Alfabecik – uczniowie siadają według kolejności pierwszych liter swoich imion w alfabecie i przedstawiają się za pomocą dwóch słów (swojego imienia i określenia, które opisuje dziecko, jest jego zaletą i zaczyna się na taką samą literę jak imię).

Nasze wspólne cechy – klasa dzieli się na kilkuosobowe grupy (5-6 osób), grupki ustalają pięć cech, które łączą ich wszystkich, dodatkowo każdy odnajduje jedną cechę, która różni go od pozostałych członków grupki; uczestnicy prezentują ustalone cechy, które są zapisywane i odczytywane jako ogólna charakterystyka klasy.

Reklama – uczestnicy piszą ogłoszenie (max 25 słów), w którym reklamują siebie jako ludzi, z którymi warto się przyjaźnić; niepodpisane kartki składane są do pudełka i każdy uczestnik losuje jedną z nich, a następnie odczytuje głośno tekst z kartki i stara się odgadnąć, kto jest autorem tej reklamy.

Herby – uczestnicy otrzymują kartki z narysowanymi herbami; ich zadaniem jest wpisanie w oznaczone miejsca odpowiedzi na pytania zawarte w herbie; na górze kartki wpisują swoje imię, a pod herbem hasło, które przyświeca ich życiu; można utrudnić zadanie i anonimowo wypełnione herby rozlosować wśród uczniów, którzy będą musieli odgadnąć autora herbu (zał.1)

Wizytówki – dzieci rysują trzy chmurki, w których prezentują siebie za pomocą rysunków na określony temat, może to być np. ulubione zwierzę, potrawa, czynność; przedstawiają się za ich pomocą.

Niemy wywiad – dzieci pracują parami, mają za zadanie bez użycia słów zebrać jak najwięcej informacji o swoim partnerze, następnie każde dziecko prezentuje swojego rozmówcę.

Tylko jedna osoba – grupa ma za zadanie ustawić się kolejności urodzin, w trakcie wykonywania zadania obowiązują specyficzne reguły: tylko jedna osoba może stać w danym momencie, mówi tylko osoba, która stoi (należy pamiętać o pozostawieniu przynajmniej jednego wolnego krzesła).

- W trakcie zajęć integracyjnych można również przeprowadzać ćwiczenia polegające na tym, że każdy z uczestników odpowiada na to samo pytanie, bądź ma to samo polecenie. Są to tak zwane rundki

Co zabrałbyś na bezludna wyspę?

Gdybyś miał 7-milowe buty to gdzie chciałbyś teraz zajść?

Kim będziesz za 10 lat?

Jak będzie wyglądać Twoje życie?

Jakim kwiatkiem/dyscypliną sportu/kolorem mogłaby być osoba siedząca obok? Co najbardziej lubię u innych?

Czego najbardziej nie lubię u innych?

Dobra wróżka – każdy z uczestników wymienia dwa marzenia, które zostaną spełnione przez wróżkę, która ma odwiedzić klasę.

Mój przyjaciel, moja przyjaciółka - każdy rysuje na czystej kartce zarys człowieka (może być to ksero ze wzoru) i wpisuje w postać cechy swojego idealnego przyjaciela, a poza postacią cechy, których taka osoba nie powinna absolutnie posiadać; każdy odczytuje swoją pracę.

- Na koniec zajęć warto poświęcić trochę czasu na działania umożliwiające otrzymanie od kolegów pozytywnych komunikatów „na piśmie".

Mocne strony w oczach kolegów – każdy uczestnik wybiera pięć dowolnych osób i prosi je o napisanie na swojej kartce po jednej mocnej stronie; nie wolno pisać cech negatywnych ani odmawiać wpisu; wszyscy chętni odczytują uzyskane wpisy.

Autografy – każdy uczestnik zajęć dostaje listę cech i poszukuje osób, które spełniają wymieniane kryteria, prosi je o wpisanie się w odpowiednim miejscu, przy posiadanej cesze; wszyscy chętni odczytują uzyskane wpisy (zał.2).

Moja ręka – moja siła – uczestnicy zajęć odrysowują na kartce swoja dłoń a następnie w miejscu palców wpisują swoje dwie lub trzy mocne strony; pozostałe „palce" wypełniają im wybrani koledzy.

