

Beadandó feladat 2. - Három hónapos terv

Bakonyi Borbála

Az elmúlt tanévben kaptam egy BTMN-es tanulókból álló csoportot, akikkel hetente egyszer találkoztunk, két tanórában. Fejlesztő foglalkozásokat tartottam a 17 tanulónak, akik különböző tanulási nehézséggel küzdenek: többségének dyslexia, másoknak dysgraphia problémája van, némelyikük helyesírási vagy idegen nyelvben tanulási problémával küzd. Olyan tanuló is akad köztük, akinek szociális szorongása miatt társaival nehéz kapcsolatot kialakítania, valamint szelektív mutizmusa gyanítható. Életkoruk 14-19 év között, többségében 17-19 évesek.

A foglalkozásokon természetesen végeztünk olyan gyakorlatokat, amelyek helyesírásukat, szövegértésüket vagy számolási készségeiket fejlesztették, azonban mindegyik alkalommal voltak bemelegítő gyakorlataink, beszélgetések és érzelmi intelligenciát fejlesztő játékok. A passzolás lehetősége minden foglalkozáson adott.

Ebben a tanévben másik kolléga kapta meg a csoportot, de lehetséges, hogy a következő tanévben ismét én fogom tartani számukra a fejlesztő foglalkozásokat. Amennyiben ez történik, úgy tervezem a foglalkozásokat, hogy mindegyik héten az egyik foglalkozást teljes mértékben az érzelmi intelligenciára tudjuk fordítani, a másik teljes tanórát pedig az egyéb készségek fejlesztésére. Az első három hónapban 10 alkalom várható, tehát jelen tervezetembe a 10 óra felépítését építem bele. A csoport létszáma várhatóan 12 fő körül lesz, többségében olyan diákok, akik már ismerik egymást legalább egy éve, de valószínűleg lesz egy-két új kilencedik évfolyamos tanuló is. Többségében lányok a csoporttagok, de három-négy fiú is van közöttük. A foglalkozásokat rögtön szeptember elejétől kezdjük a lenti tematikával. Az első alkalommal ismerkedős játékokra is szükség lesz.

A foglalkozások mindegyike 45 percig tart. Bemelegítő gyakorlattal indulnak, a végén pedig néhány percet mindig szánok a strukturált visszajelzésre – hogyan hatottak az adott napi feladatok illetve milyen érzések vannak a résztvevőkben. A közbülső időbe néhol több rövidebb feladat fér bele, másutt egyetlen hosszabb feladat. **Az óra végi tanulói visszajelzések alapján természetesen változtathatók a következő foglalkozás tervek. Bármely feladat helyett – amennyiben a diákok érdeklődést mutatnak – lehetnek inkább beszélgetések vagy éppen tesztek (érzelemfelismerés, személyiségteszt).**

Az egyes foglalkozásokhoz tartozó fejlesztési célok:

1. érzések fogalmának tudatosítása
2. nonverbális jelekre figyelés, érzelmek: szinonímák gyűjtése és bővítése
3. a zene és az érzelmek kapcsolatának vizsgálata, felismerése
4. önálló hosszabb szóbeli megnyilatkozás
5. összkép kialakítása egy könyvről
6. saját viszonyulások és élethelyzetek értelmezése és megfogalmazása
7. érzelmek hatása a környezetre, a többi emberre – ennek tudatosítása
8. a bizalom kiépítésének erősítése
9. fizikai érintések megtapasztalása és elfogadása
10. a „sűrítés”, összefoglalás gyakorlása és szimbólumokkal való kifejezése

❖ 1. alkalom 0. gyakorlat: nyitókör

1. bemelegítő gyakorlat: „Mutatkozz be 2 percben!” Párosával 2-2 percet kapnak bemutatkozásra a tanulók: elmondják, amit fontosnak tartanak (és a többiek is tudhatják róla). 4 perc elteltével mindenki a társát mutatja be.
2. „járáskés a teremben”: körbe-körbe járkálnak a tanulók, először befelé figyelve, zenére. Utána figyelnek a saját testükre, majd figyelnek a többi résztvevőre is. Utána felveszik a szemkontaktust azokkal, akikkel összetalálkozik a tekintetük, ezt követően az elhaladókra rámosolyognak, végül megérintik a mellettük elhaladókat.
3. „rajz: emberalakba érzéseket beírni”: csoportokban az adott testrészekhez érzéseket rendelnek.
4. egy érzést kiválasztva: „milyen állat, tereptárgy és filmcím lehetne?” A másik csoportok megtippelik az érzést.
5. A csoportok beállnak, hogy egy „szobor” formájában mutassanak be egy újonnan kiválasztott érzést. A többiek megtippelik.

6. Érzésekkel kapcsolatos szólásokat, mondásokat gyűjtenek. Akinek van kedve, otthon – házi feladatként - kiegészítheti.

7. feedback

❖ 2. alkalom 0. gyakorlat: nyitókör

1. bemelegítő gyakorlat: „maci kártya”: válasz ki, amelyik megszólít, majd mondd el, miért éppen az a kártya választott téged!

2. „kapu”: egy tanuló kimegy, közben a többiek megbeszélik, melyik két ember játssza a kapu szerepét. Csupán tekintettel elutasítják/átengedik a kör közepén lévő embert. Ha van kedve mindenkinek, mindenki kipróbálhatja, milyen a kör közepén lenni.

3. „Álljon az egyik sarokba, aki ..., a másik sarokba, aki, a harmadik/negyedik sarokba, aki...!” Utasítások alapján a résztvevők beállnak a megfelelő helyre, ami alapján sok-sok érdekes információt tudhatnak meg egymásról. Variáns: a játékvezetői kérdések befejeztével a csoporttagok is tehetnek fel kérdéseket, ami alapján beállnak a megfelelő helyekre.

