

# YOUTH WORK/ers MATTER



ბაკურიანი,  
საქართველო  
2023

## ავტორები

თეკლა მიროტაძე  
თამარ იაკობიძე  
გიორგი ბერიძე  
ანი დემეტრაშვილი  
ანა თაბუკაშვილი  
მარიამ პავლიაშვილი  
ნიკოლოზ ჯაბახიძე  
სერგო ფიდიური  
ქეთევან თვალავაძე  
სოსო ამონაშვილი  
მარიამ ვადაჭკორია  
სოფიო ჭიღლაძე

იაკო ეპიტაშვილი  
თენგიზ კანდელაკი  
ნატალი დამიაშვილი  
კონსტანტინე გაგნიძე  
ლიზი სალთხუციშვილი  
ანა ივანაშვილი  
მარიამ აბრამიშვილი  
ნინო ზაზუნაშვილი  
ქეთი ებილაშვილი  
სალომე მუხიგულაშვილი  
ნიკოლოზ გიუნაშვილი  
ერეკლე ძნელაძე

## პროექტის მენეჯერი

სლავა მეუდოიანი

## ტრენერები

მედეა პავლიაშვილი  
გიორგი აბულაძე  
გვანცა თვალავაშვილი

## დიზაინერი

ქეთევან თვალავაძე

# სარჩევი

1	შესავალი
4	ახალგაზრდების პრობლემები
5	ახალგაზრდების მობილიზირება და ცენტრში მიყვანის გზები
6	აქტივობების ჩატარების ტექნიკები და რჩევები
9	გარემოსდაცვითი წესები
10	ჯანსაღი ცხოვრების წესის დანერგვა
11	აქტივობის ეტაპები
13	აქტივობები
38	ენერჯაიზერები
43	სახელების თამაში
45	გაცნობითი აქტივობა
47	გუნდის შეკვრა
50	ჯგუფებში დაყოფა
52	რეფლექსია
53	შეფასება
54	მეთოდები
59	რესურსები
63	დასკვნა

# შესავალი

წინამდებარე ბუკლეტის მიზანია ახალგაზრდულ მუშაკებს მიაწოდოს თეორიული და პრაქტიკული ინფორმაციის სრული კურსი მათი საქმიანობის ხარისხის გაუმჯობესებისათვის. სახელმძღვანელო მკითხველს აძლევს შესაძლებლობას საბაზისო დონიდან გაეცნოს არაფორმალურ განათლებასა და ახალგაზრდულ საქმიანობასთან დაკავშირებული ყველა საკვანძო დეტალს, ნაბიჯ-ნაბიჯ მიჰყვებს მისი განხორციელების ეტაპებს და პრაქტიკაში დანერგოს ისინი.

ბუკლეთი შეადგინეს დამწყებმა ახალგაზრდულმა მუშაკებმა და გადამოწმებულია კვალიფიციური ტრენერების მიერ. ნაშრომი დაიწერა პროექტის „Youth Work/ers Matters“ ფარგლებში ჩატარებულ ტრენინგზე 2023 წლის 20-27 ივნისს, ბაკურიანში. მასში მონაწილეობა მიიღო 25 ახალგაზრდულმა მუშაკმა. პროექტი დაფინანსებულია **ევროპის საბჭოს ევროპული ახალგაზრდული ფონდის** მიერ, რომელიც განახორციელა ახალგაზრდულმა ორგანიზაცია „ამბრელამ“.

სახელმძღვანელოს შემდგენელებმა მიზნად დაისახეს ახალგაზრდული საქმიანობისა და არაფორმალური განათლების განვითარება საქართველოში.

ბუკლეტში მოყვანილი აქტივობები დატესტილი და გადახედილია ახალგაზრდული მუშაკების მიერ, საპილოტედ განხორციელებული შეხვედრების შემდეგ, აღმოჩენილი საჭიროებებისა და რეალობის გათვალისწინებით.

## რა არის არაფორმალური განათლება?

იგი გულისხმობს ნებისმიერ ორგანიზებულ და სტრუქტურირებულ სასწავლო საქმიანობას, რომელიც არ მიჰყვება ტრადიციულ ფორმალურ განათლების სისტემას. ეს არის მოქნილი და მოსწავლეზე ორიენტირებული მიდგომა განათლებისადმი, რომელიც ხდება ფორმალური სკოლის გარემოს მიღმა. არაფორმალური განათლება საშუალებას აძლევს ინდივიდებს, მიიღონ ცოდნა, უნარები და დამოკიდებულება მოქნილი და არაფორმალური გზით. თანაც

მორგებულია ახალგაზრდების კონკრეტულ საჭიროებებზე. მეტი ინფორმაცია - [COE definitions from the Compass Manual](#).

## **რა არის ახალგაზრდული საქმიანობა?**

იგი არის პროფესია, რომელიც ორიენტირებულია ახალგაზრდების ჩართულობაზე, მათ გაძლიერებასა და მხარდაჭერაზე. მათ პიროვნულ და სოციალურ განვითარებაზე. ეს საქმიანობა ახალგაზრდებს აძლევს შესაძლებლობას, რომ ფორმალური სივრცის, ოჯახისა და სამუშაოს გარეთ შეუქმნას მათ გარემო, სადაც შეუძლიათ გამოიკვლიონ თავიანთი ინტერესები, განივითარონ ახალი კომპეტენციები და დაამყარონ პოზიტიური ურთიერთობები. რაც მთავარია, იგი ქმნის უსაფრთხო, კომფორტულსა და სასიამოვნო გარემოს, სადაც ახალგაზრდები ავლენენ საკუთარ შესაძლებლობებს, სწავლობენ ერთმანეთისგან და ვითარდებიან.

## **ვინ არიან ახალგაზრდული მუშაკები?**

ისინი არიან პროფესიონალები, რომლებიც აირჩიეს ახალგაზრდული საქმიანობა პროფესიად და აქვთ საჭირო კომპეტენციები ახალგაზრდებთან ჩართვისა და გასაძლიერებლად. ახალგაზრდული მუშაკები უშუალოდ მუშაობენ ახალგაზრდებთან, ხელს უწყობენ მათ პიროვნულ, სოციალურ და საგანმანათლებლო განვითარებას. მათი პოვნა შესაძლებელია სხვადასხვა გარემოში, მათ შორის ახალგაზრდულ ცენტრებში, საზოგადოებრივ ორგანიზაციებში, სკოლებში, არაკომერციულ ორგანიზაციებში, სამთავრობო უწყებებში და რეკრეაციულ ობიექტებში. ისინი შეიძლება იყვნენ როგორც ამ ორგანიზაციებში დასაქმებული პირები, ასევე დამოუკიდებელი ახალგაზრდული მუშაკები.

## **რა არის კომპეტენცია და რატომ არის ის მნიშვნელოვანი?**

კომპეტენცია ეხება ცოდნას, უნარსა და დამოკიდებულებას, რომელიც საჭიროა კონკრეტული ამოცანის ან სამუშაოს ეფექტურად

შესასრულებლად (მაგ. თუ გინდა მოამზადო ჯანსაღი საუბმისთვის ომლეტი, შენ გჭირდება ცოდნა - რა ინგრედიენტები და ხელსაწყოებია საჭირო, რა ნაბიჯებია ომლეტის მომზადებისთვის საჭირო. უნარი - როგორ გამოიყენო სამზარეულოს ხელსაწყოები, როგორ მოურიო კვერცხის მასას და ა.შ. დამოკიდებულება - აცნობიერებ ჯანსაღი საკვების საჭიროებას, რა დადებითი თვისებები აქვს ორგანიზმისთვის კვერცხს, გაქვს სურვილი, რომ ჯანსაღი საუბმე მიირთვა).

იგი მნიშვნელოვანია, რადგან უზრუნველყოფს, რომ ინდივიდს ჰქონდეს საჭირო შესაძლებლობები სამუშაოს თუ ყოველდღიური ცხოვრების მოთხოვნების დასაკმაყოფილებლად, წვლილი შეაქვს ნარმატებასა და სასურველი შედეგის მიღწევაში.

ევროკავშირის მიერ დადგენილია რვა საკვანძო კომპეტენცია, რომელიც ახალგაზრდას უნდა ჰქონდეს ნარმატებისთვის - დამატებითი ინფორმაცია. საქართველოს ახალგაზრდული სააგენტოს მიერ შემუშავებული ახალგაზრდული საქმიანობის საკვანძო კომპეტენციების ჩარჩო დოკუმენტის მიხედვით კი არის ცხრა კომპეტენცია.



ახალგაზრდული არასამთავრობო ორგანიზაცია “ამბრელა” 2016 წელს დაარსდა საქართველოში. მისი მიზანია ახალგაზრდების გაძლიერება მათთვის სხვადასხვა შესაძლებლობების შეთავაზებით და ახალგაზრდების გასავითარებელი სივრცეების (ახალგაზრდული ცენტრების) შექმნით/მხარდაჭერით. ამჟამად ამბრელა აერთიანებს სამ აქტიურ ახალგაზრდულ ცენტრს, ესენია:

- საჩხერის ახალგაზრდული ცენტრი,
- მარტყოფილს ახალგაზრდული ცენტრი
- გორის ახალგაზრდული ცენტრი

ცენტრები აერთიანებს ასობით ახალგაზრდას, რომლებიც ახორციელებენ სხვადასხვა არაფორმალურ საგანმანათლებლო ინიციატივებს და ავითარებენ ახალგაზრდების კომპეტენციებს რამდენიმე მიმართულებით, გარემოს დაცვა, დემოკრატია და ადამიანის უფლებები. #განვითარდი და #განავითარე

## ახალგაზრდების პრობლემები

ახალგაზრდული საქმიანობა მორგებულია ახალგაზრდებზე, მათ საჭიროებებსა და პრობლემებზე. სწორედ ამიტომ, ტრენინგის დროს ყურადღება მიექცა იმ პრობლემებს, რომლებსაც ახალგაზრდული მუშაკები აწყდებიან მათ სამუშაო გარემოში. გამოიკვეთა ის პრობლემები, რომლებიც ახალგაზრდებს ყველაზე მეტად აწუხებთ და მათთვის ზიანის მომტანია, მაგრამ მათი მოგვარების გზებზე არ/ვერ ზრუნავს სკოლა, ოჯახი თუ სხვა სივრცეები. ამ პრობლემების გათვალისწინებით შეიქმნა ქვემოთ მოყვანილი აქტივობები და განხორციელდა სამიზნე ჯგუფებში. ეს პრობლემებია:



# ახალგაზრდების მობილიზირების და ცენტრში მოყვანის გზები/ხერხები

ახალგაზრდებთან მუშაობის დასაწყებად, პირველ რიგში, უნდა იცოდეთ და გაითვალისწინოთ მათი შეკრების, დაინტერესებისა და მოზიდვის გზები. ახალგაზრდების მობილიზირების ხერხების დაყოფა შეგვიძლია ორად - ონლაინ და ოფლაინ. ქვემოთ ჩამოთვლილი ყველა ხერხი გამოყენებული და დატესტილია პროექტში მონაწილე ახალგაზრდული ცენტრების მიერ.

## მოყვანის გზები/ხერხები:



ონლაინ

პროგრამის და სხვადასხვა შესაძლებლობების მიწოდება ახალგაზრდებისთვის სხვადასხვა გზით:

- სოციალური ქსელებში ვიდეოს, პოსტერის და პოსტის განთავსება
- ძველი აქტივობის ფოტო-ვიდეოს გამოყენება
- სარგისტრაციო ბმულების შემქნა
- ჯგუფებსა და ჩატებში გაზიარება

აქტივობების დროს:

- ტიკ-ტოკ ვიდეოების გადაღება და გაზიარება სთორიზე/პირად გვერდებზე



## ოფლაინ



თემატური ფესტივალების მოწყობა ან დასწრება და იქ ინფორმაციის გავრცელება.

უწყებათაშორისი თანამშრომლობა სკოლის დირექციასთან და მოსწავლეებთან კარგი ურთიერთობების დამყარება და მათი დაპატიჟება ცენტრის ღონისძიებებზე.



პირადი კომუნიკაცია - მეგობრების, ნაცნობებისა თუ ნათესავების დაპატიჟება.

კვება, სერთიფიკატები, მატერიალები, ტრანსპორტირება, ნახალისება სხვადასხვა გზებით



ინდივიდუალური მუშაობა ბენეფიციარებთან, საუბრები ღონისძიებების არსზე

აქტივობის მორგება ბენეფიციარებზე (ტყუილის მეთოდი)



ავტორიტეტების გამოყენება ღონისძიებაზე დასასწრებად

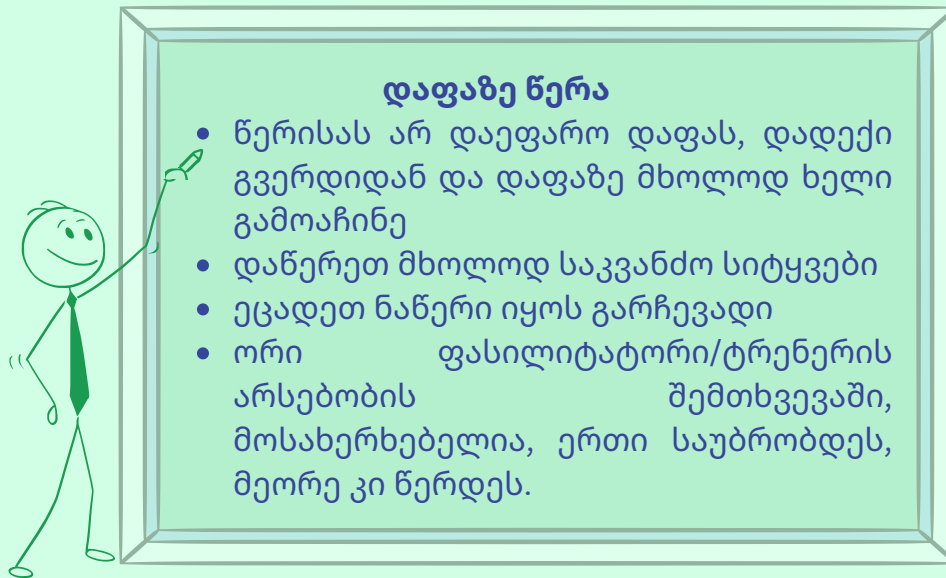
**გ ა ხ ს ო ვ დ ე ს ,** ყველაზე კარგად მუშაობს საინტერესო

პროგრამა და კარგი ურთიერთობები ერთმანეთში!



## აქტივობების ჩატარების ტექნიკები და რჩევები

იმისათვის, რომ წარმატებულად ჩავატაროთ აქტივობა და მონაწილეებმა მაქსიმალურად აითვისონ ინფორმაცია და გაიუმჯობესონ კომპეტენციები, შევქმენით შემდეგი სახის რჩევები:

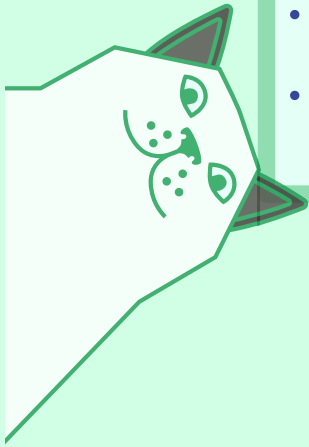


### პასიური მონაწილეების გააქტიურება

- აქტივობა უნდა დაიგეგმოს და განხორციელდეს, ისე რომ ყველას მიეცეს აზრის გამოთქმის საშუალება
- უნდა შევქმნათ ისეთი გარემო, რომ არ გაკრიტიკდეს ჯგუფში გამოთქმული აზრი
- მოვახდინოთ არასწორად დასმული შეკითხვის პერიფრაზირება, რათა ავტორს ჰქონდეს სურვილი კვლავ იყოს აქტიური
- შევთავაზოთ ისეთი აქტივობა, სადაც გამოყენებულია მცირე ჯგუფებში ურთიერთობა, მაგ. წყვილებში მუშაობა და ა.შ.
- გავზარდოთ კითხვების რაოდენობა ჯგუფური აქტივობისას, რათა მიემართებოდეს ნაკლებაქტიურ მონაწილეებს

### მონაწილეებთან ურთიერთობა

- კონფლიქტის პრევენცია - გავაუმჯობესოთ ჯგუფთაშორისი ურთიერთობები
- გამოვიყენოთ ჯგუფური დინამიკის მეთოდები (მაგ. წრეზე ჯდომა)
- მონაწილეების მიზანმიმართულად გადავანაწილოთ
- მივცეთ ინდივიდუალური დავალებები
- მონაწილეებთან ურთიერთობისას დავიჭიროთ ოქროს შუალედი (არ უნდა გეხუმრობოდეს, როგორც ძალიან ახლო მეგობარს)



### **იუმორის გამოყენება**

- გამოვიყენოთ ზომიერი იუმორი საკითხების ახსნისას
- შევქმნათ მიმები პრეზენტაციასთან დაკავშირებულ თემებზე
- იუმორი თემასთან დაკავშირებით და არა მონაწილეების შესახებ

### **რესურსების განლაგება**

- აქტივობისთვის საჭირო ნივთები, რომელსაც არ ვიყენებთ იმ მომენტში, მოვათავსოთ ნაკლებად შესამჩნევ ადგილას

### **დროის მენეჯმენტი**

- აქტივობის დრო დავგეგმოთ წინასწარ, გავთვალოთ წუთებით
- არ გავიმეოროთ ერთი და იგივე შინაარსის ფრაზები, თუ ეს საჭირო არაა
- სათქმელი მოკლედ გადმოვცეთ და მონაწილეებზე გავაფრთხილოთ, წინასწარ ვუთხრათ, რომ დრო არ გვაქვს და შევანწყვეტინებთ

### **ხმის ტემბრის მართვა**

- ეცადეთ, არ ისაუბროთ მონოტონურად
- მნიშვნელოვან მომენტებზე ხმას ავუწიოთ
- საუბრისას პაუზები გამოვიყენოთ

### **სწორი უკუკავშირის მიღების მეთოდები**

- გულწრფელობა
- ინტერესის გამოხატვა იმ საკითხების მიმართ, რაზეც გსურთ უკუკავშირი
- არ იმართლოთ თავი უკუკავშირის მიღებისას
- უკუკავშირის მიღება, მონიშვნა, მის გამოსწორებაზე მუშაობა
- შეფასების ფორმების გამოყენება

## მონაწილეების შენარჩუნება

- კიმის მეთოდის გამოვიყენოთ (კომპეტენციების გასაუმჯობესებლად საჭიროა ინტერესების კვლევა და მისი განთვალისწინებით მეთოდის შემუშავება)
- პროგრამის სწორად დავგეგმოთ
- დრო ზუსტად შევარჩიოთ, გადაღლისგან თავის ასარიდებლად
- ეფექტური კომუნიკაცია აუდიტორიასთან
- თვალის კონტაქტის გამოვიყენოთ

## გარეგნობა

- ჰიგიენა - სუნი, სისუფთავე და ა.შ.
- კომფორტული სამოსი ვატაროთ
- ნაკლებად თვალშისაცემი და თამამი ტანსაცმელი


## მობილიზება და სენსიტიურობა

- წინასწარ მოვემზადოთ სენსიტიური აქტივობებისთვის (განსაკუთრებით ბავშვებთან)
- როლური თამაშების შემდეგ შევახსენოთ როლიდან გამოსვლა

## აუდიტორიის/სივრცის მომზადება

- ადრე მივიდეთ მოსამზადებლად
- ტექნიკის შევამოწმოთ - კომპიუტერი, პრინტერი, პროექტორი და ა.შ

## ზოგადი წესები

1. “ჰეფი ლამა” - ამ წესის შემოტანა გვეხმარება ჯგუფში ხმაურის აღმოფხვრაში. თუკი ჯგუფში ხმაური შეიმჩნევა, ან როდესაც რომელიმე მონაწილეს საუბრის დაწყება სურს, მაგრამ სხვები საუბრობენ, შეუძლია გააკეთოს “ჰეფი ლამა” მოძრაობა  ყველა, ვინც დაინახავს, იმეორებს იგივეს, წყვეტს საუბარს და ამგვარად ჯგუფის ყველა მონაწილე მობილიზებულია.

2. არ დავანაგვიანოთ+დავახარისხოთ - მნიშვნელოვანია გავუფრთხილდეთ სატრენინგო სივრცეს და ტრენინგის დასრულების შემდგომ ნარჩენები დავახარისხოთ (მოვათავსოთ დახარისხების ყუთებში).

3. პატივი ვცეთ ერთმანეთის პირად სივრცეს - ტრენინგის პროცესში არ გადავიღოთ ფოტოები ნებართვის გარეშე, დავუკვირდეთ ერთმანეთის მიმართებით ნათქვამ სიტყვებს და ა.შ.

4. დავიცვათ განრიგი - იყავით პუნქტუალური და არ დაიგვიანოთ შეხვედრებზე.

5. მოვესმინოთ ერთმანეთს - პატივი ვცეთ ერთმანეთის აზრს, არ შევაწყვეტინოთ საუბარი სხვა მონაწილეებს.

6. გავუფრთხილდეთ ნივთებს - არსებული ყველა რესურსი მნიშვნელოვანია, ამიტომ ტრენინგს მსვლელობისას გამოყენებული კალმები, მარკერები და ა.შ უნდა დავაბრუნოთ შესაბამის ყუთში.

## **გარემოსდაცვითი წესები**

### **ელექტროენერჯის დაზოგვა**

- ჩავაქროთ განათება დღე და მაშინ, როდესაც არ ვართ ოთახში.
- არ დავტოვოთ შესაერთებელში დამტენი ან სხვა კაბელი

### **წყლის დაზოგვა**

- წყალი რაციონალურად გამოვიყენოთ. არ დავტოვოთ ონკანი ღია, როცა ეს არ გვჭირდება. კბილების ხეხვისას, საპნის წასმისას ონკანის წყალი დროებით დავხუროთ.

### **ნარჩენების მენეჯმენტი**

- შევაგროვოთ ნარჩენები - დაიწყეთ ნარჩენების დახარისხება. შეაგროვე ბოთლები, თუნუქი, მაკულატურა, მუყაო და მოიტანე ცენტრში.
- შევამციროთ საკვები ნარჩენი - თეფშზე დაიდეთ იმდენი საკვები, რამდენსაც შეჭამ. საკვები ნარჩენების შემცირებით იზოგება უამრავი რესურსი.
- არ ვიყენებთ პლასტიკს (ერთჯერადი ჭიქები, თეფშები, დანა-ჩანგლები)

### **სხვა**

- ვიაროთ ფეხით/ველოსიპედით - თუ პირადი მანქანით ან საზოგადოებრივი ტრანსპორტით სარგებლობას შეწყვეტ და გადახვალ ველოსიპედზე, დიდ სარგებელს მოუტან როგორც გარემოს, ასევე საკუთარ ჯანმრთელობას.
- მეტი online! - გამოიყენე მეტი ონლაინ პლათფორმა და შეამცირე მატერიალური რესურსების გამოყენა, როგორცაა ქალაქი თუ სხვა.

## ჯანსაღი ცხოვრების წესის დანერგვა

ჯანსაღი ცხოვრების წესის დანერგვა ხელს უწყობს ახალგაზრდებში ინფორმაციის ათვისების ხარისხის გაუმჯობესებას, მათ აქტიურად ჩართვას აქტივობების პროცესში



1. **სწორი ჯდომა** - არ გადააჯვარედინო ფეხები. თქვენი ფეხის კოჭები უნდა იყოს მუხლების წინ. მუხლების უკანა ნაწილსა და თქვენი სკამის უკან პატარა ადგილი დატოვე. სკამი ისე მოირგე, რომ შენს ზურგს დაეხმაროს 90°-იანი კუთხის შექმნაში, დახვეული პირსახოცი ან ბალიში დაიხმარე შენი ზურგის ქვედა ნაწილზე.

