

BLOK 1

Temat: „Integracja”

Czas: decyduje nauczyciel w zależności od możliwości psychofizycznych uczniów.

Ćwiczenie 1

Cel:

- budowanie zdolności współdziałania z innymi,
- kształtowanie umiejętności przedstawiania się innym,
- utrwalanie pojęcia grupy (zespołu), którą tworzą uczestnicy warsztatów.

Pomoce: arkusze papieru, flamastry, kredki

Przebieg

Po powitaniu uczniów i przedstawieniu się omawiamy główne tematy warsztatów.

Wspólnie z uczniami ustalamy zasady, które będą obowiązywały podczas warsztatów. Spisujemy z nimi kontrakt na dużej kartce papieru i zawieszamy go na ścianie.

Kontrakt

1. Przestrzegamy zasad dobrego wychowania – używamy w stosunku do siebie zwrotów grzecznościowych (proszę, dziękuję, przepraszam).
2. Jeśli chcemy zabrać głos, podnosimy rękę.
3. Mówi tylko jedna osoba.
4. Słuchamy siebie nawzajem z uwagą.
5. Mówimy innym miłe rzeczy.
6. Nie musimy nic mówić, jeśli nie mamy na to ochoty.
7. Jeśli mamy z czymś problem, to prosimy innych o pomoc.
8. Pomagamy innym.
9. Jesteśmy punktualni.
10. Wykonujemy powierzone zadania.
11. Staramy się pracować razem.
12. Zostawiamy po sobie porządek.
13. Nie oceniamy wypowiedzi innych.
14. Mamy prawo powiedzieć „nie”, jeśli się z czymś nie zgadzamy.
15. Jak się czegoś boimy, to informujemy o tym grupę.

Ćwiczenie można przeprowadzić w następujący sposób:

1) Inicjujemy rozmowę na temat zasad, które mają obowiązywać podczas warsztatów i do których stosować się będą wszyscy uczniowie. Po ich wspólnym ustaleniu zapisujemy je na planszy (będzie ona wisiała w widocznym miejscu, w sali, w której są prowadzone warsztaty). Planszę można uzupełnić odpowiednimi ilustracjami, rysunkami (praca zbiorowa) i obrazkami.

2) Odczytujemy i wyjaśniamy zasady zapisane wcześniej na oddzielnych kartonach. Ewentualnie możemy przygotować naklejki z zasadami, które zostaną przyklejone do tablic podczas zajęć. Przy naszej pomocy uczniowie ustalają kolejność umieszczenia ich na dużym arkuszu papieru, biorąc pod uwagę ich „ważność”. Zasady uzupełniamy rysunkami wykonanymi przez uczniów (nauczyciela) lub przyklejanymi ilustracjami.

3) Wykorzystujemy elementy „dramy” – scenki, w których uczniowie przedstawiają omawiane podczas warsztatów zasady. Jeśli zajdzie taka potrzeba, możemy im pomóc w przygotowaniu poszczególnych scenek. Zasadę przedstawioną w scenie wybieramy spośród tych zapisanych na kartonie i umieszczamy ją na dużej planszy.

Ćwiczenie 2

Cel:

- integracja grupy,
- utrwalenie pojęcia grupy (zespołu), którą tworzą wszyscy uczniowie,
- uświadomienie pełnienia ról społecznych.

Pomoce: flipchart z czystymi kartkami, flamastry, kredki.

Przebieg

Rysujemy na dużej kartce papieru teren wyspy, na której mają się znaleźć wszyscy uczniowie. Uczestnicy warsztatów muszą porozumieć się między sobą, jakie rzeczy zabiorą. Każdy z uczniów ma za zadanie – po uzgodnieniu z pozostałymi członkami grupy – narysować tylko jedną rzecz, bez której nie będzie mógł obejść się na wyspie.

Ćwiczenie 3

Cel: kształtowanie umiejętności przedstawiania się innym i mówienia o sobie.

Pomoce: czyste kartki papieru, kolorowe gazety.

Przebieg

Wręczamy uczniom czyste kartki papieru formatu A4 i prosimy o ich podzielenie na cztery równe części. W pustych polach uczniowie mają za zadanie narysować lub przykleić wycięte z gazet obrazki symbolizujące np. ich ulubioną potrawę, miejsce czy kolor, ich marzenia, a także sytuacje, w których są radośni. W herbie można też umieszczać inne informacje, np. o hobby lub ulubionym

sposobie spędzania wolnego czasu. Następnie uczniowie, za pomocą herbu, opowiadają o sobie na forum grupy.

