

## Podręcznik treningowy ToT Scrappies

Na podstawie międzynarodowego ToT w Piliscsaba, Węgry, 9-13 października 2023 r.

### O projekcie

Jednym z najważniejszych celów ludzkości w XXI wieku jest zbudowanie zrównoważonego społeczeństwa. Edukacja jest jednym z kluczy do osiągnięcia zrównoważonego rozwoju, a wysokiej jakości edukacja dla wszystkich jest również podstawą zrównoważonego społeczeństwa. Podstawową koncepcją zrównoważonego rozwoju jest to, że korzyści płynące z natury są niezastąpione, a cała gospodarka zależy od społeczeństwa, które z kolei jest całkowicie zależne od środowiska. Podkreśla to współzależności między naszym społeczeństwem, gospodarką i środowiskiem naturalnym.

Nasze cele to:

- Zwiększenie zrównoważonego myślenia i upcyklingu we wprowadzaniu rzeczy wielokrotnego użytku (materiałów z recyklingu) w codziennej edukacji;
- Zwiększenie kluczowych umiejętności i kompetencji wśród uczniów, w szczególności - kreatywności, krytycznego myślenia, współpracy i odporności;
- Aby zmniejszyć nudę w klasie i uczynić proces nauczania bardziej systematycznym, ekscytującym i żywym;
- Rozszerzenie wyobraźni i doświadczenia uczniów poza klasę;
- Aby pomóc uczniom wizualizować lekcje i przenosić abstrakcyjne pojęcia na konkretne, łatwiejsze do zapamiętania obiekty;
- Pomoc szkołom w przedstawieniu rodzicom i społeczności koncepcji wykorzystania materiałów z recyklingu w szkołach, w tym pomoc w zbieraniu materiałów z recyklingu;

Sfinansowane ze środków UE. Wyrażone poglądy i opinie są jedynie opiniami autora lub autorów i niekoniecznie odzwierciedlają poglądy i opinie Unii Europejskiej lub Europejskiej Agencji Wykonawczej ds. Edukacji i Kultury (EACEA). Unia Europejska ani EACEA nie ponoszą za nie odpowiedzialności.

- Zwiększenie poziomu komunikacji zarówno w związku ze zrównoważonym rozwojem, jak i ogólnie między rodzicami, społecznością i szkołami;
- Zwiększenie poziomu satysfakcji z pracy i próba odnowienia powołania nauczycieli oraz zapobieganie wypaleniu zawodowemu;
- Zwiększenie poziomu zaangażowania w działania na rzecz ochrony środowiska i klimatu;

## Pakiety robocze projektu

1. Podręcznik Scrappies
2. Zestaw narzędzi Scrappies
3. Szkolenie trenerów Scrappies

Nasze wydarzenia:

- Wydarzenia upowszechniające dla nauczycieli na Węgrzech, w Polsce i Finlandii
- Konferencja w Finlandii
- Webinaria z otwartym dostępem

Głównym celem niniejszego dokumentu szkoleniowego jest dostarczenie materiałów i ćwiczeń dla nauczycieli, które wspierają ich we wdrażaniu zrównoważonego podejścia w ich pracy, przy użyciu naszych produktów opracowanych w ramach projektu Scrappies. Poprzez wykorzystanie tych materiałów, naszym celem jest pomoc w stworzeniu przyjemnej atmosfery do nauki, która zwiększy poziom zadowolenia uczniów z zajęć, a także ich kreatywność, przy jednoczesnym intuicyjnym uczeniu się o zrównoważonym podejściu.

Niniejszy dokument zawiera następujące informacje:

- Cele edukacyjne
- Obszary kompetencji
- SNAPS
- Harmonogram programu szkolenia trenerów w Piliscsaba
- 30-godzinny plan treningowy (ze szczegółowym opisem i ćwiczeniami)

- 4-godzinny plan warsztatów dla nauczycieli

## Cele edukacyjne

- połączenie osobiste
- budowanie zespołu
- pomaga uczestnikom zidentyfikować ich indywidualne
- samorozwój
- pomysł, w jaki sposób tworzenie SNAPS
- Otwarcie kreatywnej przestrzeni
- Innowacyjne pomysły na zrównoważony rozwój
- dzielenie się i rozwijanie przyjemnych metod dla dzieci
- Przesuwanie indywidualnych granic

## Obszary kompetencji

- więź społeczna i emocjonalna

- Zwiększanie wiedzy na temat zrównoważonego rozwoju
- rozwój umiejętności nauczania, metodyki, kreatywności
- umiejętności prezentacji

## SNAPS

### **Snaps: Wspieranie badań naukowych poprzez zabawę**

Snaps to dynamiczny program zaprojektowany, aby kultywować miłość do nauki w klasach 1-3. Wykorzystuje on moc zabawy i łatwo dostępnych materiałów pochodzących z recyklingu, aby rozbudzić ciekawość uczniów i zachęcić ich do samodzielnych poszukiwań.

