



L o K O M o T Y W A

UNIWERSYTET MŁODYCH ODKRYWCÓW

ZROZUMIEĆ SPOŁECZEŃSTWO

KLASY 1-3

LoKOMoTYWA to Lider – KOMunikacja – inicjaTYWA, to nazwa innowacyjnego programu rozwoju kompetencji komunikacyjnych i społecznych uczniów szkół podstawowych, którego twórcami są pracownicy Instytutu Socjologii Uniwersytetu Jagiellońskiego we współpracy z pedagogami pracującymi w szkołach podstawowych.

Kompetencje miękkie odgrywają coraz większą rolę w naszym życiu. Nie wystarczy już posługiwać się biegle kilkoma językami, znać tajniki obsługi komputera czy specjalistycznego oprogramowania.

W świecie zdominowanym przez technologię umiejętności miękkie staną się szczególnie istotne. Empatia, umiejętności dobrej współpracy w zespole, inspirowanie i motywowanie siebie i innych oraz zarządzanie konfliktami mogą zdecydować o satysfakcjonującej pracy, dobrych relacjach z innymi ludźmi czy poczuciu spełnienia.

Autorki scenariuszy

Maria Świątkiewicz-Mośny, Aleksandra Wagner, Marcjanna Nózka

Konsultacje scenariuszy

Nauczycielki

Justyna Krzywacka, Teresa Sediwy, Inez Surma ze Szkoły Podstawowej nr 3 w Brzesku

Barbara Kuropatwa, Magdalena Marmol, Dorota Wesołowska ze Szkoły Podstawowej nr 6 w Mikołowie

Justyna Dębska, Agnieszka Kazimierak, Ewa Tworzydło ze Szkoły Podstawowej nr 4 w Krakowie

Trenerzy i trenerki:

Adam Dąbrowski

Wit Hubert

Daria Michoń-Zgolik

Natalia Ożegalska-Lukasik

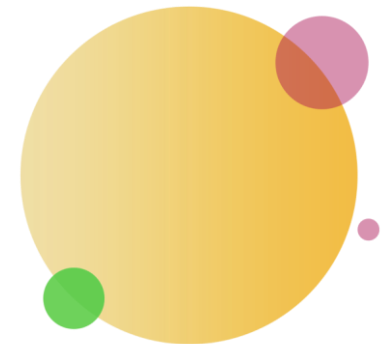
Paulina Polak

Angelika Psiuk

Katarzyna Rabiej-Sienicka

Marta Smagacz-Poziemska

Marta Warat



Szanowni Państwo,

Celem programu LoKOMoTYWA – Lider/Komunikacja/Inicjatywa – było rozwijanie kompetencji komunikacyjnych uczniów i uczennic szkół podstawowych. Realizowane w ramach programu zajęcia, których konspekty udostępniamy, służyły kreowaniu postaw leaderskich, umiejętności pracy w grupie oraz wzmacnianiu inicjatywy i kreatywności młodych ludzi. Scenariusze zajęć mogą być zrealizowane w cyklu lub w ramach spotkań tematycznych – wówczas można skorzystać z wybranego scenariusza dostosowując go do potrzeb grupy.

Scenariusze zostały zaprojektowane dla konkretnych klas i w tych klasach przetestowane. z każdą klasą pracowało, co najmniej 2 trenerów (trener i pomocnik). Większe klasy dzielone były na pół (tak, żeby grupy były maksymalnie 12-16 osobowe) i wtedy z poszczególną połową klasy pracowało 2 trenerów. Ten zabieg służył podniesieniu efektywności działań oraz wzmacnianiu potencjałów uczestników i uczestniczek zajęć, które realizowane były w formie warsztatów, przewidywały pracę indywidualną i zespołową.

Projekt nie mógłby zostać zrealizowany bez zaangażowania trenerów i pomocników, dyrektorów szkół, nauczycielek, uczniów i uczennic, którym dziękujemy za udział, pozytywną energię i wsparcie.

Temat 1: Podstawy funkcjonowania społeczeństwa. (Czas trwania: 90 minut)

Cel ogólny: Uczeń rozumie pojęcie społeczeństwa i potrafi wskazać podstawy jego funkcjonowania.

Cel szczegółowy: Uczeń rozróżnia pojęcia jednostka – grupa- społeczeństwo, potrafi nazwać i scharakteryzować łączące je relacje. Wie, że grupy mogą być małe i duże. Potrafi podać ich przykłady. Potrafi odpowiedzieć na pytania o cel i funkcje istnienia grup społecznych. Rozumie pojęcie ładu społecznego i wie, na czym się on opiera.

Przed zajęciami: Są to pierwsze zajęcia z cyklu, mają charakter wprowadzający i integrujący.

Pomoce i materiały: Klocki – prawa człowieka, kartki, kolorowe flamastry, małe lusterka.

Wiedza: Społeczeństwo i ład społeczny, grupa społeczna – mała i duża, normy społeczne, wartości, więzi.

Po zajęciach: Uczniów prosi się o porozmawianie z rodzicami na temat zasad panujących w ich domu i zapisanie trzech wybranych zasad (młodsze klasy – o zilustrowanie wybranej zasady)

Scenariusz krok po kroku:

- Przedstawienie celów programu, czym jest Lokomotywa.
- Przedstawienie się dzieci i trenera, przygotowanie wizytówek.
- Ustalenie zasad wspólnej pracy- kontrakt.

