



Bunăstarea copiilor și adolescenților în criza migrației

Planuri de lecție pentru profesori și educatori

Organizarea și editarea concursului:

Mirosława Nowak-Dziemianowicz Artur
Fabiś
Robert Mentel
Barbara Tkocz

Cuprins

INTRODUCERE	2
SCENARIUL 1	
Aleksandra Mroncz-Włosik (limba germană)	
Wir sind Nachbarn und halten zusammen / Suntem vecini și ne sprijinim reciproc.....	4
SCENARIUL 2	
Danuta Cyrulik (Lecție educativă)	
Impactul crizei migrației din timpul războiului asupra psihicului tinerilor.....	10
SCENARIUL 3	
Magdalena Rozwadowska (limba engleză, noțiuni de bază despre antreprenariat etc.)	
Consolidarea bunăstării psihologice a tinerilor în situația crizei migrației.....	16
SCENARIUL 4	
Magdalena Ankiewicz-Kopicka (Lecție educațională)	
Împreună în criză.....	19
SCENARIUL 5	
Magdalena Ankiewicz-Kopicka (Lecție educațională)	
Cum să gestionezi stresul în situații de criză?	30
SCENARIUL 6	
Sabina Kmak (Limba engleză)	
Găsirea puterii împreună – construirea unei comunități solidare	33
SCENARIUL 7	
Rafal Chrzan (Educație în domeniul securității)	
Să fim împreună în noua realitate – cum să ne sprijinim colegii în criza migrației?	37
SCENARIUL 8	
Katarzyna Jaworska (Lecție educațională, cunoștințe sociale, istorie)	
Construirea de punți de empatie și soluții în vremuri de schimbare	40
SCENARIUL 9	
Edyta Czerwienka (Lecție educațională)	
„În mișcare. Integrarea copiilor migranți dintr-o țară în criză și a copiilor din țara gazdă folosind robotul Photon.....	50
SCENARIUL 10	
Anita Janas (Cursuri de art-terapie)	
Drumul către sine.....	54




INTRODUCERE N

Bunăstarea copiilor și a tinerilor nu este doar o sarcină importantă, ci și una urgentă în viața de zi cu zi a instituțiilor de învățământ, marcată de numeroase crize. Acest lucru se datorează faptului că bunăstarea determină în mare măsură eficacitatea activității întregului mediu școlar și calitatea acțiunilor întreprinse de acesta, ceea ce are consecințe asupra funcționării sociale a tuturor entităților, inclusiv a celor din afara mediului școlar. A face elevii să se simtă fericiți, în siguranță și capabili să-și dezvolte abilitățile și potențialul poate părea o provocare deosebită pentru profesorii și specialiștii care lucrează în școli și alte instituții de învățământ în aceste vremuri tulburi marcate de conflicte armate. Cu toate acestea, creșterea constantă a angajamentului personalului didactic față de bunăstarea elevilor devine o necesitate. Diversitatea nevoilor, resursele limitate, presiunea de a obține rezultate educaționale, schimbările sociale și tehnologice și disfuncționalitățile din mediul social (atât din partea colegilor, cât și a familiei) în contextul crizelor emergente fac extrem de dificil pentru mediul școlar să ofere elevilor condiții care să le garanteze satisfacția față de viață și dezvoltarea cuprinzătoare din punct de vedere fizic, emoțional, social și educațional. De aici rezultă necesitatea de a gândi în afara tiparelor și de a lua măsuri care să țină seama de nevoile actuale ale elevilor și de natura specifică a situațiilor, amenințărilor și problemelor emergente, cum este cazul migrației în masă a copiilor și tinerilor din zonele afectate de război. Este o perioadă specială, care a complicat rapid procesul de învățare pentru copii și tineri din instituțiile de învățământ din țările care găzduiesc tineri imigranți. Criza migrației cu care s-au confruntat școlile din multe țări europene la izbucnirea războiului pe scară largă în Ucraina a arătat cât de mult suferă tinerii ca urmare a acestor acțiuni și cum acest lucru afectează negativ întregul mediu școlar, local și familial. Menținerea bunăstării mentale a copiilor și tinerilor migranți și a celor care îi primesc pe noii veniți în comunitățile lor, precum și prevenirea fenomenelor nedorite care decurg din criza migrației, au prezentat întregii comunități școlare noi provocări educaționale la o scară nemaiîntâlnită până acum, cu un accent special pe prevenire și educație în valori universale.

Într-o criză psihică, cel mai important și, în același timp, cel mai dificil lucru este restabilirea echilibrului perturbat. Acesta se bazează cel mai adesea pe un sentiment de siguranță, încredere și cel puțin o previzibilitate de bază a ceea ce ni se întâmplă și a ceea ce se va întâmpla. O condiție prealabilă pentru aceasta este înțelegerea: propria situație, cauzele acesteia, schimbările pe care le trăim și repertoriul de comportamente posibile de care dispunem în acel moment.

Pentru a face față acestor provocări, Academia WSB din Dąbrowa Górnicza, în calitate de lider al proiectului „mentUwell – PRESERVING YOUTH MENTAL WELLBEING IN WARTIME MIGRATION CRISIS”, implementat în cadrul programului Erasmus+ Parteneriate de cooperare în domeniul tineretului, a organizat două ediții ale unui concurs pentru profesorii din învățământul primar și toate clasele din învățământul secundar pentru un plan de lecție, ore cu un profesor diriginte sau activități extracurriculare, în cooperare cu filiala din Dąbrowa Górnicza a Societății Pedagogice Poloneze și Școala Primară Privată Duală din Mikołów. Scopul concursului a fost de a selecta cele mai interesante și captivante idei pentru lecții sau activități extracurriculare pentru copii și tineri.



destinate persoanelor cu vârste cuprinse între 13 și 18 ani, care ar putea fi puse în aplicare în situații de criză cauzate de migrația rezultată din acțiuni militare în sens larg sau ca măsuri preventive pentru a preveni fenomenele nedorite generate de criza migrației. Sarcina participanților la concurs a fost de a pregăti un plan de lecție care să conțină propuneri de activități menite să mențină bunăstarea mentală a copiilor și tinerilor migranți în timpul unei crize de război în țara lor, pe durata șederii lor în țara gazdă. Juriul concursului a acordat o atenție deosebită atractivității formelor de animație și comunicare, precum și promovării valorilor universale, cetățeniei active și inițiativei în rândul copiilor și tinerilor care trăiesc în țara gazdă, pentru a sprijini tinerii care migrează din cauza războiului din țara lor.

Această publicație conține 10 scenarii selectate de juriul concursului, care se pot dovedi utile pentru profesorii care sprijină activ bunăstarea elevilor lor, chiar și într-o situație dificilă precum criza migrației. Setul include planuri de lecție (engleză, germană, educație pentru siguranță, noțiuni de bază de antreprenariat, istorie și studii sociale), ore cu profesorul diriginte și ore terapeutice. Materialele elaborate prevăd utilizarea unei game largi de metode de activare, cum ar fi brainstorming, studii de caz, jocuri educaționale, teatru, discuții, lucru în perechi și în grup, care garantează implicarea elevilor în lecție. De remarcat în mod special este includerea tehnologiei moderne în lecții, inclusiv utilizarea de filme, prezentări, instrumente precum menti.com, o roată a norocului și un generator de echipe, precum și padleturi și roboți Photon. O valoare adăugată a acestui set este bibliografia extinsă pentru fiecare scenariu, care permite o cunoaștere aprofundată a temei și a contextului acesteia, precum și accesul la surse de informații. Fișele de lucru inspiratoare pot fi, de asemenea, utilizate pentru a sprijini profesorii.

Vă încurajăm să utilizați scenariile, să le difuzați și să le adaptați la nevoile actuale, pentru a sprijini copiii și tinerii care sosesc din zone afectate de război și pe cei care îi găzduiesc pe alții în criza migrației.

Redactori

SCENARIUL 1

Aleksandra Mroncz-Włosik Limba
germană

Wir sind Nachbarn und halten zusammen / Suntem vecini și ne sprijinim reciproc

1. Grupul țintă al lecției: 15 ani

2. Obiectivele lecției

2.1. Scopul general al lecției

- Dezvoltarea competențelor lingvistice și comunicative în limba germană în contextul discuțiilor despre solidaritatea și sprijinul acordat unei țări vecine în timpul războiului.

2.2. Obiective specifice

- Îmbogățirea vocabularului legat de tema lecției, cum ar fi der Krieg, die Flüchtlinge, internationale Solidarität, die Unterstützung, humanitäre Hilfe.
- Dezvoltarea capacității de a asculta și înțelege într-o limbă străină.
- Exerciții de comunicare în limba germană.
- Activarea și integrarea tuturor elevilor prin munca în echipă.
- Înțelegerea importanței solidarității și empatiei în contextul războiului și migrației.

3. Metode de lucru

- Lucrul în perechi
- Brainstorming
- Lucrul în grupuri
- Discuție în grup

4. Lista materialelor didactice care vor fi utilizate pentru desfășurarea lecției

- Glosar cu cuvinte legate de război și ajutor umanitar
- Harta Europei în limba germană
- Tablă interactivă
- Cărți și foi de hârtie galbene și albastre, markere, creioane colorate
- Cărți cu versurile cântecului „Keine Grenzen” („Fără granițe”) al formației Ich Troje

5. Desfășurarea lecției

5.1. Partea introductivă (10 minute)

- Bun venit și introducere în temă:

Profesorul urează bun venit elevilor, prezintă tema lecției și subliniază importanța acesteia în contextul situației geopolitice actuale, apoi distribuie cartonașele cu vocabularul necesar.

- Lucrați cu o hartă și un glosar:

Profesorul arată o hartă a Europei în limba germană și indică Ucraina. Elevii trebuie să numească în germană poziția geografică a Ucrainei în raport cu Polonia și alte țări europene și să răspundă la întrebarea: Was bedeutet es, ein guter Nachbar zu sein? (Ce înseamnă să fii un bun vecin?)

5.2. Partea principală (20 de minute)

- Lucrul cu materiale multimedia:

Profesorul prezintă o prezentare despre Ucraina în limba germană. Elevii primesc cartonașe galbene și albastre. În perechi, ei scriu pe ele asocieri pozitive și informații în limba germană despre Ucraina. Ei fixează cartonașele cu magneți pe tablă.

- Brainstorming:

Profesorul prezintă mai multe fotografii din Ucraina care arată amploarea distrugerilor provocate de Rusia. Elevii enumeră împreună cu profesorul organizații poloneze și străine de ajutor umanitar, precum Centrul Polonez pentru Ajutor Internațional, Acțiunea Umanitară Poloneză, Crucea Roșie, Caritas și UNICEF.

Elevii, în grupuri, analizează modul în care pot să-și exprime sprijinul pentru Ucraina. Acestea pot varia de la acțiuni simbolice (de exemplu, organizarea de evenimente, colecte) la acțiuni mai practice (de exemplu, ajutorarea refugiaților, strângerea de fonduri). Fiecare grup prezintă ideile clasei.

- Exprimarea creativă a solidarității:

Elevii realizează postere care exprimă solidaritatea cu Ucraina. Ei pot folosi simboluri naționale, desene, sloganuri și asocieri din cărțile plasate anterior pe tablă.

Elevii vor afișa ulterior posterele la școală pentru a-și arăta sprijinul față de Ucraina.

5.3. Partea finală (10 minute)

- Rezumat:

Profesorul pune întrebarea: Welche Verantwortung haben wir gegenüber unseren Nachbarn? (Ce responsabilitate avem față de vecinii noștri?) Elevii ar trebui să menționeze sprijinul și diferitele tipuri de asistență discutate anterior.

- Discuție:

Profesorul prezintă melodia formației Ich Troje „Keine Grenzen” („Fără granițe”), explică refrenul melodiei și întreabă: Ist die Welt ohne Kriege und Grenzen möglich? (Este posibilă o lume fără războaie și granițe?). Elevii folosesc construcția: Meiner Meinung nach... (În opinia mea...).

- Încheierea lecției:

Elevii cântă împreună refrenul cântecului în limba germană.

6. Bibliografie și surse utilizate pentru pregătirea planului de lecție

- prezentare despre Ucraina:
<https://kinder.wdr.de/tv/neuneinhalb/av/video-neuneinhalb-kompakt--die-ukraine-100.html>
- articol despre organizațiile de ajutor:
<https://magazynterazpolska.pl/pl/a/jak-pomagac-ukrainie-lista-podmiotow-organizuja-cych-pomoc-i-wsparcie>
- Un articol despre studenții cu experiență de migrație
https://biblioteka.ceo.org.pl/jak-uczyc-w-klasie-w-ktorej-sa-uczniowie-z-doswiadcze-niem-migracji/?utm_campaign=MEN&utm_medium=email&utm_source=mailing
- imagini din Ucraina care arată amploarea distrugerilor provocate de Rusia:
<https://tvn24.pl/premium/ukraina-zdjecia-przed-i-po-ktore-pokazuja-skale-rosyjskiej-destrukcji-st5622986>
- Piesa formației Ich Troje „Keine Grenzen” („Fără granițe”):
https://www.youtube.com/watch?v=kT_kWEDR4LI

7. Lista fișierelor suplimentare care fac parte integrantă din scenariu


- Glosar cu cuvinte legate de războiul din Ucraina și ajutorul umanitar.
- Versurile cântecului formației Ich Troje „Keine Grenzen”.