Życzenia – każdy z uczestników otrzymuje 3 – 4 karteczki, podpisuje je i wrzuca do wspólnego pojemnika; następnie każdy losuje tyle kartek ile podpisał swoim nazwiskiem i wpisuje na nich wyjątkowe życzenia dla wylosowanych osób, może wykonać rysunek przedstawiający prezent jaki chciałby ofiarować tej osobie; wypisane

życzenia uczniowie wrzucają z powrotem do pojemnika, z którego trafią do adresatów; wszyscy chętni odczytują uzyskane wpisy.

Załącznik 1

MOJE MOCNE STRONY

TRZY ŻYCZENIA DO ZŁOTEJ RYBKI

CZEGO NIE LUBIĘ

MOJE FASCYNACJE U INNYCH LUDZI

Załącznik 2

CECHA AUTOGRAF MA TAKI SAM ZNAK ZODIAKU JAK JA

LUBI RYWALIZACJĘ

WYDAJE SIĘ SYMPATYCZNY

LUBI SŁUCHAĆ TAKIEJ SAMEJ MUZYKI JAK JA

LUBI WSPÓŁPRACĘ W GRUPIE

POTRAFI ZWINĄĆ JĘZYK W TRĄBKĘ

Mini-wywiad. Uczniowie w parach przeprowadzają ze sobą wywiady, a następnie przedstawiają swojego rozmówcę. Można zaproponować konkretne pytania, ale na pierwsza rundkę zapoznawcza nie jest to konieczne.

Co mamy wspólnego? Każdy z uczniów dostaje kartkę z tabelką i odpowiada na pytania. Następnie wszyscy wstają i szukają po jednej osobie, która udzieliła takiej samej odpowiedzi na jedno z pytań. Wygrywa ta osoba, która jako pierwsza uzupełni wszystkie kratki w tabelce. Uwaga – imiona osób, które „Tak samo jak ja …” nie mogą się powtarzać!

Moja lubiona potrawa: Tę sama potrawę lubi:	Mój ulubiony przedmiot w szkole: Ten sam przedmiot lubi:	Mój numer buta: Taki sam numer buta ma:
Mój ulubiony zespół: Ten sam zespół lubi:	Moja ulubiona gra: Tę samą grę lubi:	Mój kolor oczu: Taki sam kolor oczu ma:
Moja ulubiona książka: Tę sama książkę lubi:	Mój ulubiony sposób spędzania wolnego czasu: Tak samo lubi spędzać czas:	Dłoń takiej samej wielkości jak moja ma:

Inne bingo

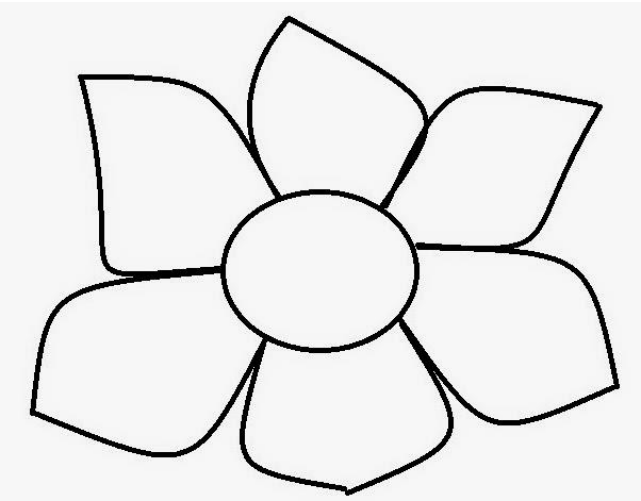
Ma długie włosy		Lubi kolor czerwony	
Lubi strategiczne gry komputerowe		Lubi spacerować	
Ma w domu psa		Lubi język angielski	
Uprawia sport		Gra na instrumencie	
Często się śmieje		Zawsze pomoże	

Mój przymiotnik. Uczniowie przedstawiają się kolejno dodając do swojego imienia przymiotnik, który zaczyna się na tę samą literę i charakteryzuje daną osobę, np. Ewa Energiczna, Magda Myśląca, Paweł Przedsiębiorczy, Staś Stanowczy.

Zapamiętywanie imion. Pierwsza osoba podaje swoje imię, następna wymienia imię pierwszej i swoje, kolejne osoby wymieniają imiona wszystkich przedmówców dodając swoje. Alternatywa dla tego ćwiczenia (lub kolejnym etapem) jest rzucanie piłeczką do wybranej osoby wraz z podaniem jej imienia. Osoba, która złapała piłeczką rzuca ja do kolejnego ucznia. W tym ćwiczeniu uczniowie powinni zapamiętać, do kogo piłka już była rzucona i nie rzucać jej do tej samej osoby kolejny raz.

