

Scenariusz zajęć on-line nr 9

Temat: Sztuka wdzięczności – dziękuję za to, co było i pielęgnuję dobre wspomnienia. Dodatkowo: Dzień Dziecka.

Cele spotkania: Udzielanie wsparcia uczestnikom w ich trudnościach. Budowanie atmosfery akceptacji, bezpieczeństwa i zaufania. Tworzenie okazji do poczucia się ważnym i potrzebnym. Zaspokojenie potrzeby wyrażania siebie. Nauka dzielenia się swoimi doświadczeniami, uczuciami i myślami, a także czerpania z doświadczeń innych. Modelowanie bezpośredniej i szczerzej komunikacji. Obniżenie poziomu napięcia i stresu, przełamywanie lęku przed ekspozycją i oceną innych. Trening umiejętności społeczno-emocjonalnych.

Cel główny: Uczenie się dostrzegania dobrych, cennych aspektów swojego życia i pozytywnego myślenia o swojej przeszłości.

Metody i techniki:

Konwersacja na komunikatorze Messenger, grupa zamknięta Facebook, wideokonferencja (Google Meet / Zoom / Microsoft Teams), rundka, gry i zabawy grupowe, praca indywidualna, rozmowy w parach.

Pomoce dydaktyczne:

Wspomnienia z dzieciństwa gra on-line: <https://wordwall.net/pl/resource/2579255/kiedy%c5%9b-by%c5%82o>

Termometr emocji: <https://view.genial.ly/5fa1d2a85ef4550d7bcc045b/interactive-content-termometr>

Koło do losowania kolejności / podziału na grupy:

<https://wheeldecide.com/index.php?c1=dziecko+1&c2=dziecko+2&c3=dziecko+3&c4=dziecko+4&c5=dziecko+5&c6=dziecko+6&c7=dziecko+7&c8=dziecko+8&c9=dziecko+9&c10=dziecko+10&col=light&t=G%C5%82os+trafia+do....&time=5&remove=1>

Plansza do losowania ćwiczeń: <https://wordwall.net/pl/resource/2109830/b%c4%85d%c5%ba-fit-odkryj-5-kart-i-wykonaj-%c4%87wiczenie-5-razy>

Granie w pytanie gra on-line: <https://view.genial.ly/5fe8c5678d5bdf68cd5fb416/vertical-infographic-graw-pytanie>

Wielka Gra AMICI gra on-line: <https://view.genial.ly/5ed6bb12a49f050d73c3176d/social-action-dzien-dziecka>

Kartki papieru i długopis

Grupa docelowa: Młodzież w wieku 13-18 lat

Przebieg zajęć	
Działanie	czas trwania
1. Zadanie rozgrzewkowe (przesłane przez Messenger): „Takie były z nas bobasy” – Uczestnicy szukają w domu swoich zdjęć z dzieciństwa i przesyłają je przez Messenger do wychowawców. Następnie zdjęcia są przez wychowawców	60min

