



2.4.1 MĀCĪBU MODUĻI

ieslodzītājiem

Moduļa nosaukums: **Uzminiet, kas es esmu**



Kopsavilkuma

1- PRIEKŠMETS UN DARBĪBAS JOMA	3
1.1 Vecāku tēma	3
1.2 Mērķa	4
2- PRAKSES APRAKSTS	5
2.1. Prakses apraksts	5
2.2. Mērķis/uzdevums	5
2.3. Mācīšanās rezultāti	6
2.4 Apmācības pieeja	6
3- INSTRUMENTI	10
4- PIEZĪMES	12
5. ATRUNA	13

1- PRIEKŠMETS UN DARBĪBAS JOMA

1.1 Vecāku tēma

Apmācības modulis ir operatīvs ceļvedis tikai trenera lietošanai (termins treneris attiecas uz treneriem, kuri ir veikuši vai plāno veikt savas darbības cietumos), kuri atbalstīs šaha skolotāju sesiju laikā cietumos.

Tiem, kas strādā apmācības jomā un nonāk cietumā, ir jāzina konteksts, noteikumi, loģika un lomas, kas tajā ir pārstāvētas, jo cietuma pieredze ietekmē gan cilvēku (ieslodzīto un pasniedzēju) subjektīvo dimensiju, gan mācību pieredzes vispārējo nozīmju veidošanu. Šo iemeslu dēļ modulis ir izstrādāts tā, lai to pielāgotu citai un daudzējādā ziņā sarežģītākai videi no tās, kuru parasti apmeklē apmācībā iesaistītie.

Izstrādājot turpmāk minēto aktivitāti, ir ņemti vērā daži būtiski faktori, piemēram, kultūras, valodas vai vecuma atšķirības, kas atrodamas izglītojamo grupā. Tādēļ šī veidlapa ir:

- transkulturāls
- viegli saprotams
- Aprīkots ar vienkāršiem noteikumiem
- analoģiski
- tikai ar dažām fiziskām ierīcēm

Apmācības aktivitāte tieši neattiecas uz šaha spēli, bet tiek iepotēta sesijās, kas veltītas spēles apguvei, un tās mērķis ir stimulēt pārdomas, veicināt jaunus viedokļus, jaunus redzējumus par iekšpusi (ko saprot gan kā cietumu, gan kā personas interjeru) un piedāvāt iespēju no jauna atklāt sevis pozitīvos aspektus, lai pārdomātu un no jauna definētu savu sociālo dzīvi, radniecīgs un arī profesionāls ārpus cietuma sienām.

Modulis "Uzminiet, kas es esmu" koncentrējas uz 2 prasmēm, kas saistītas ar intrapersonālām prasmēm: pašapziņu un paškontroli. Mīkstās prasmes cietumā bieži klusē vai tiek apklusinātas ar dažādiem uzvedības pienākumiem. Modulī piedāvātais uzdevums bez kondicionēšanas un ar "maigiem" noteikumiem dod dalībniekiem iespēju izteikt dažādas identitātes un attieksmes, kas saistītas ar attiecīgajām metaprasmēm.

1.2 Mērķa





ICARUS

Pasniedzēji, pedagogi, skolotāji, konsultanti, pasniedzēji, sociālie darbinieki utt.



Co-funded by
the European Union

2023-1-IT02-KA220-ADU-000152409



Including **Chess** As a **Re-education Up-Skilling** tool

2- PRAKSES APRAKSTS

2.1. Prakses apraksts

Ierosinātā darbība ir jāuzskata par intervenci transversālo prasmju nostiprināšanai, izmantojot sinerģiju starp divām pasaulēm: šaha un apmācības pasauli. Šaha spēle ir metafora un tajā pašā laikā pragmatisks piemērs, kas atbalsta iesniegto vingrinājumu.

Moduļa "Uzminiet, kas es esmu" darbība ir vērsta uz pašapziņas un paškontroles attīstīšanu, izmantojot pašanalīzes un savu vēlmju un spēju komunikācijas darbu.

