



Rezultatul 3 al proiectului - CALEA COMPETENȚELOR

12 ACTIVITĂȚI SUPLIMENTARE pentru profesori și elevi



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



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

PROJECT NUMBER – 2021-1-BG01-KA220-SCH-000032462





**ACTIVITĂȚI SUPPLEMENTARE pentru Gândire
inovativă - Creativitate - Ascultare activă -
Muncă în echipă**

COMPETENȚE

Gândire inovatoare



Nr activitate

1

Incubator inovativ

Timp: 120 min.



01 Care sunt obiectivele activității?



- Dezvoltarea abilităților de gândire inovatoare prin intermediul unui exercițiu de rezolvare rapidă a problemelor.
- Să promoveze munca în echipă și rezolvarea problemelor în colaborare.
- Îmbunătățirea abilităților de prezentare și comunicare.
- Să încurajeze adaptabilitatea și capacitatea de a rafina ideile pe baza feedback-ului.
- Să încurajeze asumarea de riscuri creative și experimentarea.

02 Ce vor învăța profesorii și elevii?



Studentii vor învăța cum să genereze și să rafineze rapid idei inovatoare. Profesorii vor observa procesele de gândire creativă ale elevilor.

03 Sarcini și procedură



Implementarea activității:

1. Identificarea problemei (15 minute)

Prezentați clasei o provocare sau o problemă specifică. Încurajați elevii să înțeleagă rapid esența problemei.

Exemple: Reducerea deșeurilor de plastic în școala noastră; îmbunătățirea activității fizice în timpul pauzelor; promovarea incluziunii în clasă; revitalizarea unui spațiu exterior neglijat etc.

2. Exprimarea ideilor (20 de minute)

Rugați elevii să facă individual un brainstorming și să noteze cât mai multe soluții posibile. Puneți accentul pe cantitate în detrimentul calității în această etapă.

3. Prezentarea ideilor (15 minute)

Elevii își prezintă ideile de top în fața clasei în cadrul unor prezentări rapide și concise (1-2 minute fiecare). Încurajați feedback-ul și întrebările.

4. Selectarea și dezvoltarea ideilor (15 minute)

În grupuri mici (împărțite de către profesor sau în funcție de similaritatea ideilor), elevii selectează cea mai promițătoare idee (sau cele mai promițătoare idei) din prezentări. Ei rafinează și dezvoltă aceste idei.

5. Prototip sau plan (25 minute)

În funcție de natura provocării, elevii creează fie un prototip fizic de bază, fie elaborează un plan detaliat pe hârtie.

6. Prezentarea prototipurilor/planurilor (15 minute)

Fiecare grup își prezintă prototipul sau planul final în fața clasei. Acordați timp pentru întrebări și un scurt feedback.

7. Reflecție și discuție (15 minute)

conduceți o discuție în clasă despre procesul de gândire inovatoare. Cereți elevilor să împărtășească ideile dobândite în urma activității.

04 Materiale



- Tablă albă și markere (pentru enunțarea problemei și brainstorming)
- Materiale de artizanat de bază (pentru prototipuri fizice, dacă este cazul)
- Hârtie și instrumente de scris

05 Sfaturi



- Încurajați o atmosferă vie și deschisă pentru a stimula creativitatea.
- Subliniați importanța generării rapide de idei la început.
- Reamintiți-le elevilor să se concentreze asupra perfecționării uneia sau a două idei promițătoare, mai degrabă decât să se împrăstie prea mult.

COMPETENȚE

Creativitate



Nr activitate

2

Galeria de expresivitate
creativa

Timp: 80



01 Care sunt obiectivele activității?



- Încurajați elevii să își exploreze și să își exprime creativitatea prin diverse forme de artă.
- Promovarea autoexprimării, a imaginației și a originalității.
- Să dezvolte o apreciere pentru diverse forme de creativitate.

02 Ce vor învăța profesorii și elevii?



Profesorii vor observa abilitățile creative unice ale elevilor, obținând informații despre punctele forte și stilurile lor individuale. Elevii vor învăța să aprecieze și să respecte diferitele forme de exprimare creativă.

03 Sarcini și procedură



Implementarea activității:

1. Pregătire (10 minute)

Explicați pe scurt clasei activitatea și obiectivele acesteia. Aranjați o selecție de materiale artistice în posturi accesibile.

