

Scenariusz lekcji do spektaklu: „Czerwiec '56”

Nagranie spektaklu: https://youtu.be/YS5mDUZE_sU?si=sVlr7OWVOZSW-2Jh

Autor scenariusza: Hanna Szelaąg

Temat zajęć:

- Analiza filmu „Czerwiec '56” - obraz totalitaryzmu.
- Bunt jako forma wyrażania swoich potrzeb.
- Umiejętność komunikacji drogą do porozumienia.
- Film „Czerwiec'56” - jako artystyczna forma przekazu.

Grupa wiekowa: klasy VII-VIII szkoły podstawowej, uczniowie klas ponadpodstawowych.

Czas realizacji: 4 godziny lekcyjne.

Zagadnienia edukacyjne:

- obraz filmowy „Czerwiec '56”: prawda faktów czy emocji?
- totalitaryzm, człowiek poddany manipulacji, propaganda środkiem perswazji,
- projekcja filmu „Czerwiec '56” - deprywacja potrzeb aktywizująca pragnienia wolności,
- kiedy dojdiesz do ściany - bunt jako jedyna forma ratowania godności,
- rola komunikacji w drodze ku demokracji,
- język filmu (kadr, plan zdjęciowy, plan filmowy) – jego rola w procesie tworzenia wypowiedzi w kontekście wydarzeń Czerwca 1956 roku.

Cele operacyjne:

uczeń/uczennica/uczestnik zajęć:

- uczeń potrafi: samodzielnie analizować dzieło filmowe pod wskazanym kątem, uświadamia sobie, że język filmu w swojej formie, stylistyce, odzwierciedla sytuację społeczną i polityczną narodu,
- uczeń rozwija umiejętność samodzielnej pracy z tekstem kultury,
- uczeń formułuje argumenty potwierdzające tezę, że język w ustach manipulantów - szczególnie polityków - może stać się bronią wymierzoną w wolności obywatelskie, definiuje pojęcie totalitaryzmu i uświadamia sobie potrzebę wolności,
- uczeń poszerza wiedzę o sytuacji społeczno - politycznej w czasach PRL – u.

Formy i metody pracy:

- samodzielna praca z tekstem kultury, filmem,
- dyskusja,
- burza mózgów,
- praca w grupach,
- etiuda teatralna: drama,
- rzeźba – działania teatralne,
- projekcja filmowa.

Materiały dydaktyczne:

- rzutnik i ekran,
- przybory do pisania,
- duże kartki papieru,
- nagranie spektaklu.

Wprowadzenie do spektaklu:

Spektakl opowiada o czasach PRL-u. Ukazuje sytuację społeczną, bytową ludzi w tamtych czasach. Pokazuje ich jednolite stroje, w odcieniach szarości, ich proste rozrywki, przedmioty użytku codziennego i ogólnie mówiąc biedę. Na tle tego zwykłego i często ciężkiego życia, widzimy władzę, która „opływa w dostatki” (dobra wódka i papierosy, co w tamtych czasach było symbolem dostatku) i ma oko na wszystko stosując inwigilację możliwą dzięki totalitarnej władzy. To władza podporządkowuje sobie ludzi, wyzyskuje i traktuje z wyższością. Dodatkowo pacyfikuje bunt z bezwzględnością i okrucieństwem. Widzimy bezsilną jednostkę, która pada pod naporem siły, osieroca swoje dzieci, dla których chleba nie udało się wywalczyć. Wzruszające zakończenie z podwójną siłą pokazuje rozpacz i bezsilność obywateli, a także despotyzm tych, co na górze. Zresztą i na górze widać przepychanki, jedni są lepsi od innych i wykorzystują to bezwzględnie. Światem rządzi elita, a mały i bezradny człowiek doprowadzony do ostateczności w zetknięciu z machiną państwową zostaje zmiażdżony jej siłą.

Pracę nad spektaklem rozpoczęliśmy od rozmów z młodymi ludźmi na temat polskości, wolności, patriotyzmu. Okazało się, że te tematy budzą wiele emocji i są aktualne. Młody człowiek pragnie wypowiadać się na ważne tematy, prezentować swoje stanowisko i być postrzeganym i traktowanym poważnie. Znalazło to odzwierciedlenie w spektaklu.

Informacje o spektaklu:

Zespół teatralny A TO MY z Teatru w Przejściu z Zespołu Szkół Ogólnokształcących nr 4 w Poznaniu.