Zabierz mnie w podróż. Nauczyciel mówi, że chciałby zabrać uczniów w podróż dookoła świata, ale potrzebne jest mu uzasadnienie. Każdy z uczniów wyjaśnia, dlaczego warto zabrać go w te podróż, np. „Warto mnie zabrać, bo mam poczucie humoru i potrafię każdego rozweselić", „Warto mnie zabrać, bo jestem empatyczna".

Kwiatek. Uczniowie rysują na plakacie kwiatek, który ma tyle płatków, ile osób pracuje w grupie. W środku kwiatka uczniowie wpisują, to, co maja wspólnego, a w płatkach każdy uczeń wpisuje to, co jest jego indywidualne. Następnie jeden z uczniów prezentuje plakat.



„Wszyscy, którzy tak samo jak ja… zmieniają miejsce". W tej zabawie z kręgu zabieramy jedno krzesło, zabawę może zacząć nauczyciel, który powinien uczestniczyć w niej na równych prawach i przerwać ja w momencie, gdy uczniowie

usiądą w nowej konfiguracji. Wówczas kolejne ćwiczenie wykonują w parach osoby siedzące obok siebie.

Chcę, żebyś o mnie wiedział/a.

Uczniowie przedstawiają się w parach podając o sobie te informację, która dotychczas nie była innym znana. Druga osoba tylko słucha. Zamiana ról. To ćwiczenie warto omówić, zwracając uwagę na to, po czy poznajemy, że nasz partner uważnie słucha.

Niewidomi i przewodnicy

Uczestnicy dobierają się w pary. Jedna osoba zamyka oczy, a druga – prowadzi ją w określone miejsce. Ćwiczenie warto wykonywać na dużej przestrzeni, np. na boisku szkolnym lub w parku. To ćwiczenie ma różne odmiany:

- obie osoby milczą, mogą trzymać się za rękę, pod rękę lub zachowywać się tak, jak rzeczywiście należy pomagać osobie niewidomej: przewodnik staje blisko niewidomego, a niewidomy kładzie mu rękę na ramieniu lub bierze go pod rękę i pozwala się prowadzić;
- przewodnik nie dotyka „niewidomego" i kieruje nim wyłącznie słowami (w tym wypadku szczególne znaczenie ma komunikacja).

Niewidomy, kulawy i niemy

Dzielimy klasę na dwa zespoły, a w każdym zespole przydzielamy uczniom w po równo role „niewidomego", „kulawego" i „niemego". Kulawi poruszają się na jednej nodze, niewidomym zawiązujemy oczy, a niemi nie odzywają się podczas całego ćwiczenia. Najlepszym miejscem na wykonanie ćwiczenia jest korytarza szkolny, na którym zaznaczamy taśmą malarską „rzekę" pas korytarza około 10-15 metrów. Na tak utworzonej „rzece" kładziemy dwa rzędy rozłożonych gazet w taki sposób, by każdy zespół mógł po nich bezpiecznie przejść na drugi brzeg. To życzliwe żółwie, po których grzbietach uda się przedostać przez pełną drapieżnych krokodyli wodę. Oba zespoły startują z tego samego brzegu, wygrywa ten, który w całości prędzej przedostanie się na druga stronę. Jeśli liczba uczniów jest nieparzysta – to jeden z nich wspólnie z nauczycielem pełni role obserwatora. Jeśli któryś z członków zespołu nie trafi na grzbiet żółwia, wraca do punktu wyjścia i zaczyna przeprawę od początku.

