



Comp-Up

MOTIVATE ADULTS
TO IMPROVE BASIC
COMPETENCES



Co funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

comp-up.erasmus.site/
facebook.com/compupmotivateadults/



Comp-Up

MOTIVATE ADULTS TO IMPROVE
BASIC COMPETENCES

motivation support
empowerment

basic skills
personal develop



2

IO4. COMP-UP Motivációs Eszköztár

Projekt száma: 2019-1-IT02-KA204-063179

Projekt időtartama: 2019.11.01 – 2021. 12. 31

Pénzügyi támogatás: Európai Bizottság, Erasmus+ program

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union





Tartalomjegyzék

Bevezetés	5
1. ICE BREAKING (JÉGTÖRŐK)	8
1.1 Rövid bevezetés és háttérinformációk a fejezet célkitűzéseiről.....	8
1.2 Szükséges források.....	9
1.3 Időtartam	9
1.4 Lépésenkénti instrukciók az oktatóknak a feladatok megvalósítására.....	10
1. Feladat – Szociometriai pozíció.....	10
2. feladat – # Hashtag #	10
3. feladat – A legjobb hely	11
1.5 Változatok (hogyan alkalmazzuk a feladatokat egy adott célcsoporthoz, és lehetséges kockázati tényezők a megvalósításuk során).....	11
1. Feladat – Szociometrikus pozíció	11
2. feladat – # Hashtag #	12
3. Feladat – A legjobb hely.....	12
1.6 Hasznos tippek és javaslatok az oktatóknak	13
2. KOMMUNIKÁCIÓ.....	14
2.1 Rövid bevezetés és háttérinformációk a fejezet célkitűzéseiről.....	14
2.2 Szükséges források.....	14
2.3 Időtartam	15
2.4 Lépésenkénti instrukciók a feladatok elvégzésére	15
1. Feladat - Állásinterjú	15
2. Feladat – Aktív figyelem.....	16
3. Feladat – Különböző kommunikációs stílusok	17
2.5 Variációk (hogyan alkalmazzuk a feladatokat az adott célcsoportokhoz és lehetséges kockázati tényezők a megvalósítással kapcsolatban)	17
2.6 Hasznos tippek és javaslatok oktatóknak	17
2.7 Kiosztható feladatlapok a résztvevőknek	18
3. AZ AKADÁLYOK LEKÜZDÉSE	18
3.1 Rövid bevezetés és háttérinformációk a fejezet célkitűzéseiről.....	18
3.2 Szükséges források.....	19
3.3 Időtartam	19



3.4	Lépésenkénti instrukciók az oktatóknak a feladatok elvégzésére.....	19
1.	Perc – “Miért?” (PowerPoint diák 1-7).....	19
2.	Feladat – A siker elképzelése, és egy pozitív céllal kapcsolatos történet (PowerPoint diák 8-10) 20	
3.	Feladat – A félelmek kinevetése (PowerPoint diák 11-14)	21
4.	Feladat – Összerakni a dolgokat (PowerPoint, 15. dia).....	21
5.	Feladat – Négylépéses problémamegoldás (PowerPoint diák 17-22)	22
6.	Feladat – A 15 perces szabály és befejezés (PowerPoint diák 23-24).....	23
3.5	Variációk (hogyan alkalmazzuk a feladatokat egy adott célcsoporthoz, és a megvalósítás lehetséges kockázati tényezői)	23
3.6	Hasznos tippek és javaslatok oktatóknak	24
4.	KÉPZÉSI IGÉNYEK.....	24
4.1	Rövid bevezetés és háttérinformációk a fejezet célkitűzéseiről.....	24
4.2	Szükséges források.....	24
4.3	Időtartam	24
4.4	Lépésenkénti instrukciók oktatóknak a feladatok elvégzésére	25
1.	Feladat: Írástudás felmérése – Tegye sorba	25
2.	Feladat: A számolási készségek felmérése - Trió	25
3.	Feladat: Digitális készségek felmérése – Alapvető digitális készség felmérés.....	27
4.5	Kiosztható feladatlapok a résztvevőknek	28
5.	TANULÁSI STÍLUSOK.....	28
5.1	Rövid bevezetés és háttérinformációk a fejezet célkitűzéseiről.....	28
5.2	Szükséges források.....	29
5.3	Időtartam	29
5.1	Lépésenkénti instrukciók oktatóknak a feladatok elvégzésére	29
1.	Feladat – A tanulási stílusok megismerése	29
2.	Feladat – Séta a galériában	30
3.	Feladat – Építsünk biciklit	31
5.2	Változatok (hogyan alkalmazzuk a feladatokat az adott célcsoportra, és lehetséges kockázati tényezők a megvalósítással kapcsolatban)	32
5.3	Hasznos tippek és javaslatok az oktatóknak	33
5.1	Kiosztható feladatlapok a résztvevőknek	33



Bevezetés

A PIAAC Felnőttek Képesség- és Kompetenciamérése szerint, hozzávetőlegesen 70 millió európai polgár nehézségekkel küzd az alapszintű olvasás és írás, a számolás és a digitális eszközök használata területén a mindennapok során. Az ilyen képességek hiánya jelentősen megnehezíti az egyes hétköznapi tevékenységek elvégzését, és korlátozhatja a társadalmi és munkaerő piaci elhelyezkedést. A Digitális Jártasság a minden európai polgár számára elsajátítandó nyolc kulcskészség egyike, és fontosságát már az Európai Bizottság 2010-es Európai Digitális Menetrendje is kiemelte.

Erre az igényre válaszul, megjelent az Európai Bizottság a Tanács ajánlása a kompetenciafejlesztési pályákról, annak érdekében, hogy a felnőtteket hozzásegítsék az írástudás, számolás és digitális készségek minimális szintjének elsajátításához magas színvonalú és hozzáférhető szolgáltatások fejlesztése révén.

Ebben az összefüggésben a COMP-UP konzorcium a hátrányos helyzetű és alacsony képzettségű felnőttekkel kapcsolatos tapasztalatai alapján azt javasolja, hogy a felnőtt tanulókat támogató felnőttképzési szakemberek (AEP) kompetenciáinak frissítése legyen a megoldás, a célcsoport írástudását, számolási és digitális készségeinek javítása érdekében.

A COMP-Up project legfontosabb aspektusa az alacsonyan képzett tanulók bevonása és motivációja. A motiváció definíció szerint egy pszichológiai folyamat, amely egy adott viselkedés elindításáért, fenntartásáért, támogatásáért, vagy leállításáért felelős. Bizonyos értelemben, ez az erő hajt minket arra, hogy valamilyen módon cselekedjünk és gondolkodjunk.

Egyetértés van abban, hogy a motiváció az intrinszik (vagy belső) és a extrinszik (külső) tényezők kölcsönhatásán alapul. Míg az intrinszik motivációs tényezők az adott személy sajátjai, úgy, hogy az önmagáról és a helyzetről alkotott képhez kapcsolódnak, a tevékenységből származó örömhöz és elégedettséghez, a külső motivációs tényezők a tanulási környezetre, az eszközökre vonatkoznak, amelyek egy cél elérésére ösztönözhetik a tanulót.

Ezért a felnőttképzési szakembereknek ebben a tekintetben egy bonyolult feladatot kell teljesíteniük: lelkesíteniük kell a diákjaikat, hogy beiratkozzanak egy oktatási vagy képzési programba, motiválniuk kell őket, ki kell váltaniuk az intrinszik motivációjukat, segíteniük kell nekik leküzdeni a tanulással és a változásokkal kapcsolatos ellenérzésüket, és abban, hogy bent maradjanak a képzésen, valamint meg kell győzniük őket arról, hogy a tanulás a társadalmi status megszerzésének és a jövőjük építésének eszköze (beleértve a jövőbeli szakmai karriert is).

A felnőttoktatási szakembereknek a tanulók felmért igényeihez kell igazítaniuk a képzést és a feladatokat, és elképzelhető, hogy személyre szabott lépéseket kell tenniük arra, hogy a felnőtteket visszacsalogassák az oktatásba.



Nem csak a személyre szabott tanulási kínálat fontos, de a szakembereknek különös figyelmet kell fordítaniuk a felnőtt tanulók különböző veszélyeztetett csoportjainak igényeire.

Annak érdekében, hogy a tanulókat bevonzzák az oktatásba, és fenntartsák az alacsonyan képzett tanulók motivációját, létfontosságú, hogy megismerjék őket és az élettörténetüket. Így a workshop lebonyolítása előtt, közben, és utána is konzultálhatnak velük. Fontos, hogy már az elején megjegyezzék a tanulók neveit, és reagáljanak arra, amit mondanak.

A COMP-UP Motivációs Eszköztár célja, hogy részletes utasításokat adjon a felnőttoktatási szakembereknek, valamint hogy gazdag forrásgyűjteményt biztosítson a workshopok lebonyolítására az IO4 alatt (és utána is, a mindennapi munkájuk során), annak érdekében, hogy a felnőtt tanulókat motiválni tudják arra, hogy javítsák az olvasási, a számolási és a digitális készségeiket.