Reżyseria, scenariusz, scenografia: Hanna Szeląg

Przebieg zajęć

Lekcja 1

Zapisujemy temat lekcji:

Analiza filmu „Czerwiec’56”- obraz totalitaryzmu.

1) Lekcję rozpoczynamy od prezentacji filmu:

Film „Czerwiec ’56” jest obrazem codziennego życia w PRL i prawdy historycznej, emocjonalnej o przyczynach, przebiegu i zakończeniu buntu klasy robotniczej w 1956 roku.

2) Dyskusja na temat filmu. Proponowane tematy:

1. Jakie realia z życia pokazane są w filmie?
2. Początkowo metodą burzy mózgów uczniowie podają dostrzeżone realia, potem prosimy o pracę w grupach i nazwanie sytuacji zauważonych w filmie, potwierdzających te realia.
 - Bieda, skromne posiłki (zawinięte w gazety pajdy chleba).
 - Niski status majątkowy ludności: Skromny ubiór (niemożność kupienia butów, papieru toaletowego), zajęcia (gra w klasy, zabawy dzieci pokazują potrzebę bliskości i kontaktu, która jest w nas zawsze, niezależnie od czasów, w których żyjemy).
 - Pracę w fabryce – eksploatacja pracowników, praca ponad siły – przyczyna buntu.
 - Zwyczaje, przymusowe uroczystości (pochód pierwszomajowy).
 - Strach przed władzą (napominanie, aby być cicho).
 - Terror, przemoc, poniżanie formami sprawowania władzy (zakaz modlitwy, wydawanie rozkazów morderstwa „do odstrzału”).
 - Inwigilacja metodą podporządkowania sobie narodu (maski, patrzą, na nich też się coś znajdzie). Zastraszanie społeczeństwa przez szpiegów, donosicielstwo.
 - Bunt, jego geneza i dramatyczny przebieg (bunt wynika z niezaspakajania potrzeb, z bezsilności).
 - Brak perspektyw, widoków na zmiany.
 - Niewiara w rządzących i obawy przed wyrażeniem swego niezadowolenia.
 - Obraz władzy, bezwzględna, okrutna, podstępna, przekupna, upodlająca człowieka, przebieg okrutnego rozprawienia się z demonstrantami.

3. Jakie to budzi w was uczucia? Empatii, współczucia, smutku, zrozumienia?
4. Zbudujcie rzeźbę: Robotnicy w 1956 r. W jakiej będą postawie i dlaczego? Czy wszyscy w jednakowej? Dlaczego wybrałeś akurat taką postawę i mimikę? Praca w grupach. Omówienie rzeźb.
5. Wnioski: życie było ciężkie, niesatysfakcjonujące, smutne, biedne, w ciągłym strachu.

Zdanie domowe:

Wypiszę swoje potrzeby, czego potrzebuję w życiu, aby być szczęśliwym?

Lekcja 2

Zapisujemy temat lekcji:

Bunt jako forma wyrażania swoich potrzeb.

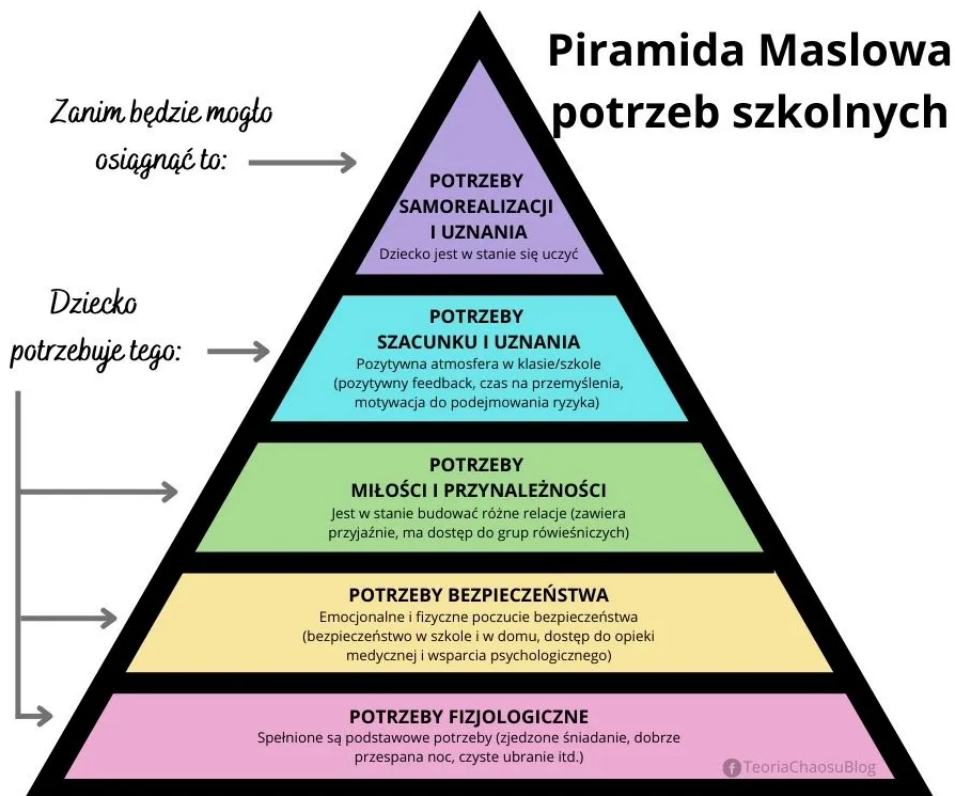
1) Czego potrzebowali robotnicy? Dlaczego się zbuntowali?