Bingo – planszę BINGO otrzymuje każdy gracz. Zadaniem dzieci jest znaleźć osoby, które zgadzają się z podanymi twierdzeniami. Do każdego stwierdzenia należy przypisać inne osoby oraz na całej planszy tę samą osobę można wpisać tylko raz. Zabawę wygrywają pierwsze trzy osoby, które krzykną „bingo" i podpisaną kartę przekażą prowadzącemu

pytanie	kto	kto
Mam w domu kota		
Lubię czytać książki		
Gram na gitarze/ pianinie		
Uprawiam sport (trenuję)		
Lubię matematykę		

Plotka – każdy uczeń otrzymuje ½ kartki A4. Na kartce wyraźnie pisze swoje imię i rysuje 3 symbole. Symbol pierwszy ma przedstawiać moje marzenie, drugi odpowiada na pytanie „Co zrobię, gdy będę superbohaterem", symbol trzeci określa mój sukces. Gdy wszyscy maja gotowe karteczki, uczniowie dobierają się w pary. Wzajemnie tłumaczą znaczenie swoich symboli. Wymieniają się karteczkami (np. Ania ma teraz karteczkę Magdy). Ania podchodzi do innej osoby i opowiada o tym, co znajduje się na karteczce Magdy. Schemat powtarzamy 3 razy. Kto wymienił się 3 razy siada do kręgu. W kręgu opowiadamy, czego dowiedzieliśmy się o kolegach i koleżankach. Oczywiście, dajemy szansę na sprostowanie plotki.

Kapelusz z pytaniami i odpowiedziami

Wszyscy uczestnicy zabawy piszą na małych kartkach swoje pytania, na które chcieliby uzyskać odpowiedź od innych uczestników grupy - oczywiście nie adresując je do konkretnej osoby. Każdy może napisać po kilka pytań, ale każde pytanie musi być na osobnej kartce. Kartki z pytaniami wrzuca się np. do kapelusza i dokładnie miesza. Potem kolejno każdy z uczestników podchodzi, wyciąga jedną kartkę i odpowiada. Pytania te nie powinny być zbyt osobiste, zwłaszcza jeżeli uczestnicy jeszcze się niezbyt dobrze znają. Przykładowe pytania: Jak jest Twoja ulubiona potrawa?, Jak spędziłeś wczorajsze popołudnie?, Twoja ulubiona książka to..., Co

sądzisz o tej zabawie w pytania i odpowiedzi?, Jak myślisz, czy są okoliczności usprawiedliwiające kłamstwo?, itd. Pytania mogą być bardzo poważne albo bardziej humorystyczne. Zabawa sprzyja wzajemnemu poznaniu się.

Fotoekspresja

Do zabawy przygotowuje się dużą liczbę wyciętych z różnych czasopism ilustracji o najrozmaitszej tematyce (np. ludzie, krajobrazy, przedmioty). Tak przygotowane ilustracje układa się na podłodze. Każdy z uczestników wybiera sobie jeden obrazek, który najbardziej do niego przemawia, który wiąże się z jego przeżyciami, myślami, marzeniami. Możemy określić na początku zabawy (np. zapisując na tablicy) tematy, które mamy zobrazować wybierając dane ilustracje, np. marzę teraz o..., chciałbym pracować jako..., moja rodzina... - wtedy każdy wybiera dla każdego tematu jedną ilustrację. Następnie wszyscy siadają w kole, pokazują ilustrację i krótko opowiadają dlaczego wybrali taki obrazek. Nie należy komentować ani krytykować. Wypowiedzi są różne, często bardzo ciekawe, nieraz bardzo osobiste i wzruszające. Zabawa sprzyja wzajemnemu poznaniu i otwarciu się. Często, dopiero wtedy, nawet ci którzy rzekomo dobrze się znali spoglądają na siebie jak na kogoś kogo się widzi i słucha po raz pierwszy.

Skojarzenia

Uczestnicy zabawy tworzą koło. Jedna osoba mówi jakieś słowo np. "noc". Następna osoba mówi wyraz, który jej się kojarzy z tym wyrazem np. "księżyc", kolejna osoba słowo, które kojarzy jej się z ostatnio usłyszanym, np. "kosmos", itd. W zabawie można ustalić, że używamy tylko np. rzeczowników czy przymiotników. Dodatkowo można ustalić limit czasu. Dla tych uczestników zabawy, którzy nie użyli odpowiedniej formy (np. rzeczownika), przekroczyli czas do namysłu można wprowadzić fanty (które trzeba będzie "wykupić" po zakończonej zabawie). Zabawa ta jest wesoła (tym bardziej, że niektórzy uczestnicy zabawy miewają niesamowite skojarzenia), ożywia i pobudza uwagę.