Ezzel az Eszköztár hatékonyan támogatja majd az alacsonyan képzett tanulókkal dolgozó felnőttoktatási szakembereket a workshopok megszervezésében és lebonyolításában úgy, hogy a workshopokon használható lépésenkénti utasításokat és forrásanyagokat, technikákat és tananyagokat biztosít a feladatokhoz a számukra.

Emellett, a leírt workshopok tervezésekor különös figyelmet fordítottunk arra is, hogy a résztvevő felnőttek között lehetnek hátrányos helyzetű, vagy speciális háttérű felnőttek is, mint például migránsok, vagy fogyatékkal élők is.

Az Eszköztár 5 szakaszra oszlik, és elsősorban az alacsonyan képzett felnőttek célcsoportjával való kötődés és a bizalmas kapcsolat kialakításának fontosságára összpontosít, hiszen ez az első, és legfontosabb lépés a tanulási folyamatban való motiváció kialakítására és fenntartására.

A tippek és eszközök az alábbi 5 területen állnak rendelkezésre:

- 1) ICEBREAKER (JÉGTÖRŐK) – lehetővé teszik, hogy a résztvevők megismerjék egymást, elősegítik a kommunikációt és az interakciót, és segítenek a résztvevők közötti bizalom kialakításában;
- 2) KOMMUNIKÁCIÓ – segít, hogy a résztvevők felfedezzék a saját kommunikációs stílusukat (verbális és non-verbális), hogy felmérhessék a saját készségeiket, és megértsék, milyen hatással van a saját kommunikációs stílusuk másokra;
- 3) AKADÁLYOK – hogy a résztvevők reflektálhassanak a tanulási folyamattal kapcsolatos akadályaikra és félelmeikre, és segítse őket ezek leküzdésében;
- 4) KÉPZÉSI IGÉNYEK – lehetővé teszi, hogy a résztvevők felismerjék a saját képzési igényeiket, hogy azonosítani tudják a rést a meglévő és a megszerezni kívánt tudás, készségek és tapasztalat között. Itt a résztvevők megkapják az IO1-ben megadott írástudási, számolási és digitális készségértékelő eszközöket is;



- 5) TANULÁSI STÍLUSOK – lehetővé teszi a résztvevők számára, hogy felismerjék a preferált tanulási stílusukat (verbális, vizuális, kinezetikus, társas), és hogy tudatosítsák magukban, hogy akkor tanulnak jobban, amikor az információt az adott tanulási stílusnak megfelelő módon tanítják meg nekik.



A Motivációs Eszköztár alapja az első két, a project keretében kifejlesztett szellemi termék, a COMP-UP Eszközgyűjtemény és a COMP-UP Képzési Tanterv.

Minden partnerország nyelvén (angol, olasz, német, lengyel, román, magyar, svéd) letölthető a COMP-UP project honlapjáról, hogy az oktatók számára a legszélesebb körben használható legyen.



1. ICE BREAKING (JÉGTÖRŐK)

1.1 Rövid bevezetés és háttérinformációk a fejezet célkitűzéseiről

Egy képzés, vagy motivációs workshop elindítása mindig új helyzet, a maga új kihívásaival. A csoport tagjai legtöbbször nem ismerik egymást, vagy különböző háttérrel rendelkeznek. Idő kell hozzá, míg megszokják egymást. Ahogy a cím is jelzi, ez a szakasz olyan módszereket és megközelítéseket tartalmaz, amelyek "megtörik a jeget" a résztvevők között. Így egyrészt az oktató lehetőséget kap a különböző személyiségek feltérképezésére, másrészt a résztvevők is kapnak időt, hogy megismerjék egymást. A képzés/workshop elején jégtörők használatának célja egy közvetlen és kényelmes környezet kialakítása, ahol a résztvevők könnyebben összebarátkozhatnak egymással.

Ez a típusú feladat több mint egy egyszerű bemutatkozó kör, ahol elhangzik a résztvevők neve és kora. A képzés céljaira és időtartamára alkalmazva vannak kreatív, vicces, vagy aktív módszerek, amelyek az első órán alkalmazhatók. Különösen, ha az oktató egy sor különböző didaktikai módszert kínál (nemcsak a hagyományos tanítási stílust), a cél a résztvevők közötti bizalommal teli együttműködés.



A következő oldalakon a jégtörők (icebreakers) megvalósítására ajánlunk módszereket és ötleteket. A szükséges forrásanyagokon és lépésenkénti megoldásokon kívül, rugalmas és változatos megvalósítási lehetőségeket mutatjuk be. Ahogy már említettük, a felhasznált módszereket alkalmazni kell az oktató oktatási stílusához, és a képzés/tanfolyam időtartamához.



1.2 Szükséges források

Előrebocsátjuk, hogy ezek a feladatok bármilyen forrás nélkül is elvégezhetők. Így a jégtörők használhatók spontán, vagy rövid idő alatt, a képzés tervezése során. A módszerek keverhetők és az oktató képzési stílusa, valamint a motivációs workshop időtartama szerint strukturálhatók.

Lehetséges források:

- egy kisméretű labda
- egy gyapjú labda
- egy sor kép (különböző helyekkel, tevékenységekkel, idézetekkel, dolgokkal, ...)
- különböző színű papírok és tollak



1.3 Időtartam

- 1. Feladat: kb. 20 – 25 perc
- 2. feladat: kb. 20 perc
- 3. feladat: kb. 20 perc

Ha minden feladatot le akarunk tesztelni a motivációs workshop alatt, 1 órára és 30 percre kell tervezni. Mivel a feladatok 1 órát tartanak, 30 percet kell tervezni a kérdésekre, bizonytalanságokra, és annak megvitatására, hogy milyen változatok, előnyök és hátrányok tartozhatnak az egyes feladatokhoz.



1.4 Lépésenkénti instrukciók az oktatóknak a feladatok megvalósítására

10

1. Feladat – Szociometriai pozíció

Teljes időtartam: körülbelül. 20 - 25 perc; **Csoport mérete:** 10 – 50 résztvevő

- (5 perc) Kérje meg a résztvevőket, hogy alkossanak egy kört az instrukció meghallgatására: a résztvevők a nevük kezdőbetűje szerint ABC sorrendben álljanak sorba
- (5 perc) (ennyi időt kapnak a résztvevők a sor létrehozására)
- (5 perc) minden résztvevő megmondja a keresztnévét, hogy kiderüljön, mindenki jó helyen áll-e
- (5 perc) kérjük meg a résztvevőket, hogy most a születési dátumaik szerint növekvő sorrendben alkossanak egy másik sort (és adjunk nekik időt, hogy létrehozzák a sort)
- (5 perc) a résztvevők megadják a születésnapjukat, hogy kiderüljön, hogy mindenki jó helyen áll-e



2. feladat – # Hashtag

3.

Teljes időtartam: körülbelül 20 perc; **Csoport mérete:** 5 – 15 résztvevő

- (5 perc) kérje meg a résztvevőket, hogy gondoljanak 3 olyan szóra, amelyek a leginkább jellemzi őket. Ahogy bemutatnák magukat a közösségi médiában, találjanak 3 rájuk illő hashtaget. Ezalatt az oktató is készít 3 hashtaget magáról.
- (5 perc) kérje meg a résztvevőket, hogy üljenek körbe a székeikkel
- (10 perc) vegyen egy labdát, mondja meg a nevét, és a 3 hashtaget (amelyik a legjellemzőbb önre), és dobja oda a labdát az egyik csoporttagnak. Figyeljen rá,



hogy minden résztvevő sorra kerüljön.

3. feladat – A legjobb hely

Teljes időtartam: körülbelül 20 perc;

Csoport mérete: 5 – 50 résztvevő

- (5 perc) az asztalra tegyen ki egy sor különböző helyeket ábrázoló képet, és kérje meg a résztvevőket, hogy nézzék meg a képeket és mindenki válasszon ki egyet
- (15 perc) kérje meg a résztvevőket, hogy alkossanak egy kört, és mutassa meg nekik a képet, amit ön választott. Röviden mondja el nekik, miért tetszik önnek a kép, és hogy most miért szeretne ott lenni. Ez után minden résztvevő bemutatja a számára *legjobb helyet*.
- (5 perc) kérje meg a résztvevőket, hogy tegyék vissza a képeket az asztalra. Esetleg felajánlhatja a résztvevőknek, hogy tartsák meg a LEGJOBB HELY képét, hogy az motiválja őket a képzés során.

1.5 Változatok (hogyan alkalmazzuk a feladatokat egy adott célcsoporthoz, és lehetséges kockázati tényezők a megvalósításuk során)

Ahogy a 2. szakaszban említettük (*szükséges források*), a feladatok elvégzésére sok változat létezik. Logikus, hogy azokat a jégtörőket alkalmazzuk, amelyek a legjobban illenek az oktató képzési stílusához és a képzés időtartamához, és a célcsoporthoz. Most minden feladatot a rugalmas felhasználhatósága szerint elemzünk.

