

Metodika Soft Skills 2

Názov projektu: **Podpora vzdelávacích aktivít zameraných na zlepšenie školskej úspešnosti v OZ TEAM.**

Prijímateľ: **OZ TEAM**

ITMS kód projektu: **312011AKF9**

Typ projektu: **dopytovo orientovaný projekt**

Doba realizácie projektu: **11/2020 – 10/2021**

Schválená výška NFP: **197 628,20**

Tento projekt sa realizuje vďaka podpore z Európskeho sociálneho fondu a Európskeho fondu regionálneho rozvoja v rámci Operačného programu Ľudské zdroje.

Zážitkový program: Expedícia Soft Skills 2

ZÁMER:

Zámerom zážitkového programu Soft Skills 2 je

- zhodnotiť proces vzdelávania počas programu, získanie poznatkov o motivácii,
- oboznámiť sa s príležitosťami pre ďalší rozvoj.

CIELE:

Absolvent/ka školenia:

- Dokáže zhodnotiť svoje skúsenosti, zručnosti, vedomosti, má záujem sa v niektorej oblasti rozvíjať a pozná príležitosti pre rozvoj.
- Má základné vedomosti o úlohách a spôsoboch sebamotivácie a motivácie iných
- Zažije pocit úspechu a pozná spôsoby ako sa vyrovnáť s náročnými situáciami
- Uvedomí si, akú dôležitú úlohu zohráva v projekte marketing a propagácia.
- Pozná základné marketingové nástroje a kanály v online aj v offline komunikácii.
- Dokáže definovať, popísať a pripraviť jednoduchý projekt.

ODPORÚČANÁ ŠTRUKTÚRA:

Víkendové školenie :

Trvanie: tri dni

Prvý deň: časová dotácia 4 hodín, od 16.00 hod. do 20.30 hod. (z toho 30 min. prestávky)

Druhý deň: časová dotácia 8 hodín, od 8.30 hod. do 20.30 hod. (z toho 60 min. prestávky)

Tretí deň: časová dotácia 4 hodín, od 8.00 hod. do 12.15 hod. (z toho 15 min. prestávky)

Prvý deň

Víkendové školenie					
1.deň, časová dotácia 4 hodín, od 16.00 hod. do 20.30 hod					
Poradové číslo	Názov aktivity	Stručná charakteristika aktivity	Trvanie aktivity (v min.)	Pomôcky	Poznámky k online aktivite
1	Úvod do školenia	Privítanie účastníkov/čok, predstavenie lektorov/iek	10		
2	Zoznamovacie aktivity	Indiánske mená	20		

3	Program školenia + očakávania	Oboznámenie s programom, zistenie očakávaní	35	PREZI	
4	Pravidlá	Dohodnutie a spísanie spoločných pravidiel skupiny	15	SCREEN	ak máme niekde pravidlá z minula, zdieľať ich, prípadne doplniť.
5	Štvorec	Aktivita na vytvorenie tímovej atmosféry	40		
	PRESTÁVKA	Večera	60		
6	Portrét	Aktivita na zapamätanie mien a bližšie zoznámenie sa	15	Podložky, perá, papier	
kdtivity7	Let balónom	vzájomné spoznávanie, rozvoj kritického myslenia	45		princíp sextantu, len letíme balónom a vyhadzujeme svoje hodnoty, obľúbené veci, ľudí a pod.
	PRESTÁVKA	Večera	15		
8	Večerné zamyslenie	aktivita na pohľad späť, čo mi dal/vzal projekt ZŠU	60	perá, zápisníky	reproduktory
9	Záver školiaceho dňa	Zhodnotenie dňa	10		

POPIS AKTIVÍT:

Úvod školenia:

V úvode školenia jeden z lektorov privíta všetkých zúčastnených. Predstaví lektorov/ky, prípadne ďalších členov tímu

V prípade online verzie zrealizuje prezenčku formou predstavenia každého účastníka.

Zoznamovacia aktivita – Indiánske mená

Realizácia: Indiánske mená sú zväčša dvojslovné výrazy pozostávajúce z prídavného a podstatného mena napr. Veľký medveď, Drviaca ruka, ale aj iné opisné tvary, napr. Ten, ktorý tancuje s vlkami alebo Ten, ktorý rád rozvíja svoje talenty. Teraz majú účastníci/ účastníčky možnosť predstaviť sa skupine iným spôsobom, ako boli doteraz zvyknutí/é. Vymyslia si indiánske meno, ktoré ich charakterizuje a napíšu ho na zadnú stranu obálky. Každý/á povie svoje indiánske meno a prilepí obálku na stenu. Tá slúži počas celého školenia ako poštová schránka. Účastníci/čky si navzájom do nej vkladajú oznamy, odkazy a pod.

Metodické poznámky: Napriek tomu, že sa jedná o zoznamovaciu aktivitu je vhodnú urobiť krátku reflexiu a zodpovedať otázky:

- Bolo ľahké/ťažké vymyslieť si indiánske meno?
- V čom bolo iné ako bežné meno?
- Čie meno bolo výstižné?
- Čo ste sa dozvedeli nového, zaujímavého?