Podsumowanie bloku

Rozmowa kierowana – o czym były zajęcia, czego uczniowie się podczas nich nauczyli.

BLOK 2

Temat: „Współpraca w grupie”

Czas: decyduje nauczyciel w zależności od możliwości psychofizycznych uczniów.

Ćwiczenie 1

Cel:

- ćwiczenie podejmowania decyzji na drodze ogólnego porozumienia,
- uświadomienie procesów i ról grupowych,
- poznanie i zrozumienie pojęcia „współpraca”,
- utrwalanie zasad pracy w grupie.

Pomoce: lista przykładowych zasad podejmowania decyzji na drodze ogólnego porozumienia.

Przebieg

Zapoznajemy uczniów z zasadami podejmowania decyzji na drodze ogólnego porozumienia i przypominamy reguły współpracy w grupie wypracowane i zapisane wcześniej (wiszące na widocznym miejscu).

Zasady

Różnice zdań POWINNY być traktowane jako sposobność do:

- zebrania dodatkowych informacji,
- wyjaśnienia wątpliwości,
- zachęcenia grupy do poszukiwania lepszych rozwiązań.

NALEŻY słuchać tego, co mają do powiedzenia inni.

NALEŻY zachęcać innych, szczególnie małomównych członków grupy, do przedstawiania własnych poglądów.

NIE WOLNO godzić się zbyt szybko i łatwo iść na przedwczesny kompromis.

NIE NALEŻY rywalizować z innymi.

NIE WOLNO się targować.

Przestrzegając podanych zasad, uczniowie podejmują decyzję na wybrany przez siebie temat, np. gdzie pojechać na wycieczkę, na co pójść do kina. Podczas tego zadania możemy wyznaczyć uczniom role, które polegają na: obserwowaniu, przypominaniu reguł, wspieraniu, godzeniu, zachęcaniu. Po wykonanym zadaniu uczniowie mówią, czy udało im się podjąć wspólną decyzję zgodnie z zasadami. Jeśli nie, wyjaśniają dlaczego.

Ćwiczenie 2

Cel:

- poznanie pojęcia „cel”,
- kształtowanie umiejętności określania celów grupowych i indywidualnych,
- ćwiczenie zdolności planowania kroków do osiągnięcia zamierzonego celu.

Pomoce: czyste arkusze papieru, koperty.

Przebieg

Uczniowie dostają do wykonania wspólnie zadanie (np. nakrywanie do stołu, prace biurowe, porządkowanie dokumentów, sprzątanie itp.). Każdy uczeń podaje lub zapisuje cel, który – jego zdaniem – grupa powinna osiągnąć. Należy podkreślić, że chodzi o cel grupowy, a nie indywidualny. Cała grupa omawia przydatność wypisanych celów, ich podobieństwa i możliwość realizacji. Uczniowie określają cele za pomocą słów opisujących działanie, a następnie odpowiadają na pytania: kto i co ma robić, kiedy i ewentualnie jak często.

Po ustaleniu ostatecznych celów zapisujemy je na papierze i umieszczamy w widocznym miejscu. W kolejnej części zajęć uczniowie dostają koperty i kartki, na których zapisują – samodzielnie lub z naszą pomocą – to, co chcieliby osiągnąć dla siebie poprzez przynależność do grupy. Kartki wkładają do kopert i podpisują je swoim imieniem i nazwiskiem. Uczniów, którzy nie potrafią pisać lub czytać wyręczamy lub rozdajemy im gotowe etykiety w języku, w którym się komunikują. W ostatniej części zajęć uczniowie wykonują zadanie określone przez prowadzącego, np. sprzątają salę. Po zakończonej pracy przypominamy ustalone na wstępie cele grupowe. Prosimy uczniów, by opowiedzieli, które z nich zostały osiągnięte, a które nie, i dlaczego. Następnie omawiamy przyczyny zrealizowania lub niezrealizowania poszczególnych celów.

Opracowano na podstawie programu profilaktycznego dla młodzieży „Jak żyć z ludźmi? (umiejętności interpersonalne)”.

Ćwiczenie 3

Cel: integracja grupy.

Pomoce: 2 komplety dowolnych klocków.