Pantomima

Wszystkich uczestników dzielimy np. na dwie grupy (można również poprowadzić zabawę bez podziału na grupy). Prowadzący wybiera dowolną osobę z jednej grupy i pokazuje jej zapisane na kartce hasło (może to być np. tytuł filmu, przysłowie, powiedzenie, nazwa czegoś). Osoba ta zwraca się w kierunku uczestników zabawy i bez słów próbuje przedstawić hasło z kartki. Odgadują wszyscy. Która grupa odgadnie jako pierwsza, ta typuje osobę do przedstawiania następnego hasła oraz w nagrodę otrzymuje punkt, np. cukierek. Wygrywa ta grupa która zebrała najwięcej cukierków. Oczywiście konsumpcja nagrody jest wspólna. Prowadzący powinien mieć przygotowaną nagrodę pocieszenia dla grupy, która przegrała. Zamiast pantomimy, hasła można rysować (również nie używając słów). Zabawa ćwiczy spostrzegawczość, zdolność kojarzenia, pamięć. Wywołuje wiele radości.

SCENARIUSZE

„CICHY WIELBICIEL” To ćwiczenie polecam do wykonania na początku wspólnego pobytu, chociażby na zielonej szkole. Dobrze jest określić wyraźne ramy czasowe zadania, np. dwa dni, cały okres pobytu. Podczas standardowych zajęć szkolnych proponuję przeprowadzać eksperyment przez tydzień. Co pewien czas można powtarzać ćwiczenie, tak aby uczniowie losowali coraz to nowe osoby do zabawy. Cel główny: □ budowanie dobrej atmosfery w klasie Cele szczegółowe: □ dawanie i otrzymywanie pozytywnych informacji zwrotnych □ wzrost zaufania w grupie Materiały: karteczki z imionami i ewentualnie nazwiskami dzieci: torebka papierowa lub puszka wykorzystywana do losowania Czas trwania: □ zależny od specyfiki prowadzonych zajęć (np. tydzień, dzień) Wiek uczestników: 9–14 lat Liczba uczestników: dowolna Przebieg ćwiczenia: Do puszki lub torebki wkładamy karteczki z imionami dzieci. Uczniowie po kolei losują je i dyskretnie odczytują. Ważne, aby nikt nie ujawnił, kogo wylosował.
Scenariusze zajęć

Następnie proponujemy wejście w rolę „cichego wielbiciela”. Zadaniem takiej osoby będzie robienie dobrych uczynków, np. pomoc w wykonywaniu przydzielonej pracy, mówienie komplementów, uśmiechanie się, częstowanie słodyczami. Omówienie: □ czy łatwo być „cichym wielbicielem”? □ kto z was zorientował się, przez kogo był wylosowany? □ jak czuliście się, gdy słyszeliście komplementy, wyściwadczano wam drobne przysługi? 4 □ jak myślicie, czemu służyło to ćwiczenie? □ czy ten eksperyment zmienił wasz sposób widzenia klasy lub konkretnych osób? Uwaga: Warto zwrócić uwagę uczniów przed rozpoczęciem zabway, aby komplementy były szczere i adekwatne do sytuacji. Dobrze byłoby, aby uczniowie dawkowali miłe rzeczy.. Zapobiegnie to przedwczesnemu zdemaskowaniu „cichego wielbiciela” i

zakończenia zadania przed ustalonym terminem. Jednocześnie zmobilizuje uczniów do ciągłego pozytywnego myślenia o osobach z klasy i uważnej obserwacji ich zachowań.

„AUTOPORTRET” Cel główny: wzrost otwartości i poczucia bezpieczeństwa w grupie Cele szczegółowe: trening asertywności wzrost poczucia własnej wartości Materiały: kartki A3 lub A4, kolorowe karteczki samoprzylepne w trzech różnych kolorach, nożyczki, ołówki Czas trwania: 45 min. Wiek uczestników: 11–14 lat Liczba uczestników: dowolna Przebieg ćwiczenia: Prowadzący informuje uczniów, że wykonane za chwilę prace zostaną zaprezentowane na forum klasy. Każdy uczeń ma za zadanie narysować kontury swojej postaci na kartce A3 lub A4. Następnie wycina lub wydziera swój portret (ludzika z konturami głowy, szyi, tułowia, rąk i nóg). Czekamy, aż wszyscy skończą ten etap pracy. Potem każdy uczestnik wybiera sobie po 9 karteczek – po 3 w każdym kolorze. Na trzech karteczkach w jednym kolorze zapisuje 3 zalety, z których jest dumny. Kolejne zawierają 3 wady, nad którymi chce popracować. Ostatni kolor karteczek ma przedstawiać 3 marzenia, których spełnienia chciałby, ewentualnie cele do zrealizowania w przyszłości. Karteczki uczniowie przyklejają do portretów. Wszystkie prace wieszają na ścianie. Przez kilka minut dzieci przyglądają się portretom, zapoznając się z tym, co napisali inni. Omówienie: co sprawiło trudność podczas wykonywania tego ćwiczenia? jakie emocje towarzyszą wam po tym ćwiczeniu? jak czuliście się, prezentując swój portret przed grupą? czego nowego dowiedzieliście się o swoich kolegach? jakie podobieństwa odkryliście w swoich portretach i opisach innych osób? 8