- potrzebowali jedzenia,
- odzieży,
- bezpieczeństwa,
- pieniędzy.

2) Analizujemy potrzeby dzisiejszej młodzieży i porównujemy z potrzebami tamtych młodych ludzi.

Wnioski: Nasze potrzeby są zupełnie inne.

3) Podajemy piramidę Maslowa i pytamy, co o tym myślą. Czy zgadzają się z tym, że aby zaspakajać potrzeby wyższego rzędu, potrzebujemy mieć zaspokojone potrzeby pierwszorzędowe (Załącznik 1).



Deprywacja to nieustanne uczucie niezaspokożenia potrzeb. Jest źródłem stresu, potęguje poczucie zagrożenia i zmęczenia psychicznego.

4) Pytamy uczniów, czy zgadzają się ze stwierdzeniem, że deprywacja potrzeb może doprowadzić do buntu? Czy też to zależy od charakteru człowieka, który nigdy się nie zbuntuje, bo chce być w porządku. Co musi się zdarzyć, że człowiek sięga po taką formę wyrażania swoich potrzeb? Dyskusja.

Wnioski:

W dyskusji dochodzimy do wniosku, że człowiek postawiony pod ścianą, który nie ma już nic do stracenia, sięga po bunt jako wyraz swojej determinacji.

Zadanie domowe:

Co musiałyby się zdarzyć, żeby robotnicy nie mieli potrzeby buntu, wyjścia na ulicę?

Lekcja 3

Zapisujemy temat lekcji:

Umiejętność komunikacji drogą do porozumienia.

1) Uczniowie czytają pracę domową i spisujemy wszystkie logiczne pomysły:

Przykładowe odpowiedzi:

- Musieliby więcej zarabiać – bezpieczeństwo finansowe.
- Musieliby mieć możliwość wyrażania swoich potrzeb, dialog, prawidłowa komunikacja.
- Musieliby mieć pewność, że ich potrzeby będą wysłuchane i realizowane, że ktoś się nimi interesuje.
- Musieliby czuć się bezpiecznie w swoim kraju, podczas wyrażania swoich potrzeb (chodzi o prawo do strajku i wolność słowa, brak cenzury).
- Musieliby mieć zapewnioną realizację potrzeby stabilizacji (perspektywę godnych zarobków, które pozwolą w dłuższym czasie otrzymać mieszkanie, samochód, wczas, co było na te czasy szczytem marzeń).
- Musieliby potrafić prowadzić negocjacje na ten temat z władzami, to ważna umiejętność komunikacyjna, którą trzeba by nabyć na wtedy nieosiągalnych szkoleniach i warsztatach.
- Chodzi o skierowanie uwagi na rolę prawidłowej komunikacji w celu osiągnięcia porozumienia oraz podkreślenie niebezpieczeństw autorytarnych systemów.

2) Dzielimy klasę na dwa zespoły.

Dobra komunikacja podstawą porozumienia, drama.

