

KOMIKSŲ APIE PSICHIKOS SVEIKATĄ KŪRIMAS: POPIERINIS VARIANTAS

Veiklai reikės

- * pieštukų, trintukų,
- * spalvotų rašiklių, žymeklių,
- * A3 formato popieriaus lapų,
- * paruoštų iliustracijų, pateiktų kūrimo rinkinyje,
- * žirklių ir klijų.



1. Veiklos paaiškinimas

Aptarkite temą:

Pradėkite trumpą diskusiją apie psichikos sveikatą, jos svarbą, su ja susijusius stereotipus ir tai, kaip komiksai gali padėti kalbėti apie šias problemas.

Patarimas: galite peržiūrėti mūsų veiklos lapus.

Aptarkite tikslą:

Pasakykite grupei, kad jie sukurs trumpą komiksą (5-9 veiksmo epizodai) apie psichikos sveikatą.

2. Idėjų generavimas

Diskusija grupėje:

Skatinkite dalyvius išsakyti savo mintis, pristatyti patirtis.

Patarimas: užsirašykite raktinius žodžius ir idėjas

Pasirinkite siužetą:

Padėkite pasirinkti žinomą psichikos sveikatos temą, pavyzdžiui, kaip valdyti stresą, nerimą ar draugystę. Taip pat galite aptarti ta temą esančius stereotipus, kuriuos būtų galima paneigti.

3. Sukurkite komiksą

Naudokite pateiktas iliustracijas (paveiksliukus), kad vizualiai sukurtumėte siužetinį planą.

4. Pasidalinkite ir aptarkite

Pristatykite komiksą:

Suteikite galimybę pristatyti sukurtą komiksą grupei.

Patarimas: skatinkite teigiamą ir palankią atmosferą.

Laikas aptarimui:

Paprašykite užrašyti vieną svarbią mintį, kuri kilo veiklos metu, jei dalintis su visais nedrąsu – galima ją pasilikti ir sau, tačiau visgi paraginkite pasidalinti su kitais.



KOMIKSŲ APIE PSICHIKOS SVEIKATĄ KŪRIMAS: „CANVA“ PROGRAMĖLE



Veiklai reikės

- * „Canva“ programėlės prisijungimo grupei (šiai veiklai atlikti pakanka nemokamos programėlės paskyros).
- * A3 formato maketas



1. Veiklos paaiškinimas

Aptarkite temą:

Pradėkite trumpą diskusiją apie psichikos sveikatą, jos svarbą, su ja susijusius stereotipus ir tai, kaip komiksai gali padėti kalbėti apie šias problemas.

Patarimas: galite peržiūrėti mūsų veiklos lapus.

Aptarkite tikslą:

Paaiškinkite, kaip pasitelksite „Canva“ programėlę kurdami komiksą, kuris padės didinti informuotumą apie psichikos sveikatą.

Patarimas: pasidalykite komiksų pavyzdžiais, kad įkvėptumėte grupę.

2. Idėjų generavimas

Idėjų generavimas:

Skatinkite dalyvius dalintis savo mintimis ir patirtimi.

Patarimas: užsirašykite raktinius žodžius ir idėjas.

Pasirinkite siužetą:

Padėkite pasirinkti žinomą psichikos sveikatos temą, pavyzdžiui, kaip valdyti stresą ar nerimą. Galite aptarti stereotipus, egzistuojančius šia tema, kuriuos būtų galima paneigti.

3. Sukurkite komiksą

Atrinkite iliustracijas:

Padėkite įkelti iliustracijas ir išdėstyti jas puslapyje. Galite naudotis „Canva“ paveikslėlių biblioteka arba pridėti rinkinyje pateiktas iliustracijas. Taip pat įtraukite teksto lauką dialogui.

Pridėkite minčių debesėlius ir spalvas:

Parodykite kaip pridėti minčių debesėlius, kaip keisti spalvas ir perkelti elementus, kad suasmenintumėte savo komiksą.

4. Išsaugoti ir dalintis

Parsiųskite komiksą:

Parodykite dalyviams, kaip išsaugoti komiksą PDF arba paveikslėlių (.jpg) formatais.

Pasidalinkite ir aptarkite

Suteikite visiems galimybę pristatyti savo komiksus ir paskatinkite pasidalinti, ką jie sužinojo apie psichikos sveikatą ir kūrybišką jos išraišką.

Patarimas: skatinkite teigiamą ir palankią atmosferą.



KOMIKSŲ APIE PSICHIKOS SVEIKATĄ KŪRIMAS: SKAITMENINĖS DIRBTUVĖS

**Pasirinkite aplikaciją
(programėlę) ir ją
tinkamai įdiekite į
savo kompiuterį**

Susikurkite paskyrą:

Padėkite dalyviams užsiregistruoti nemokamose programėlėse: sukurti „Book Creator“ arba „Genially“ paskyras. Jei turite licenciją, galite naudoti ir „Pubcoder“ programėlę. Įsitikinkite, kad dalyviai turi prieigą prie įrenginio (planšetinio kompiuterio arba kompiuterio).

Sukurkite naują knygą:

Parodykite dalyviams, kaip pradėti naują knygos projektą ir pasirinkti tinkamą maketą komiksui (pvz., kraštovaizdžio režimą).

1. Pristatykite veiklą

Aptarkite psichikos sveikatos temą:

Pradėkite trumpą diskusiją apie psichikos sveikatą, jos svarbą, egzistuojančius prietarus ir tai, kaip komiksai gali padėti kalbėti apie šias problemas.

Patarimas: galite peržiūrėti mūsų užduočių lapus

Pristatykite tikslą:

Tikslas – sukurti trumpą skaitmeninį komiksą, kuris paneigtų stereotipus apie psichikos sveikatos problemas.

2. Komikso planas

Idėjų generavimas:

Prieš pradėdami, paskatinkite dalyvius pasidalinti idėjomis porose ar mažose grupėse. Padėkite jiems pasirinkti temą ir pagrindinį komikso siužetą. Galite pateikti ir stereotipų pavyzdžių, kurie galėtų būti paneigti.

Aptarkite maketą:

Leiskite jiems greitai sukurti preliminarų planą popieriuje arba programėlėje, kad galėtų geriau suplanuoti kiekvieną komikso skydelį.

3. Skaitmeninis komikso kūrimas

Pridėkite tekstą ir vaizdus:

Parodykite, kaip naudotis programėlės funkcijomis, kad būtų galima pridėti daugiau paveikslėlių, teksto laukų ir kalbos debesėlių. Dalyviai gali įkelti iliustracijas iš rinkinio arba pasinaudoti programėlės paveikslėlių bibliotekos turiniu.

4. Paskelbti ir pasidalinti

Paskelbkite komiksą:

Parodykite dalyviams, kaip savo kūrinį paversti elektronine knyga, pasidalinti juo su grupe ar atsisųsti.

Pristatykite ir padiskutuokite:

Kvieskite dalyvius pristatyti savo komiksus ir aptarti, kaip ši veikla padėjo jiems geriau suprasti psichikos sveikatą.

Patarimas: kurkite saugią aplinką, kurioje kiekvienas galėtų laisvai pasidalinti savo mintimis.