Program školenia + očakávania

Realizácia: Lektor požiada účastníkov aby si zobrali tri post-ity rôznych farieb alebo jamboard na ktoré napíšu odpovede na nasledujúce otázky:

Čo chcem získať?

Čím chcem prispieť?

Čomu sa chcem vyhnúť?

Následne lektor vyzve jednotlivých účastníkov, aby svoje očakávania popísali. Lektor môže na záver okomentovať či očakávania môžu byť splnené alebo nie.

Následne účastníci/čky postupne lepia svoje odpovede na flipchart. Lektor/ka ich zosumarizuje a zhodnotí:

- Aké očakávania najviac rezonujú?
- Sú ich očakávania reálne?
- Prekvapilo/zaujalo vás niečo ako lektora/ku?

Metodické poznámky: Počas uvádzania aktivity nedávame žiadne príklady, aby ich účastníci/čky nepoužívali ako šablónu. Je vhodné, ak sa tejto aktivity zúčastnia aj lektori/ky. Očakávania odložíme na použitie počas záverečného hodnotenia.

Pravidlá

Realizácia: Lektor vyzve účastníkov aby si spomenuli na prvú expedíciu a stanovenie pravidiel na nej. Účastníkov/čky rozdelíme do skupín po troch a v priebehu minúty majú stanoviť minimálne tri pravidlá, ktoré sú podľa nich dôležité. Lektor/ka ich postupne zapisuje na flipchart. V prípade, že nejaké dôležité pravidlo chýba doplnia lektori/ky. Všetci účastníci/čky sa pod pravidlá podpíšu na znak toho, že sa zaväzujú ich dodržiavať.

Metodické poznámky: Papier, na ktorom budú spísané pravidlá môžeme nazvať „pakt“, ktorý sa zaväzujeme dodržiavať jeho podpísaním.

Štvorec

Realizácia: Všetci účastníci/účastníčky majú zaviazané oči a stoja v kruhu. V rukách držia lano a ich úlohou je zostrojiť z tohto lana štvorec. Lektor/ka stanoví časový limit v ktorom má byť úloha splnená. V reflexii sa zameriame na vyjadrenie pocitov, priebeh aktivity, zapojenie/nezapojenie sa jednotlivých členov/iek do riešenia, kto bol iniciátorom/kou, či bol každý návrh vypočutý, akú skúsenosť získali, čo by spravili nabudúce inak a pod.

Metodické poznámky: Lektori/ky okrem pozorovania procesu dohliadajú na bezpečnosť účastníkov/účastníčok.

Portrét

Realizácia: Každý/á účastník/čka dostane papier formátu A4, pero/farbičku/fixku. Na papier nakreslí obrys svojej tváre a viditeľne napíše svoje meno. Lektor/ka vopred upozorní na proporcie obrázka a veľkosť, či umiestnenie mena. Pustí hudbu a pokiaľ ju nezastaví, účastníci/čky sa pohybujú po miestnosti, obrázok otočený smerom k podlahe si navzájom vymieňajú.

V momente, keď hudba prestane hrať, každý/á pozrie či obrázok mu/jej zostal. Na pokyn lektora/ky postupne dokresľujú jednotlivú časť hlavy (napr. ústa) na obrázok podpísaného účastníka/účastníčky. Potom sa opäť pustí hudba, účastníci/čky si vymieňajú portréty a keď sa zastaví, nájdú človeka, ktorého papier majú v ruke a dokreslia ďalšiu časť tváre. Po dohotovení portrétov ich vystavíme v galérii (pripevníme na stenu).

Let balónom

Na flipchartovom papieri je nakreslený teplovzdušný balón. Lektor má pripravené farebné papiere, na ktorých má napísané jednotlivé položky: kariéra, peniaze, odevy, krása, priatelia, domáci miláčik, budúcnosť, auto, knihy, ľudské práva, vzdelanie, rodina, spomienky, sociálne médiá, učitelia. tie nalepí na balón.

V úvode lektor navodí atmosféru letu v balóne, náhle sa však počasie zmení a aby mohol balón v lete pokračovať, musia vyhodit' niektoré z položiek, ktoré majú k dispozícii.

V priebehu 10 - 15 min. každý individuálne vyberie 5 vecí, ktoré si chce ponechať do konca cesty.

Následne účastníkov rozdelíme do menších skupín. V priebehu 10 min. si zdieľajú svoj výber, s odôvodnením. Nasledujúcich 10 - 15 min. v skupinách vyberú 5 najdôležitejších vecí, ktoré si ako skupina chcú vziať so sebou.

V rozbere kladieme otázky: ako ste sa cítili?, Čo je najdôležitejšia vec vo vašom živote?, Ako ste vyberali svoje položky jednotlivito? Ako v skupinách?. Čo bolo najťažšie rozhodnutie, ktoré ste vo svojom živote museli urobiť?, ...

Večerné zamyslenie

Individuálna práca. Osobné hodnotenie priebehu projektu.

