

MANO GROJARAŠTIS

Aprašymas

Šis užsiėmimas padės senjorams savo išmaniuosiuose telefonuose sudaryti asmeninį mėgstamiausių dainų ir muzikos kūrinių grojaraštį. Šią veiklą galima atlikti individualiai arba grupėje su fasilitatoriumi. Užsiėmimas skatina kognityvinę stimuliaciją, gerina skaitmeninį raštingumą ir stiprina emocinį ryšį su brangiais prisiminimais.

Mokymosi tikslai



- Gerinti pažintinius gebėjimus sugrįžtant į prisiminimus ir priimant sprendimus.
- Ugdyti naudojimosi išmaniuoju telefonu įgūdžius.
- Užtikrinti emocinę gerovę klausantis prasmingos muzikos.
- Skatinti pasitenkinimą sukūrus skaitmeninį grojaraštį.



Trukmė

Aplinka

Individualus arba grupinis užsiėmimas

Praktiniai patarimai

- Jūsų grojaraštis nuolat augs: Nebūtina vienu bandymu jį užbaigti tobulai.
- Sudarykite skirtingus grojarščius atspindinčius įvairias nuotaikas: motyvuojantį, atpalaiduojantį, klasikinės muzikos, Kalėdinių dainų...

Fasilitatoriams:

- Paruoškite nesudėtingą instrukciją su ekrano nuotraukomis kaip sukurti grojaraštį naudojantis įprastomis muzikos programėlėmis.
- Tiems, kurie neturi muzikos programėlių, pasiūlykite rasti dainų „YouTube“ arba pasinaudoti muzikos kolekcija telefone.
- Paskatinkite būti kantriems, ypač tuos, kurie dar tik pradeda naudotis išmaniaisiais telefonais.

Priemonės

- Išmanieji telefonai arba planšetiniai kompiuteriai su interneto prieiga.
- Muzikos programėlės tokios kaip „Spotify“, „YouTube Music“ ar „Apple Music“, arba telefono muzikos kolekcija.
- Pasirinktinai: ausinės individualiam klausymuisi.
- Rašiklis ir popierius lapas dainų idėjoms pasižymėti, jei reikėtų.

Numatomi rezultatai

- Pasitikėjimas savo jėgomis naudojantis išmaniaisiais telefonais ir muzikos programėlėmis.
- Asmeninis grojaraštis, kuriuo dalyviai galės mėgautis ir vėliau.
- Geresnė emocinė savijauta mėgaujantis prasminga muzika.
- Geresnė atmintis, nes dalyviai prisimena mėgstamas dainas.



**Bendrai finansuoja
Europos Sąjunga**

Finansuojama Europos Sąjungos lėšomis. Tačiau išreiškiamas požiūris ar nuomonė yra tik autoriaus (-ių) ir nebūtinai atspindi Europos Sąjungos ar Europos švietimo ir kultūros vykdomosios įstaigos (EACEA) požiūrį ar nuomonę. Nei Europos Sąjunga, nei EACEA negali būti laikoma už juos atsakinga. Projekto nr: 2022-1-ES01-KA220-ADU-000089799.

Instrukcijos

Individualus užsiėmimas:

- **Prisiminkite savo mėgstamiausias dainas:** Prisiminkite mėgstamas dainas, atlikėjus ar albumus. Pagalvokite apie muziką, kuri jus džiugina, atpalaiduoja ar kelia nostalgiją.
- **Atsidarykite muzikos programėlę:** Įsijunkite išmanųjį telefoną ir atidarykite pasirinktą muzikos programėlę („Spotify“, „YouTube Music“ ar „Apple Music“). Jei nežinote, kaip ją pasiekti, paprašykite kitų pagalbos arba patikrinkite, ar telefone esančiose programėlėse rasite pažįstamų piktogramų.
- **Ieškokite dainų:** Naudodamiesi programėlės paieškos juosta įveskite mėgstamos dainos, atlikėjo ar albumo pavadinimą. Norėdami pradėti klausytis, spustelėkite gautą rezultatą.
- **Sukurkite grojaraštį:** Raskite grojaraščio kūrimo parinktį (paprastai tai būna piktograma „+“ arba „Pridėti“). Pavadinkite grojaraštį linksmu pavadinimu, pavyzdžiui, „Mano mėgstamiausios“ arba „Linksmosios melodijos“.
- **Į grojaraštį įtraukite dainas:** Spustelkite šalia dainos esančią meniu parinktį (tris taškus arba simbolį „+“) ir pasirinkite „Pridėti į grojaraštį“. Tęskite dainų įtraukimą, kol sudarysite mėgstamų dainų rinkinį.
- **Klausykitės ir mėgaukitės:** Paleiskite grojaraštį nuo pradžios iki pabaigos. Jei sugalvosite pridėti kitas dainas arba norėsite pakeisti eiliškumą, atlikite pakeitimus.

Užsiėmimas grupėje:

- **Susirinkite kartu:** Įsitikinkite, kad kiekvienas turi savo išmanųjį telefoną ir jei reikia rašiklį / popieriaus lapą. Sukurkite ramią ir draugišką atmosferą.
- **Paaškindite užduotį:** Paaškindite, kaip sukurti grojaraštį su mėgstamiausiomis dainomis. Paskatinkite dalyvius prisiminti muziką iš skirtingų savo gyvenimo laikotarpių ar žanrus, kurie jiems patinka.
- **Pademonstruokite pavyzdį:** Naudodami didelį ekraną ar vedančiojo telefoną, parodykite dalyviams, kaip populiariose programėlėse, pavyzdžiui, „Spotify“ arba „YouTube Music“, žingsnis po žingsnio ieškoti dainų ir sudaryti grojaraštį.
- **Pasiūlykite pagalbą:** Vaikščiodami aplink, padėkite dalyviams tyrinėti muzikos programėles ir įtraukti dainas į grojaraštį. Tiems, kuriems šis užsiėmimas atrodo sudėtingas, pasiūlykite pirmiausia įtraukti tik vieną ar dvi dainas.
- **Paskatinkite dalintis:** Jei dalyviai jaučiasi komfortiškai, pakvieskite juos pasidalyti su grupe viena ar dviem dainomis iš savo grojaraščio, galbūt paaškindami, kodėl šios dainos jiems yra svarbios.
- **Pasidžiaukite rezultatais:** Kai visi sudarys savo grojaraštį, paraginkite dalyvius klausytis jo namuose ir laikui bėgant vis papildyti naujomis dainomis.

Šaltinis

Wisamar



Bendrai finansuoja
Europos Sąjunga

Finansuojama Europos Sąjungos lėšomis. Tačiau išreiškiamas požiūris ar nuomonė yra tik autoriaus (-ių) ir nebūtinai atspindi Europos Sąjungos ar Europos švietimo ir kultūros vykdomosios įstaigos (EACEA) požiūrį ar nuomonę. Nei Europos Sąjunga, nei EACEA negali būti laikoma už juos atsakinga. Projekto nr: 2022-1-ES01-KA220-ADU-000089799.