Ilgums: 50 min. Mainīgs atkarībā no dalībniekiem

Procedūra: treneris katram dalībniekam iedod pēc-it piezīmi un pildspalvu. Treneris parāda grupai papīra lapu, kurā rakstīts: "ko man patīk darīt; ko man nepatīk darīt". Aiciniet dalībniekus anonīmi uzrakstīt savas atbildes uz post-it piezīmes 5 minūšu laikā. un piestipriniet tos pie sienas. Savukārt katrs dalībnieks pieies pie sienas un izvēlēsies post-it. Viņš lasīs to, kas ir rakstīts, un mēģinās saprast, novērojot arī visas emocionālās reakcijas, kurš to uzrakstīja. Ja viņš pareizi uzminēja, viņš paskaidros, kāpēc, kā viņš to izdarīja, kādus pavedienus viņš noķēra. Ja viņš nav pareizi uzminējis, treneris jautā grupai, kas to uzrakstīja, un autors paskaidros, kāpēc viņš rakstīja noteiktus paziņojumus. Ja grupa ir pārāk liela, visiem dalībniekiem nav nepieciešams veikt iepriekš aprakstīto darbību. Ir variants, kur dalībniekiem ir jāuzmin, ko trenerim patīk darīt un ko viņiem nepatīk darīt. Treneris savāc post-its un sniedz savas atbildes.

2.2. Mērķis/uzdevums

Mērķis ir izraisīt pašmācības procesu, kas sākas tieši tad, kad trenera vairs nav. Pašizglītība nozīmē atbildības uzņemšanos par savu būtību un spēju novērot sevi attiecībā pret citiem.

Apmācība ir ceļa sākums personai, kura, labāk apzinoties savu unikalitāti un individualitāti, redz svarīgāku mērķi: izvēlēties personīgās un profesionālās reintegrācijas ceļu pilsoniskajā sabiedrībā.

Tāpēc apmācība cietuma kontekstā būtu jāsaprot kā instruments, kura mērķis ir sociālā reintegrācija, stimulējot pamatprasmju jaunu dzīves projektu meklēšanai un īstenošanai.

2.3. Mācīšanās rezultāti

Mācīšanās rezultāti bija saistīti ar katru no 2 prasmēm.

Pašapziņu. Palielināta jauda, lai:

- atpazīt savas emocijas (pozitīvas vai negatīvas) un noskaņojumu tajā pašā brīdī, kad tās rodas;

- Saistiet mērķus un vēlmes ar reālajām iespējām tos sasniegt, izmantojot savas prasmes un kompetences.

Paškontrolē. Apgūstot prasmi:

- regulēt savas emocijas atbilstoši kontekstam;
- pretoties traucēkļiem, nevēlamām domām un kārdinājumiem vidē;
- instinktīvu darbību vai impulsīvu un savtīgu impulsu ierobežošana, kuru mērķis ir apmierināt neracionālas vēlmes;
- pieņemt spriedumus vai kritiku.

2.4 Apmācības pieeja

ATSTAROŠANAS METODE. *"Doma padara iespējamu rīcību kopā ar apzinātu mērķi."* Šis J. Dewey teikums satur atstarojošās metodes nozīmi. Bet kā treneris var runāt par pašapziņu un paškontroli ieslodzītajiem, kuri mācās spēlēt un šahu?

Treneris nerunās tieši par sevis apzināšanos vai paškontroli. Viņš nemācīs šīs prasmes ieslodzītajiem. Tās mērķis ir daudz sarežģītāks un delikātāks. Tas ir jautājums par to, lai spēles laikā novērotu prasmes, kas pakāpeniski iznāk ārā. No novērojumiem ir iespējams sākt pārdomas, izmantojot jautājumus, piemērus, metaforas un analogijas, kas iegūs lielāku konsekvenci ar apmācības aktivitātes piegādi. Tieši pārdomas radīs, kad un kā neviens droši nezina, jaunas idejas, jaunas vēlmes, jaunus nodomus pārmaiņām.

Tāpēc trenerim vienmēr jāpatur prātā 2 prasmes, piemēram, divas bākas, kas laiku pa laikam izgaismo darbības, uzvedību, noskaņas, kas rodas spēļu istabā un ir saistītas ar tām. Trenerim kopā ar šaha skolotāju ir uzdevums izcelt prasmes, stimulēt tās, redzēt, kā tās lidinās klasē, un spēt tās noķert lidojumā, lai aktivizētu pārdomas un ierosinātu darbības, lai tās internalizētu un izmantotu pilnībā.

ĀĶA TEHNIKA. Lai izglītojamajiem atvieglotu attiecīgo mīksto prasmju nepārprotamību, noder āķošanas tehnika.

Sesijas laikā treneris uztver, t.i., pieķeras notikumiem, kas saistīti ar prasmēm, uzdod jautājumus, sniedz atgriezenisko saiti un izceļ kolektīvo argumentāciju. Hooking ir induktīva metode: realitāte, spēļu prakse, izceļ, laiku pa laikam noteikta prasme, un trenerim ir jāspēj to uztvert un savienot ar savu pieredzi un zināšanām, lai pēc tam stimulētu dalībniekus kolektīvi domāt par šo konkrēto prasmi. Mērķis ir integrēt zināšanas un zinātību.