Przebieg

Dzielimy uczniów na dwie grupy. Polecamy, aby zbudowali jak najwyższą wieżę w taki sposób, aby się nie zawaliła. W wykonanie zadania powinien być zaangażowany każdy uczeń. Następnie omawiamy pracę w grupach. Grupy prezentują efekty swojej pracy oraz wskazują wkład pracy każdego ucznia. Podczas ćwiczenia warto pokazać konflikty, do których dochodziło podczas wykonania zadania oraz omówić, w jaki sposób udało się osiągnąć porozumienie. Na zakończenie pytamy każdego ucznia, jaką formę pracy woli: grupową czy indywidualną.

Ćwiczenie 4

Cel:

- kształtowanie umiejętności współpracy w grupie,
- ćwiczenie zręczności,
- rozwijanie kreatywności,
- poznanie ról, jakie pełnią ludzie w grupie.

Pomoce: gazety, taśma klejąca, nożyczki, kamera lub aparat z funkcją nagrywania.

Przebieg:

W zależności od liczby uczniów albo dzielimy ich na dwie grupy, albo zlecamy wykonanie zadania wszystkim razem. Zespoły otrzymują taką samą liczbę gazet, taśmę klejącą oraz nożyczki. Ich zadaniem jest zbudowanie z papieru jak najwyższej wieży, która nie będzie się o nic opierała i będzie stała co najmniej 5 sekund. W trakcie ćwiczenia wyjaśniamy uczniom, że każdy członek grupy musi mieć swój wkład w wykonanie zadania. Ponadto informujemy uczniów, że nie będziemy im pomagali w zadaniu – muszą liczyć sami na siebie.

Zadanie realizowane przez uczniów nagrywamy. Po jego ukończeniu odtwarzamy film i analizujemy ćwiczenie. Pytamy o wrażenia i trudności podczas wykonywania zadania. Prosimy uczniów, aby zastanowili się, czy dobrze się współpracowało, jak doszli do porozumienia, kto był pomysłodawcą, czy osiągnęli cel. Przy analizie ćwiczenia przekazujemy uczniom podstawowe informacje o rolach, jakie pełnią ludzie w grupie i prosimy, aby zastanowili się, jakie role pełnili poszczególni członkowie ich zespołu podczas wykonywania zadania (np. lidera, dobrego ucznia, błazna grupowego, outsidera itp.). Podkreślamy ważność każdej z pełnionych przez uczniów ról.

Ćwiczenie 5

Cel:

- nauka pracy w grupie,
- kształtowanie umiejętności osiągania kompromisu.

Pomoce: ulotki, np. z pizzerii.

Przebieg

Wręczamy uczniom ulotkę, przykładowo z pizzerii, i zlecamy im zamówienie pizzy dla całej grupy za określoną przez nas kwotę. Uczniowie próbują samodzielnie wykonać zadanie.

Uwagi:

Podczas zadania będziemy musieli udzielać wskazówek uczniom, zwłaszcza w sytuacji, kiedy okaże się, że każdy chce zamówić inną pizzę. Należy poruszyć temat kompromisu, ale jednocześnie trzeba podkreślić, że nie wolno całkowicie rezygnować z tego, co chcemy. Każdy musi być otwarty na kompromis, bowiem tylko wtedy możliwe jest rozwiązanie problemu.

Ćwiczenie 6

Cel:

- budowanie zaufania w grupie,
- kształtowanie umiejętności współpracy.

Pomoce: chusta do zawiązania oczu.

Przebieg

Uczniowie dobierają się parami. Jedna osoba jest niewidomym, druga przewodnikiem. Na hasło prowadzącego pary równocześnie poruszają się po sali, przewodnicy pomagają niewidomym omijać przeszkody. Po jakimś czasie następuje zamiana ról. Podczas zabawy nie wolno rozmawiać. Na zakończenie omawiamy ćwiczenie, pytamy, jak uczniowie czuli się w określonych rolach (przewodnika, niewidomego) i czy łatwo jest zaufać drugiej osobie?

Ćwiczenie 7

Cel:

- budowanie poczucia bezpieczeństwa i zaufania w grupie,
- wytworzenie sytuacji współpracy, empatii i pozytywnych emocji warunkujących.

Pomoce: papier o wymiarach 60 x90 cm.

Przebieg:

Kładziemy papier na podłodze i wyjaśniamy, że przedstawia on tratwę ratunkową. Wszyscy członkowie danego zespołu mają zmieścić się na tratwie, stojąc przynajmniej jedną nogą, i wytrzymać w tej pozycji 30 sekund. Ćwiczenie pochodzi z publikacji „Współdziałanie w małym zespole – cykl zajęć kształcących kompetencje uczniów w zakresie współpracy” autorstwa Janusza Żmijewskiego.