2. **განელვა** - ყოველ 30 წუთში მოკლე მოძრაობა, მოკლე 1 წუთიანი მოძრაობები, სისხლის მიმოქცევის და კონცენტრაციის გასაუმჯობესად

3. **წყლის დაღევის შეხსენება** - 45 წუთში ერთხელ, წყლის დაღევის შეხსენება, რაც ხელშეუწყობს კონცენტრაციის გაზრდას.

4. **სუფთა ხელები** - ხელების დაბანა ცენტრში მოსვლისას, ეს ხელსუწყობს 15%-ით დაავადების რისკის შემცირებას

5. **ჯანსაღი კვება** - თუკი აქტივობისას კვებისთვის გამოყოფილი დროც გექნება, ეცადეთ ჯანსაღი საკვები იყიდოთ, უარი თქვით კოკა-კოლასა და სხვა გაზიან სასმელებზე, ცხიმოვანი, მარილიანი და ტკბილი საკვების ყიდვაზე.

# აქტივობის ეტაპები


აქტივობის ჩატარებისას უნდა გავითავალისწინოთ მისი ეტაპების ლოგიკა და კონცეფცია


## კომპეტენციების გაძლიერების ფორმულა/შკალა


- **ცოდნა** - მაღალი (ც2), დაბალი (ც1), საერთოდ არაა (ც0)
- **დამოკიდებულება** - მაღალი (დ2), დაბალი (დ1), საერთოდ არაა (დ0)
- **უნარი** - მაღალი (უ2), დაბალი (უ1), საერთოდ არაა (უ0)

სესიის ხანგრძლივობა - 90-120 წუთი

### ეტაპი 1. შესავალი


 ენერჯაიზერი (5 წუთი)

 შესავალი სიტყვა, ბმული წინა სესიასთან/შეხვედრასთან (5 წუთი)

 თემატიკის მიმოხილვა: input-ი თემაზე საუბარი, კარგი იქნება, თუკი კითხვებით დაიწყებთ “აბა, რა გსმენიათ ამ თემაზე ....” ასევე კარგი იქნება, მოკლე მოხსენება/პრეზენტაცია, ოღონდ მთლიანად თემის წარდგენა არ შეიძლება, ეს ბოლოში უნდა მოხდეს, ამ ნაწილში შესავალი უნდა გაკეთდეს, რათა მონაწილეებმა გაიაზრონ აქტივობა. (10 წუთი)


კომპეტენციები - დ1, ც2, უ0


### ეტაპი 2. დავალება

 ინსტრუქცია - აქტივობის დავალების მიცემა/ახსნა (5 წუთი)

რჩევები:


- ისაუბრეთ ნელა
- დააკვირდით, რომ ყველა გისმენდეთ
- უყურეთ მთელ ჯგუფს
- კითხე, არის თუ არა რამე ბუნდოვანი ან ვერ გაიგეს
- ინსტრუქცია უნდა მისცეთ, სანამ ჯგუფებად დაყოფთ
- არ იდგეთ ერთ ადგილას და არ იაროთ წინ და უკან, თავისუფლად იარეთ ჯგუფის წინ
- დაიმახსოვრეთ თქვენი ამოცანა არაა ინსტრუქციის გაჟღერება, თქვენი ამოცანაა, ინსტრუქციის მიცემა, ისე რომ გაიგონ!


 მონიტორინგი - დავალების მიცემის შემდეგ, დაიარეთ ჯგუფებში/ მონაწილეებში და გადახედეთ, სწორედ გაიგეს თუ არა დავალება და სწორედ აკეთებენ ყველაფერს (10 წუთი)

 აქტივობა - (30-40 წუთი)

კომპეტენციები - დ0, ც1, უ2

### ეტაპი 3. განხილვა/დებრიფინგი (10-15 წუთი)


 აქტივობის ჩატარების შემდგომ დაპატიჟეთ მონაწილეები წრეზე და დაიწყეთ განხილვა. განხილვის ყველაზე ცნობილი მეთოდი გახლავთ “4F”. განხილვის საშუალება ყველა მონაწილეს უნდა ჰქონდეს. საუბარი მხოლოდ ხელის აწევით. თქვენ სვავთ კითხვებს, რომელიც უნდა მოამზადოთ მონიტორინგის დროს, ასევე განხილვის დროსაც შეიძლება ახალი კითხვების დასმა. კითხვები უნდა იყოს ლოგიკური და თანმიმდევრული, განხილვას უნდა ქონდეს მიზანი, ანუ რას განიხილავთ და რატომ. მიზანი უნდა გამოდიოდეს თემატიკიდან და იმ კომპეტენციებიდან გამომდინარე, რისი გაძლიერებაც გსურთ.

 4F მეთოდი

1. Facts
2. Feelings
3. Findings
4. Future

კომპეტენციები - დ2, ც1, უ0

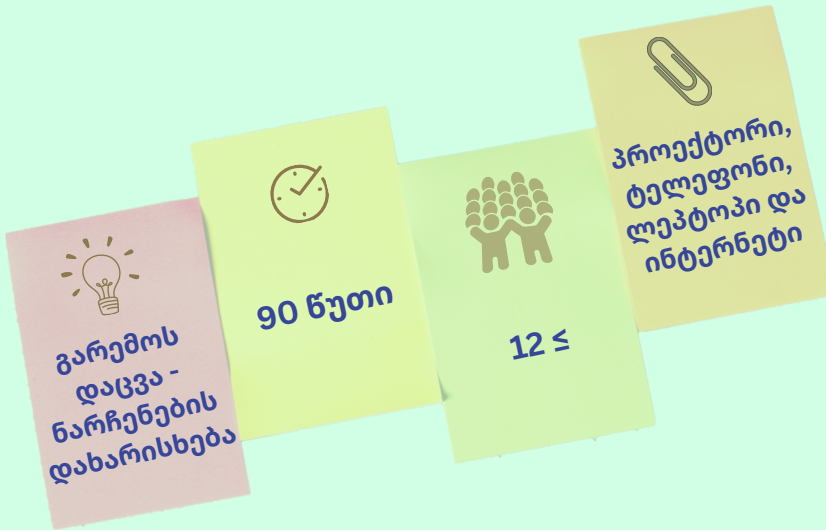
### ეტაპი 4. Input - თეორია და დახურვა აქტივობის (5-10 წუთი)

 ამ ეტაპზე საჭიროა მოკლე პრეზენტაციის მომზადება, ფლიპჩარტზე ან ფავერფონინთში, შეჯამება აქტივობის და სესიის დახურვა. ასევე, თუკი ჯგუფს აქვს კითხვები, უნდა მისცეთ მათი მოკლედ დასმის საშუალება. აქტივობის შინაარსიდან გამომდინარე შესაძლებელია ამ ეტაპის გამოტოვება.

კომპეტენციები - დ1, ც1, უ0



## როგორ დავახარისხოთ ნარჩენები



რომელი კომპეტენციების განვითარებას ემსახურება?

- გარემოსდაცვითი
- ნარჩენების ცნობა
- ნარჩენების გავლენა გარემოზე



### ინსტრუქცია

- ენერჯაიზერი (5-10 წუთი)
- შესავალი (10 წუთი)

მონაწილეებს კითხეთ, თუ რა არის ნარჩენი და მათი აზრით, რითი განსხვავდება ის ნაგვისგან. სხვადასხვა ვერსიის მოსმენის შემდეგ, აუხსენით, რომ ნარჩენი არის ის, რისი გადამუშავება ან ხელახალი გამოყენებაც შეუძლება (კარგი იქნება, თუ მონაწილეებს თვითონ მიიყვანთ ამ პასუხამდე).

შემდეგ აჩვენეთ **ფოტოპრეზენტაცია** და აუხსენით, რომ აი, ეს შეიძლება გამოიწვიოს ნარჩენების არ გადამუშავებამ (5 წუთი)

შემდეგ აჩვენეთ **მოკლე\_ვიდეო**. (3 წუთი) + 2 წუთი მოკლე განხილვა ვიდეოსი

ბრეინშტორმინგის მეთოდით ჩამოწერეთ, თუ მათი აზრით, რატომ არის საჭირო ნარჩენების დახარისხება. (5 წუთი მაქსიმუმ)

მოკლედ წარადგინეთ და აჩვენეთ **ფოტო** პროექტორზე, რას ნიშნავს გადამუშავების კოდები, ძირითადად სად არის ხოლმე გამოსახული და როგორ შეიძლება გამოიყენონ პრაქტიკაში (ინფორმაციისთვის იხილეთ ლინკები).



- **დავალება (40 წუთი)**

- **მონაწილეები დაყავით მინიმუმ 3 და მაქსიმუმ 5 კაციან ჯგუფებად.**

1. ჯგუფებს მიეცით დავალება - 30 წუთში მოიძიონ რაც შეიძლება მეტი ტიპის ნარჩენი და გადაუღონ ფოტო გადამუშავების კოდებს. განმარტეთ, რომ ეს არის კონკურსი შემდეგი წესებით:
  - თითოეული გუნდი აგროვებს კოდების ფოტოებს, მნიშვნელოვანია, რომ თითოეულ ჯგუფში ფოტოები გადაიღოს და შემდგომ დაპოსტოს ჯგუფში/ჩატში ერთმა ადამიანმა, ეს გაამარტივებს დათვლის პროცესს
  - 1 ქულა = 1 სახის ნარჩენი. თუ არის რამდენიმე პროდუქტის ფოტო, მაგრამ არის ერთი და იგივე ნომერი, ითვლება მხოლოდ 1 ქულად. მაგ: თუ კოდი სამი 10-ჯერ არის, ეს მაინც ერთ ქულად ჩაითვლება
  - მონაწილეებს შეუძლიათ გამოიყენონ ნებისმიერი საშუალება - წავიდნენ მაღაზიაში, სახლში, ქუჩაში, ა.შ. მთავარია, 30 წუთის შემდეგ იყვნენ სივრცეში.
2. მონაწილეების დაბრუნების შემდეგ, პროექტორზე გახსენით ჯგუფების მიერ ატვირთული ფოტოები და დაითვალეთ ქულები ზემოთ მოცემული წესების შესაბამისად. გამოავლინეთ გამარჯვებული გუნდი.

- **განხილვა (15-20 წუთი)**

1. რას ფიქრობთ, რატომ უნდა დავახარისხოთ/გადავამუშავოთ ნარჩენები და რა კავშირშია დახარისხებასთან გადამუშავების კოდები?
2. რამდენად მარტივი იყო კოდების პოვნა?
3. აქამდე თუ გქონდათ ეს კოდები შემჩნეული და თუ იცოდით რისთვის იყო?
4. რამდენად საინტერესო პროცესი იყო თქვენთვის?
5. რა აღმოაჩინეთ ისეთი, რაც აქამდე არ იცოდით ნარჩენების შესახებ?
6. რამდენად პრაქტიკული ინფორმაცია მიიღეთ? გამოიყენებთ თუ არა მომავალში და როგორ?

- **Input (10 წუთი)**

თემატური პრეზენტაცია თემაზე - რა პოზიტიური გავლენა აქვს გარემოზე დახარისხებას



## წყლის წვეთი



რომელი კომპეტენციების განვითარებას ემსახურება?



- შემოქმედებითი და კრიტიკული აზროვნების კომპეტენცია
- გარემოს დაცვითი კომპეტენცია

## ინსტრუქცია

- ენერჯაიზერი (5-10 წუთი)
- შესავალი (15 წუთი)

სთხოვეთ ბავშვებს, დაასახელონ რაც შეიძლება მეტი მაგალითი იმისა, თუ რა მნიშვნელობა აქვს წყალს (მაგალითად, მცენარეებისთვის, ცხოველებისთვის, ადამიანებისთვის, წარმოებისთვის, სოფლის მეურნეობისთვის, დასვენებისთვის). დაიხმარეთ შემდეგი კითხვები:

- სად არის წყალი დედამიწაზე (ოკეანე, ყინული, მტკნარი წყალი)?
- დედამიწაზე არსებული წყლის რა რაოდენობას წარმოადგენს მტკნარ ანუ დასალევ წყალს ან ყოველდღიურ გამოყენებისთვის საჭირო (ადამიანისთვის გამოსადეგი არის ოკეანეების 97%, ყინულის 2% და მტკნარი წყლის 1%)? (ეს სტატისტიკა სასრუველა ფლიპჩარტზე გქონდეთ წინასწარ დახატული/დანერილი, რო აჩვენოთ კითხვის დასმის შემდეგ)
- როგორი იქნება სიცოცხლე დედამიწაზე წყლის გარეშე? ნაკლები წყლის შემთხვევაში? მტკნარი წყალი დედამიწაზე ყველგან ერთნაირად მოიპოვება?
- რა ემუქრება დღეს მტკნარი წყლის მარაგს?

- თემის შესავალი (5 წთ)

ახალგაზრდული მუშაკი მოკლედ საუბრობს თემის შესახებ:

ჩვენი პლანეტის ყველა ბუნებრივი რესურსი, ამონურვის ტიპის მიხედვით, იყოფა ამონურვად და არა ამონურვად. თუ პირველიდან ყველაფერი გასაგებია - კაცობრიობა ვერ შეძლებს მათ სრულად

დახარჯვას, მაშინ ამოწურვისას ეს უფრო და უფრო რთულია. ისინი ასევე იყოფა ქვესახეობებად, განახლების ხარისხის მიხედვით:

- არაგანახლებადი - ნიადაგი, ქანები და მინერალები
- განახლებადი - ფლორა და ფაუნა
- არა სრულად განახლებადი - დამუშავებული მინდვრები, ზოგიერთი ტყე და წყლის ობიექტი კონტინენტზე

#### • **დავალება (20 წუთი)**

იფიქრეთ და ერთად შეადგინეთ წყლის ყოველდღიური მოხმარების ჩამონათვალი (მაგ: საჭმლის მოსამზადებლად, აბაზანის ან შხაპის მისაღებად, ტუალეტისთვის, სარეცხის გასარეცხად). დაწერეთ ეს ჩამონათვალი დიდი ფორმატის ფურცლებზე ან დაფაზე, ხოლო შემდგომ ჩამოთვლილებს მიუწერეთ თითო აქტივობაზე რამდენი წყალი ეხარჯებათ დაახლოებით. ბოლოში კი შეაჯამეთ წყლის მოხმარება ლიტრაჟით და დაწერეთ საბოლოო ციფრი. შემდეგ კითხეთ თუ რამდენ ლიტრს მოიხმარს დღეში საშუალო ევროპელი, პასუხი არის 135-150 ლიტრი დღეში.

ამ ყველაფრის მერე აჩვენეთ პროექტორსზე ინფოგრაფიკის პოსტერი (პოსტერი 1 & პოსტერი 2) და შეადარეთ თქვენს მიერ დაწერილს.

#### • **აქტივობა (30 წუთი: 20 წუთი მომზადება 10 წუთი დადგმა)**

შემდეგ მონაწილეებს ვყოფთ რამდენიმე ჯგუფად [ეს შეიძლება იყოს ზემოთ გაკეთებული ჩამონათვალის მიხედვით] და ვთხოვთ, მოამზადონ 1-2 წუთიანი დადგმა, როგორ შეგვიძლია ყოველდღიურ ცხოვრებაში დავზოგოთ წყალი [ეს შეიძლება იყოს კბილების გამოხეხვისას ან ბანაობისას ონკანის დაკეტვა არასაჭირო დროს და სხვ.].

#### • **განხილვა (15 წთ)**

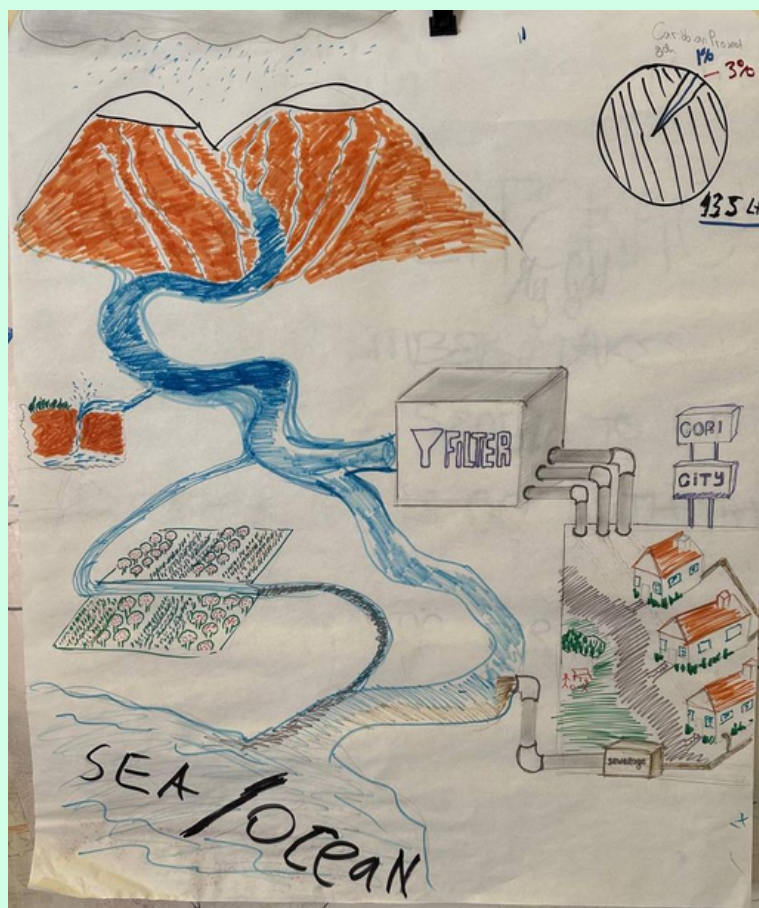
ახალგაზრდული მუშაკი იწყებს განხილვას შემდეგი კითხვების დასმით:

- გაგიადვილდათ იმაზე ფიქრი, თუ როგორ იყენებთ წყალს ყოველდღე?
- რის საფუძველზე გადაწყვიტეთ თქვენი ყოველდღიური მარაგის გარკვეულ ოდენობაზე უარის თქმა?
- წყლის დაზოგვის რომელი ხერხია ყველაზე უფრო რეალური თქვენს ყოველდღიურ ცხოვრებაში? რომელი ხერხია უფრო რთული? თქვენი აზრით, აქვს თუ არა მნიშვნელობა ხალხის ჩართულობას საზოგადოებისთვის მნიშვნელოვან საკითხებში?
- როგორ გრძნობთ თავს ამ წამს, როცა ხვდებით, რომ წყალი მნიშვნელოვანია?

- რა იგრძენი კონკრეტული როლის შესრულების დროს?
- რა პრობლემები წარმოიშვა დავალების შესრულების დროს?
- რატომ არის მნიშვნელოვანი წყლის დაზოგვა?
- რა ხდება, როდესაც ადამიანებს არა აქვთ საკმარისი რაოდენობის წყალი? საიდან მოდის წყალი, რომელსაც ჩვენ მოვიხმართ? როგორ მოდის ის ჩვენამდე?
- წყალი აუცილებელია სიცოცხლისა და გადარჩენისთვის. რომელი სხვა რესურსი თამაშობს გარემოში ასეთივე როლს?
- ყველასთვის თანაბრად ხელმისაწვდომია ისეთი რესურსი, როგორცაა, მაგალითად, სუფთა წყალი, სუფთა ჰაერი და გარემო? რა ხდება, როდესაც რესურსები ხელმისაწვდომია, მაგრამ არ არის კარგი ხარისხის?
- ვინ არის პასუხისმგებელი ამ რესურსების ხარისხზე?
- ბავშვებსაც შეუძლიათ წვლილის შეტანა იმაში, რომ კარგი ხარისხის რესურსებზე ყველას მიუწვდებოდეს ხელი?
- როგორ ფიქრობთ, რა გავლენას მოახდენს მიღებული ინფორმაცია მომავალში თქვენს ჩართულობაზე?

- **Input (5 წთ)**

ახალგაზრდული მუშაკი შეჯამების სახით აწვდის ინფორმაციას: ჩამოტვრითეთ ან გახსენით აქ





## ძილი



რომელი კომპეტენციების განვითარებას ემსახურება?



- დამოუკიდებლად სწავლის კომპეტენცია
- ჯამრთელობის დაცვისა და ჯანსაღი ცხოვრების
- ურთიერთობის კომპეტენცია

## ინსტრუქცია

- ენერჯაიზერი (5-10 წუთი)
- შესავალი (15-20 წუთი)

1. ახალგაზრდული მუშაკი აქტივობას იწყებს კითხვების დასმით, რომლის მიზანია, მონაწილეებმა თემაზე ფიქრი დაიწყონ:

- საშუალოდ რამდენი გძინავთ დღის განმავლობაში?
- თქვენი აზრით, რამდენია რეკომენდირებული ძილი?
- როგორ ფიქრობთ, რამდენად მნიშვნელოვანია ორგანიზმისთვის ძილი?

2. ახალგაზრდული მუშაკი მონაწილეებს აწვდის შემდეგ ზოგად ინფორმაციას:

საშუალოდ, მსოფლიოში ყოველ მესამე ადამიანს აწუხებს უძილობა და მისგან გამოწვეული როგორც ფიზიკური, ასევე მენტალური პრობლემები. გამოკითხვების შედეგად დადგინდა, რომ მსოფლიო მოსახლეობის 43%-ს არასაკმარისად სძინავს და აქვთ გაუმართავი ძილის გრაფიკი. საშუალოდ თითოეულმა ზრდასრულმა უნდა დაიძინოს 8 საათი, ბავშვებმა კი 10 საათი, ძილის ნაკლებობა იწვევს უამრავ ფსიქიკურ და მენტალურ პრობლემას.

3. მენტიმეტრის გამოყენებით წერენ საკუთარ მოსაზრებებს და პრობლემებს, რომლებსაც იწვევს უძილობა. შემდგომ ვანახებთ ორწუთიან ვიდეოს. (ვიდეო ინგლისურადაა, შესაბამისად მოგიწევთ გადათარგმნა ყოველ 10 წამში ვიდეოს გაჩერებით და თარგმნით).

- დავალება (50 წთ.)

1. მონაწილეებს ვყოფთ 4 ჯგუფად მინიმუმ 3 და მაქსიმუმ 5 ადამიანზე

2. დავალება (20 წუთი მომზადება და 10 წუთი დადგმა)

თითო ჯგუფმა უნდა დადგას მოკლე, 1 წუთიანი სცენა-პერფორმანსი შემდეგ თემებზე.

1. სწორი ძილის 10 რჩევა
2. არასწორი ძილის 10 რჩევა
3. როგორები ვართ, როცა არ გვძინავს საკმარისად
4. როგორები ვართ, როცა გვძინავს საკმარისად

გთხოვთ, იპოვოთ თითოეული მათგანი დანართს სახით ბოლოში. დავალებები შეიძლება ამოიბეჭდოს ან დაიპოსტოს ჩატში ან იქნას ნაჩვენები პროექტორზე. თითო ჯგუფს ექნება 1-2 წუთი სცენის დადგმისთვის

- **განხილვა (20 წთ.)**

ჯგუფის ლიდერი/ ფასილიტატორი 4F მეთოდით სვავს კითხებს და აჯამებს აქტივობას:

1. რამდენად მნიშვნელოვანი იყო თქვენთვის ეს ინფორმაცია და რა იგრძენით, როდესაც ამაზე მუშაობდით?
2. რა სიახლეები აღმოაჩინეთ?
3. გიგრძნიათ თუ არა თავი ისე, როგორც იყო აღწერაში, როცა არ გძინავთ საკმარისად?
4. გიგრძნიათ თუ არა თავი ისე, როგორც იყო აღწერაში, როცა გძინავთ საკმარისად?
5. თქვენი აზრით, გამოიყენებთ თუ არა ამ ინფორმაციას ცხოვრებაში და თუ კი, როგორ?

