



L o K O M o T Y W A

UNIwersytet MŁODYCH ODKRYWCÓW

POROZUMIEĆ SIĘ

KLASY 4-6

LoKOMoTYWA to Lider – KOMunikacja – inicjaTYWA, to nazwa innowacyjnego programu rozwoju kompetencji komunikacyjnych i społecznych uczniów szkół podstawowych, którego twórcami są pracownicy Instytut 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 Nóżka

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-Łukasik

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: Jak się komunikować? (Czas trwania: 90 minut)

Cel ogólny: Uczeń rozumie pojęcie komunikowania; rozumie, czym jest skuteczna komunikacja.

Cel szczegółowy: Uczeń rozumie, że komunikowanie jest procesem wymiany znaczeń. Rozumie pojęcie nadawcy i odbiorcy.

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

Pomoce i materiały: Karteczki samoprzylepne (najlepiej w kształcie chmurek), karteczki samoprzylepne większe (wizytówki), kartki do flipchartu, mazaki, duża kartka z zasadami (kodeksem grupowym), przedmioty (np. spinacz, linijka, gumka, ołówek, sznurek), kolorowe kartki i samoprzylepne karteczki w tych samych kolorach.

Wiedza: Komunikowanie werbalne i niewerbalne, nadawca, odbiorca, komunikat.

Po zajęciach: Uczniowie mają okazję wykonać ćwiczenia dotyczące komunikowania werbalnego i niewerbalnego w szkole. Przykładowe ćwiczenia: kalambury.

Informacje dla rodziców i propozycje zadań do wykonania w domu: Komunikowanie to proces przekazywania informacji i uzgadniania znaczeń. Uczniowie dowiedzą się, że skuteczna komunikacja to nie taka, w której wszyscy się zgadzają, ale przede wszystkim rozumieją (starają się zrozumieć) i są otwarci na dialog. Potrzebne są tu zarówno umiejętności słuchania, jak i mówienia, czyli dobierania odpowiednich słów. w czasie warsztatów uczniowie będą mieli okazję ćwiczyć „giętkość” języka, parafrazowanie i aktywne słuchanie. Na zajęciach pokażemy uczniom komunikowanie jako proces przekazywania informacji od nadawcy, poprzez kanał komunikacyjny do odbiorcy. Pokażemy też, że komunikujemy się nie tylko słowami, ale też gestami, mimiką, czy tonem głosu (komunikacja niewerbalna). Zachęcamy do gry w kalambury.

Scenariusz krok po kroku:

Działanie	Przebieg	Czas	Komentarz	Podsumowanie
Wprowadzenie	Przedstawienie trenerów i informacja o warsztatach.	5 minut	Podstawowe informacje: Warsztaty dotyczą kompetencji komunikacyjnych. Nazwa kursu LoKOMoTYWA to akronim Lider – Komunikacja – Inicjatywa. Celem warsztatów jest kreowanie postaw leaderskich, budowania kompetencji komunikacyjnych i wzmacnianie inicjatywy rozumianej jako motywacja do podejmowania działań.	
Ustalenie zasad	Trener razem z uczniami konstruuja katalog zasad. Zapisują proponowane przez uczniów zasady na tablicy. Każdy uczeń ma do dyspozycji samoprzylepne karteczki. Na nich wpisuje swoje imię i przykleja pod zasadami, które wg niego są ważne,	10 minut	Przykładowe zasady: mówimy pojedynczo, słuchamy się wzajemnie, szanujemy się, przychodzimy punktualnie.	Zasady formułujemy pozytywnie: dajemy wypowiedzieć się do końca, szanujemy się wzajemnie. Unikamy negatywnych sformułowań (np. nie przeszkadzamy, nie spóźniamy się itd.

Działanie	Przebieg	Czas	Komentarz	Podsumowanie
	których będzie się starał przestrzegać i które chciałby, żeby były przestrzegane względem niego.			Pilnujemy, żeby zasady były zgodne z przepisami BHP oraz żeby nie naruszały niczyich dóbr. Jeżeli pracujemy z grupą, z którą już wcześniej wypracowaliśmy katalog zasad zadanie to nie jest konieczne, gdyż odwołujemy się do niego. Czasami warto doprowadzić do spisania zasad i wywieszenia ich w widocznym miejscu. Materiały: duże arkusze papieru (lub tablica), markery, karteczki samoprzylepne w ilości 3 x liczba dzieci.
Icebreaker	Prosimy uczniów/uczenice o to, żeby ustawili się w rzędzie wg daty urodzenia: od najstarszego do najmłodszego. Zadanie należy wykonać bez używania słów, mogą porozumiewać się tylko na migi.	10 minut	Komunikowanie werbalne i niewerbalne.	To ćwiczenie pozwala doświadczyć komunikowania bez słów (komunikowania niewerbalnego). Kolejne zadania będą się do tego ćwiczenia odwoływały.

Działanie	Przebieg	Czas	Komentarz	Podsumowanie
	Może poprosić, żeby uczniowie ustawili się w rzędzie w kolejności alfabetycznej ze względu na imię, nazwisko, albo od najwyższego, do najniższego.			
Komunikacja	Czym jest komunikacja? Prosimy uczniów o spisania wszystkich skojarzeń z komunikacją.	5 minut	Trener mówi o tym, że komunikacja to proces przekazywania informacji, uzgadniania znaczeń, dogadywania się. Mówią o nadawcy komunikatu i odbiorcy i o kanale komunikacyjnym. Zwracają uwagę na to, że komunikowanie to nie tylko mówienie, ale też słuchanie i reagowanie na komunikaty. Komunikowanie może być werbalne i niewerbalne	Icebreaker należy potraktować jako doświadczenie komunikacyjne. Ten przykład może posłużyć do omówienia, czym jest komunikacja Materiały: kartki (lepiej większe), mazaki.

Działanie	Przebieg	Czas	Komentarz	Podsumowanie
Narysuj to, co mówię	Każda grupa wybiera ucznia/uczennicę, który/a będzie prowadził ćwiczenie. Jego zadaniem będzie opisanie obrazka (obrazek będzie przedstawiał figury geometryczne). Uczeń będzie mógł/mogła używać tylko słów, nie będzie mógł wspomagać się gestami. Będzie siedział/a tyłem do swojej grupy. Trenerzy czuwają nad poprawnością wykonania zadania. Pozostali członkowie grupy nie mogą zadawać żadnych pytań, rysują na kartkach to, co mówi uczeń.	10 minut	Po zakończonym ćwiczeniu pokazujemy obrazki i sprawdzamy, który najlepiej/najwierniej oddaje to, co było na omawianym rysunku. Pytamy uczniów/uczennicę czy było łatwo? Pytamy ucznia – prowadzącego/uczennicę prowadzącą, jak się czuł/a siedząc tyłem do klasy i mówiąc do nich. Trenerzy wyjaśniają, na czym polegała trudność ćwiczenia. Wprowadzają pojęcie skutecznej komunikacji, aktywnego słuchania i parafrazowania.	Ćwiczenie można wykonać w mniejszych grupach (sposoby podziału na grupy w załączniku).

Działanie	Przebieg	Czas	Komentarz	Podsumowanie
Kapsuła czasu	Przenosimy się w przyszłość. Wsiadamy do kapsuły czasu, która zabiera nas 100 lat do przodu. Pytamy: Co zabierasz ze sobą? Uczeń odpowiada na pytanie co zabiera ze sobą, ale musi to być rzecz, która zaczyna się na pierwszą literę jego imienia (jestem Monika, zabieram ze sobą maliny).	5 minut		Jest To ćwiczenie, które buduje kompetencje językowe. Ćwiczenie należy potraktować, jako wprowadzenie do kolejnej części.
Przyszłość	Zadajemy pytanie: kim chcesz zostać, kiedy dorośniesz? Uczniowie na kartkach wypisują jak sobie wyobrażają swoją przyszłość (mogą to być odpowiedzi na pytanie: kim będziesz jak dorośniesz? Jaki zawód chcesz wykonywać? Czy chcesz mieć rodzinę?) Uczniowie oglądają film i wypisują na kartkach kompetencje przyszłości	15 minut	Wśród wymienionych przez Jacka Ma kompetencji przyszłości są: Wartości, wiara, komunikacja, krytyczne myślenie. Do tych treści nawiązują warsztaty LoKOMOTYWA.	Zadaniem pierwszej części jest skłonienie uczniów do refleksji nad swoją przyszłością. Trenerzy podkreślają, że uczniowie są w procesie konstruowania swojej przyszłości. Można przygotować plakaty z kompetencjami przyszłości Trenerzy podkreślają, że na temat przyszłości możemy mieć pewne

Działanie	Przebieg	Czas	Komentarz	Podsumowanie
	według Jacka Ma: Film Jack Ma – o tym, jakie kompetencje będą potrzebne w przyszłości https://www.youtube.com/watch?v=rHt-5-RyrJk			intuicje. Koncepcja Jacka Ma bazuje na jego doświadczeniu w sektorze teleinformatycznym. Obserwuje on, że coraz więcej prac wykonują roboty i ludzie coraz częściej muszą konkurować z robotami. Materiały: kartki, duże arkusze (jeżeli planujemy plakaty), markery/mazaki, komputer z rzutnikiem do pokazania filmu.

