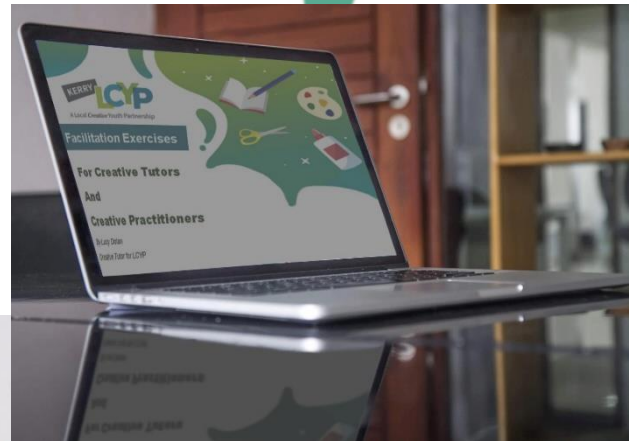


Cleachtaí Éascaithe

Teagascóirí cruthaitheacha agus cleachtóirí cruthaitheacha teagascóirí cruthaitheacha

le Lucy Dolan, Teagascóir Cruthaitheach,
Comhpháirtíocht Áitiúil Óige Chruthaitheach
Chiarraí. 2020



INDEX

Réamhfhocal	01
Ullmhúcháin (Réamhrá)	02
Bosóg Éadrom a Bhualadh ar an gCorp / Croitheadh	03
X & O / Cuimil Do Bholg / Ciorcal Cearnóg	04
Liathróid Dhofheicthe – Pas Cruthaitheach	05
Pictiúr A Phéinteáil	06
Gluaiseacht Ghinearálta	07
Aithne A Chur Ar A Chéile	08
Cluiche Na nAinmneacha – Liathróid	09
Ainmneacha Aibítire	10
Ainmneacha & Bualadh Bos	11
Is Maith Liom/Ní Maith Liom	12
Síniú	13
Meastóireacht Chruthaitheach	14
Lorg Láimhe	15
Éisc	16
Gothal Gnúise	17
Mála/Hata (Cleas)	18
Line Éadaigh	19
Teacht Chun Criche Agus Clabhsúr	20
Ciorcal Buíochais	21
Talmhú Agus Seasamh Suas Go Díreach	22
Cuisle Chroí	23
Siombailí Dearfacha	24
Stoirm Sneachta	25

Réamhfocal

Tá an lámhleabhar seo beartaithe mar áis chun cabhrú le héascaitheoirí agus le cleachtóirí cruthaitheacha a gceardlanna a leagan amach agus a sholáthar.

Baineann éascaitheoirí cruthaitheacha le gach réimse den ealaín: ceardaíocht, ceol, amharclannaíocht, garraíodóireacht, scríbhneoireacht, cócaireacht, etc, agus bíonn a bpearsantacht féin agus a mbuanna uathúla le brath ar a gceardlanna. Cé go bhféadfaidh stíl éagsúil a bheith ag gach aon teagascóir, is féidir na héagsúlachtaí sin, an saineolas cruthaitheach uathúil agus na gníomhaíochtaí a chuireann tú ar fáil mar theagascóir cruthaitheach, a chur isteach i mbonneagar bunúsach do cheardlanna. Is féidir leis sin cur go mór leis an taithí a bhíonn ag duine ar cheardlann, tríd is tríd.

Is ann don acmhainn seo chun cabhrú le héascaitheoirí cruthaitheacha an próiseas a bhaineann lena gceardlann a leagan amach agus bonneagar a chur léi a dhéanamh rud beag níos éasca. Ach bonneagar bunúsach a chur i bhfeidhm, trí bhíthin cleachtaí a chur san áireamh a léiríonn na céimeanna tosaigh, lárnach agus deiridh i gceardlann, tugtar comhsheasmhacht, cobhsaíocht agus muinín as a ngairmiúlacht mar éascaitheoirí do rannpháirtithe.

Ach cleachtadh nó dhó a chur san áireamh i do cheardlann:

- 1. Mothóidh gach duine sa ghrúpa go bhfuil siad nasctha lena chéile**
- 2. Cabhrófar le rannpháirtithe fanacht rannpháirteach leis an obair atá á tairiscint agat**
- 3. Mar éascaitheoir, cabhrófar leat meastóireacht a dhéanamh ar na haidhmeanna, na cuspóirí agus na torthaí foghlama atá beartaithe agat a bhaint amach le do ghrúpa.**

An cleas a bhaineann le ceardlann a éascú le go mbeidh cuma éasca agus réidh uirthi, fad a bhaintear aidhmeanna agus cuspóirí na ceardlainne amach – is scil atá ann! Cabhraítear go mór leis an scil sin a chothú ach beagán réamhphleanála agus réamhullmhúcháin a dhéanamh.

Tugtar scór smaoineamh le haghaidh cleachtaí anseo thíos mar ábhar acmhainne lena soláthrófar struchtúr bunúsach do phlean ceardlainne. Tá siad bailithe le chéile ina ranna: Ullmhúcháin, Aithne a Chur ar a Chéile, Meastóireacht Chruthaitheach agus Teacht chun Críche & Deireadh.

Tá an leabhrán seo beartaithe cabhrú leat do thairiscint chruthaitheach féin a fhorbairt agus a sholáthar.

Lucy Dolan. 2020

Tá BA i nDearadh ag Lucy Dolan ó Choláiste Ealaíne agus Deartha Crawford. Ardteastas sna hEalaíona in Éascú Grúpa Institiúid Teicneolaíochta Chorcaí agus MA san Éicea-síceolaíocht. D'fhostaigh Ciarraí ETB / LCYP Lucy mar Theagascóir Cruthaitheach in 2020.

ULLMHÚCHÁIN

Réamhrá

Is gníomhaíocht iontach iad cleachtaí téamh suas le cur i bplean ceardlainne, mar bíonn siad tapa, gníomhach, fisiciúil agus ní bhíonn caint i gceist leo, de ghnáth. Is cleachtaí tairsí iad lena mbogtar rannpháirtithe go héasca ón meon ‘ag fanacht go dtosóidh an cheardlann’ go dtí ‘tá sí ag tosú’. Leis na cleachtaí sin, bíonn an meon aigne ag gach duine; bíonn gach duine (fiú mura bhfuil aithne acu ar a chéile fós) ag déanamh an rud céanna ag an am céanna. Tosaíonn rannpháirtithe ag tabhairt airde ar an spás ina bhfuil siad agus ar na rannpháirtithe eile sa ghrúpa. Le cleachtaí téamh suas, cothaítear fócas intinne, díritear aird na rannpháirtithe ó smaointe agus ábhair imní eile agus díritear ar an am i láthair; tosaíonn rannpháirtithe ag glacadh páirte sa cheardlann atá díreach ag tosú.