Działanie	Przebieg	Czas	Komentarz	Podsumowanie
Wprowadzenie: Icebreaker	Każde dziecko przegląda się w lusterku. Opowiada klasie o tej osobie, którą widzi w lusterku.	15 minut	Zachęcamy dzieci, by opowiadały nie tylko o tym, co widać. w lusterku dzieci widzą tylko siebie. Mówią o swoich cechach jednostkowych. Wytapujemy to, kiedy odnoszą się do innych.	Trener zwraca uwagę na to, że wiele naszych jednostkowych cech wiąże się z innymi ludźmi. To, kim jesteśmy i jacy jesteśmy dotyczy także relacji z innymi.
Grupy społeczne	Prosimy dzieci, aby na środku kartki narysowały siebie, a obok siebie ludzi, którzy są dla nich ważni albo znajdują się blisko nich. Prosimy, żeby połączyły liniami tych, których lubią, tych, których muszą słuchać, tych, z którymi mają podobne zainteresowania. w kolejnym kroku prosimy, by kółeczkami zaznaczyły tych, z którymi tworzą jakieś grupy – rodzinę, klasę, zespół muzyczny, grupę teatralną, paczkę przyjaciół, itp.	35 minut	Otrzymujemy dla każdego dziecka coś na kształt diagramów Wena. Przyklejamy kartki na tablicy. Co łączy ludzi w danej grupie (pokrewieństwo, dom, zainteresowania, przyjaźń)?	Trener podkreśla, że ludzie tworzą grupy i każdy jest w nich ważny. Bez nas (jednostek) nie ma grup, ani społeczeństwa. Dla dobra wspólnego funkcjonowania konieczne jest ustalenie i przestrzeganie zasad. Dzieci mają na rysunek 10 minut (wprowadzamy ramy czasowe). Można dzieciom zasugerować inne grupy poza rodziną. Należy przygotować karty nr 1.

Działanie	Przebieg	Czas	Komentarz	Podsumowanie
Czy te grupy należą do innych grup?	Rozmowa o rodzajach grup i zależnościach między nimi, dla przykładu: mała rodzina – duża rodzina, klasa – szkoła.	20 minut	Prosimy dzieci, by opowiedziały o wybranej grupie. Pytamy: „Czy są tu jakieś zasady?”, „Co ta grupa daje?”, „Jakie są w niej obowiązki?” Podkreślamy istnienie różnych więzi, ale także zasad panujących w danej grupie. Poddajemy dyskusji: „Jakie są plusy i minusy bycia w grupie?”, „Dlaczego ludzie chcą być w grupie?”, „Jakie obowiązki z tym się wiążą?”, „Kiedy można zostać wykluczonym z grupy?”.	Grupy mają zasady, reguły. Ćwiczenie stanowi wprowadzenie do omawiania tematu praw człowieka.
Prawa człowieka	Wprowadzenie – wyjaśnienie, czym są prawa człowieka, kiedy podpisano deklarację praw człowieka i w jakich okolicznościach, czy i dlaczego są one ważne.	10 minut		

Działanie	Przebieg	Czas	Komentarz	Podsumowanie
Prawa człowieka – Wieża z klocków	Dzielimy dzieci na grupy 3-4 osobowe. Rozdajemy klocki – na każdym z nich wpisano jedno z praw człowieka. Prosimy dzieci by ułożyły z nich wieżę starannie dobierając klocki, u podstaw kładąc to, co wg nich jest najważniejsze dla społeczeństwa. (Wieża może być zbudowana na płasko, na ławce – łatwiej dokonywać zmian, wieża się nie przewraca.)	15 minut	Prosimy każdą grupę, by opowiedziała o swojej wieży. Pytamy o to, dlaczego te prawa są ważne i dlaczego powinniśmy ich przestrzegać.	Trener czuwa nad tym, by każde dziecko mogło zgłosić swoją propozycję, moderuje też dyskusję w grupie. Prowadzi dzieci do wniosku, że prawa człowieka służą nam wtedy, gdy sami ich przestrzegamy. Różnorodność i wolność ludzi jest wartością, musimy jednak szanować granice, wolności drugiego człowieka. Wieże są różne, jednak zbudowane z podobnych, podstawowych wartości. Podkreślamy, że dzieci także mają prawa i dorośli obowiązują ich przestrzeganie.

Działanie	Przebieg	Czas	Komentarz	Podsumowanie
Podsumowanie Czym jest społeczeństwo	Rozmowa o tym, co łączy nas z ludźmi z innych grup, skąd wiadomo, co wolno, a czego nie wolno. Prosimy dzieci żeby chwyciły się za ręce, stojąc w kółku mówimy, co nas łączy.	5 minut		Można zrobić dzieciom zdjęcie (trzymającym się za ręce) i wydruk powiesić w klasie.

W momencie, gdy trener przypomina, że dzieci też mają prawa można wykorzystać wiersz Marcina Brykczyńskiego „O prawach dziecka”. Jeśli zostanie czas, dzieci mogą na podstawie wiersza dokończyć zdanie „Mam prawo do...” (prywatności, własnego zdania, miłości, poczucia bezpieczeństwa).

Materiały UNICEF: <https://www.unicef.pl/Wspolpraca-ze-szkolami/Materialy-dydaktyczne/Prawa-dziecka>

Temat 2: Kim jesteśmy i gdzie się znajdujemy. (Czas trwania: 90 minut)

Cel ogólny: Uczeń rozumie relację pomiędzy jednostką, a grupą społeczną, wie, czym jest tożsamość i na czym polega proces jej tworzenia.

Cel szczegółowy: Uczeń rozumie, że ludzie różnią się między sobą. Potrafi zauważyć i nazwać różnice i podobieństwa pomiędzy sobą a kolegami w klasie. Wie, że na to, kim jest składa się wiele rzeczy: pochodzenie, język, miejsce zamieszkania, indywidualne cechy osobowościowe, relacje z innymi, zdobyte doświadczenia. Rozumie, że on sam także wpływa na kształtowanie procesu budowania tożsamości innych ludzi.

Przed zajęciami: Można obejrzeć film pt. „Cudowny chłopak”.

Pomoce i materiały: Kredki, kartki.