Działanie	Przebieg	Czas	Komentarz	Podsumowanie
Twórczość	Praca przebiega w zespołach 2-3 osobowych. Zadanie polega na wygenerowaniu pomysłu/pomysłów nowego wykorzystania przedmiotu (może to być spinacz biurowy, gąbka do wycierania tablicy, doniczka). Następnie ich zadaniem jest zaprezentowanie nowego wykorzystania przedmiotu (czas prezentacji to 1 minuta). Po zakończeniu prezentacji uczniowie głosują na najciekawszy pomysł przyklejając karteczki.	15 minut	Trener pracuje z każdą z grup. Każda grupka ma swój kolor. Przedmiot, nad którym pracują jest narysowany na kartce wybranego koloru, tego samego koloru są małe karteczki do głosowania i karteczki – brudnopisy Głosowanie: każda grupka dostaje samoprzylepne małe karteczki. Na tablicy wiszą przedmioty, nad którymi pracowali. Zasada: nie można głosować na swój projekt	Trener podsumowuje ćwiczenia zwracając uwagę na to, co spowodowało, że któryś pomysł wydał się innym ciekawszy. Materiały: kartki i samoprzylepne karteczki w tylu kolorach, ile jest grup; oraz przedmioty, które będą poddane twórczej interpretacji
Podsumowanie	Grupa stoi w kole. Każdy rzuca piłką i mówi, czego się nauczył.	55 minut		Trener/k podsumowuje spotkanie. Powtarzają podstawowe kwestie dotyczące komunikacji. Zapowiadają kolejne spotkanie. Materiały: miękka piłka (np. gąbkowa, plażowa)

Temat 2: Rozwijanie swoich mocnych stron. (Czas trwania: 90 minut)

Cel ogólny: Uczeń rozumie pojęcie rozwoju osobistego, podejmuje autorefleksję, wie, czym jest motywacja i wartości. Zna pojęcie tożsamości.

Cel szczegółowy: Uczeń podejmuje refleksję na temat swoich mocnych i słabych stron, rozumie potrzebę rozwoju osobistego; rozróżnia motywację wewnętrzną i zewnętrzną. Wie, kiedy komunikaty negatywne (np. straszące) są skuteczne i że komunikaty pozytywne częściej prowadzą do zmiany zachowania.

Przed zajęciami: Można zobaczyć film/przeczytać książkę R. J. Palacio „Cudowny Chłopak” i wykonać ćwiczenia ze strony www.cudownychlopak.pl.

Pomoce i materiały: Kartki, mazaki, klocki, piórka, pudełka, chusteczki, kolorowa taśma klejąca.

Wiedza: Motywacja to gotowość do podjęcia działania. w trakcie zajęć będziemy rozróżniali motywację wewnętrzną i zewnętrzną (płynącą z nagród zewnętrznych, np. ocen, słodyczy, pieniędzy; uczyć się, żeby dostać piątkę, idę do babci, żeby dostać kieszonkowe).

Komunikaty negatywne (np. ostrzeżenia, straszenia) okazują się mniej skuteczne niż komunikaty pozytywne. Zatem jeżeli chcemy doprowadzić do jakiejś zmiany skuteczniej jest konstruować pozytywne komunikaty (np. zamiast nie jedz chipsów, bo będziesz chory można powiedzieć: Sporo ludzi w Twoim wieku wybiera zdrowe przekąski).

Tożsamość to zbiór auto – definicji. Część tych definicji związana jest z osobą (cechy charakteru), a część z grupami, do których jednostka należy (np. rodziny, klasy, narodu). Tożsamość, czyli to jak siebie definiujemy ma wpływ na to, jak widzimy innych i jak się względem nich zachowujemy.

Po zajęciach: Uczniowie dostają słoiczki, do których wrzucają karteczki, na których spisują dobre wspomnienia.

Informacje dla rodziców i propozycje zadań do wykonania w domu: Uczniowie podczas zajęć zachęceni są do pozytywnego myślenia, optymizmu, autorefleksji i wdzięczności. Zachęcamy do ćwiczenia tych kompetencji. Przykładowe aktywności: Gra w zadowolenie – szukanie pozytywów w każdej sytuacji, słoik wdzięczności – wrzucamy do niego karteczki z tym, za co jesteśmy w danym dniu wdzięczni. Możemy też ćwiczyć przeformułowywanie komunikatów negatywnych na pozytywne (np. Pada deszcz i nie możemy nigdzie wyjść – dobrze, że pada, bo rośliny potrzebują deszczu, możemy zostać w domu i pograć w gry, itd.).

Scenariusz krok po kroku:

Działanie	Przebieg	Czas	Komentarz	Podsumowanie
Wprowadzenie Podział na grupy	Trenerzy informują o temacie spotkania.	5 minut	Trener pokazuje obrazek kotka, który ogląda się w lustrze i widzi lwa. Pyta, o czym będzie dzisiejsze spotkanie. Trenerzy mówią o rozwoju osobistym, o motywacji i o wartościach.	Obraz kotka w załączniku.

Działanie	Przebieg	Czas	Komentarz	Podsumowanie
Icebreaker 1. Portret 2. Chusteczki	1. Narysuj mnie! Uczeń kładzie się na kartce, a pozostali go odrysowują. Na narysowanych sylwetkach każdy wpisuje swoje cechy. 2. Pudełko chusteczek papierowych. Każdy może wziąć tyle ile potrzebuje. Kiedy już wszyscy mają chusteczki trenerzy proszą, żeby na każdej z nich napisali 1 rzecz o sobie. Następnie z chusteczek robimy wielki kwiat.	15 minut	Proponujemy wybrać zadanie 1 lub 2. Ad. 1 Trzeba dopilnować, żeby wszyscy byli odrysowani. Ad. 2 Jeżeli ktoś ma 1 chusteczkę to pisze 1 rzecz, jak ktoś wziął 10 chusteczek to pisze 10 swoich cech).	Zadanie z rysowaniem zajmuje sporo czasu, szczególnie, jeżeli grupa jest większa. Można je usprawnić dobierając uczniów parami – wtedy zadanie trwa krócej. Jednak wtedy potrzeba więcej przestrzeni.
Wyciszenie/uważność	Prosimy uczniów, żeby na minutę zamknęli oczy i wsłuchali się w odgłosy dobiegające zza okna.	5 minut	Trenerzy wyjaśniają, jak ważne jest wyciszenie.	Warto otworzyć okno i wpuścić świeże powietrze do klasy.

Działanie	Przebieg	Czas	Komentarz	Podsumowanie
Jaki chciałbyś być?	Rozdajemy uczniom kartki, na których napisane jest pytanie: „Jaki chciałbym być?”. Prosimy uczniów, żeby spróbowali odpowiedzieć na to pytanie. Prosimy, żeby wpisali na kartce takie cechy, jakie chcieliby mieć. Następnie do każdej odpowiedzi dopisują to, co trzeba zrobić, żeby zostać takim, jak się chce.	15 minut - 20 minut	Trenerzy zwracają uwagę, że chodzi o cechy (dobry, miły, serdeczny), a nie np. o zawód (chcę być „youtuberem”). Trenerzy wprowadzają pojęcie rozwoju. Mówią o tym, że żeby się rozwijać trzeba mieć wyznaczone cele, wyobrażenia tego, do czego dążymy. Zadają pytania dotyczące tego, co trzeba zrobić, żeby osiągnąć to, co uczniowie napisali na kartce.	Dla usprawnienia ćwiczenia można poprosić o wypisanie 3 – 5 cech. Zachęcamy uczniów do rysowania kolorowych map. Ćwiczenie można zakończyć rundą, podczas której każdy opowiada o swoich przemyśleniach na forum, albo zachęcić uczniów do podzielenia się w mniejszych grupkach.
Szukanie „pozytywów”	„Szkłanka do połowy pełna” – uczniowie otrzymują zapisane na kartkach zdania, ich zadaniem jest przeformułowanie ich tak, aby znaleźć w danej sytuacji coś pozytywnego.	10 minut	Wspólnie zastanawiamy się nad tym, jak nasze nastawienie do działania wpływa na motywację. Czy bycie optymistą zawsze będzie motywowało nas efektywnego działania?	Zadanie można potraktować jako przerywnik. Przykładowe zdania: 1. Pada deszcz. 2. Jest 5 stron zadań z matematyki. 3. Zupa ogórkowa jest ohydna. 4. Kończymy lekcję o 15:00. 5. Mamy basen o 7:20.