- **Input**

ფასილიტატორი ხსნის ჯანსაღი ცხოვრების წესის/ჯამრთელობის შესახებ დანართი #2-ის მიხედვით და აჩვენებს ამ პრეზენტაციას. ვუზიარებთ წინა პროექტის გამოცდილებას.

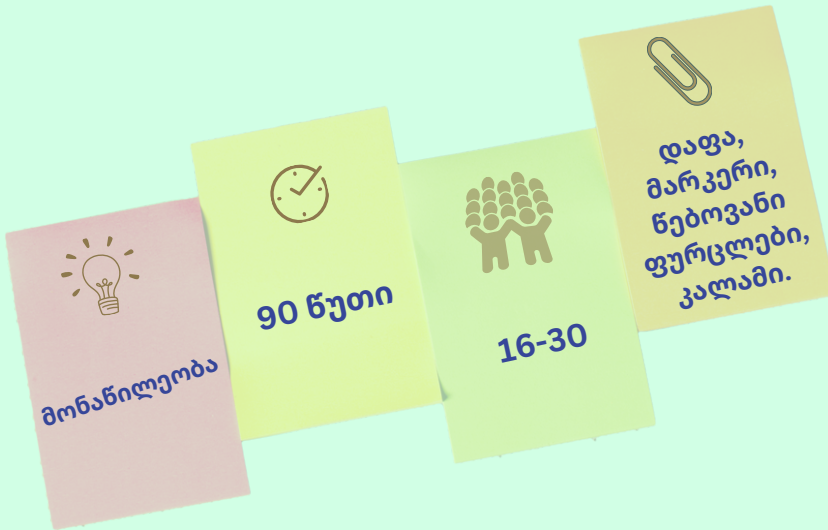


- **დანართი#1**

- **დანართი #2 (მხოლოდ ახალგაზრდული მუშაკებისთვის)**



## მონაწილეობის კიბე (როლური თამაში)



რომელი კომპეტენციების განვითარებას ემსახურება?



- მოქალაქეობრივი
- შემოქმედებითი და კრიტიკული აზროვნების კომპეტენცია
- ურთიერთობის კომპეტენცია

### ინსტრუქცია

- ენერჯაიზერი (10 წთ)
- შესავალი (15 წთ)
- გონებრივი იერიში (10 წთ)

რა არის მონაწილეობა და დემოკრატია?  
მონაწილეობის რა სახეები არსებობს?

- თემის შესავალი(5 წთ)

ახალგაზრდული მუშაკი მოკლედ საუბრობს თემის შესახებ:

მონაწილეობა ერთ-ერთი ფუნდამენტური უფლებაა, რაც მრავალი დეკლარაციითა თუ კონვენციით არის დადასტურებული. შესაბამისად, ახალგაზრდული პოლიტიკის ერთ-ერთ მნიშვნელოვან პრიორიტეტსაც მონაწილეობა წარმოადგენს. აქტიური მონაწილეობა აძლიერებს ახალგაზრდებს და აძლევს მათ საშუალებას შეასრულონ წამყვანი ფუნქცია როგორც საკუთარი თავის, ასევე, თემის განვითარების მიმართულებით, შეიძინონ საკვანძო უნარ-ჩვევები, მათ შორის, მოქალაქეობრივი კომპეტენციები და ხელი შეუწყონ აქტიური სამოქალაქო საზოგადოების ჩამოყალიბებას.

- დავალება - როლური თამაში (მონაწილეობის კიბე) (40 წთ)

ახალგაზრდებთან მონაწილეობის არსის განხილვის შემდეგ, მოკლედ ვხსნით და განვიხილავთ მონაწილეობის კიბეს და მის საფეხურებს.

<p>8 მოსწავდეები ახდენენ საჭიროების იდენტიფიცირებას ან ადგენენ გეგმას. ისინი არწმუნებენ უფროსებს, რომ საჭიროა მათი მხარდაჭერა ან დაფინანსება. მოსწავდეები და უფროსები ერთად იღებენ გადაწყვეტილებას და ახორციელებენ მას.</p>	<p>8 მოსწავდეების მიერ ინიცირება, გადაწყვეტილებების გაზიარება უფროსებისთვის</p>	
<p>7 მოსწავდეები აქვთ იდეა და ახლრებენ მას. ისინი თავად იღებენ ინიციატივას და თავად ახორციელებენ საკუთარ გეგმებს.</p>	<p>7 მოსწავდეების მიერ ინიცირება და მართვა</p>	
<p>6 იგვეგმება სკოლაში ახალი ენოს შენება. მოსწავდეებს ეკოხეობიან აზრს და მათ ასევე შეუძლიათ გადაწყვეტილება მიიღონ რამდენიმე დეტალთან დაკავშირებით.</p>	<p>6 უფროსების მიერ ინიცირება, გადაწყვეტილებების გაზიარება მოსწავდეებისთვის</p>	
<p>5 გარკვეულ საკითხთან დაკავშირებით გადაწყვეტილების მიღებამდე, მოსწავდეებისგან რჩევას იღებენ უფროსები. უფროსები ითვალისწინებენ მათ მოსაზრებებსა და შემოთავაზებებს.</p>	<p>5 მოსწავდეებს უთანხმებიან და აწვდიან მათ ინფორმაციას</p>	
<p>4 საზოგადოებრივი სამუშაოს შესასრულებლად ორგანიზებულია მოსწავდეთა უკუხი, რომელიც არ ეკოხეობიან სურთ თუ არა ამ სამუშაოს შესრულება, თუმცა ისინი ინფორმირებულნი არიან შინების შესახებ.</p>	<p>4 მოსწავდეებს ავადებენ რაიმეს შესრულებას და აწვდიან მათ ინფორმაციას</p>	
<p>3 წარმოებს მოსწავდეების (მაგალითად, უმცირესობების წარმომადგენლებს) შერჩევა და მათთვის შესაძლებლობის მიცემა დაესწრონ ღონისძიებას, თუმცა მათ არ ეძლევათ აზრის გამოქმნის საშუალება და არც მომზადებულნი არიან ამისთვის. მათ დასწრება ღონისძიებაზე პოლიტიკური კორექტურობის დემონსტრირებას ემსახურება.</p>	<p>3 სიმბოლიზმი: (უმცირესობათა) სიმბოლური ინტეგრაცია</p>	
<p>2 მოსწავდეებს ამზადებენ ღონისძიებისთვის, სპეციალურ ფორმებში გამონწყობილი მოსწავდეები საზოგადოების წინაშე წარსტეგებიან ხელიშეკვეთებით ან დროშებით. ისინი აღმამზებენ უფროსების (ან შესაძლოა ბავშვთა უფლებების დაცვის დისაღმი მიძღვნილ) ღონისძიებას.</p>	<p>2 დეკორაცია: მოსწავდეებს იყენებენ</p>	
<p>1 მოსწავდეები ორგანიზებულად მონაწილეობენ პოლიტიკურ დემონსტრაციაში ხელიშეკვეთებით, პარტის ან მოძრაობის სიმბოლურ ფერებში.</p>	<p>1 მანიპულაცია: მოსწავდეებს იყენებენ „ბოროტად“</p>	

შემდეგ ვყოფთ 7 პატარა ჯგუფად და შემთხვევითობის პრინციპით ვურიგებთ მონაწილეობის საფეხურებს ისე, რომ ერთი დარჩეს და ბოლოს გამოცნობა ავტომატურად არ მოხდეს. მათი დავალებაა 10 წუთში საფეხურის შესახებ მოამზადონ 2-3 წუთიანი როლური სკეტჩი და წარმოადგინონ ის. დანარჩენებს ევალებათ გამოიცნონ, თუ რომელ საფეხურს ეხება ჯგუფის მიერ წარმოდგენილი პერფორმანსი.

**• განხილვა (20 წთ)**

ახალგაზრდული მუშაკი იწყებს განხილვას შემდეგი კითხვების დასმით:

1. დაგეხმარათ თუ არა აქტივობა, რომ უკეთ დაგენახათ მონაწილეობის გზები?
2. თქვენი აზრით, რა დონეზეა მონაწილეობა შენ გარშემო არსებულ საზოგადოებაში? როგორია თქვენი ჩართულობა სხვადასხვა ინსტიტუციებში?
3. თქვენი აზრით, აქვს თუ არა მნიშვნელობა ხალხის ჩართულობას საზოგადოებისთვის მნიშვნელოვან საკითხებში?
4. როგორ გრძნობთ თავს?
5. რა იგრძენი კონკრეტული როლის შესრულების დროს?
6. რა პრობლემები წარმოიშვა დავალების შესრულების დროს?
7. როგორ ფიქრობთ, რა გავლენას მოახდენს მიღებული ინფორმაცია მომავალში თქვენს ჩართულობაზე?

**• Input (5 წთ)**

ახალგაზრდული მუშაკი შეჯამების სახით აწვდის ინფორმაციას: მონაწილეობა ესაა ერთ-ერთი ფუნდამენტური უფლება, რომელიც 8 სახით არსებობს. მონაწილეობის სახეები გაერთიანებულია მონაწილეობის კიბეში, რომლითაც შესაძლებელია განვსაზღვროთ ჩვენი ჩართულობა სხვადასხვა ინსტიტუტში.





## გადაწყვეტილების მიღება და ჩემი როლი



რომელი კომპეტენციების განვითარებას ემსახურება?



- მოქალაქეობრივი კომპეტენცია
- მონაწილეობრივი

### ინსტრუქცია

- ენერჯაიზერი (5-10 წუთი)
- შესავალი (10-15 წუთი)

აქტივობის დაწყებამდე სასურველია მონაწილეებთან არ იყოს განხილული ახალგაზრდული მონაწილეობის მნიშვნელობა.

#### • დავალება (45 წუთი)

1. ფასილიტატორი პირველ რიგში ირჩევს 2 მხარეს - მთავრობას და ოპოზიციას - მინიმუმ ორ ადამიანისგან შემდგარი ჯგუფი და მაქსიმუმ 4 (დამოკიდებულია მონაწილეთა რაოდენობაზე) მონაწილე თითოეულ ჯგუფში (არჩევსას შეგიძლიათ გამოიყენოთ შემთხვევითობის პრინციპი, ან კითხვით, თუ ვის სურს ამ ჯგუფებში ყოფნა). დარჩენილი მონაწილეები წარმოადგენენ მოქალაქეებს. ვეუბნებით, რომ გვყავს ამდენი პოლიტიკოსი (ოპოზიცია და მთავრობა) დანარჩენი ხართ მოქალაქეები.

2. ახალგაზრდული მუშაკი ხსნის, რომ ეს არის მთავრობისა და ოპოზიციის შეხვედრის სიმულაცია (არ ახსენოთ სიტყვა დებატები, ან რაიმე ისეთი სიტყვა, რაც კონსტრუქციულობასთანაა მჭიდრო კავშირში) და მთავრობის და ოპოზიციის წარმომადგენლებს აცნობს შეხვედრის თემას. შეხვედრის თემა მოცემულია დანართ #2-ში. მთავრობისა და ოპოზიციის გუნდს აუხსენით მათი პოზიციები ამ საკითხთან დაკავშირებით (ისინი უნდა ეწინააღმდეგებოდნენ ერთმანეთს). მიეცით 25 წუთი მოსამზადებლად და თემის გამოსაკვლევად, ეს ასევე ეხებათ მოქალაქეებსაც, ოღონდ არ დააძალოთ არაფერი. თუ გკითხავენ, უთხარით, რომ შეუძლიათ რაც უნდათ, ის აკეთონ. დააანონსეთ, რომ შეხვედრა დაიწყება ზუსტად 25 წუთში.

3. მოამზადეთ დარბაზი შეხვედრისთვის. იმედნივე სკამი რამდენიც პოლიტიკოსია, სასაურველია მაგიდებიც დაამატოთ. სკამები დადგით საპირისპირო მხარეს, ისე, რომ მხარეები უყურებდნენ ფასილიტატორს, ხოლო მოქალაქეების სკამი დადგით პოლიტიკოსთა გუნდების ადგილის უკან.

4. შეხვედრა დაიწყეთ ზუსტად 25 წუთის შემდეგ (არ დაელოდოთ დაგვიანებულ მოქალაქეებს, არც მოუწოდოთ, რომ შეხვედრა იწყება და სწრაფად მოვიდნენ). დასაწყისში ახსენით დროის რეგლამენტი და შეხვედრის წესები (იხ. დანართი), ეცადეთ წესების ახსნისას არ იყოთ ძალიან კონკრეტულები. მაგ. კითხვების დასმის ეტაპზე არ ახსენოთ, რომ მხოლოდ პოლიტიკოსებს შეუძლიათ ერთმანეთს დაუსვან კითხვები, თუმცა არც ის ახსენოთ, რომ მოქალაქეებსაც აქვთ ამის უფლება.

5. შეხვედრის დაწყების შემდეგ, ახალგაზრდული მუშაკების დავალებაა, თვალი ადევნოთ მათ და არ გამოგრჩეთ დეტალები (მოინიშნეთ ყველაფერი ფურცელზე). პროცესისას არ არის მნიშვნელოვანი მოისმინოთ მხარეების პოზიციები და არგუმენტები, დააკვირდით მათ ურთიერთობას მოქალაქეებთან და მოქალაქეების ჩართულობას იმ საკითხის განხილვისას, რაც მათაც ეხებათ.

#### • განხილვა (15-20 წუთი)

ეს ეტაპი არის ყველაზე მნიშვნელოვანი, ამიტომ სასაურველია დაუთმოთ იმაზე მეტი დრო, ვიდრე ჩვეულებრივ უთმობთ ხოლმე განხილვას. განხილვის დაწყებამდე, სთხოვეთ მონაწილეებს გამოვიდნენ როლებიდან, შემდეგ კი განიხილეთ აქტივობა შემდეგი შეკითხვების მიხედვით (შეკითხვები შეიძლება შეიცვალოს - დამოკიდებულია იმაზე, თუ როგორ მიმდინარეობდა აქტივობა და რა მოინიშნა ახალგაზრდულმა მუშაკმა).

1 F - **ფაქტები** (იმ ფაქტების ანალიზი და განხილვა, რაც შეხვედრისას ხდებოდა)

- პოზიციების მომზადების ეტაპზე, პოლიტიკოსებმა ჰკითხეს თუ არა აზრი მოქალაქეებს?
- რას აკეთებდნენ მოქალაქეები მომზადების ეტაპზე? არაფერს? თუ ცდილობდნენ მიეწვდინათ საკუთარი ხმა პოლიტიკოსებისთვის, იმ საკითხზე, რაც მათაც ეხებოდათ? თუ არაფერს აკეთებდნენ, რატომ?
- ვინ აქტიურობდა შეხვედრისას - მოქალაქეები თუ პოლიტიკოსები? რატომ არ აქტიურობდნენ მოქალაქეები? კითხვების დასმის ეტაპზე ვინ სვავდა კითხვებს - მოქალაქეები თუ პოლიტიკოსები? რატომ ეგონათ მოქალაქეებს, რომ მათ არ უნდა დაესვათ კითხვები? ან თუ სვამდნენ

კითხვებს, რატომ გადაწყვიტეს ამის გაკეთება?

- ვის ესაუბრებოდნენ შეხვედრისას პოლიტიკოსები? ცდილობდნენ მოქალაქეებთან საუბარს და მათ დარწმუნებას? თუ არ ცდილობდნენ, რატომ?

2 F - გრძნობები

- რა იგრძენით მომზადების ეტაპზე? პოლიტიკოსებმა თავი უფრო მნიშვნელოვნად იგრძენით?
- რას გრძნობდა საზოგადოება, როცა მისთვის არ მიგიციათ დავალება მოსამზადებლად?
- რას გრძნობდით (ორივე მხარე) მაშინ, როდესაც მიმდინარეობდა შეხვედრა?
- რამდენად გქონდათ ჩართვის სურვილი? თუ არ გქონდათ, რას ფიქრობთ, რა იყო მიზეზი?
- რას გრძნობთ საკუთარ თავზე? რამდენად სწორად მოიქეცით?

3 F - აღმოჩენები

- თქვენი აზრით, რა იყო ამ აქტივობის აზრი?
- რამდენად ახლოსაა ის რეალობასთან? რა იყო რეალური და რა არა?

4 F - მომავალი

- როგორ გამოიყენებთ ამ აქტივობით მიღებულ გამოცდილებას მომავალში?
- სამომავლოდ რას შეცვლიდით თქვენს ქმედებებში?

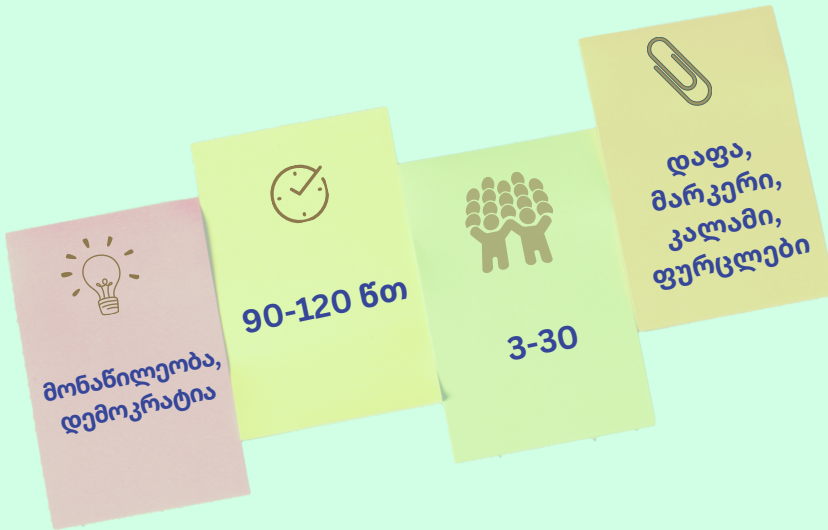


• დანართი#1

• დანართი #2



## თანამშრომლობის სამკუთხედი



რომელი კომპეტენციების განვითარებას ემსახურება?



- მოქალაქეობრივი შემოქმედებითი და კრიტიკული აზროვნების კომპეტენცია
- ურთიერთობის კომპეტენცია
- მონაწილეობის კომპეტენცია

### ინსტრუქცია

- ენერჯაიზერი (10 წთ)
- შესავალი (15 წთ)

#### განვიხილავთ წინა შეხვედრას შემდეგი კითხვებით: (10 წთ)

- რა თემაზე ვისაუბრეთ წინა შეხვედრაზე?
- რას ნიშნავს დემოკრატია?
- რა კავშირშია დემოკრატია და მონაწილეობა ერთმანეთთან?

#### • თემის შესავალი (5 წთ)

ახალგაზრდული მუშაკი ანვდის მოკლე ინფორმაციას დემოკრატიის შესახებ: დემოკრატია არის მმართველობის ისეთი ფორმა, როცა პროცესში უშუალოდ ხალხია ჩართული. დემოკრატიული მმართველობისას იმარჯვებს უმრავლესობის აზრი, თუმცა დაკმაყოფილებულია უმცირესობის აზრიც. დემოკრატიული მმართველობისათვის მნიშვნელოვანია, რომ პროცესში მონაწილეობა მიიღოს საზოგადოებისთვის მნიშვნელოვანმა ყველა სექტორმა.

#### • დავალება - 60 წუთი

მონაწილეებს ვყოფთ სამ ჯგუფად: ახალგაზრდული ორგანიზაცია/ცენტრი, ადგილობრივი თვითმმართველობა და ახალგაზრდები. ვაძლევთ შემდეგ ინსტრუქციას: ქალაქში ახლად არჩეულ მერს უნდა, რომ ამ სამ სექტორს შორის გააფორმოს ხელშეკრულება, რათა მათ ერთად მოაგვარონ ქალაქში არსებული პრობლემები. ამის გამო, ის ითხოვს შეხვედრას აქტიურ ახალგაზრდებთან და ახალგაზრდული ორგანიზაცია/ცენტრთან. თითოეულ ჯგუფს ეძლევა გარკვეული დრო, რომ წარადგინონ მათი წვლილი

პრობლემის გადაჭრაში და დანარჩენ ორ სექტორს წარუდგინონ თუ რა სჭირდებათ მათგან. მათი დავალებაა, მივიდნენ გარკვეულ შეთანხმებამდე და გადაჭრან პრობლემა.

პრობლემა, რომელიც უნდა განიხილოთ ჯგუფში:

➤ მუნიციპალიტეტში არ არის ახალგაზრდული სივრცე, რომელსაც მხარს უჭერს მერია. მხარდაჭერაში იგულისხმება - სივრცე, ხარჯების დაფარვა, და არ ჩარევა ან და გამოყენება პოლიტიკურ მიზნებში.

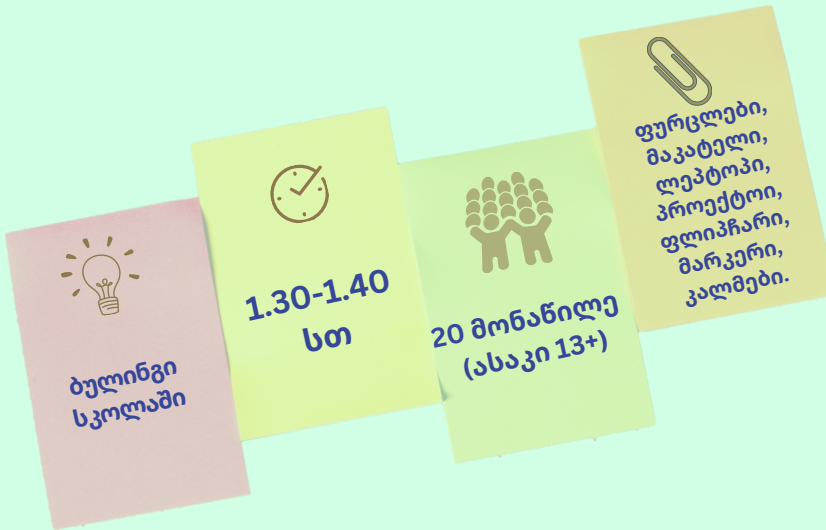
დავალების მისაცემად შესაძლოა გამოიყენოთ ზემოთ მოცემული პრობლემა ან მოარგოთ ის თქვენი თემის პრობლემებსა და საჭიროებებს.

- **განხილვა (20 წთ)**

1. რა მისიები აკისრია თითოეულ სექტორს? რა შესაძლებლობები და მნიშვნელობები აქვს საზოგადოების ცხოვრებისთვის?
2. როგორ გრძნობდით თავს როლების შესრულებისას? უფრო გაგიმარტივდათ თუ გაგიჭირდათ?
3. მოგიწიათ თუ არა დათმობებზე წასვლა პრობლემის გადასაჭრელად?
4. რამდენად კმაყოფილი ხართ თქვენს მიერ ნაპოვნი პრობლემის გადაჭრის გზით?
5. რა პარალელს გაავლებდით დღევანდელ რეალობასთან? არსებობს თუ არა მსგავსი სექტორებს შორისი ურთიერთობის მაგალითები?
6. როგორ გამოიყენებ მიღებულ გამოცდილებას სოცუმთან ურთიერთობაში?



## ბულინგი - „დაინახე, გაიაზრე, იმოქმედე!“



რომელი კომპეტენციების განვითარებას ემსახურება?



