

korosztály: középiskola
 létszám: osztálylétszám
 időtartam: 2*45 perc
 Téma: együttműködés fejlesztése

gyakorlat neve	idő	megjegyzések	eszközök
Három ujj	5 perc	<ul style="list-style-type: none"> Hol lennél most legszívesebben? Mit ennél most legszívesebben? Milyen zenét hallgatnál most legszívesebben? 	-
Forgószél	10 perc	-	-
Ha az osztály jármű lenne...	15 perc	-	papírok, filcek
Akadémia székfoglaló	10 perc	-	-
SZÜNET			
Ments meg január	5 perc	A gyakorlat fejleszti az egymásra való odafigyelést és az empátiát, illeszkedve a foglalkozás átfogó céljához.	-
Papírtorony	30 perc	-	papírok, maszkolószalag, hurkapálca
Emberi csomó	10 perc	-	-

Ajánlott módszertani kiadványok a DIA-tól vitafoglalkozások megtervezéséhez és megvalósításához:

- Gondolkodjunk 3D-ben! <https://i-dia.org/shop/#gondolkodjunk>
- Dilemma, Disputa, Demokrácia <https://i-dia.org/shop/#dilemma>

Gyakorlatok leírása

3 ujj

Kérjük meg a résztvevőket, hogy álljanak fel, és kezdjenek el sétálni a teremben. Séta közben - amikor a csoportvezető adott egy jelet (például tapsolt) válasszanak maguknak egy beszélgetőpartnert. A beszélgetést a párok kezdjék úgy, hogy összeérintik a jobb kezük hüvelykujját, majd tegyék fel egymásnak az első kérdést. Ezután érintsék összemutatóujjaikat is, és válaszolják meg mindketten a második kérdést. Végül vegyék be a játékba a középsőujjakat is, és beszéljék meg a harmadik kérdést. Ha a párok végeztek a három kérdéssel, kezdjenek sétálni újra, és találjanak egy új párt.

Célok: energizálás, koncentráció

Forgószél

A csoportvezető a kör közepén marad, körülötte a résztvevők székeken helyezkednek el. A feladat az, hogy a középen álló (első körben a foglalkozásvezető) mondjon egy olyan tulajdonságot, ami rá jellemző. Mindenki más a körben, akire ez a tulajdonság szintén jellemző megpróbál átülni egy másik helyre - és természetesen a foglalkozásvezető is ezt igyekszik megtenni. Egy ember minden kör végén középen marad (mivel eggyel kevesebb szék van), így ő folytatja azt, hogy saját magára jellemző tulajdonságot mondjon. Érdekes bátorítani a résztvevőket, hogy ne külső, hanem belső tulajdonságokat is mondjanak.

Fontos még, hogy ha valaki elkezdett felállni az ülőhelyéről, akkor ugyanoda abban a körben már nem ülhet vissza, illetve a saját szomszédja helyére sem ülhet.

Célok: energizálás, belső tulajdonságok megosztása.

Ha az osztály jármű lenne...

Kérjük meg az osztályt, hogy gondolják végig, hogy ha az osztályuk egy jármű lenne, akkor milyen jármű lenne és miért? Milyen tulajdonságok jellemzik ezt a járművet? Minden csoport elkészíti a rajzát, majd bemutatja a jellemzéseket. Ezt utána összesítjük és megszavaztatjuk az elkészült művek közül, hogy melyik az osztályra a legjellemzőbb.

Célok: ön-és társismeret, osztály definíció, kik vagyunk mi, problématérkép

Reflexiók kérdések: Milyen a jármű kívül és belül? Mit jelképeznek a részei, részletei? Elégedettek vagytok a rajzokkal? Elégedettek vagytok az általatok megszavazott járművel? Mi az, amin változtatnátok? Milyen jármű lennétek 1-2 év múlva?

Tipp: Ha jó hangulatú volt a rajzolás, és elégedettek a diákok, érdemes kitenni az osztályba. Írjunk rá dátumot is!

Akadémiai székfoglaló

A teremben mindenki egy széken ül, egy szék azonban üres. A játékvezető célja, hogy leüljön az üres székre. Ezt a többiek úgy akadályozhatják csak meg, ha üres székre ülnek. Ekkor a játékvezető megváltoztatja az irányát és a megüresedő szék felé igyekszik. Cél, időben minél tovább távol tartani a játékvezetőt. Fontos: egy helyre csak egy ember ülhet. Tilos akadályozni a játékvezetőt. Lehet több kör, amíg jobban bele nem jönnek a résztvevők az együttműködésbe.