Wiedza: Tożsamość, konstruowanie tożsamości, JA-MY-ONI.

Po zajęciach: Uczniowie są zachęceni do zastanowienia się nad tym, co cenią w sobie, a co w innych ludziach oraz nad tym, jakie cechy uważają za wartościowe. Proszeni są o obserwacje, w jaki sposób wnioskuje o tym, że ktoś daną cechę posiada lub nie.

Informacje dla rodziców i propozycje zadań do wykonania w domu: Rodzice mogą porozmawiać z dziećmi na temat tego, co w nich szczególnie cenią, czego się od nich uczą, jakie podobieństwa dostrzegają między sobą, a nimi. Warto porozmawiać o tym dwukierunkowo – najpierw rodzice mówią o dzieciach, potem dzieci o rodzicach. Nie należy rozmowy prowadzić w kierunku warunkowania miłości – za co Cię kochamy, lecz w kierunku docenienia – co szczególnie w Tobie cenię, szanuję, co mi imponuje.

Scenariusz krok po kroku:

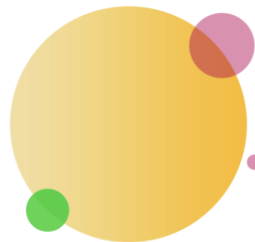
Działanie	Przebieg	Czas	Komentarz	Podsumowanie
Wprowadzenie: Icebreaker Indiańskie imiona*	Prosimy dzieci, by wymyśliły dla siebie indiańskie imiona.	10 minut	Trener przedstawia się pierwszy indiańskim imieniem, dla przykładu: „Jestem rączka sarenka, bo jestem szybki i cichy” lub „jestem szemrzącą rzeką, bo jestem wytrwały i cichy”.	Trener pyta, dlaczego imiona i nazwiska są ważne. Moderowana dyskusja.
Imię i nazwisko	Na tablicy piszemy imię i nazwisko np. Anna Kowalska.	10 minut +5 minut (omówienie)	Pytamy dzieci, czego możemy się dowiedzieć o tej osobie z samego imienia i nazwiska.	Porządkujemy odpowiedzi – narodowość, płeć. Trener podsumowuje, że nazwisko wskazuje na przynależność do danej rodziny. Imię i nazwisko pozwalają nas oznaczyć np. w klasie, w szkole. Dzieci mogą mieć nazwiska budzące wesołość lub kpiny. Należy spokojnie tłumaczyć, że na wartość

Działanie	Przebieg	Czas	Komentarz	Podsumowanie
				swojego nazwiska pracujemy przez całe życie poprzez swoje działania. Nie jest ważne jego brzmienie, lecz to, kim jest osoba, które je nosi. Podkreślamy wartość podpisu, fakt, że nie można go podrabiać.
Kim jestem? – Wyspy	Prosimy dzieci by narysowały swoją wymarzoną wyspę. Następnie prosimy by opowiedziały o niej reszcie grupy i przyczepiamy wyspy na tablicy.	15 minut +10 minut	Zachęcamy dzieci, by sięgnęły po wspomnienia, marzenia, wiedzę.	Trener rozwija metaforę ludzi – wysp. o ich kształcie decyduje wiedza, zdobyte doświadczenia, emocje, ale także marzenia i pragnienia. Trener opowiada, że każdy kryje w środku wiele tajemnic i ciekawych światów i to od nas zależy, które wyspy odwiedzimy. Te wyspy się zmieniają, tak jak ludzie się zmieniają. Czasem trwają na nich burze, a czasem świeci słońce. Od nas zależy czy będziemy chcieli wyspę poznać i budować mosty między nimi.

Działanie	Przebieg	Czas	Komentarz	Podsumowanie
Przerwa		10 minut		
Piłeczka	Dzieci ustawiamy w kręgu, rzucają piłeczką do danej osoby (w pierwszej kolejności, tej, która jeszcze nie była wybrana).	15 minut	Rzucając piłeczką do konkretnej osoby, rzucający mówi, za co ceni/lubi daną osobę, zwracając uwagę na gesty, a nie cechy, (czyli nie mówimy „Michał jest koleżeński”, ale „lubię siedzieć z Michałem, bo chętnie pożycza mi ołówki”. Michał, jeśli się zgadza i przyjmuje tę opinię, przyjmuje piłeczkę, jeśli nie, nie łapie jej.	Ćwiczenie ma na celu uświadomienie dzieciom, że nie musimy zgadzać się z tym, co mówią o nas inni. Opinia innych ludzi może być dla nas ważna, ale nie zawsze uznajemy ją za prawdziwą. Trener pilnuje, by każde dziecko zostało wybrane, by nie było sytuacji powtarzania rzutów do tej samej osoby.
Podsumowanie		10 minut		Trener pyta dzieci o to, jak się czuły, gdy inni mówili coś o nich. Pyta, czy to było miłe czy nie oraz dlaczego tak czuły. Podsumowuje, że zdanie innych ludzi, ich sympatia, wsparcie jest

Działanie	Przebieg	Czas	Komentarz	Podsumowanie
				ważne. Często jest wzajemne. Jednak ostatecznie to każdy z nas decyduje o tym, czy chce być w danej relacji, czy jest ona dla niego dobra, czy akceptuje to, co ktoś o nas mówi. Warto jednak pamiętać, że nasze słowa zostawiają ślady – mogą kogoś zranić lub wzmocnić.

W niniejszym scenariuszu ćwiczenie „Indiańskie imiona” zaczerpnięto z książki „Trening twórczości” E. Necka, J. Orzechowski, A. Słabosz, B. Szymura, GWP 2005



Temat 3: Role i funkcje społeczne – współpraca. (Czas trwania: 90 minut)

Cel ogólny: Uczeń rozumie funkcjonalne zróżnicowanie społeczeństwa.