- შემოქმედებითობისა და კრიტიკული აზროვნების
- ურთიერთობის კომპეტენცია

### ინსტრუქცია

- ენერჯაიზერი (7-8 წუთი)
- შესავალი (15 წუთი)

1. [mentimeter.com](https://www.mentimeter.com)- ის გამოყენებით, ახალგაზრდული მუშაკი ეკითხება მონაწილეებს, თუ რასთან ასოცირდება მათთვის სკოლაში ბულინგი (7 წთ)

2. 4 ჯგუფად ვყოფთ მონაწილეებს გათვლის პრინციპით.

3. თითოეული ჯგუფი იღებს ფაზლის ნაწილებს, რომელთა შეერთებითაც უნდა მიიღოს ბულინგის სხვადასხვა სახის დეფინიცია (მოცემულია აქტივობის ბოლოს) (15 წთ). თითოეულ დეფინიციას უნდა დაეთმოს ერთი რაუნდი და ყველა ჯგუფმა უნდა ააწყოს იგივე დეფინიცია. ის ჯგუფი, რომელიც ყველაზე სწრაფად ააწყობს, წაიკითხავს პასუხს.

- დავალება

#### I ნაწილი (15 წთ)

- ახალგაზრდული მუშაკი ჯგუფებს აძლევს შემთხვევებს და დავალებაა ამოიცნონ ბულინგის სახე.
- გამოცნობის შემდეგ, ხდება თითოეული ქეისის განხილვა და მოსაზრებების ან ცხოვრებისეული გამოცდილებების გაზიარება.

#### ნაწილი II (30 წუთი)

- ჯგუფებს დაურიგდებათ ზემოთ მოცემული ქეისები. მათი დავალებაა იქნებაშემთხვევების განსახიერება და მასში წარმოჩენილი პრობლემის გადაჭრა.

- **განიხილვა - 4F კითხვები (15 წუთი)**

ახალგაზრდული მუშაკი საბოლოოდ განიხილავს აქტივობას შემდეგი კითხვებით:

- რა ტიპის ბულინგის სახეობები გაიგეთ?
- რა გრძნობები დაგეუფლათ დავალების მიმდინარეობისას?
- რას გააკეთებდით განსხვავებულად, რომ შეგეძლოთ?
- რა ტიპის ბულინგის სახეობა იყო თქვენთვის სიახლე და მსგავსი მაგალითები თუ გქონიათ პრაქტიკაში და ახლა გაანალიზეთ რომელ ტიპს მიეკუთვნება?
- რა იყო თქვენთვის ამ დავალებაში ყველაზე მეტად ღირებული?
- როგორ წარმოგიდგენიათ მიღებული გამოცდილების გამოყენება მომავალში?

- **Input - სიტყვიერი მოკლე შეჯამება (გადაჭრის გზებზე მაქსიმალურად ყურადღების გამახვილება) (5-10 წთ)**

- გამოიყენეთ ეს პრეზენტაცია - ბმული

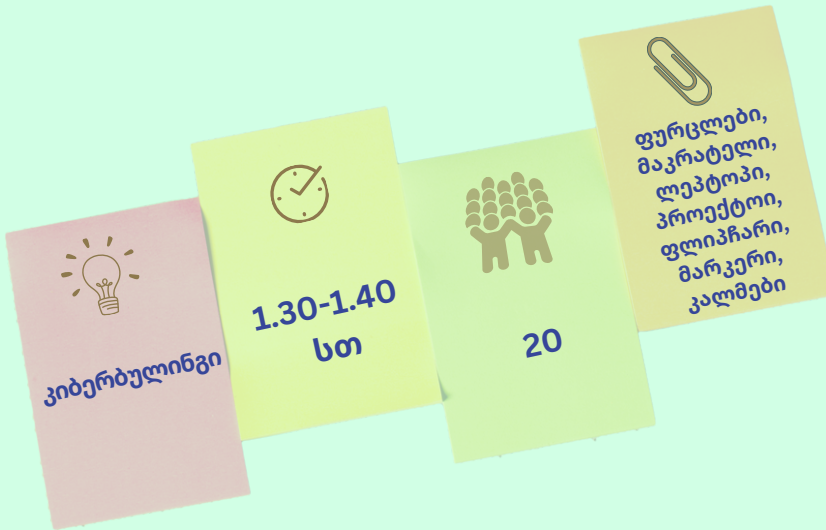


- დანართი#1

- დანართი #2



## კიბერბულინგი: დაფიქრდი სანამ გამოაქვეყნებ



რომელი კომპეტენციების განვითარებას ემსახურება?



- ურთიერთობის კომპეტენცია
- კრიტიკული აზროვნების

### ინსტრუქცია

- ენერჯაიზერი (5 წთ)
- შესავალი (10-15 წუთი)

1. გონებრივი იერიში: ახალგაზრდული მუშაკი ეკითხება მონაწილეებს, თუ რასთან ასოცირდება მათთვის კიბერბულინგი ერთი სიტყვით. (5 წთ)
2. ახალგაზრდული მუშაკი წარადგენს ქვიზს კიბერბულინგის სახეების შესახებ: გამოიყენეთ [quizizz.com](http://quizizz.com). ფასილიტატორმა უნდა შეადგინოს ქვიზი, შეიძლება გამოვიყენოთ [Kahoot-იც](http://Kahoot-იც). ნიმუში და კითხვები მოცემულია დანართში. - (20 წთ)

- დავალება (30 წთ)

**მომზადება:** დაწერეთ რეაგირების გამომხატველი 4 წინადადება A4 ფორმატის ფურცლებზე და მიამაგრეთ ისინი ოთახის სხვადასხვა კუთხეში. ნიშნებზე უნდა ეწეროს:

- არაფერი გააკეთოთ;
- უპასუხეთ მჩაგვრელებს (მაგ.: ჩართეთ დისკუსიაში, შეუტყუეთ თავდასხმით, ან მოიფიქრეთ სხვა რამ. თუ მჩაგვრელი უცნობია, ეს ვარიანტი შეიძლება არ გამოდგეს);
- შეატყობინეთ საქციელის შესახებ (მაგ.: მასწავლებელს, მშობელს, საიტის ადმინისტრატორს ან სხვა ორგანოს);
- იმოქმედეთ სხვაგვარად (მაგ.: ჩართეთ სხვები განხილვაში, შექმენით „სოლიდარობის ჯგუფი“ და ა.შ. შეგიძლიათ, მონაწილეებს სთხოვოთ იდეების მოწოდება).



**ინსტრუქცია:** მიუთითეთ ოთახის კუთხეებში მიმაგრებულ ფურცლებზე და აუხსენით, რომ ხმამაღლა წაუკითხავთ რამდენიმე სცენარს, მათ კი უნდა აირჩიონ ყველაზე შესაფერისი რეაგირების გზა. აუხსენით მონაწილეებს, რომ თითოეული სცენარის (იხილეთ დანართი #2) წაკითხვის შემდეგ წავიდნენ იმ კუთხეში, რომელიც ყველაზე ზუსტად ასახავს მათ რეაქციას. უთხარით, რომ გულახდილად გამოხატონ, თუ რას გააკეთებენ სავარაუდოდ!

- **განხილვა (20 წთ)**

ახალგაზრდული მუშაკი ინყებს განხილვას შემდეგი კითხვებით:

- რომელ სცენარზე გაგიჭირდათ რეაგირება ყველაზე მეტად და რატომ?
- თქვენი აზრით, ყველა მოყვანილი მაგალითი უკავშირდებოდა კიბერბულინგს?
- თუ ოდესმე გამოგიცდიათ კიბერბულინგი, როგორც სამიზნეს ან გამვლელს, რას გრძნობდით მაშინ და რას გრძნობდით ქვისების განხილვის დროს ?
- ხომ არ შეგიცვალათ აქტივობამ ბულინგის/კიბერბულინგის აღქმა?
- ხომ არ გაფიქრებინათ, რომ მომავალში შეიძლება სხვა რეაქცია გქონდეთ?
- ვინ უნდა იმუშაოს ინტერნეტში სიძულვილის ენის პრევენციაზე? რა როლი უნდა შეასრულოს ამაში მედიამ, მომსახურების მიმწოდებელმა, პოლიციამ, სკოლის ხელმძღვანელობამ და სხვებმა?

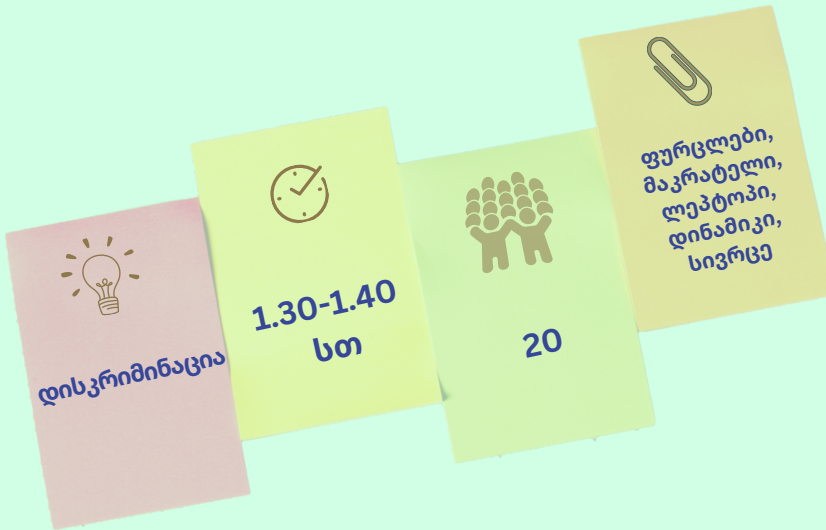


- **დანართი#1**

- **დანართი #2**



## გადადგი ნაბიჯი წინ



რომელი კომპეტენციების განვითარებას ემსახურება?



- ემპათია
- ურთიერთობის კომპეტენცია

### ინსტრუქცია

- ენერჯაიზერი (5 წთ)
- შესავალი (15 წუთი)

ახალგაზრდული მუშაკი აკეთებს მცირე შესავალს დისკრიმინაციის შესახებ. საუბრობს სოციალურ უთანასწორობაზე. მონაწილეებს ეკითხებით, როდესმე წარმოუდგენიათ თუ არა თავი სხვის ადგილას და აუხსენით, რომ მათ მოუწევთ როლების მორგება და აუცილებელია დავალებას სერიოზულად მოეკიდნონ. შემდეგ კი ურიგებთ წინასწარ გამზადებულ როლებს:


1. 17 წლის ხარ და სოფლის ფერმაში ცხოვრობ. მამაშენი ფერმერია. ძროხებს, ქათმებს და ღორებს უვლით. შენ სამი და და ერთი ძმა გყავს.
2. 14 წლის ბოშა ხარ და პატარა სოფლის განაპირას ცხოვრობ.
3. 12 წლის ხარ, ობოლთა თავშესაფარში ცხოვრობ და არიცი ვინ არიან შენი მშობლები.
4. ეტლში ზიხარ, ერთ პატარა სახლში ცხოვრობ. გყავს 2 და. მშობლები მასწავლებლები არიან
5. 16 წლის ხარ. დედა ემიგრაციაშია, მამა ალკოჰოლიკი. ყველა სირთულესთან გამკლავება მარტოს გინევს.
6. "ქუჩაში" გაიზარდე, ბევრი მავნე ჩვევა გაქვს, ენევი და სვამ.
7. 15 წლის ხარ, მშობლები არ გყავს, ბებია გზრდის. გიყვარს სპორტი და აკარგადაც გამოგდის.
8. 13 წლის ხარ, სათვალე გიკეთია, საჯარო სკოლაში სწავლობ და შენი მშობელი მასწავლებელია.
9. პარლამენტარის შვილი ხარ, კერძო სკოლაში დაყავხარ პირად მძღოლს.
10. შენს მშობლებს უმსხვილესი კომპანია აქვთ, ბევრი ფული გაქვთ, ყველაფერს გისრულებენ. თუმცა არავინ გემეგობრება.
11. 15 წლის ხარ და მშენებლობაზე მუშაობ, რათა ოჯახს დაეხმარო. გყავს 3 და.
12. 15 წლის ხარ 5 უმცროსი დედამამიშვილი გყავს. მამამ მიგატოვათ, დედა მუდმივად მუშაობს, ამიტომ გინევს ბავშვებს მოუარო.
13. თქვენ თქვენივე სკოლის მათემატიკის მასწავლებლის შვილი ხართ და ამის გამო ხშირად ხართ ბულინგის მსხვერპლი.
14. სკოლის რამდენიმე მასწავლებელი დედათქვენის სალონში დადის რეგულარულად.
15. მამათქვენი სასულიერო პირია. 12 წლის ხარ.
16. თქვენ ფილიპინელი ემიგრანტის ქალიშვილი ხართ.
17. თქვენ ამ ქვეყანაში ინდოეთიდან ჩამოხვედით შვიდი წლის წინ. თქვენი მშობლები არქიტექტორები არიან.
18. 17 წლის ხართ. მამათქვენს, რომელიც პროფესიით ექიმი, სურს რომ თქვენც ექიმი გამოხვიდეთ.
19. თქვენი მშობლები საფეიქრო ქარხანაში მუშაობენ თქვენ ოჯახში 5 ბავშვიდან ყველაზე უფროსი ხართ.
20. თქვენი მშობლები ღრმადმორწმუნეები არიან. 16 წლის ხარ.
21. თქვენ ღარიბი პაკისტანელი ემიგრანტის შვილი ხართ.

მონაწილეებს ეუბნებით, რომ დახუჭონ თვალები და წარმოიდგინონ თავინათი როლი, დაარქვან სახელი და ა.შ. ცოტახანში რთავთ მუსიკას, მონაწილეები ისევ ხუჭავენ თვალებს, და კითხულობთ კითხვებს ხმადაბლა და ნელა, რათა დაეხმაროთ როლში შესასვლელად.

- სად დაიბადეთ? რა გახსოვთ ბავშობიდან? როგორი ოჯახი გყავდა?
- როგორია შენი ყოველდღიური ცხოვრება? სად ცხოვრობ?
- რას აკეთებ დილაობით? საღამოს?
- ვისთან ერთად გიყვართ დროის გატარება?
- რას აკეთებენ თვენი მშობლები? რამდენია მათი შემოსავალი? კარგად ცხოვრობ?
- როგორ ატარებ არდადეგებს? შინაური ცხოველი გყავს?
- რა გახარებს ხოლმე? რისი გეშინია?

#### • სიტუაციები და მოვლენები:

ხმამალა წაიკითხეთ მოცემული გამონათქვამები. თითოეულის წაკითვის შემდეგ ბავშვებს მიეცით საკმარისი დრო, რომ გადადგან ნაბიჯი წინ

იხ. გამონათქვამები 

#### • განხილვა (20 წთ)

1. რამდენად ძნელი ან ადვილი იყო მოცემულ როლში შესვლა?
2. როგორი იყო თქვენ მიერ წარმოდგენილი ადამიანი? გგავთ ეს ადამიანი?
3. რას განიცდიდით, როდესაც თავს ამ ადამიანად წარმოიდგენდით?
4. რას განიცდიდით ნაბიჯის წინ გადადგმისას?
5. უსამართლობის გრძნობა ხომ არ გაგიჩნდათ, როდესაც წინ წახვედით?
6. ჰგავს თუარა ამ სავარჯიშოში მომხდარი მოვლენები რეალურ ცხოვრებას?
7. რატომ აქვს საზოგადოების ზოგიერთ წევრს ნაკლები შესაძლებლობა?



# ბიჭები არ ტირიან! ხოლო გოგონები უფრო საზრიანები არიან



რომელი კომპეტენციების განვითარებას ემსახურება?



- ურთიერთობის კომპეტენცია

## ინსტრუქცია

- ენერჯაიზერი (5 წთ)
- მომზადება (15 წუთი)

- აირჩიეთ ჩამონათვალადან სამი განცხადება ან დაწერეთ ახალი
- მოამზადეთ 4 ნიშანი: „ვეთანხმები“, „არ ვიცი“, „ვფიქრობ“, „არ ვეთანხმები“
- მოათავსეთ თითოეული ნიშანი ოთახის კუთხეებში. აირჩიეთ დამატებითი განცხადებები სკეტჩში გამოსაყენებლად და დაწერეთ ცალკე ფურცლებზე

- დავალება (30 წთ)

პირველი ნაწილი: პოზიციის დაკავება

1. აუხსენით ბავშვებს სავარჯიშოს პირველი ნაწილი:

ა. ოთახი დაიყო ოთხ კუთხედ. თითოეულ კუთხეში არის ნიშანი: „ვეთანხმები“, „არ ვიცი“, „ვფიქრობ“, „არ ვეთანხმები“

ბ. ხმამაღლა და სათითაოდ წაიკითხეთ სამი სხვადასხვა განცხადება. ბავშვები კუთხეებში იკავებენ პოზიციას იმის მიხედვით, ეთანხმებიან, არ ეთანხმებიან, აზრი არ გააჩნიათ თუ მეტი დაფიქრება სჭირდებათ.

2. წაიკითხეთ პირველი განცხადება და დაიცადეთ, სანამ ბავშვები პოზიციას აირჩევენ. შემდეგ ჰკითხეთ სხვადასხვა კუთხეში მყოფ ბავშვებს, რატომ აირჩიეს ეს კონკრეტული პოზიცია. უთხარით ბავშვებს, შეიცვალონ პოზიცია, თუ სხვათა არგუმენტების მოსმენის შემდეგ აზრს შეიცვლიან. სამივე განცხადების შემთხვევაში გაიმეორეთ ეს პროცესი.

3. კვლავ ერთ ჯგუფად გააერთიანეთ ბავშვები და იმსჯელეთ სავარჯიშოს ამ ნაწილზე:

- რამემ ხომ არ გაგაოცათ ამ სავარჯიშოსთან დაკავშირებით?
- როგორ ფიქრობთ, რატომ აქვთ ადამიანებს განსხვავებული აზრი ამ განცხადებებთან დაკავშირებით?
- ხომ არ შეგაცვლევინათ აზრი ვინმეს არგუმენტებმა? რატომ?
- როგორ გავიგოთ, რომელი პოზიციაა სწორი?

მეორე ნაწილი: პოზიციის გათამაშება

1. დაყავით ბავშვები პატარა ხუთკაციან ჯგუფებად და თითოეულ ჯგუფს მიეცით განსხვავებული განცხადება. აუხსენით, რომ მათ აქვთ 15 წუთი განცხადების წასაკითხად, მსჯელობისთვის და მოკლე სკეტჩის დასადგმელად (მინი სპექტაკლი), რომელიც ამ განცხადების შესახებ გზავნილს შეიცავს.

2. სთხოვეთ თითოეულ ჯგუფს, წარმოადგინოს თავისი სკეტჩი. ყოველი პრეზენტაციის შემდეგ ჰკითხეთ აუდიტორიას, რა გზავნილის გადმოცემას ისახავდა მიზნად ეს პრეზენტაცია. შემდეგ ჰკითხეთ პრეზენტაციის ავტორებს, რა გზავნილის გადმოცემა სურდათ მათ.

#### • განხილვა (20 წთ)

- იმსჯელეთ გენდერული სტერეოტიპების შედეგების შესახებ და დასვით შემდეგი კითხვები: რა საერთო ჰქონდა ამ განცხადებებს? ხომ არ იცით ამის მსგავსი სხვა განცხადებები?
- არის თუ არა განსხვავებული წესები და მოთხოვნები ბიჭების ან გოგონებისთვის ამ ჯგუფში? საკლასო ოთახში ან სკოლაში? ოჯახში? რა დამოკიდებულება აქვთ ამის მიმართ?
- შეგიძლიათ გამოთქვათ სხვა მოსაზრებები იმასთან დაკავშირებით, თუ როგორები უნდა იყვნენ გოგონები და ბიჭები ან რა უნდა აკეთონ მათ? არის თუ არა მსგავსი იდეები ჩვენი ქვეყნის სხვა ნაწილებში? ევროპაში? მსოფლიოში?
- რა ხდება, როდესაც რომელიმე ბიჭი ან გოგონა არ ეთანხმება ამ იდეებს და სურს სხვანაირი იყოს ან სხვანაირად მოიქცეს? თუ ყოფილხართ მსგავს სიტუაციაში? როგორ გრძნობდით თავს? როგორ მოიქეციით?
- ისევე მოქმედებს თუ არა ზრდასრულ ადამიანებზე იდეები იმის თაობაზე, თუ როგორები უნდა იყვნენ მამაკაცები და ქალები, როგორც ბავშვებზე?

დაუკავშირეთ გენდერული სტერეოტიპები დისკრიმინაციას და დასვით შემდეგი კითხვები:

- რამდენად ზღუდავს იდეები მამაკაცების და ქალების თაობაზე ჩვენს არჩევანს? შეგიძლიათ მაგალითების დასახელება?
- რა გავლენას ახდენს ეს შეზღუდვები ადამიანის უფლებებზე?
- რისი გაკეთება შეგიძლია მომავალში, რომ ბიჭები და გოგონები უფრო თავისუფლად მოქმედებდნენ, თუ ამის სურვილი აქვთ?

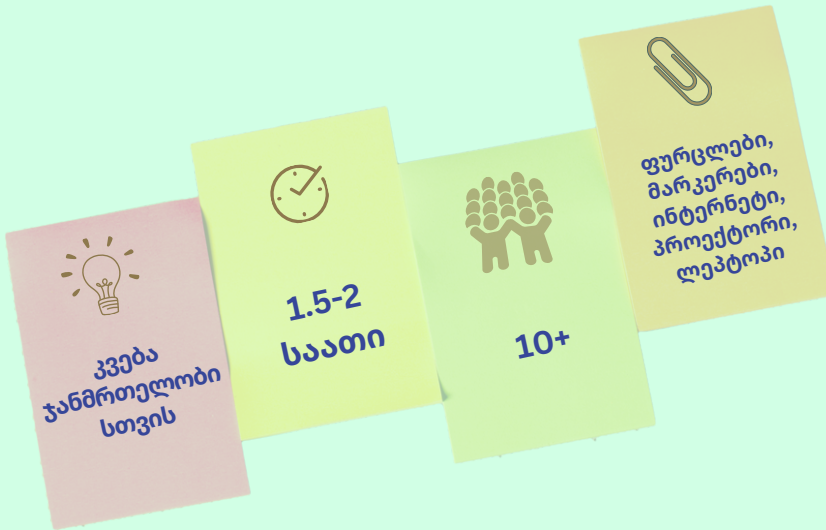
- **ვარიაცია: (ადაპტირებული ვარიანტი) სავარჯიშოს შემოკლების მიზნით მხოლოდ თქვენი ჯგუფისთვის მისადაგებული ნაწილი გაითამაშეთ. სკეტჩის წარმოდგენას სჯობია, სთხოვოთ ბავშვებს, მოაწყონ ვიზუალური პრეზენტაცია (მაგალითად, ნახატები, მულტფილმები, კოლაჟები ჟურნალებიდან ამოჭრილი სურათებით და ა.შ.)**

### **განცხადებების ნიმუშები**

- \* თოჯინები მხოლოდ გოგონებს აქვთ
- \* ბიჭები არ ტირიან
- \* ბიჭები არ ატარებენ ქვედა ბოლოებს
- \* გოგონა ვერ იქნება ხელმძღვანელი პირი
- \* ფეხბურთს მხოლოდ ბიჭები თამაშობენ
- \* გოგონები სუსტები არიან, ბიჭები ძლიერები
- \* გოგონები ეხმარებიან დედებს, ბიჭები – მამებს
- \* სჯობია გოგო იყო, ვიდრე ბიჭი
- \* როდესაც რამე დაშავდება, პირველ რიგში ბიჭებს ადანაშაულებენ
- \* ბიჭებს შეუძლიათ უზრდელი სიტყვების თქმა, გოგონებს - არა
- \* გოგონები უფრო საზრიანები არიან, ვიდრე ბიჭები
- \* გოგონები იგებენ ჩხუბში, რადგან “ბინძური” ხერხებით ჩხუბობენ
- \* ბიჭებისთვის ნორმალურია ერთმანეთს რომ ურტყამენ, გოგონებისთვის – არა
- \* ბიჭები უფრო ზარმაცები არიან, ვიდრე გოგონები
- \* გოგონები უფრო მატყუარები არიან, ვიდრე ბიჭები



## კვება



რომელი კომპეტენციების განვითარებას ემსახურება?



