

A villámgyakorlat megnevezése	Javasolt évfolyam	Fejlesztési célok	A gyakorlat eredete			Megjegyzés
Egy mozdulat	1-4. osztály	<ul style="list-style-type: none"> <li>● önismeret, önkifejezés</li> <li>● ráhangolódás, visszajelzés</li> </ul>	Saját fejlesztés	Adaptált és átalakított	Más személy kidolgozása  X	-
A villámgyakorlat leírása						A kipróbálás utáni értékelés, hibalehetőségek

<p>Körben állunk, mindenki (a tanulók és a pedagógus is) kitalál egy mozdulatot, ami azt fejezi ki, hogy érzi most magát. Egyesével bemutatjuk, aki szeretné, indokolhat is.</p> <p><i>Összefoglalás: Megérkezéshez, ráhangolódáshoz és lezáráshoz is használhatjuk. Segíti a nonverbális kommunikációt és önkifejezést, így testhezállobb lehet azoknak a tanulóknak, akik szóban nehezebben fejezik ki magukat, ugyanakkor fejlesztő lehet azok számára is, akiknek egy ehhez hasonló verbális feladat nem okoz nehézséget.</i></p>	<p>Elkezdeni mindig nehéz, különösen, ha nem találkoztak még ehhez hasonló feladatokkal a tanulók. Ezért indulhat például a pedagógustól a kör és nem feltétlenül szükséges sorban haladni.</p>
---	---