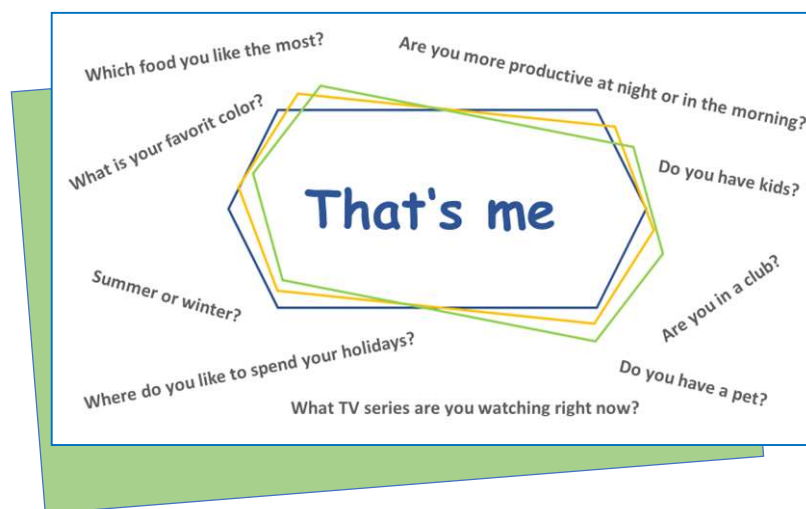
1. Feladat – Szociometrikus pozíció

- Ha az első feladat (sor létrehozása a keresztnevek kezdőbetűje szerint) túl könnyű a résztvevőknek, nehezíthetjük azzal, hogy nem engedjük meg nekik, hogy beszéljenek a következő feladatban.
- A kérdések megválaszolásának sokkal több módja van annál, mint hogy sort alkotunk. Kijelölhetünk két pontot a teremben, legyen "Igen" és "Nem", és kérjük meg a résztvevőket, hogy úgy válaszoljanak a kérdésekre, hogy az adott ponthoz mennek.
- Egy másik lehetőség, hogy leteszünk egy tárgyat (pl. labda, könyv, kalap,...) a kör közepében, és megkérjük a résztvevőket, hogy úgy válaszoljanak a kérdésekre, hogy közel, vagy távol állnak tőlük (pl. munkatapasztalat, a mai motiváció,...).
- A feladat célja, hogy az emberek mozogjanak. Figyeljen a fogyatékkal, vagy egészségi problémákkal küzdő résztvevőkre, akik nehezen mozognak.
- Ha vannak nyelvi nehézségekkel küzdő résztvevők, figyeljen rá, hogy könnyen érthető nyelvezetet használjon, vagy képekkel/piktogramokkal is társíthatja a feladatot (pl. vidám/szomorú arc).



2. feladat – # Hashtag

- A bemutató részhez használhat egy gomolyát. Minden résztvevő, aki átment a feladaton, átveszi a gomolyát, és eldobja. Így a feladat végéig egy háló keletkezik. Mivel mindenkinek meg kell fognia a gomolyát, végig figyelni fognak.
- Ha úgy gondolja, hogy a célcsoport nehezen találja meg az őket jellemző szavakat, adjon nekik példákat, vagy segítő kérdéseket (pl. flipcharton, vagy egy powerpoint bemutatón mutasson nekik kérdéseket).
- Ha a Hashtag szó túl idegenül hangzik, használjon olyan kifejezéseket, mint *Ez vagyok én Rólam*,....



3. Feladat – A legjobb hely

- Nem kell, hogy (csak) helyeket használjunk. Lehetnek mondjuk ételek, sportok, festmények, híres emberek.
- Ha ön nem akar képeket használni, vagy nincs ideje előkészíteni, kérje meg a résztvevőket, hogy hunyják le a szemüket, és gondoljanak a kedvenc helyükre. Hogy néz ki? Milyen illata van? Meleg, vagy hideg? Adjon időt, hogy gondolkodjanak rajta, és utána beszéljenek a választott helyről a csoportnak.
- Kedveli a kísérleti oktatást? Akkor ezt a szabadban is elvégezheti. Ebben az esetben kérje meg a résztvevőket, hogy keressenek egy nekik tetsző tárgyat, mutassák meg a csoportnak, és mondják el, hogy miért választották.



1.6 Hasznos tippek és javaslatok az oktatóknak

Az alábbi linken *jégtörő* kérdéseket talál, amelyeket felhasználhat a feladatokhoz:
<https://conversationstartersworld.com/icebreaker-questions/>.



2. KOMMUNIKÁCIÓ

2.1 Rövid bevezetés és háttérinformációk a fejezet célkitűzéseiről

A kommunikáció képessége a mindennapi élet és a tanulási folyamat kulcskézsége. A kommunikáció felelős az információk cseréjéért (főleg a tanár-diák kapcsolatban), de az érzelmek cseréjéért is, amely a beszélgetést kíséri.

Annak érdekében, hogy a lehető legjobban át tudjuk adni a tudást a munkánk során, meg kell értenünk, hogyan kommunikálnak a különböző emberek. A tanulókkal való kommunikáció, eltérő kommunikációs megközelítést kíván (többé-kevésbé formális). Figyeljen a verbális üzenetekre, de az azokat kísérő testbeszédre is.



A kommunikációs készségek elsajátítása nehéz lehet, és a különböző emberek másképp lehetnek fogékonyak erre. Fontos, hogy tiszteletben tartsuk a kommunikációs stílusokat, és azok követelményeivel.

2.2 Szükséges források

- Papír és toll
- Flipchart
- Markerek



- Kártyák foglalkozásokkal [többféle ingyenes online forrást találhat, amiket ki lehet nyomtatni. Például: <https://7esl.com/jobs-vocabulary/>. Persze, magunknak is elkészíthetjük ezeket. Gépeljük be a különböző foglalkozások nevei, nyomtassuk ki, és vágjuk ki. Jó ötlet lehet, hogy képeket is adjunk az adott foglalkozás nevéhez. Ez segíthet a nyelvi nehézségekkel küzdő résztvevőknek. Fontos, hogy az anyagot a csoport szintjéhez igazítsuk.
- Kártyák képekkel
- A kommunikációs stílusok leírása (itt található): https://www.uky.edu/hr/sites/www.uky.edu.hr/files/wellness/images/Conf14_FourCommStyles.pdf)

2.3 Időtartam

- 1. Feladat: körülbelül 60 perc
- 2. Feladat: körülbelül 50 perc
- 3. Feladat: körülbelül 60 perc

Minden feladat időtartama változhat a résztvevők száma és a részvétel szintje szerint.

2.4 Lépésenkénti instrukciók a feladatok elvégzésére

1. Feladat - Állásinterjú

Teljes időtartam: körülbelül 75 perc;

Csoport mérete: 5 – 15 résztvevő

- a. Minden résztvevő első feladata, hogy írja le az erősségeit egy papírra. Mondja el nekik, hogy az erősségeink ismerete, és azok bemutatásának képessége nagyon fontos, különösen a szakmai életünkben. Adjon nekik papírt és tollat, és mondja el nekik, hogy a készségek, vagy személyes tulajdonságok, amelyeket leírni, bármire vonatkozhatnak. A végén szólítsa fel őket, hogy 3 erősséget osszanak meg a csoporttal (10 perc)
- b. A következő feladat a csoportmunka. Készítsen egy flipchartot, arról, hogy mit tegyünk, és mit ne tegyünk egy interjú. Kezdje egy brainstorming-gal, ahol a résztvevők ötleteit nem értékeli, és utána minden jó és rossz megoldást felír a flipchartra, beszéljék meg ezeket, és ha kell, húzza ki a listáról. (20 perc)
- c. Az előző két feladatot úgy terveztük, hogy felkészítse a résztvevőket a harmadik feladatra, amely egy eljátszott állásinterjút tartalmaz. A résztvevők ismerik az erősségeiket és a szabályokat, amelyeket követniük kell az állásinterjú. Felkészültek egy valódi interjúra. Írja fel a különböző foglalkozások neveit kártyákra, ezekből minden résztvevő húz egyet, és adjunk nekik 5 percet, hogy felkészüljenek az interjúra. Utána játsszon el egy interjút minden résztvevővel. Ez alatt a csoport többi része minden megjegyzést és hibát feljegyez, amit észrevett a beszélgetésben. A végén beszéljék meg a gyakori viselkedésbeli hibákat, és keressenek megoldásokat. (30 perc)
- d. Végül, hasznos lehet megbeszélni a résztvevőkkel a feladatra való felkészülés közben előforduló esetleges hibákat. Ezek az erősségeikhez kapcsolódtak? Lehetséges, hogy



stresszes volt nekik a eljátszani az interjúkat a csoport előtt? (15 perc)

