

A magány

2. nap

IDŐ

90 perc
beleértve
a szünetet



A Tanulás Művészete



BEMELEGÍTÉS: 1, 2, 3- UTÁNOZD A ... TÁNC-STOP VARIÁCIÓVAL

Ez fog történni:	A tanulók felsorakoznak a teremben. A foglalkozásvezető zenét rak be, a tanulók pedig táncolnak rá, de amikor a zene elhallgat, a foglalkozásvezető kimond egy szót, majd 3-ig számol, és a tanulóknak utánozniuk kell/el kell játszaniuk azt. A mai foglalkozás alkalmával az érzelmekre helyezjük a hangsúlyt. Például. „boldog – 1, 2, 3” vagy „az az érzés, amit akkor érzel, amikor olyasmit csinálsz, amit már régóta gyakoroltál – 1, 2, 3”
Szükséges:	Hangszóró és mobil zenéhez.
Előkészíteni:	Ha szükséges, találgatás alternatív utasításokat.
A tér előkészítése:	
Így néz ki a tér:	Tágas tér

ÚTMUTATÓ:

- Kérd meg a tanulókat, hogy álljanak fel egy sorba, a foglalkozásvezető felé fordulva. Magyarázd el a tanulóknak, hogy zenét fognak hallani, amire a sorban elfoglalt helyükön kell táncolniuk. Amikor a zene elhallgat, a foglalkozásvezető mond egy szót vagy kifejezést, amit a diákok utánoznak. Kérd meg őket, hogy csinálják az első dolgot, ami eszükbe jut, anélkül, hogy a csoport többi tagjára néznének. Esetleg két sorba is állhatnak, ha nagy a csoport. Így a két sor válthatja egymást az utánzásban, vagy állhatnak egymás mögött. Előnyös, ha a tanulók nem látják, mit csinálnak a többiek, hanem az elején „gátlástalanul” improvizálnak.
- Bátorítsd a tanulókat, hogy gyorsan döntsenek, anélkül, hogy a többi osztálytársukra néznének. Mond el a tanulóknak, hogy a gyakorlatot csendben végezzük, azaz anélkül, hogy a mozdulatokhoz hangot adnánk.
- A foglalkozásvezető több utasítást is adjon a tanulóknak, addig, amíg úgy látja, eredményes a gyakorlat. Például:
 - örül – 1, 2, 3
 - meglepett – 1, 2, 3
 - mérges – 1, 2, 3
 - magányos – 1, 2, 3
 - szerelmes – 1, 2, 3
 - szomorú – 1, 2, 3

REFLEXIÓ: MAI ÉRZÉS, ÉRZELEMKÁRTYÁKKAL ÉS A NAP SZAVAI

Ez fog történni:	A tanulók úgy reflektálnak a foglalkozásra, hogy bemutatják az aznapi érzéseiket, és elmondják, miért érzik így magukat. Ezúttal a foglalkozásvezető választja ki, hogy ki mutatja be az aznapi érzelmét és szavát, az érzelmekártyák egyikének felmutatásával. Az érzés származhat a feladattól, vagy az egész naptól. Például: Örülök, mert valami vicceset csináltam ma, mérges vagyok, mert nehéz volt a feladat, vagy unatkozom, mert annyit beszélgettünk. Ezután a tanulók mondjanak egy szót a foglalkozásról, valamit, amire jól emlékeznek, valamit, ami tetszett nekik stb. Például: utánzás, magányos stb.
Szükséges:	Érzelmekártyák készlete
Előkészíteni:	
A tér előkészítése:	
Így néz ki a tér:	Tágas tér

ÚTMUTATÓ:

- Minden tanuló körben áll vagy ül.
- Kérd meg a tanulókat, hogy gondolkozzanak el a mai foglalkozáson. Kérd meg őket, hogy gondoljanak egy érzésre, amit ezen a napon, vagy ezen a foglalkozáson éltek át, és hogy miből származott ez az érzésük. Például: Örülök, mert valami vicceset csináltam ma, mérges vagyok, mert nehéz volt a feladat, vagy unatkozom, mert annyit beszélgettünk.
- Ezután kérd meg a tanulókat, hogy gondoljanak egy szóra, amit be szeretnének hozni a foglalkozásból, valamit, amire nagyon jól emlékeznek, vagy valamit, ami tetszett nekik stb. Például. utánzás, magányos stb.
- Ezen a napon a foglalkozásvezető az általa választott érzelmekártya felmutatásával és elmagyarázásával választja ki, hogy ki fogja előadni az érzést és a szavát. Nyugodtan válasszatok olyan tanulókat, akik keveset nyilatkoztak meg az osztály előtt ezen a foglalkozáson.

JEGYZETEK

A magány

2. nap

IDŐ

90 perc
beleértve
a szünetet



A Tanulás Művészete



FŐ TEVÉKENYSÉG: KIÁLLÍTÁS ÉS PILLANATKÉPEK

Ez fog történni:	A diákok elmennek egy „kiállításra”, ahol egymás rajzait nézegetik. Ezután a tanulók egy különböző fókuszterületekkel rendelkező Néző-kártya segítségével összegyűjtik a rajzok általuk keresendő jellemzőit. Ezután beszélgetnek olyan helyzetekről, amelyekben az ember magányosnak érezheti magát, és készítenek tablót/pillanatképet erről.
Szükséges:	A tanulók előző foglalkozáson készített rajzai a sárkányokról, minden csoportnak egy Néző-kártya.
Előkészíteni:	Ügyelj arra, hogy a rajzok úgy lógjanak a falon, mint egy kiállításon. Nyomtass ki több darab Néző-kártyát.
A tér előkészítése:	Tedd ki a rajzokat, ha nem lógattatok már fel őket előző nap.
Így néz ki a tér:	Tágas tér

ÚTMUTATÓ:

1. A foglalkozásvezető különböző csoportokba osztja a tanulókat, mely csoportok mind saját fókuszterületet kapnak arra vonatkozóan, hogy mit kell keresniük a képeken. Kérd meg a tanulókat, hogy nézzék meg csendben a kiállítást, és utána beszélgessenek arról, amit láttak. A tanulóknak arra is van idejük, hogy csoportokban beszélgessenek, mielőtt megosztanák, mit láttak.
2. Beszélgetés körben: Mit láttak a tanulók? Mi az ami különösen feltűnt nekik? Mi tetszett nekik? Mi volt szomorú, vicces, kedves, ijesztő stb?, Mi volt közös/hasonló az összes rajzban? És hasonló kérdések a Néző-kártyákkal kapcsolatban.
Ha van idő: van-e mód arra, hogy lemérjük, mennyire magányosak a képeken látható sárkányok? Ha igen, hogyan? Mérjük meg egy skálán, hogy mennyire szomorúak, vagy mérjük meg vonalzóval, hogy a szájuk mennyire görbülnek lefelé? Milyen más módszerek lehetnek a mérésére?

3. Aztán térjetez át a beszélgetésre: Milyen helyzetekben érezhetik magukat magányosnak ezek a sárkányok? Mikor vagy a legmagányosabb – amikor egyedül vagy, vagy amikor másokkal?
4. Tablók: Osszuk a tanulókat körülbelül 4 fős csoportokba (esetleg kisebb/nagyobb, a teljes csoport méretétől függően). Minden csoport válasszon egy olyan helyzetet, ahol magányosnak érezheti magát, és készítsen róla tablót/pillanatképet.
5. A csoportok megnézik egymás pillanatképeit és visszajelzést adnak. A foglalkozásvezető gondoskodik róla, hogy a tanulók mellett ő is adjon visszajelzést a csoportoknak, ismerje el a munkájukat, és a pozitív dolgokra összpontosítson. (Akár az 5. téma lábnymai is felhasználhatók a visszajelzésekhez).

JEGYZETEK