Vysvetlíme účastníkom, že ich úlohou je v priebehu 60 minút nájsť si v okolí miesto, ktoré má zvláštny význam pre nich osobne, kde sa dobre cítia a kde môžu rozmýšľať. Každý účastník dostane vlastný zápisník a pero. Platí pravidlo, že ak počas hľadania svojho miesta stretne ostatných účastníkov, nerozprávame sa s nimi. Ak uvidíme iných účastníkov sedieť a premýšľať, nebudeme ich rušiť. Keď si nájdeme svoje magické miesto, zamyslíme sa nad otázkami: Ako hodnotím celý priebeh projektu? Čo som sa počas neho naučil/a? Ako som sa správal/a? Čo sa mi nepodarilo a čo môžem najbližšie urobiť lepšie? Ako vyzerá môj doterajší život? Čo chcem zmeniť a musím pre to urobiť?

Účastníci si robia poznámky, kreslia, a pod. Toto hodnotenie sa nesumarizuje v pléne. Každý/á si musí uvedomiť, že je to čas, ktorý si venáje sám/sama sebe.

Zážitok môže byť pre mnohých úplne nový a motivujúci.

Záver školiaceho dňa

Realizácia: Účastníkov/účastníčky rozdelíme do štyroch skupín. Každá skupina dostane otázky na ktoré má odpovedať a následne diskutovať o svojich pocitoch, zážitkoch a priebehu dňa bez prítomnosti lektorov/iek. Otázky: Čo sa tu dialo? Ako ste sa cítili? Aké boli skvelé/pochmúrne momenty? Čo ste sa naučili? Okrem toho je ich úlohou je vymyslieť motto na nasledujúci deň.

Metodické poznámky: Buzz groups zostavíme zo žiakov/čok, učitelia/ky sú spolu v samostatnej skupine.

Druhý deň

Víkendové školenie					
2.deň, časová dotácia 8 hodín, od 8.30 hod. do 20.30 hod.					
Por. číslo	Názov aktivity	Stručná charakteristika aktivity	Trvanie aktivity (v min.)	Pomôcky	Poznámky k online aktivite
1	Úvod do školiaceho dňa	Privítanie, program dňa	10		prezenčka
2	Energizér	štipce	10	štipce	
3	Projektový manažment v kocke	naučiť sa základy projektového manažmentu, prakticky vyskúšať vypracovať projektový zámer	40	papier, nožnice, flipchart	rozdelenie do 4 rooms, Jamboard
4	Inkubátor nápadov	uviedenie aktivity plus názov tímu	10		rozdelenie do 4 rooms v každej skupine líder
5	Brainstorming problémov a potrieb	prakticky nájsť problém v komunite; uvedenie príkladov úspešných projektov	20	rozdelenie do 4 skupín identifikácia problému v	rozdelenie do 4 rooms v každej skupine líder Jamboard, kde napíše každý/á, aký problém identifikoval/a

6	Banka nápadov	hľadanie riešení ktorými by sme odstránili problém	20		whiteboard, druhá strana z predchádzajúcej aktivity
	PRESTÁVKA		20		
7	Energizer	ulele	15		
8	Prototyp	Uvedomenie si dôležitosti marketingu v projekte. Oboznámenie sa so základnými marketingovými nástrojmi.	50	Fixy, farbičky, farebné papiere,	môžu spraviť náčrt alebo vyrobiť z toho čo majú doma 3D vizuál
9	Marketing	Príprava marketingu a propagácie projektu; burza projektov	30		roomky
	OBEDNÁ PRESTÁVKA		60		
10	Energizer	padajúce stoličky	15	-	
11	Burza nápadov	Budeme mať pomyselné peniaze ktoré môžeme investovať do ich nápadu	60		PREZI
12	Leadership	prezi	45		
	PRESTÁVKA		15		
13	Ihla		60	ihly	rozdelenie do room
14	Tímová spolupráca - Športové aktivity	skákanie za roh, 5 minútové výzvy	85	Šatky, špagát, loptičky, lentilky, balóny, plastové poháre....	Aktívne počúvanie - skupiny - príbeh - prerozprávania
	PRESTÁVKA - večera		60		
15	Veža		45	tímy	Spätná väzba
16	Človečina		45		
17	Záver dňa				hodnotenie

Úvod do školiaceho dňa

Realizácia: Lektor privíta a stručne oboznámi účastníkov s programom daného dňa.

Energizér (Výber z možností príkladov energizérov)

Projektový manažment v kocke

Realizácia: Interaktívnym spôsobom zistí lektor/ka, čo rozumejú účastníci/čky pod pojmom projekt a aké črty/znaky poznajú. Následne informácie lektor/ka doplní, vylepí na stenu. Skupine predstaví projektový cyklus a jeho časti (problém, cieľ, aktivity, rozpočet, cieľová skupina, dôležití dospelí).

Inkubátor nápadov

Lektor rozdelí účastníkov do 4 skupín. Po vytvorení tímov nasleduje skupinová práca. Každý tím má za úlohu dohodnúť sa na názve, vytvoriť logo a slogan, stanoviť si 3 najdôležitejšie hodnoty. Výstup zaznamená každý tím na papieri, ktorý bude obsahovať aj zoznam mien členov/iek tímu. Tento výstup sa následne odovzdá lektorom/kám.