2. Explorare creativă (30 de minute)

Invitați elevii să treacă de la o stație la alta și să aleagă materialele care le plac. Încurajați-i să creeze tot ce le vine în minte, fără linii directoare sau teme specifice. Subliniați faptul că nu există răspunsuri corecte sau greșite în această activitate.

3. Configurarea galeriei (15 minute)

Alocați un spațiu în clasă unde elevii își pot expune creațiile. Puneți la dispoziție materiale precum bandă adezivă, sfori, panouri și cârlige pentru montarea sau agățarea lucrărilor.

4. Plimbare prin galerie și reflecție (20 de minute)

Cereți-le elevilor să se plimbe prin galerie, observând lucrările celorlalți. Oferiți întrebări ghidate de reflecție.

Opțional: Exponatul expresiei creative (5 minute)

Dacă timpul permite, elevii își pot prezenta pe scurt lucrările în fața clasei.

04 Materiale



- Desen și pictură: Caiete de schițe sau hârtie de desen, creioane (grafit și colorate), radiere, vopsele și pensule pentru acuarelă, vopsele și pensule acrilice, pasteluri de ulei, markere.

- Tehnică mixtă: Materiale de colaj (reviste, ziare, cărți vechi), bețișoare de lipici sau Mod Podge, foarfece, resturi de țesături, nasturi, mărgelile și alte ornamente mici.
- Sculptură și artă 3D: Argilă uscată la aer sau argilă de modelaj, unelte de sculptură, sârmă, materiale de papier-mâché (benzi de ziar, făină, apă),
- Arta obiectelor găsite: Diverse obiecte găsite în natură (frunze, crengi, pietre), obiecte reciclabile (capace de sticle, carton, recipiente de plastic).
- Textile și arte din fibre: Resturi de țesături, ace și ață, fire sau ață de brodat, markere sau vopsele pentru țesături.
- Consumabile suplimentare: Șorțuri sau tricouri vechi pentru a proteja hainele, mănuși de unică folosință (pentru activități murdare), fețe de masă din plastic sau prelate (pentru a proteja suprafețele).
- Materiale de afișare: Panouri sau carton pentru montaj, cârlige, sfori sau agrafe pentru agățat.

05 Sfaturi



- Încurajați elevii să își exploreze și să își exprime creativitatea prin diverse forme de artă.
- Promovarea autoexprimării, a imaginației și a originalității.

COMPETENȚE



Ascultarea activă



Nr activitate

3

Lantul povestilor

Timp: 40 min.



01 Care sunt obiectivele activității?



- Dezvoltarea abilităților de ascultare activă atât la profesori, cât și la elevi.
- Îmbunătățirea capacității de a reține și de a transmite informații cu acuratețe.

02 Ce vor învăța profesorii și elevii?



Profesorii își vor perfecționa abilitățile de ascultare, fiind foarte atenți la detalii.

Elevii vor exersa comunicarea clară și concisă.

03 Sarcini și procedură



Implementarea activității:

1. Începeți povestea (5 minute)

Începeți cu o poveste simplă și captivantă, relevantă pentru programa școlară sau pentru tematica abordată.

2. Începeți lanțul (runda 1) (5 minute)

Profesorul începe prin a împărtăși prima propoziție sau primul paragraf din poveste. Apoi, profesorul alege un elev care să continue povestea.

3. Continuați lanțul (Rândurile următoare) (15 minute)

Fiecare participant, profesor sau elev, adaugă o propoziție sau un paragraf la poveste. Capcana: trebuie să includă un detaliu sau un cuvânt cheie din contribuția persoanei precedente.

4. Reflectați și recapitulați (10 minute)

După ce povestea este completă, rugați participanții să recapituleze întreaga narațiune, asigurându-vă că au fost incluse toate detaliile.

04 Materiale



- Nu sunt necesare materiale specifice pentru implementarea acestei activități.

05 Sfaturi



Exemplu de ascultare activă: În calitate de profesor, dați dovadă de o ascultare concentrată, încorporând elemente din contribuția persoanei precedente în contribuția dumneavoastră.