ANEXE LA SCENARIU 1

Vocabular pe tema războiului din Ucraina:

- acțiune de colectare – die Spendenaktion
- a se angaja – sich engagieren für
- ataca – angreifen
- azil – das Asyl
- a se teme de ceva – Angst haben vor
- barbar – barbar
- bombă – die Bombe (-n)
- clădire – das Gebäude (-)
- proteja – schützen
- Crucea Roșie – das Rote Kreuz
- tanc – der Panzer
- voluntar – freiwillig
- zona afectată – das betroffene Gebiet
- empatic – empatic
- a amenința, a pune în pericol – drohen
- integrare – die Integration
- catastrofă umanitară – humanitäre
- criză – die Krise
- curs de limbă pentru străini – der Sprachkurs für Ausländer
- îngrijorare – sich Sorgen machen um
- brusc – plötzlich
- atacant – der Angreifer
- periculos pentru viață, fatal – lebensgefährlich
- distruge – zerstören
- apărare civilă – apărare civilă
- responsabilitate – a muri
- victimă – das Opfer
- oferi ajutor – Hilfe anbieten
- a părăsi – verlassen
- organizație umanitară – die Hilfsorganisation

- 
- organiza – organisieren
 - ajutor umanitar – humanitäre Hilfe
 - asistență în situații de criză – die
 - asistență medicală – medizinische Hilfe
 - ajutor internațional – internationale
 - asistență psihologică – psychologische Hilfe
 - drepturile umanitare – humanitäre Rechte
 - a lua măsuri – Maßnahmen ergreifen
 - a trece granița – die Grenze überqueren
 - a accepta – a primi
 - a salva o viață – Leben retten
 - distribui alimente – Essen
 - vărsare de sânge – das Blutvergießen
 - solidaritate – Solidarität
 - suveranitate – die Souveränität
 - șanse de supraviețuire – die Überlebenschancen
 - a căuta adăpost – Schutz suchen
 - îmbrăcăminte – die Kleidung
 - a fugi – fliehen
 - fugari – die Flüchtlinge
 - a oferi ajutor – Hilfe leisten
 - știri – die Nachricht
 - război – der Krieg
 - armată – die Armee
 - voluntar – der Volontär
 - voluntară – voluntara
 - sprijin – sprijinul
 - a oferi cazare – Unterkunft bieten
 - a colecta donații – Spenden
 - soldat – der Soldat
 - soldat – soldata
 - alimente – die Lebensmittel



Fără granițe Ich Troje

Mi-ar plăcea atât de mult să fiu astronaut
Care privește Pământul de sus Pentru că toți cei
care au fost acolo sus
Toți spun că este minunat

Acolo este pace, fericire și bucurie Tot ceea ce
aici aproape că nu mai există Vezi, ca un copil
nevinovat
Cât de mici suntem noi, oamenii, pe acest Pământ.

Fără granițe, fără steaguri
De acolo de sus, lumea este pur și simplu frumoasă
Fără țări – fără popoare
De acolo de sus nu se văd războaie

Fiecare dintre noi ar trebui să ajungă acolo
Pentru a vedea că toată lupta nu are sens Poate că asta ne va
scăpa de mândria noastră prostească Și în loc să vorbim aiurea,
vom începe să iubim

Fără granițe – fără steaguri
De acolo de sus, lumea este pur și simplu frumoasă
Fără țări – fără popoare
De acolo de sus nu se văd războaie

SCENARIUL 2

Danuta Cyrulik
Lecție educativă

Impactul crizei migrației din timpul războiului asupra psihicului tinerilor

1. Grupul țintă al lecției: 16 ani

2. Obiectivele lecției

2.1. Scopul general al lecției

- Creșterea gradului de conștientizare a elevilor cu privire la importanța bunăstării mentale a tinerilor migranți în timpul crizei migrației din timpul războiului și dezvoltarea abilităților de a sprijini colegii afectați.

2.2. Obiective specifice

- Elevii vor înțelege impactul crizei migrației din timpul războiului asupra psihicului tinerilor.
- Elevii vor învăța termeni de bază precum PTSD, tulburări somatice, probleme de adaptare.
- Elevii vor învăța cum să recunoască simptomele problemelor mentale la ei înșiși și la colegii lor.
- Elevii vor învăța cum pot contribui la menținerea bunăstării mentale a colegilor lor care au trecut prin experiența migrației din cauza războiului.
- Elevii vor învăța despre organizațiile și instituțiile la care pot apela pentru ajutor.

3. Metode de lucru

- brainstorming realizat în software-ul menti.com
- lucrul în perechi
- lucrul în grupuri
- discuție
- studiu de caz
- carduri de reflecție

4. Lista materialelor didactice care vor fi utilizate pentru desfășurarea lecției

- videoclip YouTube
- Fișe de lucru cu citate din raportul Unicef
- prezentare realizată în Canva

5. Desfășurarea lecției

5.1. Partea introductivă

- Întâmpinarea elevilor și prezentarea temei:

Profesorul urează bun venit elevilor, prezintă tema lecției și explică de ce acesta este un aspect important în contextul evenimentelor contemporane. El subliniază modul în care războaiele și migrațiile pot afecta psihicul copiilor și tinerilor. (2 minute)

- Vizionarea videoclipului:

Profesorul prezintă elevilor un scurt videoclip care arată starea școlilor din Ucraina și condițiile de locuit în timpul crizei de război. Videoclipul are scopul de a le oferi elevilor o idee despre realitățile cu care se confruntă tinerii obligați să emigreze din cauza războiului. (2 minute)

- Lucrul în perechi

După vizionarea videoclipului, elevii lucrează în perechi sau în grupuri mici pentru a discuta opiniile lor și a răspunde la întrebările afișate în prezentare: Ce emoții v-a trezit videoclipul? (Scopul întrebării este de a încuraja elevii să-și exprime sentimentele și reflecțiile cu privire la ceea ce au văzut). De ce tinerii din Ucraina nu au adesea altă opțiune decât să-și părăsească țara? (Elevii trebuie să înțeleagă că migrația forțată nu este o alegere, ci o necesitate din cauza condițiilor de viață dificile dintr-o țară aflată în război). Cu ce provocări se pot confrunta tinerii atunci când părăsesc țara ca urmare a războiului? (Profesorul poate sublinia problemele legate de adaptarea într-o țară nouă, bariera lingvistică, instabilitatea sau traumele). Cum a afectat migrația educația acestor tineri? (Întrebarea are scopul de a reflecta asupra întreruperilor în educație, diferențelor dintre sistemele de învățământ și dificultăților de a continua educația într-o țară străină). (6 minute)

5.2. Partea principală

- Brainstorming

Profesorul le cere elevilor să scoată telefoanele mobile cu care vor participa la brainstorming. Elevii, folosind telefoanele, accesează menti.com și introduc codul afișat în prezentare. Apoi, sarcina elevilor este de a răspunde la întrebarea: Care ar putea fi consecințele asupra sănătății mintale a unui tânăr care și-a pierdut siguranța și a trebuit să-și părăsească patria? Elevii scriu 3 sloganuri despre impactul războiului și al migrației forțate asupra sănătății mintale a tinerilor. După 3 minute, profesorul discută cu elevii răspunsurile scrise și completează afirmațiile elevilor, după caz, cu aspecte precum PTSD (sindromul de stres posttraumatic), anxietate, depresie, probleme de adaptare, tulburări de somn, dificultăți de concentrare și de învățare, tulburări somatice. Sarcina profesorului este de a explica fiecare aspect sau de a da exemple, astfel încât elevii să înțeleagă semnificația fiecărui termen. (5 minute)

- Lucru în grup – Studiu de caz:

Elevii sunt împărțiți în grupuri de 4-5 persoane. Fiecare grup primește o fișă de lucru cu un citat scurt al unui tânăr care a migrat din cauza războiului (citatele au fost preluate din raportul Unicef). Sarcina grupurilor este: să identifice problemele mentale cu care se poate confrunta persoana din descriere, pe baza exercițiului anterior.

După 5 minute, grupurile prezintă rezultatele. (6 minute)

- Discuție – Cum să-i sprijinim pe colegii noștri? :

După prezentările grupurilor, profesorul moderează o discuție despre modalitățile de sprijinire a colegilor care au trecut prin trauma războiului și a migrației. Elevii pot împărtăși ideile lor, iar profesorul îi îndrumă, dacă este necesar, punând întrebări suplimentare:

Ce activități ar putea ajuta colegii să se simtă mai acceptați și mai bineveniți la noua școală? (de exemplu, organizarea unei întâlniri de integrare, activități extracurriculare – jocuri sportive, ateliere)

Ce putem face pentru cei care suferă de traume

Ar putea să se simtă mai în siguranță? (de exemplu, crearea unei atmosfere fără prejudecăți, evitarea subiectelor dificile, oferirea de sprijin)

Cum putem sprijini colegii care încă nu vorbesc bine limba poloneză? (de exemplu, asistență în învățarea limbii)

Cum putem arăta colegilor că experiențele lor sunt importante pentru noi și că îi ascultăm? (de exemplu, ascultându-i fără a-i întrerupe, arătându-le empatie) (10 minute)

5.3. Partea finală

- Cărți de reflecție

Elevii primesc carduri pe care scriu trei lucruri pe care și le-au amintit din lecție și o întrebare pe care o mai au. Cardurile pot fi anonime, permițând răspunsuri sincere și oferind profesorului informații pentru a evalua înțelegerea subiectului. Elevii au 4 minute pentru a completa cardurile.

După timpul acordat de profesor, cardurile sunt colectate. Profesorul citește reflecțiile elevilor și răspunde la întrebări. (12 minute)

- Finalizarea cursurilor

Profesorul mulțumește elevilor pentru participarea la curs, rezumă principalele puncte abordate în lecție, subliniind rolul tinerilor în crearea unui mediu favorabil pentru colegii care au trăit experiența războiului. De asemenea, el subliniază posibilitatea de a apela la profesioniști și organizații pentru ajutor, dacă este necesar. (2 minute)

6. Bibliografie și surse utilizate pentru pregătirea planului de lecție

- Raportul Unicef:
<https://www.unicef.org/eca/media/32336/file/Raport%20%E2%80%9EBez%20w%C4%85tpienia%20jest%20tu%20fajnie;%20ale%20prawdziwy%20dom,%20to%20w%C5%82asny%20dom...%E2%80%9D.pdf>
- video pe care profesorul îl redă între 1:47 și 2:26
<https://www.youtube.com/watch?v=Y1Bm9gVnbXA>
- sursă de cunoștințe
<https://ruj.uj.edu.pl/server/api/core/bitstreams/5ceacfcc-1403-457d-86c5-d1055a6d85e0/content>

7. Lista fișierelor suplimentare care fac parte integrantă din scenariu

- prezentare realizată în Canva
- fișe de lucru cu citate
- carduri de reflecție

ANEXE LA SCENARIUL 2

O listă de citate din raportul Unicef:

„Nu mi-a mai rămas nimic în Ucraina [...] Sala mea de sport a fost distrusă complet de incendiu. Și recent, natura a fost și ea distrusă [de atacul asupra barajului Kachovka].¹⁰ Ce se poate spune? Aveam un prieten. Cumva, am pierdut legătura. Aveam trei prieteni, unul din [numele orașului], doi din [numele orașului]. Unul a fost împușcat, celălalt a dispărut. Iar [cel] din [numele orașului] – bomba a căzut chiar în apartamentul lui.”

(V, un băiat din Ucraina, în vârstă de 15 ani).

W: „E frumos aici, fără îndoială... Dar adevărata casă este propria ta casă. Casa este locul în care locuiești și de care îți este dor, chiar dacă nu există niciun motiv să negi că și aici este bine.” E: „Nu este la fel. Atmosfera...”. W: „Locuiești acolo de mult timp și totul îți este familiar. Îți amintești că stăteai sub copacul acela, în parcul acela, sub copacul acela, unde obișnuiai să te joci și să te dai cu bicicleta, orice... acolo ai căzut. Acolo ai cunoștințe, prieteni.”

(W, fată, 15 ani; E, fată, 16 ani; ambele din Ucraina)

„Ești în străinătate, într-un loc sigur, iar tatăl tău este într-o zonă sigură, și nu știi ce i se poate întâmpla în orice moment, dacă va veni acasă; și nu ai niciun contact cu el.”

(Fată ucraineană, 15 ani)

„Când m-am mutat aici, m-am simțit foarte singură pentru că am venit singură. În primele șase luni, mama era încă în Ucraina, la fel și tatăl meu. Locuiam cu sora mea. Era foarte greu pentru că ea lucra des și mă simțeam foarte singură pentru că nu aveam prieteni. Prietenii mei din Ucraina nu mai vorbeau cu mine pentru că nu le-am spus că plec. Erau foarte supărați pe mine în acel moment. A fost o perioadă foarte dificilă pentru mine.”

(D, fată din Ucraina, 13 ani)

S: „Cel mai bun lucru de făcut în Polonia este să dormi. Eu dorm tot timpul.” A: „Și să mănânci.” S: „Mereu mă gândesc că în viitor mă voi întoarce acasă, 100%. [La urma urmei] mă voi întoarce vara, așa că de ce ar trebui să fac ceva aici? De ce ar trebui să încep ceva, de ce ar trebui să învăț limba poloneză, de ce ar trebui să o învăț? Doar totuși mă întorc acasă. Dar înțeleg că s-ar putea să nu mă întorc. Și poate că voi rămâne aici. Și voi dormi zile întregi.”

(S, fată, 16 ani; A, fată, 16 ani; ambele din Ucraina).

Carte de reflecție

Trei lucruri pe care le reții din lecție:

2.

3.

Dacă ai întrebări, le poți adresa aici:



SCENARIUL 3

Magdalena Rozwadowska

Limba engleză, noțiuni de bază despre antreprenoriat etc.

Consolidarea bunăstării psihologice a tinerilor în situația crizei migrației

1. Grupul țintă al lecției: 13-18 ani

2. Obiectivele lecției

2.1. Scopul general al lecției

- Consolidarea bunăstării psihologice a adolescenților aflați în situație de criză migrațională și integrarea elevilor în comunitățile școlare.

2.2. Obiective specifice

- Elevii vor învăța despre mecanismele care afectează psihicul migranților în timpul războiului.
- Elevii înțeleg conceptul de stres posttraumatic și impactul acestuia asupra tinerilor.
- Elevii sunt capabili să recunoască nevoile emoționale ale colegilor de clasă care au venit în Polonia ca urmare a crizei migrației.
- Elevii învață și dobândesc tehnici de bază pentru gestionarea stresului.
- Elevii creează un poster care promovează empatia și sprijinul pentru tinerii migranți.

3. Metode de lucru

- Brainstorming
- Lucrul în perechi
- Lucrul în grupuri
- Discuție în clasă
- Crearea unui poster
- Mini-prelegere

4. Lista materialelor didactice care vor fi utilizate pentru desfășurarea lecției

- Tablă albă și marker
- Hârtie A3, markere
- Prezentare multimedia cu ilustrații (opțional)

- Cărți și pixuri pentru elevi
- Calculatoare (opțional, pentru realizarea de prezentări multimedia/postere în format digital – în locul versiunii pe hârtie a posterului)

5. Desfășurarea lecției

5.1. Partea introductivă

- Introducere în temă (5 minute)

Profesorul întâmpină elevii și prezintă tema lecției. El explică că lecția de astăzi se va concentra pe tema migrației în contextul crizei războiului și pe sprijinul pe care îl putem oferi tinerilor proveniți din țările afectate de război.