Leis na cleachtaí seo a leanas, cabhrófar le gach duine a chur ag tarraingt le chéile:

- 1. Bosóg Éadrom a Bhualadh ar an gCorp / Croitheadh***
- 2. X agus O / Cuimil do Bholg / Ciorcal Cearnóg***
- 3. Liathróid Dhofheicthe – Pas Cruthaitheach***
- 4. Pictiúr a Phéinteáil***
- 5. Gluaiseacht Ghinearálta***

1. **Bosóg Éadrom a Bhualadh ar an gCorp / Croitheadh**

Gníomhaíocht ar Líne nó Aghaidh ar Aghaidh

Cleachtadh téamh suas deas réidh is ea é seo. Dúisíonn sé gach duine má tá siad ag mothú beagán tuirseach nó gan fonn, éiríonn siad feasach ar a gcorp agus cuirtear fuinneamh sa chorp.

Ábhair de Dhíth: Ceann ar bith

Fad an Chleachtaidh: Timpeall ar 5 nóiméad

Aois: Oiriúnach do gach aois.

Cur i gCrích:

Is féidir an cleachtadh seo a dhéanamh i do shuí suas díreach nó i do sheasamh suas breá díreach. Bain úsáid as do lámh dheas nó do lámh chlé chun bosóg éadrom a bhuaileadh ar do chorp. Tosaigh ar do lámh agus téigh suas go dtí do ghuaillí, do mhúineál, timpeall ar do bholg, síos do chosa, faoi bhonn na gcos agus suas agus timpeall do chorp arís go mbeidh tú ag buaileadh bósóige éadroim ar do cheann, ar d'aghaidh agus ar do ghruaig. Ansin croith do cheann, do lámha, do chosa agus do chorp ar fad go bríomhar.

Roghanna:

D'fhéadfá cúpla réaltléim a chur isteach ag an deireadh má tá tú ag iarraidh fuinneamh mór a chur sna daoine!



2. X & O / CUIMIL DO BHOLG / CIORCAL CEARNÓG

Gníomhaíocht ar Líne nó Aghaidh ar Aghaidh

Sraith iontach cleachtaí is ea seo is féidir a úsáid le chéile, ceann i ndiaidh a cheile, nó astu féin ar laethanta ceardlanna éagsúla. Tá siad simplí le déanamh – agus níl! Ní mór gníomhú ar bhealach beagáinín amaideach agus ní mór díriú isteach orthu chun iad a dhéanamh i gceart. Is maith iad chun an fhuil a chur ag rith sa chorp agus spreagann siad gáire freisin.

Ábhair de Dhíth: Ceann ar bith

Fad an Chleachtaidh: Timpeall ar 5 nóiméad

Aois: Oiriúnach do gach aois.

Cur i gCrích:

X & O:

Ach úsáid a bhaint as do lámh dheas, tarraing cruth mór O san aer agus ag an am céanna, tarraing X mór le do chos chlé. Tar éis tamaillín, athraigh go dtí O mór a tharraingt le do chos agus X mór a tharraingt le do lámh. Is féidir athrú ó gach cruth a tharraingt le do lámh dheas go dtí do lámh chlé, agus ó do chos dheas go dtí do chos chlé freisin.

CUIMIL DO BHOLG:

Sa chleachtadh seo, cuimil do bholg le gluaiseachtaí ciorclacha le do lámh dheas agus buail bosóg éadrom ar bharr do chinn ag an am céanna le do lámh chlé. Ansin athraigh – cuimil do bholg le do lámh chlé agus buail bosóg éadrom ar do cheann le do lámh dheas.

CIORCAL CEARNÓG:

Déan cruthanna móra ciorclacha le do chos dheas agus déan cruthanna móra X le do lámh chlé. Tar éis tamaillín, athraigh agus déan é an bealach eile timpeall.

3. LIATHRÓID DHOFHEICTHE – PAS CRUTHAITHEACH

Ní mór aird a dhíriú chun an cleachtadh seo a dhéanamh agus is iontach é chun dlúthchaidreamh a chothú i measc an ghrúpa. Ní mór do gach rannpháirtí smaoineamh go cruthaitheach.

Ábhair de Dhíth: Ceann ar bith

Fad an Chleachtaidh: Timpeall ar 5-10 nóiméad

Aois: 8 mbliana d'aois agus níos sine.

Cur i gCrích:

Iarr ar na rannpháirtithe seasamh i gciorca. Inis dóibh go bhfuil liathróid dhofheicthe i do lámha agat agus go bhfuil tú chun í a phasáil chuig an duine in aice leat. Beidh ar an duine sin í a phasáil chuig an duine in aice leo, a mbeidh orthu í a phasáil chuig an duine in aice leosan, agus mar sin de go dtéann an liathróid timpeall an chiorcail uile. Is féidir í a phasáil go réidh nó í a chaitheamh. Agus an liathróid á pasáil ó dhuine go duine, inis dóibh gur éirí sí an-te go tobann, nó an-fhuar, nó an-mhór, nó an-bheag. Is féidir léi a bheith biorach, clúmhach, ar foluain, leictreach, etc. Athróidh sin an tslí a láimhseálann na rannpháirtithe an liathróid dhofheicthe, an tslí a bpassálann siad í eatarthu agus an tslí a mbeireann duine uirthi.

Roghanna:

- Pas Cruthaitheach: Iarrtar ar rannpháirtithe an liathróid a phasáil ó dhuine go duine ar shlí chruthaitheach: faoin gcos, thar na gualainne, etc. Bíonn orthu smaoineamh ar shlí uathúil chun í a phasáil eatarthu, slí nár úsáideadh fós sa ghrúpa.

4. PICTIÚR A PHÉINTEÁIL

Cleachtadh físiúil chomh maith le fisiciúil is ea seo. Is cleachtadh cuí é chun tús a chur le ceardlann a bheidh samhlaíoch, ceardlann a mbeidh tarraingt nó péinteáil mar chuid di, b'fhéidir.

Ábhair de Dhíth: Ceann ar bith

Fad an Chleachtaidh: Timpeall ar 5 nóiméad

Aois: 6 bliana d'aois agus níos sine

Cur i gCrích:

Bíonn ar na rannpháirtithe (agus iad ina suí nó ina seasamh) ligean orthu go bhfuil scuaba agus rollóirí péinteála éagsúla acu, chomh maith le potaí móra péinte ar dhathanna difriúla agus canbhás mór millteach os a gcomhair amach. Caithfidh siad íomhá a shamhlú ina n-intinn. Caithfidh siad a scuab a thumadh isteach sa phéint nó a lámha a úsáid chun an íomhá a phéinteáil ar an gcanbhás. An aidhm atá leis, na rannpháirtithe a chur ag gluaiseacht agus ag síneadh amach, mar sin dá mhéad an canbhás agus an íomhá, is é mó gluaiseachta agus sínte a dhéanfaidh siad. Is féidir le rannpháirtithe a súile a dhúnadh nó a fhágáil oscailte agus an cleachtadh seo á dhéanamh acu.