Încurajați păstrarea detaliilor: Reamintiți-le participanților să acorde o atenție deosebită poveștii pentru a se asigura de acuratețea contribuțiilor lor.

Mentțineți o atmosferă de susținere: Încurajați un mediu lipsit de prejudecăți, în care participanții să se simtă în largul lor și să își împărtășească contribuțiile.

Rezultat: Această activitate promovează ascultarea activă, atenția la detalii și claritatea,

COMPETENȚE

Lucrul în echipă



Nr activitate

4

Puzzle

Timp: 80 min.



01 Care sunt obiectivele activității?



- Promovați munca în echipă, comunicarea și răbdarea.
- Dezvoltarea abilităților de rezolvare a problemelor într-un cadru de colaborare.

02 Ce vor învăța profesorii și elevii?



Profesorii vor observa și facilita dinamica muncii în echipă, perfecționându-și abilitățile de a ghida activitățile de grup.

Studentii vor exersa comunicarea eficientă, gândirea critică și adaptabilitatea.

03 Sarcini și procedură



Implementarea activității:

1. Pregătire (3 minute)

Pregătiți zona desemnată cu puzzle-uri, asigurându-vă că fiecare echipă are câte un puzzle. Explicați pe scurt activitatea și obiectivele acesteia tuturor participanților.

2. Formarea echipei (5 minute)

Împărțiți participanții în echipe. În mod ideal, fiecare echipă ar trebui să aibă aproximativ același număr de membri.

3. Introduceți provocarea (2 minute)

Explicați-le că scopul este de a completa puzzle-ul într-un interval de timp stabilit. Subliniați faptul că fiecare echipă va avea doar o parte din piesele de puzzle.

4. Distribuiți piesele de puzzle (10 minute)

Dați fiecărei echipe porțiunea de puzzle care i-a fost desemnată. Asigurați-vă că nicio echipă nu are toate piesele necesare pentru a completa puzzle-ul. În funcție de complexitatea puzzle-ului și de timpul disponibil, stabiliți o limită de timp rezonabilă pentru finalizare.

5. Începeți provocarea (30 de minute)

Porniți cronometrul și lăsați echipele să lucreze la puzzle-urile lor. Încurajați comunicarea și colaborarea în cadrul fiecărei echipe pentru a-și rezolva partea lor.

6. Introduceți faza de tranzacționare (5 minute)

După perioada inițială de lucru, anunțați faza de tranzacționare. Fiecare echipă poate acum să negocieze cu alte echipe pentru a face schimb de piese.

7. Continuați asamblarea puzzle-ului (20 minute)

Reluați cronometrul și permiteți echipelor să continue să lucreze la puzzle-urile lor cu noile piese pe care le-au obținut.

8. Reflecție și bilanț (10 minute)



Opriți cronometrul atunci când se atinge limita de timp. Adunați toți participanții pentru
0 2

sesiune de informare. Discutați experiența, concentrându-vă asupra strategiilor de lucru în echipă, a eficienței comunicării și a abordărilor de rezolvare a problemelor.

04 Materiale



- Mai multe puzzle-uri (complexitatea și piesele pot varia în funcție de vârstă sau preferințe)
- Cronometru sau cronometru
- Spațiu suficient de mare pentru a răspândi puzzle-urile și a găzdui echipe

05 Sfaturi



- Încurajați echipele să elaboreze strategii înainte de a face tranzacții. Acestea ar trebui să identifice piesele de care au cea mai mare nevoie și să negocieze în consecință.
- Subliniați importanța unei comunicări clare. Descrierea eficientă a pieselor poate face sau nu succesul activității.
- Reamintiți-le participanților că răbdarea este esențială. Este posibil să apară frustrări, dar este esențial să rămâneți calmi și concentrați.



ACTIVITĂȚI SUPPLEMENTARE pentru
Reziliență și gestionarea stresului -
Atitudine pozitivă - Pasiune și
automotivare - Comunicare eficientă



COMPETENȚE



Reziliența și gestionarea stresului



Nr activitate

1

Timp: 20 min.



Activitatea celor trei
simțuri

01 Care sunt obiectivele activității?



Obiectivele acestei sarcini sunt:

- ✓ Pentru a evoca o stare de atenție chiar și în situații stresante
- ✓ Pentru a cultiva o conștientizare atentă a diferitelor părți ale corpului

02 Ce vor învăța profesorii și elevii?



Această activitate le va oferi profesorilor și elevilor șansa de a fi atenți la ceea ce observă și simt în timp ce își folosesc diferitele simțuri pe rând.