Metodické poznámky: Tvorbu tímov facilitujeme veľmi citlivo, aby hneď na začiatku nedošlo ku konfliktom a nespokojnosti. Účastníkom/čkam vysvetlíme, že každý tím sa musí zohrať, preto je úplne v poriadku, ak majú pocit, že si na začiatku ešte nerozumejú so všetkými členmi/kami tímu

Brainstorming problémov a potrieb

Realizácia: Lektor/ka účastníkov/čky vtiahne do témy: „Vo svojom okolí často pozorujeme veci, situácie, ktoré sa nám nepáčia, možno aj vo svojom živote by sme chceli niečo zmeniť. Nie vždy a všetky problémy vieme/môžeme riešiť. Za pokus to však vždy stojí a my si ukážeme postup, ktorý nám v tom môže pomôcť.“

Lektor/ka vyberie veľmi jednoduchý problém, napr: necítim sa príjemne vo svojom byte. Tento problém napíšeme na flip a účastníci/čky prostredníctvom brainstormingu identifikujú možné príčiny problému. Na základe problému formulujeme potrebu, t. j. preformulujeme ich problém ako pozitívny opak.

Z pomenovaných príčin vyberieme 1 – 2, ktoré vieme odstrániť s momentálnymi materiálmi, osobnými a finančnými zdrojmi. Preformulovaním vybranej príčiny získavame všeobecný cieľ. Pomenovaný cieľ dosiahneme postupnými krokmi - aktivitami. Všetky aktivity musia bezprostredne súvisieť s cieľmi. Pomenovanú aktivitu rozpracujeme do prípravnej, realizačnej a hodnotiacej fázy, čo sú fázy projektu. Na záver musíme zodpovedať otázky: Čo potrebujeme na to, aby sme zrealizovali jednotlivé aktivity? Aký materiál, akých ľudí a koľko peňazí potrebujeme (toto len odhadom, nie ako reálny rozpočet).

Metodické poznámky: Lektor/ka počas aktivity povzbudzuje účastníkov/účastníčky k hľadaniu príčin, dôsledkov, formulovania cieľov a vymýšľania aktivít, aby sa čo najaktívnejšie podieľali na analýze problému. Odporúčame naštudovať si príručku Projekt je zmena, dostupnú na webe luventy.

Banka nápadov

Realizácia: Jednotlivé projektové tímy analyzujú vlastný problém podľa postupu z predchádzajúcej aktivity za pomoci lektora/ky. Svoju prácu odprezentujú v pléne. Po jednotlivých prezentáciách diskutujeme, či skupina našla reálne príčiny, aké ďalšie dôsledky by našli ostatní, či sú stanovené ciele reálne a pod. Lektor/ka sa v diskusii snaží, aby skupina pochopila rozdiel medzi potrebou a cieľom.

Energizér (*Výber z možností príkladov energizérov*)

Prototyp

Na základe predchádzajúcich aktivít majú jednotlivé tímy pripravené projektové zámery, na ktorých finalizáciu dostanú 10 min.

V nasledujúcich 30-tich minútach majú vytvoriť 3D prototyp očakávaného výsledku svojho projektu. Použiť môžu materiál poskytnutý lektormi, prírodný materiál z okolia, veci ktoré majú so sebou a pod.

V závere aktivity všetky tímy odprezentujú svoj projekt prostredníctvom zhotoveného diela.

Marketing

Lektor/ka sa v úvode opýta účastníkov/čky, čo si predstavujú pod slovom „marketing“ a vytvorí tak priestor na brainstorming. Podnecuje ich, aby hľadali všetky možné asociácie, ktoré sa im spájajú s týmto možným slovom. Následne vysvetlí pojem marketing, čo je jeho cieľom a kto sú to cieľové skupiny.

Potom každému/každej rozdá pracovný list (Príloha č. 19) a vysvetlí, že ich úlohou je zaškrtnúť marketingové nástroje, ktoré už poznajú a priradiť každý z nich buď medzi „online“ alebo „offline“. Po samostatnej práci lektor/ka prejde so skupinou celý zoznam, vysvetlí každý nástroj, uvedie príklad a zaradí ho do správnej kategórie.

V tretej časti tohto bloku lektor/ka ukáže účastníkom/čkam príklady dobrej praxe, teda kampane, reklamy a využitie konkrétnych nástrojov, ktoré v praxi uspeli. Touto časťou sa ich snaží inšpirovať, aby začali kreatívne rozmýšľať aj nad marketingom svojho projektu.

Následne na to predstaví aktuálne trendy v marketingu, ktoré sa týkajú cieľovej skupiny mladých ľudí (blogy, teasingy, livestreamy, behind the scenes či #nofilter).