Działanie	Przebieg	Czas	Komentarz	Podsumowanie
Wartości	Wieża wartości. Uczniowie budują swoje wieże wartości. Na karteczkach samoprzylepnych wydrukowane są przykładowe wartości. Uczniowie dostają też puste kartki, na których mogą wpisać to, co jest dla nich ważne. Następnie dzielimy uczniów na zespoły 4 – 5 osobowe i prosimy, żeby zbudowali wspólną wieżę wartości	20 minut - 30 minut	Trenerzy wyjaśniają pojęcie wartość – jest to coś szczególnie istotnego, ważnego, może to być przedmiot materialny, ale też idea np. miłość albo rodzina. Wartości są tym, co ułatwia nam dążenie do celów. Są wskazówkami na naszej drodze rozwoju. Trenerzy zwracają uwagę na różnice i części wspólne wież indywidualnych i grupowych. Warto porównać wieże wartości.	Trzeba ustalić, czy wieże budujemy od fundamentu (najważniejsze wartości), czy od góry. Przykładowa lista wartości znajduje się w załączniku. Można ją wydrukować na samoprzylepnych etykietach i przykleić do klocków, albo wykorzystać naklejki i nakleić je na kartony. Warto zostawić też kilka pustych kartek, żeby uczniowie mogli dopisać swoje wartości.

Działanie	Przebieg	Czas	Komentarz	Podsumowanie
Podsumowanie.	Piórka wdzięczności. Uczniowie rzucają piórko do słoika i mówią, za co są wdzięczni.	15 minut	Trenerzy podkreślają wagę wdzięczności, namawiają do codziennego praktykowania wdzięczności. Zwracają też uwagę na to, że wdzięczność nie jest tym samym, co zobowiązanie (ktoś częstuje ciasteczkami na promocji – a my czujemy się zobowiązani do zakupu całej paczki).	To ćwiczenie można wykonać jednocześnie. Wtedy niwelujemy stres związany z wystąpieniem publicznym.

Temat 3: Zrozumieć siebie i innych. (Czas trwania: 90 minut)

Cel ogólny: Uczeń podejmuje próby zrozumienia siebie i innych.

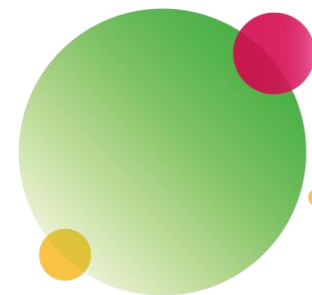
Cel szczegółowy: Uczeń rozumie pojęcie rozwoju osobistego, podejmuje autorefleksję; wie, czym jest aktywne słuchanie. Podejmuje próby parafrazowania i aktywnego słuchania.

Pomoce i materiały: Kwiatki (kartki z wydrukowanymi kwiatkami), nożyczki, kredki, mazaki.

Wiedza: Aktywne słuchanie to takie, które prowadzi do zrozumienia drugiej osoby. Daje jej szansę wypowiedzenia się, podkreślając jednocześnie, że pozostaje z nią w kontakcie poprzez potakiwania, zaangażowaną postawę, itd. Parafrazowanie to powtórzenie tego, co powiedział nasz rozmówca swoimi słowami.

Po zajęciach: Uczniowie są zachęceni do wykonania ćwiczeń w zeszytach ćwiczeń.

Informacje dla rodziców i propozycje zadań do wykonania w domu: Aktywne słuchanie i parafrazowanie to umiejętności, które należy ćwiczyć. Proponujemy ćwiczenia ze słuchania i parafrazowania: jedna osoba coś opowiada, a druga stara się to po chwili powtórzyć własnymi słowami. Ćwiczenie to pomaga nie tylko rozwijać kompetencje związane z aktywnym słuchaniem, ale też rozwija kompetencje językowe.



Scenariusz krok po kroku:

Działanie	Przebieg	Czas	Komentarz	Podsumowanie
Wprowadzenie	Trenerzy przedstawiają temat spotkania.	5 minut		
Kwiatek	Dzielimy klasę na 4-5 osobowe grupy. Grupy rysują kwiatek. W środek kwiatka wpisują cechy wspólne, a w płatki cechy indywidualne	10 minut	Materiały: kartki i mazaki.	Prosimy, żeby uczestnicy przez chwilę pomyśleli o swoich cechach, o tym, jacy są. Po zakończeniu ćwiczenia prosimy o odczytanie środków. Kwiatki wieszamy na tablicy.
Co jest konieczne do tego, żeby zrozumieć siebie i innych.	1. Uczniowie proszeni są o zastanowienie się nad tym, co jest potrzebne do tego, żeby zrozumieć siebie i innych. Pracują w grupach 3-4 osobowych. Przedstawiają swoje pomysły na kartkach. 2. Uczniowie siadają wokół kartki. Każdy z nich zapisuje 1 rzecz, która jest potrzebna,	10 minut	Trenerzy pomagają, naprowadzają i wspierają każdą z grup. Dbają o to, żeby każdy członek grupy miał szansę się wypowiedzieć. Uczniowie siadają wokół kartki. Każdy z nich zapisuje 1 odpowiedź na pytanie: co jest potrzebne do poznania siebie i innych. Staramy się wygenerować jak	Trenerzy podsumowują ćwiczenie. Wskazują na takie elementy jak empatia, skupienie uwagi, aktywne słuchanie, otwartość.



	żeby zrozumieć siebie i innych.		najwięcej pomysłów. Można też zaproponować wykonanie ślimaka z odpowiedzi. Zaczynamy od najmniejszego kółka i kończy na większym. Materiały: duże kartki i mazaki.	
Uważność	Uczniowie dobierają się w pary. Przez minutę przyglądają się sobie bardzo uważnie. Nic nie mówią, tylko patrzą. Po upływie minuty trenerzy proszą o to, żeby każdy uczeń zmienił coś w swoim wyglądzie (np. zdjęt okulary, inaczej zaczesał włosy, podwinął rękawy). Uczniowie znowu spoglądają na siebie i próbują odgadnąć, co się zmieniło. Alternatywnie: prosimy wszystkich o to, żeby	5 minut	Trener podkreśla wagę uważności w komunikacji. Trener pyta uczniów, jak się czuli obserwując swojego kolegę/koleżankę przez minutę	Ponieważ pierwsza wersja ćwiczenia może być niekomfortowa – przyglądanie się przez minutę drugiej osobie może być uznane za nienaturalne, wywołać zawstydzenie lub zażenowanie, dlatego czasami lepiej skorzystać z alternatywy. Ok 3-5 minut trwa jedna zmiana ćwiczenia. Minuta uważnego przyglądania się + zmiana + odgadywanie tego, co się zmieniło.

	przyjrzeni się sobie nawzajem (ok. minuty) następnie 14 osoby wychodzą z sali, a pozostali zmieniają coś w swoim wyglądzie. Po powrocie osoba/osoby, która/e wyszła/wyszły mają odgadnąć, co się zmieniło.			
Opowiem Ci historię – uważne słuchanie	Uczniowie dobierają się w pary. Jedna osoba opowiada przez minutę o najbardziej niezwykłej sytuacji ze swojego życia/ wakacjach/wczorajszym popołudniu/rodzinie/swoim kocie. Druga osoba z pary uważnie słucha jej historii. Po upływie minuty osoba, która słuchała stara się opowiedzieć, to co usłyszała. Osoba słuchająca za każdy zapamiętany szczegół daje punkt (naklejka, pieczątką, kreska na kartce).	10 minut	Trener pyta jak czuła się osoba, która opowiadała swoją historię. Pyta, co pomaga w sytuacjach, kiedy się opowiada. Zwraca uwagę jak ważne jest aktywne słuchanie, czyli potakiwanie, dawanie sygnałów, że się słucha. Trener tłumaczy, czym jest aktywne słuchanie. Zwraca uwagę na wagę kontaktu wzrokowego, wykazywania zainteresowania. Na aktywne słuchanie składa się też potakiwanie, zadawanie pytań i parafrazowanie.	Bardzo ważny jest temat tej historii. Trener powinien zaproponować grupie coś, co nie będzie dla niej interesujące i bezpieczne. Nawet temat o wakacjach, albo o rodzinie może okazać się trudny. Cechy aktywnego słuchania warto zapisać na tablicy, lub skorzystać z załącznika.