Dzielimy klasę na dwa zespoły i mówimy, że zespół, który wygra, dostanie dobrą ocenę. Dwie grupy przekonują do swoich racji w postępowaniu mającym na celu przetrwanie, nadchodzi chwila decyzji o proteście czerwcowym, trzeba się spieszyć: jeden zespół ma powiedziane, że aby przetrwać, muszą zaprotestować, wyjść na ulicę, ale nie mają pewności czy poprze ich druga grupa, a tylko łączny protest ma sens, bo władza ich dostrzeże. Małego protestu nawet nie zauważą. Mają pomysł oraz ludzi, którzy potrafią organizować protest i strajk, są zdeterminowani, ale nie mają poparcia drugiej grupy, która się waha. Wierzą w powodzenie misji. Trzeba tamtych przekonać. Druga grupa ma wątpliwości, boi się, widzi niepowodzenie i represje. Chcą przekonać pierwszą grupę, aby się powstrzymali.

Kto kogo przekona?

Którzy bohaterowie z filmu byliby, w której grupie i dlaczego? Możemy dyskutować w roli. Możemy stworzyć więcej grup i zobaczyć, czy zawsze wynik negocjacji będzie taki sam. Od czego to zależy?

3) Jak prowadzić dobre rozmowy, zasady dobrej komunikacji, nauczyciel wyświetla je na ekranie (Załącznik 2):

- **Zasada nr 1 – słuchaj aktywnie.**

Komunikacja to nie tylko mówienie, ale również słuchanie. Okazanie zainteresowania rozmówcy pozwala na poprawne zrozumienie tego, co ma nam do przekazania.

- **Zasada nr 2 – najpierw pomyśl, potem powiedz.**

Komunikacja musi być procesem przemyślanym. Nie chodzi o to, aby wyrzucać z siebie milion słów na milion różnych tematów. Rzecz w tym, aby jasno i precyzyjnie formułować myśli.

- **Zasada nr 3 – najlepiej mów krótko i na temat.**

- **Zasada nr 4 – nie zapominaj o obranym celu.**

Dygresje, anegdotki, odchodzenie od głównego wątku – lubimy to robić, ale nie pomoże nam to w osiągnięciu zamierzonego celu dyskusji.

- **Zasada nr 5 – kluczowa jest informacja zwrotna.**

Dobra komunikacja musi zawierać informacje zwrotne. Będą to bowiem elementy, które pozwolą nam stwierdzić, czy zostaliśmy odpowiednio zrozumiani.

- **Zasada nr 6 – nie zapominaj o komunikacji niewerbalnej.**

Gesty i mimika istotne są również ważne w kontekście naszego rozmówcy, który w ten sposób może chcieć nam coś przekazać.

- **Dobra komunikacja kluczem do sukcesu.**

Dobra komunikacja jest z pewnością kluczem do sukcesu – osobistego, zawodowego, interpersonalnego. To, czy potrafimy odpowiednio wyrażać siebie i czy potrafimy odbierać to, co chcą nam powiedzieć nasi rozmówcy, decyduje o rozwoju osobistym.

Oto inne 10 zasad zdrowej i budującej komunikacji.

- Mów o swoich uczuciach.
- Mów o zachowaniu, nie o samej osobie.
- Myśl o korzyściach z rozmowy.
- Nie myśl o motywach, skup się na informacji.
- Licz się ze skutkami swoich wypowiedzi.
- Dziel się informacjami, nie udzielaj rad.
- Skup się na spostrzeżeniach.
- Opisuj, a nie oceniaj.
- Nie wracaj do przeszłości, mów o obecnej sytuacji.
- Pamiętaj o potrzebach obydwu stron.

Możemy przeanalizować swoje rozmowy i stwierdzić, czego nam brakowało, aby dojść do porozumienia:

- Spokoju
- Czasu
- Planu
- Współpracy
- Wyznaczenia głównych negocjatorów
- Notatek
- Negocjacji

Co to są negocjacje?

Negocjacje – dwustronny proces komunikowania się, którego celem jest osiągnięcie porozumienia z innymi, gdy niektóre z naszych interesów są wspólne, a inne sprzeczne i obie strony chcą uzyskać porozumienie.

Wnioski:

Negocjacje polegają na spokojnym wysłuchaniu racji obu stron i szukaniu kompromisu zadowalającego obie strony, to i ustąpienie pola i zyskanie go. To zrozumienie drugiej strony. To zgoda i wtedy możliwy jest sukces.

Skutecznym sposobem na poprawę komunikacji w zespole jest sporządzanie notatek. Pomysły i zadania w formie pisemnej usprawnią wymianę informacji w zespole, pozwolą uniknąć nieporozumień, które mogą przerodzić się w konflikty, niepotrzebny stres; nauczą porządkowania zadań i ułatwią zachowanie hierarchii.