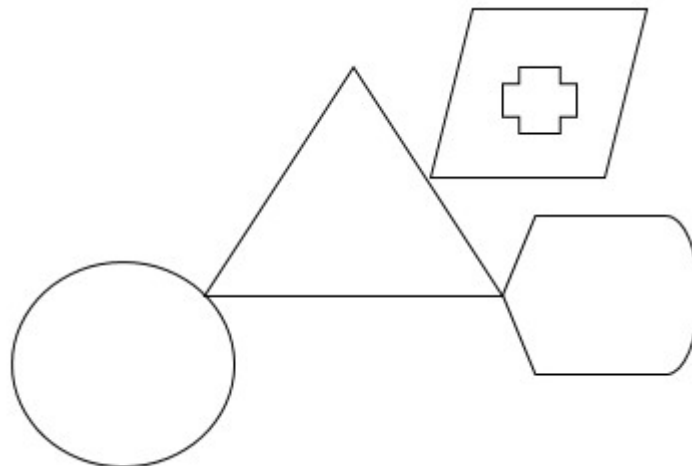
16

2. Feladat – Aktív figyelem

Teljes időtartam: körülbelül 50 perc;

Csoport mérete: 5 – 15 résztvevő

- Bemelegítő feladat az aktív figyelemhez. A résztvevőket ültesse egy körbe, és együtt játsszák el a Kínai suttogós ([Chinese whispers](#)) játékot. Az egyik résztvevő kitalál egy mondatot, és odasúgja a mellette ülőnek. Ez így megy végig, míg az utolsó résztvevő kimondja hangosan, amit hall. (15 perc)
- Ossza párokra a résztvevőket. Az egyiküknek röviden beszélnie kell magáról, a másikkal figyelnie kell rá, utána le kell írnia ezt a személyt az alapján, amit hallott. Ez után, visszajelzést kap arról, hogy mit mondott jól és mit nem. Ezt követően a pár egyik tagja elmondja a csoport többi részének, amit megtudott a társáról. (15 perc)
- Készítsen egy gyűjteményt geometriai mintákra kivágott papírokról (példa lent), és azokkal rakja párokba a résztvevőket. A pár egyik tagja odaáll a flipchart elé, a pár másik tagja mögé áll, és kap egy papírt, amin alakzatok vannak. Ennek a személynek az lesz a feladata, hogy elmondja a társának, hogy hogyan rajzolja le az alakzatokat (milyen méretűek, hogyan helyezkednek el egymáshoz képest). Ennek egyik nehézsége, hogy nem ismételhetheti meg, amit mond, és a rajzoló nem tehet fel tisztázó kérdéseket. Ez a feladat megmutatja a helyes kommunikáció és az aktív figyelem fontosságát. Ezt a feladatot egy pár is bemutathatja példaként a csoport előtt, vagy csinálhatja az egész csoport is (használjon különböző alakzatokat). Minden új párnak, aki elvégzi ezt a feladatot, jobb kezdésben lesz része, és jobban fog tudni kommunikálni, az előttek dolgozók hibáiból tanulva. (20 perc)





3. Feladat – Különböző kommunikációs stílusok

Teljes időtartam: körülbelül 60 perc;

Csoport mérete: 5 – 15 résztvevő

17

- a. Indítson brainstormingot a résztvevőkkel, és gondolkodjanak azon, hogy milyen kommunikációs stílusokat különböztethetünk meg. Találkoztunk olyannal, aki különleges módon fejezte ki magát? Írja fel a beszélő tulajdonságait a flipchartra. Ez magában foglalhatja a beszélő gesztusait, ahogyan viselkedett a beszélgetés alatt, vagy, hogy mennyire volt asszertív. (15 perc). A résztvevők úgy is kezdenek ezt a feladatot, hogy kitöltik az alábbi kvízt, hogy megismerjék a saját kommunikációs stílusukat. Az internet tele van különböző kész tesztekkel. Válassza azt, amelyik a legjobban tetszik. Példák:
 - a. <https://www.leadershipiq.com/blogs/leadershipiq/39841409-quiz-whats-your-communication-style>
 - b. <https://www.glassdoor.com/blog/quiz-whats-your-communication-style/>
 - c. <https://personalitylingo.com/free-communication-style-quiz/>
 - d. <https://visme.co/blog/the-4-communication-styles-quiz/>
- b. Vezesse be a tanulóknak a kommunikációs stílusokat (használja például ezt a forrást): https://www.uky.edu/hr/sites/www.uky.edu.hr/files/wellness/images/Conf14_FourCommStyles.pdf
Gondolják végig, hogy milyen tulajdonságok kapcsolhatók az egyes kommunikációs stílusokhoz, és írja fel ezeket a flipchartra. Gondolják végig, hogy hogyan reagálnának egy beszélgetésre egy olyan személlyel, akinek más a stílusa. (20 perc)
- c. Gondolkodjanak el azon, hogy milyen korlátok és problémák adódhatnak a kommunikáció során, és írják fel ezeket a flipchartra. Ezt követően kapcsolják össze a kommunikációs stílust az általa generált problémákkal és korlátokkal. (25 perc)

2.5 Variációk (hogyan alkalmazzuk a feladatokat az adott célcsoportokhoz és lehetséges kockázati tényezők a megvalósítással kapcsolatban)

A kockázati tényezők között ott van a bemutatott feladatokban való részvételi hajlandóság lehetséges hiánya, és a résztvevők elkötelezettségének hiánya. A feladatok többségét úgy strukturáltuk, hogy a résztvevőknek kommunikálni kelljen egymással, és ha legalább egyikük vonakodik, elképzelhető, hogy a feladatok elvégzése nem lesz hatékony.

A jégtörő feladatok elvégzésének egy jó módja lehet, hogy előre elvégezzünk néhány jégtörő feladatot a résztvevőkkel, hogy utána aktívabbak és bátrabbak legyenek a válaszadásnál.

Ha a csoportnak nyelvi nehézségei vannak, koncentráljon a feladat non-verbális részére (pl. pantomim).

2.6 Hasznos tippek és javaslatok oktatóknak

Minden feladat időtartama változhat a résztvevők számának függvényében. Ha a csoport létszáma páratlan, ön lehet egy pár egyik tagja, hogy senki ne dolgozzon egyedül.



2.7 Kiosztható feladatlapok a résztvevőknek

A kiosztható anyagok az alábbiak:

Kommunikációs stílusok

https://www.uky.edu/hr/sites/www.uky.edu.hr/files/wellness/images/Conf14_FourCommStyles.pdf

Kártyák foglalkozásokkal

Kártyák ábrákkal

3. AZ AKADÁLYOK LEKÜZDÉSE

3.1 Rövid bevezetés és háttérinformációk a fejezet célkitűzéseiről

A tanulás során felbukkanó akadályok ugyanolyan természetesek, mint a gyökerek, patakok, és a kövek egy erdei úton. A tanulás során felbukkanó akadályokra való felkészülés és azok pozitív kezelése a szemléletváltás módszereivel és a tanulni tanulás készségeivel érhető el.

Az ilyen váltással a tanulás során jelentkező akadályok a folyamat értelmes és érdekes aspektusai lesznek, úgy, ahogy a gyökerek, patakok és a kövek is élvezetesebbé tesznek egy erdei túrát. Az akadályok és félelmek leküzdése ebben az eszköztárban két aspektusból szerepel, és két tömbből áll.

1. Motiváció gyűjtése az akadályok leküzdésére a miértek megválaszolásával, a cselekedetek következményeinek elképzelésével, és a "félelmek kinevetésével".
2. A tanulni tanulás készségeinek fejlesztése, köztük a feladat elosztása, a 15 perces szabály, és alapszintű problémamegoldás.





3. A rendelkezésre álló készségek szilárdan gyökereznek és validálva vannak a tudományos pszichológiában. A klinikai pszichológia tudományában, az akadályok és félelmek leküzdése az alkalmazkodóképesség és a jól-lét fejlesztésére, fontos feladat. Ezt a tudáskészletet többféle, különféle akadályokkal küzdő populáción kipróbáltuk már. A tanulás megkönnyítésén túl, ezek bármilyen probléma esetén hasznosak lehetnek, és így olyan készségekkel látják el a célcsoportot, amelyek segítségével, sokkal sikeresebben jönnek ki abból a helyzetből, amiben vannak. A “miért” feladatok arra összpontosítanak, hogy a tanulók elgondolkodjanak azon, hogy miért végeznek nehéz feladatokat. Így jobban megjegyezhetik, hogy a célok megvalósításának miért van értelme, és ezzel növekszik a motivációjuk is.

3.2 Szükséges források

Tanulók: Toll és papír

Tanárok: A “Tanári Kézikönyv” – Power Point prezentáció a workshop legfontosabb eszköze (letölthető a project honlapjáról).

Fehértábla/fekete tábla, vagy bármely más bemutató felület szükséges.

3.3 Időtartam

- 1. Blokk: 60 perc
- 2. Blokk: 75 perc

A két blokk körülbelül 2 – 2,5 órát vesz igénybe.