Cel szczegółowy: Uczeń zna pojęcie roli społecznej, rozumie, że każdy człowiek pełni różne role i że są one związane z określonymi zadaniami, wymogami, nakazami. Uczeń wie, na czym polega efektywna współpraca w grupie.

Przed zajęciami: Dzieci oglądają odcinek bajki Smerfy.

Pomoce i materiały: Szklany (arcorowy) talerzyk – 4 sztuki.

Wiedza: Rola społeczna, współpraca.

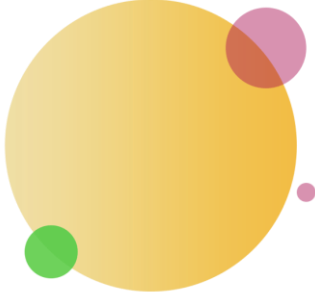
Po zajęciach: Na lekcjach warto podkreślić przykłady efektywnej współpracy odwołując się do przykładów z literatury czy filmu.

Informacje dla rodziców i propozycje zadań do wykonania w domu: Nauczyciel może, jeśli uzna za stosowane, wykorzystać postać smerfa do ćwiczenia opisu postaci. Karty smerfów – można powiesić w klasie, aby przypominały o rolach społecznych.

Scenariusz krok po kroku:

Działanie	Przebieg	Czas	Komentarz	Podsumowanie
Wprowadzenie	Rozmowa o tym, jaki jest mój ulubiony smerf w wiosce smerfów.	10 minut	Prosimy dzieci, o wskazanie ulubionej postaci w wiosce smerfów (łasuch, maruda, smerfetka, papa smerf). Pytamy, jaka jest jego rola w wiosce, jakie wykonuje zadania, dlaczego jest smerfom potrzebny, za co dzieci go lubią. Akcentujemy, że o roli decyduje nie to, jaki ktoś jest, ale to, co robi.	
Nowy smerf w wiosce	Dzieci proszone są o narysowanie i nazwanie nowego, zaproponowanego przez siebie smerfa lub smerfetki.	20 minut	Trener musi być przygotowany na różne, zaskakujące pomysły dzieci, a także nie zawsze pozytywne role projektowanych smerfów. Warto w takiej sytuacji dopytać, dlaczego zdaniem dziecka taki smerf jest ważny dla grupy, czy jest to pozytywny czy negatywny przykład.	

Działanie	Przebieg	Czas	Komentarz	Podsumowanie
			Trener, w zależności od sytuacji rozwija wątki lub je kontroluje. Ważne jest, by nie ograniczać kreatywności, lecz pamiętać o wychowawczej funkcji ćwiczenia.	
Talerzyk	Dzielimy dzieci na zespoły 3 – 4 osobowe. Ich zadaniem jest używając jednego tylko paluszka, podnieść i przenieść do mety talerzyk. Talerzyk nie może spaść na podłogę.	20 minut	Podsumowanie: co pomagało we współpracy, co przeszkadzało. Od czego zależało wykonanie tego zadania.	Rozmowa o tym, co pomagało we współpracy, a co przeszkadzało, od czego zależało wykonanie tego zadania.
Role – odwrócone kalambury.	Wybieramy trójkę dzieci. Każde z nich ma na czole zapisana jakąś rolę – np. przywódca, przyjaciel, sąsiad, uczeń. Po odgadnięciu ról kontynuujemy: „Jaki jest dobry sąsiad, obok kogo chciałbyś zamieszkać?”.	15 minut	Zadaniem dzieci jest odgadnięcie, kim są. Klasa nie może im tego powiedzieć, ale może dać im podpowiedzi mówiąc, jaki jest. Np. „jesteś kimś bardzo potrzebnym każdemu dziecku, jesteś cierpliwy i opiekuńczy, jesteś po to by pocieszać w trudnych chwilach” itp.	

Działanie	Przebieg	Czas	Komentarz	Podsumowanie
	Dzieci otrzymują żółte karteczki: wypisują cechy dobrego sąsiada (i innych odgadniętych ról), i przyklejają na danym dziecku.			
Przerwa		10 minut		
Przepis na rolę	Prosimy dzieci by uzupełniły rozdane karty. Rozdajemy karty – zdanie niedokończone.	10 minut +10 minut (omówienie)	Trener omawiając z dziećmi ich karty prowadzi je do wniosku, że na każdym etapie życiowym pełniemy różne role, które są dla innych ważne. Role pomagają nam funkcjonować w społeczeństwie – są jak przepis, ale nie wszyscy musimy pełnić je zupełnie tak samo, dzięki temu świat jest ciekawy.	

Działanie	Przebieg	Czas	Komentarz	Podsumowanie
	Jestem..... dla..... Synem mamą Córką tata Siostrą brat Brat Siostra Przyjaciół przyjaciel Wnuk babcia/dziadek Sąsiad sąsiad Karty mają wypisane role i cechy, dzieci tylko pętelkują.			
Podsumowanie		5 minut	Role, które odgrywamy pomagają nam w różnych sytuacjach. Możemy nad nimi pracować i uczymy się je wypełniać. Role są bardzo ważne dla dobrej współpracy, kluczowa jest także komunikacja, która pozwala nam zrozumieć, czego oczekują inni, a czego oczekuję ja.	

Temat 4: Sposoby komunikowania. (Czas trwania: 90 minut)

Przed zajęciami: Prosimy dzieci, by przez jeden dzień zwracały uwagę, na to, jak mówią do siebie ludzie. Po czym poznajemy, że mówią do siebie miło, a po czym, że niemiło.

Pomoce i materiały: Kartki, flamastry, karty pracy.

Wiedza: Konstruktywna krytyka, bariera komunikacyjna, szum komunikacyjny.