Dlaczego pomimo słabej perspektywy powodzenia doszło do protestów czerwcowych? Czy to efekt niepowodzenia takich negocjacji czy zdeterminowanie ludzi i wiara w sukces protestów? Czy była wtedy możliwość rozmów z władzami?

Zadanie domowe:

Jakie rozróżniamy plany filmowe? Czy różni się plan zdjęciowy od filmowego? Poszukaj definicji i zdjęć w Internecie. Przygotuj prezentację.

Lekcja 4

Zapisujemy temat lekcji:

Film „Czerwiec '56”- jako artystyczna forma przekazu.

1) Omówienie zadania domowego. Mini wykład: Język filmu lub prezentacje uczniów na ten temat.

Czas realizacji 1 lub 2h lekcyjne w zależności od tempa pracy uczniów i dojrzałości społecznej.

Plan filmowy a plan zdjęciowy (Załącznik 3)

Otóż niektórym zdarza się używać naprzemiennie te pojęcia, a konieczne trzeba podkreślić dużą różnicę pomiędzy nimi. Plan filmowy odnosi się w skrócie do kadrowania ujęć, natomiast plan zdjęciowy to miejsce, w którym realizuje się film – studio lub plener.

Plan filmowy – rozmiar kadru obejmującego fragment przestrzeni; określony sposób kadrowania, wynikający z odległości kamery od filmowanego obiektu czyli z odległości filmowanego obiektu od widza, rodzaju użytego obiektywu i oświetlenia oraz sposobu komponowania przestrzeni.

Wyróżniamy osiem planów. Mamy plan: daleki, ogólny, pełny, „amerykański”, średni, bliski, zbliżenie oraz detal.

- **Plan daleki**

Prezentuje ogólną panoramę, postać ludzka jest niewielka bądź nieobecna. Wyświetlamy na tablicy multimedialnej zdjęcie takiego planu i każdego następnego, omawianego.

- **Plan ogólny** ma na celu przedstawienie całego krajobrazu, tła, w którym odbywać się będzie akcja. Jest to np. ujęcie przedstawiające miasto, pokój bohatera czy dom z zewnątrz. Jeżeli w tym planie pojawia się postać, to jest pokazana w całej okazałości wraz z tłem.

- **W planie pełnym** widzimy bohatera oraz tło, ale tym razem to bohater jest najważniejszy. W tym wypadku możemy pokazać tylko fragmenty tła. Trzeba pamiętać, że postać ma być pokazana od stóp do głowy.

- **Plan amerykański**

Plan „amerykański” – bohater przedstawiony jest od kolan do miejsca tuż nad głową. Plan ten ma na celu przedstawienie postaci, tło nie gra tu roli. Widzimy w tym przypadku gesty postaci, cechy charakterystyczne. Dobrze jest pokazywać w tym planie rozmowy bohaterów ze względu na to, że widz dostrzeże mimikę czy gesty.

- **Plan średni**

Od pasa do przestrzeni nad głową kadrujemy bohatera w planie średnim. Podobnie jak w planie amerykańskim dużą rolę odgrywają tu gesty, reakcje postaci, jego ubiór.

- **Plan bliski**

Plan bliski to popiersie bohatera, który przejmuje kadr. Postać, cechy zewnętrzne czy coś, na co patrzy bohater są tu najważniejsze, tło nie gra roli. W tym planie można pokazać do trzech bohaterów na raz.

- **Zbliżenie (Wielki plan)**

Kiedy chcemy pokazać emocje, stworzyć tzw. napięcie wynikające z reakcji postaci kadrujemy jego twarz w zbliżeniu. Zajmuje ona wtedy cały plan lub jego większość.

- **Detal**

Detal natomiast ma za zadanie zwrócić uwagę widza na dany fragment kadru. Może to być część ciała bohatera (rana, blizna, kolor paznokci, charakterystyczna część ciała) albo jakiś element stanowiący jego ważną cechę (np. coś związanego z ubiorem). Detal ukazuje znaczącą informację, która w jakiś sposób charakteryzuje postać albo sytuację.

2) Rozmowa z uczniami:

Jakie kadry zostały Wam w Pamięci, zrobiły największe wrażenie i w jakim planie były przedstawione. Czy gdyby to był inny plan, wrażenie byłoby inne?