Roghanna:

- Mar éascaitheoir, is féidir leat na híomhánna atá le péinteáil a stiúradh... 'Crann mór agus éan ann, gluaisteán, capall ildaite', etc. Is féidir rannpháirtithe a spreagadh dul ag péinteáil lena gcuid glún, uilleannacha, lámh agus ceann ach iad a thumadh isteach i bpotáí samhailteacha agus ansin péinteáil leo. Is féidir leo ligean orthu go bhfuil an canbhás in aice leo agus taobh thiar dóibh freisin.
- In áit péint a shamhlú, d'fhéadfadh rannpháirtithe ligean orthu go bhfuil siad ag obair le cré / glóthach / sláthach...



5. GLUAISEACHT GHINEARÁLTA

Cleachtadh maith is ea seo má tá tú ag iarraidh tús an-ghníomhach a chur le ceardlann. Seans go mbeadh gluaiseacht nó ceol mar chuid den cheardlann cheana féin, nó seans go mbeifeá ag obair le cleachtaí cruthaitheacha a éilíonn ar rannpháirtithe ag bheith ina seasamh nó ag bogadh thart chun iad a chur i gcrích. Leis an gcleachtadh seo, cruthaítear an meon ceart le haghaidh cheardlann ghníomhach.

Ábhair de Dhíth: Gaireas chun ceol a sheinm.

Fad an Chleachtaidh: Timpeall ar 5-10 nóiméad

Aois: 6 bliana d'aois agus níos sine.

Cur i gCrích:

Iarrtar ar rannpháirtithe seasamh thart go randamach. Castar ceol bríomhar a bhfuil buile agus curfá leis. Agus an ceol ar siúl, ní mór do na rannpháirtithe siúl thart agus beannú do gach duine eile sa ghrúpa. Ag an gcurfá, glaonn an t-éascaitheoir amach gníomh, amhail 'lúb do ghlúine!' agus déanann na rannpháirtithe amhlaidh. Ag an gcéad churfá eile, cuirtear gníomh eile leis, amhail 'lúb do ghlúine agus cas do chromán!' De réir mar a théann an ceol ar aghaidh, cuirtear gníomh eile leis an liosta ag gach curfá, go dtí go mbeidh na rannpháirtithe ag déanamh cúig ghníomh ag an am céanna.

Roghanna:

- In áit amhrán a bhfuil curfá ann a úsáid, is féidir ceol gan curfá a úsáid. Sa chás sin, is féidir leis an éascaitheoir an ceol a stopadh ar feadh soicind nó feadóg a shéideadh gach cúpla nóiméad, chun comhartha a thabhairt go bhfuil sé in am na gníomhartha a ghlaoitear amach a dhéanamh.

AITHNE A CHUR AR A CHÉILE

Is céim thosaigh an-tábhachtach é aithne a chur ar a chéile, agus daoine i ngrúpa. Cruthaítear bunús don cheardlann. Ar ndóigh, is féidir iarraidh ar na rannpháirtithe iad féin a chur i láthair go tapa agus a n-ainm a thabhairt, ina nduine agus ina nduine, ach is féidir leat deis a thabhairt don ghrúpa eispéireas níos doimhne a fháil ach cúig, deich nó cúig nóiméad déag a chaitheamh ar an gcleachtadh seo. Ach cleachtadh ‘Aithne a Chur ar a Chéile’ a dhéanamh, cothaítear aontacht sa ghrúpa. Ach beagán aithne a chur ar a chéile, bíonn sé níos éasca do rannpháirtithe tabhairt go fonnmar faoin gceardlann agus sult a bhaint as an am a chaitheann siad le chéile.

Cabhróidh na cleachtaí seo a leanas leis an sprioc a bhaint amach:

- 1 Cluiche na nAinmneacha – Liathróid**
- 2 Ainmneacha Aibítire**
- 3 Ainmneacha & Bualadh Bos**
- 4 Síniú**
- 5 Is Maith Liom/Ní Maith Liom**

1. CLUICHE NA nAINMNEACHA - LIATHRÓID

Oiriúnach do ghrúpaí atá ag bualadh le chéile den chéad uair, nach bhfuil ainmneacha a chéile ar eolas acu.

Ábhair de Dhíth: Liathróid lámhchleasaíochta (téann liathróidí eile ar fud na háite, tá siad ró-éadrom – tá sé níos éasca liathróidí lámhchleasaíochta a bhainistiú i ngrúpaí mar tá siad níos troime)

Fad an Chleachtaidh: Timpeall ar 5 nóiméad

Aois: Oiriúnach do gach aois.



Cur i gCrích:

Iarr ar na rannpháirtithe seasamh i gcorral mór. Úsáid liathróid lámhchleasaíochta amháin ar dtús. Iarr ar na rannpháirtithe a n-ainm féin a rá agus an liathróid a chaitheamh chuig an duine in aice leo, a dhéarfadh a n-ainm féin, agus mar sin de, go dtí go mbeidh a ainm ráite ag gach duine.

Ansin athraítear an cluiche mar seo ... Ainmníonn an chéad duine duine ar bith eile sa seomra agus caitheann an liathróid chucu. Bíonn ar an duine a bheireann ar an liathróid duine eile a ainmniú agus an liathróid a chaitheamh chucu. Leantar de dhaoine a ainmniú agus an liathróid a chaitheamh chucu go dtí go mbeidh ainm gach duine sa ghrúpa ar eolas ag gach duine.

Roghanna:

- Is féidir leat an cleachtadh a dhéanamh níos tapúla ach iarraidh ar na rannpháirtithe an liathróid a chaitheamh níos tapúla, nó go han-mhall ar fad, nó meascán den dá rud.
- Más mian leat luas agus fuinneamh an ghrúpa a ardú, bain úsáid as an dara liathróid, nó an tríú ceann, nó an séú ceann fiú, chun gach duine a chur ag díriú a intinn, ag gluaiseacht agus ag gáire. Cleachtadh spráil é seo chun tús a chur le grúpa.

2. AINMNEACHA AIBÍTRE

Gníomhaíocht ar Líne nó Aghaidh ar Aghaidh

Oiriúnach do ghrúpaí atá ag bualadh le chéile den chéad uair, nach bhfuil ainmneacha a chéile ar eolas acu. Cuirtear rannpháirtithe ar a gcompord agus iad ag labhairt i ngrúpa agus beagáinín a insint fúthu féin. Cleachtadh iontach is ea é chun cuimhne a fheabhsú trí chomhcheangal focal

Ábhair de Dhíth: Ceann ar bith

Fad an Chleachtaidh: Timpeall ar 5 nóiméad

Aois: 8 mbliana d'aois go dtí déagóirí óga

Cur i gCrích:

Bíonn ar gach duine ar a sheal a ainm a rá, agus rud éigin (e.g. bia) a thosaíonn leis an litir chéanna lena n-ainm, e.g. 'Is mise Máire agus is maith liom mangó'. Lig do gach duine a sheal a thógáil agus é féin a chur i láthair ar an tslí sin. Nuair a bheidh a ainm ráite ag gach duine, tosaigh arís. An uair seo, déarfaidh an duine atá ag labhairt a ainm féin agus na hainmneacha a chuala siad ráite ag na daoine a labhair rompu.

