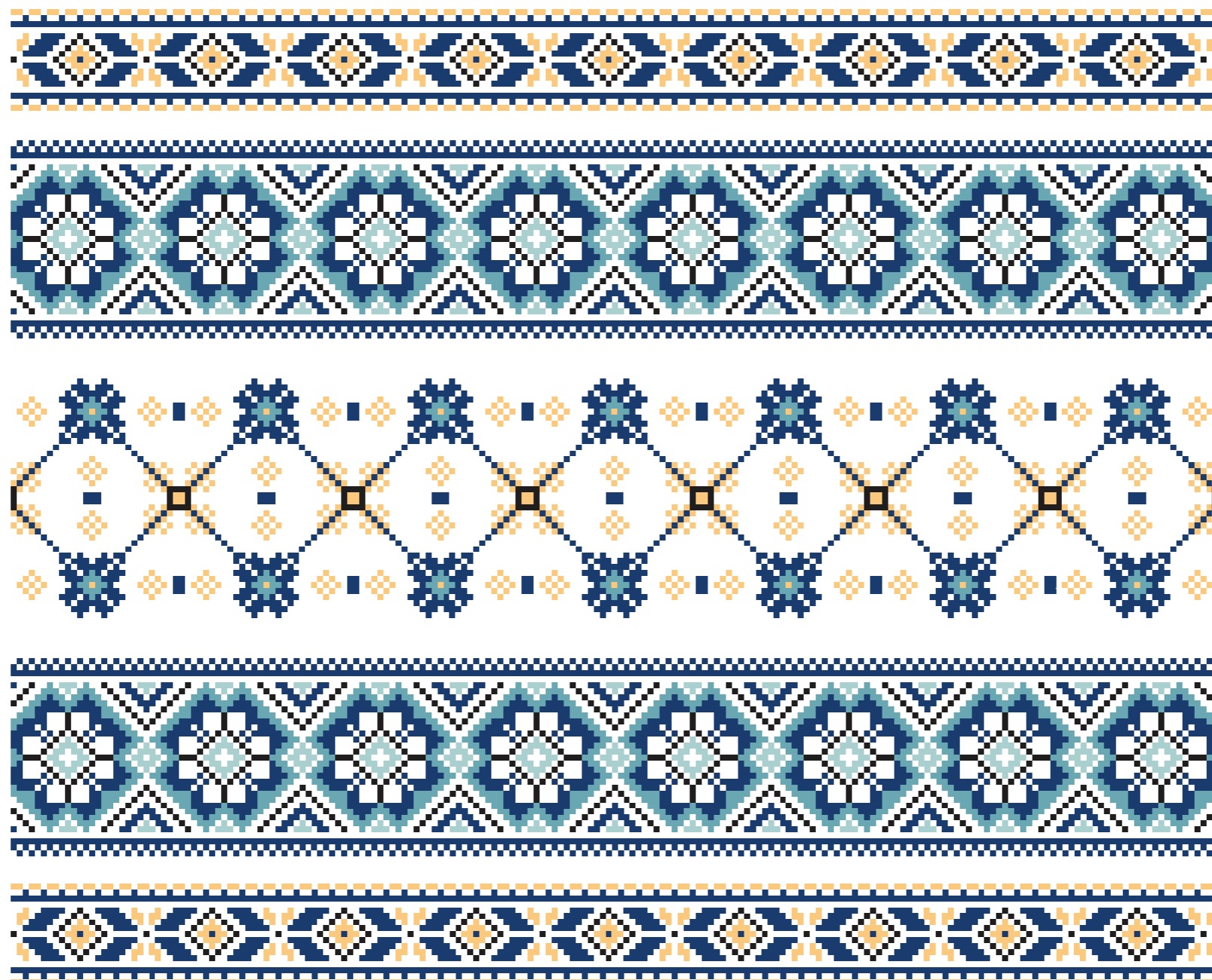






Załącznik nr 2
Ukraińskie wzory ludowe







Scenariusz nr 3

Puzzle

Cele:

- rozwijanie kreatywności, wyobraźni i logicznego myślenia,
- rozwijanie umiejętności manualnych
- wykorzystanie umiejętności
- umiejętność pracy w grupie
- integracja grupy

Materiały:

- karta pracy nr 1
- karta pracy nr 2
- biały brystol

- nożyczki klej
- kartki papieru
- przybory do pisania, mazaki, kredki
- farby
- pędzle, kubeczki na wodę

Przebieg zajęć

Na rozgrzewkę:

Zabawa „Powiedz nam coś o sobie”

Prowadzący rozwiesza karteczki po sali (karta pracy nr 1). Uczestnicy odgrywają te paseczki, na które będą chcieli odpowiedzieć.

Druga wersja, tej zabawy to taka, gdzie uczestnicy w dwóch grupach tworzą sami karteczki, a potem się wymieniają i każdy z uczestników bierze paseczek na który chce odpowiedzieć (karta pracy nr 2).