- Întrebări introductive:

Ce înseamnă să migrezi? Care sunt motivele migrației? Ce emoții pot însoți persoanele care trebuie să-și părăsească țara din cauza războiului?

Elevii lucrează în perechi, discutând întrebările de mai sus.

5.2. Partea principală

- Mini-prelegere: Impactul migrației asupra sănătății mintale (10 minute)

Profesorul explică ce este migrația în timp de război și impactul pe care îl poate avea asupra sănătății mintale a tinerilor. El atrage atenția asupra unor aspecte precum:

Trauma și tulburarea de stres post-traumatic (PTSD)

Pierderea sentimentului de siguranță

Izolarea socială

Schimbarea mediului și dificultăți de integrare

- Lucrul în grupuri: Cum putem ajuta? (15 minute)

Elevii sunt împărțiți în 3-4 grupuri. Fiecare grup primește o sarcină:

Grupul 1: Elaborează o listă de acțiuni pe care școala le poate întreprinde pentru a ajuta tinerii migranți să se simtă în siguranță și să se integreze cu colegii lor.

Grupul 2: Creează o listă de modalități prin care elevii înșiși pot sprijini noii colegi de clasă, de exemplu, prin empatie, invitându-i să se joace etc.

Grupul 3: Reflectează asupra tehnicilor de gestionare a stresului care ar putea ajuta atât tinerii migranți, cât și colegii lor.

Grupul 4: Propune crearea unei inițiative locale care se va concentra pe organizarea în comun a evenimentelor și întâlnirilor (grupul va veni cu idei pentru evenimente și întâlniri) care vor promova cooperarea și dialogul între migranți și comunitatea locală.

- Discuție în clasă: prezentarea ideilor (10 minute)

Fiecare grup prezintă rezultatele muncii sale. Profesorul moderează discuția, remarcând punctele comune și diversitatea ideilor. Îi încurajează pe elevi să fie empatic cu persoanele cu experiență de migranți.

- Sarcina creativă: Poster, prezentare multimedia sau poster digital (când avem computere disponibile) în sprijinul tinerilor migranți (10 minute)

Elevii, în perechi, creează un poster cu tema „Ajutor pentru tinerii migranți”. Acesta este conceput pentru a promova empatia, înțelegerea și sprijinul în comunitatea școlară. Fiecare pereche prezintă posterul, iar profesorul acordă atenție creativității și mesajului.

5.3. Partea finală

- Rezumatul lecției (5 minute)

Profesorul rezumă punctele cheie ale lecției:

Importanța sprijinului psihologic într-o criză migrațională Tehnici de gestionare a stresului

Responsabilitatea comună de a ajuta pe ceilalți.

- Profesorul le mulțumește pentru participarea activă și subliniază că astfel de activități pot avea un impact real asupra bunăstării psihologice a tinerilor migranți. Apoi afișează pe tablă informații despre site-urile unde se pot găsi informații despre sprijinul psihologic pentru tinerii migranți.

6. Bibliografie și surse utilizate pentru pregătirea planului de lecție

- Materiale ale Ministerului Educației privind integrarea copiilor refugiați în școli.
- UNICEF Polonia – oferă sprijin psihologic copiilor și adolescenților, în special tinerilor migranți și refugiați: UNICEF Polonia – sprijin psihologic
- Centrul Invelo – specializat în asistență psihologică, oferind o varietate de terapii, inclusiv pentru adolescenți: Centrul Invelo
- Fundația We Give Children Strength – oferă sprijin psihologic copiilor, inclusiv programe pentru tinerii migranți: FDDS – asistență psihologică
- UNHCR Polonia – oferă sprijin psihosocial refugiaților, inclusiv tinerilor: UNHCR Polonia – sprijin

SCENARIUL 4

Magdalena Ankiewicz-Kopicka Lecție
educațională

Împreună în criză

1. Grupul țintă al lecției: 14-18 ani

2. Obiectivele lecției

2.1. Scopul general al lecției

- Elevii și elevele înțeleg importanța sprijinului psihologic pentru tinerii migranți în timpul crizei de război și dezvoltă abilități și atitudini pentru a crea un mediu sigur și favorabil.

2.2. Obiective specifice

- Elevii și elevele vor identifica și vor înțelege nevoile mentale și emoționale ale tinerilor migranți.
- Elevii și elevele vor elabora propuneri de activități pentru a sprijini bunăstarea psihologică a tinerilor migranți.
- Elevii și elevele dezvoltă atitudini de empatie, solidaritate și responsabilitate socială.
- Elevii și elevele vor întreprinde inițiative pentru a sprijini tinerii migranți din comunitate.
- Elevii și elevele dezvoltă gândirea critică și abilități de rezolvare a problemelor.
- Elevii și elevele sunt capabili să utilizeze instrumente digitale pentru a colabora, a crea materiale educaționale sau campanii sociale.

3. Metode de lucru

- joc didactic;
- discuție;
- brainstorming;
- mini-ateliere creative;
- exerciții practice.

4. Lista materialelor didactice care vor fi utilizate pentru desfășurarea lecției

- computere, tablete școlare sau smartphone-uri ale elevilor și elevelor, cu acces la internet;

- tablă interactivă, monitor sau proiector;
- joc didactic – www.classtools.net/z-a/202408_-38EmVg
- brainstorming – <https://answer garden.ch/4163379>
- instrument de colaborare online, cum ar fi padlet – <https://padlet.com/dajawoj888/inicjatywy>.

5. Desfășurarea lecției

5.1. Partea introductivă (10 minute)

Profesorul urează bun venit elevilor și elevelor, apoi, pentru a stârni interesul, începe lecția cu un joc didactic pregătit pe <https://www.classtools.net/z-a/>. Tinerii ghicesc cuvinte (frazе) legate de tema lecției, care sunt dezvăluite literă cu literă, în ordine alfabetică inversă.

Odată definite termenii cheie:


- Bunăstare psihologică.
- Sprijin emoțional.
- Migrație.
- Empatie.
- Solidaritate.
- Integrare.
- Criza războiului.
- Cetățenie activă.
- Competențe sociale.

Profesorul/educatorul prezintă tema lecției: ÎMPREUNĂ ÎN TIMP DE CRIZĂ și discută pe scurt structura acesteia.

5.2. Partea principală (20 de minute)

Profesorul inițiază o discuție despre criza migrației actuală cauzată de război, menționând că multe persoane, inclusiv tineri, au fost nevoite să-și părăsească casele și să găsească refugiu în alte țări. De asemenea, îi încurajează să se gândească și să identifice nevoile emoționale și psihologice care însoțesc tinerii migranți într-un mediu nou. Facilitatorul (facilitatorii) scrie întrebarea pe <https://answer garden.ch/>, generează un link <https://answer garden.ch/4163379> sau un cod QR. Tinerii oferă răspunsuri folosind propriile smartphone-uri sau tabletele școlare.

Rezumând declarațiile elevilor și elevelor, care sunt afișate după reîmprospătarea paginii pe tablă interactivă sau proiector, profesorul/profesoara atrage atenția asupra emoțiilor precum frica, tristețea, pierderea, precum și asupra nevoii de siguranță, acceptare, sprijin emoțional, contact cu familia, adaptare la un mediu nou, subliniind în același timp importanța îngrijirii sănătății mintale în situații dificile.



În etapa următoare a lecției, facilitatorul/liderul împarte tinerii în echipe de 3-4 persoane. Sarcina fiecărui grup este de a dezvolta strategii de acțiune care ar putea sprijini tinerii migranți în noua lor țară. Elevii își postează ideile pe un padlet furnizat de profesor/profesoară, cu posibilitatea de a le edita (<https://padlet.com/dajawoj888/inicjaty-wy>). Grupurile aleg modul în care doresc să-și prezinte concluziile – acestea pot fi sub formă scrisă, prezentare multimedia, poster sau un scurt videoclip. Elevii mai avansați creează materiale complexe, în timp ce tinerii care au nevoie de sprijin se pot concentra pe materiale mai simple.

Mini-atelier: elevii și elevele lucrează la următoarele sarcini:

- Ce acțiuni concrete am putea întreprinde noi, ca elevi, pentru a ajuta tinerii migranți să se simtă în siguranță și acceptați?
- Ce inițiative am putea organiza în școală sau în comunitate pentru a promova solidaritatea și integrarea?
- Ce tehnici și instrumente pot fi utilizate pentru sprijinul mental și emoțional?
- Ce forme de sprijin social pot fi organizate la școală? Opțional, fiecărei echipe i se poate atribui o sarcină diferită:

Grupul 1: Sprijin emoțional

Sarcina: Dezvoltarea unui program de sprijin emoțional pentru tinerii migranți, care să fie implementat de un psiholog școlar sau un educator. Programul să includă întâlniri săptămânale de grup, consiliere individuală și ateliere de lucru privind gestionarea stresului și anxietății.

Grupa 2: Învățarea limbilor străine

Sarcina: Crearea unui plan de acțiune pentru a ajuta tinerii migranți să învețe limba țării gazdă. Acesta ar putea include cursuri suplimentare de limbă, tandem lingvistic cu studenți locali de sex masculin și feminin, precum și organizarea de „cafenele lingvistice” unde tinerii pot practica liber limba într-un cadru informal.

Grupul 3: Integrare socială

Sarcina: Planificați inițiative care să faciliteze integrarea tinerilor migranți în comunitatea școlară locală. Sarcina dvs. este de a crea un program de evenimente de integrare, cum ar fi excursii comune, proiecte artistice, sportive sau culinare, la care pot participa atât elevii locali, cât și cei migranți.

Grupul 4: Sprijin educațional

Sarcina: Dezvoltați un program de sprijin educațional pentru a ajuta tinerii migranți să recupereze materia școlară și să se adapteze la noul sistem educațional. Puteți include lecții individuale cu profesorul (profesorii), asistență la teme pentru studenții locali, bărbai și femei, și acces la materiale educaționale suplimentare în limba maternă a tinerilor migranți.

Grupul 5: Activități extracurriculare

Sarcina: Propuneți un program de activități extracurriculare care să fie atractiv pentru tinerii migranți și să îi ajute să își dezvolte talentele și interesele. Includeți cluburi de artă, sport, muzică sau discuții care să favorizeze integrarea și să construiască relații cu colegii.

Grupa 6: Sprijin psihologic prin artă

Sarcina: Elaborați un plan pentru ateliere de art-terapie destinate tinerilor migranți, pentru a-i ajuta să-și exprime emoțiile și experiențele legate de migrație și război. Includeți o varietate de forme de artă, precum pictura, desenul, muzica, dansul sau teatrul, care să încurajeze deschiderea și creativitatea.

Grupul 7: Program de mentorat

Sarcina: Dezvoltați un program de mentorat în care studenții și studentele locale să acționeze ca mentori/mentorați pentru tinerii migranți. Gândiți-vă cum ar trebui să arate un astfel de program, ce activități ar putea întreprinde mentorii și ce beneficii ar putea obține atât mentorii/mentorații, cât și mentorii/mentorații lor.

Grupul 8: Campanie de sensibilizare

Sarcina: Concepeți o campanie de informare la școală care să sensibilizeze publicul cu privire la situația tinerilor migranți și să promoveze atitudini de empatie și solidaritate. Campania poate include afișe, pliante, prezentări multimedia, întâlniri cu experți și discuții în clasă.

Fiecare grup, lucrând la sarcina sa, ar trebui să elaboreze un plan de acțiune detaliat care să includă obiective, pași de implementare, resurse necesare pentru implementare și modul de evaluare a eficacității activităților propuse.

După expirarea timpului alocat, liderii grupurilor de lucru discută ideile lor cu clasa.

5.3. Partea finală (15 minute)

Profesorul/profesoara rezumă ideile, subliniind importanța lor pentru bunăstarea mentală a tinerilor migranți, și încurajează elevii să se implice în inițiativele propuse. Tinerii acordă stele pe un padlet și aleg 2-3 activități specifice care pot fi implementate în viitorul apropiat (de exemplu, organizarea unei întâlniri de team building, un proiect artistic, pregătirea de podcasturi despre sănătatea mintală, crearea unui grup de sprijin digital, conversații individuale, jocuri de rol, introducerea elementelor de art-terapie sau muzică care pot sprijini tinerii la diferite niveluri emoționale etc.).

Finalizare:

Ateliere de relaxare și tehnici de sprijin:

- Introducere în tehnicile de relaxare: Profesorul/profesoara prezintă și demonstrează tehnici simple de relaxare care pot ajuta tinerii migranți să facă față stresului și anxietății (de exemplu, respirație profundă, vizualizare, exerciții fizice simple).
- Exerciții practice: Elevii și elevele efectuează o scurtă sesiune de relaxare sub îndrumarea profesorului (profesorilor), care poate fi înregistrată și pusă la dispoziție în format digital pentru ca tinerii migranți să o poată utiliza oricând.

Prezentatorul (prezentatorii) mulțumește (mulțumesc) tinerilor pentru implicarea lor, subliniind în același timp că activitățile comune pot ajuta tinerii migranți să se simtă parte a unei noi comunități.

6. Bibliografie și surse utilizate pentru pregătirea planului de lecție

<https://epedagogika.pl/zarzadzanie-klasa/relaksacja-dla-dzieci-i-mlodziezy.-cwiczenia-na-wprowadzenie-ciala-i-umyslu-w-stan-odprezenia-3960.html> [accesat la 31 august 24];

<https://unicef.pl/wspolpraca/wspolpraca-z-placowkami-edukacyjnymi/materialy-edukacyjne/o-zdrowiu-psyhicznym-dzieci-i-mlodziezy> [accesat la 31 august 24];

<https://www.savethechildren.net/> [accesat la 31 august 24]; <https://www.mindfulnessforteens.com/> [accesat la 31/08/24].

7. Lista fișierelor suplimentare care fac parte integrantă din scenariu

Anexa nexa 1 – joc didactic;

Anexa 2 – brainstorming; Anexa

3 – padlet.

APLICAȚIE ANEXE LA SCENARIUL 4

Anexa 1

Tutorial scurt pentru profesori: Cum se creează un „Z-A Quiz” distractiv pe <https://www.classtools.net/> Ce

este „Z-A Quiz”

„Z-A Quiz” este un joc educațional interactiv disponibil pe Classtools.net, care implică ghicirea cuvintelor sau frazelor care apar literă cu literă în ordine alfabetică inversă.