Deir an chéad duine a ainm féin; cuireann an dara duine an chéad duine i láthair agus ansin deir a ainm féin; cuireann an tríú duine an chéad duine agus an dara duine i láthair agus ansin deir a ainm féin, e.g. 1ú duine: 'Is mise Máire agus is maith liom mangó'; 2ú duine 'Seo í Máire. Is maith le Máire mangó. Is mise Róise agus is maith liom raidis'. Deir an 3ú duine, 'Seo í Máire. Is maith le Máire mangó. Seo í Róise. Is maith le Róise raidis agus is mise Siobhán agus is maith liom subh'. Leantar ar aghaidh go dtí go mbeidh deis ag gach duine sa ghrúpa ainmneacha gach duine eile a rá in aon abairt amháin.

Roghanna:

- Is féidir leat catagóir eile a roghnú don chomhcheangal focal. Bia an sampla a tugadh anseo, ach d'fhéadfá milseán a roghnú, nó éin ghairdín, ainmhithe, bailte, gluaisteáin, imreoirí peile, rud ar bith a cheapann tú a bheadh ábhartha don ghrúpa lena bhfuil tú ag obair. Cibé catagóir a roghnaíonn tú, moltar duit cloí léi mar tá sé níos éasca cuimhneamh ar chineálacha bia agus sin amháin, nó bailte agus sin amháin, in áit bia ag duine amháin agus baile ag an gcéad duine eile.

3. AINMNEACHA & BUALADH BOS

Bealach fuinniúil agus torannach chun tús a chur le ceardlann! Is do ghrúpaí daoine nár bhuaile lena chéile riamh cheana é an cleachtadh seo. Foghlaimítear ainmneacha a chéile agus déantar beagáinín torainn!

Ábhair de Dhíth: Ceann ar bith

Fad an Chleachtaidh: Timpeall ar 5 nóiméad

Aois: 8 mbliana – 12 bhliain d'aois

Cur i gCrích:

Nuair a bheidh gach duine i láthair agus socraithe síos, tosaigh ag bualadh bos chun rithim a mharcáil. Iarr ar na rannpháirtithe bos a bhualadh in éineacht leat, ag tosú leis an duine le do thaobh. Glacann gach duine páirt sa bhualadh bos, duine ar dhuine, go dtí go mbeidh an rithim á marcáil ag an ngrúpa uile. Sa chéad bhabhta eile, deir daoine a ainm féin, ar a seal, idir an bualadh bos. Leantar de sin go dtí go mbeidh a ainm ráite ag gach duine. Ansin déantar é san ord contrártha!

Roghanna:

- Is féidir leat luas agus rithim an bhualadh bos a athrú.
- Iarr ar na rannpháirtithe cuimhneamh ar ainmneacha gach duine eile sa ghrúpa agus iad a rá nuair a ghlacann siad a sheal.
- Tar éis d'ainm féin a rá, is féidir leat an rithim a athrú go dtí go deir an chéad duine eile a ainm agus go n-athraíonn siad an rithim arís.



4. IS MAITH LIOM/NÍ MAITH LIOM

Gníomhaíocht ar Líne nó Aghaidh ar Aghaidh

Cleachtadh deas é seo le déanamh tar éis do dhaoine beagáinín ama a chaitheamh ag cur aithne ar a chéile, nó nuair a bhíonn ainmneacha a chéile ar eolas acu cheana féin. Tosaítear de dhlúthchaidreamh a chothú i measc an ghrúpa agus cothaítear bheith ag labhairt amach sa ghrúpa. Tugtar deis do na rannpháirtithe oibriú in éineacht le duine éigin eile sa ghrúpa.

Ábhair de Dhíth: Peann agus páipéar - roghnach

Fad an Chleachtaidh: Timpeall ar 15 nóiméad

Aois: 8 mbliana d'aois agus níos sine

Cur i gCrích:

Cuirtear na rannpháirtithe ina ngrúpaí de bheirt. D'fhéadfaidís a bheith ag obair leis an duine ar thaobh na láimhe deise nó clé, mar shampla. Ní mór do na rannpháirtithe dhá rud is maith lena gcomhpháirtí agus dhá rud nach maith leo a fháil amach. Ansin glacann gach rannpháirtí seal chun a gcomhpháirtí a chur i láthair don ghrúpa, agus insint cad is maith leo agus cad nach maith leo, e.g. 'Is maith le Máire dul ag siúl cois na habhann lena madra agus bheith ag léamh go ciúin sa bhaile. Ní maith léi cluichí sacair ar an teilifís ná ae a ithe'. Iarr ar na rannpháirtithe beagáinín mionsonraí a thabhairt ina fhreagra, seachas aon fhocal amháin. Bíonn deis ag gach duine sa ghrúpa labhairt thar ceann a chomhpháirtí. Leis an gcleachtadh seo, tugtar seans do dhaoine beagáinín eolais fúthu féin a thabhairt ar bhealach indéreach, trí dhuine éigin eile. De réir mar a roinntear na rudaí is maith agus nach maith le gach duine agus de réir mar a chloiseann gach duine iad, tosaíonn na daoine sa ghrúpa ag cur aithne níos fearr ar na rannpháirtithe eile.

Roghanna:

- Chomh maith le 'is maith liom/ní maith liom', d'fhéadfá ábhar inní amháin, más ann dóibh, a bhí ag rannpháirtithe roimh pháirt a ghlacadh sa cheardlann. Is féidir an rud breise sin a chur leis an gcleachtadh sa chás go n-iarrtar ar an éascaitheoir déanamh amhlaidh, nó sa chás gur mian leo an t-ábhar sin a fhiosrú, más ábhartha d'aidhmeanna agus do thorthaí na ceardlainne é.
- Is féidir cur tuilleadh leis an gcleachtadh ach iarraidh ar na rannpháirtithe rudaí nua, nó breis rudaí is maith leo agus nach maith leo a thabhairt, e.g. ceithre cinn seachas péire, rud a chuirfeadh beagáinín níos mó de phearsantacht na rannpháirtithe in iúl.

5. SÍNIÚ

Cleachtadh maith is ea seo chun daoine a chur ina seasamh, ag siúil thart, ag caint agus ag meascadh. Cleachtadh é a dhíríonn ar dhul chun cainte le daoine agus aithne a chur orthu.

Ábhair de Dhíth: Peann, páipéar agus rud éigin crua le bheith ag scríobh air, amhail leabhar, iris, cóipleabhar, fáisc-chlár, etc.

Fad an Chleachtaidh: Timpeall ar 5-10 nóiméad

Aois: 12 bhliain d'aois agus níos sine

Cur i gCrích:

Iarr ar gach duine seasamh suas agus a bpeann agus páipéar ina lámha acu. Siúlann siad timpeall agus aimsíonn siad duine atá saor le dul ag caint leo, téann siad i mbun cainte leo, bailíonn siad beagáinín eolais fúthu trí bhíthin ceisteanna a chur orthu, agus ansin iarrann siad orthu an píosa páipéar a shíniú. Is féidir le rannpháirtithe roghnú freagra a thabhairt nó gan freagra a thabhairt ar na ceisteanna a chuirtear orthu. Chomh luath agus a bhíonn síniú faighte, tá sé in am bogadh ar aghaidh, duine eile a aimsiú, ceisteanna a chur orthu agus a shíniú a fháil. Ag deireadh an chleachtaidh, comhair an méid sínithe atá faighte agat.

