

Project Number: 2017-1-LT01-KA201-035235

UŽSIĖMIMAS NR. 6

ATSITŪPK, ATSISTOK

Bendra paskirtis

- Kuria ir stiprina grupes.
- Skatina pasitikėjimą grupe.
- Ugdo ir stiprina nežodinį bendravimą grupėje.
- Ugdo priklausymo grupei jausmą.

Sprendžiami iššūkiai

- 1) Mokiniai turi įveikti:
 - Ginčus klasėje ir elgesio problemas.
 - Sunkiai kontroliuojamą asmens susierzinimą.
 - Išlaikyti aukštą susikaupimo lygį.
- 2) Atitinkamos situacijos, kai pratimas gali būti naudingas:
 - Jei klasė nesugeba dirbti kartu kaip grupė.
 - Jei kažkam klasėje sunku kontroliuoti savo pyktį ar susierzinimą.
 - Jei mokiniams sunku ilgą laiką išlikti susikaupus.

Tikslai

- Suprasti vieno žmogaus veiksmų svarbą ir jo pasekmes grupei.
- Mokyti, kaip pamatyti ir nuspėti grupei aktualius klausimus ateityje.
- Padidinti empatiją.

Pratimo atlikimo metodika – mokinių vaidmuo

Mokiniai dirba kartu grupėje.

Visi stovi ratu atsigręžę vienas į kitą.

Vadovas stovi už rato ribų.

Pratimas turi vykti visiškoje tyloje.

Priklausomai nuo lygio, pratimo tikslas, kad visi atsitūptų arba atsistotų.

Taisyklės:

- Mokiniai turi po vieną keisti savo kūno padėtį (pritūpti ar atsistoti).
- Jei tuo pačiu metu keisti savo padėtis pradeda du ar daugiau mokinių, visi turi pradėti iš naujo.
- Negalima atsitūpti ar atsistoti daugiau nei dviem mokiniams eilėje. Jei taip nutinka, visi turi pradėti iš naujo.
- Priklausomai nuo lygio ir, jei svarbus laikas, mokiniai turi būti tikslūs laike. Jei jie yra pernelyg lėti ar pernelyg greiti, visi turi pradėti iš naujo.
- Visi, kurie žaidžia šį žaidimą, turi būti įspėti, kad jie turi stengtis išlikti susikaupę ir kontroliuoti savo emocijas, kol užbaigs šį pratimą arba kol vadovas paskelbs pratimo pabaigą.



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.



Project Number: 2017-1-LT01-KA201-035235

Lygiai:

1. Stovintys mokiniai turi atsitūpti. Laikas tarp kiekvieno mokinio judesių ar nuo pirmojo mokinio judesių nėra svarbus.

2. Stovintys mokiniai turi atsitūpti, o tada po vieną vėl atsistoti. Laikas tarp kiekvieno mokinio judesių ar nuo pirmojo mokinio judesių nėra svarbus.

3/5/7. Stovintys mokiniai turi atsitūpti. Laiko intervalai tarp kiekvieno mokinio judesių (įskaitant laiką nuo pirmojo mokinio judesių pradžios) turi būti ne ilgesni nei 10, 5 ar 1 sekundė.

4/6/8. Stovintys mokiniai turi atsitūpti, o tada po vieną vėl atsistoti. Laiko intervalai tarp kiekvieno mokinio judesių (įskaitant laiką nuo pirmojo mokinio judesių pradžios) turi būti ne ilgesni nei 10, 5 ar 1 sekundė.

PASTABA: jei mokiniams sunku kelis kartus pritūpti ar išlikti tokioje padėtyje ilgesnį laiką, galima naudoti kėdes. Tačiau susikaupimo lygis vis tiek turėtų likti aukštas.