Po tejto časti nasleduje aktivita, počas ktorej jednotlivé tímy hľadajú nápady a inšpirácie pre marketing svojho projektu. Úlohou každého tímu je nájsť aspoň 5 kreatívnych nápadov ako odprezentovať ostatným študentom/tkám svoj projekt a ako podnikieť, aby sa na projekte zúčastnili.

Energizér (*Výber z možností príkladov energizérov*)

Leadership

Príprava: Napustíme menšie akvárium, alebo 5 l sklený pohár a pripravíme si piesok, prípadne lístie.

Realizácia: Účastníkov/účastníčky oboznámime s obsahom bloku a dáme do pléna otázku: Kto je to líder? Prípadné odpovede zhrnieme do jednoduchej charakteristiky.

Nasleduje aktivita:

1. Napíšte za 60 sekúnd čo najviac lídrov/ky, ktorí vám napadnú. Niektoré následne prečítame.
2. Napíšte každý za seba, kto je pre vás lídrom/kou, kto vás inšpiruje k líderstvu.

Predpokladáme, že medzi prvou a druhou úlohou vznikne rozdiel. Kým v prvom kole účastníci/čky písali aj „negatívnych lídrov/ky“, ktorí/é síce majú vplyv a moc, no napr. nekonajú čestne a spravodlivo, v druhom kole sa objaví na papieroch viac „pozitívnych lídrov/iek“, teda takých/é, akých/é by chceli nasledovať. Skupine vysvetlíme, že existuje pozitívne a negatívne líderstvo a že jeho charakter si vždy vyberá líder/ka.

3. V skupinách charakterizujú lídra: kto je líder/ka, aké má vlastnosti, ako sa správa.

Následne ich necháme svoje postrehy odprezentovať. Lektor/ka vysvetlí, čo všetko znamená byť dobrým/ou lídrom/kou a premostí na to, že pre lídra/ku a jeho/jej vedenie je nesmierne dôležitá dôvera. Následne skupine predstaví ako vzniká a zaniká dôvera – voda v akváriu je prostredie v ktorom žijeme. Každý/á z nás má svoju osobnú dôveryhodnosť, ktorá vzniká spojením charakteru a odbornosti. Dôveryhodnosť je tak našim jedinečným darom, ktorý prinášame ostatným ľuďom do prostredia v ktorom žijeme.

Keď sa zmiešajú dôveryhodnosti viacerých ľudí, vzniká dôvera. Teraz do akvária pridáme piesok, lístie a vodu zakalíme. Účastníkom/čkam vysvetlíme, že tak ako sa zakalila voda v akváriu sa zakalí aj prostredie v ktorom žijeme v prípade, že doňho vstúpia ľudia, ktorí nie sú dôveryhodní. Tak dôvera zaniká. A keď v živote/v akváriu nie je, rybám/ľuďom sa ťažko žije.

Následne lektor/ka vysvetlí čo robí líder, čo je jeho úlohou a čo na to potrebuje. Potom skupine predstaví teóriu 5 úrovní líderstva, z ktorých vysvetlí prvé tri (Príloha č. 29).

Po prvej alebo druhej úrovni, keď bude upadať skupinová dynamika môžeme zvoliť aktivitu „Vydrž“. Všetkých požiadame, aby vytvorili zo stoličiek kruh, pričom stoličky budú opierkou smerovať do vnútra. Účastníkov/čky vyzveme, aby si ľahli na kolená toho/tej za sebou. Lektor/ka postupne vyťahuje z kruhu stoličky a cieľom skupiny je vytrvať až do kým sa nevytiahne posledná stolička.

Aktivitou môžeme premostiť na to, že líderstvo nie je jednorázová záležitosť a nie je to ani ľahké byť dobrým/dobrou lídrom/líderkou, vyžaduje si to totiž vytrvalosť.

Na záver tohto bloku vyzve účastníkov/čky k tomu, aby si zobrali pero a papier, našli si svoj „magic spot“ na ktorom budú sami a nikto ich nebude rušiť (izba, prechádzka von) a zamysleli sa nad tým, čo počas uplynulej hodiny a pol počuli. Ich úlohou je vybrať si 3 konkrétne veci, ktoré chcú vyskúšať ako začínajúci/e lídri/ky alebo 3 konkrétne veci, v ktorých sa chcú zlepšiť.

Metodické poznámky: Postupovať môžete aj podľa tejto predpripravenej prezentácie, ktorú vám dávame k dispozícii: <https://prezi.com/l0ozu3qohwid/stvoreni-pre-velkost/>

Ihla

Po dlhšom, pomerne teoretickom vstupe sme zvolili aktivitu Ihla, ktorej cieľom je vymeniť ihlu za čo najhodnotnejšiu vec.

Účastníci/účastníčky rozdělíme do štyroch skupín, každá skupina dostane ihlu. V časovom limite 40 minút plnia úlohu. V prvom kroku vymenia ihlu, vec ktorú získali menia za ďalšiu a ďalšiu. V stanovenom termíne sa vrátia do školiacej miestnosti. Podelia sa o zážitky, popíšu celý priebeh výmeny, svoje pocity, interakciu s miestnym obyvateľstvom. Záverečná úvaha je o tom čo sa pri tejto aktivite naučili.