Aceasta este o tehnică care poate fi de ajutor în momentele de stres sau de tensiune.

03 Sarcini și procedură



Procedura pentru această activitate facilitează asimilarea rapidă a pașilor necesari, după cum urmează.

Pasul 1: Elevii sunt rugați să se uite în jur și să VĂDĂ trei lucruri la care în mod normal nu ar fi atenți (de exemplu, umbra ta).

Pasul 2: Elevii sunt rugați să se uite în jur și să observe un lucru pe care îl pot GUSTĂ.

Pasul 4: Aici, profesorul trebuie să scoată diferite zgomote pentru a face dificilă auzirea aceluiasi lucru. Elevii sunt rugați să se uite în jurul lor și să observe acelasi lucru pe care îl pot auzi cu toții. Această tehnică îi va ajuta în momentele stresante din viitor.

04 Materiale



Obiective în jurul

05 Sfaturi



- Încurajați elevii să descopere lucruri neobișnuite în urma activității celor trei simțuri.
- Încurajați-i să facă acest lucru chiar și atunci când sunt stresați pentru a se relaxa de emoțiile negative

COMPETENȚE

Atitudine pozitivă



Nr activitate

2

Timp: 20 min.



Complimente pentru toată
activitatea

01 Care sunt obiectivele activității?



Obiectivele acestei sarcini sunt:

- ✓ Să adopte o atitudine pozitivă în interiorul și în afara clasei
- ✓ Pentru a putea exprima zâmbete de bucurie
- ✓ Să dea dovadă de gândire pozitivă prin împărtășirea unui compliment cu un coleg de clasă

02 Ce vor învăța profesorii și elevii?



Această activitate le va oferi profesorilor și elevilor șansa de a-și exprima o atitudine pozitivă prin schimbul de complimente cu colegii de clasă. Ei vor avea șansa de a se îmbogăți cu gânduri pozitive din partea celorlalți fiind într-un cerc al fericirii.



03 Sarcini și procedură



Procedura pentru această activitate facilitează asimilarea rapidă a informațiilor necesare.

pași, după cum urmează.

Pasul 1: Elevii sunt așezați în cerc, pe scaune.

Pasul 2: Elevii împart un compliment cu colegul de lângă el și evidențiază o calitate care începe cu inițiala prenumelui său. Acesta poate fi verbal sau scris. După ce cineva a primit un compliment, își încrucișează picioarele pentru a arăta că a primit unul.

Pasul 3: Activitatea se încheie atunci când fiecăruia îi vine rândul.

04 Materiale



Scaun

e

Penar

de

hârtie

05 Sfaturi



- Încurajați-i, dar nu-i forțați pe copii să facă acest lucru dacă există neînțelegeri între ei și persoana de lângă ei.
- Asigurați-vă că toți elevii sunt implicați.

COMPETENȚE



Pasiune și auto-motivare



Nr activitate

3

Time: 20 mins



Activitate de acte de
bunătate

01 What are the objectives of the activity?



Obiectivele acestei sarcini sunt:

- ✓ Să utilizeze pe deplin abilitățile de motivare
- ✓ Să exploreze creativitatea, pasiunea și să valideze punctele forte personale

02 Ce vor învăța profesorii și elevii?



Această activitate le va oferi profesorilor și elevilor șansa de a reflecta asupra pasiunii și automotivării lor prin acte de bunătate. Aceasta le va permite să răspândească pozitivitatea și să dezvolte o gândire pozitivă.

03 Tasks and procedure



Procedura pentru această activitate facilitează asimilarea rapidă a pașilor necesari, după cum urmează.

Pasul 1: Elevii sunt împărțiți în două grupuri. Aceștia sunt rugați să facă mici gesturi de bunătate pentru colegii și profesorii lor.

Pasul 2: Aceste gesturi pot varia de la scrierea de scrisori de mulțumire până la a desena ceva frumos pentru cealaltă persoană, crearea de ornamente etc.