Po zajęciach: Dzieci rozumieją, że słuchanie innych to aktywny proces, podczas którego interpretujemy to, co usłyszeliśmy. Nie zawsze intencja nadawcy i interpretacja odbiorcy się pokrywają. Karty pracy z uszami mogą zostać w klasie.

Informacje dla rodziców i propozycje zadań do wykonania w domu: Warto formułować krytykę, mówiąc w kategoriach JA, a nie TY np. JA czuję się ignorowany, gdy odwracasz się do mnie plecami, a ja do Ciebie mówię zamiast: „Zawsze odwracasz się do mnie plecami, to niegrzeczne!”.

Scenariusz krok po kroku:

Działanie	Przebieg	Czas	Komentarz	Podsumowanie
Wprowadzenie: Icebreaker	Dzieci są proszone o dokończenie zdania: „Czuje się dziś jak...*.”	10 minut	Dzieci ćwiczą rozpoznawanie i obrazowe nazywanie stanów emocjonalnych.	
Aktywne słuchanie	Głuchy telefon	5 minut	Ćwiczenie ma na celu uświadomienie dzieciom, czym są szumy komunikacyjne i jak komunikat może być zniekształcony.	Trener po ćwiczeniu pokazuje obrazek ilustrujący komunikat wyjściowy, a dzieci dorysowują wersję finalną.
Ile mamy uszu?	Rozdajemy dzieciom karty 4 uszu i prosimy o rozszyfrowanie komunikatu: „co ktoś mówi o sobie, co mówi o nas, jakie relacje są między nami, po co to mówi i czego oczekuje”.	15 minut	Uświadamiamy dzieciom, że jeden komunikat może być różnie zrozumiany i że to także od nas zależy jak to interpretujemy, czasem możemy się pomylić.	Trener podaje przykład. Np. Kasi mówiąca do Zosi: „uwważaj, bo się poślizgniesz”. Zosia może odebrać: „aha, muszę uważać” lub „Kasia mnie lubi, troszczy się o mnie” lub też „Kasia mnie nie lubi – uważa mnie za niezdarę”.

Działanie	Przebieg	Czas	Komentarz	Podsumowanie
Jak słuchać uważnie	Opowiadamy dzieciom krótką historyjkę, wcześniej prosimy, by wynotowały wszystkie wyrazy na literę „a”. Sprawdzamy, kto był najbliższy prawdy. Następnie prosimy, by zaproponowały pytania do testu sprawdzającego znajomość tej historii.	10 minut	Wyjaśniamy dzieciom, na czym polega aktywne słuchanie i jak należy je ćwiczyć.	Trener podkreśla że uważne słuchanie to praca, trzeba się nauczyć słuchać.
Przerwa		10 minut		
Bariery komunikacyjne – Bomba	Rozmawiamy z dziećmi o barierach komunikacyjnych, rysujemy na tablicy bombę i dopisujemy do niej zapalniki: grożenie, kwantyfikatory (zawsze/nigdy), przezywanie, grożenie, szantażowanie, chwalenie się, rozkazywanie itp.	5 minut +10 minut	Gdy bomba jest uzbrojona rozdajemy dzieciom karteczki przedstawiające uzbrojoną bombę. Prosimy by ją rozbili – wykreśliły to, co zdarza im się mówić do innych.	

Działanie	Przebieg	Czas	Komentarz	Podsumowanie
Krytyka	Rozdajemy dzieciom karteczki ze wzorem: Kiedy robisz..... jest mi Przykro/ smutno/martwię się/ czuje się źle. Chciałbym żebyś... Rozdajemy dzieciom karteczki z krótkim opisem sytuacji, prosimy by sformułowały krytykę w sposób konstruktywny i życzliwy.	20 minut	Ćwiczenie ma na celu odpowiedzenie na pytania o to, dlaczego nie lubimy być krytykowani, czy krytyka może nam pomóc a także o to, jak poprosić o zmianę zachowania, aby nie zrobić komuś przykrości.	Prowadzimy dzieci do wniosku, że krytyka powinna dotyczyć zachowań, a nie osób, powinna dążyć do zmiany niechcianego zachowania, powinna być wyrażona w sposób pełen szacunku, na osobności, patrząc komuś w oczy.
Podsumowanie		10 minut		Powtarzamy końcowy wniosek – to jak słuchamy i rozmawiamy z innymi decyduje o powodzeniu naszej współpracy i relacjach z innymi.

*Ćwiczenie „Czuje się jak...” zaczerpnięte z książki pt. „Trening twórczości” E. Necka, J. Orzechowski, A. Słabosz, B. Szymura, GWP 2005

*Kartę pracy z modelem 4 uszu oparto na modelu komunikacyjnym przedstawionym w książce „Sztuka rozmawiania” Friedemann Schulz von Thun

Temat 5: Mowa werbalna i niewerbalna. (Czas trwania: 90 minut)

Cel ogólny: Uczeń rozumie różnicę między komunikowaniem werbalnym i niewerbalnym oraz zna jej funkcje.

Cel szczegółowy: Uczeń rozumie znaczenie i funkcje komunikowania werbalnego i niewerbalnego. Potrafi prawidłowo stosować gesty wzmacniające przekaz, rozumie znaczenie ubioru oraz dystansu fizycznego w kontaktach z innymi.

Przed zajęciami: Warto poprosić dzieci, by zwrócili uwagę na to, jak komunikują się ludzie, a jak zwierzęta.

Pomoce i materiały: Kartki, flamastry, zdjęcia.

Wiedza: Czym jest komunikacja werbalna, a czym komunikacja niewerbalna, jakie są ich funkcje, a jakie ograniczenia.

Po zajęciach: Warto zwracać uczniom uwagę na to, co komunikują niewerbalnie, a także podkreślać pozytywne komunikaty.