Pasul 1: Intrați pe site

1. Deschideți un browser web.
2. Accesați Classtools.net.

Pasul 2: Selectați instrumentul „Z-A Quiz”.

1. Pe pagina de start Classtools.net, găsiți și faceți clic pe opțiunea „Z-A Quiz”. Dacă nu vedeți imediat instrumentul, puteți utiliza funcția de căutare de pe pagină sau derulați în jos pentru a găsi „Z-A Quiz” printre opțiunile disponibile.

Pasul 3: Creați un „Z-A Quiz” distractiv.

1. Introduceți titlul testului: în câmpul „Quiz Title” (Titlul testului), introduceți titlul jocului, de exemplu „Conceptele cheie din lecție”.

Adăugați fraze sau cuvinte: în caseta „Cuvinte/fraze de ghicit”, tastați cuvintele sau frazele pe care doriți ca elevii să le ghicească. Tastați fiecare cuvânt sau frază pe o linie separată. Exemple de cuvinte: „Empatie”, „Solidaritate”, „Bunăstare mentală”, „Criză de război”.

2. Setări de timp: Puteți personaliza durata de afișare a literelor pe ecran făcând clic pe opțiunea „Timp per literă” și selectând durata preferată (implicit este 1 secundă per literă).

Pasul 4: Salvați și împărtășiți distracția

1. Salvați distracția: faceți clic pe butonul „Creați un test” pentru a crea testul „Z-A Quiz”.
2. Partajarea linkului: Când creați un test, veți primi un link unic cu care să vă jucați.

Generarea codului QR: puteți genera și un cod QR pe care elevii îl pot scana pentru a accesa testul fără a fi nevoie să introducă un link.

Pasul 5: Desfășurați jocul în cadrul lecției

1. Instrucțiuni pentru elevi: Explicați-le elevilor că vor trebui să ghicească cuvintele sau expresiile care vor apărea treptat pe ecran în ordine alfabetică inversă.
2. Monitorizați progresul: Puteți afișa testul pe o tablă interactivă sau puteți lăsa elevii să îl rezolve pe dispozitivele lor (de exemplu, smartphone-uri sau tablete).
3. Discutarea rezultatelor: După finalizarea testului, discutați răspunsurile cu elevii, evidențiind conceptele cheie și relevanța lor pentru lecție.

Asta e tot! Acum știți cum să creați și să derulați un test distractiv „Z-A Quiz” pe Classtools.net.

Cod QR pentru a juca



https://www.classtools.net/z-a/202408_-38EmVg



captură de ecran

Tutorial scurt pentru profesori: Cum să puneți o întrebare în AnswerGarden Ce

este AnswerGarden?

AnswerGarden este un instrument online simplu care vă permite să colectați rapid și interactiv răspunsuri de la elevi. Poate fi utilizat pentru a pune întrebări deschise, a conduce discuții sau a colecta idei.

Pasul 1: Accesați site-ul

1. Deschideți un browser web.
2. Accesați site-ul web [AnswerGarden](https://www.answergarden.com).

Pasul 2: Creați o nouă întrebare

1. Faceți clic pe „+ Creați AnswerGarden” pe pagina de start.
Veți fi redirectionat către o pagină unde puteți crea o nouă întrebare.

Pasul 3: Introduceți întrebarea

1. În caseta „Subiect”, introduceți întrebarea. Aceasta este întrebarea la care vor răspunde elevii.
Exemplu de întrebare: „Ce emoții ar putea însoți tinerii migranți într-un mediu nou?”
2. Selectarea modului de răspuns: Puteți selecta unul dintre modurile de răspuns:
Brainstorm: elevii și elevele pot răspunde de mai multe ori și vor vedea răspunsurile celorlalți.
Sala de clasă: elevii și elevele pot răspunde de mai multe ori, dar răspunsurile sunt moderate.
Moderator: răspunsurile sunt moderate înainte de a fi publicate.
Blocat: răspunsurile sunt blocate (util când doriți să terminați colectarea răspunsurilor).

Pasul 4: Reglați setările

1. Selectați opțiunea „Lungimea răspunsului”. – selectați lungimea răspunsului (20 sau 40 de caractere).
2. Selectați „Filtru spam” – puteți activa filtrul spam pentru a bloca răspunsurile inadecvate.
3. Confidențialitate: selectați „Ascuns” dacă doriți ca AnswerGarden să fie invizibil pentru public și numai persoanele cu care partajați linkul să aibă acces.
4. Etichetarea cu hashtag-uri (opțional): Puteți adăuga hashtag-uri la întrebarea dvs. pentru a o găsi mai ușor.

Pasul 5: Salvați și partajați întrebarea

1. Faceți clic pe butonul „Creați” din partea de jos a paginii pentru a crea AnswerGarden.
2. Copiere link: După ce ați creat o întrebare, veți primi un link unic. Puteți să îl copiați și să îl distribuiți tinerilor sau să afișați codul QR pe tabla interactivă.

Pasul 6: Monitorizați răspunsurile

1. Previzualizare răspunsuri: Răspunsurile elevilor și elevelor vor fi afișate pe AnswerGarden sub forma unui nor de cuvinte. Cu cât un răspuns apare mai des, cu atât fontul său va fi mai mare.
2. Moderare (dacă este selectată): Dacă ați selectat un mod cu moderare, verificați răspunsurile înainte de a le publica.

Pasul 7: Discutați rezultatele

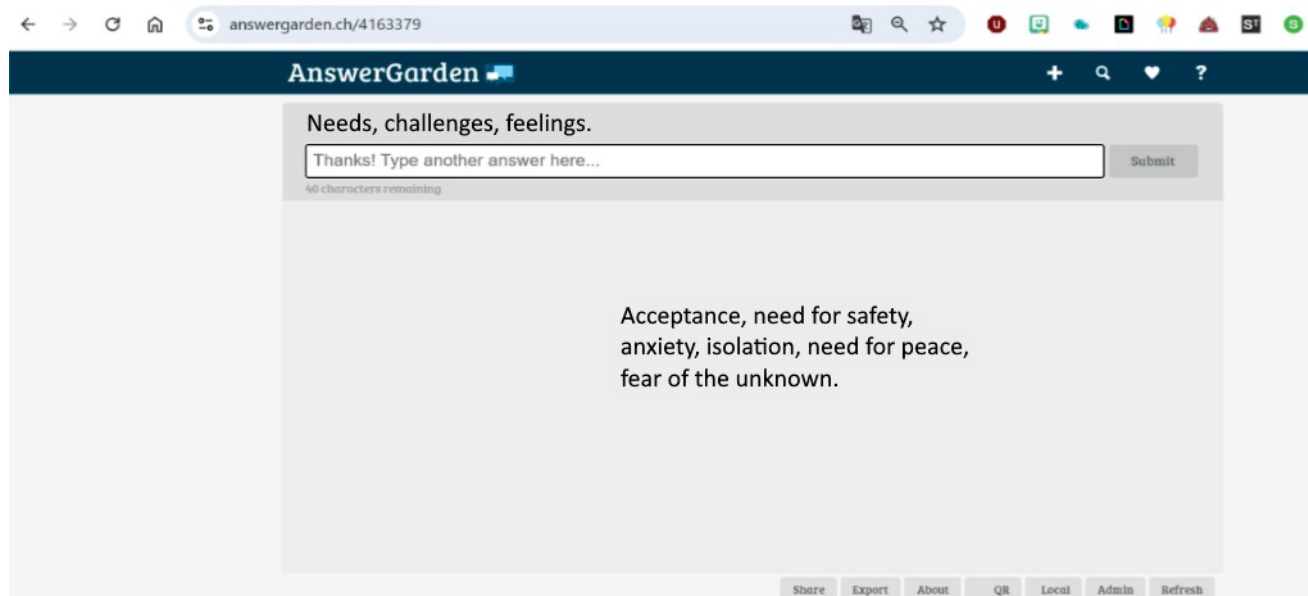
1. Discuție în clasă: După ce ați terminat de colectat răspunsurile, discutați-le cu elevii și elevele. Vă puteți concentra pe răspunsurile cele mai frecvente sau puteți analiza diversitatea opiniilor.

Asta este! Acum știți cum să creați rapid o întrebare și să colectați răspunsuri de la tineri folosind AnswerGarden.

Cod QR pentru a răspunde



<https://answergarden.ch/4163379>



captură de ecran

Un scurt tutorial pentru elevi și eleve: Cum se folosește Padlet Ce este Padlet?

Padlet este o tablă interactivă online care vă permite să creați și să partajați idei, note, imagini, linkuri și alte materiale într-un singur loc. Îl puteți utiliza pentru a colabora cu alți studenți/elevii în timp real.

Pasul 1: Accesați Padlet

1. Deschideți un browser web.
2. Introduceți adresa Padlet pe care v-a dat-o profesorul/profesorii. De asemenea, puteți face clic pe link sau puteți scana codul QR.

Pasul 2: Utilizarea Padlet

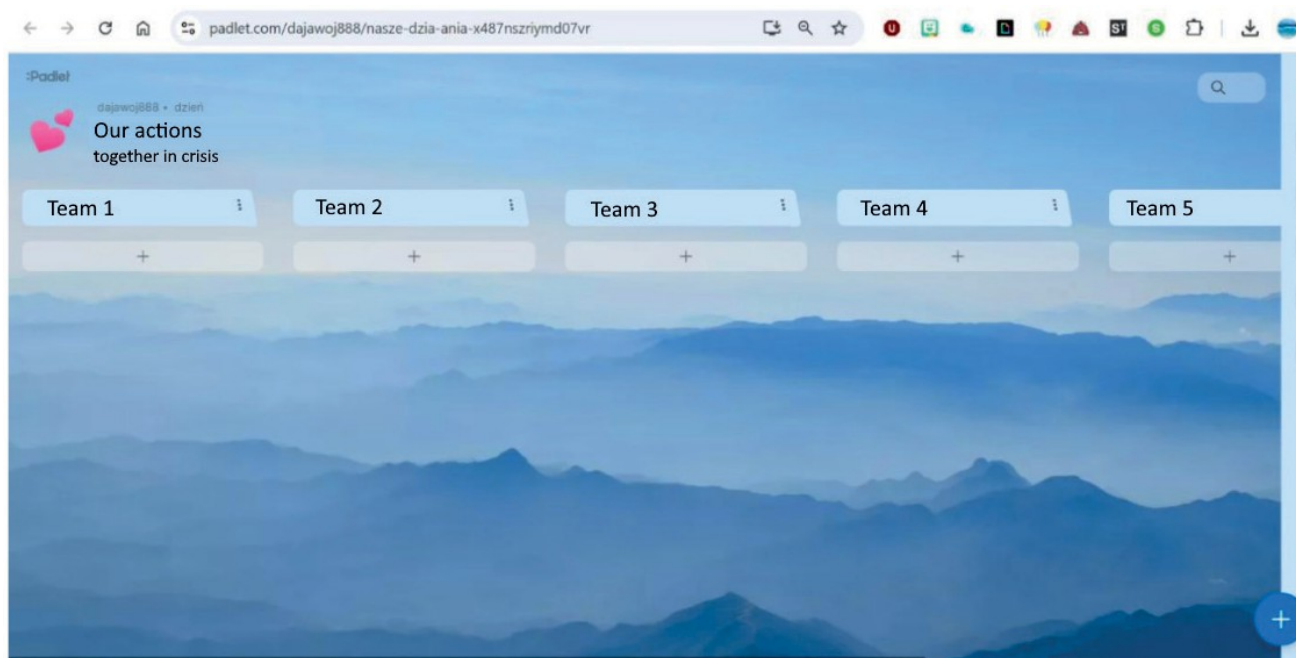
1. Adăugarea unei noi intrări:
Pe panoul Padlet, faceți clic pe simbolul „+” sau faceți dublu clic oriunde pe panou. Va apărea o fereastră nouă de introducere. În aceasta puteți:
 - Adăugați un titlu: de exemplu, „O idee pentru sprijinirea tinerilor migranți”.
 - Scrie o descriere sau o notă: tastează textul pe care dorești să îl partajezi.
 - Adăugați imagini, videoclipuri, linkuri: faceți clic pe pictogramele de sub fereastra de introducere pentru a adăuga diferite tipuri de conținut media.
2. Editarea unei intrări:
Dacă doriți să modificați ceva în intrarea dvs., treceți cu mouse-ul peste intrare și faceți clic pe pictograma creion pentru a edita conținutul.
3. Vizualizarea postărilor altor persoane:
Pe panoul Padlet veți vedea toate intrările adăugate de alți participanți la lecție. Puteți face clic pe fiecare intrare pentru a vedea detaliile acesteia.
Dacă intrările sunt grupate în coloane, puteți derula orizontal prin tabel pentru a vedea mai multe coloane.
4. Comentarea și acordarea de stele:
În funcție de setările Blackboard, puteți lăsa comentarii la postările altor persoane. Faceți clic pe balonul de sub o postare pentru a adăuga un comentariu.
De asemenea, puteți acorda „stele” postărilor care vă plac, făcând clic pe pictograma corespunzătoare.

Gata! Acum sunteți pregătiți să utilizați Padlet pentru a colabora cu alți elevi/studenți și pentru a vă împărtăși ideile. Dacă aveți întrebări, nu ezitați să cereți ajutorul profesorului/elevului!

Cod QR pentru Padlet



<https://padlet.com/dajawoj888/inicjatywy>



captură de ecran

SCENARIUL 5

Magdalena Ankiewicz-Kopicka Lecție
educațională

Cum să gestionezi stresul în situații de criză?

*Stresul este ca niște
cătușe, atât de mult încât îl purtăm în
inimă.*

Helmut Qualtinger

1. Grupul țintă al lecției: 14-18 ani

2. Obiectivele lecției

2.1. Scopul general al lecției

- Să ajute elevii și elevele să înțeleagă natura și cauzele stresului și să învețe despre factorii de stres asociați migrației. Elevii vor învăța să-și recunoască rezistența la stres și să-și îmbunătățească abilitățile de a face față situațiilor dificile.

2.2. Obiective specifice

- Elevii și elevele vor identifica situații stresante legate de criza migrației.
- Elevii și elevele învață tehnici de gestionare a stresului în contextul situațiilor de criză.
- Elevii și elevele vor dezvolta abilități de lucru în echipă și de reflecție individuală asupra modalităților de gestionare a stresului.