przesyłane na grupę na Facebook'u i poprzez komentowanie posta uczestnicy zgadują, do kogo należą zamieszczone zdjęcia.	
2. Aktywność dnia (przesłane przez Messenger): „Tak się bawiliśmy” – uczestnicy przypominają sobie gry i zabawy, w które lubili grać w dzieciństwie i dzielą się nimi w komentarzach pod postem na grupie na Facebook'u.	60min
3. Spotkanie na wideokonferencji: zajęcia socjoterapeutyczne	90min
<ul style="list-style-type: none"> • Rytuał wprowadzający – isierka. Każda osoba wita się kolejno w wybrany przez siebie sposób z inną osobą, aż pierwsza witająca osoba nie zostanie przywitana (przykładowa forma na dany dzień: powitanie słowne / gest / pantomima – prezent / komplement / dokończenie zdania: „Życzę ci dziś...”, „Cieszę się, że cię widzę, bo...”, „Kiedy spotkamy się na żywo, to razem...”) 	5min
<ul style="list-style-type: none"> • Wspólne ćwiczenia na rozruch – dbam o swoje ciało i umysł! Każdy uczestnik pokazuje wybrane przez siebie ćwiczenie, które inni wykonują razem z nim w tym samym czasie 	10min
<ul style="list-style-type: none"> • Termometr emocji: <ul style="list-style-type: none"> – Symboliczne zaznaczenie swojego nastroju wirtualnym kamykiem w skali od -6 do 6. – Rundka: Z czym przychodzę na zajęcia? Dzielenie się przeżyciami z minionego tygodnia, udzielanie sobie wzajemnego wsparcia 	45min
<ul style="list-style-type: none"> • Praca w parach: Rozmowy w parach dotyczące pozytywnych wspomnień z dzieciństwa – uczestnicy łączą się w pary/trójki i na osobnych wideokonferencjach opowiadają sobie nawzajem o swoich wspomnieniach, losując tematy znajdujące się w przesłanej przez wychowawców grze on-line. Osoba słuchająca zapisuje to, czego dowiedziała się od rozmówcy. 	20min
<ul style="list-style-type: none"> • Rundka na podsumowanie ćwiczenia – uczestnicy opowiadają, czego się dowiedzieli od rozmówców. Komentowanie, informacje zwrotne, przypominanie sobie wspólnych dobrych chwil w grupie. 	10min
4. Poczęstunek dnia/przerwa. Zacerpnienie świeżego powietrza na zewnątrz. Wrzucenie zdjęcia ze spaceru na grupę na Facebook'u.	30min
5. Spotkanie na wideokonferencji po przerwie: zaproszenie przed ekrany rodziców i wspólne świętowanie Dnia Dziecka	60min
<ul style="list-style-type: none"> • Rundka: Uczestnicy dzielą się refleksjami i przemyśleniami z dzisiejszych zajęć 	5min
<ul style="list-style-type: none"> • Wielka Gra AMICI: Rodziny biorą udział w grze on-line, wykonując kolejne zadania i zdobywając punkty. Nagrodzenie zwycięskiej rodziny „chwilą chwały” – brawami i wiwatowaniem. 	40min
<ul style="list-style-type: none"> • Zadanie rodzinne: Tworzenie „voucherów” upominkowych wzajemnie dzieci - rodzicom i rodzice – dzieciom. Dziecko i rodzic przygotowują sobie po ok. 5 	15min

<p>kartek i długopis. Na każdej kartce zapisują czynność, której zrealizowanie mogą zaoferować swojemu rodzicowi/dziecku w dowolnym momencie, w którym użyje „vouchera” - drobne przysługi, wspólny czas (np. zmywanie naczyń, odkurzanie, zaparzenie herbaty, masaż karku, spacer, opowiedzenie żartu itd.). Następnie uczestnicy zabawy przekazują sobie nawzajem vouchery i pokazują je pozostałym w rundce.</p>	
<ul style="list-style-type: none"> • Przekazanie informacji na temat prezentów z okazji Dnia Dziecka: <ul style="list-style-type: none"> – Uczestnicy otrzymują prezent w postaci paczek z upominkami, do odebrania na podane hasło w zaprzyjaźnionym sklepiku. (Wychowawcy robią wcześniej w tym sklepie zakupy przeznaczone na upominki i informują ekspedienta o inicjatywie) – Uczestnicy otrzymują link do rodzinnej gry on-line, w którą mogą grać wspólnie z rodzicami („Granie w pytanie”) 	-
<p>6. „Kącik plusów i refleksji” – utworzenie posta na grupie na Facebook’u, który uczestnicy mogą komentować po zakończeniu zajęć. Przestrzeń do dostrzeżenia, docenienia i podziękowania za miłe gesty, których uczestnicy doświadczyli od innych dziś oraz w ostatnich dniach.</p>	-