Nesim piemēru: treneris labi zina, ka svarīgi pašapziņas aspekti ir izpratne par saviem aizspriedumiem un spēja atzīt savas kļūdas, kaut ko no tām mācīties un iesaistīties pārmaiņu procesā.

Treneris, sekojot šaha skolotāja norādījumiem, pieļauj dažas kļūdas un atkārto kļūdu vairākas reizes. Tajā brīdī viņš iejaucas, parādot savas kļūdas un savienojot tās ar pašapziņas tēmu. Tad viņš jautā

citū viedokli un aicina viņus spriest par savām kļūdām. Tādā veidā tiks aktivizēta pārdomas, grupas diskusija, kas ļoti atšķiras no teorētiskās nodarbības par sevis apzināšanos.

Āķi ir vērtīgi materiāli, kas trenerim jāmeklē un pēc tam sanāksmju laikā jāsaista ar metaprasmēm, uz kurām viņš plāno reflektēt. Sesiju laikā var notikt notikumi, kurus var saistīt ar katru no 2 attiecīgajām prasmēm, trenera uzdevums ir padarīt šos notikumus bagātus ar nozīmi un mācīšanās avotiem.

INSTRUKTĀŽA. Katrs vingrinājums ietver brīdi, apmēram 5 minūtes, kas veltīts instruktažai, kurā izglītojamo grupai tiks izskaidrots, kāpēc viņi domās par šo konkrēto prasmī, kā tas ir saistīts ar šaha spēli un kādi ir mērķi un norādījumi, lai pabeigtu ierosināto pieredzes darbību.

IZTAUJĀŠANA. Tā vietā vairāk laika tiks veltīts iztaujāšanai, kas ir kolektīvu pārdomu brīdis, kas ir izšķirošs, lai izprastu veiktās darbības reālās subjektīvās un relatīvās sekas. Pieredzes vingrinājumi ir neviendabīgas klases ierīces, un nav iespējams sniegt nepārprotamus noteikumus iztaujāšanas pārvaldībai.

Ir izstrādātas 3 jautājumu kategorijas, lai veicinātu gan individuālas pārdomas, gan grupu diskusiju:

1. Atcerēšanās. Operatīvā refleksija. Treneris aizved dalībniekus atpakaļ uz viņu neseno pagātni, stimulējot aktivitātes laikā piedzīvoto svarīgāko mirkļu atkārtotu ieviešanu, uzdodot tādas jautājumus kā: kādi bija interesantākie vingrinājuma posmi? Kādas bija būtiskākās darbības, ņemot vērā gala rezultātu? Kas notika aktivitāšu laikā?

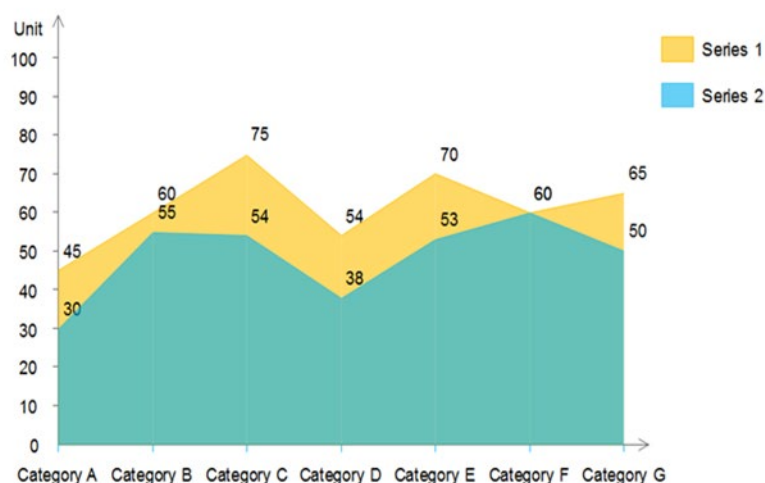
2. Personīgās emocijas. Subjektīva refleksija. Treneris liek dalībniekiem analizēt savu prāta stāvokli vingrinājumu laikā ar virkni jautājumu: Kā jūs jutāties? Kādas emocijas jūs izjutāt aktivitāšu laikā? Kad jūs sajūtāt šīs emocijas? Kad jūs piedzīvojāt šīs citas emocijas (piemēram, vilšanos, garlaicību, īgnumu utt.)? Kādas darbības, manas vai citu tiesas zālē klātesošo cilvēku darbības, izraisīja šīs emocijas?

