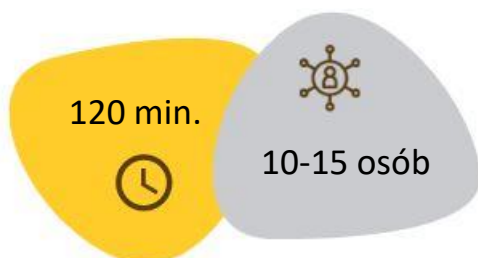


Warsztat

4



JAROSŁAWA BUŁKA-DEMKOWYCZ
DZIEŁO RĘKI NA UDREKI
PROGRAM MENEDŻER RODZIC



Słowa kluczowe

- arteterapia, rękodzieło, aktywizacja artystyczna



Cel główny

- Stworzenie warunków do złapania balansu, odprężenia i odpoczynku poprzez aktywizację artystyczną.



Cele szczegółowe

- zwiększenie wachlarza możliwości tworzenia rękodzieła;
- zwiększenie świadomości na temat wyceny rękodzieła i wykorzystania go we współpracy wolontarystycznej z organizacjami pozarządowymi.



Jakie można zdobyć umiejętności?

- tworzenie świeczek z węzy pszczelej;
- tworzenie makramy;
- wycena rękodzieła.



Sugestie

- Pomieszczenie warsztatowe wyposażone w stoły, krzesła, dostęp do gotującej wody, podłoga zmywalna. Wykorzystaj w pracy możliwie dużo materiałów naturalnych.



Miło się spotkać...

Czas trwania: 15 minut

Cele i program na dzisiaj:

Trener przedstawia program i ramy czasowe spotkania. Zaznacza, co to spotkanie ma przynieść wszystkim uczestnikom, również jemu. Trener pełni rolę przewodnika, mentora, proponuje rozwiązania, w tym organizacyjne i pyta o akceptację grupy.

O sobie

Każdy uczestnik przedstawia się z imienia oraz rzemiosła, które najlepiej go definiuje, np. „Mam na imię Andrzej i jestem stolarzem”. Chodzi o to, aby tym sposobem dotrzeć do artystycznych aspiracji uczestników, zdefiniować ich rękodzielnicze zainteresowania i oswoić z tematem rzemiosła.

Oczekiwania uczestników

Krótką dyskusję o tym, jak wygląda statystyczny „dzień”, kiedy rodzic znajduje czas dla siebie i co wtedy robi. Czy może właśnie zajmuje się rękodziełem? A jeśli nie, czy w ogóle chciałby? Jak mógłby wówczas swoje hobby przełożyć na dodatkowe korzyści? Być może warto włączyć się jako wolontariusz w działalność wybranej organizacji pozarządowej i wspomóc w ten sposób wydarzenia charytatywne?

Zasady współpracy

Praca ma charakter warsztatowy. Instruktor jest tu raczej inspiracją i – w razie potrzeby – źródłem wiedzy, jednak nie stara się na siłę zostać „przywódcą stada”. Spotkanie powinno odbywać się na zasadach wzajemnego dialogu, bez zbędnych konwenansów czy zasad. Głównym celem jest zapoznanie rodziców z łatwym i tanim rękodziełem, które może mieć pozytywny wymiar zarówno materialny, jak i psychologiczny.



Wyzwanie 1

Tytuł: Świece z wosku pszczelego

Czas trwania: 25 minut

Czy wiesz, że...?

Świeca z wosku pszczelego to nie tylko piękna, nastrojowa ozdoba idealnie wpisująca się w modę na naturalne i nieprzetworzone produkty. Jej systematyczne palenie ma wpływ nie tylko na poprawę nastroju i relaks ale również na stan powietrza, którym oddychamy. Spala się bezdymowo pozostawiając w pomieszczeniu lekki zapach ula, a ujemne jony powstałe wskutek spalania neutralizują m.in. działanie dymu tytoniowego czy promieniowania urządzeń elektrycznych. Łagodzi przy tym dolegliwości górnych dróg oddechowych, chorób płuc, astmy, alergii.

Plastry węzy pszczelej muszą być lekko podgrzane, aby były plastyczne i by estetycznie się zwijały. Jeśli w pomieszczeniu, w którym pracujecie, jest chłodno, konieczne rozgrzejecie plastry, kładąc je na kaloryferze, rozgrzewając suszarką do włosów lub wkładając do piekarnika (na dosłownie 15 sekund!).

Cel/e: poznanie zasad tworzenia świec z wosku pszczelego.