Nabieramy rozpędu:

Prowadzący opowiada o całości złożonej z małych fragmentów. Tak jak w tej zabawie - grupa składa się z poszczególnych uczestników i tworzy jedną całość.

- ▶ Co jest potrzebne aby zjednoczyć grupę?
- ▶ Kiedy łatwiej czuć się częścią grupy?

Akcja:

Prowadzący rozdaje każdemu uczestnikowi fragment brystolu - wcześniej przygotowanego puzzla. Uczestnicy mają za zadanie namalować obraz coś co ich porusza, inspiruje, coś co chcą przekazać.

Na zakończenie:

Uczestnicy dopasowują swoje puzzle tworząc jeden obraz - ogromne, wielobarwne serce.

Prowadzący podsumowuje ich pracę. Uczestnicy opowiadają o swoich odczuciach.

Karta pracy nr 1

1. Jak się nazywasz?	Powiedz coś o sobie
2. Jakie masz zainteresowania?	
3. Czy masz rodzeństwo?	
4. Jakie masz zwierzęta?	
5. Jakie jest Twoje ulubione danie?	
6. Jaki jest Twój ulubiony film?	
7. Jaka jest Twoja ulubiona książka?	
8. Skąd jesteś?	
9. Jakie znasz języki obce?	
10. Jakie są Twoje ulubione przedmioty szkolne?	
11. Czy uprawiasz jakiś sport?	
12. Gdzie mieszkasz?	
13. Jak lubisz spędzać wakacje?	
14. Jaka jest Twoja ulubiona piosenka?	
15. Jaki jest Twój ulubiony zespół muzyczny?	

Karta pracy nr 2

	Powiedz coś o sobie

Scenariusz nr 4

Mandala

Cele:

- rozwijanie umiejętności manualnych
- rozwijanie umiejętności logicznego myślenia, kreatywności
- umiejętność pracy w grupie
- integracja grupy

Materiały:

- załącznik nr 1
- arkusze brystolu
- farby
- pędzle, kubeczki na wodę

- kartki papieru
- przybory do pisania, mazaki, kredki

Przebieg zajęć

Na rozgrzewkę:

Zabawa „Za dużo nóg”.

Prowadzący dzieli uczestników na czteroosobowe zespoły. Następnie mówi liczbę od 1 do 16. Zadaniem grupy jest się tak ustawić aby dokładnie tyle nóg dotykało ziemi. Na przykład prowadzący podaje liczbę 4, wówczas każdy z drużyny może stanąć na jednej nodze, lub dwóch uczestników może stać na obu nogach, a pozostałych dwóch wziąć „na barana”.

Nabieramy rozpędu:

Prowadzący opowiada o sztuce jaką jest malowanie mandali. Opowiada o historii powstania, technikach tworzenia, prezentuje przykładowe wzory (załącznik nr 1).

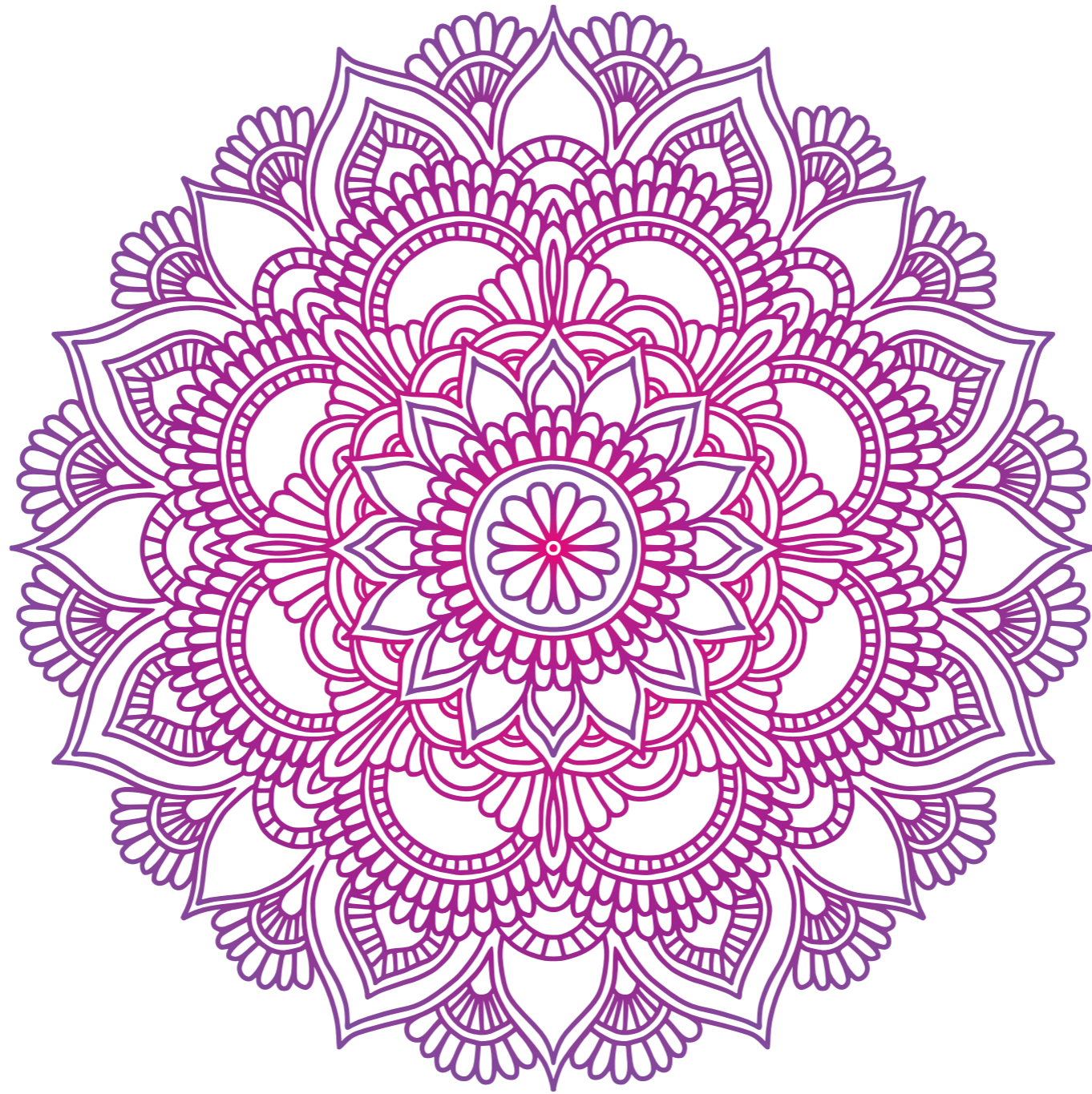
Akcja:

Uczestnicy wspólnie projektują swoją grupową mandalę. Dzielą się zadaniami, planują pracę. Następnie zaczynają malować grupową mandalę. Ważne jest, aby każdy uczestnik był zaangażowany w pracę.

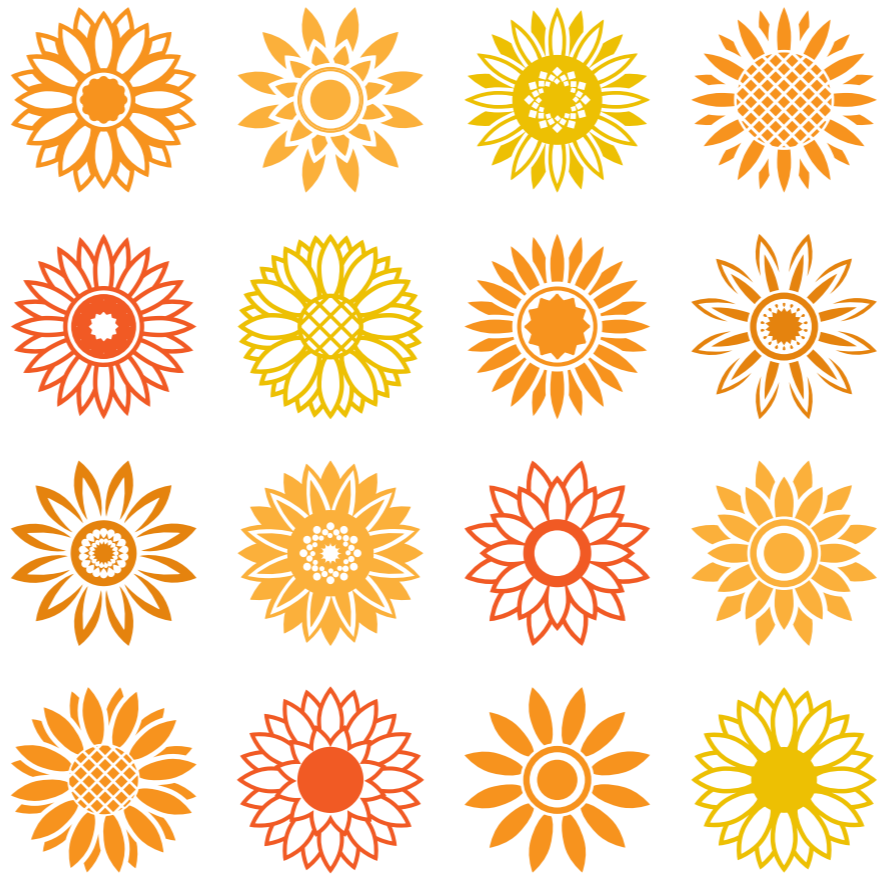
Na zakończenie:

Uczestnicy prezentują swoje dzieło.

Załącznik nr 1
Przykłady mandali









Jeśli masz sugestie dotyczące naszej pracy, serdecznie zapraszamy do kontaktu:

- **Monika Formańska-Żadkowska**
monika@instytutwiedzy.pl

- **Karolina Kadaj**
karolina@instytutwiedzy.pl

- **Marta Łoboda**
marta.loboda@instytutwiedzy.pl

- **Agnieszka Nykaza-Połetek**
agnieszka@instytutwiedzy.pl