Informacje dla rodziców i propozycje zadań do wykonania w domu: Dzieci będą bardziej świadome werbalnych i niewerbalnych aspektów komunikacji, jeśli zwrócimy uwagę na ich wysiłki – gestykulację, uśmiech intonację, precyzyjne komunikaty. Rodzice mogą udzielać dzieciom informacji zwrotnej, nie oceniając ich, przykładowo: „Sposób, w jaki mi to powiedziałeś: uśmiech, miły gest, ciepły ton głosu sprawił mi przyjemność, chętnie Ci pomogę!” lub „Kiedy patrzysz na mnie w ten sposób czuje się nieswojo, odnoszę wrażenie, że jesteś na mnie zły, czy tak jest?”.

Scenariusz krok po kroku:

Działanie	Przebieg	Czas	Komentarz	Podsumowanie
Wprowadzenie: Icebreaker Pojedynynek na miny	Dzieci dostają na karteczkach nazwy emocji i proszone są o ich zaprezentowanie bez użycia słów.	5 minut		Rozróżniamy: gniew, radość, niesmak, strach, zdziwienie, smutek, rozpacz, szczęście. Zwracamy uwagę, że czasem nie potrafimy trafnie odczytać emocji – ktoś jest smutny, a myślimy, że jest zły.
Komunikacja zwierząt	Rozdajemy dzieciom zdjęcia zwierząt i ludzi. Prosimy o połączenie podobnych min.	10 minut	Praca w grupach czteroosobowych.	Wprowadzamy dzieciom pojęcie komunikowania oznakowego i tłumaczymy, na czym polega różnica między komunikowaniem symbolicznym, a oznakowym. Pokazujemy, że podobna mimika u zwierząt i ludzi może oznaczać coś innego (uśmiech – agresja, relaks – strach). Komunikowanie oznakowe to komunikowanie oparte na widocznych symptomach, osadzone w „tu i teraz”, nieintencjonalne. Oznaki takie jak np. zjeżzona sierść, machanie ogonem, mogą

Działanie	Przebieg	Czas	Komentarz	Podsumowanie
				być interpretowane na podstawie doświadczenia lub instynktownie odczytywane. Komunikowanie symboliczne to komunikowanie oparte na symbolach – a więc elementach, których znaczenie jest umowne i definiowane kulturowo. Pozwala wyzwolić się z ograniczeń” tu i teraz” i odnosić do przeszłości i przyszłości. Przykłady.
Jak ludzie mogą się komunikować poza słowami. Co ma znaczenie.	Wypisujemy na tablicy: gesty, odległość, ubiór, zapach, mimika, itd.	10 minut		Identyfikujemy gesty dominacji-wartości, konfrontacji. Co może wyrażać ubiór?

Działanie	Przebieg	Czas	Komentarz	Podsumowanie
Jak wywrzeć dobre pierwsze wrażenie.	Krótką dyskusja nad tym, co nas nastraja pozytywnie do kogoś: uśmiech, uścisk dłoni, zdecydowany, krok, trzymanie głowy, postawa.	15 minut	Ćwiczymy wejścia i przywitanie. Odtwarzamy różne scenki – jak wchodzi ktoś, kto jest nieśmiały, ktoś, kto się boi, ktoś, kto jest pewny siebie, ktoś, kto się cieszy ze spotkania. Dajemy dzieciom rekwizyty – krawat, kołnierzyk, rozczochrana – uczesana głowa.	
Eksperyment I	Stajemy w parach naprzeciwko siebie w odległości ok. 20 kroków. Zadajemy sobie naprzemiennie pytania. Po każdej odpowiedzi obie osoby robią krok do przodu.	10minut		Sprawdzamy jak blisko dzieci do siebie podejść. Pytamy, jak się czuły w różnych odległościach, jaka odległość była najlepsza do rozmowy. Tłumaczymy znaczenie dystansów i podkreślamy ich kulturowy charakter.

Działanie	Przebieg	Czas	Komentarz	Podsumowanie
Eksperyment II	Dzieci otrzymują teksty wierszyków dla dzieci, wraz z instrukcją by przeczytać, przedstawić je w określony sposób (gniewnie, radośnie, z przestraszaniem, w sposób wzbudzający trwogę).	15 minut		Omawiając to ćwiczenie trener zwraca uwagę, że gdy komunikat werbalny i niewerbalny są niespójne, ludzie mają tendencje do podążania za komunikatem niewerbalnym.
Czy język może ranić?	Rysujemy na tablicy sylwetkę człowieka, zaznaczamy wokół niego w chmurkach obszary szczególnie wrażliwe na ośmieszanie, przezywanie, wyszydzanie, np. rodzina, dom, wygląd.	10 minut		Trener uwrażliwia dzieci na raniące działanie języka, na to, że są słowa, które trudno zapomnieć i które pozostawiają trwałe rany.
Podsumowanie		10 minut		Trener podsumowuje najważniejsze elementy warsztatu. Pyta dzieci o to, co zapamiętały.

Temat 6: Savoir vivre. (Czas trwania: 90 minut)

Cel ogólny: Uczeń wie, co to jest savoir vivre.

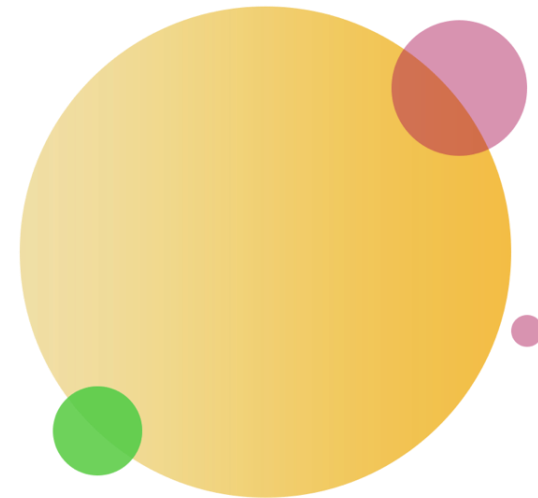
Cel szczegółowy: Uczeń rozumie ważność norm i reguł rządzących w społeczeństwie, wie, na czym polega grzeczność, ale jednocześnie definiuje swoje granice.