3.4 Lépésenkénti instrukciók az oktatónak a feladatok elvégzésére

1. Blokk - Fókuszváltás (60 perc)

1. Perc – “Miért?” (PowerPoint diák 1-7)

Teljes időtartam: körülbelül 15 perc;

Csoport mérete: <40





Az oktató részletes útmutatóként használja a “Tanári Kézikönyv” Power Point bemutatót a tananyag bevezetéséhez, ne bemutatóként, amit megmutat a tanulóknak. Az oktatónak a tanulók tudásszintjéhez kell igazítania a tananyagot (lásd, 3.5. Változatok). A Power Point csatolmányában részletes instrukciók találhatóak arról, hogy mit mondjon, milyen beszélgetéseket indítson el, de az alapelvek az alábbiak:

- 1: A fehér táblán vagy krétás táblán mutassa be Anna és Luigi ügyét, akik egy negatív gondolati spirálban ragadtak. Ezek az ügyeket a workshop teljes időtartama alatt felhasználhatók.
- 2: Kérdezze meg a tanulókat, hogy Anna és Luigi miért teszik azt, amit tesznek, annak ellenére, hogy sok negatív dolgot tapasztalnak.
- 3: Mutassa be, hogy a pozitív dolgok hogyan ellensúlyozzák a negatív dolgokat Anna és Luigi esetében.
- 4: Kérje meg a tanulókat, hogy gondoljanak egy nehéz dologra, amit csinálnak, és használjon egy saját példát inspirációnak. Kérje meg őket, hogy írják le a negatív oldalakat.
- 5: Kérje meg a tanulókat, hogy gondoljanak a pozitív oldalára annak, amit csinálnak, és kezdje a saját példájával.
- 6: Foglalja össze és kérje meg a tanulókat, hogy gondoljanak egy olyan dolog pozitív oldalára, amit csinálniuk kellene.

2. Feladat – A siker elképzelése, és egy pozitív céllal kapcsolatos történet (PowerPoint diák 8-10)

Teljes időtartam: körülbelül 15 perc;

Csoport mérete: <40

Az 1. feladatra építve, az oktató bemutatja a gondolati feladatot a fehér táblán a Power Point alapján.

- 1: (8. Dia) Mondja el, hogy a negatív gondolkodást túlhangsúlyozzuk, és ritkán figyelünk a pozitív következményekre.
- 2: Beszéljen Anna visszaemlékezéseiről, és a kudarctól való félelmeiről (9. dia), és kérdezze meg a tanulókat, hogy szerintük ez hogyan befolyásolja a motivációját.
- 3: Kérdezze meg, hogy Anna hogyan koncentrálhatna a pozitív eredményekre abban a törekvésében, hogy megtanuljon spanyolul.
- 4: Kérdezze meg a tanulókat, hogy ez hogyan vonatkozik Luigi-ra.
- 5: (10. dia) Kérje meg a tanulókat, hogy gondolkozzanak el azon, miben változnának meg a dolgok, ha sikerülne megtanulni egy nehéz dolgot, amire jelenleg törekszenek, vagy vágyakoznak. Beszéljék meg.
- 6: Kérje meg a tanulókat, hogy írjanak le, vagy találjanak ki egy történetet, ami arról szól, hogy hogyan küzdöttek le egy akadályt, vagy tanultak meg valami nehezet, és legyen benne a boldog végkifejlet is.
- 7: Foglalja össze, és emlékeztesse a tanulókat, hogy ne feledkezzenek meg a kívánt eredményekről, miközben túlságosan összpontosítanak a nem kívánatos eredményekre.



3. Feladat – A félelmek kinevetése (PowerPoint diák 11-14)

Teljes időtartam: körülbelül 15 perc;

Csoport mérete: <40

21

A “félelmek kinevetése” segít megérteni, hogy a fontos dolgok miért okoznak félelmet, és végül a félelmekről az adott dolog fontosságára irányítja a figyelmet.

- 1: (11. dia) Mondja el a tanulóknak, hogy a félelem gyakran arra utal, hogy fontos dolog történik.
- 2: (12. dia) Térjen vissza Anna listájára a spanyoltanulás negatív oldalairól, és nézzék meg, hogy ezt hogyan befolyásolta azt, hogy a spanyoltanulás milyen fontos a számára. Tegye fel a tanulóknak a csatolt kérdéseket.
- 3: (12. dia) Mondja el a tanulóknak, hogy a félelmekre való összpontosítással Anna szem előtt tévesztette a célját, vagyis azt, hogy megtanuljon spanyolul
- 4: (13. dia) Kérje meg a tanulókat, hogy elemezzék Luigi “kontra”listáját, hogy megállapítsák, a fontosságnak milyen feltételei kell teljesüljenek, hogy ezek a negatív dolgok értéket nyerjenek. Használja a csatolt példákat.
- 5: (14. dia) Kérje meg a tanulókat, hogy gondolkodjanak el a saját “kontra” listájukon, amit egy fontos feladattal kapcsolatban készítettek, és hogy a dolog fontossága hogyan befolyásolta a negatív dolgokat.
- 6: Foglalja össze azzal, hogy emlékezteti a tanulókat arra, hogy Anna és Luigi félelmei csak eltérítették őket a céljaik elérésétől, ami a félelmeiket okozza.

4. Feladat – A dolgok összerakása (PowerPoint, 15. dia)

Teljes időtartam: körülbelül 15 perc;

Csoport mérete: <40

Ez az 1. blokk utolsó eleme, és a célja, hogy egy csomagba helyezze a három technikát.

Mondja el a tanulóknak: Képzeljék el, hogy a következő szemeszterben olyan munkát kezdenek, amely tökéletes lenne számukra, és amit nagyon szeretnének. Azonban a munka elég nehéz. 3 hónapjuk van, hogy bizonyítsanak, és ha sikerül, megtarthatják az állást, ha nem, nem tarthatják meg. Mindenekelőtt gondolkodjanak el azon, mi lenne nekik ez az állás, utána kapnak néhány feladatot. Ha nehézséget okoz, hogy kitaláljanak valamit, gondoljanak egy olyan időszakra a munkájukban vagy a tanulmányaikban, ami nehézséget okozott.

- A) Az első hét félelemmel és stresszel telik, mert nem akarják elrontani. Miért folytatja? Milyen pozitív oldalai vannak? Írja le ezeket.
- B) Képzeljék el a siker pozitív következményeire, és azt, hogy 3 hónap után is ott maradhat, képzeljék el, milyen érzés lesz, és hogy mi változna meg általa.
- C) Az első héten félelmet, a stresszt érezték, és igyekeztek, hogy ne rontsák el, miért volt



olyan fontos a munka, hogy ilyen félelmet és stresszt okozott?

22

Remélhetőleg ezek a feladatok segítenek inkább a pozitív és értelmes oldalára koncentrálni annak, ami előttünk áll, miközben megértjük azt is, hogy miért okozhat mégis negatív érzéseket és stresszt okozni. Ez az 1. blokk vége,

Nyitott kérdés: Mit viszünk magunkkal ebből a feladatból?

2- Blokk – Hogyan ne legyünk túlterheltek, és problémamegoldás (75 perc)

5. Feladat – Négylépéses problémamegoldás (PowerPoint diák 17-22)

Teljes időtartam: körülbelül 60 perc;

Csoport mérete: <40

Vezesse be a négylépéses problémamegoldási modellt a 17. dia szerint. Fontos megemlíteni, hogy ez a létező legjobb modell. A modell a következő lépésekből áll, és sorrendben mutatjuk be. Részletes információkért lásd a Power Point bemutatót.

1. Lépés) Azonosítsuk a problémát (18. dia) Fontos, hogy a lehető legpontosabban tudjuk, hogy mi a probléma. Mutassuk be Luigi és Anna példáján keresztül.

2. Lépés) Brainstorming (19. dia), rendezzen brainstormingot Anna és Luigi problémájának lehetséges megoldásáról, moderálja a beszélgetést, hogy hangsúlyozza és elérje, hogy ebben a szakaszban senki ne ítélkezzen.

3.Lépés) Értékelje a pozitív és negatív dolgokat (20. dia)

A tanulók előbb 7 percben megvizsgálják a 2. lépésben Anna és Luigi számára kigondolt lehetséges megoldások előnyös és hátrányos oldalait, majd közösen is megvitatják azokat. Csinálják! + értékeljék (21. dia).

A tanulóknak gyors akciótervet készítenek Anna és Luigi számára arról, hogy hogyan alkalmazzák a megoldást.

Foglalja össze azzal, hogy elmondja, hogy ennek a négy lépésnek segítenie kell megoldani bármilyen problémát, amivel szembetalálják magukat, és említse meg, hogy ha a probléma nem oldódik meg, térjenek vissza a 2. lépéshez.



Végül engedje meg, hogy a tanulók maguk is kipróbálják magukat (22. dia), azzal, hogy azonosítanak egy problémát, amivel a tanulás, vagy a munkájuk során küzdenek, és menjenek

23



végig a 4 lépésen.

6. Feladat – A 15 perces szabály és befejezés (PowerPoint diák 23-24)

Teljes időtartam: körülbelül 10-15 perc; **Csoport mérete:** <40

Vezesse be a halogatás elleni 15 perces szabályt a 23. dia szerint. Befejezésül kérje meg őket, hogy foglalják le a következő halogatás elleni ülésüket.