Tímová spolupráca - Športové aktivity

Tieto aktivity sú nad rámec školiaceho dňa, ale efektívne a zároveň zábavnou formou podporíme vytváranie tímovej spolupráce v skupine, ako aj ich vzájomnú komunikáciu. Počet stanovíšť určíme podľa dĺžky času, ktorý chceme vyplniť.

Realizácia: Úlohy realizujeme v exteriéri. Účastníkov/čky rozdělíme náhodne na skupiny. V skupinách postupne prechádzajú stanovíšťami, kde riešia spoločne alebo prostredníctvom svojho zástupcu úlohy. Pri realizácii poprosíme o pomoc učiteľov, ktorí budú mať na starosti jednotlivé stanovíšťia

1. stanovíšte – lektor v priestore umiestni 10 rôznych predmetov. Pred začiatkom oboznámi každú skupinu s pravidlami hry. Úloha skupiny bude zvoliť si s pomedzi seba jedného, ktorému zaviažu oči. Ten bude hľadať predmety, ostatní idú za ním pričom nesmú rozprávať ale môžu ho navigovať dotykmi. Spôsob navigácie si môžu dohodnúť na začiatku pred zbieraním predmetov. Môžeme stanoviť časový limit, ktorý budú mať k dispozícii. Po skončení limitu spočítame predmety, ktoré nazbierali.
2. stanovíšte – Lektor v priestore vytvorí priestor pre dráhu pre slalomový beh. Úloha skupiny bude postaviť sa vedľa seba a lektor im upresní pravidlá. Ich úloha bude v čo najkratšom čase zaviazať si nohy šatkami okolo členkov a spoločne prejsť dráhu vymedzenú značkami. Lektor skupinu upozorní na dôležitosť vzájomnej synchronizácie.
3. stanovíšte – Lektor pripraví na stole alebo lavičke pyramídu z plastových pohárov. Úloha skupiny bude zvoliť si s pomedzi seba jedného zástupcu. Dostane balón, ktorý musí v časovom limite nafúknuť a následne prostredníctvom vzduchu v balóne sfúknuť čo najviac pohárov zo stola.
4. stanovíšte – Lektor dá skupine k dispozícii dve laná a loptičku. Úloha skupiny bude premiestniť loptičku z jedného konca lán na druhý koniec
5. stanovíšte – skupina dostane tri nafúkané balóny, ktoré musia udržať vo vzduchu čo najdlhšie ale nesmú sa ich dotknúť rukou.

Veža

Úloha: Postaviť vežu, ktorá je najvyššia, najpevnejšia, najkrajšia. Celý proces zaznamenáva pozorovateľ/ka.

Realizácia: Účastníkov/čky rozdělíme na skupiny, každá dostane materiál, určíme časový limit na stavbu veže. Pozorovatelia/ky sa nesmú zapájať do procesu, môžu pripomínať čas. Po uplynutí času porota rozhodne o poradí.

V reflexii každá skupina vyjadří svoje pocity, zhodnotí ako prebiehala komunikácia, príprava stratégie, zapojenie/nezapojenie a úloha jednotlivých členov/iek skupiny, z čoho sa môžu poučiť, akú skúsenosť môžu využiť v budúcnosti a pod.

Následne sa k aktivite vyjadria pozorovatelia/ky, ktorí/é zhodnotia ako videli proces práce tímu „zvonku“.

Zameriavajú sa na tieto otázky:

- Ako sa tím rozhodoval?
- Aké argumenty boli použité a aká bola na ne reakcia?
- Ako boli rozdelené úlohy?
- Ako sa jednotliví/é členovia/ky prispôbili svojim úlohám?
- Aká bola reakcia na časový stres?
- Aká bola komunikácia v skupine ?
- Bol niekto zo skupiny vylúčený, niekto príliš autoritatívny?
- Čo bolo dôležitejšie – vyhrať, alebo byť spolu?

V závere aktivity účastníci/účastníčky porovnajú svoje zhodnotenie a zhodnotenie pozorovateľov/iek.

Metodické poznámky: Dôležité je poskytnúť dostatočný čas na reflexiu, niektorí/é účastníci/čky prvýkrát zažijú neformálne vzdelávanie, nie sú schopní/é hneď po zážitku rozoberať svoje emócie, alebo naopak, potrebujú sa „vyrozprávať“. Pri reflexii sledujeme, či účastníci/čky pochopili procesy v tíme a učili sa spolupracovať, čo je cieľom tejto aktivity.

Človečina

Realizácia: Do miestnosti umiestnime 4 stoly, ku každému 5 stoličiek. Na každý stôl umiestnime karty s otázkami (môžeme použiť hry Človečina a Hlbina), svietniky so sviečkami, zhasneme svetlo. Keď je všetko pripravené, do miestnosti vstúpia účastníci/účastníčky.