3. Metode de lucru

- moderare vizuală;
- cerc de mers pe jos;
- discuție;
- propoziții neterminate.

4. Lista materialelor didactice care vor fi utilizate pentru desfășurarea lecției

- generator de echipe: generator de echipe James Baum;
- roata norocului: wheel decide – <https://tiny.pl/7cr3t>.

5. Desfășurarea lecției

5.1. Partea introductivă (10 minute)

Descrierea situațiilor stresante:

Elevii și elevele primesc bilețele adezive și sunt rugați să descrie situații care pot provoca stres în contextul migrației sau al altor crize (de exemplu, separarea de familie, probleme lingvistice, adaptarea la un mediu nou).

Notițele sunt lipite pe tablă, iar profesorul/elevul, împreună cu elevii și elevele, le grupează în funcție de similitudinea tematică.

5.2. Partea principală (20 de minute)

Împărțirea în echipe:

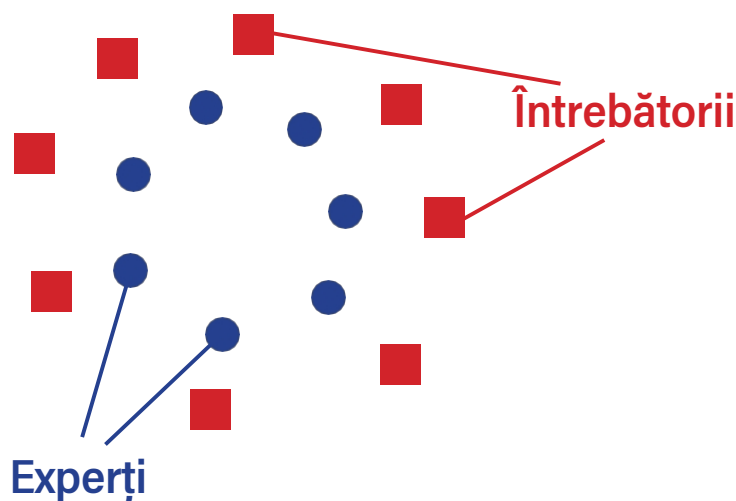
Facilitatorul (facilitatorii) împarte tinerii în două echipe (experți și întrebători) folosind bomboane de două culori diferite sau un generator de echipe online.

Cercul pașilor:

Fiecare participant primește o foaie de hârtie cu una dintre problemele identificate în introducere.

Întrebătorul se așează în fața expertului, pune o întrebare despre cum să facă față situației stresante prezentate și notează soluțiile oferite.

Apoi, întrebătorul trece la următorul expert, repetând procesul. În acest fel, tinerii adună diferite perspective și metode de gestionare a stresului.



ilustrație

5.3. Partea finală (15 minute)

Prezentare și discuție:

- Cei care pun întrebări prezintă soluțiile colectate întregii clase. Profesorul/profesorii inițiază o discuție despre eficacitatea și fezabilitatea metodelor propuse de gestionare a stresului. Facilitatorul/facilitatorii pot introduce și alte tehnici de gestionare a stresului, cum ar fi gândirea pozitivă, creșterea stimei de sine, comunicarea eficientă sau căutarea sprijinului într-un grup.

Proiecție de film:

- Profesorul/profesoara prezintă un videoclip despre alte modalități de gestionare a stresului, în special în contextul crizei migrației, pentru a extinde cunoștințele tinerilor (exemplu de videoclip: <https://www.youtube.com/watch?v=-tEpfkN8WLo>).

Evaluare:

- La sfârșitul activității, instructorul (instructorii) utilizează „roata norocului” creată pe site-ul web Wheel Decide.



<https://tiny.pl/7cr3t> -captură de ecran

Elevii și elevele desenează propoziții pe care trebuie să le completeze, cum ar fi:

- „Am învățat că...”
- „Nu mi-a plăcut...”
- „Acum mă simt ca...”
- „Astăzi am fost surprins de...”
- „Mi-a plăcut...”
- „Am înțeles/am înțeles că...”

Tinerii completează propozițiile desenate, ceea ce le permite să reflecteze asupra lecției și să evalueze eficacitatea metodelor de gestionare a stresului.

6. Bibliografie și surse utilizate pentru pregătirea planului de lecție

- Mindfulness pentru adolescenți [accesat la 31/08/24];
- UNICEF – Materiale educaționale [accesat la 31/08/24];
- Salvați Copiii [accesat la 31.08.24];

SCENARIUL 6

Sabina Kmak

Limba engleză

Găsirea puterii împreună – construirea unei comunități solidare

1. Grupul țintă al lecției: 15-18 ani / Nivel B1-B2

2. Obiectivele lecției

2.1. Scopul general al lecției

- Dezvoltarea abilităților de comunicare în limba engleză, promovând în același timp atitudini de sprijin față de tinerii migranți.

2.2. Obiective specifice

- Extinderea vocabularului referitor la emoții și migrație, cum ar fi.
- Extinderea abilităților de ascultare într-o limbă străină, precum și interpretarea textului și exprimarea reflecțiilor.
- Capacitatea de a vorbi despre emoții și experiențe dificile.
- Formarea abilităților de cooperare prin munca în grup și crearea unui plan de sprijin pentru noii elevi.
- Formarea valorilor precum încrederea în sine, sentimentul de autonomie și unitatea în grup.

3. Metode de lucru

- Brainstorming: la începutul lecției, fiecare elev poate să-și exprime opiniile cu privire la subiect.
- Analizarea și interpretarea videoclipului: discutarea unui fragment video despre Pola, care vorbește despre migrația ei într-o altă țară, subliniind importanța subiectului, precum și emoțiile care pot însoți o persoană care se află într-o țară străină.
- Lucrul în grupuri: crearea unui plan de sprijin pentru o persoană nouă.
- Discuție moderată: discuții în clasă și în grup.

4. Lista materialelor didactice care vor fi utilizate pentru desfășurarea lecției

- Tablă interactivă
- Prezentare multimedia
- Foaie de lucru – Să creăm un plan de sprijin.
- Vocabular și întrebări pentru discuție incluse în prezentare.

5. Desfășurarea lecției

5.1. Parte introductivă (10 minute)

Bun venit și obiectivul lecției:

Profesorul prezintă tema lecției, care se concentrează pe extinderea vocabularului legat de emoții, explicând în același timp importanța temei, și anume sprijinul acordat tinerilor migranți care au trecut recent prin experiențe dificile. Profesorul subliniază importanța grupului și modul în care acesta poate ajuta astfel de persoane să se adapteze mai repede la un loc nou și să se simtă confortabil în sala de clasă.

Întrebări de încălzire:

După ce prezintă scopul lecției, profesorul afișează două întrebări de încălzire folosind metoda de lucru brainstorming. Elevii răspund și împărtășesc asocierile lor despre semnificația cuvântului comunitate, care are rolul de a oferi o explicație a temei lecției, precum și o bază pentru exercițiile și discuțiile ulterioare. Același lucru este valabil și pentru întrebarea a doua, în care elevii își amintesc cuvinte din vocabular legate de emoții și le rostesc cu voce tare. A doua întrebare are ca scop reamintirea emoțiilor, precum și trezirea empatiei în rândul elevilor, evocând sentimente apropiate de persoana care se află într-un loc nou.

5.2. Partea principală (25 de minute)

Introducerea vocabularului nou.

După ascultarea răspunsurilor anterioare la întrebări și a sugestiilor de vocabular, profesorul prezintă câteva cuvinte mai avansate pentru emoții. Există exemple pozitive într-un rând și exemple negative în altul. Elevii transcrie cuvintele din vocabular într-un caiet și, împreună cu profesorul, notează traducerea frazelor nou învățate.

Analiza materialului video și discuție pe baza întrebărilor.

După ce au învățat vocabularul nou referitor la emoții, elevii vizionează un videoclip intitulat: Din Ucraina în Marea Britanie: Povestea Polinei. Videoclipul este conceput nu numai pentru a exersa abilitățile de ascultare într-o limbă străină, ci și pentru a stimula interpretarea în vederea unei discuții mai aprofundate despre emoții. Videoclipul are, de asemenea, scopul de a înțelege situația dificilă a migranților care

își schimbă locul de reședință de la o zi la alta și se confruntă cu multe dificultăți. După vizionare, profesorul pune întrebări în limba engleză. Elevii discută, schimbând observații în clasă.

Lucrul în grupuri. Crearea unui plan de sprijin.

Elevii se împart în grupuri de 3-4 persoane. Fiecare grup primește o fișă de lucru de la profesor și creează un plan de sprijin. Planul include acțiuni specifice pentru care elevii trebuie să-și adune pomii:

Sprijin lingvistic – adică cum putem ajuta din punct de vedere lingvistic, de exemplu traducător, parteneri de limbă tandem, fraze utile în limba poloneză.

Sprijin emoțional – ce putem face pentru a sprijini pe cineva din punct de vedere emoțional, de exemplu, discuții despre emoții, experiențe, psihologul școlii.

Activități de integrare socială – adică ce activități putem face pentru a ne cunoaște mai bine, cum ar fi vizionarea unui film împreună, conversații în timpul pauzei.

Sprijin pentru studiu – modalități și idei despre cum pot sprijini această persoană în procesul de învățare, de exemplu, ajutor în învățarea limbii poloneze.

Povestește despre școală – adică locurile din școală pe care ar trebui să le cunoști dacă ești nou în școală, de exemplu cantina școlii, biblioteca.

Povestește despre orașul nostru – adică locurile din localitatea noastră pe care ar trebui să le cunoaștem și unde putem merge împreună, de exemplu, galeria de artă, parcul, muzeul.

După 10 minute de lucru, grupurile își împărtășesc ideile.

5.3. Partea finală (10 minute)

Rezumatul lecției.

Profesorul afișează trei propoziții rezumative din lecție pentru a fi reținute, subliniind importanța cooperării în grup și cât de mult pot face pentru a ajuta pe cineva să se simtă mai confortabil în clasă. Elevii împărtășesc apoi concluziile și observațiile lor.

Temă

Scrieți o povestire scurtă despre o situație în care ați trăit o emoție puternică (de exemplu, bucurie, tristețe, frică, mândrie). Folosiți cel puțin cinci cuvinte avansate care descriu emoțiile care au apărut în lecție. 100-150 de cuvinte

În caietele lor, elevii scriu o temă pentru acasă, care constă în a scrie o poveste despre emoțiile pe care le trăiesc. Sarcina nu este doar creativă, ci ajută și la consolidarea vocabularului nou din lecție.

Încheierea lecției.

Lecția se încheie cu două citate care rezumă lecția. Acestea subliniază valoarea acțiunii comune și a sprijinului reciproc care provine din grup și din mediul prietenos pe care îl creează elevii. Al doilea citat, pe de altă parte, ne amintește de respectul față de ceilalți și de valorile pozitive:

„Singuri putem face atât de puțin; împreună putem face atât de mult.” – Helen Keller

„Respectul este una dintre cele mai mari expresii ale iubirii.” – Miguel Angel Ruiz

6. Bibliografie și surse utilizate pentru pregătirea planului de lecție

Surse:

- Giera t-Król, W., Nosidlak, K. (2022), Integrarea prin acțiune sau cum să integrăm un elev din Ucraina în echipa clasei. Limbi străine la școală. nr. 4, [accesat la 11.02.2025].
- Goetz, M. (2018), Cum să ajuți elevii să se adapteze la școală, „Pedagogical Voice”, nr. 91,
- <bit.ly/3trdSaC>, [accesat la 10.02.2025].

- Loskot, M. (2021), Clasa armonizată. Participarea educatorului la construirea relațiilor între elevi, „Pedagogical Voice”, nr. 122, <bit.ly/3Tx8Bc8 >, [accesat la 10.02.2025].
- Meslin, A. (2021), Unul pentru toți, toți pentru unul, sau integrarea echipei de clasă,
- „Viața școlii”, nr. 39, [accesat la 10.02.2025].
- Tracz-Molasy, A. (2022), Integrarea copiilor sosiți din Ucraina. O colecție de bune practici pentru facilitarea integrării la școală, „Monitorul directorului de școală”, nr. 120, <bit.ly/3TBHpcm>, [accesat la 10.02.2025].

Altele:

- Programul Canva – utilizat pentru pregătirea fișei de lucru și a prezentării.
- Video: Din Ucraina în Marea Britanie: Povestea Polinei | Newsround. YouTube, BBC Newsround, [accesat la 15.02.2025].

7. Lista fișierelor suplimentare care fac parte integrantă din scenariu

- Prezentare
- Foaie de lucru: Să creăm un plan de sprijin.

Materialele sunt disponibile pe Google Drive la următorul link: [https://](https://drive.google.com/drive/folders/18vc3An1jvmyVOICIYIfQXclWZTzpDaEf?usp=drive_link)

drive.google.com/drive/folders/18vc3An1jvmyVOICIYIfQXclWZTzpDaEf?usp=drive_link

SCENARIUL 7

Rafal Chrzan Educație
în domeniul securității

Să fim împreună în noua realitate – cum să sprijinim colegii în criza migrației?

1. Grupul țintă al lecției: 14-15 ani

2. Obiectivele lecției

2.1. Scopul general al lecției

- Să sensibilizeze elevii cu privire la situația tinerilor migranți ca urmare a eforturilor de război.

2.2. Obiective specifice

- Identificarea modalităților de sprijinire a bunăstării psihologice a migranților. Promovarea atitudinilor de empatie, deschidere și cetățenie activă. Dezvoltarea abilităților de comunicare și integrare.

3. Metode de lucru

- Brainstorming
- Discuție
- Dramă (joc de rol)
- Lucrul în grup
- Foaie de lucru


4. Lista materialelor didactice care vor fi utilizate pentru desfășurarea lecției

- Foi colorate și foi de hârtie pentru „Harta emoțiilor”
- Markere, creioane colorate, markere, markere colorate
- Cutia inițiativelor – o cutie pentru ideile elevilor

5. Desfășurarea lecției

5.1. Partea introductivă (5 minute)

Profesorul începe lecția cu o întrebare: „Imaginați-vă că trebuie să vă părăsiți brusc casa, școala și prietenii, fără să știți dacă și când vă veți întoarce. Cum v-ați simți într-o astfel de situație?”



Elevii răspund, de exemplu, cu teamă, incertitudine, dor, emoții naturale într-o situație de migrație forțată de război. Mulți oameni trec prin astfel de experiențe și au nevoie de sprijin într-o țară nouă.