3. Starppersonu attiecības. Intersubjektīva refleksija. Treneris stimulē iekšējo attiecību analīzi, kas pastāv pirms kopā veiktās aktivitātes, tās laikā vai pēc tās. Vadošie jautājumi var būt: Vai vingrinājuma laikā jums bija grūtības sazināties? Vai no tiem, kas jums bija iepriekš, ir radušās dažādas simpātijas un nepatikas? Vai bija konflikti vai alianses? Vai grupā bija kādi lūzumi? Iesniegtie jautājumi ir ieteikumi, kas trenerim ir jā rūpējas, lai, izmantojot vispiemērotāko verbālo un neverbālo valodu, pielāgotos dažādiem un neparedzamiem apstākļiem.

ATSAUKSMES. Konkrētajā cietuma kontekstā atgriezeniskā saite ir ārkārtīgi svarīga. Trenerim ir jāsniedz atgriezeniskā saite pēc iespējas ātrāk, reālā laikā, jo viņam tas ir jāsaista ar uzvedības pierādījumiem, kas parādās spēles vai treniņu laikā. Tam vienmēr jābūt konstruktīvam, tas ir, piedāvātam ar nolūku atbalstīt uzlabojumus, apzinoties savu uzvedību un, galvenais, cieņu, ievērojot pakalpojuma loģiku, nevis spriedumu vai apelāciju.

TRENERA UZSTĀDĪJUMS UN STĀJA. Ir svarīgi ņemt vērā, ka tās nav akadēmiskas nodarbības ar pasniedzēju aiz rakstāmgalda. Videi ir jānodrošina vienlīdzība un sadarbība, un tai jābūt brīvai no sociālajām hierarhijām un diskriminācijas. Tā rezultātā treneris var saglabāt neformālas pozas un attieksmi (sēž uz galdā, staigā pa galdiem, sēž blakus izglītojamo grupai utt.). Tas ir ļoti svarīgi, lai veicinātu piederības sajūtu un ļautu dalībniekiem justies ērti un aktīvāk piedalīties nodarbībā.

ANALĪTISKĀS LAPAS. Analītiskās lapas (kas sniegtas sadaļā Rīki) ir efektīvs un viegli lietojams rīks, lai sesiju laikā novērotu un uzraudzītu katra atsevišķa dalībnieka pašapziņas un paškontroles līmeņa attīstību un izprastu izmaiņas, kas saistītas ar klases klimatu. Intervenču beigās savāktos datus var parādīt apgabala diagrammā, kas ir līdzīga turpmāk redzamajā piemērā.



Ir 3 veidu analītiskās lapas:

1. Atsevišķas novērošanas lapas. Rīks pasniedzējam, lai, izmantojot Likerta skalu, noteiktu katra dalībnieka mācīšanās kvalitāti un izpratni par 3 prasmēm.
2. Vispārīga piezīmju lapa. Rīks trenerim, lai, izmantojot Likerta skalu, noteiktu uzmanības un sadarbības līmeni grupā.
3. Pašnovērtējuma veidlapa. Aizpilda katrs dalībnieks sanāksmju beigās. Noderīgi gan dalībniekiem, lai pārdomātu apmācības ceļu, gan lai treneris saprastu, cik daudz izglītojamie spēj pielietot mācīšanos reālajā dzīvē.



3- INSTRUMENTI

Materiāli: lieli post-its un zīmuļi (vai pildspalvas), lapa trenerim.

INDIVIDUĀLĀ NOVĒROŠANAS FORMA

Datums:	Vārds:
---------	--------

Katrā kartītē ievietojiet vērtēšanas skalu no 1 līdz 5 ar saistītajām vērtībām.

Ļoti daudz = 5

Ļoti daudz = 4

Diezgan daudz = 3

Mazais = 2

Nepavisam = 1

Pašapziņu	Balsošana				
	1	2	3	4	5
Atspoguļo aktivitātes un viņu pašu uzvedību					
Apzinās savas emocijas					
Produktīvas emocijas (ziņkārība, jautrība utt.) ir intensīvākas nekā traucējošas (vilšanās utt.)					

Paškontrolē	Balsošana				
	1	2	3	4	5
Parāda paškontroli un spēju pārvaldīt emocijas					
Kad parādās ekstrēmas jūtas (dusmas, nepacietība), viņš spēj tās nekavējoties kontrolēt					
Ievēro noteiktos noteikumus un saistības					

VISPĀRĪGU APSVĒRUMU LAPA

Datums:

Katrā kartītē ievietojiet vērtēšanas skalu no 1 līdz 5 ar saistītajām vērtībām.