#### **Zaangażowanie poprzez aktywne uczenie się:**

Snaps wykracza poza tradycyjne nauczanie skoncentrowane na nauczycielu. Zamiast tego przedstawia uczniom wciągające, otwarte scenariusze, które pobudzają ich wewnętrzne pragnienie uczenia się. Scenariusze te przekształcają przedmioty codziennego użytku w narzędzia do odkryć naukowych. Wyobraź sobie uczniów konstruujących model wulkanu z kartonowego pudełka lub tworzących dzwonek wietrzny, który tańczy na wietrze, a wszystko to przy użyciu materiałów pochodzących z recyklingu!

#### **Promowanie zarządzania środowiskiem:**

U podstaw Snaps leżą zasady odpowiedzialności za środowisko. Zachęca uczniów do postrzegania codziennych odpadów nie jako odpadów, ale jako potencjalnych narzędzi do badań naukowych. Zmieniając przeznaczenie tych materiałów, uczniowie stają się zaradnymi naukowcami, którzy uczą się cennych lekcji na temat zrównoważonego rozwoju.

#### **Dostosowanie programu nauczania:**

Wspierając poczucie cudowności i zabawy, Snaps pozostaje mocno zakorzeniony w treściach podstawy programowej dla klas 1-3. Większość ćwiczeń została zaprojektowana w taki sposób, aby dopasować się do istniejących planów lekcji, zapewniając uczniom nie tylko dobrą zabawę, ale także opanowanie kluczowych pojęć naukowych.

## Harmonogram programu szkolenia trenerów w Piliscsaba

Przedział czasowy	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK
9.00-9.15	Krąg otwarcia	Krąg otwarcia	Krąg otwarcia	Krąg otwarcia	Krąg otwarcia
9.15-10.30	<b>Część 1.</b> Wprowadzenie i tworzenie bezpiecznej przestrzeni	<b>Sekcja 5. - SNAP 2</b> <i>Snap Swap</i>	<b>Sekcja 9. - Prezentacja metody przyrodniczej</b>	<b>Część 12. - Metodyka przygód (szkolenie na świeżym powietrzu) - część 1</b>	<b>Część 15. - Warsztaty wpływu</b>
10.30-10.45	-	BREAK	BREAK	BREAK	<b>Część 16. - Ocena tygodnia</b>
10.45-11.00	Energetyzująca gra	Gra energetyzująca (Ćwiczenie dzielenia się (przez partnerów w parach))	Gra energetyzująca (Ćwiczenie dzielenia się (przez partnerów w parach))	<b>Część 13. - Metodyka przygód (szkolenie na świeżym powietrzu) - część 2</b>	

11.00-12.30	<b>Sekcja 2 - Wprowadzenie i tworzenie bezpiecznej przestrzeni</b>	<b>Sekcja 6. - SNAP 3</b> <i>Snap Swap (rozwój Snapów)</i>	<b>Sekcja 10. - SNAP 6</b> <i>Snap Swap (testowanie Snapów)</i>		<b>17. Sekcja - Podsumowanie i zamknięcie</b>
12.30-13.45	LUNCH	LUNCH	LUNCH	<b>Część 14. - Metodyka przygód (szkolenie na świeżym powietrzu) - część 3</b>	LUNCH
13.45-14.00	Energetyzująca gra	Gra energetyzująca (Ćwiczenie dzielenia się (przez partnerów w parach))	Gra energetyzująca (Ćwiczenie dzielenia się (przez partnerów w parach))		-
14.00-15.30	<b>Część 3. - Prezentacja metody</b>	<b>Sekcja 7. - SNAP 4</b> <i>Snap Swap (testowanie Snapów)</i>	<b>Sekcja 11. - SNAP 7</b> <i>Snap Swap (rozwój Snapów)</i>	LUNCH	-
15.30-15.45	BREAK	BREAK	BREAK	Krąg zamykający (ocena)	-
15.45-17.15	<b>Sekcja 4. - SNAP 1</b> <i>Snap Swap (rozwój Snapów)</i>	<b>Sekcja 8. - SNAP 5</b> <i>Snap Swap (rozwój Snapów)</i>	<b>Alternatywny czas wolny + Fakultatywny program niespodzianek</b>	<b>Freetime</b>	-
17.15-17.30	Krąg zamknięcia	Krąg zamknięcia	-	Wycieczka do Budapesztu	-