Is féidir le rannpháirtithe sraith ceisteanna simplí a chur ar a chéile, amhail, an dath is fearr leat, an bia is fearr leat, an dtaitníonn léamh nó peil leat?

Roghanna:

- Is féidir na ceisteanna a chur in oiriúint d'ábhair spéise an ghrúpa agus do théama na ceardlainne.

MEASTÓIREACHT CHRUTHAITHEACH

Mar éascaitheoirí cruthaitheacha, is rud nádúrtha dúinn é a bheith géarchúiseach agus sinn ag féachaint ar rannpháirtithe i gceardlann. Bímid ag éisteacht le ceisteanna, tugaimid freagraí faoi deara, agus déanaimid an méid spéise atá ag na rannpháirtithe sna gníomhaíochtaí atá á dtairiscint a thomhas. Leis an méid sin, bíonn deis againn bheith solúbtha agus oiriúnaitheach agus freagairt do riachtanais na rannpháirtithe.

Gné de ról an teagascóra chruthaitheach é a bheith ábalta aiseolas a thabhairt don eagraíocht a d'iarr orthu an obair a dhéanamh. Trí bhíthin a bheith ábalta athbhreithniú a dhéanamh ar cheardlann agus an tionchar a bhí aici ar na rannpháirtithe a thomhas, tugtar faisnéis bhríoch, áisiúil don eagraíocht, fad a dtugtar faisnéis don éascaitheoir faoina chleachtas oibre féin.

De ghnáth, ní bhíonn mórán samhlaíochta ag baint leis na foirmeacha meastóireachta agus leis na ceistneoirí a chuirtear ar fáil. Bíonn siad díreach agus loighciúil agus mar rannpháirtí, tar éis duit spraoi agus fairsinge a bhaint as eispéireas ceardlainne, is minic a chuirtear deireadh leis an mbraistint saoirse cruthaithe agus taitnimh sin nuair a chuirtear ceisteanna ort agus tú ag siúl amach an doras. Is féidir le duine mothú gur cur isteach seachas cabhair iad na ceistneoirí sin.

Bíonn sé i bhfad níos spésiúla baint a bheith agat le cleachtaí Meastóireachta Cruthaithe seachas na ceistneoirí traidisiúnta. Is féidir leo faisnéis agus freagraí níos doimhne, níos samhlaíche, agus níos meabhraí a mhealladh ó rannpháirtithe. Mar éascaitheoir cruthaitheach, is cinnte go mbaineann tú úsáid as roinnt díobh cheana féin i do chleachtas. Seo roinnt cleachtaí eile le roghnú:

1. Lorg Láimhe
2. Éisc
3. Gothaí Gnúise
4. Mála/Hata
5. Líne éadaigh

1. LORG LÁIMHE

Gníomhaíocht ar Líne nó Aghaidh ar Aghaidh

Cleachtadh is ea seo lena dtugtar am machnamh pearsanta a dhéanamh. Is fearr gan deifir a dhéanamh agus a chur in iúl do na rannpháirtithe go bhfuil go leor ama acu chun machnamh cúramach a dhéanamh ar gach ceann de na ceisteanna a chuirtear..

Ábhair de Dhíth: Páipéar daite, peann luaidhe, peann luaidhe daite, peann.

Fad an Chleachtaidh: 30 nóiméad

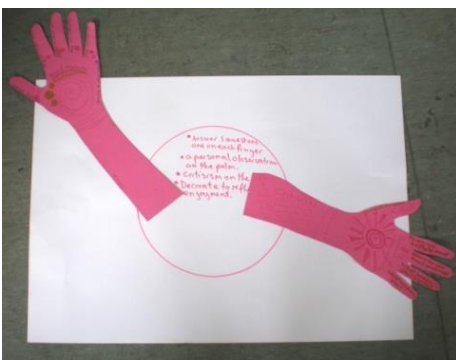
Aois: 8 mbliana d’aois agus níos sine

Cur i gCrích:

Cuireann gach rannpháirtí a lámh ar pháipéar agus tarraingíonn líne timpeall uirthi go cúramach le peann luaidhe, gach méar agus an ordóg san áireamh. Gearrtar timpeall na líne ar fad. Scríobhtar ceist ar gach ceann de na cúig mhéar: (is féidir ceisteanna eile a roghnú in áit na gceann seo) 1: An rud is mó a bhfuil tú bródúil as? 2: An rud is mó ar bhain tú sult as? 3: Rud éigin a bhí áisiúil duit? 4: Rud éigin a d’athrófá? 5: Rud éigin nach raibh tú ag súil leis? Caitheann na rannpháirtí beagáinín ama a machnamh a dhéanamh agus ansin scríobhann siad síos a bhfreagraí. Is féidir aon mholtaí/cháineadh a scríobh ar an lámh. Is féidir tuairim phearsanta a scríobh ar an mbos. Ansin is féidir an lámh a mhaisiú chun an sult a bhain an rannpháirtí as an gceardlann a léiriú, chomh maith lena phearsantacht agus a chruthaitheacht.

Roghanna:

- D’fhéadfá an cleachtadh seo a athrú le bheith ina chleachtadh ‘Aithne a Chur ar a Chéile’, ina dtarraingítear líne timpeall ar lámh do chomhpháirtí, faigheann tú amach cúig rud fúthu agus scríobhtar iad sin ar na méara agus ordóga, e.g. mianta, rudaí nach maith leo, rud éigin neamhghnách atá déanta acu, rud éigin a rinne siad an mhí seo caite. Ansin is féidir leat iad a chur i láthair don ghrúpa, agus an t-eolas a d’fhoghlaim tú fúthu a thabhairt, e.g. “Seo í...agus ní raibh a fhios agam go...”



2. ÉISC

Cleachtadh Meastóireachta Cruthaithí is ea seo atá simplí agus spráúil le déanamh. Tá sé leagtha amach chun bonnleibhéil tuisceana a fháil amach agus cibé ar thaitin nó nár thaitin gníomhaíocht áirithe le daoine.

Ábhair de Dhíth: Páipéar, Péint, Scuaba Péinte, Siosúr, Pinn Luaidhe.

Fad an Chleachtaidh: 30 Nóiméad

Aois: 6 bliana d'aois – 10 mbliana d'aois.

