

A gyakorlat címe	<b>Érezz!</b>
A gyakorlat típusa	energetizáló, együttműködési
Javasolt korcsoport	12-13 éves, 14-16 éves, 17-20 éves
Időigény	10-20 perc
Helyigény	tanteremben megvalósítható
Eszközigény	kendők, sálak
A gyakorlat részletes leírása (1000-2000 karakter)	<p>A gyakorlat végrehajtása előtt kijelölünk egy akadálypályát. Kisebkek esetében a balesetveszély miatt alacsony akadályokat állítsunk fel (például papírlapok, elfektetett könyv stb.)! Ezt a pályát kell a pároknak felváltva teljesíteniük úgy, hogy először egyikük megy háttal, és a szeme be van kötve, majd cserélnek.</p> <p>A párok tenyerüket, ujjait összetámasztják a játék során.</p> <p>Szabályok:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Senki nem beszélhet a gyakorlat során, kizárólag a taktilis érzékelés segíthet.</li> <li>• Ha a nem látó rálép egy akadályra, akkor előlről kell kezdeni a gyakorlatot.</li> </ul>
Javasolt reflexiók kérdések, feldolgozási szempontok	<p>Hogyan éreztétek magatokat a gyakorlat során?</p> <p>Milyen érzés volt megbízni a társatokban?</p> <p>Melyik volt könnyebb: irányítani, vagy elfogadni a társatok segítségét?</p> <p>Mi okozott nehézséget a gyakorlatban?</p> <p>Mi lehet ennek a játéknak a tanulsága?</p>
Kulcsszavak (címkék)	kooperáció, elfogadás, egymásrataltság, bizalom
Forrás	