Przed zajęciami: Wprowadzenie i wyjaśnienie pojęcia savoir vivre (np. wykorzystując wiersz J. Brzechwy „Kwoka”).

Pomoce i materiały: Kartki, flamastry, różdżka, kreda, czerwona i biała kuleczka.

Wiedza: Konstruktywna krytyka, bariera komunikacyjna.

Po zajęciach: Dzieci zabierają ze sobą karteczki z życzeniami od innych.



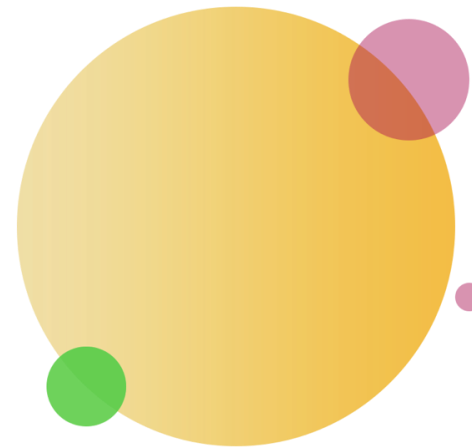
Scenariusz krok po kroku:

Działanie	Przebieg	Czas	Komentarz	Podsumowanie
Wprowadzenie: Sztafeta	Dzieci są proszone o pomyślenie o rzeczach niemożliwych, które chciałyby zrobić.	5 minut	Ćwiczenie ma na celu uwolnienie dzieci od ograniczeń pragmatycznych i pobudzenie wyobraźni.	
Słowa mają magiczną moc	Dzieci są proszone o dopisanie zakończenia historii. Trener czyta historię 2 dziewczynek. Jedna słyszy często zachęty ze strony rodziców, kolegów i koleżanek, nauczycieli. Druga – raczej komunikaty ostrzegawcze, blokujące aktywność. Obie stają przed wyzwaniem wymagającym odważnej decyzji. Jakie decyzje podejmą?	20 minut	Ćwiczenia ma na celu ukazanie, w jaki sposób komunikaty do nas kierowane mają moc „zaklinania” i tworzenia rzeczywistości. Ważny jest komentarz trenera, który pokazuje dzieciom jak ważne jest to, co do siebie mówią i co mówią do nich inni.	Historyjki do pobrania.

Działanie	Przebieg	Czas	Komentarz	Podsumowanie
	Podsumowanie – o magicznych funkcjach języka.	5 minut	Magiczna funkcja języka – za pomocą słów staramy się wpłynąć na rzeczywistość (życzenia, ślubowania, formuły).	
Życzenia	Różdżka – zabawa we wróżkę spełniającą życzenia.	15 minut	Dzieci zapisują życzenie na karteczce dla swojego sąsiada. Następnie stajemy w kręgu, każde dziecko po kolei bierze do ręki różdżkę i mówi do osoby, dla której napisał życzenia: „życzę Ci...” a reszta odpowiada „niech się spełni”. Zaczarowany zabiera karteczkę do domu.	Trener nakierowuje na to, by wypowiedane życzenia były dobre i życziwe. Tłumaczy siłę pozytywnej motywacji.
Granice	Dzieci stają w niewielkiej odległości od siebie, rysują wokół siebie okręgi stojąc w środku. Mogą się dotknąć rękami, wtedy, gdy obie osoby sąsiadujące wyciągają ręce, gdy nie sięgają poza okrąg są nietykalni.	10 minut	Ćwiczenie uczy dzieci, że każde z nich ma granice nieprzekraczalne dla innych. To od nich zależy czy chcą podjąć interakcję – mogą na niej coś zyskać, ale mogą także stracić. W każdej chwili mogą się z takiej interakcji wycofać.	Zwracamy uwagę na szanowanie granic innych. Możemy wejść w kontakt, gdy druga osoba sobie tego życzy, jeśli nie – należy to uszanować.

Działanie	Przebieg	Czas	Komentarz	Podsumowanie
Savoir vivre – Burza mózgów	Rozmowa o tym, po co nam słowa przepraszam, dziękuję, proszę, dzień dobry, do widzenia, dobranoc oraz kogo obowiązują.	5 minut	Wprowadzamy i wyjaśniamy pojęcie savoir vivre. Odkrywamy rzeczywiste (nie- informacyjne) znaczenie słów, (po co ich używamy).	Trener prowadzi dzieci do wniosku, że formuły grzecznościowe budują kontakt i porozumienie między ludźmi.
Grzeczna odmowa	Czym jest asertywność? Kiedy można odmówić? Jak skutecznie odmówić, nie robiąc przykrości.	15 minut	Dzieci otrzymują scenki sytuacyjne, na które muszą zareagować. Scenki nawiązują do doświadczeń dzieci: bycie razem w parze, siedzenie w autobusie, zaproszenie na urodziny. Wspólnie je analizujemy i proponujemy wzór zachowania.	W tym ćwiczeniu trener zwraca uwagę na umiejętność ochrony siebie, także w relacji z dorosłymi. Wracamy do ćwiczonej umiejętności wyrażania własnych potrzeb i życzeń. Uświadamiamy dzieciom, że zarówno one, jak i osoba, która prosi o coś – mogą odmówić. Ćwiczenie wprowadza i podkreśla rolę empatii.