- დამოუკიდებლად სწავლის
- ჯანმრთელობის დაცვისა და ჯანსაღი ცხოვრების

## ინსტრუქცია

- ენერჯაიზერი (10 წთ)
- შესავალი (25 წთ)

1. სესია იწყება ქვიზით, რომელიც მომზადებულია კაჭუტის აპლიკაციით, ჯანმრთელობაზე კვების გავლენის შესახებ.

2. ახალგაზრდული მუშაკი ჯგუფს აწვდის 10 ჯანსაღი და 10 არაჯანსაღი საკვების სიას და ავალებს, რომ გააკეთონ საკუთარი თეფში - თეფშზე გამოსახონ კონკრეტული რაოდენობის, კონკრეტული საკვები პროდუქტები, რომელსაც იღებენ დღის განმავლობაში (საკვების სია და მათი გავლენა იხილეთ ქვემოთ, დანართი 1).

3. ვურიგებთ ინფორმაციას საკვების გავლენაზე.

4. მონაწილეები წყვილებში განიხილავენ თავიანთ თეფშს.

5. პრეზენტაცია - ვიდეო: არაჯანსაღი და ჯანსაღი კვების შედეგი ადამიანზე.

### • აქტივობა (10 წუთი)

ვიდეოს ნახვის შემდეგ, ვაძლევთ მცირე დროს რომ შექმნან გაუმჯობესებული ვერსია. რამდენიმე მონაწილემ წარადგინოს თავისი შექმნილი თეფში და ამავე დროს თქვას, თუ როგორ შეცვლიდა ვიდეოს შემდეგ.

### • input

დღიურად მისაღები კალორიების დაანგარიშება ინდივიდუალურად ადამიანის ასაკისა და წონის შესაბამისად ხდება. თუმცა, ამავდროულად, გასათვალისწინებელია ადამიანის ცხოვრების სტილი და დატვირთულობის ხარისხი. მნიშვნელოვნად განსხვავდება მათი კალორიების დღიური რაოდენობა,

რომლებსაც საოფისე სამსახური აქვთ და რომლებიც მთელი დღის განმავლობაში აქტიურად არიან. გასათვალისწინებელია ისიც, რომ კალორიები იწვება ნებისმიერი მარტივი აქტივობის დროს და ძილშიც კი. მას შემდეგ, რაც თქვენი კალორიების დღიურ რაოდენობას გაარკვევთ, გაითვალისწინეთ, რომ თქვენი ყოველდღიური რაციონი 4 ჯგუფის პროდუქტებისგან უნდა შედგებოდეს:

- **ხორცი, ზღვის პროდუქტები, პარკოსნები:** არჩევანი შეაჩერეთ მჭლე და კანგაცლილ ხორცზე. კვირაში 2-ჯერ მიიღეთ თევზი.
- **ხილი და ბოსტნეული:** დღის განმავლობაში ადამიანმა უნდა მიიღოს სხვადასხვა სახის ხილი და ბოსტნეული.
- **ბურღულეული, მარცვლეული, პური, კარტოფილი და სახამებლის შემცველი სხვა პროდუქტები:** უპირატესობა ენიჭება სრულ მარცვლოვან პროდუქტებს - მათში სასარგებლო ნივთიერებების შემადგენლობა მეტია.
- **რძე და რძის ნაწარმი:** ზოგადად, რძის ნაწარმი მაღალკალორიულ პროდუქტად ითვლება, თუმცა ბაზარზე ხელმისაწვდომია დაბალკალორიული პროდუქტიც. შეარჩიეთ თქვენთვის სასურველი.

იმისთვის, რომ თქვენი კვების რაციონი მაქსიმალურად ჯანსაღი იყოს ეცადეთ იქიდან ამოიღოთ: მარილი, შაქარი, შოკოლადი, ცხიმი, დიდი რაოდენობის ცომეული & სწაფი კვების პროდუქტები, Junk food და ა.შ.

#### • განხილვა (20 წუთი)

ფასილიტატორი 4F მეთოდით სვავს კითხვებს და აჯამებს აქტივობას.

1. რა არის საჭირო სწორი კვებისთვის და ორგანიზმის ფუნქციონირებისთვის?
2. რამდენად მნიშვნელოვანი იყო თქვენთვის ეს ინფორმაცია და რა იგრძენით, როდესაც ამაზე მუშაობდით?
3. რა სიახლეები აღმოაჩინეთ?
4. თქვენი აზრით, გამოიყენებთ თუ არა ამ ინფორმაციას ცხოვრებაში და თუ კი, როგორ?



#### • დანართი#1



# ენერჯაიზერები



თუკი ჯგუფის ენერჯიასა და შემართებაზე იზრუნებ, მაშინ უფრო დიდი შანსია, რომ მომდევნო სესიამ/ტრენინგმა ნაყოფიერად ჩაიაროს და ყველა მონაწილე აქტიური მსმენელი და მონაწილე იყოს. სასურველია, რომ ყოველი სესია დაიწყოს ენერჯაიზერით (თუკი ჯგუფის დინამიკა საჭიროებას მოითხოვს, შესაძლებელია შუა სესიის დროსაც გამოყენება).

იხილეთ მონაწილეების მიერ მომზადებული 17 ენერჯაიზერის **ვიდეო ინსტრუქცია**. ენერჯაიზერის სხვა უამრავი მაგალითის სანახავად უბრალოდ გამოიყენეთ **Google** საძიებო სისტემა.

**1. სახელწოდება:** ტინგო ტანგო

**მონაწილეთა რაოდენობა:** 8+

**ხანგრძლივობა:** 10 წთ

**აღწერა:** მონაწილეები ირჩევენ მენყვილეს. ადამიანები თითოეული წყვილიდან უნდა გადანაწილდნენ ორ ჯგუფში. ჯგუფები დგებიან წრეზე და ერთმანეთს კიდებენ ხელს. ფასილიტატორი გაუჩერებლად იწყებს ტინგოს დახილს. ამ პერიოდში მონაწილეები ტრიალებენ წრეზე. როდესაც ფასილიტატორი მოულოდნელად დაიძახებს ტანგოს, მონაწილეებმა უნდა იპოვონ თავის მენყვილე, ჩაჭიდონ ხელი და ჩაიმუხლონ. წყვილი რომელიც ყველაზე ბოლო ჩაიმუხლება, ვარდება თამაშიდან.

**2. სახელწოდება:** ქარი ქრის

**რესურსები:** სკამები

**ხანგრძლივობა:** 5+ წთ

**მონაწილეების რაოდენობა:** 10+

**აღწერა:** მონაწილეები სხდებიან წრეზე, ისე რომ ერთით ნაკლები სკამია ვიდრე მონაწილეები., ერთ-ერთი მათგანი დგება წრის შუაში და ამბობს: “ქარი ქრის მათთვის, ვისაც...” - ამ სიტყვების დაბოლოება შესაძლებელია ისეთი ნიშნით, რომელიც ახასიათებს მონაწილეებს (ფიზიკურად, თვისობრივად და სხვა.). მონაწილეები, რომლებსაც აქვთ წრეში მდგომი ადამიანის მიერ ნათქვამი თვისება უნდა წამოდგნენ და სწრაფად იპოვონ ადგილი, რომელიც არ არის მისი სკამის გვერდით. წრეში მდგომი ადამიანის მიზანია დაიკავოს ადგილი. მას, ასევე, შეუძლია თქვას “ქარიშხალი”, ამ დროს ყველა მონაწილე უნდა წამოდგეს და დაიკავოს ადგილი ისე, რომ არ მოხვდეს მის გვერდით არსებული სკამზე.

**3. სახელწოდება:** მხარი, მუხლი, მარკერი.

**რესურსები:** მარკერები

**მონაწილეების რაოდენობა:** სასურველია 10+

**ხანგრძლივობა:** 5 წთ

**აღწერა:** ჯგუფი იყოფა ორ ნაწილად და დგებიან ორ მწკრივად ერთმანეთის პირისპირ. კენტად დარჩენილი მონაწილე არის წამყვანი. მათ შუაში არსებულ ცარიელ სივრცეში თავსდება ნივთები, მაგ მარკერები. ერთმანეთის პირისპირ მდგომ თითოეულ წყვილს აქვს თითო მარკერი. წამყვანი იწყებს სხეულის სხვადასხვა ნაწილების დასახელებას: მხარი, მუხლი, თავი. თითოეულ სიტყვაზე ორ მწკრივად მდგომი მონაწილეები ხელებით ეხებიან დასახელებულ სხეულის ნაწილებს. ხოლო იმ შემთხვევაში, როცა წამყვანი დასახელებს სივრცეში არსებული ნივთის სახელწოდებას (მარკერი) პირისპირ მდგომი მონაწილეები ერთმანეთს ასწრებენ ამ ნივთის აღებას. მთავარი ამოცანაა მონაწილემ სწრაფად გაიაზროს თითოეული ბრძანება, რომელსაც წამყვანი ეტყვის და მოქმედებაში მოიყვანოს სხეული.

**4. სახელწოდება:** ნივთების გასწრობა

**რესურსები:** სკამები, ორი რბილი ნივთი

**ხანგრძლივობა:** 10 წთ

**მონაწილეების რაოდენობა:** 10+

**აღწერა:** მონაწილეები სხდებიან წრეზე, სკამების რაოდენობა ზუსტად უნდა შეესაბამებოდეს მონაწილეებისას. ამის შემდეგ, მონაწილეები უნდა დაიყონ ორ ჯგუფად ისე, რომ ერთი ჯგუფის წევრები არ ისხდნენ გვერდი-გვერდ. თითო გუნდს აქვს თითო ნივთი, რომლებიც უნდა ეჭიროთ ერთმანეთის მოპირდაპირედ. ერთი გუნდის მიზანია გაასწროს მეორე გუნდს ნივთის გადაცემაში. ეს ნივთი უნდა გადასცენ ერთი გუნდის წევრებმა ერთმანეთს ანუ ყოველი ერთი წევრის გამოტოვებით. თამაშს იგებს ის, ვისი ნივთიც გაასწრებს.

**5. სახელწოდება:** დაიჭირე თითი - ამბრელა

**მონაწილეთა რაოდენობა:** 5+

**ხანგრძლივობა:** 10 წთ

**აღწერა:** მონაწილეები დგებიან წრეზე და ერთი ხელით დაიჭერენ ქოლგის მსგავსად, ხოლო მეორე - ქოლგის ჯოხის მსგავსად (ისე როგორც ფოტოზეა ნაჩვენები). ლიდერი, რომელიც შეიძლება მოთამაშეც იყოს დაითვლის სამამდე, რის შემდგომაც მონაწილეებმა “ქოლგა ხელით” უნდა დაიჭირონ მეორე მონაწილის “ჯოხი ხელი”, ხოლო “ჯოხი ხელის” მიზანია, სწრაფად ჩაწიოს ხელი, რომ ვერ დაიჭირონ.. გამარჯვებულია ის, რომელიც შეძლებს ხელის დაჭერას. იგივე შეიძლება რამდენიმე რაუნდად გაგრძელდეს.



**6. სახელწოდება:** ჩიტი მიდის მაღაზიაში

**ხანგრძლივობა:** კლასიკურად - 10-15 (დამოკიდებულია მონაწილეებზე)

**მონაწილეების რაოდენობა:** 3+

**რესურსები:** არანაირი

**აღწერა:** ჩიტი წავა მაღაზიაში და აქვს სამი ნივთი/აქტივობა რასაც იყიდის და მის გვერდზე მჯდომს ეუბნება: ჩიტი წავიდა მაღაზიაში, მერე ეკითხება - რა იყიდა? ჩვენ ამ სამი მოქმედებიდან ვარჩევთ ერთერთს და ვეუბნებით რა იყიდა და შესაბამისად აკეთებს ამ ნივთის აქტივობას. (მაგ. თუ ვეტყვით რომ თმის საშრობი იყიდა, აკეთებს თმის გაშრობის და საშრობის ხმის იმიტაციას) და სვლა გადადის შემდეგ მონაწილეზე, გვერდით მდგომზე/მჯდომზე და იწყება ისევ ანალოგიურად. ენერჯაიზერი მორჩენა მაშინ, როცა მოქმედების გაკეთება ყველას მოუწევს და დავბრუნდებით ბოლო მონაწილესთან.

**7. სახელწოდება:** სკამობანა

**მონაწილეთა რაოდენობა:** 5+

**ხანგრძლივობა:** 15 წუთი

**საჭირო რესურსი:** სკამები (ერთით ნაკლები ვიდრე მონაწილეთა რაოდენობაა), მუსიკა და დინამიკი (რეკომენდირებულია).

**აღწერა:** ერთმანეთისაკენ ბურგით მიბრუნებული სკამებით ფორმირდება წრე. ფასილიტატორი უხსნის წესებს, რომ მუსიკის მიმდინარეობისას მონაწილეებმა უნდა ირბინონ წრეზე და იცეკვონ, მანამ სანამ მუსიკა შეწყდება. მუსიკის გაჩერების შემდეგ მონაწილეებმა უნდა დაიკავონ ადგილები და ის მონაწილე, რომელსაც არ შეხვდება სკამი, დატოვებს თამაშს. შემდეგი რაონდისთვის ვაკლებთ ერთ ან ორ სკამს და იმავე პრინციპით ვაგრძელებთ თამაშს, სანამ ერთი გამარჯვებული არ დარჩება.

რეკომენდაცია: თუ დიდი ჯგუფია და მონაწილეთა რაოდენობა აღემატება 10ს შეგიძლიათ ყოველ რაუნდზე გამოაკლოთ ორი ან სამი სკამი.

**8. სახელწოდება:** პიუ-პიუ

**მონაწილეთა რაოდენობა:** 5+

**ხანგრძლივობა:** 10 წთ

**აღწერა:** მონაწილეები დგებიან წრეზე. მონაწილე, რომელიც იწყებს, მის მარცხნივ მდგომს გადასცემს ენერჯიას შემდეგი მოქმედებით: ხელს იქნევს მისი მიმართულებით და ამბობს "პიუ". პირველი რაუნდი გრძელდება მანამ, სანამ ყველა მონაწილეს არ გადაეცემა მის გვერდით მდგომის ენერჯია. მეორე რაუნდში ემატება ახალი მოძრაობა, ჩაჯდომა, რაც ნიშნავს მოქმედების გამოტოვებას, შესაბამისად მონაწილე რომელის ჩაიკუზება, ის ტოვებს სვლას და ენერჯია რომელიც მას უნდა მიეღო მიიღებს მის მარცხნივ მჯდომი. ამ შემთხვევაში ენერჯიის გადაცემა ხდება ერთი მონაწილის გამოტოვებით და ამ მოქმედების შესრულება ნებაყოფლობითია. როდესაც დასრულდება წრე, რომელშიც გამოიყენება ჩაჯდომისა და "პიუ"-ს მოძრაობა, იწყება მესამე რაუნდი და ემატება ახალი მოძრაობა - ახტომა, ეს მოქმედება ნიშნავს მიმართულების შეცვლას და ის ვინც ახტება, გადაცემულ ენერჯიას მეორე მხარეს შეაბრუნებს. მესამე რაუნდის ბოლოს, მონაწილეებმა უკვე იციან სამივე მოქმედება და შესაძლებელია გავარდნაზე თამაშიც.

**9. სახელწოდება:** წარმოსახვითი სამკუთხედი

**ხანგრძლივობა :** დამოკიდებულია მონაწილეებზე, მაგრამ კლასიკურად 10-20 მდე.

**მონაწილეთა რაოდენობა:** 3+. რეკომენდირებულია სამის ჯერადი მონაწილეების რაოდენობა

**საჭირო რესურსები:** წარმოსახვა და დიდი სივრცე

**აღწერა:** თამაშის დასაწყისში ფასილიტატორი მონაწილეებს ეუბნება აირჩიონ ორი მონაწილე/ჩაიფიქრონ ისე, რომ არ თქვან. შემდეგ, ამ მონაწილეების მიზანია გააკეთონ წარმოსახვითი სამკუთხედი ამ ორ მონაწილესთან ერთად, მაგრამ ამ მონაწილეებმა არ იციან, რომ შენ ისინი ჩაიფიქრე და აკეთებენ სხვებთან სამკუთხედს. მონაწილის მიზანია შექმნას სამკუთხედი ამ მომენტშიც კი არჩეულ 2 მონაწილესთან, რომ მერე თამაშის სხვა მონაწილეებმა გამოიცილონ ვისთან გააკეთა/შექმნა მან ეს სამკუთხედი. როდესაც ყველა მზად იქნება (გააკეთეს წარმოსახვითი სამუთხედები მენყვილეებთან), ვწყვეტთ სამკუთხედების გაკეთებას და შემდეგ ენერჯაიზერს აქვს ორი ვარიანტი:

- მონაწილეები თვითონ ამბობენ ვისთან გააკეთეს სამკუთხედი თანმიმდევრობით, რაც სახალისო მომენტს ქმნის
- ამბობენ ვერსიებს და იცნობენ ერთმანეთის არჩევანს

**10. სახელწოდება:** ხელების ახლართვა

**ხანგრძლივობა :** 10-15 წუთი

**მონაწილეთა რაოდენობა:** 3+ (რეკომენდირებულია მონაწილეების დიდი რაოდენობა)

**აღწერა:** მონაწილეები დგებიან წრეზე და ფასილიტატორი ეუბნება მათ, რომ დახუჭონ თვალები, გამოშალონ ხელები წინ და შემდგომ მიუახლოვდნენ ერთმანეთს ისე, რომ შეამჭიდროვონ წრე. შემდეგ კი მათ უნდა მოკიდონ შემთხვევითი ადამიანების ხელებს და/ან რიომელიც ყველაზე ახლოს არის მათთან. რის შემდეგაც მონაწილეები ახელენ თვალებს და უნდა იპოვონ გადახლართული ხელებიდან გახსნის გზა.

**11. სახელწოდება:** ა და ბ პერსონა

**მონაწილეთა რაოდენობა:** ნებისმიერი

**ხანგრძლივობა:** 7-10 წთ

**საჭირო მასალა:** ენერჯია

**აღწერა:** პირველ რიგში, ყველა მონაწილე ირჩევს ა და ბ პერსონას, რომელსაც არ აჟღერებს ხმამაღლა. თამაში შედგება ორი რაუნდისგან. პირველ რაუნდში ყველა მონაწილე უნდა ეცადოს, რომ რაც შეიძლება ახლოს იყოს ა პერსონასთან ისე, რომ მაქსიმალურად მოშორდეს ბ პერსონას. მეორე რაუნდში, პირიქით, ყველა მონაწილე უნდა ეცადოს, რომ რაც შეიძლება ახლოს იყოს ბ პერსონასთან ისე, რომ მაქსიმალურად შორს იყოს ა პერსონისგან.

**12. სახელწოდება:** მარიონეტი

**მონაწილეთა რაოდენობა:** ნებისმიერი

**ხანგრძლივობა:** 10 წთ

**საჭირო მასალა:** ფანქარი/ფლომასტერი/მაკერი/ჯოხი [2 ცალი]

**აღწერა:** მონაწილეები დგებიან წრეზე და ირჩევენ ერთ ლიდერს, რომელსაც ხელში უჭირავს ორი ცალი ფანქარი ან ფლომასტერი ან მარკერი ან ჯოხი. ფანქარი, პირველ ეტაპზე, განასახიერებს ფეხებს/ტერფებს და რა მიმართულებასაც მისცემს ლიდერი ფანქარს, იმ მიმართულებით მიმართავენ მონაწილეები ტერფებს.

ფანქრით სხეულის სხვადასხვა ორგანოს განსახიერება შეიძლება - ხელის, ტანის და ა.შ. ამ შემთხვევაშიც თამაშის პრინციპი იგივეა.

სხვადასხვა მოძრაობებით შესაძლებელია რამდენიმე რაუნდის გაკეთება.

**13. სახელწოდება :** უკრაინული ქორწილი

**მონაწილეთა რაოდენობა:** 4+

**ხანგრძლივობა:** 10-15 წუთი

**ჯგუფების რაოდენობა:** ერთი ან მეტი

**საჭირო მასალა:** ვაშლი ან რაიმე მრგვალი საშუალო ზომის ობიექტი

**აქტივობის აღწერა:** მონაწილეები წრეზე დგებიან. ახალგაზრდული მუშაკი მონაწილეებს უხსნის, რომ მოცემული აქტივობის განმავლობაში მათ არ შეეძლებათ ხელების გამოყენება. ეს ხელები ზურგს უკან უნდა მოათავსონ. შემდგომ ერთ ერთი მონაწილე ყელის არეში თავის გამოყენებით იმაგრებს ვაშლს/ბურთს და ცდილობს მონაწილეს მის მარჯვნივ გადასცეს, გვერდზე მდგომი თავისა და მკერდის გამოყენებით ცდილობს გაიჩეროს ვაშლი ყელის არეში და შეინარჩულოს ის და არ დაუვარდეს. შემდგომ იმავე პრინციპით ცდილობს გადასცეს მის მარჯვნივ დგომს და ეს გრძელდება მანამ, სანამ ვაშლი არ დაბრუნდება საწყის პოზიციაზე.

**რეკომენდაცია :** თუ მონაწილეთა რაოდენობა აღემატება 10ს გირჩევთ რამდენიმე ჯგუფი შეიქმნას. თითოეულ ჯგუფში 4-5 კაცი.

**14. სახელწოდება:** ხილობანა

**მონაწილეთა რაოდენობა:** 8+

**ხანგრძლივობა:** 5-10 წუთი

**აღწერა:** მონაწილეები წრეზე ლაგდებიან და ერთმანეთს მხრებზე ადებენ ხელებს. გუნდის ლიდერი წინასწარ შეთანხმებულ სხვადასხვა კოდურ სახელებს გააუღერებს, რომლებიც სხვადასხვა მოძრაობას ნიშნავს, მაგალითად:

ფორთოხალი - მარჯვნივ შეტრიალება და გადახტომა

ანანასი - მარცხნივ გადახტომა და შეტრიალება

კივი - ქვემოთ ჩაჯდომა

კენკრა- ზემოთ ახტომა

საბამთრო - წამოწოლა

ქლიავი - თავის ტრიალი

ვაშლია- ადგილზე დატრიალება

მსხალი - წინ გადახტომა

მანგო - უკან გადახტომა



## სახელების თამაში

**1. სახელწოდება:** ფარდა

**ხანგრძლივობა:** 10-15 წთ

**საჭირო მასალა:** დიდი ზომის ქსოვილი/პლედი/საბანი

**აღწერა:** მონაწილეები იყოფიან ორ ჯგუფად. ორი ადამიანი იჭერს ქსოვილს. მონაწილეები გადანაწილდებიან ფარდის სხვადასხვა მხარეს და იმუხლებიან. მნიშვნელოვანია, რომ სხვადასხვა მხარეს მყოფი მონაწილეები ერთმანეთს ვერ ხედავდნენ. ორივე ჯგუფის მონაწილეები ირჩევენ ერთ ადამიანს, რომელიც გადის ფარდასთან უფრო ახლოს. მისი მისიაა, რომ ფარდის ჩაწევის შემდგომ მონაწილედ გვეს დაასწროს მისი სახელის თქმა. ადამიანი, რომელიც პირველი იტყვის მონაწილედ გვეს სახელს, ჯგუფს მოუტანს ერთ ქულას და გადაინაცვლებს უკანა მხარეს მეორე ადამიანი კი უერთდება მოგებულის გუნდს. ამის შემდეგ, ჯგუფი ირჩევს კიდევ ერთ ადამიანს და ასე გრძელდება მანამ, სანამ ყველას ჯერი არ მოვა.