4. csoportokban: 1-1 kiválasztott „érzelem skálán való megjelenítése”. A csoporttagok 1-2-3-ra megfordulnak, egyszerre mutatják az adott érzelmet. A többi csoport megtippeli az adott érzelmet.

5. A 4. pont érzelmeire közösen „szinonímák keresése”, táblán és füzetben összegyűjtése.

6. feedback

❖ 3. alkalom 0. gyakorlat: nyitókör

1. bemelegítő gyakorlat: körben állva: „James Bond, Marilyn Monroe, turmixgép, kenyérpíró, pálmafa, mosógép”

2. előző alkalommal házi feladatnak adott feladat kivitelezése: egy pár perces filmrészlethez, ami érzelmes, zenét keresni, utána pedig mindenféle zenével kipróbálgatni. Ez vicces is lehet, illetve átbeszéljük, a zene mennyiben erősíti vagy éppen semlegesíti a drámai hatást.

3. előző alkalommal házi feladatnak adott feladat kivitelezése szintén: hozzanak különböző érzelmekhez zenéket, és aztán beszélgetsek róla, hogy szerintük melyik zene milyen érzelmeket indít be.

4. feedback

❖ 4. alkalom 0. gyakorlat: nyitókör

1. bemelegítő gyakorlat: „szegény pici cicamica”
2. „maci kártya”: Válaszd ki azt a kártyát, ahogy ma reggel megérkeztél az iskolába! Ha van kedvük, elmesélik, miért azt választották.
3. „Meséj életed sikeres, örömteli időszakairól!” 3 db 5-5 perces fázisban elmesélik párokban. Olyan párokat választanak, akiket nem ismernek az osztályból/ korábbról. A 30 perc elteltével először a párban, majd utána körben is adnak visszajelzést, hogy érezték magukat a gyakorlat közben, mi jelentett nehézséget, mit élveztek.
4. házi feladat: egy kedvenc könyvet – amelyik az érzelmekre erősen hatott – magával hozni
5. feedback

❖ 5. alkalom 0. gyakorlat: nyitókör

1. bemelegítő gyakorlat: párokban 2 percig „egymás szemébe nézés”, utána a gyakorlat szokatlanságának megbeszélése párban, majd az egész csoportban
2. a hozott „könyv átnézése 10 percben”, majd annak ajánlása csoporton belül
3. „Melyik könyvet olvasnád el legszívesebben? Miért?”
4. feedback

❖ 6. alkalom 0. gyakorlat: nyitókör

1. bemelegítő gyakorlat: „járkálás, majd átvesszük valakinek a mozgását”
2. kérdések, amelyek alapján elhelyezkednek a csoporttagok (pl. múlt, jelen, jövő, gondoskodás, stb.). Miután elhelyezkedtek, a csoportvezető kérdéseket tesz fel, miért éppen ott foglalták el a helyüket. Variáns: egymásnak is tehetnek fel kérdéseket, miután elhelyezkedtek.
3. „Érzelmek kereke”: elmondanak egy-egy élményt a kapott érzelmmel kapcsolatban
4. feedback

❖ 7. alkalom 0. gyakorlat: nyitókör

1. bemelegítő gyakorlat: „párban járkálni és közben érzelmeket fotózni, majd azokról beszélgetni”
2. „érmek autóbuzsa”: egy utas valamilyen stílusban jegyet vesz a soförtől, a többiek pedig ezt az érmeket átveszik. Utána megbeszélük, melyiket volt könnyű átvenni, illetve azt is, hogy az utánzással belekerültek-e a választott hangulatba.
3. „pókháló” készítése, miközben egy-egy kiválasztott társuknak megindokolják, miért éppen ő kapja a pamutgombolyagot
4. „fotók kivetítése” és megbeszélése, milyen érmeket fejeznek ki az adott személyek
5. feedback

❖ 8. alkalom 0. gyakorlat: nyitókör

1. bemelegítő gyakorlat: „pattogatott kukorica”, majd „felfűjt és leeresztett lufi”
2. „denevér” tájékozódás: becsukott szemmel, csupán hangadások segítségével kell átjutni A pontból B pontba. Akinek van kedve, mindenki kipróbálhatja.
3. párokat alkotva: „érintések”. 1. érintsd meg egy kézzel, 2. két kézzel, 3. ahol megérinted, a másik onnan indítja a spontán mozgást. Egyre kevesebb segítség elegendő. Utána a párok cserélnek.
4. feedback

❖ 9. alkalom 0. gyakorlat: nyitókör

1. bemelegítő gyakorlat: „mezítláb járkálás”, „járkálás tapsra előre hajolással, két tapsolásra megállással”
2. „autómosó” mindenkitől kap érintést, aki a szemben állók folyosóján végigmegy
3. egy kis elmélet: rövid ppt az újszölettekről és az érmek fejlődéséről, amihez a tanulók saját észrevételeiket hozzáfűzhetik
4. lepedőben ringatás: Mindenki kipróbálhatja, ha szeretné.
5. feedback

❖ 10. alkalom 0. gyakorlat: nyitókör

1. bemelegítő gyakorlat: „maci kártya”: Melyik maci fejezi ki a 10 foglalkozáson való részvételeidet? Hogyan éreztél magad a három hónap során?
2. csoportokban: „rajz készítése”, ami szimbólumokkal összefoglalja, miről szólt a 3 hónap 10 alkalma
3. különböző stílusú zenékre: spontán mozgás, ha kedvük van, csukott szemmel
4. feedback