Célok: ráhangolás, energetizálás, együttműködés fejlesztése

Reflexiós kérdések: Milyen volt ez a gyakorlat? Milyen ötleteitek voltak? Kinek volt olyan ötlete, ami magában ragadt és nem jutott érvényre? Hogyan lehetne meghallgatni ezeket az ötleteket? Milyen fordulópontok voltak, mikor változott a helyzet? Mi volt itt most a legjobb idő? Hogyan értékelték ezt el?

Tipp: A diákok is lehetnek játékvezetői szerepben. Csak figyeljenek arra, hogy megfelelő ritmusban közelítsenek. Mindig mérjük stopperrel az eredményeket. Meg lehet tippelteni a diákokkal, hogy vajon mennyi ideig tudják a játékvezetőt távol tartani. Jó, ha ezeket az időket egyre ki tudják tolni.

Ments meg január!

Mindenki körben elmondja, melyik hónapban született. A játékvezető gyorsan hónapokat sorol – sorban vagy összevissza. Az, aki az adott hónapban született, lassan kezd leguggolni. Ha egészen leguggol, kiesett. Társai úgy „menthetik” meg, hogy megérintik.

Célok: energizálás, empátia, egymásra való figyelem

Reflexiós kérdések: Ki segített kinek? Miért? Mikor? Amúgy is szoktatok egymásnak? Milyen érzés volt megmenteni egymást?

Tippek: Ezt a feladatot ki lehet egészíteni úgy, hogy a résztvevők feladata egy sorrendbe állni az osztályterem egyik végétől a másikig némán januártól 1-től decemberig 31-ig (az év nem számít). A sorrend felállítása után ellenőrzéskor hangosan kimondják a hónapot, amelyben születtek. Érdemes akár előre felírni a hónapokat, hogy ne legyen olyan hónap, amit következetesen kihagyunk. Ha ezt a kiegészítést választjuk, röviden átbeszélhetők a kommunikációs tanulságok is, de több idővel kell terveznünk (10 perccel). Ezt követően szellősen helyezkedjenek el a térben és változtassanak helyet a Ments meg január játéokra.

Papírtorony

Osszuk fel a csoportokat maximum 6 fős csoportokra. Kérjük a résztvevőket, hogy építsenek papírtornyokat (mindenkinek pontosan ugyanannyi alapanyagot adunk). A cél a legmagasabb olyan torony felépítése, ami nem dől össze (kívülről tilos hozzáérni). A csoport minden tagjának hozzá kell járulnia a tervezési szakaszhoz, és a teljes csoport

helyeslése nélkül nem építhető egyetlen torony sem. A csoportoknak 20 perc áll a rendelkezésére.

Célok: együttműködés fejlesztése, kommunikáció

Reflexiós kérdések: Ki hogyan érzi magát? Mennyire vagytok elégedettek a tornyotokkal? Mi történt a tervezési és a megvalósítási szakaszban? Mik voltak a fordulópontok? Mi lehetett a titka a legsikeresebb csapatnak? Min változtatnátok most a tanulságok tükrében?

Tippek: Plusz szempontként be lehet vezetni, hogy legyen esztétikus a készítendő torony. Meg is lehet szavaztatni a legszebb és legstrammabb tornyot (természetesen a sajátjára senki nem szavazhat). Környezeti szempontokat figyelembe véve lehet napilapot is felhasználni, bár itt fennáll a veszély, hogy belefeledkeznek a résztvevők az olvasásba. :)

Emberi csomó

Egy nagy körben állnak a résztvevők. Mindenki becsukja a szemét, majd kinyújtja előre a kezét, keresztezve. A tréner jelt ad, mire mindenki elkezd a kör közepe felé haladni és keresni mind a két kezére egy másik kezét. A foglalkozás vezetője ellenőrzi a párokat, segít az egymásra találásban, illetve a résztvevők jelezhetik, ha nem találtak "kézpartnert". A résztvevők - amikor az előbbi megtörtént - kinyitják a szemüket, a feladatuk pedig az, hogy kibogozzák magukat anélkül, hogy elengednék egymás kezét.

Célok: közös élmény keresése, lezárás

Tippek: Vannak olyan résztvevők, akik számára nem biztonságos csukott szemmel a feladatban lenni. Számukra is komfortosabb, ha először a feladatot mindenki nyitott szemmel próbálja, hogy jól megértse és átlássa a feladat egészét. Ebben az esetben természetesen nem kell megoldani a feladatot, csak az egymásra-találások történjenek meg próba gyanánt.