Opowiem Ci historię – aktywne słuchanie	Zamiana ról. Osoba, która słuchała w poprzednim ćwiczeniu teraz opowiada. Osoba, która opowiadała w poprzednim ćwiczeniu stara się aktywnie słuchać.	10 minut	Trener zachęca do aktywnego słuchania.	
Pocztówka z wakacji	Klasa pracuje w grupach. Dostają list od kolegi. Ich zadaniem jest odpowiedzieć na niego.	10 minut	Trener zwraca uwagę na to, żeby uczniowie nazywali emocje, próbowali wczuć się w sytuację kolegi. Trenerzy pytają, jak może czuć się Janek. /Jest smutny, zdenerwowany, nie czuje się akceptowany/. Próbują odpowiedzieć na list tak, żeby udzielić mu wsparcia /Rozumiemy, że jest Ci trudno, czekamy na Ciebie, jesteś dla nas ważny/.	Treść listu: Hej, pozdrawiam Was z kolonii. Tutaj wszyscy są dziwni i głupi. Nikt nie chce się ze mną bawić. Wszyscy krzyczą i śmieją się z moich okularów. Pozdrawiam, Janek
Podsumowanie – lista	Uczniowie przygotowują listę rzeczy, których dzisiaj się nauczyli.	10 minut	Uczniowie uczyli się o rozumieniu siebie i innych, uważności, aktywnym słuchaniu, empatii.	Zadanie może być wykonane na dużej/dużych kartkach. Kartki mogą wisieć w klasie

Pożegnanie	Grupa stoi w kole. Każdy wykonuje gest/minę na pożegnanie.	5 minut		
------------	--	---------	--	--



Temat 4: Role w grupie. (Czas trwania: 90 minut)

Cel ogólny: Uczeń rozumie pojęcie ról w grupie.

Cel szczegółowy: Uczeń zna charakterystykę wybranych ról, potrafi nazywać zachowania innych i dostrzegać związek tego zachowania z rolą, którą człowiek może pełnić w grupie, a także określić cechy dobrego lidera.

Przed zajęciami: Uczniowie oglądają bajkę Smerfy. Na spotkanie przychodzą z wypełnionymi kartami pracy (na karcie pracy jest wydrukowany jeden ze smerfów: pracuś, kucharz, itp. Uczniowie uzupełniają jaką rolę on pełni, jakie zadania wykonuje, czego inni od niego oczekują).

Pomoce i materiały: Papier ksero, markery, flipchart, odtwarzacz CD i spokojna muzyka (opcjonalnie), bloczek kartek samoprzylepnych, kredki, długopisy, rulon papieru, włóczka.

Wiedza: Nie tylko w teatrze, również w grupach odgrywamy swoje role. Rola oznacza z jednej strony nasze możliwości (to, co możemy zrobić pełniąc określoną rolę), ale też obowiązki. Dla przykładu, jeżeli jesteśmy liderem jakiejś grupy to mamy możliwość wywierania wpływu na członków grupy, ale z drugiej strony mamy obowiązek dobrego zarządzania grupą i jej członkami.

Po zajęciach: Uczniowie zastanawiają się nad tym, w jakiej roli czują się najlepiej. Zachęcamy do wykonania testu z „Kosmos dla dziewczynek” nr 6. „Jakie są Twoje akcje”.

Informacje dla rodziców i propozycje zadań do wykonania w domu: Zachęcamy do wykonania różnych testów, np. Testu z „Kosmos dla dziewczynek” nr 6. Test bazuje na znanym narzędziu <https://www.belbin.com/about/belbin-team-roles/> do analizy ról grupowych. Istotne jest nie tylko wykonanie testu, ale przede wszystkim rozmowa na temat wyników.

Scenariusz krok po kroku:

Działanie	Przebieg	Czas	Komentarz	Podsumowanie
Wprowadzenie	Przedstawienie tematu zajęć.	5 minut	Role w grupie to zadania, które realizujemy dla grupy, to obowiązki, które się z nimi wiążą, ale też przyjemności.	Trenerzy prezentują temat. Pytają uczniów czy obejrżeli bajkę i którym smerfem chcieliby być.
Icebreaker Esy floresy	Uczniowie zamykają oczy i rysują esy – floresy na kartce. Otwierają oczy i robią z tych esów floresów rysunek.	5 minut	Dajemy uczniom kartki prosimy uczniów, żeby wzięli do ręki ołówki. Prosimy, żeby zamknęli oczy i narysowali kilka swobodnych kresek na kartce (esów – floresów, bazgrołów). Po chwili prosimy o otwarcie oczu i zrobienie rysunków. Materiały: kartki, ołówki.	Zabawa pobudza wyobraźnię.

Działanie	Przebieg	Czas	Komentarz	Podsumowanie
Poczuj mój rytm – zagraj tak, jak ja	Klasa siedzi w kole. Nauczyciel wskazuje ucznia, który rozpoczyna ćwiczenie: zaczyna stukać/klaskać swój rytm. Cała klasa włącza się w stukanie/klaskanie. Nauczyciel wskazuje kolejną osobę, która stuka swój rytm.	5 minut	Trener wyjaśnia, na czym polega ćwiczenie. Przejścia pomiędzy jednym, a drugim rytmem powinny być płynne. Uczniowie wtedy poczuć się orkiestrą.	Rytmy powinny być krótkie i nieskomplikowane. Jeżeli trener ma takie kompetencje może spróbować wykonać z uczniami utwór muzyczny, np. kanon, albo inny utwór na głosy.
Portret grupy	Trener rozkłada duży arkusz papieru, przy którym jest miejsce dla każdego z uczestników. Każdy uczeń wybiera sobie miejsce i rysuje swój portret. Obok niego wypisuje trzy rzeczy, które lubi robić sam i trzy, które chętnie wykonuje z innymi. Uczniowie prezentują efekty. Do zrobienia tego zadania potrzebne jest miejsce, tak, żeby każdy uczeń mógł znaleźć dla siebie miejsce.	20 minut	Trener mówi o tym, że każdy w grupie ma swoje miejsce. Pełni ważną dla grupy rolę. Podobnie, jak smerfy, każdy jest za coś odpowiedzialny. W nawiązaniu do Shankera mówi, że każdy jest inny i każdy cały czas się zmienia, dlatego miejsce w grupie nie jest przypisane raz na zawsze. Materiały: duże kartki (flipcharty), mazaki.	

Działanie	Przebieg	Czas	Komentarz	Podsumowanie
Twórczość	1. Uczniowie budują wieżę z kartek. Praca w grupach 4-5 osobowych. Każda grupka dostaje taki sam plik kartek i ma z nich zbudować wieżę. 2. Uczniowie budują z siebie maszynę do rozśmieszania. 	20 minut	Trener pokazuje, że żeby powstał wynalazek, każdy członek grupy musi się zaangażować. Każdy w grupie odgrywa inną rolę. Po wykonaniu ćwiczenia zastanawiamy się, kto był liderem, kto generował najwięcej pomysłów i czyje pomysły zostały zrealizowane. Może się zdarzyć, że grupie nie uda się wykonać wieży/maszyny. Próbujemy wtedy zrozumieć, dlaczego tak się stało. Czy może było kilka osób, które chciały dowodzić, a może nikt nie chciał podjąć się roli przywódcy? A może nie udało się zrealizować pomysłów? A może w grupie nie było chętnych do pracy? Pytamy, co zrobić, żeby przezwyciężyć trudności. Jeżeli są możliwości czasowe staramy się zbudować wieżę/maszynę jeszcze raz. Materiały: dużo kartek.	Zamiast kartek można użyć gazet/makulatury. Jeżeli chcemy porównywać wieże (np. to, która jest najwyższa) dbamy o to, żeby każda grupa dostała tyle samo materiałów. Nie korzystamy w tym zadaniu z kleju, ani z nożyczek. Uwaga na maszynę do rozśmieszania – niektóre osoby nie lubią się dotykać.