Pasul 3: La final, profesorul poate păstra scrisorile, desenele, ornamentele, creațiile în clasă pentru a reține pozitivitatea activității.

04 Materiale



Hârtie

Creioane

foarfece

Foarfece

Ornamente

Hârtie

creponată

05 Sfaturi



- Încurajați reacția de pozitivitate în cadrul clasei.
- Motivați elevii să continue să răspândească pozitivismul dincolo de pereții clasei.

COMPETENȚE

Comunicare eficientă



Nr activitate

4

Timp: 30 min.



Activitate mimică

01 Care sunt obiectivele activității?



Obiectivele acestei sarcini sunt:

- ✓ Să fie capabil să comunice în mod eficient și adecvat folosind comunicarea non-verbală.
- ✓ Pentru a exersa abilitățile de mimă.

02 Ce vor învăța profesorii și elevii?



Această activitate le va oferi profesorilor și elevilor șansa de a exersa abilitățile de mimă prin utilizarea comunicării non-verbale. De asemenea, abilitățile lor de comunicare non-verbală în clasă sau în învățarea mixtă vor fi îmbunătățite.

03 Sarcini și procedură



Procedura pentru această activitate facilitează asimilarea rapidă a informațiilor necesare.

pași, după cum urmează.

Pasul 1: Elevii sunt rugați să aleagă un obiect și să îl ascundă.

Pasul 2: Fiecare elev are la dispoziție 30 de secunde pentru a comunica non-verbal și a mima obiectul ales, în timp ce ceilalți trebuie să ghicească obiectul.

Pasul 3: La final, profesorul trebuie să folosească limbajul non-verbal pentru a exprima feedback despre modul în care copiii au realizat activitatea.

04 Materiale



Obiective în jurul

05 Sfaturi



- Dați-le copiilor libertatea de a-și alege obiectul preferat din jur.
- Asigurați-vă că dorește să participe la activitate și nu-i forțați dacă nu vor să o facă.
- Asigurați-vă că există un spațiu sigur pentru această activitate.



**ACTIVITĂȚI SUPPLEMENTARE pentru
Empatie - Adaptabilitate - Organizare -
Rezolvarea problemelor**

COMPETENȚE

Empatie



Nr activitate

1

Timp: Min 30 min.



01 Care sunt obiectivele activității?



Obiectivul acestei activități este munca zilnică de empatie prin acțiuni simple, cum ar fi acordarea unei atenții depline la conversații, arătând un interes sincer față de ceea ce exprimă cealaltă persoană.

02 Ce vor învăța profesorii și elevii?



Profesorii vor exersa empatia prin exercitarea atenției în conversații, vor învăța să observe gesturile și mișcările care pot dezvălui sentimente ascunse și vor învăța să accepte și să valideze sentimentele celorlalți, chiar dacă acestea sunt diferite de ale noastre.

03 Sarcini și procedură



Implementarea acestei activități este simplă, dar eficientă pentru dezvoltarea empatiei, constă în aceea că în timp ce participați la conversație, (fie cu un alt profesor, fie cu elevii etc.....) plătiți

o atenție deosebită la ceea ce simte acea persoană. Pașii sunt foarte simpli, dar trebuie să fim conștienți că îi realizăm:

- 1- Concentrați-vă pe ascultare. Controlați atât distragerile, cât și propriile sentimente, care v-ar putea capta cu ușurință atenția, și străduiți-vă să rămâneți conectați emoțional pe tot parcursul conversației, acordând o atenție deplină conversației, arătând un interes sincer față de ceea ce exprimă cealaltă persoană.
- 2- Analiza limbajului corporal: Observați gesturile și mișcările care pot dezvălui sentimente ascunse. Observați indicii ale limbajului corporal. Acestea pot include tonul vocii și schimbările subtile de energie.
- 3- Practicați empatia nonverbală: Empatia nonverbală este importantă, deoarece ne permite să ne conectăm cu ceilalți într-un mod mai profund. Este posibil ca oamenii să nu-și poată exprima sentimentele în cuvinte, dar empatia nonverbală ne permite să le citim și să le înțelegem oricum emoțiile. Unele dintre modalitățile prin care puteți exercita empatia nonverbală este de a lua în considerare, de exemplu:

Poziția corpului, care poate spune multe despre cum se simte o persoană; dacă cineva este cocoșat cu capul plecat, probabil că se simte trist sau deprimat. Dacă cineva stă în picioare cu umerii pe spate și capul sus, probabil că se simte încrezător și fericit.