**2. სახელწოდება:** სახელების ჩამოთვლის სხვადასხვა ვარიაციები

**ხანგრძლივობა:** 10-15 წთ

**აღწერა:** მონაწილეები დგებიან წრეზე. მონაწილე, რომელიც იწყებს თამაშს, ამბობს თავის სახელს. მის მარცხნივ მდგომი მონაწილე ამბობს პირველი მოთამაშის სახელს და ამატებს თავის სახელს. ციკლი გრძელდება მანამ, სანამ ყველა მონაწილე არ გაიმეორებს მის წინ მდგომი ადამიანების სახელებს და დაამატებს თავისას. ამ თამაშის სხვადასხვა ვარიაციები არსებობს. მაგ. სახელთან ერთად, წრეში მდგომ ადამიანს შეუძლია გააკეთოს თავისი საყვარელი მოძრაობა ან თქვას თავისი სახელის პირველ ასოზე მისთვის დამახასიათებელი ზედსართავი (გიორგი, გამბედავი), თამაში კი იგივე პრინციპით გრძელდება, სხვა მონაწილეები იმეორებენ და ამატებენ თავის მოძრაობას/ ზედსართავ სახელს.

**3. სახელწოდება:** ბურთის/დაფის სროლა

**ხანგრძლივობა:** დამოკიდებულია მონაწილეებზე

**მონაწილეთა რაოდენობა:** 5+

**საჭირო მასალა:** დაფის ბურთულა

**აღწერა:** ფასილიტატორს მობილიზებული აქვს რესურსები და იწყებს ინსტრუქციების ახსნას - ამბობს მონაწილის სახელს და მის სახელს. შემდეგ ვის ხელშიც არის ეს ბურთი, ის ამბობს:

- მის სახელს, ვინც გადმოუგდო, თავის სახელს და ამატებს იმ მონაწილის სახელს, ვისაც გადაუგდებს ბურთს, (დაფის ერთი ნაწილი უნდა დაიტოვოს პიველმა მონაწილემ, რადგან უნევთ მისი უკან გახსნაც)
- შემდეგ ამატებს იმის სახელს ვისაც უგდებს ბურთს და უგდებს,
- შემდეგ ანალოგიურად ვისაც აქვს დაფის ბურთულა ის იმეორებს ყველას სახელს, რომელიც მანამდე ითქვა, ამატებს თავისას და იმ ადამიანის სახელს, ვისაც გადაუგდებს და ა.შ. გრძელდება სანამ ყველას სახელის თქმა არ მოუწევს ბოლოს.

მაგალითად: ნინო და მისი მეგობრები თამაშობენ ძაფის სროლას. ნინომ გადაუგდო გიორგის და თქვა მე ვუგდე გიორგის. გიორგი აპირებს ძაფი გადაუგდოს ანის. მან უნდა თქვას სახელების თანმიმდევრობა შემდეგნაირად: ნინო, გიორგი, ანი და შემდეგ გადაუგდოს ანის. ანი აპირებს გადაუგდოს კოტეს, მან უნდა თქვას თანმიმდევრობა შემდეგნაირად: ნინო, გიორგი, ანი, კოტე, და გადაუგდოს მას და ა.შ.

ბოლოს კი უკუსვლით მიდის თამაში, ძაფი ისევ ისეთი თანმიმდევრობით უნდა აახვიო, როგორც ახლართე - ანუ ის სახელები, რაც თანდათან დაემატა ქრება და ვინ დაიწყო თამაში იმას უბრუნდება ბურთი და ამბობს მარტო თავის სახელს.

**4. სახელწოდება:** ბენჯის ხიდი

**რესურსები:** სკოჩი, დიდი ზომის სივრცე

მონაწილეთა რაოდენობა: 3+

ხანგრძლივობა: 10 წუთი

**აღწერა:** ფასილიტატორი აკრავს სკოჩს სწორ ხაზად. შემდეგ მონაწილეებს უხსნის, რომ უნდა დადგნენ ამ ხაზზე ანბანის მიხედვით თავისი სახელების პირველი ასოებიდან გამომდინარე და შემდეგ ხდება ამ სახელების პრეზენტირება და ერთმანეთის გაცნობა.

**5. სახელწოდება:** აანყვე სახელი

**ხანგრძლივობა:** 20 წუთი

**საჭირო მასალა:** მარკერები, წებოვანი ქაღალდი ან ქაღალდის სკოჩი

**აღწერა:** მონაწილეები ერთმანეთს რიგრიგობით უზიარებენ საკუთარ სახელებს. შემდგომ იღებენ ფურცლებს ან ქაღალდის სკოჩს და იკრავენ ან ხელზე ან ტანსაცმელზე, ან სადაც სურთ. შემდეგ წერენ საკუთარი სახელის პირველ ასოს და სხვა ასოების მაგივრად ტირეს. მონაწილეები ცდილობან გაიხსენონ ერთმანეთის სახელები და იპოვონ ის ადამიანი, რომელსაც აქვს მათი სახელისათვის საჭირო ასო. მონაწილეები ერთმანეთ უვსებენ და უცვლიან ასოებს და საბოლოოდ, როდესაც ყველა მონაწილის სახელი შეივსება, თამაში სრულდება. ეს სტიკერები და ფურცლები კი დღის ბოლომდე მათთან არის, რათა მარტივად გავიხსენოთ და ვიზუალიზაციით დაიმახსოვრონ ერთმანეთის სახელები.

# გაცნობითი აქტივობა



**1. სახელწოდება:** ბინგო

**ხანგრძლივობა:** 25 + წთ

**საჭირო მასალა:** ამობეჭდილი რესურსი, კალმები

**მოსამზადებელი სამუშაო:** საჭიროა წინასწარ მოამზადოთ და ფურცელზე ამობეჭდოთ რამდენიმე პირობა (მაგალითი იხილეთ ქვემოთ მოცემულ ცხრილში)

**აღწერა:** მონაწილეებს ურიგდება ერთნაირი, წინასწარ ამობეჭდილი ფურცლები, სადაც წერია რამდენიმე პირობა. მათ უნდა იპოვონ და პირობის ქვეშ მიაწერონ იმ მონაწილის სახელი, რომელიც ჩამოთვლილთაგან რომელიმე პირობას აკმაყოფილებს. პირობა შესაძლოა თქვენი პროექტის შინაარსის მიხედვით განსაზღვროთ ან უბრალოდ მონაწილეთა ზოგადი მახასიათებლის მიხედვით იყოს მიცემული.

ვარიაცია 1: შესაძლებელია პირობად დაემატოს გამარჯვებულის გამოვლენა - გამარჯვებულია ის მონაწილე, რომელიც ყველაზე სწრაფად შეძლებს ყველა გრაფაში მონაწილის სახელის ჩაწერას.

ვარიაცია 2: ერთი და იგივე მონაწილე მხოლოდ ერთხელ შეგიძლიათ მიუთითოთ.

მონაწილე, რომლის ფეხის ზომა არის 40	იცის ცხენზე ჯირითი	ჰყავს 2 ძმა
იცის ნარჩენების დაახრისხება	ნანახი აქვს ტიტანიკი	მოსწონს ლანა დელ რეის სიმღერები

**2. სახელწოდება:** პაემანი

**ხანგრძლივობა:** 30 - 60 წუთი

**საჭირო მასალა:** ქაღალდი და მარკერები

**მოსამზადებელი სამუშაო:** კითხვების მოფიქრება

**აღწერა:** ჯგუფის ლიდერი ხსნის წესებს, დაფაზე ან ფურცელზე ხატავს საათს ან 9/12 სართულიან სახლს. შემდეგ უხსნის, რომ თითოეულმა მონაწილემ თითოეული საათზე ან სართულზე უნდა ქონდეს მითითებული იმ ადამიანის სახელი, რომელსაც შეხვდება და განიხილავს წინასწარ შემუშავებულ კითხვას ან თემატიკას. თითოეული საკითხის განსახილველად 2-5 წუთი აქვთ. ლიდერი აცხადებს რიცხვს ან საათს და მონაწილეებმა უნდა მოძებნონ შესაბამისი პიროვნება და განიხილონ შესაბამისი თემატიკა. თუ იქნება ისეთი შემთხვევა, რომ რომელიმე ადამიანს არ ეყოლება პარტნიორი შესაძლებელია რომელიმე ჯგუფს შეუერთდეს.

**3. სახელწოდება:** 2 სიმართლე და 1 ტყუილი

**ხანგრძლივობა:** 10-15 წთ (დამოკიდებულია მონაწილეების რაოდენობაზე)

**საჭირო მასალა:** არაფერი

**აღწერა:** მონაწილეები სხდებიან წრეზე. ადამიანი, რომელიც პირველი იწყებს, ამბობს სახელს და სამ ფაქტს თავის შესახებ. ამ სამი ფაქტიდან 2 სიმართლეა, 1 ტყუილი. მოსმენის შემდეგ დანარჩენმა მონაწილეებმა უნდა იმსჯელონ და დაასახელონ ფაქტი, რომელიც მათი აზრით არ შეესაბამება სიმართლეს.



**4. სახელწოდება:** ხუთი თითი

**ხანგრძლივობა:** 25 + წთ

**საჭირო მასალა:** ფლიპჩარტი/დაფა, მარკერი

**მოსამზადებელი სამუშაო:** წინასწარ დახატეთ ფლიპჩარტზე ან დაფაზე 5 თითი და მიაწერეთ მნიშვნელობა [ნიმუში ნაჩვენებია ფოტოზე]

**აღწერა:** მონაწილეები მიდიან სასურველ მონაწილესთან და აჩვენებენ იმ თითს, რომელზე მითითებული ინფორმაციაც სურთ მიიღონ მისგან.

**ნიმუში:**

ცერა თითი: ფილმი, რომელიც ყველაზე მეტად მომეწონა...

საჩვენებელი თითი: ყველაზე მეტად მომწონს, როდესაც...

შუა თითი: ვერ ვიტან, როდესაც...

არათითი: ვცდილობ, შევცვალო...

ნეკა თითი: როდესაც დაგინახე, შენზე ვიფიქრე...



**5. სახელწოდება:** შიდა წრე, გარე წრე

**ხანგრძლივობა:** 30 - 40 წუთი

**საჭირო მასალა:** კითხვები ან წინასწარ შერჩეული თემატიკა

**აღწერა:** მონაწილეები თანაბარი რაოდენობით ორ ჯგუფად იყოფიან. ორივე ჯგუფი ქმნის შიდა და გარე წრეს. ახალგაზრდული მუშაკი სვამს კითხვას (მაგ. საყვარელი ფილმი). ერთმანეთის პირისპირ მდგომი ადამიანები კი საუბრობენ საყვარელ ფილმზე 2 წუთის განმავლობაში. შემდეგ მონაწილეები უნდა გადაადგილდნენ სამი ნაბიჯით მარჯვნივ და ლიდერი სვამს ახალ შეკითხვას. ასე გრძელდება მანამ, სანამ არ ამოიწურება ფასილიტატორის მიერ მომზადებული კითხვები.

**6. სახელწოდება:** პორტრეტი

**ხანგრძლივობა:** 25 + წთ

**საჭირო მასალა:** ფურცლები, კალამი/ფანქარი

**აღწერა:** მონაწილეებს დაურიგდებათ სუფთა ფურცელი და კალამი. მათ სუფთა ფურცელზე უნდა გააკეთონ ჩარჩო და დაწერონ საკუთარი სახელი. მითითების მიხედვით, მონაწილეები ცვლიან ფურცლებს ერთმანეთში. მიზანი არის, რომ დახატონ ერთმანეთის პორტრეტი ეტაპობრივად მუსიკის ფონზე. მაგ. პირველ ეტაპზე ხატავენ სახის ოვალს, შემდეგ ჩერდება მუსიკა და ლიდერი მიუთითებს, რომ გაცვალონ ფურცლები და ამჯერად დახატონ თვალები, ვისი ფურცელიც შეხვდათ. შემდეგ იმავე პრინციპით გრძელდება ფურცლების გაცვლა და სახის ახალი ნაწილების (ყური, ტუჩი, ცხვირი, საყურე, წარბები, თმა...) დახატვა, სანამ არ დასრულდება პორტრეტის შექმნა. ამის შემდეგ კი ვუბრუნებთ დახატულ პორტრეტს თავდაპირველ მეპატრონეს. შესაძლებელია მოეწყოს მათი გამოფენაც, გავაკრათ კედელზე და დავტოვოთ ტრენინგის ბოლომდე.

**7. სახელწოდება:** წყვილების გაცნობა/ფეისბუქის დასტალკვა

**ხანგრძლივობა:** 10-15 წთ

**აღწერა:** მონაწილეებს ვყოფთ წყვილებში. წყვილებში არსებული პიროვნებები ცვლიან სოც. ქსელებს (ფეისბუქი, ინსტაგრამი, ტიკ-ტოკი...), იწყებენ მათ შესახებ

ინფორმაციის მოძიებას, ეცნობიან პოსტებს, ფოტოებს, მეგობრებს და ა.შ. ამისთვის მათ დაახლოებით ეძლევათ 5 წუთი. აქტივობის მეორე ეტაპი კი განხილვაა და ისინი ერთმანეთში ცვლიან ინფორმაციას, თუ რა გაიგეს თავისი პარტნიორის შესახებ ისეთი, რაც უცნობი და ახალი იყო.

**8. სახელწოდება:** ექსპონატების გამოფენა

**ხანგრძლივობა:** 30 + წთ

**საჭირო მასალა:** ფერადი ფურცლები, კალამი/ფანქარი, მაკრატელი, წებო, ძაფი ან ქალაღდის/ორმაგი სკოჩი

**მოსამზადებელი სამუშაო:** აქტივობის დაწყებამდე საჭიროა მოამზადოთ ადგილი გამოფენისთვის, სადაც მონაწილეები შექმნილ ექსპონატებს დაკიდებენ. ეს შეიძლება მოენწყოს ერთ-ერთ კედელზე ქალაღდის/ორმაგი სკოჩების მიწებებით ან ერთი კედლიდან მეორემდე გაჭიმული ძაფი - ექსპონატების დასაკიდებლად.

**აღწერა:** მონაწილეებს დაურიგდებათ ფურცლები, კალამი/ფანქარი/ფლომასტერი, წებო, მაკრატელი და სხვა საჭირო მატერიალები, რათა შექმნან ექსპონატები გამოფენისთვის. ექსპონატების შესაქმნელად კი მათ უნდა დახატონ. გამოჭრან, დააწებონ და დაწერონ საკუთარი თავის შესახებ. ასევე, გამოყონ ძირითადი ნიშნები, რომელიც, ფიქრობენ, რომ გამოარჩევთ სხვა მონაწილეებისგან ან მათთვის ყველაზე მეტად დამახასიათებელია.

მას შემდეგ რაც მონაწილეები დაასრულებენ ექსპონატების დამზადებას, ვთხოვთ, გამოფინონ ისინი საამისოდ განსაზღვრულ ადგილას და მივცეთ 10-15 წუთი ერთმანეთის ნამუშევრების დასათვალიერებლად. შეგვიძლია დამატებით პირობად განვუსაზღვროთ, დაათვალიერონ და იპოვონ საერთო ექსპონატის ავტორთან, ისაუბრონ და ა.შ.

## გუნდის შეკვრა



პროგრამის/პროექტის დაწყების პირველ დღეს აუცილებელია, რომ მონაწილეებმა ისწავლონ ერთად მუშაობა, გაუჩნდეთ ერთმანეთის ნდობა და საბოლოო ჯამში შეიქმნას ერთიანი ჯგუფი, რომელიც მომდევნო პერიოდის განმავლობაში უფრო ეფექტურად იმუშავებს კონკრეტული პროექტის დროს. იხილეთ ვიდეო [ტუტორიალი](#), რომელიც მონაწილეებმა მოამზადეს ტრენინგის დროს.

**1. სახელწოდება:** შეუსრულებელი მისია

**რესურსი:** დამოკიდებულია მისიებზე

**ხანგრძლივობა:** 1-1.5 საათი

**მონაწილეების რაოდენობა:** 10+

**აღწერა:** აქტივობის დაწყებამდე უნდა მოამზადოთ მისიების ჩამონათვალი და რამდენ ხანში უნდა შეასრულონ ისინი, მისიები ემსახურება გუნდის შეკვრას და არსებული სივრცის ათვისებას (შესაბამისად, მისია შეიძლება იყოს: ჯგუფური ფოტოების გადაღება, რამე რესურსის მოძიება, სკეჩის დადგმა და სხვა). ამის შემდეგ, მონაწილეებს ვყოფთ რამდენიმე ჯგუფად და ვაძლევთ ამ მისიების შესასრულებლად გარკვეულ დროს. გამარჯვებულის გამოვლენა შეიძლება იმის მიხედვით, თუ რამდენად ხარისხიანად და სწრაფად შესრულდა დავალებები.

რეკომენდირებულია ონლაინ ხელსაწყოების გამოყენება, მაგალითად [GooseChase](#).

## **2. სახელწოდება:** ბურთები

**ხანგრძლივობა:** 1.5 - 2 საათი

**საჭირო მასალა:** სხვადასხვა ზომის ბურთები (25-30 ცალი), ქალღმერთის ნებოვანი ლენტი, 4 კვერცი, ფლიფჩარტი, მარკერი, სივრცე, 2 დიდი ყუთი, 1 პატარა ჯამი.

**მოსამზადებელი სამუშაო:** იატაკზე ნებოვანი ლენტის დახმარებით გააკეთეთ კვადრეტი (კვადრატის ზომა დამოკიდებულია მონაწილეთა რაოდენობაზე). ერთ კუთხეში დადეთ ბურთებით სავსე ყუთი, ხოლო მის დიაგონალზე ცარიელი ყუთი. ბურთებს გვერდით დაუდეთ ჯამი, რომელშიც კვერცხებია მოთავსებული.

**აღწერა:** ჯგუფი გაყავით ორ ნაწილად და გადადით თამაშის წესების აღწერაზე.

წესი 1. თქვენ უნდა გადაიტანოთ ბურთები ცარიელ კალათაში

წესი 2. ყველა უნდა დადგეს ხაზზე, ადგილის შეცვლა და ხაზიდან ფეხის აღება შეუძლებელია.

წესი 3. გუნდის თითოეული წევრი უნდა შეეხოს ყველა გადატანილ ბურთს და მხოლოდ ერთხელ.

წესი 4. თითოეული ბურთი იძლევა +1 ქულას, ხოლო კვერცი +3 ქულას. გატეხილი კვერცი კი -4 ქულას.

წესი 5. ბურთის/კვერცხის გადაწოდება არ შეგიძლიათ თქვენს მეზობელთან და თქვენს ხაზზე მდგარ სხვა ადამიანებთან.

წესი 6. თქვენ არ შეგიძლიათ დავარდნილი ბურთის თავიდან გადაგდება. თუ ბურთი დავარდა - დატოვე ადგილზე!

წესი 7. ბურთების გადასატანად გექნებათ 3 ცდა. გამარჯვებული იქნება გუნდი, რომელიც ყველაზე მეტ ქულად დააგროვებს.

წესი 8. გუნდებს თითო ჯერზე დავალების შესასრულებლად აქვთ 1 წუთი.

ამის შემდეგ ეუბნებით, რომ ზემოთ ჩამოთვლილი წესების დარღვევის შემთხვევაში მონაწილეებს არ ეთვლებათ იმ ბურთის/კვერცხის ჩაგდება, რომლის გადაადგილების დროსაც დაარღვიეს წესი. შემდეგ გუნდებს უშვებთ ორ სხვადასხვა ტერიტორიაზე, რათა შეიმუშაონ სტრატეგია დავალების შესასრულებლად. ამისთვის ეძლევათ 15 წუთი.

დროის გასვლის შემდეგ ერთ-ერთი გუნდი ბრუნდება დავალების ადგილას და იწყებს შესრულებას. ლიდერი აკვირდება გუნდის ყველა მოქმედებას და ფლიფჩარტზე ინიშნავს გუნდის მიერ მოპოვებული ქულების რაოდენობას.

დროის გასვლის შემდეგ, მეორე ჯგუფი შემოდის დავალების შესასრულებლად, ხოლო პირველი ჯგუფი მსჯელობს იმ შეცდომებზე, რომელიც პირველ ცდაზე ჰქონდათ. ამ პრინციპით გუნდები ითამაშებენ 3-ჯერ. ყველაზე მეტი ქული მქონე გუნდი კი გამარჯვებს.

## **3. სახელწოდება:** ნაღმი

**ხანგრძლივობა:** 1-1.30 საათი

**საჭირო რესურსები:** სკოჩი (ზედაპირზე გზის გეგმის დასახაზად)

**აღწერა:** ფასილიტატორი ამზადებს დანაღმული ადგილის გეგმას და გვაქვს მხოლოდ ერთი სწორი გზა. სწორი გზის გეგმა იცის მხოლოდ ლიდერმა/ფასილიტატორმა და როცა მონაწილეები აკეთებენ კონკრეტულ სვლებს

დანაღმული ადგილის სხვადასხვა ნაწილებზე, ის ეუბნება აფეთქდნენ თუ გადარჩნენ. გვაქვს სიარულის შემდეგი წესები:

წესი 1:

როცა ერთ ნაღმის ერთ ნაწილზე/ ადგილზე დადგები გაქვს ამ გზაზე - მხოლოდ წინ და დიაგონალზე სიარულის უფლება

წესი 2:

თუ ნაღმზე დადექი და აფეთქდი, უკან ბრუნები და სხვა მონაწილე ცდილობს აფეთქების გარეშე სწორის გზის პოვნას. ბოლოს კი გუნდმა ერთად უნდა გადალახოს გზა, მაგრამ თუ რომელიმეს შეეშალა დადგება ნაღმზე და აფეთქდება - მთლიანი ჯგუფი ბრუნდება უკან და იწყებენ თავიდან.

**4. სახელწოდება:** ააგე ყველაზე მაღალი კონსტრუქცია

**რესურსი:** დამოკიდებულია აქტივობის შინაარსზე

**ხანგრძლივობა:** 30 წთ

**მონაწილეები:** 10+

**აღწერა:** მონაწილეებს ვყოფთ 2 ან რამდენიმე ჯგუფად, ამის შემდეგ კი ვავალებთ ააგონ ყველაზე მაღალი კონსტრუქცია. მასალა კონსტრუქციისთვის დამოკიდებულია აქტივობის შინაარსზე, შეიძლება ეს იყოს გარემოში შეგროვებული ნარჩენი, საკანცელარიო ნივთი ან რამე სხვა. იმარჯვებს ის გუნდი, რომელიც ააშენებს ყველაზე მაღალს და მყარს.