Działanie	Przebieg	Czas	Komentarz	Podsumowanie
„Stado gęsi” Wchodzenie w rolę	Dzielimy grupę na podzespoły 4 lub 5 osobowe. Wybrana osoba inicjuje dowolny ruch, pozostałe ją naśladują. Zwrócenie osi w kierunku kolejnej osoby powoduje przekazanie roli lidera.	10 minut	Trenerzy rozmawiają na temat przyjmowania ról narzucanych, komfortu i dyskomfortu związanego z taką sytuacją.	Niektórzy nie będą chcieli przyjąć roli lidera. Inni będą ją chcieli trzymać jak najdłużej – konieczna jest interwencja, jeżeli bycie w roli lidera staje się zbyt długie. Warto realizować ćwiczenie do spokojnej muzyki.
Mapa myśli – lider	Czy przywódca jest potrzebny? Dobry przywódca, jakie ma cechy?	10 minut	Zadanie realizowane jest w oparciu o wcześniejsze doświadczenia z pracy grupowej. Warto, żeby uczniowie przedstawili je w takiej formie, która będzie możliwa do powieszenia na ścianie. Zadaniem trenera jest naprowadzenie uczniów na odpowiedzi: do każdego zadania może być potrzebny inny przywódca. Przywódca, to osoba, która potrafi słuchać innych. Materiały: kartki, ołówki.	Trener rozmawia na temat tego, czy zawsze przywódca jest potrzebny, jakie powinien mieć cechy. Trener informuje, że do różnych zadań potrzebni są różni liderzy. Są tacy, którzy wyznaczają zadania, ale też tacy, którzy przede wszystkim poklepią po pleckach.

Działanie	Przebieg	Czas	Komentarz	Podsumowanie
Podsumowanie Pajęczyna dobrych myśli	Rzucamy włóczką do drugiej osoby z komunikatem: było mi miło, jak zrobiłeś, albo cieszyłam się, że...	5 minut	Trener dba, żeby każdy uczeń miał szansę rzucić włóczką. Materiały: włóczka.	



Temat 5: Konstruktywna krytyka. (Czas trwania: 90 minut)

Cel ogólny: Uczeń podejmuje próby konstruktywnej krytyki.

Cel szczegółowy: Uczeń wie, czym jest konstruktywna krytyka, krytyczne myślenie (critical thinking) i rozumie różnicę między krytykowaniem, a krytycznym myśleniem.

Przed zajęciami: Uczniowie rozwiązują zadanie z kropkami. Zadanie mogą spróbować rozwiązać w domu, albo na przerwie przed warsztatami.

Pomoce i materiały: Kartki, kredki, mazaki.

Wiedza: Ilość informacji, która dociera do każdego z nas jest bardzo duża. Dlatego umiejętność krytycznego myślenia jest niezbędna. krytyczne myślenie (critical thinking) to proces poddawania refleksji naszych pierwszych skojarzeń, myśli. Krytyczne myślenie jest podstawową kompetencją. Budowane jest na bazie twórczości, uważności, umiejętności zadawania pytań. Konstruktywna krytyka, to rodzaj krytycznego myślenia. Nie chodzi o skrytykowanie, wskazanie niedociągnięć i braków, ale zaproponowanie twórczych rozwiązań poprzez zadawanie pytań.

Informacje dla rodziców i propozycje zadań do wykonania w domu: Uczniowie zachęceni są do krytycznego myślenia, zadawania pytań, szukania odpowiedzi w różnych źródłach. w trakcie zajęć ćwiczą szczególnie konstruktywną krytykę – czyli proponowanie twórczych rozwiązań. Zachęcamy do budowania więzi z dzieckiem. Zabawy, które wykonaliśmy na zajęciach mogą być również wykonane w domu. Warto zachęcać uczniów do tego, żeby nie tylko formułowali oceny (dobry obiad, obrzydliwa zupa), ale też, żeby znajdowali twórcze rozwiązania problemów, czy niedociągnięć.

Scenariusz krok po kroku:

Działanie	Przebieg	Czas	Komentarz	Podsumowanie
Wprowadzenie	Prezentacja tematu spotkania.	5 minut	Trener wyjaśnia, czym jest krytyczne myślenie. Podkreślają różnice między krytykowaniem, a krytycznym myśleniem. Wskazują na wagę konstruktywnej krytyki.	
Magiczne figury	Każdy dostaje kartkę, na której jest narysowanych kilkanaście figur geometrycznych (koła, kwadraty i trójkąty). Zadanie polega na przekształceniu tych figur w przedmioty codziennego użytku.	10 minut	Ćwiczenie rozwijające kreatywność. Uczniowie pracują indywidualnie. Można figury łączyć i zrobić z nich jeden przedmiot, można z każdej figury zrobić jeden przedmiot. Przedmioty mogą być wymyślone bądź używane na co dzień. W ćwiczeniu ważne jest też nazywanie przedmiotów, znajdowanie nowych nazw. Materiały: kartki z narysowanymi figurami, mazaki.	Twórczość bez krytycznego myślenia nie istnieje.

Działanie	Przebieg	Czas	Komentarz	Podsumowanie
Instrumenty muzyczne	Klasa pracuje w grupach. Każda z nich przygotowuje instrument muzyczny z dostarczonych przedmiotów (np. rolki po papierze toaletowym, pudełka, puste butelki, koraliki, papier, gumki, kawałki sznurka).	30 minut	Trener zachęca, żeby uczniowie najpierw zastanowili się, jaki (jakie) instrumenty chcą zbudować. W jaki sposób mają one wydawać dźwięk? (Instrumenty perkusyjne, strunowe, dęte). Jak instrument może się nazywać? Materiały papierki, rolki po papierze toaletowym, puszki, butelki, kamyczki, muszelki, piasek, gumki, nitki, sznurki, itd.).	Dla każdej grupy można przygotować taki sam, albo różne zestawy materiałów. Można też przygotować materiały, zgromadzić je na stole, następnie grupy wybierają te materiały, których potrzebują. Uczniowie mogą wymieniać się swoimi materiałami – w ten sposób ćwiczą umiejętność negocjacji.
Być krytycznym i krytkować	Trener pokazuje planszę dotyczącą konstruktywnej krytyki.	5 minut	Trener zwraca uwagę na różnicę między refleksyjnym krytycznym myśleniem, a krytykowaniem. Krytyczne myślenie jest konieczne dla twórczości. Jednak istnieje duże ryzyko, że krytyka (niewłaściwa) będzie hamowała twórczość.	Warunki konstruktywnej krytyki: 1. Najpierw chwal! Wskazujemy powody, dlaczego wydaje nam się, że wykonana praca jest ładna, wartościowa, ciekawa (pochwała). 2. Nie krytykujemy osoby (nie mówimy: jesteś „beztalenciem”, brzydko rysujesz).

Działanie	Przebieg	Czas	Komentarz	Podsumowanie
				Wybieramy 1 powód, który chcemy skrytykować. Krytykę wyrażamy miłym tonem, np. Dlaczego użyłeś takiego koloru, co by tu zrobić, żeby drzewa były bardziej wyraziste, czy myślałeś o tym, żeby niebo było różowe? Propozycja zmiany.
Zagrajmy!	Grupy prezentują swoje instrumenty. Opowiadają o ich nazwie, o tym jak instrument powstał. Pozostali uczniowie próbują dokonać konstruktywnej krytyki.	15 minut	Trener pilnuje, żeby każda grupa mogła zaprezentować swój instrument oraz, żeby każda grupa otrzymała konstruktywną krytykę.	Uczniowie zazwyczaj zainteresowani są tylko swoją prezentacją. Warto zadbać, żeby każdy instrument otrzymał (przynajmniej) jedną konstruktywną krytykę. Może być ona sformułowana przez grupę, albo przed pojedynczego ucznia. Istotne jest, żeby trzymał się on schematu oraz, żeby spróbować wprowadzić zaproponowaną zmianę. Autorzy pomysłu mogą przyjąć propozycję zmiany, albo ją odrzucić.