Cur i gCrích:

Ar aon phíosa mór páipéir amháin, déanann na rannpháirtithe an fharraige a phéinteáil. Úsáideann siad dathanna dorcha chun ag bun na farraige agus dathanna éadroma chun barr na farraige a chur in iúl. Ligtear dó triomú. Ar leathanach eile, tarraingíonn na rannpháirtithe imlíne shimplí éisc, go leor leor uaireanta agus gearrtar amach iad. Is féidir an pictiúr den fharraige a chrochadh ar an mballa. Tar éis ghníomhaíocht áirithe, iarrtar ar na rannpháirtithe 'Ar thaitin an ghníomhaíocht sin leat?', nó 'Ar thuig tú an ghníomhaíocht sin?'. Cuireann na rannpháirtithe iasc ag bun na farraige lena chur in iúl nár thaitin an ghníomhaíocht leo nó nár thuig siad í, agus cuireann siad iasc ag barr na farraige lena chur in iúl gur thaitin an ghníomhaíocht leo nó gur thuig siad í.

Roghanna:

- Ag brath ar théama do cheardlainne nó ar ábhair spéise áirithe an ghrúpa, is féidir an radharc (an fharraige) agus na táscairí (na héisc) a athrú, e.g. más peil an t-ábhar spéise, is féidir líne crúcaí ar bhalla i seomra feistis a bheith mar radharc agus is féidir bróga peile a chrochadh ag barr nó ag bun an bhalla chun an leibhéal spéise nó tuisceana maidir le gníomhaíocht faoi leith a chur in iúl.



3. GOTHÁÍ GNÚISE

Cleachtadh simplí is ea seo agus ní thógann sé i bhfad dul i dtaithí air. Cuireann sé modh aiseolais ar fáil do na rannpháirtithe atá tapa agus díreach agus is féidir a úsáid arís agus arís eile i rith ceardlann amháin nó sraith ceardlann. Bailiúchán cártaí is ea é, ar féidir leis an rannpháirtí a dhéanamh agus atá comhdhéanta de ghothaí gnúise chun méid taitnimh a chur in iúl, ó mhíshásta go dtí thar a bheith sásta. Déantar na híomhánna i stíl an emoji, a aithníonn gach duine.

Ábhair de Dhíth: Páipéar, Marcóirí, Pinn Luaidhe Daite, Siosúr, Cupán, Lannaitheoir (roghnach)

Fad an Chleachtaidh: 30 Nóiméad - 1 Uair an chloig

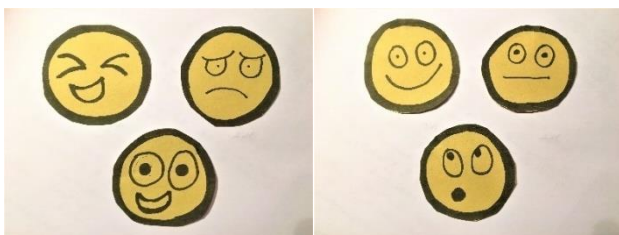
Aois: 6 bliana d'aois agus níos sine

Cur i gCrích:

Tarraing sraith ciorcal ar pháipéar daite, ach líne a tharraingt timpeall ar chupán nó rud éigin eile atá cruinn. Tarraing gotha gnúise bunúsach i ngach ciorcal chun mothúchán a chur in iúl. Ní mór do na mothúcháin ionadaíocht a dhéanamh ar fhreagraí ar na ceisteanna a chuirfidh tú ar an ngrúpa, e.g., Níl, Tá, Uaireanta, Iontas, Áthas, Brón, Ríméad. Nuair a chuireann tú ceist ar an ngrúpa, is féidir leo ceann de na híomhánna ar na cártaí a roghnú agus a chur os a comhair amach, go bhfeice tú é.

Roghanna:

- In áit íomhánna emoji a úsáid, is féidir leis na rannpháirtithe a n-aghaidheanna féin a tharraingt agus gothaí gnúise éagsúla a chur orthu.
- Is féidir na cártaí íomhánna a lannú agus iad a úsáid arís agus arís eile. Is féidir leis na rannpháirtithe a bpaca pearsanta féin a dhéanamh.
- Sa chás gur achar gearr ama atá i gceist leis an gceardlann, is féidir le héascaitheoirí pacáí cártaí a bheith réidh acu, le nach mbeidh ar na rannpháirtithe a gcinn féin a dhéanamh.



Tá, Níl, Uaireanta - Áthas, Brón, Ríméad

4. MÁLA/HATA (CLEAS)

Leis an gcleachtadh seo, cuirtear beagáinín mistéire agus seans i bplean na ceardlainne. Ach hata nó mála simplí a úsáid mar choimeádán do fhreagraí do mheastóireachta, tugann tú deis do na rannpháirtithe plé leis an bpróiseas meastóireachta amhail is gur chluiche é.

Ábhair de Dhíth: Páipéar, Peann, Hata nó Mála

Fad an Chleachtaidh: 10 - 15 Nóiméad

Aois: Oiriúnach do gach aois.

Cur i gCrích:

Bíodh hata nó mála réidh agat, is cuma cé acu. Más bhreathnaíonn sé spraíúil, is é is fearr é! Bíodh ráitis mheastóireachta/ceisteanna scríofa ar phíosáí páipéir, e.g. 'Rud éigin a thaitin leat', 'Tabhair Moladh', 'Cuir Ceist'. Fill na píosaí páipéir agus cuir isteach sa Hata/sa Mhála iad. Iarr ar gach rannpháirtí, ar a sheal, a lámh a chur síos sa Hata/Mála agus píosa páipéar a roghnú. Léann siad an cheist a fuair siad amach don ghrúpa agus ansin freagraíonn siad í. Cuireann siad an píosa páipéir ar ais sa Hata/Mála agus glacann an chéad duine eile a sheal.

Roghanna:

- Is féidir rudaí randamacha a bheith sa Hata/Mála, in áit píosaí páipéir fillte. Déanann gach rud ionadaíocht ar cheist, e.g., is ionann sliogán agus 'rud éigin a thaitin leat' agus is ionann cloch agus 'rud éigin nár thaitin leat'.



5. LÍNE ÉADAIGH

Tá an cleachtadh seo beagáinín níos casta ná na cinn eile agus teastaíonn níos mó ama uaidh. Tá sé oiriúnach do cheardlann a éilíonn machnamh níos cuimsithí, b'fhéidir tar éis sraith ceardlann a reáchtáladh in imeacht achair fhada ama. Tugtar deis do na rannpháirtithe a machnamh a dhéanamh ar an tslí a raibh tionchar ag an gceardlann orthu go pearsanta, agus an méid sin a phróiseáil. Déanann na rannpháirtithe bailiúchán éadaí agus gach ceann ag déanamh ionadaíochta ar ghné den eispéireas a bhí acu sa cheardlann.

Ábhair de Dhíth: Ábhair Éagsúla Cheardaíochta, Péint, Scuaba Péinte, Siosúr, Gliú, Páipéar Daite, Pinn Luaidhe, Pinn Luaidhe Daite.