Profesorul încheie.

Profesorul prezintă tema lecției și scopul acesteia: împreună vom analiza cum putem ajuta colegii care se află într-un mediu nou din cauza crizei migrației.

5.2. Partea principală (25 de minute)

Exercițiu de integrare „Harta emoțiilor” (10 minute)

Fiecare elev primește o foaie de hârtie colorată și scrie pe ea un cuvânt care descrie o emoție pe care o poate simți o persoană care este forțată să-și părăsească țara. Elevii lipesc apoi cardurile pe o foaie mare de hârtie („harta emoțiilor”).

Profesorul conduce o scurtă reflecție:

- Ce emoții s-au repetat cel mai des?
- Ce sprijin poate ajuta la depășirea lor?

Atelier „Eu sunt ghidul tău” (15 minute)

Lucru în grup: Elevii se împart în patru sau mai multe echipe, în funcție de numărul de copii din clasă. Fiecare echipă primește o sarcină diferită:

- Prima zi la o școală nouă – Scrieți ce activități pot ajuta noii elevi să se simtă bineveniți?
- Bariera lingvistică – Precizați cum poate fi facilitată comunicarea pentru o persoană care nu cunoaște încă limba?
- Dorul de casă – Cum pot fi sprijiniți emoțional migranții?
- Integrarea cu colegii – Ce activități pot fi organizate pentru a facilita relațiile?

Elevii lucrează în grupuri pentru a găsi soluții și le prezintă clasei sub forma unei scurte scenete și a unui poster pregătit în prealabil.

5.3. Partea finală (10 minute)

Profesorul pune elevilor următoarele întrebări:

- Ce putem face ca clasă pentru ca migranții să se simtă parte din comunitatea noastră?
- Ce activități putem propune în școala noastră?
- Fiecare elev scrie pe o carte poștală un lucru pe care îl poate face personal pentru a-și ajuta noii colegi de clasă (de exemplu, invitându-i să se joace împreună, ajutându-i să învețe o limbă străină, oferindu-le un tur al școlii). Cărțile poștale sunt colectate în „Cutia inițiativelor” – ideile pot fi puse în practică ulterior.



Finalizare

Profesorul subliniază că fiecare acțiune, chiar și cea mai mică, contează și că construirea unei comunități bazate pe empatie și acceptare este un pas către o lume mai bună. El mulțumește elevilor pentru colaborare.

6. Bibliografie și surse utilizate pentru pregătirea planului de lecție

- UNICEF. (2023). „Sprijinirea copiilor refugiați și migranți – un ghid pentru profesori”. Disponibil online: www.unicef.org
- OMS. (2022). „Sănătatea mintală a copiilor și adolescenților în situații de criză”.
- Ministerul Educației și Științei. (2022). „Ghid pentru școli: integrarea elevilor cu experiență de migrație”.
- Oxfam International. (2023). „Măsuri pentru integrarea socială a migranților”.
- Fundația Giving Children Strength. (2023). „Cum să vorbim cu copiii despre război și migrație”. Disponibil online: www.fdds.pl

SCENARIUL 8

Katarzyna Jaworska

Lecție educațională, cunoștințe sociale, istorie

Construirea de punți de empatie și soluții în vremuri de schimbare

1. Grupul țintă al lecției: 16-17 ani

2. Obiectivele lecției

2.1. Scopul general al lecției

- Dezvoltarea empatiei și înțelegerii în rândul tinerilor față de persoanele afectate de migrație. Conștientizarea provocărilor cu care se confruntă migranții și promovarea atitudinilor de acceptare și incluziune.

2.2. Obiective specifice

Elevul:

- dezvoltă empatie față de migranți,
- dezvoltă o atitudine de toleranță și acceptare prin activități creative, este conștient de provocările cu care se confruntă migranții,
- învață despre diferite metode de a ajuta migranții,
- își consolidează abilitățile de comunicare prin dialog și cooperare în grupuri,
- rezolvă probleme prin identificarea provocărilor cu care se confruntă migranții, caută soluții practice care să sprijine integrarea migranților,
- crește gradul de conștientizare a publicului cu privire la problemele migrației globale, își dă seama de rolul său în construirea unei societăți incluzive.

3. Metode de lucru

- lucrul cu textul,
- activă (fișele lui Celestin Freinet, brainstorming),
- valorizare (expresivă); asimilare (discuții care prezintă cunoștințe noi, explicații, discuții),
- practică
- metoda modificată a bulgărilor de zăpadă

4. Lista materialelor didactice care vor fi utilizate pentru desfășurarea lecției

- Anexa 1 – „Podul 1 – Construim un pod al conștientizării”
- Anexa 2 – „Podul 2 – Construim poduri de empatie și soluții”

5. Desfășurarea lecției

5.1. Partea introductivă (5 minute)

Înainte de curs:

- Profesorul tipărește Anexa 1 – „Podul 1 – Construim un pod al conștientizării” într-un singur exemplar.
- Profesorul tipărește Anexa 2 – „Podul 2 – Construim poduri de empatie și soluțiilor” într-un singur exemplar și așează pe masă cartonașe verzi, galbene, roșii și albastre, dar numai cu numerele 3 și 5. El pune celelalte cartonașe pe catedră, deoarece le va distribui echipelor individuale.

Podul 1 – Construim un pod al conștientizării (scopul acestei sarcini este de a crește gradul de conștientizare cu privire la motivele migrației).

- Elevii sunt împărțiți în 7 grupuri.
- Fiecare grup de elevi primește o carte cu motivul migrației – Anexa nr. 1
- Elevii desenează în dreptunghiul de deasupra textului o pictogramă corespunzătoare conținutului.
- După finalizarea sarcinii, șeful echipei prezintă munca sa celorlalți elevi și înapoiază cartonașul completat profesorului.

5.2. Partea principală (35 de minute)

Puntea 2 – Construim punți de empatie și soluții (scopul acestei sarcini este de a intra în rolul migranților, de a trezi empatie și de a încerca să găsim soluții la probleme).

Elevii sunt împărțiți în 4 grupe.

Profesorul distribuie Anexa 2 fiecărui grup conform modelului:

Grupa I (lipsa acceptării și înțelegerii) – cartonașe verzi cu numerele 2,4


II grup (bariera lingvistică) – cartonașe galbene cu numerele 2,4

III grup (adaptarea într-un mediu nou) – cartonașe roșii cu numerele 2,4

IV grupul (probleme financiare) – cartonașe albastre cu numerele 2,4

Elevii din fiecare grupă îndeplinesc sarcinile de pe cartonașele cu numerele 2 și 4, prezentând cel puțin două propuneri de soluții. Grupele schimbă apoi cartonașele colorate cu o altă echipă, adăugând cel puțin două propuneri noi la cele existente. Este esențial ca fiecare echipă să îndeplinească toate instrucțiunile de pe toate cartonașele colorate.

După îndeplinirea sarcinilor de pe fiecare carte colorată, liderul fiecăreia dintre cele patru echipe se duce la masă și ia cartea colorată corespunzătoare cu numerele 3 și 5.



Profesorul ia toate cărțile colorate cu numărul 1 și citește titlul fiecărei cărți pe rând. După citirea fiecărui titlu, liderul echipei, care are culoarea corespunzătoare a cărților, citește cu voce tare textul de la pagina nr. 3 și nr. 5 pentru a verifica sau completa răspunsurile propuse la comenzile nr. 2 și nr. 3. După prezentarea răspunsurilor, liderul echipei aranjează cărțile de la nr. 1 la nr. 5. Procedăm în acest fel cu fiecare culoare de cărți.

La final, profesorul stivuiește 7 cărți despre motivele migrației și atașează toate cărțile colorate la acestea. Astfel se va crea o mini-broșură care documentează desfășurarea lecției.

5.3. Partea finală (5 minute)

Elevii se grupează câte trei și încearcă să formeze un pod din corpurile lor. După ce podurile sunt formate, profesorul citește următorul text, apoi le mulțumește elevilor pentru participarea la curs.

Un pod nu este doar o structură arhitecturală, ci și un simbol al legăturii dintre două lumi, locuri sau culturi. Când îl traversăm, ar trebui să știm de ce oamenii îl traversează uneori și ce intenții îi motivează, pentru a nu judeca persoanele care decid să facă un astfel de pas. Uneori, pentru a traversa podul, este nevoie nu numai de curaj, ci și de o mare determinare, care este întotdeauna asociată cu multe emoții. După traversarea unui pod, mai ales dacă acesta duce spre necunoscut, ne așteaptă o nouă experiență, care ne poate îmbogăți și ne poate deschide către noi posibilități, sau ne poate aduce provocări care ne vor cere să ne adaptăm și să fim flexibili. Fiecare pas pe care îl facem pe pod este ca un alt capitol din cartea vieții noastre, plin de necunoscute, dar și de speranțe și așteptări, așa că, înainte de a judeca orice migrant, să încercăm să empatizăm cu situația lor și să-i ajutăm așa cum am dori ca cineva să ne ajute într-un moment dificil. Empatia și înțelegerea sunt esențiale, deoarece podurile, atât cele literale, cât și cele metaforice, ne conectează ca oameni și ne reamintesc că facem cu toții parte dintr-o comunitate mai mare. Fiecare călătorie peste un pod este o lecție, ca cea de astăzi, care ne învață acceptarea și deschiderea față de ceilalți și ne amintește că, uneori, cele mai importante poduri sunt cele pe care le construim în inimile noastre.

6. Bibliografie și surse utilizate pentru pregătirea planului de lecție

- <https://www.canva.com/>
- <https://www.europarl.europa.eu/topics/pl/article/20170629STO78630/azy-l-i-migracja-w-ue-fakty-i-numbers#migrants-refugees-asylum-seekers--kim-s-5>
- <https://www.unhcr.org/pl/365-plwiadomosci2016uchodzca-czy-migrant-tlumaczy-my-roznice-i-wyjasniamy-ich-sens.html>
- Maciej Czarnecki, Scrisori de la refugiați către Europa – Părțile 1, 2, 4, 6, 7

ANEXE LA SCENARIU 8

Anexa nr. 1

Podul 1 – Construirea podului conștientizării

Tipăriți o copie a anexei. Împărțiți elevii în 7 echipe și dați fiecărei echipe o carte.

.....

Numele și prenumele tău:

Naționalitate:

Vârsta:

Motivul migrației este persecuția politică – situații în care oamenii sunt forțați să părăsească țara din cauza opresiunii exercitate de guvern sau de alte grupuri. Acestea pot include acte de violență, restricții ale libertății de exprimare, arestări ilegale sau amenințări la adresa persoanelor cu anumite opinii politice.

.....

Numele și prenumele:

Naționalitate:

Vârsta:

Motivul migrației poate fi discriminarea pe bază de rasă, naționalitate sau origine etnică, cu scopul de a încălca demnitatea unei persoane și de a crea un mediu intimidant, ostil, degradant, umilitor sau jignitor.

.....

Numele și prenumele:

Naționalitate:

Vârsta:

Motivul migrației poate fi un conflict armat, care forțează oamenii să-și părăsească locuințele în căutarea siguranței și a unor condiții de viață mai bune. Astfel de situații duc adesea la strămutări în masă, afectând în mare măsură țările gazdă care primesc refugiați.

.....



.....

Numele și prenumele dumneavoastră:

Naționalitate:

Vârsta:

Migrația economică implică părăsirea țării natale în căutarea unor condiții de viață mai bune și a unor venituri mai mari. Oamenii iau o astfel de decizie din diverse motive, adesea constrânși de lipsa perspectivelor de angajare în țara lor.

.....

Numele și prenumele:

Naționalitate:

Vârsta:

Motivul migrației este persecuția religioasă — situații în care indivizi sau grupuri sunt discriminați, persecutați sau atacați din cauza credinței sau convingerilor lor religioase.

.....

Numele și prenumele:

Naționalitate:

Vârsta:

Motivele migrației pot include schimbările climatice, care afectează disponibilitatea resurselor naturale, cum ar fi apa sau hrana. Creșterea temperaturilor, secetele și fenomenele meteorologice extreme duc adesea la degradarea mediului, forțând oamenii să-și părăsească locuințele în căutarea unor condiții de viață mai bune.

.....

Numele și prenumele:

Naționalitate:

Vârsta:

Motivul migrației poate fi reprezentat de dezastre naturale, cum ar fi inundații, secete sau cutremure, care distrug infrastructura și obligă oamenii să caute noi locuri în care să trăiască.

.....

Puntea 2 – Construirea punților de empatie și soluții

Tipăriți o copie a anexei. Împărțiți elevii în 4 echipe și dați fiecărei echipe o carte numerotată cu 2 sau 4. Așezați cărțile numerotate cu 1, 3 și 5 pe masă.

Lipsa de acceptare și înțelegere

Numele și prenumele dumneavoastră:

Naționalitate:

Vârsta:

O provocare pentru refugiați este lipsa de acceptare și înțelegere din partea comunității locale, care poate duce la discriminare și excluziune socială.

Sarcina: Imaginați-vă că ajungeți într-o țară în care comunitatea locală nu vă acceptă și nu vă înțelege. Faceți o listă cu emoțiile pe care le-ați putea simți.

Lista emoțiilor pe care le resimt refugiații din cauza lipsei de acceptare:

1. Tristețe – din cauza respingerii și a lipsei de acceptare
2. Singurătate – rezultată din izolare și lipsa de sprijin
3. Furie – față de nedreptate și neînțelegere
4. Incertitudine – cu privire la viitor și șansele de adaptare
5. Frustrare – din cauza imposibilității de a comunica cu cei din jur
6. Speranță – că situația se va îmbunătăți și că vor găsi o comunitate care să îi accepte
7. Frica – de necunoscut și de posibilitatea respingerii de către noul mediu
8. Rușine – asociată cu sentimentul de a fi un străin care nu se integrează
9. Dorul – de casă, familie și viața pe care au fost nevoiți să o părăsească
10. Recunoștință – pentru orice formă de sprijin și înțelegere din partea celorlalți



Sarcina: Imaginați-vă că un refugiat se alătură clasei voastre. Ce puteți face când sunteți martori la discriminarea și excluderea socială a acestuia?