Działanie	Przebieg	Czas	Komentarz	Podsumowanie
Konstruktywna krytyka – notatka	Uczniowie pracują w 4 grupach. Każda grupa przygotowuje ilustrację do jednej z zasad konstruktywnej krytyki.	10 minut	Trenerzy dbają o to, żeby na kartkach znalazły się też początki zdań (Podoba mi się, jak zrobiłeś; Ciekawy jest; Dlaczego użyłeś...; Czy nie lepiej byłoby....; Chciałbym zobaczyć jak ...; Może lepiej byłoby, gdyby). Pamiętamy o tym, że krytykę można przyjąć, zgodzić się z nią, lub nie.	1. Najpierw chwal! Wskazujemy powody, dlaczego wydaje nam się, że wykonana praca jest ładna, wartościowa, ciekawa (pochwała). 2. Nie krytykujemy osoby (nie mówimy: jesteś beztalenciem, brzydko rysujesz) 3. Wybieramy 1 powód, który chcemy skrytykować. Krytykę wyrażamy miłym tonem. Na przykład dlaczego użyłeś takiego koloru, co by tu zrobić, żeby drzewa były bardziej wyraziste, czy myślałeś o tym, żeby niebo było różowe.

Działanie	Przebieg	Czas	Komentarz	Podsumowanie
Konstruktywna krytyka	Uczniowie dostają karty z niedokończonymi obrazami i kredki. Ich zadaniem jest dokończyć obraz. Następnie dobierają się w pary i konstruktywnie krytykują.	10 minut	Trenerzy zwracają uwagę na to, żeby krytyka była konstruktywna, żeby uczniowie nie robili sobie przykrość. Warto podkreślić, że celem jest pomoc koledze/koleżance – propozycja ulepszenia pracy, nie zaś wyrażenie przekonania, że ktoś zrobił coś źle, że jest gorszy, czy też podbudowanie siebie.	Obrazki mogą być proste. Warto jednak, żeby miały jakiś element, który twórczo je dopełnia, aby w ćwiczeniu podkreślić kreatywny aspekt krytyki i korzyści z jej przyjęcia. Na zakończenie krótka rozmowa na temat tego, dlaczego ludzie się krytykują, jakie mają motywy.
Podsumowanie	Klasa staje w kole wokół kartek, na których wypisali zasady konstruktywnej krytyki. Każdy z uczniów mówi o tym, co w tych zajęciach było dla niego najważniejsze. Na koniec wszyscy chwytają się za ręce i puszczają isierkę (uściśnięcie dłoni).	5 minut	Trener pilnuje, żeby każdy miał okazję się wypowiedzieć.	

Temat 6: Praca w grupach. (Czas trwania: 90 minut)

Cel ogólny: Uczeń podejmuje pracę w grupie.

Cel szczegółowy: Uczeń wie, jak ważna jest współpraca. Wie, też, na czym polega syndrom myślenia grupowego. Dostrzega różnicę między działaniem kolektywnym i indywidualnym.

Przed zajęciami: Uczniowie kolekcjonują sytuacje, w których współpraca okazała się korzystniejsza niż działanie indywidualne (np. łatwiej było coś zrobić w grupie, niż samemu). Uczniowie przynoszą na zajęcia wyniki swoich obserwacji.

Pomoce i materiały: Marker współpracy <https://sklep.cdw.edu.pl/produkt/marker-wspolpracy/#reviews>, kartki, pisaki, małe karteczki, koce, przedmioty do schowania (albo zdjęcie).

Wiedza: Uczeń zna takie pojęcia jak myślenie grupowe, konformizm, współpraca.

Po zajęciach: Uczniowie zostaną podzieleni na grupy. Każda z grup będzie miała do wykonania zadanie grupowe. Zadanie będzie możliwe do wykonania tylko przy pełnej współpracy wszystkich uczestników grupy.

Informacje dla rodziców i propozycje zadań do wykonania w domu: w trakcie zajęć uczniowie doświadczają mocy współpracy. Film, który będą oglądali będzie pokazywał wartość, jaką niesie współpraca. Jednocześnie wskażemy zagrożenie jakie niesie działanie w grupie. Zachęcamy do przeczytania bajki La Fontaina „Stary człowiek i jego synowie” i dyskusji na temat tego, czy razem jesteśmy silniejsi. Czy trzeba poświęcić własne marzenia dla realizacji celów grupowych (np. ja marzę, żeby pojechać nad morze, ale rodzina woli spędzić czas w górach). Zachęcamy też do wspólnych działań, np. do wspólnego gotowania i rozmowy na temat przysłowia: „Gdzie kucharek 6 tam nie ma co jeść”.

Scenariusz krok po kroku:

Działanie	Przebieg	Czas	Komentarz	Podsumowanie
Wprowadzenie	Prezentowanie tematu spotkania.	5 minut	Trener informują o temacie spotkania. Trener pyta, czy zawsze współpraca się opłaca.	Trener prosi uczniów o przedstawienie sytuacji, w których współpraca okazała się korzystna.
Cukierki	Zadaniem uczniów jest znalezienie schowanych w sali cukierków i podzielenie ich między siebie.	15 minut	Istotą zadania jest podział cukierków. Ma on być sprawiedliwy, co nie znaczy, że musi być równy. Trenerzy interweniują tylko wtedy, kiedy to konieczne.	Warto, żeby cukierków było więcej niż uczestników (np. 4 x liczba uczestników + 4) oraz żeby były różne, różnej wielkości (np. czekoladowe, landrynki, gumy pakowane po 5 – 6, lizaki).
Hop do szalupy	Na morzu rozpętała się burza. Nasz statek tonie. Na szczęście mamy szalupy. Każda pomieści 4 osoby.	5 minut	Materiały: kartki – szalupy.	To ćwiczenie jest po to, żeby podzielić klasę na grupy. Można je zastąpić innym, albo podzielić klasę wg innego pomysłu.
Marker współpracy	Zadanie w grupach. Zadaniem grupy jest napisanie sucha trawa /ZANIECZYSZCZONE POWIETRZE	20 minut	Materiały: duże kartki, marker współpracy .	Trener docenia, jeżeli grupa napisze siano/smog. Grupa może pisać dowolne słowo, albo rysować.

Działanie	Przebieg	Czas	Komentarz	Podsumowanie
				Praca z markerami współpracy nie jest łatwa. Konieczna jest duża kartka, by nie porysować podłogi. Łatwiej rysować w mniejszej grupie niż w większej. Maksymalnie 8 osób angażuje się w pracę z 1 markerem.
Film o gęsiach	Uczniowie oglądają film o gęsiach i przygotowują elementarz – czego możemy nauczyć się od gęsi. www.youtube.com/watch?v=5rOg4WfNDfM	10 minut	Uczniowie oglądają film o gęsiach i zastanawiają się nad tym, czego można nauczyć się od gęsi. Zapisują na kartkach swoje pomysły. Film jest z angielskimi napisami. Jeżeli nie ma możliwości obejrzenia filmu można opowiedzieć o tym, jak gęsi ze sobą współpracują. Materiały: komputer z rzutnikiem, kartki, mazaki.	Trener pyta o to, czego można nauczyć się od gęsi. Wskazuje na to, że opiekują się słabszymi, zachęcają i wzajemnie motywują poprzez gęganie.

Działanie	Przebieg	Czas	Komentarz	Podsumowanie
Kocyk	Grupa ma za zadanie stanąć na kocyku i za pomocą nóg przekręcić kocyk na drugą stronę.	5minut	Ćwiczenie jest łatwe. Trzeba ustalić, co znaczy druga strona (awers i rewers). Trener zachęca do tego, żeby uczniowie zachowali się jak gęsi. Do przekręcenia kocyka można używać tylko nóg. Materiały: kocyk.	
Razem możemy więcej	Kładziemy na stole 15 (lub więcej) przedmiotów. Prosimy uczniów, żeby dokładnie się im przyjrzeni (1 minuta), potem przykrywamy te przedmioty (chowamy) i prosimy, żeby każda osoba na kartce napisała to, co było na stole. Po upływie 3 minut łączymy uczniów w grupy i wspólnie przygotowujemy listę.	10 minut	Trener zwraca uwagę na to, że listy indywidualne były krótsze niż grupowe. Ćwiczenie ćwiczy też uważność. Materiały: 15 (lub więcej) różnych przedmiotów (np. zeszyt, kwiatek w doniczce, gąbka, mazak, itd.).	
Plac zabaw	Grupa siedzi w kole i projektuje plac zabaw. Każda osoba dodaje pomysł, który jest kontynuacją pomysłu poprzedniej osoby.	20 minut	Zadanie może być realizowane także w formie rysunkowej.	