Następnie młodzież wyszukuje tych scen oraz analizuje wpływ ustawienia kamery na wartość artystyczną scen.

3) Zapisujemy notatkę w zeszytach. Zabiegi artystyczne w filmie „Czerwiec ’56”.

1. Zestawienie scen z przeszłości z obrazami teraźniejszej ulicy Poznania jako celowy zabieg reżyserski. Co uzyskujemy w ten sposób? Utożsamiamy się z bohaterami, widzimy związek z miejscami historycznymi i lokacjami filmu.

2. Język filmu, plany zdjęciowe a przekaz filmowy.

Poszukiwanie ciekawych planów filmowych i ich znaczeń.

Plany filmowe podkreślają detale:

- Czy to buty, chodaki tupiące beznadziejnie, lichy, bezbronię po ulicy, to jednocześnie podkreślenie masowości buntu, pokazanie jak wielu robotników uczestniczyło w proteście i że w tej masowości czuli siłę.
 - Czy szmaty z pasją szorujące pomnik Czerwca '56. Jak rozumiem szorowanie pomnika? Dlaczego akcja tej sceny ma taką lokację?
 - Aktorzy wykonują bezsensowną pracę szorowania pomnika, z jednej strony uwypuklając przekaz, że należy mu się błysk upamiętniający tamte wydarzenia, ale z drugiej strony pokazuje ta scena bezsens prac wykonywanych na polecenie władz. Ta czynność jakby chciały dotrzeć do sensu tych działań, jakby chciały ten sens nadać, odkryć przed widzami, a właściwie pokazuje bezsens tamtych czasów.
 - I to niebo pokazane na zakończenie, to samo, które widzimy dziś, na tle którego słychać było głosy wołające o pomoc, głosy rozpaczliwych i niewinnych dzieci, których nikt nie słuchał. To łączy czas, rzuca pomost pomiędzy tamtymi i naszymi czasami, pokazuje, że to i nasze sprawy. Zresztą w kadrze niejednokrotnie można znaleźć zbłąkane znaki naszych czasów, niby przypadkiem, a jednak stanowczo widoczne, jakby pokazywały, że czas się przenika i czy dawniej czy to dziś, walka o wolność godność człowieka jest jednakowo ważna.
3. Co potęguje dramatyczna wymowa filmu?
- Dźwięki, stukanie kłapkami o kocie łby, obraz niemożliwego zwycięstwa dla ubogiej klasy robotniczej, uzbrojonej w chodaki.
 - Białe maski, forma inwigilacji - biała maska pokazuje, bezdusność władzy, która w pracy „nie ma twarzy” - uczuć.
 - Poniżenie, pokazuje siłę władzy.
 - Obecność współczesnych ludzi w każdej scenie pokazuje stopień inwigilacji społeczeństwa.
 - Postać dziecka, zagubionego, niewinnego, rozdartego pokazuje różną perspektywę dzieci i dorosłych, różne ich potrzeby i różne dramaty.
 - Obraz biedy, która jest obca współczesnemu widzowi, a jej postać przedstawiona w strojach, posiłkach, przedmiotach porusza widzów i skłania do komentarza i zastanowienia, ile człowiek może znieść, ile mu jest do życia potrzebne i co jest niezbędne.
 - Zakończenie filmu, sposób pokazania tłumienia strajku.

Rezultaty:

- Budowanie postawy świadomego, wolnego obywatela dzięki poznaniu historii, czasów PRL-u.
- Potrzeba wolności i determinacja w zdobywaniu jej to wciąż aktualne tematy.

Zadanie domowe:

Napisz rozprawkę na temat:

Czy młody człowiek może mieć wpływ na to, by nigdy więcej nie doszło do zwycięstwa totalitaryzmu na świecie?

W ten sposób sprawdzimy umiejętność wyrażania poglądów w rozprawce oraz fakt, czy uczeń rozumie, że od jego postawy tolerancyjnej, demokratycznej i umiejętności dobrej komunikacji zależy dobrobyt i przyszłość Polski. I świata.

Wiedza na temat Planów zdjęciowych i Piramidy potrzeb zaczerpnięta z Internetu.