Umiejętności do zdobycia:

- tworzenie świec z wosku pszczelego;
- poszukiwanie odpowiednich materiałów do rękodziela;
- wycena stworzonego rękodziela.

Zastosowane metody: pogadanka, pokaz, imitacja.

Wykorzystane narzędzia: nożyczki, nóż.

Niezbędne materiały:

plastry węzy pszczelej, knot bawełniany, sznurek jutowy, suszone kwiaty lub trawy, szary papier, inne materiały zdobiące (według uznania).

Zadanie krok po kroku...

- przedstawienie uczestnikom prozdrowotnych wartości świec z wosku pszczelego;
- rozdanie plastrów węzy oraz knotów bawełnianych;
- w razie potrzeby rozgrzanie wosku;
- pokaz, jak należy zwijać świece;

- wspólne zawijanie świec;
- ozdabianie świec szarym papierem, suszonymi kwiatami i sznurkiem;
- wycena przedmiotu na podstawie kosztu materiałów oraz poświęconego czasu;
- prezentacja stron internetowych i innych źródeł, z których można czerpać materiały niezbędne do stworzenia świec.





Wyzwanie 2

Tytuł: Makrama – łapacz snów

Czas trwania: 65 minut

Czy wiesz, że...?

Na YouTube znajduje się bardzo wiele filmików instruktażowych o tym, jak tworzyć makramę. Jeśli nie potrafisz tego robić, wystarczy poświęcić chwilę i zapoznać się z choć jednym filmikiem. Makramę możemy wykorzystać kilkakrotnie: tworząc płaską ozdobę na ścianę, kwietnik czy nawet serwetki i odzież. Nie trzeba też kupować specjalnych kijków proponowanych w internecie, wystarczy najzwyklejszy patyk czy kij od miotły.

Cel/e: Zapoznanie uczestników z techniką makramy, poznanie kilku łatwych splotów oraz sposobów wykorzystania ich w tworzeniu ozdób naściennych, świeczników czy kwietników.

Umiejętności do zdobycia:

- tworzenie makramy według kilku podstawowych splotów;
- wyszukiwanie materiałów niezbędnych do tworzenia wyżej wymienionego rękodzieła;
- wycena własnej pracy.

Zastosowane metody: pogadanka, pokaz, praktyczne działanie.

Wykorzystane narzędzia: nożyczki, konstrukcja do zawieszenia makramy w trakcie pracy.

Niezbędne materiały: sznurki do makramy, patyk.

Zadanie krok po kroku...

- prezentacja wykonanej wcześniej makramy;
- rozdanie każdemu uczestnikowi kija oraz sznurka;
- pocięcie sznurka na odpowiednie kawałki;
- pokaz każdego ze splotów, po kolei;
- praca samodzielna uczestników;
- prezentacja skończonych makram;
- dyskusja na temat pozyskiwania materiałów oraz wyceny wykonanego przedmiotu.



Z czym wychodzimy?

Czas trwania: 15 minut

Forma podsumowania:

Warto zapytać uczestników, czy podczas pracy udało im się zrelaksować, czy była dla nich przyjemna i czy z chęcią wrócą do tworzenia. Która forma z poznanych dotąd możliwości tworzenia jest im najbliższa. Być może warto wykorzystać poznaną wiedzę i kontynuować prace ręczne nie tylko dla siebie, ale również po to, aby aktywnie uczestniczyć w życiu organizacji, które odpowiadają na różnego rodzaju niezaspokojone społeczne potrzeby. Czy znają takie organizacje i ich działania, również w swojej okolicy? Czy może już wspomagali je, jeśli tak, to w jaki sposób. Doceńmy takie zaangażowanie.

Pamiętka dla uczestników: wykonane prace, pamiątkowe zdjęcie.

Autorka programu: Jarosława Bułka Demkowycz

Z wykształcenia muzyk, nauczycielka wczesnoszkolna oraz muzykoterapeutka. Właścicielka Muzycznego Atelier oraz Zagrody Cud Miód, w której prowadzi ekologiczne i artystyczne warsztaty dla dzieci. Głównym celem jej pracy jest rozwijanie swoich podopiecznych przy pomocy szerokorozumianej sztuki, przede wszystkim muzyki i rękodzieła. O sobie mówi, że jest fanką "rękodzieła dla opornych" i tym samym przekonuje, że tworzyć każdy może. Entuzjastka neurodydaktyki oraz pedagogiki waldorfskiej, z których czerpie inspiracje do wielu projektów, jakich jest inicjatorką i uczestniczką.