Działanie	Przebieg	Czas	Komentarz	Podsumowanie
Bajka	Uczniowie siedzą w kole. Każda osoba mówi jedno zdanie, układają bajkę.	20 minut	Można wykorzystać kostki do storytellingu. Materiały: kostki do storytellingu.	
Podsumowanie: Czy warto działać razem	Trener czyta bajkę (Wiązka patyków i stary człowiek, z: „Bajki filozoficzne, Jak żyć razem”, Michel Piquemal). Uczniowie dostają kartony, na których napisane są sentencje. Ich zadaniem jest je ozdobić. „Nikt z nas w pojedynkę nie jest tak bystry, jak my wszyscy razem” („None of us is so smart as all of us”), przysłowie japońskie: „Jeden za wszystkich wszyscy za jednego”.	5 minut – 30 minut	Zadanie może być wykonane na innej lekcji, lub jako zadanie domowe, które powinno być realizowane w grupie. Materiały: „Bajki filozoficzne, Jak żyć razem”, Michel Piquemal, kartki/kartony, mazaki.	Trenerzy zachęcają do zaprezentowania swoich prac i odczytania sentencji. Pytają czy uczniowie się z nimi zgadzają. Zachęcają do powieszenia ich w sali.
Podsumowanie: Czy warto działać razem	Uczniowie stoją w kole. Trener rozpoczyna rundę, prosi o dokończenie zdania: „Warto działać razem, bo...”.	10 minut	Uczestnicy sami wymyślają powody, dla których warto działać razem. Jeżeli nie potrafią wymyślić – trenerzy podpowiadają, naprowadzają grupę.	

Temat 7: Jak dyskutować? (Czas trwania: 90 minut)

Cel ogólny: Uczeń wie, czym jest dyskusja i wie, że inaczej rozmawia się z rodzicami, inaczej z kolegami i nauczycielami.

Cel szczegółowy: Uczeń /uczenica wie, że sensem dyskusji jest dialog oparty na szacunku i dążenie do zrozumienia i porozumienia. Uczniowie wiedzą, czym jest porozumienie bez przemocy.

Przed zajęciami: Prosimy o przeczytanie dowolnego dialogu z podręcznika do polskiego i zastanowienie nad tym, kto z kim i na jaki temat rozmawia.

Pomoce i materiały: Kostka z pytaniami/karty, karty do przygotowania dekalogów, mazaki, niejednoznaczny obraz.

Wiedza: Dobra dyskusja to taka, która jest oparta na szacunku i dążeniu do zrozumienia i porozumienia. Nie jest konieczne przekonanie kogoś do swoich racji, raczej zrozumienie.

Komunikowanie (porozumienie) bez przemocy (NVC, Non – Violence Communication) to koncepcja wypracowana przez Marshalla Rosenberga. Polega na empatycznym wsłuchiowaniu się w rozmówcę i szczerym wyrażaniu siebie. Porozumienie bez przemocy wolne jest zatem od oceniania, oczerniania, przypisywania innym swoich interpretacji.

Po zajęciach: Uczniowie starają się przestrzegać zasad dobrej dyskusji.

Informacje dla rodziców i propozycje zadań do wykonania w domu: Uczniowie podczas zajęć uczą się komunikować bez przemocy, czyli empatycznie słuchać i szczerze wyrażać swoje potrzeby i emocje. Uczą się wyrażać prośby, które nie są żądaniami (jeżeli o coś proszą to osoba proszona ma możliwość nie spełnienia prośby). Proponujemy rodzinne zabawy w opowiadanie, używanie kostek do storytellingu oraz grę Emocje.

Scenariusz krok po kroku:

Działanie	Przebieg	Czas	Komentarz	Podsumowanie
Wprowadzenie	Przedstawienie tematu spotkania.	5 minut	Trener mówi o sztuce rozmawiania, prowadzenia dyskusji.	
Icebreaker	Uczniowie siadają w kręgu. Trener prosi każdego z nich o rzucenie kostką. Na kartach (ścianach) są takie zdania: „lubię Was bo”, „warto być dobrym bo”, „moim największym marzeniem jest”, „gdybym był/a mrówką to”, „gdybym miała nieskończenie dużo pieniędzy”, „chciałbym Wam wszystkim podziękować za...”.	10 minut	Materiały: kostka z niedokończonymi zdaniami.	

Działanie	Przebieg	Czas	Komentarz	Podsumowanie
O czym trzeba pamiętać w czasie dyskusji	Klasa pracuje w grupach i przygotowuje zestaw zasad dobrej rozmowy.	15 minut	Trener pilnuje, żeby każdy miał okazję zaprezentować swoje pomysły. Trener zachęca, żeby prace były czytelne i kolorowe, możliwe do powieszenia na ścianie. Materiały: kartki, mazaki.	Trener podkreśla przykładowe zasady dotyczące dyskusji: – Słuchaj innych. – Nigdy nie przekrzykuj innych. – Nie wchodź w słowo. – Uważaj na emocje. – Rozróżniaj fakty od opinii. – Mów na temat. – Szanuj poglądy innych. – Uwaga na dygresje. – Uwaga na stereotypy.
Fakty i opinie	Trener pokazuje rysunek i pyta ile jest na nim kłód.	2 minuty	Obrazek pokazuje, że punkty widzenia są bardzo różne. Jeżeli ktoś widzi coś inaczej nie zawsze wynika to tylko ze złej woli. Materiały: obrazek.	

Działanie	Przebieg	Czas	Komentarz	Podsumowanie
Rozróżniamy fakt od opinii – opisz długopis	Każdy uczeń proszony jest o przygotowanie swojego długopisu, ołówka, gumki, linijki (drobnego przedmiotu z piórnika). Uczniowie przekazują przedmiot koledze po lewej stronie. Zadanie polega na napisaniu 5 zdań na temat przedmiotu, który dostali. Następnie uczniowie czytają swoje zdania i wspólnie zastanawiają się nad tym, co jest faktem, a co jest opinią.	15 minut		Zadanie najlepiej wykonać w mniejszych grupach.
Inna perspektywa	Trener pokazuje niejednoznaczny obraz i pyta uczniów: „Co widzicie na obrazku?”	10 minut	Trener zwraca uwagę na to, jak bardzo perspektywa wpływa na to, co widzimy. Materiały: niejednoznaczne obrazki.	

Działanie	Przebieg	Czas	Komentarz	Podsumowanie
Ściągawka	Uczniowie przygotowują ściągę. Na kartkach wypisują zwroty, które pomogą im dyskutować.	10 minut	Trener pilnuje, żeby przygotowane komunikaty były komunikatami „Ja” (ja się zgadzam, ja lubię) oraz żeby nie były obraźliwe. Materiały: kartki, mazaki.	Przykładowe zwroty: np. (nie) zgadzam się z tobą, (nie) lubię jak, wolę jak, spójrzmy na to z innej strony, proponuję.
Dyskusja w praktyce	Uczniowie proszeni są o przygotowanie się do dyskusji na zadany temat. Przykładowy temat: Czy wakacje powinny trwać miesiąc? Zadanie domowe: podanie powodów „za” i „przeciw”.	10 minut +20 minut	Uczniowie rozmawiają w 5-6 osobowych zespołach. Trener czuwa nad tym, żeby każdy miał możliwość wypowiedzenia się. Moderuje dyskusję. Materiały: kartki, mazaki.	Trener najpierw prosi uczestników o przygotowanie się do dyskusji. Przemyslenie odpowiedzi na pytanie, zapisanie argumentów. Napisać na kartkach początki zdań, jakich starali się używać najczęściej
Czy warto dyskutować?	Uczniowie oglądają zasady dobrej dyskusji zbudowane na początku zajęć. Podkreślają zasady, które wydają im się najważniejsze. Dopisują też nowe punkty.	5 minut	Zasady dobrej dyskusji można powiesić na ścianie.	