Ațiuni pe care le pot întreprinde când sunt martor la discriminarea și excluderea socială a unui coleg de clasă refugiat:

1. Discutați cu persoana care este victima discriminării și arătați-i sprijin și înțelegere
2. Să raporteze situația unui profesor sau unui alt adult din școală care poate lua măsurile adecvate pentru a rezolva problema
3. Organizați activități comune de integrare pentru a vă cunoaște mai bine și a lega prietenii
4. Încurajează-i pe ceilalți să participe la ateliere de empatie și comunicare pentru a crea un mediu deschis și prietenos
5. Discutați cu alți elevi despre toleranță și acceptare, subliniind importanța ca fiecare să se simtă parte a comunității școlare
6. Creați un proiect sau o campanie la școală care să promoveze diversitatea culturală și să arate valoarea pe care o aduce fiecare elev, indiferent de originea sa

Bariera lingvistică

Numele și prenumele dumneavoastră:

Naționalitate:

Vârsta:

O provocare pentru refugiați este bariera lingvistică, care îngreunează comunicarea și integrarea într-o nouă societate. Fără cunoștințe de limba locală, refugiații se confruntă cu dificultăți în găsirea unui loc de muncă, în asigurarea educației pentru copiii lor și în desfășurarea activităților cotidiene.

Sarcina: Imaginați-vă că ajungeți într-o țară în care nimeni nu vorbește limba dvs. maternă sau limba pe care ați învățat-o la școală. Ce obiecte v-ar putea ajuta în această situație?

Faceți o listă cu lucrurile care ar facilita comunicarea și adaptarea în noul mediu.

Lista lucrurilor care facilitează comunicarea și adaptarea:

1. Smartphone cu aplicații de traducere offline
2. Încărcător portabil
3. Dicționar ilustrat
4. Manual de învățare a limbilor străine
5. Caiet și stilou
6. Fotografii de familie – pentru a-ți împărtăși povestea chiar și fără cuvinte

Sarcina: Imaginează-ți că un refugiat se alătură clasei tale. Cum l-ai ajuta să depășească bariera lingvistică?

Moduri în care pot ajuta colegul meu de clasă să depășească bariera lingvistică:

1. Îi invit la mine acasă, unde nu se vor simți presați de grupuri mari
2. Schimbați limba de pe laptop sau telefon în limba lor pentru a vă familiariza cu expresii utile
3. Ascultați împreună muzică, cărți audio și radio în poloneză; vizionați filme sau seriale fără dublare
4. Îi invit la plimbare sau la sport, care sunt modalități bune de a uita de situațiile dificile
5. Organizați întâlniri regulate în grupuri mici pentru a învăța împreună limba poloneză într-o atmosferă prietenoasă
6. Schimbați cărți și materiale educaționale pentru a vă înțelege mai bine culturile și tradițiile reciproce

Adaptarea la un mediu nou

Numele și prenumele dvs.:

Naționalitate:

Vârsta:

O provocare pentru refugiați este adaptarea la un mediu nou, care necesită menținerea identității lor culturale în timp ce își construiesc noi relații sociale.

Sarcina: Imaginați-vă că, din cauza unei situații dificile din țara dvs., trebuie să vă părăsiți casa. Faceți o listă cu trăsăturile și abilitățile care v-ar putea ajuta să vă adaptați la un mediu nou.

Lista trăsăturilor și abilităților care ajută la adaptare:

1. Capacitatea de a se adapta rapid la condiții în schimbare
2. Cunoașterea limbilor străine
3. Capacitatea de a stabili relații
4. Creativitate în rezolvarea problemelor și gestionarea situațiilor neprevăzute
5. Rezistență mentală și capacitatea de a face față stresului
6. Cunoștințe de prim ajutor și abilități de supraviețuire de bază
7. Deschidere către învățare și dorința de a acumula noi experiențe
8. Abilități de lucru în echipă
9. Abilități de gestionare a timpului
10. Empatie pentru a înțelege nevoile celorlalți și a construi relații profunde

Sarcina: Imaginați-vă că un refugiat se alătură clasei voastre. Cum îl puteți ajuta să se simtă confortabil în noul său mediu?

Pentru ca un refugiat care se alătură clasei mele să se simtă confortabil, aș face următoarele:

1. Îl aș primi cu căldură și l-aș prezenta celorlalți elevi
2. Îl încurajez să participe la diverse activități și evenimente din cadrul clasei
3. Îl ajuta să înțeleagă obiceiurile zilnice și regulile școlare, explicându-i orice neclarități
4. Mă asigur că au acces la materialele educaționale necesare
5. Găsi interese comune pentru a petrece timp împreună în afara clasei și a lega prietenii
6. Fiți răbdători, deschiși și gata să îi ajutați ori de câte ori au nevoie



Dificultăți financiare

Numele și prenumele dumneavoastră:

Naționalitate:

Vârsta:

O provocare pentru refugiați o reprezintă problemele financiare. Mulți ajung într-o țară nouă fără resurse, fiind nevoiți să solicite asistență socială sau să se bazeze pe organizații caritabile.

Sarcina: Imaginați-vă că ați fugit dintr-o țară în care a izbucnit un conflict armat și ați luat cu voi economiile, care se diminuează pe zi ce trece. Faceți o listă cu ceea ce puteți face într-o astfel de situație.

În caz de dificultăți financiare:

1. Căutați adăpost temporar la organizațiile umanitare care oferă ajutor refugiaților
2. Găsiți un loc de muncă temporar sau o slujbă ocazională pentru a obține venituri suplimentare
3. Contactați comunitățile sau asociațiile locale care vă pot oferi sprijin în găsirea unui loc de muncă sau a unei locuințe
4. Schimbați abilități și servicii cu alte persoane aflate într-o situație similară pentru a economisi bani
5. Căutați oportunități de formare sau cursuri profesionale pentru a vă îmbunătăți perspectivele de angajare
6. Reduceți cheltuielile inutile analizând obiceiurile zilnice de cheltuieli

Sarcina: Imaginați-vă că un refugiat se alătură clasei dvs. și are nevoie de ajutor financiar. Ce ați putea face în această situație?

Pentru un elev care se înscrie la școală și are nevoie de sprijin financiar, pot:

1. Discuta cu profesorii și administrația școlii despre posibile programe de asistență financiară disponibile pentru refugiați
2. Organiza o strângere de fonduri la școală, implicând elevii și părinții, pentru a colecta fonduri pentru nevoile urgente ale noului coleg
3. Căuta organizații caritabile sau organizații locale care ajută refugiații și ar putea oferi sprijin financiar sau material
4. Organizați o târg școlar pentru a vinde produse de casă, obiecte artizanale sau alte articole și donați încasările pentru a ajuta refugiații.
5. Ajutați la completarea cererilor pentru burse sau alte forme de sprijin educațional disponibile pentru elevii cu nevoi financiare
6. Oferiți sprijin emoțional și social, ajutând noul elev să se adapteze la noul mediu

SCENARIUL 9

Edyta Czerwienka
Lección educativa

„În mişcare. Integrarea copiilor migranţi dintr-o ţară în criză şi a copiilor din ţara gazdă folosind robotul Photon

1. Grupul ţintă al lecţiei: 13 ani

2. Obiectivele lecţiei

2.1. Scopul general al lecţiei

- Familiarizarea elevilor cu problema migraţiei şi a refugiaţilor în lumea modernă şi încurajarea integrării echipelor diverse din clasă prin activităţi distractive şi comune, dezvoltarea empatiei şi a abilităţilor de lucru în echipă, promovarea atitudinilor civice în contextul asistenţei şi respectului faţă de migranţi.

2.2. Obiective specifice

- Elevul este capabil să enumere principalele cauze ale migraţiei şi refugiaţilor şi să indice care pot fi consecinţele acestora pentru indivizi şi societăţi.
- Elevul demonstrează înţelegere şi empatie faţă de cei care se confruntă cu dificultăţi legate de refugiaţi şi migraţie şi identifică modalităţi de prevenire a diviziunii, prejudecăţilor şi stereotipurilor.
- Elevul participă activ la jocul de integrare, cooperează cu ceilalţi pentru a găsi soluţii, analizează situaţia prezentată şi prezintă rezultatele acţiunilor întreprinse.
- Elevul îşi îmbunătăţeşte abilitatea de a programa robotul Photon.

3. Metode de lucru

- conversaţie ghidată,
- joc didactic cu utilizarea unui robot – lucru în grup,
- metoda expunerii.

4. Lista materialelor didactice care vor fi utilizate pentru desfăşurarea lecţiei

- Roboţi fotonici (pentru fiecare grup)
- fişe de lucru cu întrebări şi sarcini legate de migraţie
- tablă interactivă sau retroproiector
- computere/tabletă (pentru ca elevii să programeze robotul)

- carduri, markere
- o cutie cu „pietre” care simbolizează obstacolele și oportunitățile care apar în timpul călătoriei (de exemplu, dificultăți de călătorie, situații problematice, tipuri de activități disponibile etc.).

5. Desfășurarea lecției

5.1. Partea introductivă (10 minute)

Bun venit și introducerea temei lecției:

Profesorul întâmpină echipa clasei, prezintă tema și prezintă un material scurt (3 min) despre migrație (materiale CEO) pentru a arăta migrația ca un fenomen frecvent care afectează diferite epoci, culturi și țări, disponibil la linkul de mai jos:

https://www.google.com/search?q=Migracje+film+edukacyjny&sca_esv=6c93800a30487113&sxsrf=AHTn8zpO5pUzz5ukjnmJOB7GxDND5iznQ:1739716661770&ei=N-fixZ9PdLreqwPAPsYiyqAE&start=10&sa=N&sstk=Af40H4XDgYEFQS-5cZmCJN5S-m2LCFmSyOP4zwoOcTLdQnKrnHsdf0hp9gvV1VMulV4WvznxGgIBxLdZK0_Qy-AQ-HMC_8MPRQbb0Sg&ved=2ahUKEwiTzInNtciLAXU3FRAIHTGEDBUQ8NMDegQIBxAW&biw=1440&bih=684&dpr=2#fpstate=ive&vld=cid:38ece168,vid:hwYSXjn8mGk,st:0

Conversație ghidată:

Pe baza materialului vizionat și a propriilor cunoștințe, elevii scriu pe bucăți mici de hârtie răspunsurile la întrebarea: ce părere aveți: ce fel de sentimente pot însoți persoanele care se află într-o țară străină?

Răspunsurile sunt lipite pe tablă. Elevii numesc emoțiile și identifică natura lor generală (pozitivă sau negativă), astfel încât să poată înțelege mai bine contextul psihosocial în care se află migrații.

5.2. Partea principală (25 de minute)

Prezentarea robotului Photon, demonstrarea capacităților sale (aproximativ 5 minute)

Profesorul explică pe scurt funcționarea robotului și arată cum se programează funcțiile acestuia, adică traseul de deplasare și sunetele. Elevii vor fi familiarizați cu covorașul de programare pe care se mișcă robotul și cu aplicația pentru operarea acestuia. Profesorul împarte elevii în grupuri, încercând să se asigure că componența grupului (în măsura posibilului și acceptabil pentru participanți) este formată din elevi din țara gazdă și din țările de origine. Profesorul subliniază că, în timpul lucrului în grup, nu este important ca echipele să concureze, ci ca membrii grupului să lucreze împreună.

„Pe drum” – un joc de integrare (20 de minute)

Descrierea jocului: Profesorul explică regulile jocului, al cărui scop este de a duce robotul de la punctul de plecare la câmpul de destinație marcat. Covorul este marcat cu puncte – „pietre”, pe care robotul trebuie să le viziteze pe parcurs. Fiecare „piatră” reprezintă o sarcină care trebuie îndeplinită. Exemple de comenzi ar putea fi următoarele:

- Gândiți-vă și scrieți pe o foaie de hârtie 2 moduri de a vă împrieteni cu o persoană din altă țară.
- Sugerează 3 jocuri care pot fi jucate de persoane care nu vorbesc o limbă comună.
- Te afli într-o țară străină și trebuie să ajungi în centrul orașului. Ce dificultăți ai putea întâmpina? Notează 2 exemple.
- Indicați 3 persoane/birouri care pot ajuta persoanele care sosesc dintr-o altă țară.

Notă pentru implementare: Numărul de sarcini poate fi mărit în funcție de limbă sau de timpul disponibil în timpul orei. Dacă în grup există persoane care nu vorbesc limba poloneză, instrucțiunile trebuie să fie în ambele limbi sau simplificate, de exemplu „Desenați 2 moduri în care copiii își petrec timpul liber în țara voastră”.

Fiecare grup primește un robot și începe să îndeplinească sarcinile. Jocul se termină când robotul ajunge în „țara prietenoasă”.

Rolul profesorului aici este de a oferi sprijin tehnic elevilor, de a oferi sprijin lingvistic, de a evita interferența excesivă cu fluxul de lucru al grupului și de a asigura o atmosferă pozitivă în clasă.

5.3. Partea finală (10 minute)

Reflecție:

Fiecare grup împărtășește impresiile sale despre joc, ce a fost dificil și ce a reușit să facă fără probleme. Reprezentantul grupului prezintă pe scurt soluțiile dezvoltate pentru sarcinile propuse.

Profesorul pune o întrebare:

- Ce se poate face pentru ca noii veniți în țara noastră să se simtă confortabil aici? Ce se poate face în școala noastră pentru ca noi să ne simțim bine împreună aici?


Rezumatul lecției:

Profesorul rezumă lecția, subliniind ce atitudini civice îi ajută pe nou-veniți să depășească dificultățile care apar.

Este important să se aprecieze cooperarea și angajamentul elevilor în timpul lucrului în grup și să se sublinieze momentele din această activitate care au fost deosebit de importante pentru rezolvarea în comun a problemelor într-o echipă diversă.

Concluzii:

Lecția este programată să se desfășoare în timpul orei de educație, datorită naturii sale interdisciplinare și accentului pus pe formarea atitudinii tinerilor față de persoanele provenite din altă țară. În raport cu programa școlară de bază, lecția abordează, printre altele, următoarele teme: I.1, I. 5, I.7, I.9, I.10, III.6, III.8 și III.9, VIII.7 și



X.5 din programa școlară de bază pentru educația generală în domeniul geografiei în școala primară, referitoare direct la problema migrației și fenomenelor conexe.