Fad an Chleachtaidh: 2- 3 Uair an chloig

Aois: 8 mbliana d'aois agus níos sine

Cur i gCrích:

Agus ábhair éagsúla cheardaíochta a úsáid, iarrtar ar na rannpháirtithe bailiúchán éadaí a dhéanamh. Tá gach ball éadaigh le hionadaíocht a dhéanamh ar thuairim phearsanta ar ghné éigin den eispéireas a bhí acu sa cheardlann. Mar shampla, d'fhéadfadh ceannbheart ionadaíocht a dhéanamh ar 'An rud is mó a bhfuil tú bródúil as', na príomh-bhaill éadaigh – 'na nithe is luachmhara a d'fhoghlaim tú', fo-éadaí (más ann dóibh) – tuairimí pearsanta, smaointe nua nó áisiúla, oiriúintí maisithe, e.g. crios – 'rud a d'fhoghlaim tú a chuir iontas ort', bróga – 'an méid a thugann tú abhaile leat ón gceardlann'. Bíodh rud amháin ann chun 'rud éigin a d'athrófá faoin gceardlann' a chur in iúl. Ansin crochtar na héadaí ar an líne agus míníonn an rannpháirtí don ghrúpa a ndéanann siad ionadaíocht air, dóibh féin.

Roghanna:

- Maidir le rannpháirtithe óga, d'fhéadfadh sé a bheith níos éasca teorainn a chur leis an méid éadaí agus míniú sonracha a bheith ag gach ball éadaigh, e.g. is ionann hata agus 'An rud is mó a bhfuil tú bródúil as'. D'fhéadfá níos mó saoirse a thabhairt do rannpháirtithe níos sine faoin méid a bheadh i gceist le gach ball éadaigh.



TEACHT CHUN CRÍCHE AGUS CLABHSÚR

Is gné thábhachtach de phlean ceardlainne iad cleachtaí maidir le teacht chun críche agus clabhsúr. Tugann siad le tuiscint go bhfuil bonneagar ag an gceardlann. Éascaíonn siad do na rannpháirtithe athrú ón meon go bhfuil siad i láthair ag ceardlann go dtí an meon go bhfuil siad á n-ullmhú féin le himeacht. Cuireann siad in iúl go bhfuil deireadh oifigiúil tagtha le ham na ceardlainne.

Ach cleachtadh clabhsúir a chur san áireamh, tá tú ag cur in iúl gur mian leat, mar éascaitheoir, deireadh a chur leis an gceardlann ar bhealach machnamhach, agus ní faoi dheifir nó go tobann. Ach nóiméad a chaitheamh le chéile, mar ghrúpa, aithnítear agus treisítear luach an ama a chaith sibh le chéile.

Le cleachtaí maidir le teacht chun críche agus clabhsúr, tugtar deis do na rannpháirtithe: machnamh a dhéanamh, nóiméad ciúnais a chaitheamh, sa chás gur ceardlann ghnóthach a bhí ann, nóiméad leis an gcorp a shíneadh nó le bogadh thart, sa chás go raibh siad ina suí i rith na ceardlainne, agus deis chun deireadh dearfach a chur leis an gceardlann trí bhíthin buíochas a chur in iúl dá gcomhghleacaithe agus buíochas a ghlacadh uathu... bealach an-deas chun críoch a chur leis an am a chaith siad le chéile.

Seo cúpla cleachtadh a d'fhéadfá a úsáid:

- 1 Ciorcal Buíochais**
- 2 Talmhú, Seas Suas go Díreach agus Croitheadh**
- 3 Cuisle Chroí**
- 4 Siombail Dhearfacha**
- 5 Stoirm Sneachta**

1. CIORCAL BUÍOCHAIS

Gníomhaíocht ar Líne nó Aghaidh ar Aghaidh

Cleachtadh iontach is é seo, a chuireann deireadh dearfach agus sona le ceardlann ar bith. Ach é a úsáid go leanúnach thar thréimhse ama le grúpa, is féidir leis an gcleachtadh seo fuinneamh dearfach a ghiniúint agus a chothú i measc rannpháirtithe. Ach é a dhéanamh go rialta, tosaíonn na rannpháirtithe ag ullmhú dó, trí bhíthin rudaí a bhfuil siad buíoch díobh a thabhairt faoi deara i rith na ceardlainne. Bíonn tionchar dearfach aige sin ar an ngrúpa ar fad. Cleachtadh tapa agus éasca é seo a mholtar go hard.

Ábhair de Dhíth: Ceann ar bith

Fad an Chleachtaidh: Tuairim is 10 Nóiméad

Aois: 8 mbliana d'aois agus níos sine

Cur i gCrích:

Tá bealaí éagsúla leis an gcleachtadh seo a chur i gcrích – seo a leanas cúpla rogha:

- Mar éascaitheoir, roghnaíonn tú beirt rannpháirtithe go randamach. Ní mór don bheirt rud deas dearfach amháin a thug siad faoi deara sa duine eile a chur in iúl. Leanann an t-éascaitheoir ar aghaidh ag roghnú beirteanna go dtí go mbeidh rud deas dearfach amháin a thug siad faoi deara i nduine éigin eile curtha in iúl ag gach duine sa ghrúpa, agus go mbeidh rud deas dearfach amháin fúthu féin cloiste ag gach duine sa ghrúpa.
- Bealach eile chun na beirteanna a chruthú is ea mála ina bhfuil dhá cheann de nithe éagsúla ann a úsáid, e.g. péire sliogán, péire cnónna, etc. Cuirtear an mála i lár an ghrúpa. Roghnaíonn na rannpháirtithe rud éigin as an mála, agus a súile dúnta acu. Ach na nithe a chur ina bpéirí, cuirtear na rannpháirtithe ina mbeirteanna.
- Suíonn na rannpháirtithe ar fad i gcorcal. Tá a n-ainmneacha scríofa ar pháipéir ar an éascaitheoir agus na páipéir fillte agus curtha i gcoimeádán, i gcrúsca, i gclúdach litreach nó ar an urlár i lár an chiorcail rannpháirtithe. Roghnaíonn gach duine píosa páipéir agus coinníonn é go dtí go mbeidh sé ina sheal insint don ghrúpa agus don duine a bhfuair siad a ainm, rud amháin is mór acu faoin duine sin (má roghnaíonn rannpháirtithe a ainm féin, ní mór dóibh é a chur ar ais agus ceann eile a roghnú).

Mála Péirí



2. **TALMHÚ AGUS SEASAMH SUAS GO DÍREACH**

Gníomhaíocht ar Líne nó Aghaidh ar Aghaidh

Cleachtadh maith is ea seo chun talmhú fisiciúil a dhéanamh, cabhraíonn sé leis na rannpháirtithe a suaimhneas a ghlacadh sula bhfágann siad agus aontannas ina gcorp a chroitheadh amach as.