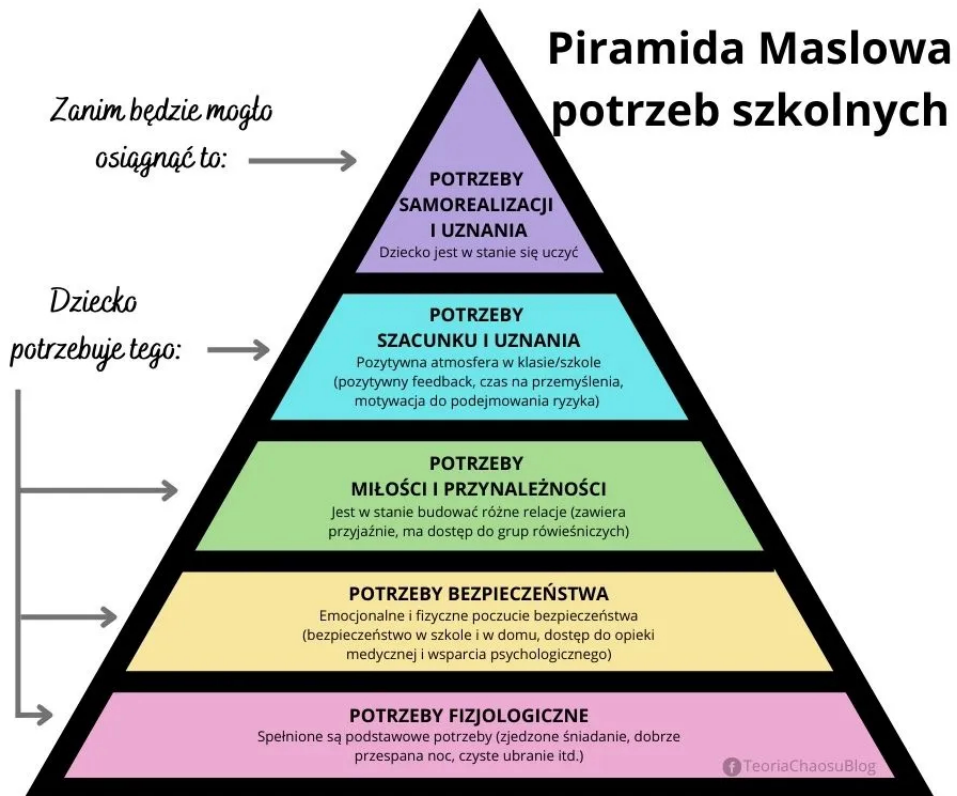
Wykorzystane źródła:

<https://wartoszkolic.pl/baza-wiedzy/6-zasad-dobrej-komunikacji-interpersonalnej/>

https://www.facebook.com/permalink.php?id=114355683335167&story_fbid=461356021968463&paipv=0&eav=AfY9BhCiyXBHUqMaiaCA-MafHbe3QU90-KNzAAGqyG4QZ11aXYIV5zekp4pzqXyLtJQ8&_rdr

<https://teoriachaosu.blog/2022/09/07/piramida-maslowa-potrzeb-szkolnych/>

Załącznik 1



Załącznik 2

Zasady dobrej komunikacji:

- **Zasada nr 1 – słuchaj aktywnie.**
Komunikacja to nie tylko mówienie, ale również słuchanie. Okazanie zainteresowania rozmówcy pozwala na poprawne zrozumienie tego, co ma nam do przekazania.
- **Zasada nr 2 – najpierw pomyśl, potem powiedz.**
Komunikacja musi być procesem przemyślanym. Nie chodzi o to, aby wyrzucać z siebie milion słów na milion różnych tematów. Rzecz w tym, aby jasno i precyzyjnie formułować myśli.
- **Zasada nr 3 – najlepiej mów krótko i na temat.**
- **Zasada nr 4 – nie zapominaj o obranym celu.**
Dygresje, anegdotki, odchodzenie od głównego wątku – lubimy to robić, ale nie pomoże nam to w osiągnięciu zamierzonego celu dyskusji.
- **Zasada nr 5 – kluczowa jest informacja zwrotna.**
Dobra komunikacja musi zawierać informacje zwrotne. Będą to bowiem elementy, które pozwolą nam stwierdzić, czy zostaliśmy odpowiednio zrozumiani.
- **Zasada nr 6 – nie zapominaj o komunikacji niewerbalnej.**
Gesty i mimika istotne są również ważne w kontekście naszego rozmówcy, który w ten sposób może chcieć nam coś przekazać.
- **Dobra komunikacja kluczem do sukcesu.**
Dobra komunikacja jest z pewnością kluczem do sukcesu – osobistego, zawodowego, interpersonalnego. To, czy potrafimy odpowiednio wyrażać siebie i czy potrafimy odbierać to, co chcą nam powiedzieć nasi rozmówcy, decyduje o rozwoju osobistym.