Pentru mai multe informații și materiale despre migrație și refugiați, care pot fi utilizate în cadrul orelor de curs, vizitați:

<https://zpe.gov.pl/a/spoleczno-ekonomiczne-i-kulturowe-konsekwencje-migracji-na-obszarze-europy/DRdyeymUh>

6. Bibliografie și surse utilizate pentru pregătirea planului de lecție

- Gwiazdowska-Stańczak, S. (2022). Cum să implicați elevii în procesul de învățare și să creați un climat școlar pozitiv: un ghid pentru profesori, Editura Diffin, Varșovia.
- Kawczynska-Butrym, Z. (2021). Copiii migranți – ce știm despre ei? Acta Universitatis Lodzensis. Folia Sociologica, (76), 23-38. <https://doi.org/10.18778/0208-600X.76.02>
<https://globalna.ceo.org.pl/tematy/migracje/jak-uczyc-o-migracjach-w-klasie/> (accesat la 13.02.2025).
- Baza curriculară pentru învățământul general în școlile primare.

SCENARIUL 10

Anita Janas
Cursuri de art-terapie

Calea către sine

1. Grupul țintă al lecției: 11-15 ani

2. Scopul general al lecției și obiectivele specifice

- Învățarea despre resursele proprii și denumirea emoțiilor, dezvoltarea inteligenței interpersonale și intrapersonale, dezvoltarea empatiei, sensibilității și imaginației

3. Metode de lucru

- metode ludice,
- traducere intersemiotică,
- lucrul cu textul

4. Lista materialelor didactice care vor fi utilizate pentru desfășurarea lecției

- muzică de relaxare,
- poezii,
- texte despre drum,
- scenarii de piese de teatru (disponibile online),
- cărți Dixit,
- citate despre drum,
- cuburi cu povești (cuburi)

5. Desfășurarea lecției

5.1. Plastic

Scenariul 1

Materiale: ziare, foarfece, lipici, carton, creioane colorate

Durată: 90 minute

1. Conversație despre pasiunile noastre. (5 minute)
2. Rugați participanții să decupeze din ziare câteva simboluri ale acestor pasiuni și să picteze o valiză pe carton. Valiza trebuie să fie lipită cu aceste simboluri, de exemplu câine, skateboard, carte etc. Apoi ne uităm la bagajele noastre și discutăm despre ele. (25 minute)
3. Punem în valiză și inscripțiile pe care le-am decupat din ziare, de exemplu gătit, sport, dezvoltare – aceste inscripții trebuie să ne caracterizeze. Apoi le lipim pe valizele noastre și putem picta pe ele lucruri importante pentru noi, simboluri, scrie ceva care are semnificație pentru noi. Mai târziu, ne uităm din nou la bagaje și le admirăm. (30 de minute)
4. Le cerem participanților să deseneze un bărbat în ploaie. Este foarte important să nu specificăm dacă trebuie să fie o femeie, un bărbat etc. Apoi ne uităm la desene și discutăm dacă personajele noastre au umbrele, cizme de cauciuc, pelerine de ploaie, adică dacă sunt echipate cu lucrurile necesare în această situație. Ce reiese este modul în care facem față stresului și dacă suntem bine pregătiți pentru călătoria vieții. (30 de minute)

Scenariul 2

Materiale: muzică relaxantă, vopsele, pensule, cutii de carton

Durată: 90 de minute

1. Avem deja bagajele și lucrurile necesare pentru călătoria noastră, așa că întrebați participanții Imaginați-vă drumul. Este nisipos sau pietros? Drept sau cu curbe? Trece prin pădure, munți, de-a lungul țărmului mării, poate prin oraș? Rugați participanții să închidă ochii și, ascultând muzică, să-și imagineze drumul. (15 minute)
2. Rugați participanții să deseneze drumul lor și să le povestească celorlalți despre el. (30 de minute)
3. Rugați-i să deseneze câteva simboluri pe această foaie, de exemplu piatră, apă, copac, zid, iar pe foaia atașată o ușă care se află la capătul acestui drum. Cum arată casa din spatele acestei uși? Sunt oameni în ea? Încercați să o desenați. (30 de minute)
4. Discutăm despre drumurile și casele noastre. (15 minute)

Scenariul 3

Materiale: foi de hârtie, carton, muzică relaxantă, creioane colorate, pietre

Durată: 90 minute

1. Ne întoarcem la lucrurile pe care le luăm cu noi în călătorie. Putem să ne echipăm mai bine, să fim mai bine pregătiți? Discuție. (5 minute)
2. Pictează-ți mandala ascultând muzică relaxantă. Discutăm despre ce ne ajută să ne urmăm calea. (30 de minute)
3. Pictarea emoțiilor pe pietrele noastre – Talismanul meu pentru drum – o conversație despre emoții. (30 minute)
4. Relaxare cu muzică (calmare, citirea unei povești de relaxare). (30 minute)

5.2. Poezie

Scenariul 4

Materiale: poezii, carton, vopsele, creioane colorate, foarfece, ziare, nisip (de diferite culori), lipici, pietre

Durată: 90 minute

1. Rugați elevii să citească o poezie selectată despre drum, călătorie și să împărtășească gândurile și impresiile lor. Apoi rugați-i să interpreteze poezia sub forma unei traduceri intersemiotice – desenând pe piatră, desenând cu nisip. Se va crea o lucrare ca ilustrație a unei opere legate de drum. Discutați imaginile și propriile sentimente. (1 oră)
2. Participanții decupează din ziare cuvinte și fraze care se referă la ei înșiși, la drumul lor, și le lipesc pe carton. În acest fel, ei devin poeți. Apoi își citesc lucrările și vorbesc despre impresiile lor. (30 de minute)

Scenariul 5

Materiale: poezie, cutii, pastă de plastic, hârtie colorată, șervețele de hârtie, nisip, cărți

Durată: 90 minute

1. Rugați participanții să citească o poezie selectată despre un drum, o călătorie, și apoi să împărtășească gândurile lor.
Apoi, rugați participanții să compună o poezie într-o cutie, adică să creeze un design pentru această piesă. Pot folosi pastă artistică, diverse obiecte, nisip, hârtie de șervețel, hârtie colorată.
Lucrarea va fi creată ca o ilustrare a unei opere legate de drum. Discutați despre lucrare și despre propriile interpretări și impresii. (1 oră)
2. Participanții aleg și scriu pe o foaie de hârtie trei cuvinte – culoare, loc, sentiment, apoi încearcă să creeze un vers liber din aceste cuvinte – chei. Ei citesc lucrările lor, discută despre ele, împărtășesc reflecțiile lor. (30 minute)

Scenariul 6

Materiale: poezie, carton, vopsele, lipici, cutie

Durată: 90 de minute

1. Rugați participanții să citească o poezie despre o călătorie, un drum, și să discute despre această poezie.
Apoi, participanții au sarcina de a picta cu vopsele emoțiile asociate cu opera. După ce am vizionat și discutat sentimentele, lipim cardurile pe cutie, astfel încât să se formeze un cub de citit. (1 oră)
2. Aruncăm zarurile și alcătuim o poveste despre drum, călătorie și emoțiile prezentate în ilustrațiile unei opere de W. Szymborska. (30 de minute)

5.3. Teatru

Scenariul 7

Materiale: un scenariu pentru o piesă de teatru despre singurătate

(disponibil online), **Durată:** 90 de minute

1. Citim scenariul sau doar părți din el. Discutăm despre impresiile noastre. (30 minute)
2. Ne concentrăm pe finalul spectacolului și pe sentimentele care sunt redată acolo – speranță, iubire, prietenie etc. Rugați participanții să aleagă un sentiment și să îl exprime prin gesturi, mișcări ale corpului, o mică scenă dramatică. Puteți face acest exercițiu sub forma unui teatru de umbre. (30 de minute)
3. Rugați participanții să se împartă în perechi și să prezinte scene al căror titlu va fi despre sentimente, de exemplu, speranță, dor, dezamăgire etc. (30 de minute)

Scenariul 8

Materiale: scenarii de spectacol (disponibile online), lingură de lemn, șosete, ac și ață, resturi de țesătură, fire, nasturi, lipici, markere

Durată: 90 minute

1. Citirea scenariului piesei și jocuri dramatice în roluri (30 de minute).
2. Rugați participanții să-și creeze propria zână – o păpușă de teatru – pentru a deveni ei înșiși una. Apoi, ei au conceput și au interpretat o scenă în care își exprimă dorințele cuiva la începutul călătoriei lor. (30 de minute)
3. Ce este fericirea? Citirea unui fragment din scenariu și improvizație în grupuri pe tema fericirii. (30 de minute)

Scenariul 9

Materiale: cărți, pixuri

Durată: 90 minute

1. Discuție despre drum și indicatoare, scopul drumului și opririle. Rugați participanții să pregătească scene despre propria lor cale. Pot juca fără cuvinte, de exemplu doar cu emoții, pot juca un monodramă, pot doar să se plimbe prin pădure... După ce ați vizionat scenele, discutați despre emoțiile și impresiile voastre. (1 oră)
2. Rugați participanții să-și combine căile – pe toate, adică o persoană arată emoții fără cuvinte, o altă persoană vorbește tot timpul, a treia persoană se plimbă prin pădure. Discutați despre căile voastre și cooperare. (30 de minute)

5.4. Muzică

Scenariul 10

Materiale: muzică relaxantă, poveste relaxantă, carton și creioane colorate sau vopsele

Durată: 90 minute

1. Rugați participanții să asculte o poveste relaxantă și să se întindă, sau cel puțin să închidă ochii și să asculte muzica. (30 minute)
2. Rugați participanții să-și exprime emoțiile în timp ce ascultă povestea și muzica. (30 de minute)
3. Componerea propriului mesaj muzical despre drum, bătând ritmul sau aranjând o melodie simplă despre drum. (30 de minute)

5.5. Dans

Scenariul 11

Materiale: muzică

Durată: 90 minute

1. Distracție simplă în : Aceasta este melodia pe care o voi cânta astăzi pentru voi : O Helena, îți voi da un sărut, ție. Participanții o interpretează împreună cu liderul, alegând modul de interpretare și mișcare : disco, operă, rock, metal etc. (30 minute)
2. Dialog dansant – cereți participanților să se împerecheze și să facă câteva gesturi, mișcări de dans sub forma unei conversații – o persoană face o mișcare, cealaltă răspunde la această mișcare cu una proprie. (30 minute)
3. Rugați participanții să danseze o scenă de dans intitulată My Way. – În grup, fiecare dansează în ritmul și expresia sa. (30 de minute)

Scenariul 12

Materiale: Povestea lingurilor lungi (disponibilă online), foi de hârtie, creioane colorate, pixuri

Durată: 90 minute

1. Rugați participanții să formeze grupuri de câte trei. Apoi, grupurile de câte trei se așează cu spatele unul la celălalt și compun câte o propoziție dintr-o poveste despre drum. (30 de minute)
2. Terapia prin basme. – Ascultarea unei melodii și prezentarea acesteia sub formă de artă, musical, dans, poezie – alegerea este lăsată la latitudinea participanților. (30 minute)
3. Poveste – cuburi, – aruncarea zarurilor și alcătuirea de povești cu tema drumului (30 minute)

Scenariul 13

1. Pe masă sunt întinse cărți Dixit – participanții trebuie să aleagă trei care le plac cel mai mult, asociate cu drumul. Apoi, sarcina fiecăruia este să scrie o poveste scurtă despre drumul său, în care apar aceste cărți – imagini, obiecte, vise. (Fiecare citește povestea sa, povestește despre impresiile și sentimentele sale. (1 oră))
2. Rugați participanții să aleagă o singură carte asociată cu pasiunea lor. Apoi rugați-i pe toți să se întoarcă la textele lor și să doteze eroul cu un atribut, o pasiune. S-a schimbat povestea lui? S-a schimbat calea lui? (30 de minute)

5.7. Salvarea

Scenariul 14

Materiale: ziare vechi, făină, baloane, apă, boluri

1. Discutați despre emoțiile noastre pe drum, ce emoție vrem să luăm cu noi. Rugați participanții să realizeze o mască teatrală, din pastă de hârtie pe un balon, sau o sculptură din pastă de hârtie. Masca sau sculptura ar trebui să exprime emoția pe care vrem să o luăm cu noi pe drum. (45 minute)
2. Pregătiți o scenă scurtă de teatru folosind măști și sculpturi care exprimă emoții. (45 minute)

Scenariile 15 și 16

Materiale: mase plastice, făină, apă, ulei, boluri, materiale senzoriale

Durată: 90 de minute

1. Activități senzoriale – activitățile senzoriale se desfășoară fără un scenariu prestabilit, participantul are un stand pregătit și se joacă cu prepararea maselor artistice. Liderul urmărește grupul. Există diferite mase și stații cu legende emoționale.

5.8. Fotografie

Scenariul 17

Materiale: telefoane

mobile

Durată: 90 de minute

1. Duceți participanții la o plimbare și rugați-i să facă câte trei fotografii fiecare – de aproape și de departe și o fotografie care are legătură cu traseul lor. (45 minute)
2. Priviți fotografiile, discutați despre modul în care aceleași lucruri arată diferit din perspective diferite. Rugați participanții să arate și să povestească despre traseele lor. (45 minute)

5.9. Arhitectură

Scenariul 18

Materiale: materiale reciclate, lipici, cutii

Durată: 90 de minute

1. Rugați participanții să aducă obiecte reciclate: pahare de plastic, capace de sticle, cutii de hârtie etc. Participanții trebuie să proiecteze și să realizeze o ușă pentru ei înșiși sau pentru casa emoțiilor lor. (1 oră)
2. Rugați participanții să schițeze casa lor și apoi să creeze un poem grafic, adică să scrie asocierile lor cu cuvântul „casă” în toate locurile posibile. Discuție despre adăpostul nostru pe drum. (30 minute)

5.10. Graffiti

Scenariul 19

Materiale: citate despre drum, fragmente din texte despre drum, markere, tricouri albe

Durată: 90 de minute

1. Citirea și selectarea de către participanți a citatului lor despre drum. (15 minute)
2. Traducere intersemiotică – drumul din citatul reprezentat pe un tricou. Proiectarea și pictarea graffiti-ului – un simbol, o imagine a drumului fiecăruia (45 minute)
3. Prezentarea lucrărilor, discuție despre ceea ce este important în drumul nostru. (15 minute)

5.11. Joc de societate

Scenariul 20

Materiale: carton, markere, creioane colorate, hârtie colorată, lipici, foarfece, pastă de plastic

1. Cereți participanților să conceapă și să realizeze un joc de societate pe tema parcursului lor. (1 oră)
2. Jucați împreună (30 de minute)



wsb.edu.pl/mentuwell

