

SAZINIETIES AR DABU

Outward Bound Romania



2-12 dalībnieki
Individuāli/grupā



60 minūtes



tieša pieredze
ar dabu



Ārā



kreatīvā rakstīšana



MĒRKIS

- Attīstīt novērošanas prasmes
- Labāk uzzināt sevi
- Līdzību atrašana dabā

MATERIĀLI

- Papīrs vai žurnāls
- Pildspalva
- Palielināmais stikls
- Telefons vai kamera

SAGATAVOŠANA

Ir daudz līdzību un dažādu modeļu, kurus var atrast ļoti dažādos dabas elementos, piemēram, cilvēka ķermeņa daļās, kokos, dzīvniekos, ziedos, mākoņos. Šāda veida ne ļoti acīmredzamu patēnu atrašanai ir jāpievērš uzmanība, kā arī radoši domāt. Vieta, kas ir bagāta ar dabas daudzveidību, var palīdzēt atrast šos modeļus.





IEVADS

Detaļu meklēšana dabā var būt ļoti nomierinoša un radīt daudz interesantu ideju.

DARBĪBAS

- 1.** (15 min) Pastaigājieties pa savu apkārtni vai tuvējo parku, mežu, meklējiet sīkas detaļas, atkārtotošos paternus, kas piesaista jūsu uzmanību. Uzmanīgi vērojiet tos un mēģiniet atrast līdzīgus modeļus savā dzīvē, savā ķermenī. Izvēlēties vienu konkrētu detaļu vai paternu un nofotografējiet.
- 2.** ((30 min) Apsēdieties klusā un mierīgā vietā un apskatiet attēlu. Kas jums pirmais nāk prātā? Ko jūs jūtat saistībā ar šo detaļas paternu? Kā jūs to atradāt? Kādas ir jūsu attiecības ar to? Ko citi varētu domāt par to pašu detaļu vai modeli? Kādas atmiņas rada šī detaļa vai modelis (cilvēki, notikumi, vietas)? Uzrakstiet tekstu par savu saistību ar šo dabas elementu.
- 3.** (15 min) Vajag apsēsties ar pārējiem dalībniekiem aplī un padalīties ar pieredzi un saviem pārsapriedumiem.



REFLEKSIJA

- Kas jums šajā vingrinājumā bija visgrūtākais?
- Kādas līdzības jūs atklājāt starp savu ikdienu un šo teksta rakstīšanas procesu? Vai tajā kaut kas ir saistīts ar noturību?
- Ko no tā var mācīties?

KOMENTĀRI

Šo uzdevumu var veikt arī vienatnē kā pašattīstības aktivitāti.

SAZINIETIES AR DABU