**5. სახელწოდება:** შეფუთე კვერცხი

**მონაწილეების რაოდენობა:** 6+

**ხანგრძლივობა:** 15+ წთ

**საჭირო რესურსი:** კვერცხი, პარკები, ნებოვანი ლენტი, ყუთები, ქაღალდი

**აღწერა:** მონაწილეები იყოფიან ჯგუფებად და თითოეულ ჯგუფს აძლევენ ერთ კვერცხს, სხვადასხვა მატერიალსა და 10 წუთ დროს. ამ დროის განმავლობაში მათ უნდა შეფუთონ და დაიცვან კვერცხი ისე, რომ გადაგდების შემთხვევაში არ გატყდეს. შემდეგ ყველა ჯგუფი იკრიბება და აგდებს კვერცხს, მოგებულია ის ჯგუფი რომელსაც არ გაუტყდება კვერცხი.

**6. სახელწოდება:** ნავი

**მონაწილეების რაოდენობა:** 10+

**ხანგრძლივობა:** 10+ წთ

**საჭირო რესურსი:** გაზეთი/ ფურცელი/ ნაჭერი

**აღწერა:** პირველ რიგში მონაწილეებს ვყოფთ რამდენიმე ჯგუფად, შემდეგ ვაძლევთ გაზეთს/ნაჭერს/ფურცელს, მათი მიზანია, დადგინონ ამ ფურცელზე ისე, რომ არცერთი არ დგებოდეს ფურცლის გარეთ. მას შემდეგ რაც გუნდები შეასრულებენ დავალებას და დადგებიან “ნავზე”, ახალაგაზრდული მუშაკი მათ შუაზე აყოფინებს გაზეთს/ფურცელს/ნაჭერს და ახალ მათი მიზანია დადგინონ დაპატარავებულ ნაწილზე, ასევე მას შეუძლია მონაწილეებს დაავალოს, რომ მხოლოდ ცალ ფეხზე დადგნენ ნავზე.

**7. სახელწოდება:** აპოკალიფსი

**მოხალისეთა რაოდენობა:** 12+

**ხანგრძლივობა :** 1-1.5 საათი

**საჭირო რესურსი:** წინასწარ შექმნილი სცენარი და პერსონაჟების ისტორია.

**აღწერა:** მონაწილეები იყოფიან 6 კაციან ჯგუფებად. ლიდერი აცნობს სცენარს. მაგალითად: ატომური ომის შედეგად დედამიწა ეკოლოგიური კატასტროფის წინაშეა. საცხოვრებლად უვარგისი გარემოს გამო ქადამიანთა ნაწილი შეიკრება ბუნკერში, მაგრამ ბუნკერში მხოლოდ 6 ადამიანისთვისაა ადგილი. ქემდეგ თითოეულ ჯგუფს ურიგდება 18 სხვადასხვა ადამიანის პროფილი. არჩევნების გზით მათ უნდა არჩიონ მხოლოდ ექვსი ადამიანი და ინდივიდუალურად გაინაწილონ თითოეული მათგანის როლი. როდესაც ეს მოხდება, ლიდერი თითოეულ ჯგუფს აწვდის სპეციალურად გამზადებულ კონვერტს, რომელშიც დამატებითი ინფორმაციაა, ეგრედ წოდებული საიდუმლოები როლების შესახებ. ამის შემდეგ ჯგუფს ევალება ყოველდღიური როლებისა და საქმიანობების გადანაწილება. ქემდეგ ყველა ჯგუფი ბრუნდება ერთ სივრცეში და იწყებენ საკუთარი ისტორიისა და გადაწყვეტილების მოყოლას. საბოლოოდ, ლიდერი დებრიფინგს აწყობს.

**8. სახელწოდება:** გამძლე სკამები

**აქტივობის ხანგრძლივობა :** 20-25 წუთი

**მონაწილეთა რაოდენობა :** 5+

**საჭირო რესურსები:** მონაწილეთა რაოდენობაზე ერთით ნაკლები სკამები

**აღწერა:** ფასილიტატორი წრეზე ალაგებს მონაწილეთა რაოდენობაზე ერთით ნაკლებ სკამებს, ძალიან მჭიდროდ მიახლოვებულს ერთმანეთთან, უსაფრთხოებისთვის. თამაში ითამაშება ჩვეულებრივი სკამობანას პრინციპით - ფასილიტატორი რთავს მუსიკებს და როცა დააპაუზებს მონაწილეთა მიზანი არის სკამზე დაჯდომა, მაგრამ შემდეგ იცვლება თამაშის პრინციპი - პირიქით და თამაშის მიზანია, რომ მუსიკის დაპაუზებისას, ყველა დაჯდეს ამ სკამზე. თითო რაუნდზე ლიდერი აცლის ერთ სკამს. მონაწილეები არ ცოტავდება. თამაში გრძელდება იქამდე, სადამდეც შეძლებენ. ქიზანია თავიდან კონკურენციის გაღვივება და შემდეგ თანამშრომლობაზე და მის მნიშვნელობაზე უფრო უკეთ დაფიქრება.

## ჯგუფებში დაყოფა

**1. სახელწოდება:** ატომი და მოლეკულა

**ხანგრძლივობა:** 5 წთ

**აღწერა:** ამ აქტივობაში მონაწილეები წარმოადგენენ ატომებს. ახალგაზრდული მუშაკი აძლევს მათ მითითებას, რომ დაიწყონ ოთახში ქაოსურად მოძრაობა, მოძრაობის სისწრაფე დამოკიდებულია იმაზე, თუ რას წარმოთქვამს ახალგაზრდული მუშაკი. თუ ის იტყვის, რომ ოთახში ცხელა, ატომებმა უფრო სწრაფად და ქაოსურად უნდა იმოძრაონ, თუ ოთახში ცივა, შედარებით ნელა. ატომების მიზანია, სხვა ატომებთან ერთად შეკრან მოლეკულა. მას შემდეგ, რას ტრენერი დაასახელებს რამდენი ატომისგან უნდა შედგებოდეს მოლეკულა, ზუსტად იმ რაოდენობით უნდა შეიკრან ერთად მოხვედრილი ატომები. მაგ. თუ



გვინდა დავაკომპლექტოთ 4 კაციანი ჯგუფები, ვიტყვი, რომ მოლეკულა შედგება 4 ატომისგან და მონაწილეები შემთხვევითობის პრინციპით განაწილდებიან ჯგუფებში.

**2. სახელწოდება:** გათვლა - ციფრი/ხილი/ცხოველი

**აღწერა:** მონაწილეები მიყოლებით ითვლიან პირველ-მეორეს ან გუნდის შესაბამის სასურველ ციფრს. გათვლა ხდება პირველი-მეორეს პრინციპით, მაგრამ ამ შემთხვევაში გასათვლელ პირველ ორ ან სასურველი გუნდების შესაბამის მონაწილეებს ვეკითხებით საყვარელ ცხოველს/ხილს. ასე მაგალითად, თუ გინდა შევექმნათ სამკაციანი ჯგუფები, პირველ სამ ადამიანს ვეკითხებით მათ საყვარელ ხილს, ეს შეიძლება იყოს ვაშლი, მსხალი, ატამი. სხვა მონაწილეები ციფრების ნაცვლად ამბობენ ხსენებული ხილის სახელებს. ამგვარად, ვაშლების ჯგუფი იქნება პირველი, მსხალის - მეორე და ა.შ.

**3. სახელწოდება:** აანყვე ოჯახი

**აღწერა:** მარტივი ჯგუფებად დაშლის მეთოდი სხვადასხვა ოჯახის წევრების მიხედვით.

მაგალითი: თუ შენ გჭირდება 5-5-კაციანი ჯგუფები შექმნი მაგ. ხუთ კაციან სხვადასხვა გვარების ოჯახს. მაგ. ვადაჩკორიების ოჯახის და, ძმა, ბებია, ბაბუა, მამა, სხვა გვარის ოჯახის, და, ძმა, დედა, მამა, ბაბუა და ა.შ.. რის შემდეგაც ამ ჩვენს წინასწარ დაწერილ ფურცლებს ვუყრით შემთხვევითად და თვითონ ირჩევენ, რის შემდეგაც ევალებათ, რომ იპოვონ თავისი ოჯახის წევრები.

**4. სახელწოდება:** გუნდის დაჯგუფება ლიდერის მიერ

**აღწერა:** გუნდის ლიდერი თავისით ანაწილებს გუნდებს, საჭიროებისამებრ.

**5. სახელწოდება:** დაყოფა ფერადი თავსახურებით/ჯანსაღი ტკბილეულით/ მარკერით

**აღწერა:** ტრენერი აგროვებს პლასტმასის სხვადასხვა ფერის თავსახურებს. პატარა ყუთში ათავსებს მონაწილეობის რაოდენობის თავსახურს, იმდენი ფერისას, რამდენი ჯგუფიცაა საჭიროა და ჩამოარიგებს მათ. წითელი თავსახურის მქონენი იქნებიან ერთ ჯგუფში, ყვითელი - მეორეში და ა.შ. გახსოვდეს, რომ თავსახურები ისევ შეაგროვო, შეინახო და გამოიყენო სხვა აქტივობისას. თავსახურის ნაცვლად შეიძლება გამოიყენო სხვა რამდენიმე ფერის ნივთი. მაგ. მარკერი, ტკბილეული და სხვა.

**6. სახელწოდება:** თვითდაჯგუფება

**აღწერა:** მონაწილეებს ვაძლევთ ინსტრუქციას ჯგუფში მყოფი ადამიანების რაოდენობის შესახებ. შემდგომ ისინი თავისით ირჩევენ ადამიანებს, რომელთან ერთადაც სურთ ჯგუფში ყოფნა და მუშაობა.

# რეფლექსია



## 1. სახელწოდება: 5 თითი

**აღწერა:** 5 თითის მიხედვით აწერ სხვადასხვა კითხვებს ამ თითებზე

1. რა მოგეწონა
2. რა არ მოგეწონა
3. რას შეცვლიდი
4. რაზე იქორწინებდი
5. რა აღმოაჩინე

და იყენებ ფლიპჩარს

## 2. სახელწოდება: Blob Tree

**ხანგრძლივობა:** დამოკიდებულია მონაწილეთა რაოდენობაზე

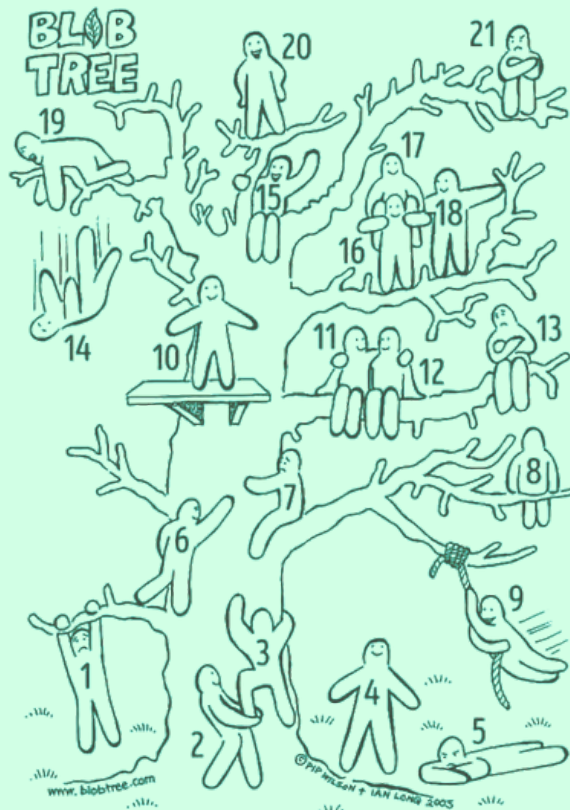
**საჭირო მასალა:** დაბეჭდილი მასალა თითოეული მოსწავლისთვის

**მოსამზადებელი სამუშაო:** დაბეჭდეთ დანართად მოცემული ფოტო, რომელსაც დაურიგებთ თითოეულ მონაწილეს.

**აღწერა:** მონაწილეებს დავურიგოთ დაბეჭდილი ფურცლები და ვთხოვოთ, დაფიქრდნენ, რომელი კაცუნა არიან თვითონ. ასევე, საუბრობს თავისი კაცუნის შესახებ, თუ რატომ აირჩია ეს კაცუნა, რატომ დგას კონკრეტულ ადგილზე.

**შენიშვნა:** ამ სავარჯიშოს საფუძველზე შესაძლებელია აუდიტორიაში არსებული გარემო და ურთიერთობები დავინახოთ. დააკვირდით რომელი კაცუნები აირჩიეს მონაწილეებმა, ხის რა ადგილი აირჩიეს. მაგალითად, თუ რომელიმე მონაწილე აირჩევს კაცუნას ხის კიდებზე, ეს შეიძლება მიუთითებდეს, რომ იგი თავს ჯგუფის წევრად არ თვლის. შეეცადეთ გაარკვიოთ ამის მიზეზები, გააუმჯობესოთ გარემო.

დანართი:



**1. სახელწოდება:** მიმი

**აღწერა:** მონაწილეებს ეძლევათ დავალობა მოიძიონ მიმი, რომელიც გამოხატავს მათ დამოკიდებულებას ჩატარებული შეხვედრის მიმართ.

**2. სახელწოდება:** დიქსითი

**რესურსი:** სამაგიდო თამაში დიქსითი და მისი ბარათები

**ხანგრძლივობა:** 10 წუთი

**აღწერა:** ფასილიტატორი ამზადებს და არიგებს/შლის დიქსითის ბარათებს დაბლა და მონაწილეებს ეუბნება, დღე შეაფასონ დიქსითის ბარათების ასოციაციების მიხედვით. (როგორ გრძნობენ თავს და რა პოზიციაში არიან. ის დაუკავშირონ დიქსითის ქარდებს და შემდგომ ახსნან, რატომ აირჩიეს ესა თუ ის ბარათი)

**3. სახელწოდება:** გორგალი/ბურთი

**ხანგრძლივობა:** 10 წთ

**საჭირო მასალა:** საქსოვი ძაფის გორგალი/ბურთი

მოსამზადებელი სამუშაო: —

**აღწერა:** მონაწილეებს ვთხოვთ დღის შეჯამება. ამისთვის, მას გადავუგდოთ ძაფის გორგალი ან ბურთი, რაც დაგვეხმარება რიგითობის განსაზღვრაში.

**4. სახელწოდება:** უნო

**ხანგრძლივობა:** 10 წუთი

**საჭირო მასალა:** უნოს ბარათი

**აღწერა:** მონაწილეები იღებენ ოთხი ფერის ბარათს. თითოეულ ბარათს თავისი დანიშნულება აქვს. კერძოდ, მწვანე ნიშნავს მოწონებას, წითელი არმოწონება, ყვითელი არც ისე მოწონებას და ლურჯი თავის შეკავებას პასუხისგან. ქემდეგ ლიდერი სვამს სხვადასხვა მოცემულობებს და მონაწილეები ჰაერში აღმართავენ იმ ბარათს, თუ რომელიც შეესაბამება მათ დამოკიდებულებას.

## შეფასება

სესიის ან ტრენინგის ბოლოს აუცილებელია მონაწილეებს შევაფასებინოთ იგი. შეფასება დაგვეხმარება, გავანალიზოთ ჩვენ მიერ შესრულებული სამუშაო, განვსაზღვროთ მოსალოდნელი შედეგები, ჯგუფის განწყობა და მივიღოთ სამომავლოდ გასათვალისწინებელი უკუკავშირი მონაწილეებისგან. შეფასებისთვის არსებობს სხვადასხვა გზა:

**1. ხანგრძლივობა:** დამოკიდებულია მონაწილეთა რაოდენობაზე

**მოსამზადებელი სამუშაო:** სურვილის შემთხვევაში შესაძლებელია წინასწარ მოამზადოთ - გამოჭრათ ან ფლიპჩარტზე დახატოთ ნაგვის ურნა, მესიჯი და მაცივარი.

**აღწერა:** მონაწილეებს ვთხოვთ, შეაფასონ ტრენინგი/სესია. ნაგვის ურნა - რა არ მოეწონათ; ნერილი/ფოსტა - რეკომენდაცია, რა გამოვასწოროთ; მაცივარი - რას წაიღებდი ტრენინგიდან.



ვარიაცია 1: ამ აქტივობის ვარიაცია შეიძლება იყოს ფერად ნებოვან ფურცლებზე დაწერონ მონაწილეებმა რა არ მოეწონათ, რეკომენდაცია, რა გამოვასწოროთ და რას წაიღებდნენ. ნებოვან ფურცლებს კი მიაკრავენ ფლიპჩარტზე შესაბამის ადგილას - ნაგვის ურნა - რა არ მოეწონათ; წერილი/ფოსტა - რეკომენდაცია, რა გამოვასწოროთ; მაცივარი - რას წაიღებდი.

**2. სახელწოდება:** პიცა/ ქოლგა/ ხე

**ხანგრძლივობა:** 10 წთ

**საჭირო მასალა:** დაფა, მარკერი, ფლიპჩარტი.

**მოსამზადებელი სამუშაო:** ფლიპჩარტზე/დაფაზე წინასწარ დახატოთ პიცა/ ქოლგა/ ხე

**აღწერა:** დაფაზე ვხატავთ პიცას და ვყოფთ რამოდენიმე ნაჭრად. თითოეული ნაჭერი შეესაბამება სესიის განსხვავებულ ნაწილს (მაგ. ენერჯაიზერი, აქტივობა და ა.შ.) მონაწილეებმა მარკერის დახმარებით უნდა მონიშნონ წერტილი პიცის ნაჭრებზე, იმის მიხედვით თუ როგორ მოეწონათ შეხვედრა. რაც უფრო მოსწონს მონაწილეს შეხვედრის ესა თუ ის ნაწილი, წერტილს სვამს უფრო ახლოს ცენტრთან.

**3. სახელწოდება:** ლოტუსის ყვავილი

**ხანგრძლივობა:** 15 წთ

**საჭირო მასალა:** ფერადი ქაღალდები და სტიკერები, საწერი კალამი, ორი ლანგარი წყლით სავსე

**აღწერა:** თითოეულ მონაწილეს ურიგდება ორი ფურცელი. ერთ-ერთ მათგანზე უნდა დაწერონ ის, თუ რა მოეწონათ და მეორეზე რაც არ მოეწონათ. შემდეგ უნდა დაკეცონ ფურცლები ისე, რომ გამოვიდეს ლოტუსის ყვავილი (დასაწყისში ლიდერი აჩვენებს დაკეცვის ინსტრუქციას). შპემდგომ სპეციალურად განკუთვნილ ლანგარში უშვებენ ყვავილს, რომელიც წყალთან შეხების შემდეგ გაიხსნება და დაწერილი ფილები ყველასთვის თვალსაჩინო იქნება. ლიდერი 5 წუთს აძლევს ყველას, რომ გაეცნონ ერთმანეთის წერილებს..

## მეთოდები



არაფორმალური განათლების მნიშვნელოვანი ნაწილია არაფორმალური განათლების მეთოდები. იგი იფრო მარტივად, გასაგებად და შედეგიანად აძლიერებს და აღჭურავს ახალგაზრდებს ცხოვრებისთვის საჭირო კომპეტენციებით, რომელიც თანამედროვე სამყაროში მარტივად ნავიგაციის შესაძლებლობას აძლევს. გარდა ამისა, მეთოდები მორგებულია ყველაზე, ინკლუზიური და ყველა ახალგაზრდას განათლების თანაბარ შესაძლებლობას აძლევს. ქვემოთ ჩამოთვლილი მეთოდები შეიძლება მორგებულ იქნას ნებისმიერ აქტივობაზე ახალგაზრდების ინტერესისა და საჭიროებების მიხედვით. ფორმალური განათლებისგან განსხვავებით არაფორმალური განათლება ახალგაზრდების ჰოლისტიკურ განვითარებას უწყობს ხელს.

### 1. გონებრივი იერიში

ინდივიდებს და ჯგუფებს აქვს შესაძლებლობა თავი მოუყარონ იდეებს არსებული თემის ან პრობლემის შესახებ. უმეტესად გამოყენებული შემდეგი პრინციპები: “ არ განსჯის”, “ხარისხი აყალიბებს ხარისხის”, “უფრო ველური იდეა უმჯობესიას”, “შეგროვების და იდეის გაუმჯობესების”

### 2. ხმაურიანი ჯგუფები

პატარა (3-5 კაციანი) ჯგუფები აწყობენ დისკუსიას, იღებენ გადაწყვეტილებებს ან პასუხობენ შეკითხვებს, ძირითად თემებს ან პრობლემებს და წარმოადგენენ ამას ვერბალური ან წერილობითი სახით

### 3. საქმის შესწავლა

რეალური სიტუაციების არის წარმოდგენილი ჯგუფის მიერ, რომელიც აანალიზებს ამ საკითხს, იღებს გადაწყვეტილებებს, ჭრის პრობლემებს და იზიარებს სხვების გამოცდილებებს. ასევე ეს მეთოდი ცნობილია, როგორც საქმის შესწავლა, ასევე სიტუაციური შესწავლა

### 4. დებატები

ინდივიდები ან ჯგუფები ირჩევენ ან ემხრობიან გარკვეულ პოზიციებს, რომლებიც დაკავშირებულია განსახილველ საკითხთან. მოცემული დრო მოსამზადებლად, არგუმენტების წარმოსადგენად და პოზიციების საჩვენებლად.

**ვარიაცია:** დებატების გარკვეულ მომენტში მხარეებს სთხოვლვენ გაცვალონ პოზიციები და განაახლონ დებატები

### 5. ჩვენებები/დემონსტრაციები

მონაწილეებს აჩვენებენ და ეუბნებიან, რაღაც როგორ მუშაობს ან როგორ უნდა იყოს. დემონსტრაციებს ძირითადად მოყვება ხოლმე შანსი, რომ მონაწილეებმა გამოსცადონ და გაივარჯიშონ ქოუჩინგის და უკუკავშირის უნარ-ჩვევები.

### 6. გასვლითი ტური

მონაწილეები ტოვებენ სატრენინგო ოთახის სტრუქტურირებულ გარემოს და გადიან გარეთ იმისათვის, რომ დააკვირდნენ სამყაროს, გამოსცადონ ახალი გამოცდილება, მოიძიონ ინფორმაცია, ინტერვიუ ჩაატარონ ხალხთან და სხვა.

### 7. თამაშები

მონაწილეები თამაშობენ თამაშებს, რომელიც დაკავშირებულია სასწავლო ამოცანებთან. თამაშები შეიძლება იქნას გამოყენებული სხავდასხვა მიზნებიდან გამომდინარე: ყინულის დნობა, რესურსების ილუსტრირება, გასართობად, ინფორმაციის გადასახედად, სესიის გამოსაცოცხლებლად, მეგობრული შეჯიბრის მუხტის შემოსატანად

### **8. გუნდური სავარჯიშოები/განხილვები**

მონაწილეებით დაკომპლექტებული პატარა ჯგუფები ასრულებენ მოცემულ დავალებას ან განიხილავენ ძირითად თემას. პატარა ჯგუფები გადანაწილდებიან უფრო მოზრდილ ჯგუფებად, შეადარებენ შედეგებს და განიხილავენ, თუ რა ისწავლეს ამ სავარჯიშოს შემდეგ.

### **9. ინდივიდუალური სავარჯიშოები**

მონაწილეები ატარებენ დროს ინდივიდუალურად, ამ დროის განმავლობაში ასრულებენ დავალებას, ადგენენ გეგმებს, ამყარებენ პოზიციებს, ჩამოწერენ იდეებს, ითვისებენ ინფორმაციას და პასუხებს...

### **10. მოკლე ლექცია**

ფორმალური კურსი, სადაც ექსპერტი ატარებს პრეზენტაციას ძირითად თემატიკასთან დაკავშირებულ საკითხებზე. ლექციებში შესაძლებელია კომბინირებული იყოს სხვადასხვა მეთოდები, რომლებიც ეხმარება მონაწილეებს მუდმივ ჩართულობაში.