SCENARIUSZ 4 „NASZA ORKIESTRA” Cel główny: doskonalenie umiejętności współpracy w grupie Cele szczegółowe: rozwój kreatywności lepsze zrozumienie przeżywanych stanów emocjonalnych doświadczanie dobrej zabawy w grupie Materiały: niepotrzebne Czas trwania: 20 min. Wiek uczestników: 9–14 lat Liczba uczestników: dowolna (liczba osób w każdej w podgrup co najmniej 4) Przebieg ćwiczenia: Dzielimy klasę na zespoły 4-5 osobowe. Zadaniem każdego z nich jest naśladowanie głosem instrumentów muzycznych, np. trąbek, bębnów, skrzypiec. Każda grupa naśladuje dźwięk jednego instrumentu. Następnie wszystkie grupy ustawiają się tworząc chór. Jednej z osób (może to być ktoś wybrany z grupy lub

nauczyciel) przypada rola dyrygenta orkiestry. Dyrygent odpowiednimi gestami może wprowadzać do gry poszczególne instrumenty – uciszać je lub pogłaśniać, aż wreszcie zakończyć utwór muzyczny. Można podczas zabawy zmieniać dyrygenta. Dodatkowo członkowie grupy oprócz wydawania odgłosów mogą dodać naśladowanie gestów podczas gry na określonym instrumencie. Ciekawą modyfikacją zadania może być też próba wyrażania poprzez grę na instrumentach emocji: strachu, radości, gniewu, złości, smutku, wściekłości. Omówienie: w czym upatrujecie sukces wykonanego zadania? jakie trudności pojawiły się podczas zabawy? jakie emocje odczuwacie po skończonym ćwiczeniu? czy łatwo było dostroić się do brzmienia innych osób

Dzień Anioła Cel: • Pokazanie uczniom jak wiele radości może nam dać obdarowywanie innych. • Wzmocnienie poczucia własnej wartości uczniów. • Budowanie odpowiedzialności za podjęte zobowiązania, uważności na innych oraz integracja. • Podobnie jak w ćwiczeniu „Rudna doceniania" satysfakcję i radość może dać nam otrzymywanie, ale również dawanie. Potrzebne materiały: dowolne materiały plastyczne, dostępne w domu, (bez potrzeby kupowania) Przebieg ćwiczenia: Zorganizujcie w klasie „Dzień Anioła" (może to być z okazji jakiegoś wydarzenia). Każdy uczeń losuje jedną osobę z klasy – najlepiej, jeśli nauczyciel również bierze udział w zabawie. Ważne jest, aby zachować swój los w tajemnicy. Jeśli ktoś wylosuje siebie, wymienia los. Zadaniem każdego uczestnika jest przygotowanie jakiejś miłej niespodzianki lub zrobienie dobrego uczynku dla osoby, którą wylosował. Obdarowanie ma nastąpić w tajemniczych okolicznościach (tak, aby obdarowany nie wiedział, kto jest jego Aniołem). Następnego dnia lub pod koniec tygodnia usiądźcie w kręgu – niech każdy opowie, co miłego spotkało go w tym dniu/tygodniu i czy ma pomysł, kto mógł być jego „Aniołem". 10-15 minut 32 Wersja on-line: Podczas pracy zdalnej możesz przenieść to zadanie i poprosić uczniów, aby każdy przygotował list/laurkę dla wylosowanej osoby i wysłał ją pocztą na adres ucznia (lub jeśli uważasz, że Twoi uczniowie nie mają takiej możliwości, można zrobić zdjęcie pracy i wysłać ją za pomocą maila). Ważne wskazówki: • Ważne jest, aby nie były to żadne dobra materialne, unikamy zakupu słodyczy itp. • Nawet jeśli uczniowie„wygadają się", kto kogo ma, nie przerywaj zabawy. • Ważne jest, aby każdy uczeń został obdarowany.