Trukmė

- 30 minučių
- Arba tiek, kiek reikės pratimui atlikti

Laboratorijos etapai

1 etapas Pažinimas	2 etapas Integravimas	3 etapas Dekonstravimas	4 etapas Teigiamų santykių kūrimas	5 etapas Pasirodymo plėtojimas
			X	

Grupės dydis

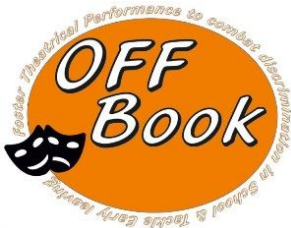
Nuo 5 iki 20 asmenų vienam vadovui (mokytojui)

Patarimai vadovui

- Vadovas turi užtikrinti saugią atmosferą ir aplinką.
- Vadovas paaiškina teisingą pratimo atlikimo tvarką ir įsitikina, kad viskas aišku.
- Vadovas pasirenka, kurį aprašytą variantą atlikti.
- Vadovas turi prižiūrėti, kad mokiniai nelaužytų taisyklių.
- Vadovas turi skaičiuoti laiką (garsiai ar mintyse), jei to reikia.
- Po pratimo vadovas gali organizuoti aptarimą.
- Jei mokiniai yra nusivylę, vadovas turi paaiškinti, kad tai yra sudėtingas pratimas ir kad svarbiausia ne jį užbaigti, o pasistengti vienas kitą suprasti. Ir niekas nekaltas, jei jo nepavyksta užbaigti.

Vieta

- Patalpoje tuščiame kambaryje
- Lauke ant lygaus paviršiaus.



Project Number: 2017-1-LT01-KA201-035235

Priemonės

- Nereikia jokių konkrečių priemonių.
- Rekomenduojama patogi apranga ir avalynė.
- Jei mokinių fizinis pasirengimas yra žemas, galite turėti kėdžių ir užuot tūpęsi atsisėsti.

Saugumas

- Vadovas užtikrina, kad mokiniai išliktų labai susikaupę.
- Vadovas turi visuomet suprasti atmosferą grupėje.
- Vadovas turi stengtis išvengti konfliktų tarp mokinių.
- Mokiniai turi visiškai tylėti, kol vadovas paskelbia pratimo pabaigą.
- Tarp mokinių turėtų būti pakankamai vietos.
- Pratimo metu mokiniai neturėtų vienas kito liesti.
- Pratimo metu mokiniai turi išlikti ramūs.

Galimos klaidos

- Mokiniai gali nesuprasti taisyklių. Šiuo atveju vadovas gali žingsnis po žingsnio pakartoti visus veiksmus (priklausomai nuo lygio) ir tuo pačiu metu juos parodyti.
- Yra tikimybė, kad mokiniai norės pažeisti sistemą. Nė vienas iš dalyvių negali būti lyderis arba duoti kitiems nežodines instrukcijas / komandas. Vadovas turi tai visuomet suprasti.
- Mokiniais gali būti sunku išlikti teigiamai ir ramiai nusiteikus. Tuomet vadovas turėtų būti energijos ir vilties šaltinis. Jis / ji turėtų priminti mokiniams apie šių pratimų reikšmę, nes nėra svarbu, ar jiems pavyks atlikti pratimą, svarbiausia yra labai stengtis atlikti užduotį.
- Jei mokiniai sutinka, vadovas neturėtų pamiršti juos pagirti.
- Vadovas neturėtų skubinti dalyvių; rezultatas pasirodys lėtai.
- Neaptarkite pratimo chaotiškai. Vadovas turėtų moderuoti mokinius taip, kad visi galėtų laisvai kalbėti ir būti išgirsti.

Aptarimas

Patartina pratimą aptarti. Po pratimo mokiniai galėtų išreikšti savo jausmus ir patirtį pratimo metu ir po jo. Jie turėtų kalbėti po vieną. Galimi klausimai:

- Kaip jautėtės pratimo metu?
- Kaip galėtumėte apibendrinti savo rezultatą?
- Ar sužinojote ką nors naujo apie save / savo partnerį / grupę?
- Ar galite įvardinti keletą teigiamų šio pratimo dalykų?
- Ar galite įvardinti keletą neigiamų šio pratimo dalykų?
- Ar galite rasti ir pasakyti keletą įdomių dalykų apie šį pratimą?
- Ar žinote, kur galite panaudoti patirtį, įgytą bandant atlikti šią užduotį?



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.