Foglalja össze (24. dia): Gyorsan ismétlje át, milyen készségeket próbáltak ki ma a tanulók, és adjon nekik időt, hogy ebből melyiket mikor tudják felhasználni, végül kezdeményezzen egy közös beszélgetést, és kérjen visszajelzést.

3.5 Variációk (hogyan alkalmazzuk a feladatokat egy adott célcsoporthoz, és a megvalósítás lehetséges kockázati tényezői)

A tananyag áttanulmányozása után az oktatók olyan példákat készítenek, mint Anna és Luigi példája, amellyel a tanulók könnyen tudnak azonosulni. Anna és Luigi csak egy történet, ami segíti a megértést, és éppen ezért a tananyag kontextusa szerint változtatható. A készségek skálája szándékosan elég széles ahhoz, hogy magába foglalhassa az akadályok leküzdésének sok aspektusát, azonban különálló blokkokra oszlik. Ha a tanulónak nehézséget okoz a fogalmak megértése, azt javasoljuk, foglalkozzon egy blokkal hosszabb ideig, és hagyja ki a



másikat.

Kockázati tényezők: Az alacsonyan képzett tanulók rendelkezhetnek automatikus “nem tudom” válaszadási mintákkal, vagy tanult tehetetlenségi mintákkal. Az oktatóknak ezért támogatni és facilitálni kell a válaszadást, és további példákat kell biztosítani.

24

3.6 Hasznos tippek és javaslatok oktatóknak

A képzés előtt szánjon időt a saját csoportjára szabott példák és a lehetséges forráskönyvek kidolgozására. Minden feladathoz, ezeknek kapcsolódniuk kell a tanulási és a szociális kontextushoz, amelyben a tanulók vannak, mert az oktatók mindenkinél jobban értik ezeket a kontextusokat. Ezek a feladatok sokkal könnyebben elvégezhetőek, inspirálóbbak, és jobban megjegyezhetőek, ha olyan gondolatokat és példákat ad nekik, amelyekkel könnyebben tudnak azonosulni.

4. KÉPZÉSI IGÉNYEK

4.1 Rövid bevezetés és háttérinformációk a fejezet célkitűzéseiről

A képzési igények felmérése elsősorban egy folyamat – egy olyan feladat, amely az oktatókat minden szinten segíti abban, hogy sikeresen azonosítsák, megértsék, és jobban kezeljék az oktatási kihívásokat. Az igényfelmérést általában egy szervezet jelenlegi állapota és a kívánt állapota között levő rés szisztematikus vizsgálataként definiálják, és az ehhez a réshez kapcsolódó összes tényezőnek is. Egy szervezet képzési igényeinek felmérése fontos első lépés az oktatási befektetés javítására, amely jobb eredményt hoz a tanulóknak.

Ez különösen fontos, akkor, amikor alacsonyan képzett felnőtt tanulók oktatásával foglalkozunk. A motivációs workshop ezen szakaszban 3 különböző értékelési eszközt mutatunk be, amely segíti az oktatókat a felnőtt tanulók írástudásának, számolási készségeinek és a digitális készségeinek sokkal érdekesebb elemzésében.

4.2 Szükséges források

Az eszköztár ezen szakaszának felhasználásához szüksége lesz a kinyomtatott anyagra, amelyet feladatlapként letölthet a project honlapján.

4.3 Időtartam

- 1. Feladat: Írástudás felmérése – Tegye sorba – 30 perc
- 2. Feladat: Számolási készségek felmérése – Trió – 30 perc
- 3. Feladat: Digitális készségek felmérése – 30 perc



4.4 Lépésenkénti instrukciók oktatóknak a feladatok elvégzésére

1. Feladat: Írástudás felmérése – Tegye sorba

Teljes időtartam: körülbelül 30 perc
nagy csoportokban működik)

Csoport mérete: minimum 5 személy (a legjobban)

Egy történet eseménysorának visszamondása fontos módja annak, hogy felmérjük az olvasási készségeket és a szövegértési készségeket. Egy kis kreativitással egy unalmas emlékezési feladat interaktív játékká alakítható.

Felkészülés: Előre válasszunk ki olyan történeteket, amelyek cselekménye érdekes lehet a tanulók számára. A játékhoz kártyákra írjon ki kulcsjeleneteket, és a cselekmény fontos pontjait (ezeket óra előtt kinyomtathatja).

Közös olvasás (5-10 perc) Válassza ki az egyik történetet, amit előkészített, és olvassa fel hangosan a tanulóknak. Azt javasoljuk, úgy használja a "közös olvasást", ahogy a Legjobb Gyakorlat 21 leírja a Comp-Up Eszközgyűjteményben.

Játék (5-10 perc) A történet felolvasása után, ragasszon egy kártyát mindegyik tanuló hátára. A tanulóknak együtt kell dolgozniuk, és kérdéseket kell feltenniük egymásnak, hogy kiderítsék, melyik jelenet van a hátukra ragasztva. Ha rájöttek, hogy a cselekmény melyik pontját képviselik, sorba tudnak állni a történetben levő események sorrendje szerint. Ha ez bonyolultnak tűnik, a játék megváltoztatható a csoporttagok kora, vagy képességei szintje szerint.

Változatok Ha a tanulók nyelvi nehézségekkel küzdenek, osszuk őket hármass csoportokra, a történet eleje, közepe és vége szerint. Ha ön úgy ítéli meg, hogy felsőfokon olvasnak, bevonhatja az egész csoportot, hogy sorba állítsák egy Shakespeare darab számos eseményét.

Felmérés: Ez a játék több lehetőséget ad az oktatóknak egy informális készségfelmérésre. A Közös Olvasás alkalmazásával az oktató felmérheti a tanulók olvasási készségeit és kiejtését is. A játék alatt az oktató megfigyelheti, hogy beszélnek a tanulók egymással, és hogy értik-e a történetet. Az oktató egy másik történet kiválasztásában könnyen igazíthatja a feladat szintjét a tanulókéhoz.

Ismételje meg a feladatot különböző történetekkel, ahányszor csak akarja.

2. Feladat: A számolási készségek felmérése - Trió

Teljes időtartam: körülbelül 30 perc

Csoport mérete: 5 – 15 tanuló

Az alapszintű számolási készségek felmérése nagyon unalmas lehet. Az alábbiakban bemutatunk egy társasjátékot, ami segít felmérni az alapvető összeadási, kivonási, szorzási és



osztási készségeket.

Felkészülés: A készségelemérés előtt csak ki kell nyomtatnia a II. Mellékletben található számkártyákat 1-től 50-ig, és opcionálisan a 49 számot 1-től 9-ig (A mellékletek letölthetők a projekt honlapjáról).

Felkészülés (5 perc) A játékhoz rajzoljon egy négyzetet 7x7 számmal 1-től 9-ig random sorrendben elhelyezve (lásd az alábbi példát).

3	7	3	5	8	4	9
5	1	8	6	5	2	7
8	6	2	4	9	1	9
2	6	4	7	5	5	3
7	4	3	2	1	6	3
2	1	4	8	3	9	5
1	8	6	7	2	4	6

Használhat kinyomtatott számokat is, és feltűzheti a 7x7-es hálót a táblára. Utána keverje össze az 1-50-ig felszámozott kártyákat, és tegye lefordítva az asztalra.

Játék (20 perc) A játék elkezdéséhez az egyik tanuló húz egy számot 1-50-ig a lefordított kártyák közül. Most minden tanulónak keresnie kell egy olyan műveletet a 7x7-es táblán, aminek az eredménye a kihúzott szám. A műveletnek 3 egymás melletti számból kell állnia vízszintesen, függőlegesen, vagy átlósan. Aki megtalálja a helyes műveletet, bekiáltja, hogy Trió, és megmutatja a műveletet a többieknek. Az alábbi példában a tanuló a 40-es számot húzta.

3 példa van a helyes műveletre.

3	7	3	5	8	4	9
5	1	8	6	5	2	7
8	6	2	4	9	1	9
2	6	4	7	5	5	40
7	4	3	2	1	6	3
2	40	4	8	3	9	5
1	8	6	7	2	4	6

Ha a válasz helyes, a tanuló megtarthatja a kártyát. Ha a válasz nem helyes, a tanulókat blokkolják, míg a következő kártyát kihúzzák.

27

Változatok Ha a tanulók nem találják meg a műveletet, használjon 1-20-ig levő kártyákat, és csak összeadást és kivonást használjon.

Felmérés (5 perc) Az a tanuló nyer, aki a legtöbb számkártyát összegyűjti. A játék alatt az oktatóknak lehetősége van arra, hogy megfigyelje a tanulók alapvető összeadási, kivonási, szorzási és osztási készségeit. Ez segít felmérni a tanulók képzési igényeit is.

3. Feladat: Digitális készségek felmérése – Alapvető digitális készség felmérés

Teljes időtartam: körülbelül 30 perc

Csoport mérete: 5 – 15 tanuló

Világunk egyre jobban elterjednek a digitális megoldások, így az informatika és a kommunikációs technológiák (IT) egyre fontosabbak lesznek a mindennapi életben.