Jeśli wiesz, że któryś z Twoich uczniów będzie miał trudność w wykonaniu tego zadania, spróbuj z nim porozmawiać i podpowiedzieć, co może zrobić dla wylosowanej osoby. • Jeśli jakiś uczeń nie wykona zadania, porozmawiaj z nim, co było tego powodem. Można też (w kręgu) zapytać osoby, które nie zostały obdarowane, jak się czują. Ważne jednak, by uniknąć „linczu" oraz presji emocjonalnej na osobie, która nie wykonała zadania. Można zaproponować pomoc, umówić się z nią na dodatkowy dzień itp. • Warto podsumować i zwrócić uwagę uczniów, ile mogą znaczyć małe gesty.

Tworzenie wspólnej opowieści Cel: • Ćwiczenie współpracy i umiejętności słuchania, rozwijanie kreatywności uczniów. Potrzebne materiały: karty z obrazkami, np. Dixit lub Karty Milowe, opcjonalnie: karteczki ze słowami (tyle, ile jest dzieci w klasie) Przebieg ćwiczenia: Uczniowie razem z wychowawcą siedzą w kręgu. Na środku rozłożone są karty z obrazkami lub kartoniki ze słowami. Wychowawca prosi uczniów, aby każdy wziął sobie jedną kartę do ręki. On również bierze jedną kartę. Za chwilę stworzymy wspólną opowieść. Każdy będzie dopowiadał jedno zdanie do tego, co już usłyszał. W tym ćwiczeniu ważne jest, abyśmy uważnie słuchali osób, które są przed nami, aby wiedzieć, w jakim momencie opowieści jesteśmy i co możemy do tego dodać, aby rozwinąć historię. Ważne jest, aby zdanie, które ułożymy, było zainspirowane obrazkiem widniejącym na karcie (lub zawierało słowo, które trzymamy w dłoni). Wychowawca może zacząć, wypowiadając pierwsze zdanie zainspirowane swoją kartą. Puszcza kolejkę w prawo albo w lewo. Kolejne osoby dopowiadają po jednym zdaniu. Możemy wprowadzić na początku jakiś motyw przewodni i wylosować z worka słowo, które będzie wskazywało kierunek, w którym mamy podążać, np. gatunek historii: komedia, horror, fantasy lub gotowy tytuł: Magiczna skrzynia, Nieoczekiwane spotkanie, Niezwykłe życie psa Tymka itd. Inna wersja ćwiczenia: dopowiadanie po jednym słowie! Każda kolejna osoba powtarza wszystkie słowa, które już się pojawiły i dopowiada swoje, pamiętając o tym, że budujemy historię, więc słowa muszą się ze sobą łączyć. Tę wersję ćwiczenia polecamy w mniejszych grupach, przy np. 25 osobowej klasie uczniowie będący dalej w kolejce mogą mieć duże trudności z powtórzeniem tego, co usłyszeli. Może to rodzić frustrację, ale też znużenie. W grupach do 15 osób może to być dobre ćwiczenie nie tylko na kreatyw15-20 minut 34 ność, słuchanie siebie nawzajem, ale również na pamięć! Gdy zakończymy opowiadanie historii, nadajmy jej tytuł (jeśli nie skorzystaliśmy z opcji losowania

inspiracji w postaci tytułu). Podziękujmy sobie za tworzenie: przybijmy piątki, zbliżmy wszystkie dłonie do siebie i na „trzy cztery” podnieśmy je, wykrzykując tytuł naszej historii. W trakcie ćwiczenia możemy nagrywać na dyktafon historię, aby móc ją potem spisać i np. zawiesić w widocznym miejscu w klasie albo dać dzieciom wydrukowaną na pamiątkę – jako wspólne dzieło klasy