Ćwiczenie 8

Cel:

- kształtowanie umiejętności współpracy,
- rozwijanie kreatywności uczniów.

Pomoce: czyste arkusze papieru, kredki, klej, przygotowane przez prowadzącego małe kwadraty (1 × 1cm) pomalowane na czerwono.

Przebieg

Wręczamy każdemu uczniowi czysty arkusz papieru oraz mały czerwony kwadracik. Następnie prosimy, aby przykleili kwadracik w dowolnym miejscu na kartce i dorysowali do niego „coś” (cokolwiek, co przychodzi im do głowy). Wydajemy polecenie, aby uczniowie przekazali sobie kartki w prawą stronę i dorysowali jakiś element do rysunku, który leży obecnie przed nimi – tak, aby powstała jakaś logiczna całość. Arkusze przekazujemy do tej pory, aż przed każdym uczniem będzie leżała jego kartka. Na podsumowanie ćwiczenia warto wskazać uczniom, jak bogate prace stworzyli. Należy też podkreślić ważność potencjału, który leży w pracy grupowej.

Ćwiczenie 9

Cel:

- zaktywizowanie grupy,
- integracja.

Pomoce: model nieskomplikowanej wycinanki, blok rysunkowy, nożyczki.

Przebieg

Demonstrujemy uczniom nieskomplikowaną „wycinankę”. Rozdajemy wszystkim nożyczki i jednakowej wielkości kartki papieru. Uczniowie stają w kole, odwróceniem plecami, my stajemy pośrodku koła i wydajemy polecenia dotyczące składania i wycinania wycinanki. Po wykonaniu wszystkich poleceń uczniowie odwracają się i rozkładają kartki. Następnie omawiamy i prezentujemy prace oraz uświadamiamy istnienie różnic w wykonanych wzorach, które wynikają z różnic w rozumieniu prostych poleceń.

Ćwiczenie 10

Cel:

- poprawa koncentracji uwagi,
- usprawnienie komunikacji między uczestnikami,
- kształtowanie prawidłowych zachowań,
- osiągnięcie porozumienia dotyczącego podstawowych reguł obowiązujących w grupie.

Pomoce: groch, makaron, dwie miseczki/pudełeczka.

Przebieg

Dzielimy uczniów na dwie grupy. Każda grupa otrzymuje mieszankę grochu i makaronu, a zadanie polega na tym, aby jak najszybciej oddzielić jedno od drugiego.

Ćwiczenie 11

Cel:

- poprawa koncentracji uwagi,
- usprawnienie komunikacji między uczestnikami,
- kształtowanie prawidłowych zachowań,
- osiągnięcie porozumienia dotyczącego podstawowych reguł obowiązujących w grupie.

Pomoce: po dwie kartki na grupę.

Przebieg

Dzielimy uczniów na dwie grupy, każda ma do przejścia określony odcinek drogi, z tym, że przemieszczanie może odbywać się wyłącznie po rozłożonych kartkach (dwie kartki na grupę). Polega to na tym, że jedna osoba przechodzi po kartkach, a druga musi je dla niej przekładać. Po dotarciu do wyznaczonej linii mety uczniowie wracają na linię startu i zamieniają się rolami. Ćwiczenie trwa do momentu, aż wszystkie osoby w grupie przejdą wyznaczoną trasę.

Ćwiczenie 12

Cel:

- usprawnianie manualne,
- nauka postępowania zgodnie z instrukcją,
- ćwiczenie procesów koncentracji i uwagi,

- poprawa komunikacji między uczestnikami,
- kształtowanie prawidłowych zachowań,
- osiągnięcie porozumienia dotyczącego podstawowych reguł obowiązujących w grupie.

Pomoce: klocki lego.

Przebieg

Dzielimy uczniów na dwie grupy. Każda grupa typuje jedną osobę, która będzie obserwatorem, druga wyznaczona osoba będzie wydzielala klocki, a trzecia będzie budowała. Obserwator jako jedyny z grupy widzi ułożoną przez prowadzącego budowlę i musi poinstruować pozostałą część grupy, jak zbudować taką samą konstrukcję z uwzględnieniem kolorów i układu klocków.

Podsumowanie bloku

Rozmowa kierowana – o czym były zajęcia, czego uczniowie się nauczyli.