Contactul vizual este o formă importantă de comunicare nonverbală; dacă cineva evită contactul vizual, este posibil să se simtă inconfortabil sau jenat. Dacă cineva menține contactul vizual, probabil că se simte confortabil și încrezător.

Tonul vocii poate spune multe despre starea emoțională a unei persoane, dacă o persoană vorbește cu un ton monoton și lipsit de emoție, probabil că se simte tristă sau deprimată.

Expresia facială este una dintre cele mai evidente forme de comunicare nonverbală; o persoană care zâmbește se simte probabil fericită și veselă. Dacă cineva are o expresie nervoasă pe față, probabil că simte furie sau frustrare.

- 4- Recunoașterea emoțiilor: Acceptați și validați sentimentele celorlalți, chiar dacă acestea sunt diferite de ale dumneavoastră.
- 5- Reflecție personală: Încercați să fiți conștienți de propriile reacții emoționale în timpul interacțiunilor cu persoana respectivă.

04 Materiale



Nu sunt necesare materiale pentru a realiza această activitate, dar ar fi important să faceți un fel de listă de verificare pentru a vedea dacă în interacțiunile pe care le-ați avut cu elevii sau cu profesorii ați fost conștienți că ați pus în practică aceste cinci puncte.

05 Sfaturi



Îmbunătățirea empatiei necesită o practică regulată și, în timp, veți descoperi că abilitatea dumneavoastră de a înțelege și de a vă raporta la emoțiile celorlalți devine mai puternică. Dacă puneți în mod conștient în practică acest exercițiu, încercând în conversațiile și interacțiunile dvs. să apreciați dacă respectați cele 5 puncte, vă va ajuta să deveniți o persoană mai empatică în interacțiunile cu elevii și cu alți profesori.

COMPETENȚE

Adaptabilitate



Nr activitate

2

Timp: 30 min.



01 Care sunt obiectivele activității?



Obiectivul acestei activități este de a le permite să își dezvolte capacitatea de a se adapta la situații noi și la schimbările din mediul înconjurător, fie la locul de muncă, fie în viața personală sau în orice alt context.

02 Ce vor învăța profesorii și elevii?



Profesorii vor învăța să evalueze opțiunile disponibile și să ia decizii în cunoștință de cauză în rezolvarea problemelor. De asemenea, își vor dezvolta capacitatea de a anticipa posibilele rezultate și de a evalua consecințele acestora.

De asemenea, îi va ajuta să stimuleze generarea de idei noi și creative pentru a

să abordeze problemele. Dezvoltarea capacității de a gândi "în afara cutiei" și de a găsi soluții inovatoare.

03 Sarcini și procedură



Pasul 1. obiectivul sesiunii:

Stabiliți o viziune a viitorului apropiat, apoi definiți pașii de acțiune pentru a o realiza.

Așezat confortabil, cu hârtie și pix, închideți ochii și imaginați-vă că ~~sun~~ 16 luni până atunci. Imaginați-vă că ați realizat tot ceea ce v-ați propus să faceți. Gândiți-vă la ceea ce ați făcut și realizat în aceste șase luni. Cum este munca dvs. Cum sunt relațiile tale. Ce vă face fericiți.

Acum desenați-vă viziunea asupra viitorului pe partea dreaptă a hârtiei. Restrângeți-o la 4 sau 5 teme diferite care alcătuiesc această viziune, folosind cât mai puține cuvinte, dar cât mai multe elemente vizuale, după cum doriți.

Pasul 2:

În partea de sus a paginii să scrieți cel puțin 5 factori ajutători care vă vor sprijini să le realizați viziunea. Aceștia pot fi oameni, oportunități, tehnologii, situații etc.

Pasul 3:

În partea de jos a paginii, să scrieți cel puțin 5 factori de susținere care vă vor ajuta să le realizați viziunea. Din nou, aceștia pot fi oameni, oportunități, tehnologii, situații etc.