### **11. პანელური პრეზენტაცია**

ადამიანები, რომელთაც აქვთ ძირითად თემატიკასთან დაკავშირებული ცოდნა, მიწვეული არიან სესიებზე საკუთარი შეხედულებების გასაზიარებლად, კითხვა-პასუხისთვის და დისკუსიის მოსაწყობად.

### **12. პროცესის გეგმა/სქემა**

იმისათვის, რომ გავარკვიოთ, გავიგოთ და გავაუმჯობესოთ პროცედურები, აქტივობების და საკვარძო საკითხების თანმიმდევრობა წარმოდგენილია გეგმის სახით, ანალიზის საფუძველზე.

### **13. ქვიზები/ტესტები (კაჭუტი ან სხვა)**

ქვიზები ან ტესტები შესაძლოა გამოყენებული იყოს განსხვავებული მიმართულებებით: წინარე ან შემდგომ შეფასების კრიტერიუმებად, შეჯამების მეთოდებათ, კონკურენტობის გამოსამუშავებელ თამაშებად და სხვა.

### **14. როლური თამაში**

წარმოდგენილია სიტუაცია, რომელიც განასახიერებს რეალური სამყაროს მაგალითს. მონაწილეები ირგებენ როლებს, ითავისებენ რეალურ ქცევებს სიტუაციიდან გამომდინარე.

ვარიაციები: მოცემულია მრავალფეროვანი როლები, მონაწილეებს თხოვენ, რომ განასახიერონ საპირისპირო როლები, ნებადართულია, რომ ერთზე მეტმა მონაწილემ გაითავისოს ერთი და იგივე პერსონაჟი.

### **15. როლური თამაში სცენარით**

მონაწილეები ეცნობიან ისტორიას, რომელშიც დრამატიზირებულია სიტუაცია და პრიორიტეტულია აქტივობის თემატიკა. ისტორია წარმოდგენილია

მონაწილეების მიერ, რომლებსაც განაწილებული აქვთ როლები წინასწარ მომზადებული სცენარის მიხედვით. მთელი ჯგუფი განიხილავს, აანალიზებს და პრობლემის გადაჭრის გზებს იმუშავებენ სიტუაციის გარშემო. პატარა ჯგუფები შეიმუშავებენ და წარადგენენ სცენარის მიხედვით არსებულ როლურ თამაშს. სცენარი მოიცავს გმირთა აზრებსა და დიალოგებს.

### **16. დაწერე, რომ ისწავლო**

მონაწილეებს აძლევენ პროვოკაციულ კითხვას, პრობლემას, დავალებას და მას ავალებენ ჩამოწერონ თავიანთი აზრები მანამ, სანამ ჯგუფი ცდილობს თემატიკასთან გამკლავებას. ეს ტექნიკა იძლევა საშუალებას, რომ მათ ქონდეთ უფრო აქტიური წვდომა ფიქრის პროცესთან და ღიად და მარტივად გადავიდნენ სწავლების შემდეგ ეტაპზე. ასევე, ეს ხელს უწყობს ვიზუალური სწავლების მეთოდს მოცემულ პროცესში.

### **17. მსოფლიო კაფე**

მსოფლიო კაფე ფოკუსირებულია მთლიანი ჯგუფის ინტერაქციაზე დიალოგების სახით, სადაც სხვადასხვა გაჩერებაზე განხილულია სუბ-თემატიკები, მთავარი თემატიკის ფარგლებქვეშ. მონაწილეები დაყოფილები არიან ჯგუფებად და თითოეულ გაჩერებაზე განიხილავენ სუბ-თემატიკას. დიალოგები არის კრეატიული პროცესი, რომლებიც იწვევს კოლაბორაციასა და ინფორმაციის გაზიარებას.

### **18. ღია სივრცე**

მონაწილეებს ეძლევათ შესაძლებლობა განიხილონ მოცემული საკითხები დიდ სივრცეში თემატურ მატერიალებით, იმსჯელონ საკითხებზე, რომელიც დაკავშირებულია მათ ინტერესებთან. თემები შესაძლოა იდენტიფიცირებული იყოს ჯგუფის ან მენტორების მიერ.

დისკუსიის დაწყებამდე აუცილებელია მონაწილეებს გავაცნოთ 4 წესია ღია სივრცის მეთოდის შესახებ:

1. რომელი პიროვნებაც არ უნდა აირჩეს, ის ყოველთვის სწორი პიროვნებაა
2. რაც მოხდა, იმიტომ რომ ასე უნდა მომხდარიყო
3. როდესაც იწყება, ეს სწორი დროა
4. როდესაც მთავრდება, დასრულების მომენტი

ამის შემდგომ არის კიდევ 1 წესი, სახელწოდებით: “2 ფეხის კანონი”\_ თუ შეკრების მსვლელობისას რომელიმე ადამიანი აღმოჩნდება ისეთ სიტუაციაში, როცა არც სწავლობს და არც წვლილი შეაქვს, უნდა გამოიყენოს “2 ფეხის კანონი” და წავიდეს უფრო პროდუქტიულ ადგილას.

### **19. გაყინული ჩარჩო**

მონაწილეები ქმნიან სცენას თავიანთი სხეულის გამოყენებით - მოძრაობის გარეშე. მოცემული აქტივობა შესაძლებელია ჩატარდეს ინდივიდუალების, პატარა ჯგუფის ან მთელი/დიდი ჯგუფის მიერ.

### **20. ჩუმი დისკუსია**

ეს დისკუსიის სტრატეგია იყენებს წერასა და სიჩუმეს, როგორც ხელსაწყოს,

რომელიც დაეხმარება მონაწილეებს გამოიკვლიონ თემატიკის სიღრმეები. სიჩუმის დისკუსიის დროს მონაწილეები იწერენ პასუხებს გამონათქვამებსა და კითხვებზე. ეს მეთოდი ანელებს პირად აზრების გენერაციას და აძლევს შესაძლებლობას სხვებზე ქონდეთ აქცენტი.

### **21. სად ვდგავარ მე? ვეთანხმები არ ვეთანხმები**

მონაწილეებს აქვს შესაძლებლობა რომ გააზიარონ საკუთარი შეხედულებები უხილავ სახეებზე გადაადგილებისას ეთანხმებიან თუ არა გაულერებულ მოსაზრებას. მას შემდეგ, რაც ისინი დაიკავებენ ადგილს აულერებენ საკუთარ მოსაზრებას და ხსნიან პოზიციას, თუ რატომ დადგნენ იქ.

### **22. თეატრის მეთოდის**

იმპროვიზაციის გამოყენებით, თეატრის დადმა სთორითელინგის ერთ ერთი მეთოდია. სხვადასხვა სიტუაციის დადგმით.

### **23. პაზლი**

აღნიშნული მეთოდის გამოყენება შესაძლებელია მონაწილეებთან ახალი/უცხო საკითხების განხილვის დასაწყებად. განსაკუთრებით სასარგებლო შეიძლება იყოს ახალი დეფინიციის შემოსატანად. ამისთვის, მონაწილეებს აძლევთ რამდენიმე ნაწილად დაჭრილ დეფინიციას და მათი მიზანია სწორად ააწყონ იგი.

### **24. ფოტო შეჯიბრი**

ფოტოების გადაღება გარკვეული ინფორმაციის შეგროვების მიზნით, მაგალითად, სხვადასხვა სახის ნარჩნების ან ადამიანის ქცევის ქუჩაში, შემდგომ ამის განხილვა. ამ მეთოდს უხდება ასევე შეჯიბრი, მონაწილეები იყოფიან გუნდებად და ვინც მეტ ფოტოს გადაიღებს, ის იქნება გამარჯვებული.

### **25. ფილმის ყურება და განხილვა**

ფილმის ყურება-განხილვა - შესაძლებელია ფილმების გამოყენებით სხვადასხვა საკითხის/პრობლემის განხილვა. განხილვის სხვადასხვა მეთოდის გამოყენება შესაძლებელი. ლინკის სახით გაგიზიარებთ ევროპის საბჭოს მიერ შექმნილ წიგნს, სადაც მოცემულია ფილმების განხილვის სხვადასხვა მეთოდი - [ფილმებით სწავლა.pdf](#)

### **26. ლეგო**

ლეგოს სათამაშოების მეშვეობით სხვადასხვა და კონსტრუქციების აწყობა. როგორც ინდივიდუალური ასევე ჯგუფური მეთოდით.

### **27. თოვლის გუნდის მეთოდი**

თოვლის გუნდის მეთოდის გამოყენება ხდება შემდეგნაირად - ერთ მონაწილეს აძლევთ დავალებას შესასრულებლად და განუსაზღვრავთ დროს. შემდეგ იგივე დავალებას აძლევთ წყვილს და სთხოვთ, პასუხი შეაჯერონ. შემდეგ გუნდს - გარკვეულ დროში საკუთარი პასუხებიდან ამოირჩიონ ან მოიფიქრონ ახალი საერთო პასუხი. ამ დავალების გაგრძელება შეიძლება იყოს მთლიანი ჯგუფის შეჯერება საერთო

პასუხზე [თუმცა ეს სავალდებულო არაა]. აღნიშნული მეთოდის მიზანია დიკუსიის კულტურის გაძლიერება, მონაწილეებში გუნდური მუშაობის უნარის ჩამოყალიბება და საერთო პოზიციამდე მისვლის გზების გამონახვა.

## 28. თევზის თასის მეთოდის დებატი

ორი გუნდი უნდა იჯდეს პირისპირ, ოღონდ ორი სკამი წინ უნდა იყოს გადმონეული. გარკვეული თემატიკის გარშემო უნდა მოხდეს დებატი, ოღონდ მედებატე შეიძლება იყოს მხოლოდ ის ვინც ზის სკამზე. დებატში მონაწილეობა შეუძლია გუნდის ყველა წევრს ოღონდ ჩუმად უნდა ადგეს და ხელი დაადოს მხარზე მის თანადგუნდელს ვინც ზის წინ სკამზე. შესაბამისად ყველას ვისაც აქვს სურვილი რამის თქვმის ან დამატების შეუძლია შეუცვალოს ადგილი და ჩაერთოს დებატში.



## რესურსები

### 1. რესურსის დასახელება - “Compass”, “Compassito”

ტიპი (ონლაინ, ოფლაინ) – ოფლაინი

რესურსის მიზანი -

- კომპასიტოს მიზანია, ბავშვებში ცოდნის, უნარის, დამოკიდებულები განვითარება, რომელიც მათ ესაჭიროებათ იმისათვის, რომ დაიცვან საკუთარი და სხვისი უფლებები და შეიტანონ საკუთარი წვრილი, ადამიანის უფლებათა კულტურის ჩამოყალიბებაში.
- კომპასის მიზანია ადამიანის უფლებები აქციოს ახალგაზრდების მუშაობის ცენტრალურ ნაწილად. განავითაროს ახალგაზრდებისთვის არაფორმალური განათლება ადამიანის უფლებათა თემატიკაზე.

**თემატიკა** - Compassito - ადამიანის უფლებები, კომპასი - ადამიანის უფლებები და სხვა დამატებითი ინფორმაცია

**როგორ შეიძლება რესურსის გამოყენება ახალგაზრდულ საქმიანობაში? –**

- კომპასიტო - აღნიშნული რესურსის გამოყენება შესაძლებელია ადამიანის უფლებების თემატიკაზე ინფორმაციის მოსაძიებლად, ასევე თემატიკის შესაბამისი აქტივობების გასაცნობად.
- კომპასი - აღნიშნული რესურსი კომპასიტოს მსგავსად ძირითადად მოიცავს ინფორმაციას ადამიანის უფლებების შესახებ და ასევე შესაბამის აქტივობებს. კომპასიტოსგან განსხვავებით კომპასი გამოიყენება შედარებით ასაკით დიდ სამიზნე ჯგუფთან.

**რა ასაკის ახალგაზრდებთან შეიძლება რესურსის გამოყენება? – 7-13 წელი**  
კომპასი - 14+

### 2. რესურსის დასახელება - All Different –All Equal

ტიპი (ონლაინ, ოფლაინ) – ოფლაინი

რესურსის მიზანი - საგანმანათლებლო რესურსი (All Different- All Equal) შეიქმნა

ევროპის ახალგაზრდული კამპანიისთვის რასიზმის, ანტისემიტიზმის, ქსენოფობიისა და შეუწყნარებლობის წინააღმდეგ. ეს არის საცნობარო ნაშრომი მათვის ვინც ჩართულია ინტერკულტურულ განათლებაში და ტრენინგში ახალგაზრდებთან ევროპისა და მის ფარგლებს გარეთ.

**თემატიკა** - იდეები, რესურსები, მეთოდები და აქტივობები ინტერკულტურულ არაფორმალურ განათლებაში.

**როგორ შეიძლება რესურსის გამოყენება ახალგაზრდულ საქმიანობაში?** – რესურსი ახალგაზრდული მუშაკს სთავაზობს კრეატიულ და მრავალფეროვან მეთოდოლოგიებს მასში შეტანილია როლური თამაშები, სიმულაციური სავარჯიშოები, შემთხვევის შესწავლა და თანამშრომლობითი ჯგუფური მუშაობა.

**რა ასაკის ახალგაზრდებთან შეიძლება რესურსის გამოყენება?** - ახალგაზრდები (14-30)

### 3. რესურსის დასახელება - Bookmark

**ტიპი** (ონლაინ, ოფლაინ) – ოფლაინ

**რესურსის მიზანი** - ადამიანის უფლებების სწავლების გზით ონლაინ სიძულვილის ენასთან ბრძოლა

**თემატიკა** - ადამიანის უფლებები და სიძულვილის ენა

**როგორ შეიძლება რესურსის გამოყენება ახალგაზრდულ საქმიანობაში?** –

წიგნი გვაძლევს საშუალებას, რომ ახალგაზრდებს შევასწავლოთ ადამიანის უფლებები და გზები თუ როგორ ებრძოლონ სიძულვილის ენას ინტერნეტსა და ონლაინ სივრცეში, როგორც საკუთარი თავის დასაცავად, ამავე დროს სხვათა მხარდაჭერისა და დეზინფორმაციის წინააღმდეგ. მოცემული აქტივობებისა და ინფორმაციის გამოყენება შესაძლებელია ტრენინგებსა და ვორქშოპებში.

**რა ასაკის ახალგაზრდებთან შეიძლება რესურსის გამოყენება?** –

ძირითადი ასაკობრივი კატეგორიაა 13-18, მაგრამ ასევე შესაძლებელია სხვა ასაკობრივ ჯგუფებთან მათი გამოყენება.

### 4. რესურსის დასახელება - Have Your say

**ტიპი** (ონლაინ, ოფლაინ) – ოფლაინ

**რესურსის მიზანი** - წიგნი შექმნილია ახალგაზრდული მუშაკებისა და მუშაობისთვის როგორც ადგილობრივ, ასევე საერთაშორისო დონეზე გამოსაყენებლად. წიგნი გვასწავლის, როგორ გამოვიყენოთ ის ახალგაზრდულ თემატიკაში და მუშაობაში, რომ ახალგაზრდებს დავანახოთ ახალგაზრდული მონაწილეობის მნიშვნელობა და განვუვითაროთ მათ თანამშრომლობითი, კომუნიკაციისა და ლიდერული უნარები იმისათვის, რომ ჩამოყალიბდნენ აქტიურ მოქალაქეებად.

**თემატიკა** ახალგაზრდული მონაწილეობა. მასში განხილულია ახალგაზრდული მონაწილეობის სხვადასხვა გზები და ფორმები, ადვოკატირება და მისი მნიშვნელობა ახალგაზრდული მონაწილეობის პროცესში, თანამშრომლობის მნიშვნელობა სხვადასხვა ინსტიტუციებსა და სექტორებსა და ცვლილების მომხდენ /პროექტის განმხორციელებელ პირებს შორის.

**როგორ შეიძლება რესურსის გამოყენება ახალგაზრდულ საქმიანობაში?** –

- მასში ჩაშლილი თეორიული ინფორმაციის გამოყენება და გაზიარება )

ახალგაზრდებისთვის

- წიგნში ნაჩვენები მიდგომების გამოყენება ადგილობრივ თვითმართველობასთან საკომუნიკაციოდ
- გავაცნოთ ახალგაზრდებს მონაწილეობის სხვადასხვა ფორმა რესურსში მოყვანილი საგანმანათლებლო აქტივობების გამოყენებით ვორქშოპებსა და ტრენინგებზე

**რა ასაკის ახალგაზრდებთან შეიძლება რესურსის გამოყენება? – 15+**

## 5. რესურსის დასახელება - “სწავლა დოკუმენტური ფილმების მეშვეობით”

**ტიპი** (ონლაინ, ოფლაინ) – ოფლაინ

**რესურსის მიზანი** - წიგნის მიზანია დამატებითი, ახალი მასალა მიაწოდოს საზოგადოებრივი მეცნიერებების მასწავლებლებს, დახმარება გაუწიოს მათ სასწავლო პროცესის ეფექტურად დაგეგმვასა და წარმართვაში. ასევე, მიზანია, თანამედროვე მსოფლიოსთვის აქტუალური სოციალური საკითხების შესახებ ახალგაზრდების ინფორმირება, მოსწავლეების კრიტიკული აზროვნებისა და მსჯელობის უნარის განვითარება

**თემატიკა** - ადამიანის (ბავშვთა) უფლებები, კონფლიქტი, კონფლიქტის არაძალადობრივი მეთოდებით მართვა, სამოქალაქო ჩართულობა, ტოლერანტობა, გარემოს დაცვა, ოჯახური ძალადობა, ცხოვრების ჯანსაღი წესი

**როგორ შეიძლება რესურსის გამოყენება ახალგაზრდულ საქმიანობაში? –** გამომდინარე იქიდან, რომ წიგნი ეხება სხვადასხვა გლობალურ, სოციალურ პრობლემებს, ახალგაზრდულ მუშაკს შეუძლია მთლიანად აითვისოს რესურსი და მოახდინოს მისი ინტეგრირება თავის აქტივობებში. რესურსი შეიძლება გამოვიყენოთ დავალების ნაწილში, რადგან ახალი ცოდნის მიღებასთან ერთად სხვადასხვა აქტივობებითა და დისკუსიებით ხდება პრობლემის დანახვის და მისი გადაჭრის გზის ძიების უნარის განვითარება. ასევე, ეს მნიშვნელოვანია მონაწილეებს შორის საკითხის გლობალური გააზრებისა და მის მიმართ დამოკიდებულებების ცვლილებისათვის.

**რა ასაკის ახალგაზრდებთან შეიძლება რესურსის გამოყენება? – 11+ (თუმცა კონკრეტული ფილმებისა და აქტივობების სამიზნე ჯგუფი არის 13+ ან 15+**

## ონლაინ რესურსები



### 1. რესურსის დასახელება - [Mentimeter](#), [kahoot](#)

**ტიპი** (ონლაინ, ოფლაინ) – ონლაინი

**რესურსის მიზანი** - ცნობიერების ამაღლება და ცოდნის შეფასება სხვადასხვა სახის ქვიზების მეშვეობით.

**თემატიკა** - აღნიშნული რესურსების თემატიკა შეზღუდული არ არის

**როგორ შეიძლება რესურსის გამოყენება ახალგაზრდულ საქმიანობაში? –** რესურსები კარგი საშუალებაა შეამოწმო ახალგაზრდების მიღებული ცოდნა ან გაუღრმავო ის კონკრეტულ საკითხზე. ასევე, წაახალისო აუდიტორია ქვიზებით, რათა მიეცეთ მოტივაცია გამარჯვებისთვის და უკეთ ჩაერთონ საკითხის შესწავლასა და განხილვაში.



## რა ასაკის ახალგაზრდებთან შეიძლება რესურსის გამოყენება? – 9+

### 2. რესურსის დასახელება: Aworld

**ტიპი** - ონლაინი

**რესურსი მიზანი** - Aworld-ის მიზანია ადამიანებს ხელი შეუწყოს, რომ იყვნენ მეტად ეკომეგობრულები და ასახოს მათი ყოველდღიური ქმედებების კვალი პლანეტაზე.

**თემატიკა** - გარემოს დაცვა და ეკოლოგია.

**როგორ შეიძლება რესურსის გამოყენება ახალგაზრდულ საქმიანობაში?** - იგი შეგვიძლია გავაცნოთ ახალგაზრდებს, როგორც გარემოსდაცვითი, ისე ნებისმიერი თემატიკის ტრენინგისას, ავუხსნათ, თუ რატომაა მისი გავლენა დედამიწაზე მნიშვნელოვანი და მივცეთ მოტივაცია, რომ ხელი შევუწყოთ ეკომეგობრულ ქცევებს.

## რა ასაკის ახალგაზრდებთან შეიძლება რესურსის გამოყენება? – 9+

### 3. რესურსის დასახელება -Goosechase

**ტიპი** (ონლაინ, ოფლაინ) – ონლაინ

**რესურსის მიზანი** - გახადოს მუშაობის და აქტივობის პროცესი მხიარული და დასამახსოვრებელი.

**თემატიკა** - ზოგადი

**როგორ შეიძლება რესურსის გამოყენება ახალგაზრდულ საქმიანობაში? – გამოიყენება:**

- გუნდური ან ინდივიდუალური მუშაობის გამარტივებისთვის
- აქტივობის მიმდინარეობის კონტროლისთვის
- დროის რესურსის მართვისთვის
- მისიების შესრულების ნახალისებისთვის

## რა ასაკის ახალგაზრდებთან შეიძლება რესურსის გამოყენება? – 13+

### 4. რესურსის დასახელება -Quizizz

**ტიპი** (ონლაინ, ოფლაინ) – ონლაინ

**რესურსის მიზანი** - გაზარდოს ინტერაქციული ჩართულობა და გაამარტივოს სწავლის პროცესი.

**თემატიკა** - ზოგადი

**როგორ შეიძლება რესურსის გამოყენება ახალგაზრდულ საქმიანობაში? –** მუშაკს შესაძლოა დაეხმაროს მონაწილეების ინტერესების შეცნობაში, პრე და პოსტ ტესტისთვის.

**რა ასაკის ახალგაზრდებთან შეიძლება რესურსის გამოყენება? –** შეუზღუდავი

### 5. რესურსის დასახელება - Padlet

**ტიპი** (ონლაინ, ოფლაინ) – ონლაინ

**რესურსის მიზანი** - გარკვეული ინფორმაციის სხვებისთვის გაზიარება, ქალაქის გამოყენების შემცირება.

**თემატიკა** - ზოგადი

**როგორ შეიძლება რესურსის გამოყენება ახალგაზრდულ საქმიანობაში? –**

- მონაწილეებისგან გარკვეული ინფორმაციის მიღებისთვის, რომელსაც ყველა გაეცნობა.
- გამოიყენება შემოქმედებითი უნარების განვითარებისთვის და კრეატიული აზროვნებისთვის.
- სპეციალური საჭიროების მქონე მოზარდებისთვის.

**რა ასაკის ახალგაზრდებთან შეიძლება რესურსის გამოყენება? – 13+ – 9+**



## დასკვნა

პროექტის შედეგად სამ ახალგაზრდულ ცენტრში დამწყებმა ახალგაზრდულმა მუშაკებმა განახორციელეს ზემოთ აღნიშნული აქტივობები შესაბამისი რეკომენდაციებისა და მეთოდების გამოყენებით. რის შემდეგაც ბუკლეტმა მიიღო საბოლოო სახე და გათვალისწინებული იქნა არსებული რეალობა და საჭიროებები.

პროექტის შედეგად გადამზადდა 25 ახალგაზრდული მუშაკი, რომელთაც ჩაატარეს 12 შეხვედრა 200-მდე ახალგაზრდასთან (9-18 წელი).