Ļoti daudz = 5

Ļoti daudz = 4

Diezgan daudz = 3

Mazais = 2

Nepavisam = 1

	Balsošana				
	1	2	3	4	5
Viņi izrāda uzmanību					
Viņi ir aktīvi iesaistīti ierosinātajās darbībās					

Man ir ērti prasīt paskaidrojumus					
Tās atbilstoši iejaucas					
Viņi labprāt atbild uz jautājumiem					
Sadarboties					

Piezīmes.....

PAŠNOVĒRTĒJUMA VEIDLAPAS

Datums:	Vārds:
---------	--------

Katrā kartītē ievietojiet vērtēšanas skalu no 1 līdz 5 ar saistītajām vērtībām.

Ļoti daudz = 5

Ļoti daudz = 4

Diezgan daudz = 3

Mazais = 2

Nepavisam = 1

Pašapziņu	Balsošana				
	1	2	3	4	5
Cik daudz jūs esat iemācījušies par šo prasmi pēc apmācības kursa?					
Cik daudz, jūsuprāt, jūs varat to piemērot savai uzvedībai?					
Cik daudz jūs vēlētos uzlabot šo prasmi?					

Paškontrole	Balsošana				
	1	2	3	4	5
Cik daudz jūs esat iemācījušies par šo prasmi pēc apmācības kursa?					
Cik daudz, jūsuprāt, jūs varat to piemērot savai uzvedībai?					
Cik daudz jūs vēlētos uzlabot šo prasmi?					

4- PIEZĪMES

Ieslodzījums rada piespiedu emocionālo saišu pārrāvumu, un tas ieslodzītājā baro jaunu vientulību un pamestības sajūtu, kas kā reakcija var attīstīt aizvainojumu pret ārpasauli, kuras daļa ir arī treneris. Tāpēc treneris savā rotaļīgajā-izglītojošajā ceļā, kura pamatā ir šahs, sastapsies ar sevis apzināšanos un paškontroli, bet arī dusmām, agresiju vai neuzticēšanos. Tāpēc viņa uzdevums būs veicināt pirmā rašanos un kontrolēt pēdējo minēto emociju iespējamo nekaunību.



5. ATRUNA

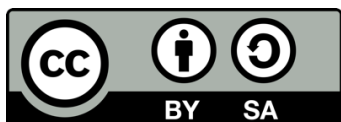
Finansē Eiropas Savienība. Tomēr paustie uzskati un viedokļi ir tikai autora(-u) uzskati un viedokļi, un tie ne vienmēr atspoguļo Eiropas Savienības vai Izglītības un kultūras izpildaģentūras (EACEA) uzskatus un viedokļus. Ne Eiropas Savienība, ne EACEA nevar būt par tām atbildīgas.

Autori

© 2024. gada maijs – Skill Up Srl, UniChess ssdrl, INDEPCIE sca, Club Magic Extremadura Sporta klubs, Izglītības un inovāciju pētniecības centrs, Latvijas Šaha federācija

Šī publikācija ir sagatavota ar Eiropas Komisijas finansiālu atbalstu Erasmus+ projekta "ICARUS – Including Chess As a Re-education Up-Skilling tool" ietvaros, N. 2023-1-IT02-KA220-ADU-000152409.

Attiecinājums, daļa tādā pašā stāvoklī



(CC BY-SA): Jūs varat brīvi kopīgot, kopēt un tālākizplatīt materiālu jebkurā vidē vai formātā, kā arī pielāgot, remiksēt, pārveidot un izstrādāt to jebkādiem mērķiem, tostarp komerciāliem. Licenciārs nevar atsaukt šīs brīvības, ja vien jūs ievērojat licences noteikumus saskaņā ar šādiem noteikumiem:

Attiecinājums : jums ir jāpiešķir pienācīgs kredīts, jānorāda saite uz licenci un jānorāda, vai ir veiktas kādas izmaiņas. Jūs varat to darīt jebkādā saprātīgā veidā, bet ne tādā veidā, kas liek domāt, ka licences devējs apstiprina jūs vai jūsu izmantošanu.

Dalīties līdzīgi: ja remiksējat, pārveidojat vai veidojat materiālu, jums ir jāizplata savs ieguldījums ar tādu pašu licenci kā oriģinālam.

Nav papildu ierobežojumu : lietotājs nevar lietot juridiskos noteikumus.