Pasul 4:

Acum definiți pașii de acțiune, desenați trei casete din stânga hârtiei până la viziunea din dreapta. Aceștia vor fi cei trei pași mari pe care ~~trebuie~~ să faceți pentru a le realiza viziunea.



Scrieți câte un pas în fiecare căsuță, în mod concis, dar cu toate detaliile de care aveți nevoie

04 Materiale



Markere Caiete de notițe și pixuri sau puteți să o faceți și în format digital, folosind un computer.

05 Sfaturi



Această activitate poate fi realizată individual sau în grup, pentru a vedea diferitele moduri în care fiecare participant a rezolvat conflictul sau problema.



COMPETENȚE

Planificare/Organizare



Nr activitate

3

Timp: 30-50 min.



01 Care sunt obiectivele activității?



Conform modelului GROW, profesorii își pot defini scopuri sau obiective prin analizarea situației lor actuale și, evaluând opțiunile pe care le au, pot concepe un plan de acțiune și îl pot pune în aplicare cu voință și angajament. SCOP- OBIECTIV: Definiți și stabiliți scopul care trebuie atins.

02 Ce vor învăța profesorii și elevii?



Modelul GROW este un cadru simplu, dar extrem de eficient, care poate fi utilizat în orice context. Acesta poate fi adaptat pentru a se potrivi în orice cadru în care trebuie luate decizii sau în care trebuie depășite obstacole. Avantajul de a avea

structura este ca subiectul ales de persoană să poată merge mai departe în termenii ei. Aceasta ajută la stabilirea unei agende, iar întrebările deschise le permit profesorilor să fie deschiși la posibilitățile care ar putea fi dezvăluite.

Modelul GROW face ca procesul să fie puțin mai structurat.

03 Sarcini și procedură



GROW este un acronim care înseamnă obiectiv, realitate, obstacole/opțiuni și voință.

Pasul 1:

STABILIREA OBIECTIVULUI (aspirație)

Obiectivele sunt esențiale, iar cu cât profesorii sunt mai aliniați în atingerea acestor obiective, cu atât mai mult se vor angaja să participe la acțiuni care să facă din aceste obiective o realitate.

Întrebați-vă să descrieți care este scopul/aspirația (sau aspirațiile) lor. Câteva exemple

Ce doriți să obțineți?

Ce abilități noi doriți să învățați sau să dezvoltați?

Pe ce ați dori să vă concentrați astăzi?

Ce este important pentru tine în acest moment?

Cu ce provocări vă confrunțați în acest moment?

Pasul 2:

SĂ EXAMINEZE REALITATEA ACTUALĂ

În continuare, cereți-vă să descrieți realitatea voastră actuală.

Acesta este un pas important. Trebuie să aveți un punct de plecare. Această zonă este un

invitație la autoevaluare.

Pe măsură ce vă analizați realitatea actuală, pot începe să apară indicii. Întrebări utile pe care să le puneți în această etapă

Ce funcționează bine în acest moment? De ce am nevoie?

Ce scuze ai folosit întotdeauna pentru a nu-ți atinge obiectivele?

Ați făcut deja pași către obiectivul dumneavoastră?

Este acest scop în conflict cu alte scopuri sau obiective? Ce temeri aveți?

De ce ești pasionat?

Pasul 3:

EXPLORAȚI OBSTACOLELE/OPTIUNILE

După ce ați explorat realitatea actuală, este momentul să stabiliți care sunt șansele de a vă atinge obiectivul.

Gândiți-vă la cât mai multe opțiuni bune. Apoi decideți care sunt cele mai bune.

Întrebările tipice pe care le puteți folosi pentru a explora opțiunile sunt următoarele: Ce obstacole stau în calea mea?

Dacă ați avea cu 50% mai multă încredere, ce ați face diferit? Ce ați putea face?

Ce ați face diferit?

Dacă acest obstacol ar fi înlăturat, ar schimba ceva? Care sunt avantajele și dezavantajele fiecărei opțiuni?

Ce ai face dacă nu ai răspunde în fața nimănui?

Care este cea mai eficientă utilizare a timpului tău în acest moment?