Działanie	Przebieg	Czas	Komentarz	Podsumowanie
Podsumowanie		10 minut		Powtarzamy, że słowa, których używamy, na co dzień mają magiczną moc – budują relacje, tworzą przyszłość. Jesteśmy za siebie nawzajem odpowiedzialni. Mamy prawo oczekiwać szacunku i uznania naszych granic. Musimy też szanować granice innych.



Temat 7: Poznawanie swoich mocnych stron. (Czas trwania: 90 minut)

Cel ogólny: Uczeń rozumie, jak ważna jest refleksyjność i poznawanie siebie.

Cel szczegółowy: Uczeń podejmuje próby identyfikowania swoich mocnych stron.

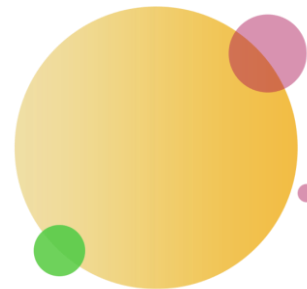
Pomoce i materiały: Kartki, flamastry, karty pracy.

Wiedza: Konstruktywna krytyka, bariera komunikacyjna.

Przed zajęciami: Prosimy dzieci, by poobserwowały swoich kolegów, zastanowiły się nad tym, co sprawia, że są z siebie dumni. Czy ważna jest tu reakcja innych? Jak wyrażamy podziw?

Po zajęciach: Prosimy dzieci, by przez tydzień notowały sobie swoje osiągnięcia, zachęcamy, by nie były to tylko oceny, ale także „małe zwycięstwa”- ktoś komuś pomógł, nauczył się czegoś nowego, rozwiązał konflikt bez pomocy dorosłych, itp.

Informacje dla rodziców i propozycje zadań do wykonania w domu: Bardzo ważne jest, by dać dzieciom prawo do popełniania błędów, nie nagradzać samych efektów, ale wysiłek włożony w wykonanie zadania. Pytać, czy sami są zadowoleni ze swojej pracy (niezależnie od oceny innych np. nauczyciela, jeśli nie – czy zmieniłyby coś, co zrobiłyby inaczej następnym razem), pytać czy rozumieją, na czym polega błąd i czy potrafią go uniknąć w przyszłości.



Scenariusz krok po kroku:

Działanie	Przebieg	Czas	Komentarz	Podsumowanie
Wprowadzenie: Icebreaker	Dzieci przyjmują role: „Jestem jak (zwierzę lub roślina”, np. „* Jestem jak wielka foka leżąca na słońcu, nie chce mi się nawet płetwą machnąć.”	10 minut	Ćwiczymy metaforyzowanie.	
Porównywanie	Rozmawiamy o tym, kto w klasie jest najstarszy, a kto jest najmłodszy, kto ma imię pierwsze wg kolejności alfabetycznej a kto ostatnie, kto ma najdłuższą stopę.	5 minut +10 minut (rozmowa)	Dzieci wskazują te osoby, a my mówimy, że bez trudu znajdziemy kogoś starszego/młodszeo itp. Zawsze można znaleźć kogoś o mniejszym lub większym natężeniu cechy. Pytamy: „Jaki jest, więc sens w porównywaniu się z innymi?”, „Dlaczego to robimy?”.	Zastanawiamy się, co jest dobrego, a co niebezpiecznego w porównywaniu.

Totem	Rozdajemy dzieciom kartki i prosimy, by narysowały swój zwierzęcy lub roślinny totem*.	20 minut	W tym ćwiczeniu uczniowie zachęceni są do tego, by pomyśleli przez chwilę o tym, jacy są, w czym są dobrzy, co sprawia im przyjemność oraz jacy chcieliby być, co chcieliby rozwijać, jakie cechy posiadać. Przyklejamy dzieciom totemy na koszulkach, rozmawiamy o tym, jakie cechy wyobrażają.	
Mocne strony	Prosimy dzieci, by dokończyły zdania: „Bardzo lubię", „Chciałbym.....”, „Jestem dobry w”.	10 minut +10 minut (omówienie)	Uprzedzamy dzieci, że nie będą musiały odczytywać swoich kartek. Prosimy, by sprawdziły, czy w każdym z 3 zdań wypisały podobne rzeczy. Pytamy: „Czy lubimy robić to, w czym jesteśmy dobrzy czy jesteśmy dobrzy w tym, co lubimy?”.	
Sukces	Rozmowa nad tym, co to znaczy być w czymś dobrym i jaka jest miara sukcesu.	5 minut	Rozmawiamy o tym, co daje satysfakcję oraz o tym, dlaczego chcemy być w czymś dobrzy.	

Lokomotywa sukcesu	Dzieci otrzymują karty z rysunkiem lokomotywy (do pokolorowania) i jednym wagonikiem.	10 minut	Prosimy dzieci, by wpisały swoje imię na lokomotywie, a w wagoniku to, co im się ostatnio udało, z czego są zadowolone, co zrobiły dobrze. Zachęcamy, by dorysowywały w domu kolejne wagoniki.	Rozmawiamy o tym, co jest potrzebne, by nasza lokomotywa sukcesu pojechała, co jest paliwem, czyli co nas motywuje: podziw innych, satysfakcja, pochwała. Pytamy o to, które z tych „paliw” napędza najlepiej.
Podsumowanie				Trener podsumowuje, że każdy człowiek ma wiele możliwości, zachęcamy dzieci, by same obserwowały, co lubią, co sprawia im przyjemność, czym chcą się zajmować i rozwijały to.

Ćwiczenia „Jestem jak” oraz Totem zostały zainspirowane ćwiczeniami z książki „Trening twórczości” E. Necka, J. Orzechowski, A. Słabosz, B. Szymura, GP 2005



Fundusze Europejskie
Wiedza Edukacja Rozwój



**Rzeczpospolita
Polska**

Unia Europejska
Europejski Fundusz Społeczny



**UNIWERSYTET
JAGIELLOŃSKI
W KRAKOWIE**