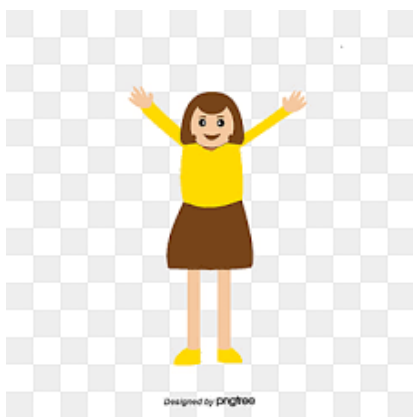
Ábhair de Dhíth: Ceann ar bith

Fad an Chleachtaidh: 5 Nóiméad

Aois: 8 mbliana d'aois agus níos sine

Cur i gCrích:

Seasann gach duine i gciorcal lena súile dúnta. Iarr ar na rannpháirtithe trí anáil dhomhain a tharraingt agus a scíth a ligean ar feadh nóiméid. Ansin iarr orthu a n-aird a dhíriú ar an talamh faoina gcosa. Tar éis nóiméid, iarr orthu a n-aird a dhíriú ar an duine ar thaobh na láimhe clé agus ansin ar an duine ar thaobh na láimhe deise agus ansin ar an ngrúpa ar fad. Tar éis nóiméid, iarr orthu samhlú go bhfuil téad ag síneadh aníos óna gcinn agus go bhfuil siad á dtarraingt agus á n-ardú suas ar na barraicíní. Iarr orthu a lámha a shíneadh amach chun an spás a líonadh. Ansin iarr orthu stad de bheith ag síneadh agus an corp ar fad a chroitheadh: na lámha agus na cosa a chroitheadh cúig huaire, ansin ceithre huaire, ansin trí huaire, ansin dhá uair agus ansin uair amháin.



3. CUISLE CHROÍ

Cleachtadh machnaimh is ea seo a dhíríonn ar an gcroí. Más ceardlann an-ghníomhach nó beagáinín strusmhar a bhí ann, tabharfaidh an cleachtadh seo deis do gach duine suí síos go ciúin ar feadh cúpla nóiméad chun a scíth a ligean sula dtéann siad amach an doras.

Ábhair de Dhíth: Ceann ar bith

Fad an Chleachtaidh: 10 Nóiméad

Aois: 10 mbliana d'aois agus níos sine

Cur i gCrích:

Suíonn gach duine i gcorcal lena súile dúnta. Iarr ar na rannpháirtithe trí anáil dhomhain a tharraingt. Ansin iarr orthu a scíth a ligean ar feadh nóiméid agus iad go hiomlán ciúin. Beireann na rannpháirtithe greim ar lámha na ndaoine ar gach aon taobh dóibh, an lámh dheas iompaithe síos agus an lámh chlé iompaithe suas. Ba cheart do gach duine corcal a dhéanamh agus a bheith i ngreim láimhe ar a chéile. Iarrtar ar na rannpháirtithe an grá ina gcroíthe a mhothú agus nuair a mhothaíonn siad é, é a sheoladh amach tríd an lámh chlé. Samhlaíonn siad go bhfuil an grá ag taisteal trí lámha gach rannpháirtí eile, go dtí go dtagann sé ar ais chucu tríd an lámh dheas. Tabhair cúpla nóiméad dóibh chun an méid sin a shamhlú. Chun clabhsúr a chur ar an gcleachtadh, fáisceann an t-éascaitheoir lámh an duine ar thaobh a láimhe clé. Fáisceann an duine sin lámh an duine ar thaobh a láimhe-se clé agus mar sin de, taistealaíonn an fáscadh timpeall an chiorcail agus ar ais go dtí an t-éascaitheoir, rud a thugann le fios go bhfuil an cleachtadh tugtha chun críche.



4. SIOMBAILÍ DEARFACHA

Cleachtadh físiúil is ea seo a chuireann samhlaíocht na rannpháirtithe ag obair agus iad ag léiriú na tréithe dearfacha a fheiceann siad ina chéile ach siombailí a úsáid. Leis an gcleachtadh seo, tugtar deis do gach duine am a ghlacadh chun smaoineamh ar gach rannpháirtí eile sa ghrúpa, duine ar dhuine, chun rud éigin deas fúthu a chur in iúl. Ag an am céanna, faigheann siad léargas ar na tréithe dearfacha a fheiceann a gcomhghleacaithe iontu féin.

Ábhair de Dhíth: Páipéar, Pinn Luaidhe Daite, Pinn Luaidhe

Fad an Chleachtaidh: 1 Uair an chloig

Aois: 8 mbliana d'aois agus níos sine

Cur i gCrích:

Bíodh bileog páipéir in aghaidh an duine réidh agat agus scaip amach ar an ngrúpa iad. Tarraingíonn gach duine imlíne díobh féin ar an mbileog agus scríobhann siad a ainm uirthi. Cuirtear an bhileog ó dhuine go duine agus tarraingíonn gach duine siombail laistigh d'ímlíne an duine. Tá an tsiombail le smaoineamh atá acu faoin duine sin a chur in iúl. Ar ndóigh, ní cheadaítear ach smaointe/tréithe dearfacha! Nuair a bheidh siombail curtha ag gach duine laistigh d'ímlíne gach duine eile, tugtar an bhileog ar ais go dtí an duine a bhfuil a ainm uirthi agus faigheann siad léiriú físiúil ar an dearcadh atá ag na daoine eile fúthu. Más mian leis na rannpháirtithe labhairt lena chéile agus na siombailí a mhíniú, is féidir leo sin a dhéanamh.

Roghanna:

- Scríobhann gach rannpháirtí a ainm faoin tsiombail a tharraing siad, lena chur in iúl cé a tharraing cén tsiombail.
-
- Is féidir leis na rannpháirtithe a smaointe faoin duine a scríobh faoin tsiombail nó timpeall uirthi, ach gan ainm a chur leis.

5. STOIRM SNEACHTA

Baineann an cleachtadh seo le seans agus gníomhú ar ala na huaire. Bealach tapa agus éasca is ea é chun deireadh dearfach, sona a chur leis an ngrúpa..

Ábhair de Dhíth: Páipéar, Siosúr, Peann, nó nathanna dearfacha réamh-ullmhaithe agus priontáilte.

Fad an Chleachtaidh: 5 Nóiméad

Aois: Oiriúnach do gach aois.

Cur i gCrích:

Bíodh nathanna dearfacha ullmhaithe agat a bheidh oiriúnach d'aoisghrúpa na ceardlainne. Sa sampla thíos tá nathanna amhail 'Coinnigh d'Aisling Beo', 'Déan do Dhraíocht Féin', 'Ní Gá a bheith Foirfe le bheith Iontach'. Bíonn gach nath priontáilte nó scríofa amach ag an éascaitheoir. Bíodh an méid céanna nathanna is atá daoine sa ghrúpa – nó i bhfad níos mó! Bíonn gach nath ar pháosa páipéir as féin, agus déantar meall de gach ceann. Dá mhó an páosa páipéir is amhlaidh is mó an meall a dhéanfaidh sé. Ag deireadh na ceardlainne, caith na meallta ar fad suas san aer chun 'Stoirm Sneachta' a dhéanamh. Roghnaíonn gach rannpháirtí meall agus osclaíonn amach é. Is dó féin an nath dearfach nó an dearbhchothú sin agus tugann sé abhaile leis é.