Pasul 4:

STABILIREA VOINȚEI

Calea de urmat (responsabilitate personală și acțiuni) (Ce, când și dorința de a face acest lucru)

După ce și-a stabilit realitatea actuală și a explorat opțiunile, profesorul va avea o idee destul de clară despre cum își poate atinge obiectivul. Impresionant, dar s-ar putea să nu fie suficient. Ultimul pas este de a-l face pe profesor să se angajeze la acțiuni specifice pentru a se îndrepta spre obiectivul lor. Acest pas îl ajută să își activeze voința și îi dă un impuls de împuternicire.

Întrebările eficiente care trebuie puse includ

Pe o scară de la 1 la 10, cât de motivat sunteți să vă atingeți obiectivul? De ce este nevoie pentru ca această motivație să se apropie de 10?

Oricare ar fi primul tău pas, te poți gândi la ceva care te-ar putea împiedica să îl faci?

Cât de angajat ești în atingerea acestui obiectiv?

Cum doriți să fiți responsabil pentru acest obiectiv? Cum veți sărbători atunci când vă veți atinge obiectivul? Ce aveți de gând să faceți în următoarele 24 de ore?

Ce veți face când vă veți atinge obiectivul?

Pe cine trebuie să incluzi în călătoria ta spre acest obiectiv? Ce altceva trebuie să luați în considerare înainte de a începe?

Stabiliți o dată până la care vă veți revizui progresele înregistrate. Acest lucru vă va oferi o anumită responsabilitate și vă va permite să vă schimbați abordarea în cazul în care planul inițial pur și simplu nu funcționează.



04 **Materiale**



Markere Caiete și pixuri

05 **Sfaturi**



Unul dintre numeroasele avantaje ale metodei GROW este că nu trebuie să fii antrenor pentru a o aplica. Oricine o poate folosi pentru a se ghida spre un obiectiv folosind metoda GROW. Urmarea pașilor propuși de această tehnică poate fi de mare ajutor în planificarea către obiectivele tale.

COMPETENȚE

REZOLVAREA PROBLEMEI



Nr activitate

4

Timp: 20 minute



01 Care sunt obiectivele activității?



Promovarea capacității de a analiza situații, de a identifica probleme și de a evalua posibilele soluții. Îmbunătățirea capacității de a gândi logic și de a reflecta.

02 Ce vor învăța profesorii și elevii?



Profesorii vor învăța să evalueze opțiunile disponibile și să ia decizii în cunoștință de cauză în rezolvarea problemelor. De asemenea, își vor dezvolta capacitatea de a anticipa posibilele rezultate și de a evalua consecințele acestora.

De asemenea, îi va ajuta să stimuleze generarea de idei noi și creative pentru a rezolva problemele. Să-și dezvolte capacitatea de a gândi "outside the box" și de a găsi



soluții inovatoare.

03 Sarcini și procedură



Pasul 1:

Gândiți-vă la conflicte sau probleme pe care le-ați avut. Acestea pot proveni din interiorul echipei actuale și din interiorul sau din afara organizației.

Identificați cât mai multe conflicte sau probleme semnificative, întorcându-vă cu câțiva ani în urmă, dacă este necesar. Scrieți-le în caietele dumneavoastră.

Pasul 2:

Dintre conflictele istorice pe care le-ați notat, clasificați-le pe fiecare de la 1 la 3. 1 = Conflict sau problemă pe care am gestionat-o bine

2 = Conflict sau problemă pe care am gestionat-o mai mult sau mai puțin bine 3 = Conflict sau problemă pe care am gestionat-o prost

Pasul 3:

Reflecțați individual asupra următoarelor întrebări:

Ce reacții au fost manifestate în timpul conflictelor sau problemelor pe care le-am identificat?

Ce comportamente și acțiuni au fost eficiente în rezolvarea conflictelor?

Ce comportamente și acțiuni nu au fost eficiente în rezolvarea conflictelor?

Pasul 4:

În urma reflecțiilor, elaborați 2 sau 3 orientări pentru gestionarea eficientă a conflictelor.

Scrieți liniile directoare și încercați să le puneți în practică de fiecare dată când vă confrunțați cu aceeași problemă sau conflict.



04 **Materiale**



Markere Caiete de notițe și pixuri sau puteți să o faceți și în format digital, folosind un computer.

05 **Sfaturi**



Această activitate poate fi realizată individual sau în grup, pentru a vedea diferitele moduri în care fiecare participant a rezolvat conflictul sau problema.