**Fundusze
Europejskie**
Wiedza Edukacja Rozwój

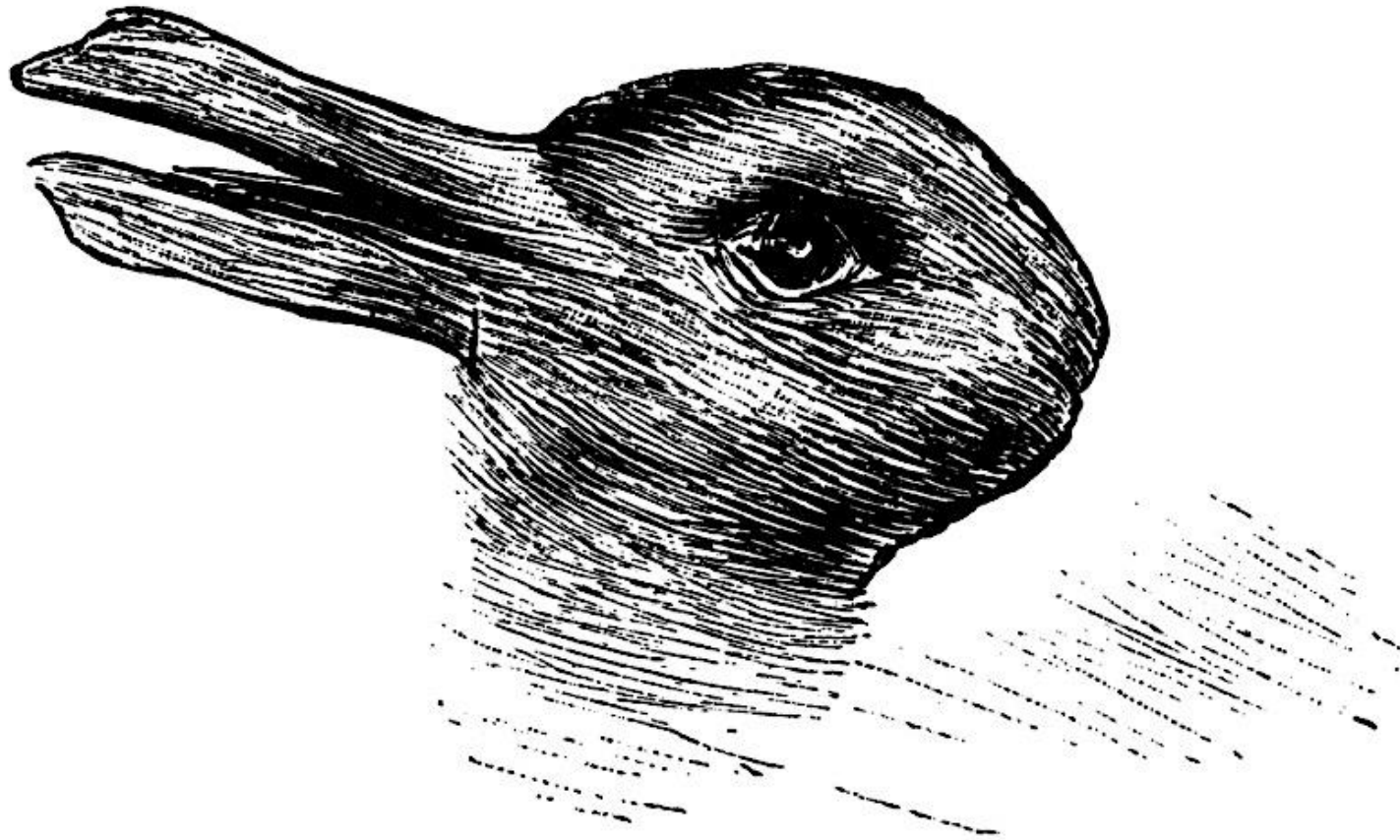


**Rzeczpospolita
Polska**

Unia Europejska
Europejski Fundusz Społeczny



**UNIWERSYTET
JAGIELLOŃSKI
W KRAKOWIE**



Fundusze Europejskie
Wiedza Edukacja Rozwój



**Rzeczpospolita
Polska**

Unia Europejska
Europejski Fundusz Społeczny



**UNIwersytet
JAGIELLOŃSKI
W KRAKOWIE**



Fundusze Europejskie
Wiedza Edukacja Rozwój

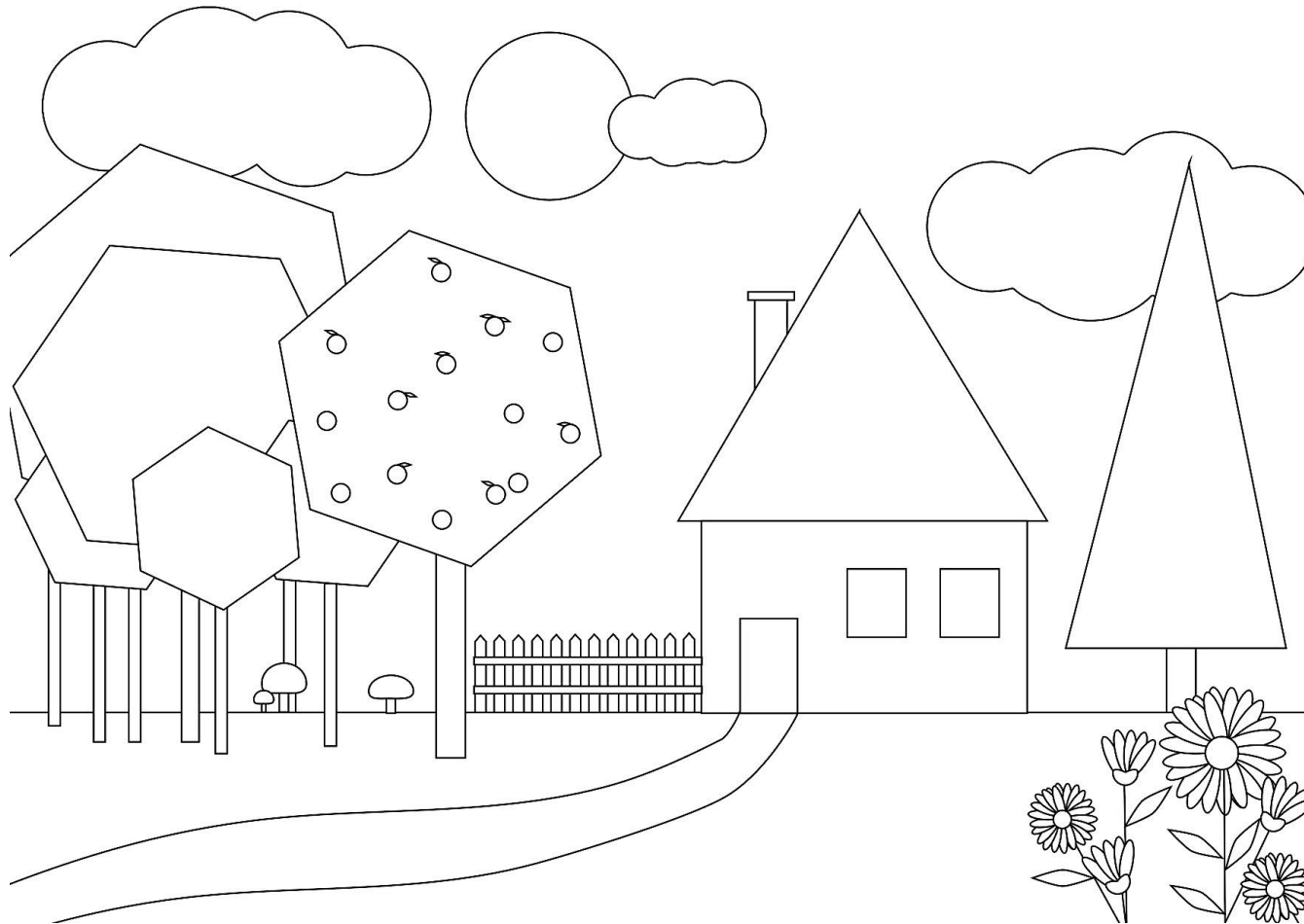


**Rzeczpospolita
Polska**

Unia Europejska
Europejski Fundusz Społeczny



**UNIwersytet
JAGIELLOŃSKI
W KRAKOWIE**



Fundusze Europejskie
Wiedza Edukacja Rozwój



**Rzeczpospolita
Polska**

Unia Europejska
Europejski Fundusz Społeczny



**UNIwersytet
JAGIELLOŃSKI
W KRAKOWIE**



Fundusze Europejskie
Wiedza Edukacja Rozwój



**Rzeczpospolita
Polska**

Unia Europejska
Europejski Fundusz Społeczny



**UNIwersytet
JAGIELLOŃSKI
W KRAKOWIE**



Fundusze Europejskie
Wiedza Edukacja Rozwój



Rzeczpospolita
Polska

Unia Europejska
Europejski Fundusz Społeczny



UNIwersytet
JAGIELLOŃSKI
W KRAKOWIE