Létfontosságú és értelmes kapcsolata van az emberek megélhetésével, foglalkoztatásával, egészségével és jólétével, oktatásával és társadalmi részvételével.

Az egyik legfőbb akadály a szélesebb körű használat útjában, a digitális termékek, szolgáltatások és tartalom használatához szükséges készségek hiánya. Az emberek digitális készségeinek és tudásának fejlesztése érdekében, az oktatóknak el kell végezniük a digitális képzési igények felmérését. Az alábbi lista segíthet ebben.

A felmérés előtt: A felmérés előtt fontos kinyomtatni a II. Mellékletben található digitális készségértékelési listát (letölthető a project honlapjáról), és minden tanuló kapjon belőle egy példányt.

Felkészülés (5 perc) A bemelegítéshez, a tanulókat megkérdezzük, mit értenek digitális készségek alatt. Az oktatók használhatják ezt a listát a digitális készségek különböző területeiről szóló beszélgetések indításához.

Feladat (15 perc) A tanulók kapnak egy nyomtatott példányt a digitális alapkészségeket értékelő listából (amelyeket akkorra már kinyomtattunk). Kérjük meg őket, hogy a saját véleményük szerint töltsék ki a kérdőívet, és hogy döntsék el, hogy el tudják-e végezni az első oszlopban leírt feladatot. Választhatnak a “Meg tudom csinálni”, a “Nem tudom megcsinálni”, és a “Meg akarom tanulni” között.

Értékelés (10 perc): Ez a lista különböző ismereteket, és a tanulók véleményét is megismerteti az oktatóval arról, hogy mennyire motiváltak egy adott tananyag elsajátításában, vagy, hogy



tudják-e, hogy kell megoldani egy adott feladatot. Amint az oktató megszerezte ezt az információt, alkalmazni tudja a tananyagot a tanulók szintjéhez, és hogy részletesebben megtervezze a digitális képzés menetét.

4.5 Kiosztható feladatlapok a résztvevőknek

Minden feladatlap letölthető a project honlapjáról.

5. TANULÁSI STÍLUSOK

5.1 Rövid bevezetés és háttérinformációk a fejezet célkitűzéseiről

Volt már olyan, hogy a tanulók az óra egyes részein elvesztették az érdeklődésüket, de más részein már jobban koncentráltak? Ez a tanulási stílusoknak vagy preferenciáiknak is köszönhető. Bár a tanulóknak lehet preferált tanulási stílusuk, ez nem jelenti azt, hogy az oktatóknak csoportokra kellene osztaniuk a tanulókat, és különböző módon kellene tanítaniuk őket. Vannak, akik felfedezik, hogy van egy domináns tanulási stílusuk van, amit a tanulási folyamataikban használnak, míg mások rájönnek, hogy különböző körülmények között más-más stílust használnak. Ez azonban így van rendben. Nem létezik jó vagy rossz stílus. Senkinek nincs rögzült tanulási stílusa, így ezek változhatnak, attól a tanulási helyzettől függően, amiben a személy van. Ennek következtében nem létezik egyetlen univerzális tanulási stílus készlet, ezért az oktatóknak azokat kell használniuk, amelyek a legjobban működnek a csoportjukban. Tudjuk, hogy a hagyományos iskolai oktatásban általában a nyelvészeti/verbális és logikai oktatási módszereket alkalmazzák, korlátozott mennyiségű oktatási technikával, amelyek a könyv alapú oktatásra és sok ismétlésre hagyatkoznak.

A nem formális oktatásban viszont, míg az alacsonyán képzett felnőttekkel dolgoznak, az oktatási stílust a kívánt tanulási stílushoz kell igazítani, amely minden esetben a tanulási stílusok keveréke.

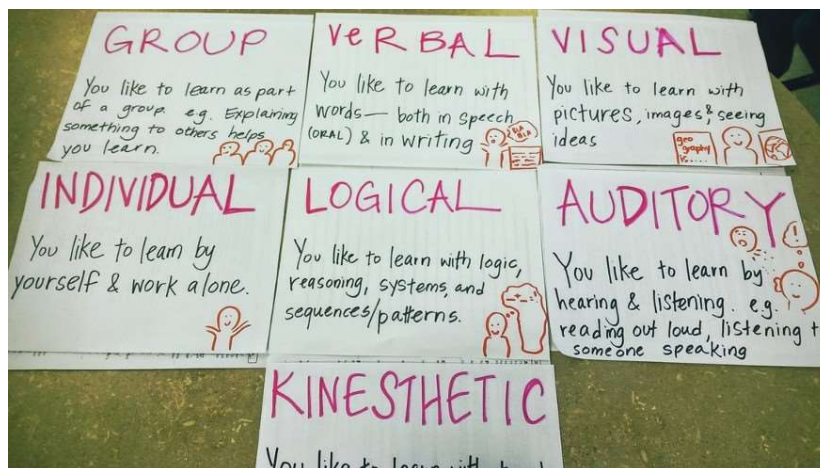


Photo Source: <https://medium.com/erika-harano>

29

Ezért felvetődik a kérdés, - hogy az oktatók/facilitátorok hogyan építsék be hatékonyabban abba a tanulási környezetbe, amiben dolgoznak?

Az Eszköztár ezen részének 3 célja van:

1. A tanulási stílusok megismerése
2. Megérteni, hogy sokféle tanulási stílus van
3. Annak megismerése, hogy a saját tanulási stílusunk hogyan javíthatja azt, ahogyan tanulunk.

Ezen kérdések megválaszolásával olyan módon tudjuk strukturálni és megtervezni az óráinkat, amely a legmegfelelőbb a tanulóinknak, hogy egyénileg és csoportosan is a legjobb eredményeket ériék el.

5.2 Szükséges források

Az alábbi feladatok elvégzéséhez szükség lesz az előkészített feladatlapokra a különböző tanulási stílusok definícióival (ezek letölthetők a project honlapjáról)/ és ezek elkészíthetők egy gyors internetes kutatás után is; és kell még toll, papír, laptop, projektor, flipchart, post-it, internetkapcsolat, ragasztószalag, olló.

5.3 Időtartam

- 1. Feladat: Ismerjük meg a tanulási stílusokat – A tanulási stílusok megismerése; *Hogyan ismerjük fel a saját tanulási stílusunkat?* – 60 perc
- 2. Feladat: Fedezze fel a többi tanulási stílust is – *Séta a galériában* – 60 perc
- 3. Feladat: Fedezzük fel, hogy a tanulási stílusunk hogyan javíthatja azt, ahogyan tanulunk – *Építsünk biciklit* - 60 perc

A szakasz teljes időtartama összesen 180 perc. Ajánlott, hogy ezt egy egynapos alkalommal végezzük el, egyszerre mindhárom feladatot.

5.1 Lépésenkénti instrukciók oktatóknak a feladatok elvégzésére

1. Feladat – A tanulási stílusok megismerése

A Tanulási Stílusok bevezetése és megismerése

Teljes időtartam: 60 perc;

Csoport mérete: 15 – 20 résztvevő

Óra előtt: Készítse elő a feladatlapokat/papírlapokat (1. Melléklet) amelyeket kirak a teremben. Minden papírra/post-it-ra egy tanulási stílust írjon fel.

Nyomtassa ki a 2. Mellékletet – ez egy tanulási stílus kérdőív.



Bemelegítés – 10 perc: A feladat elkezdéséhez a tanulók találjanak egy part maguknak. A párok beszélgessenek el a kérdésről: “Milyen új dolgot tanultál az utóbbi időben, és hogyan tanultad meg?” A beszélgetés után néhányan önkéntesen megosztják a csoporttal a gondolataikat, és azt, amit megtudtak. Magyarázza el, hogy ezek a példák különböző tanulási stílusokat írnak le (vagyis, hogy hogyan tanulunk meg dolgokat).

A tanulási stílusok bevezetése - 20 perc:

Mondja el, hogy a tanulásnak sokféle módja létezik, és emelje ki, hogy a tanulás állandóan zajlik. Röviden vezesse be a különböző tanulási stílusokat az előkészített feladatlapok/post-tiek alapján, amelyeket kihelyezett a teremben. Kérje fel a tanulókat, hogy jelentkezzenek és olvassák fel a stílusokat, és kérjen más jelentkezőket, hogy próbáljanak meg konkrét példákat találni arra, hogy hogyan működik az adott stílus.

Például: egy vizuális tanuló számára a legjobb választás mondjuk táncos videókat nézni a YouTube-on, míg a logikus alapon tanulóknak hasznosabb, ha idővonalat, vagy térképet készítenek.

Ismerje meg a saját tanulási stílusát - 20 perc:

Használja a 2. Mellékletet – Tanulási Stílusok Kérdőív és ossza ki a tanulóknak. Hagyjon nekik időt, hogy kitöltsék, és beszéljenek az eredményről. Kérje meg a tanulókat, hogy jelentkezzenek, és mutassák be a saját tanulási stílusukat, és együtt gondolkodjanak el arról, hogy az eredmény helyes-e a saját véleményük szerint, és hogy tudták-e, hogy ez a stílusuk.