Pri každom stole bude sedieť lektor. Ku každému stolu si sadnú 4 z nich a dostanú inštrukcie. V priebehu 10 minút odkrývajú otázky a odpovedajú na ne, prípadne diskutujú. Po časovom limite sa popresúvajú k inému stolu tak, aby boli s ďalšími účastníkmi/účastníčkami (nie celé pôvodné skupiny). Tento postup opakujeme ešte dvakrát. Po aktivite nerobíme reflexiu, necháme účastníkov/účastníčky zamyslieť sa, čo sa o kom dozvedeli, či ich niečo prekvapilo, ako sa cítili a pod.

Metodické poznámky: Pred aktivitou dáme prestávku s tým, že účastníci/účastníčky opustia miestnosť a vkročiť môžu spoločne, keď je všetko pripravené. Nie je nutné, aby v časovom limite zodpovedali, alebo rozdiskutovali všetky otázky. Dohliadame, aby sa účastníci/čky vymieňali pri stole tak, aby sa porozprávali s čo najväčším počtom účastníkov/čok.

Záver dňa

Realizácia: Lektor len zhrnie aktivity z daného dňa a ponechá priestor na reakcie účastníkov na jednotlivé aktivity. Následne povie inštrukcie na nasledujúci deň.

Tretí deň

Víkendové školenie					
3.deň, časová dotácia 4 hodiny, od 8.00 hod. do 12.15 hod.					
čas	Názov aktivity	Stručná charakteristika aktivity	Trvanie aktivity (v min.)	Pomôcky	Poznámky k online aktivite
1	Energizér	logické hádanky	10		
2	Argumentačná debata	cvičenie zručností argumentovať, rolová hra	60		
3	Prezentačné zručnosti	Zosumarizovať zásady prezentácie, praktické cvičenie – poskytnutie spätnej väzby	30	Flipchartové papiere, fixky, časopisy,	
	PRESTÁVKA		15		
4	Adamsovci	Aktivita na úvod do témy	20		
5	Motivácia		20		
	PRESTÁVKA		10		
6	List samému sebe	Napísať si plány a kroky ktorými ich dosiahneme na najbližšieho pol roka. Zamerať sa na osobnostný rozvoj.	30	vzor obálky, obálky, papiere	
7	Čo nás čaká	Zadanie úloh.	20		
8	Záver školenia		20		

Energizér (Výber z možností príkladov energizérov)

Argumentačná debata

Realizácia: Teraz už majú tímy predstavu o tom, aký projekt by chceli robiť. Na jeho realizáciu potrebujú získať finančné prostriedky a preto sa vybrali na mestský/obecný úrad, do školy, prípadne za sponzormi. Tímy dostanú čas na prípravu predstavenia svojho projektového zámeru a dôvodov, prečo by mal byť podporený, prečo by mal sponzor poskytnúť financie, riaditeľ/ka školy poskytnúť napr. priestory a pomoc.

Lektor/ka vopred prideli roly účastníkom/čkam z iného tímu, napr. poslanec/kyňa zastupiteľstva, člen/ka OZ, spolužiak/čka a pod. podľa povahy projektu, ktorý bude prezentovaný. Úlohou tímu je presvedčiť partnerov o dôležitosti ich projektu, aby získali financie. Na vyjednávanie (hranie rolí stanovíme čas 7 – 10 minút). Partneri podľa svojej role kladú doplňujúce otázky, presvedčajú o nezhodnosti návrhu a pod. V reflexii zisťujeme, ako

sa účastníci/čky cítili, čo sa dialo, ako sa argumentovali, aktivitu porovnávame s reálnou situáciou a uvažujeme, čo by sme zmenili v budúcnosti.

Za aktivitou nasleduje lektorský vstup - teoretické zhrnutie, vysvetlenie troch častí argumentu na príkladoch spojených s diskusiou a popísanie znakov dialógu (len veľmi jednoducho).

Prezentačné zručnosti

Realizácia: Úlohou skupiny je spomenúť si na predstavovanie tímov v úvode, prezentáciu analýzy svojho problému, prípadne predstavenie projektového zámeru komisii. V rámci spoločnej diskusie účastníci/čky definujú, čo sa im na týchto prezentáciách páčilo/nepáčilo, čo by sme spravili inak a ako? Postrehy zapisuje lektor/ka na flip, v závere ich zosumarizuje a účastníkom/čkam rozdá pripravený handout.

Adamsovci

Realizácia: Lektor vyberie štyroch dobrovoľníkov, ktorí následne odídu z miestnosti. Následne lektor vysvetlí ostatným účastníkom pravidlá aktivity.

Dobrovoľníci budú prichádzať do miestnosti postupne po jednom. Ich úlohou bude rozosmiať účastníkov, ktorí sú v miestnosti. Princíp hry je postavený na tom že účastníci v miestnosti budú opakovať všetko čo urobí dobrovoľník

Motivácia

Realizácia: Blok začneme aktivitou Čísla, ktorá súži aj ako energizér. Na papieroch formátu A5 máme rôzne čísla z rozpätia od 1 do 100. Účastníci/čky sú za dverami. Na zem v miestnosti rozmiestnime taký počet čísel, koľko je účastníkov/čiek. Tí/tie dostanú inštrukciu (stále sú za dverami), že ich úlohou je vojsť do miestnosti a v čo najkratšom čase sa všetci postavia na papieri s číslami. Pustíme ich dnu a meriame čas.