Oto inne 10 zasad zdrowej i budującej komunikacji.

- Mów o swoich uczuciach.
- Mów o zachowaniu, nie o samej osobie.
- Myśl o korzyściach z rozmowy.
- Nie myśl o motywach, skup się na informacji.
- Licz się ze skutkami swoich wypowiedzi.
- Dziel się informacjami, nie udzielaj rad.
- Skup się na spostrzeżeniach.
- Opisuj, a nie oceniaj.
- Nie wracaj do przeszłości, mów o obecnej sytuacji.
- Pamiętaj o potrzebach obydwu stron.

Załącznik 3

Plan filmowy a plan zdjęciowy (Załącznik 3)

Otóż niektórym zdarza się używać naprzemiennie te pojęcia, a konieczne trzeba podkreślić dużą różnicę pomiędzy nimi. Plan filmowy odnosi się w skrócie do kadrowania ujęć, natomiast plan zdjęciowy to miejsce, w którym realizuje się film – studio lub plener.

Plan filmowy – rozmiar kadru obejmującego fragment przestrzeni; określony sposób kadrowania, wynikający z odległości kamery od filmowanego obiektu czyli z odległości filmowanego obiektu od widza, rodzaju użytego obiektywu i oświetlenia oraz sposobu komponowania przestrzeni.

Wyróżniamy osiem planów. Mamy plan: daleki, ogólny, pełny, „amerykański”, średni, bliski, zbliżenie oraz detal.

- **Plan daleki**

Prezentuje ogólną panoramę, postać ludzka jest niewielka bądź nieobecna. Wyświetlamy na tablicy multimedialnej zdjęcie takiego planu i każdego następnego, omawianego.

- **Plan ogólny** ma na celu przedstawienie całego krajobrazu, tła, w którym odbywać się będzie akcja. Jest to np. ujęcie przedstawiające miasto, pokój bohatera czy dom z zewnątrz. Jeżeli w tym planie pojawia się postać, to jest pokazana w całej okazałości wraz z tłem.

- **W planie pełnym** widzimy bohatera oraz tło, ale tym razem to bohater jest najważniejszy. W tym wypadku możemy pokazać tylko fragmenty tła. Trzeba pamiętać, że postać ma być pokazana od stóp do głowy.

- **Plan amerykański**

Plan „amerykański” – bohater przedstawiony jest od kolan do miejsca tuż nad głową. Plan ten ma na celu przedstawienie postaci, tło nie gra tu roli. Widzimy w tym przypadku gesty postaci, cechy charakterystyczne. Dobrze jest pokazywać w tym planie rozmowy bohaterów ze względu na to, że widz dostrzeże mimikę czy gesty.

- **Plan średni**

Od pasa do przestrzeni nad głową kadrujemy bohatera w planie średnim. Podobnie jak w planie amerykańskim dużą rolę odgrywają tu gesty, reakcje postaci, jego ubiór.

Załącznik 3 cz. 2

- **Plan bliski**

Plan bliski to popiersie bohatera, który przejmuje kadr. Postać, cechy zewnętrzne czy coś, na co patrzy bohater są tu najważniejsze, tło nie gra roli. W tym planie można pokazać do trzech bohaterów na raz.

- **Zbliżenie (Wielki plan)**

Kiedy chcemy pokazać emocje, stworzyć tzw. napięcie wynikające z reakcji postaci kadrujemy jego twarz w zbliżeniu. Zajmuje ona wtedy cały plan lub jego większość.

- **Detal**

Detal natomiast ma za zadanie zwrócić uwagę widza na dany fragment kadru. Może to być część ciała bohatera (rana, blizna, kolor paznokci, charakterystyczna część ciała) albo jakiś element stanowiący jego ważną cechę (np. coś związanego z ubiorem). Detal ukazuje znaczącą informację, która w jakiś sposób charakteryzuje postać albo sytuację.

Projekt zrealizowano przy pomocy finansowej
Samorządu Województwa Wielkopolskiego



**SAMORZĄD WOJEWÓDZTWA
WIELKOPOLSKIEGO**



poznańska
fundacja
arTYSTYCZNA



Wszelkie prawa autorskie i majątkowe zastrzeżone dla Poznańskiej Fundacji
Artystycznej