Áttekintés és a kulcspontok áttekintése – 10 perc:

A csoporton belül reflektáljanak az alábbiakra:

- Többféle tanulási stílus létezik.
- Mindenki különféle tanulási stílust használ, nemcsak egyet. Mindenkinek van olyan stílus, amivel jobban tud azonosulni, mint másokkal, de valószínű, hogy a legtöbbünknek egynél több tanulási stílusa van. Vannak stílusok, amelyek azt határozzák meg, hogy hogyan szerezzük meg az információt, mások azt, hogy hogyan működünk együtt másokkal, és mások azt, hogy hogyan fejezzük ki, amit tudunk.
- A tanulás egy folyamat. A tanulási stílusok azért fontosak, mert a tanulás állandó. Ez mutatja meg, hogy hogyan tartjuk a kapcsolatot a világgal. Ráadásul, a tanulási stílusunk ismerete segíthet sikeresebbé válni az iskolában is, mert segít stratégiákat/trükköket kitalálni, hogy jobban tanuljunk.

2. Feladat – Séta a galériában

Ismerjük meg a különböző tanulási stílusokat

Teljes időtartam: körülbelül 60 perc

Csoport mérete: 15 - 20 résztvevő



A feladat rövid bevezetése: 5 perc

Ebben a feladatban a tanulók tovább fejlesztik a saját tanulási stílusuk ismeretét, és elmélyítik a különböző tanulási stílusról szerzett ismereteiket is a csoporton belül.

Kérje meg a tanulókat, hogy járjanak körbe a teremben, és újra olvassák el a különböző tanulási stílusokat. Kérje meg őket, hogy írják fel a nevüket egy post-it-ra, és ragasszák amellé a tanulási stílus mellé, amelyekkel azonosulni tudnak. Adjon nekik 5-10 percet, hogy elvégezzék ezt a feladatot.

Reflexió – 45 perc

Miután mindenki felragasztotta a nevét egy tanulási stílus mellé, gyűjtse össze a csoportot, és újra vegyék át a tanulási stílusokat.

Beszélgék meg az alábbi kérdéseket:

1. Mit jegyzett meg a tanulási stílusról, amit választott? Felfedezett valami újat?
2. Tanult valami újat a társai tanulási stílusáról?
3. Véleménye szerint egyes tanulási stílusok "jobbak", mint mások? Miért, vagy miért nem?

Kezdeményezzen beszélgetést az alábbi kérdésekről a különböző tanulási stílusokkal kapcsolatban.

Áttekintés, és a kulcspontok megbeszélése – 10 perc:

- Minden tanulási stílus fontos és valódi! Egyik tanulási stílus sem jobb a többinél. Azonban észrevehetjük, hogy egyes tanulási stílusokat előnyben részesítenek az olyan tanulási környezetekben, mint az osztálytermek, előadótermek, stb.

- Jó dolog ismerni a saját tanulási stílusunkat, de ezzel ne címkézzük se magunkat, se másokat. Igaz, hogy jó ismerni a saját tanulási stílusunkat, de kerüljük a címkézést és a skatulyázást.

3. Feladat – Építsünk biciklit

Teljes időtartam: körülbelül 60 perc

Csoport mérete: 15 – 20 résztvevő

Ebben a feladatban, a tanulók elkezdhetik megérteni, hogyan segítik őket ezek az újonnan megismert tanulási stílusok a mindennapi életükben szükséges problémamegoldásban. A záró beszélgetés során feltárják, hogy a saját tanulási stílusuk hogyan befolyásolja a csoport sikerét.

A feladat rövid bevezetése – 10 perc:

Kérdezze meg a csoportot, hogy építettek-e valaha biciklit. Ha a csoportban sokan vannak olyanok, akik már csináltak ilyet, akkor válasszon egy másik tárgyat, amivel dolgozhatnak –



mondjuk egy ház, egy autó, vagy egy hajó. A lényeg, hogy olyan dologgal foglalkozzanak, amit még sohasem csináltak. Kérje meg, hogy képzeljék el, hogy egy biciklit kell építeniük. Mondja el nekik, hogy találják meg az első három lépést, amivel elkezdik a munkát.

Az alábbi kérdések segíthetnek elindulni:

- Előbb elkészítenék a bicikli rajzát?
- Megterveznék a lépéseket?
- Írnának egy tervet?
- Építenének modellt a "nagy" munka előtt?
- Mit csinálnának még?

Az építési folyamat - 30 perc:

Ossza a tanulókat 3-4 fős csoportokra. Adjon nekik néhány percet, hogy megtervezzék a lépéseiket. Ossza ki az anyagot, amivel dolgozhatnak. Adjon nekik tollat, papírt, ollót, stb. Adjon elég időt a tanulóknak, hogy megtervezzék a lépéseiket. Miután befejezték, minden csoport bemutatja a tervét a csoportnak.

Záró beszélgetés, kérdések – 10 perc:

Indítson beszélgetést az alábbi kérdésekkel:

1. Milyen tanulási stílus használtak a terv elkészítéséhez? Hogyan ismerték fel a stílusokat?
2. Voltak hasonlóságok a saját és a mások tervei között? Ha igen, mondjanak példákat.
3. A feladat alatt voltak akadályok a bicikliépítés megtervezése közben? Mik voltak ezek? Hogyan kezelték ezeket?

Áttekintés és a kulcspontok megbeszélése – 10 perc:

- Néha úgy gondolhatjuk, hogy más emberek nehezen értenek meg minket, mert különbözőek vagyunk és más a tanulási stílusunk. Éppen ezért fontos, hogy megismerjük a saját eltérő tanulási stílusunkat, mivel ez biztosan emlékeztetni fog arra, hogy mindenki másképpen dolgozza fel az információt, hogy meg tudja jegyezni.
- Ha nehézséget okoz megtanulni valami újat, az valószínűleg nem azért van, mert nem vagyunk képesek rá. Nagyban függ attól, hogy milyen megközelítést választunk. Néhányunknak nehéz egyedül tanulni. Az életben mindig olyan helyzetekben találjuk magunkat, amelyek nem illenek a tanulási stílusunkhoz, szóval a mi feladatunk, hogy a számunkra legmegfelelőbb módszereket találjunk meg magunknak. Néha ez plusz munkával jár, de fontos, hogy bátorítsuk a tanulóinkat, hogy megtalálják azt, amelyik a legjobban beválik nekik. Ez sok hasznot hoz nekik a jövőbeli életükben.

5.2 Változatok (hogyan alkalmazzuk a feladatokat az adott célcsoportra, és lehetséges kockázati tényezők a megvalósítással kapcsolatban)

A kockázati tényezők között megemlíthető, a részvételi szándék lehetséges hiánya a tanulóknak



részéről. Az alacsonyan képzett felnőttek háttéré miatt ez eltérhet, de oktatóként figyelembe kell venni, hogy egyes témák kényelmetlenek lehetnek néhány tanuló számára. Próbálja meg elkerülni ezeket, vagy egyszerűen részletesen beszélje át velük a nehézségeiket.

Amennyiben nem egy tömbben adja le az egész anyagot, ne feledkezzen meg a jégtörők/bemelegítő feladatok használatáról minden óra elején, hogy előbb a csoportdinamika legyen jó, és a tanulók jól érezzék magukat a csoportban. Így együttműködőbbek lesznek, és sokkal valószínűbb, hogy eléri a célját a feladatokkal. Fontos, hogy magyarázzon, hogy minden kérdésre válaszoljon, ahányszor csak kell, és ne feledkezzen meg a tanulókról. Ne felejtse el, hogy háttérük korlátozhatja őket a tanulási folyamatban, és foglalkozzon ezzel. Legyen türelmes és empatikus.

5.3 Hasznos tippek és javaslatok az oktatóknak

A mellékletek letölthetők a project honlapjáról. Ezért ha úgy gondolja, hogy az online feladatok jobban megfelelnek a csoportjának, nyugodtan használhatja ezeket. Az alábbi linkeken további leírásokat és olvasnivalót talál, és itt van a saját tanulási stílust meghatározó kérdőív is.

További olvasnivalók:

<https://www.learning-styles-online.com>

<https://www.mindtools.com/mnemlsty.html>

<https://www.tejedastots.com/teaching-different-learning-styles/>

<https://blog.mindvalley.com/types-of-learning-styles/>

A tanulási stílus meghatározása, online kérdőív:

<https://www.learning-styles-online.com/inventory/questions.php?cookieset=y>

Bevezetés a VARK -ba – Vizuális, Auditív (Hallás utáni), Olvasás/ Írás, and Kinesztetikus tanulási módok (Fleming and Mills, 1992)

<https://vark-learn.com/introduction-to-vark/>

5.1 Kiosztható feladatlapok a résztvevőknek

A feladatlapok letölthetők a project honlapjáról.