Nech je čas akýkoľvek, povieme, že sa dá dosiahnuť lepší. Pošleme ich znovu za dvere a dáme im možnosť v priebehu 2 minút pripraviť si stratégiu. Medzi tým niektoré čísla preložíme na iné miesto. Pravdepodobne bude čas horší, ako prvýkrát. Znovu ich pošleme za dvere s možnosťou poradiť sa a niektoré čísla vymeníme za iné. Znovu dáme skupine možnosť zlepšiť si čas, v poslednom kole nerobíme žiadne zmeny.

V reflexii sa pýtame, či sa im zdala byť úloha ťažká/lahká na prvé pocity, aké mali pocity, keď sme menili podmienky, ako sa skupina správala "za dverami", k čomu prispela aktivita/ako sa z nej poučili, prečo sa snažili zlepšovať výkon?

Z reflexie vyplynie, že ľudia majú rozličné "dôvody" prečo chcú niečo dosiahnuť (niekto je viac súťaživí, niekto zas túži zažiť úspech,...). Tieto "dôvody", čiže vnútorné pohnútky nás orientujú na nejaký cieľ a nazývame ich motívom.

Stručne vysvetlíme rozdiel medzi motívom a stimulom, pojmy stimulácia a motivácia. Zdôrazníme, že nie každý stimul sa zmení na motív. Objasníme druhy motivácie: subjektívna (sebamotivácia) a objektívna; vnútorná, vonkajšia. Môžeme spomenúť, že existuje niekoľko teórií motivácie, najznámejšia Maslowova. Z ktorej vychádzajú faktory motivácie.

Skupinová práca: členovia/ky skupín sa snažia v čo najkratšom čase vymenovať, čo všetko ich dokáže motivovať. Na aktivitu vyčleníme 5 minút. Informácie zosumarizujeme, doplníme, uvedieme, že sa jedná o nástroje motivácie.

Na záver pustíme motivačné video napr. :

Vnitřní síla: <https://www.youtube.com/watch?v=DEhYXfQ1qAs> alebo

Piano stairs: <https://www.youtube.com/watch?v=SByymar3bds>

List samému sebe

Realizácia: V úvode necháme čas, aby sa účastníci/účastníčky rozhodli, čo chcú zo svojich plánov chcú dosiahnuť do pol roka po ukončení program. Rozdáme im obálky, na ktoré si napíšu vlastné meno a adresu. Ich úlohou je napísať list sebe samému/samej.

Inštrukcia: Predstav si, že si Marek/Martina v septembri 2022. Dosiahol/a si svoj cieľ/splnil sa ti sen z júna 2021. Napíš Marekovi/Martine z marca 2021 do listu čo najpodrobnejšie, čo všetko si musel/a urobiť a uskutočniť na ceste za svojím cieľom. Pozri sa z tej najlepšej budúcnosti naspäť na cestu, ktorú si prešiel/a a napíš si tie najdôležitejšie body. Čím podrobnejší bude tento list, tým lepšie, pretože častokrát si iba spätným pohľadom uvedomíme, aké konkrétne kroky musíme urobiť, aby sme prišli do vysnívaného cieľa.

Každý/á si napíše list sebe samému/samej, vloží ho do obálky, obálku zalepí a odovzdá lektorovi/lektorke. Ten/tá listy odošle pol roka po školení.

Metodické poznámky:

Pred písaním adresy na obálky je nutné povedať, kde adresu umiestniť, ktoré údaje má obsahovať, t. j. adresa adresáta/ky sa píše do pravej dolnej štvrtiny obálky, posledný riadok je cca 2 cm od dolného okraja. Adresa pozostáva z mena a priezviska, ulice a čísla domu, PSČ a názvu mesta/obce. Aj napriek tomu, že tieto informácie podáte, adresy treba pri odovzdávaní listov skontrolovať.

Čo nás čaká

Lektor/ka v krátkom vstupe oboznámi účastníkov s nasledujúcimi úlohami. Do konferencie si majú pripraviť skupinové prezentácie v ktorých popíšu priebeh aktivít projektu, čo sa naučili, aký prínos mala pre nich účasť v projekte a pod.

Ďalšou úlohou je medializácia projektu, každá skupina napíše článok, prípadne zverejní krátke videá na sociálnych sieťach, osloví regionálne médiá.

Pripravajú podklady pre noviny Show your talent špeciál.

Záver školenia - Hodnotenie očakávaní

Realizácia: Na flipchart pripevníme papier s očakávaniami z úvodu školenia, účastníci/čky si ich pripomenú, vyjadria sa k ich naplneniu/nenaplneniu. Ak neboli naplnené a boli relevantné, hľadáme dôvod/príčinu, aby sme sa mohli v budúcnosti takejto situácii vyhnúť. Ak sa naplnili, poďakujeme sa všetkým prítomným, že vytvorili atmosféru, v ktorej sme sa mohli rozvíjať.