Giełda talentów Cel: • Lepsze poznanie się uczniów, budowanie sieci wzajemnej wymiany umiejętności pomiędzy uczniami. Potrzebne materiały: kartki, kredki Przebieg ćwiczenia: Ćwiczenie można zacząć od wprowadzenia pojęcia TALENT. Czym jest talent? Jakie znacie talenty? Talent to coś, co lubimy robić. Kiedy to robimy, czujemy się szczęśliwi i robienie tego przychodzi nam z łatwością, robimy to dobrze (nie idealnie, bo nie ma ludzi idealnych). Można omówić kilka talentów, np. śpiewanie, granie na instrumencie, pisanie, malowanie, talent sportowy: szybkie bieganie, spryt w grach zespołowych itd. Warto poruszyć również wątek talentów mniej popularnych, ale równie ważnych, jak: umiejętność uważnego słuchania innych, poczucie humoru i związana z nim umiejętność rozbawiania innych, pomagania, rozwiązywania konfliktów, sprzątania, opiekowania się zwierzętami lub roślinami, talent do współpracy, liderowania w grupie itd. Poproś każdego uczestnika, żeby zastanowił się, jakie talenty posiada (może być kilka). Co lubi robić, czym się interesuje, co dobrze mu wychodzi? Warto wspomnieć, że każdy bez wyjątku posiada jakiś talent. Czasami trudno nam go odkryć, co nie oznacza, że go nie mamy. Trzeba uważnie i cierpliwie szukać i odkrywać swoje możliwości. 20 minut 36 Drugi etap ćwiczenia to zastanowienie się, w jaki sposób mogę podzielić się swoim talentem z innymi osobami w klasie. Np. jeśli lubię i umiem rysować konie, mogę udzielić komuś lekcji, jak to robić albo narysować dla niego obrazek na zamówienie. Jeżeli jestem dobry w liczeniu, mogę zaproponować, że pomogę komuś w lekcjach z matematyki. Jeżeli uważam, że jestem dobrym słuchaczem i lubię pomagać innym, mogę zaproponować rozmowę, gdy ktoś będzie miał problem i będzie chciał się wygadać. Na warsztatach, które prowadziliśmy pojawił się talent do… masażu. Chłopiec zaproponował, że gdy ktoś poczuje się spięty, może przyjść do niego na przerwie, a on zrobi mu masaż karku i ramion. Do ucznia na przerwie ustawiła się bardzo długa kolejka. Warto podać kilka przykładów, by pobudzić twórcze myślenie uczestników o swoim talencie. Jako wychowawca również możesz podzielić się swoim talentem i zaproponować jakiś rodzaj usługi. Każdy uczestnik wykonuje plakat swojego talentu z informacją, w jaki

sposób może się nim podzielić z innymi. Uczestnicy prezentują swoje plakaty. Zachęć do zadawania pytań osobie prezentującej swój talent, aby koledzy mieli jasność, z czym mogą się do tej osoby zwrócić. Gotowe plakaty powieście w widocznym miejscu w klasie lub jako wychowawca spisz wszystkie usługi z imionami dzieci na dużym brystolu – tak, aby pamiętały do kogo i z czym mogą się zwrócić

Co się we mnie zmieniło?? Cel: • Doświadczanie uważności na drugą osobę. • Pobudzenie kreatywności i zmiana codziennej perspektywy patrzenia na siebie i innych. Przebieg ćwiczenia: Ustaw uczniów w dwóch rzędach naprzeciwko siebie, tak aby każdy miał parę (jeśli nie ma pary, Ty też możesz wziąć udział w zabawie). Poproś, aby w parach wszyscy przyjrzeli się dokładnie, jak wygląda druga osoba. Na sygnał odwracamy się do siebie plecami. Jeden rząd zmienia 3 rzeczy w swoim wyglądzie (np. zmienia/zdejmuje zegarek, rozwiązuje buta, zmienia fryzurę itp.). Kiedy wszyscy są gotowi, odwracają się do siebie twarzami i drugi rząd szuka różnic. Następnie opowiadamy po kolei, co zmieniło się w wyglądzie kolegi/koleżanki. Odwracamy się jeszcze raz i prosimy, aby drugi rząd zmienił 4 rzeczy w swoim wyglądzie. Ćwiczenie możemy powtórzyć kilkukrotnie. Wersja on-line: Zabawę możemy zrealizować również w wersji on-line. Dzielimy dzieci na pary, jedna osoba z pary wyłącza na chwilę kamerkę, zmienia 3 rzeczy w swoim wyglądzie, następnie włącza kamerkę. Druga osoba bez słowa może przyjrzeć się swojemu koledze i znaleźć różnice, a następnie opowiedzieć na forum klasy, co się zmieniło. Ważne wskazówki: • Warto zwrócić uwagę, żeby uczniowie nie podglądali, co zmienia partner