## Szczegółowy 30-godzinny plan treningowy

### Pierwszy dzień

Czas	Moduł	Ćwiczenie	Grupa	Potrzebne narzędzia
9.00-9.15	Krąg otwarcia	Cel na ten tydzień <ul style="list-style-type: none"> <li>- Energizer</li> <li>- Kraje</li> <li>- Struktura szkolenia</li> </ul>	wszystko	brak; opcją jest ppt z wprowadzeniem do projektu
9.15-10.30	Część 1 - Wprowadzenie i tworzenie bezpiecznej przestrzeni	Arrival to Space (3 energetyzująca muzyka z uśmiechem, z powitaniem w języku ojczystym, z komplementem na temat włosów, z życzeniem czegoś dobrego na dziś) Nauka nazw z rzucaniem piłką (piłkami) Wprowadzenie z symbolami i opowiadaniem historii (3 rundy)	wszystko	JBL  Miękkie piłki  Symbole  Kolorowe papiery, długopisy, nożyczki
10.30-10.45	BREAK			
10.45-11.00	Energetyzująca gra	Kolory dotykowe	wszystko	

11.00-12.30	Sekcja 2 - Wprowadzenie i tworzenie  Bezpieczna przestrzeń	Definiowanie reguł grupy Oczekująca dłoni z pięcioma palcami: 1. Kciuk: wewnętrzna motywacja do bycia tutaj 2. Wskazywanie palcem: oczekiwanie od innych 3. Środkowy palec: zasób, który tu przyniosłem / i mogę zaoferować zespołowi 4. Palec serdeczny: moje osobiste cele 5. Mały palec: jeśli chcesz mnie dobrze traktować, zrób to dla mnie jak przewodnik użytkownika/instrukcje.  Ćwiczenia mające na celu wzajemne poznanie się - Prowadzony przez klaszczące dłonie - Lewitujący bambus	wszystko	Papier do flipchartów
12.30-13.45	LUNCH	Lunch		
13.45-14.00	Energetyzująca gra	Puff ze słoniami, Marilyn Moonroe, palma, pralka, mikser, Aniołki Charliego, James Bond	wszystko	
14.00-15.30	Część 3. - Prezentacja metody	Obudź swoją kreatywność!	3 małe grupy	

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rysowanie z grupą</li> </ul> <p>Szczegóły projektu:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Prezentacja podręcznika</li> <li>- SNAPS</li> <li>- Zarys szkolenia</li> </ul> <p>Testowanie jednego z istniejących Snapów</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Gra ewolucyjna, aby utworzyć 3 grupy)</li> </ul>		
15.30-15.45	BREAK			
15.45-17.15	<p>Sekcja 4. - SNAP 1</p> <p>Snap Swap (tworzenie nowych Snapów)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Przygotowania na następny dzień: plan testowania snapów, 1-minutowa przemowa, aby przekonać, że to najlepszy snap, a potem go wypróbujemy.</li> <li>- Dzielenie się ćwiczeniami: kto przyniósł ćwiczenie?</li> </ul>	Praca w małych grupach (3 grupy)	
17.15-17.30	Krąg zamknięcia	<p>Formularz oceny, dyskusja</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Wybierz kolor</li> <li>- Odlot</li> </ul>	wszystko	

## Krąg otwarcia

Krąg otwierający przedstawi krótki przegląd tygodniowego programu treningowego.

- **Cele:** W tym tygodniu skupimy się na samorozwoju, idei tworzenia SNAPS i ich wykorzystaniu w programie nauczania.
- **Struktura:** Szkolenie przebiega zgodnie z codzienną strukturą tematyczną, badając różne aspekty metod zwiększających kreatywność, a także wspierając asertywną komunikację poprzez dedykowane informacje zwrotne.
- **Działania:** Każdy dzień będzie obejmował różnorodne angażujące metody, w tym wykłady pilotażowe, dyskusje, zajęcia grupowe, warsztaty praktyczne w celu promowania aktywnego uczenia się i dzielenia się wiedzą.
- **Uczestnictwo:** Zapewnione zostaną szerokie możliwości interakcji, np. zadawania pytań, dzielenia się doświadczeniami, współpracy z kolegami przez cały tydzień.

## Część 1 - Wprowadzenie i tworzenie bezpiecznej przestrzeni

### Przybycie w kosmos

#### Otwieranie drzwi do współpracy i połączeń

Pierwsze chwile naszego programu szkoleniowego nadają ton całemu doświadczeniu. W przypadku szkoleń dla nauczycieli kluczowe znaczenie ma wspieranie współpracującego i wspierającego środowiska uczenia się. Oto wciągająca seria lodołamaczy zatytułowana "Arrival to Space", która wykracza poza zwykłe wprowadzanie imion. Promuje osobiste więzi, budowanie zespołu i pomaga uczestnikom zidentyfikować ich indywidualne i wspólne cele programu.

#### **Część 1: Przybycie w przestrzeń kosmiczną (przygotowanie - 10 minut, aktywność - 15 minut)**

##### **Materiały:**

- Optymistyczna, energetyzująca muzyka
- Piłka plażowa lub małe piłki do skakania (opcjonalnie)
- Identyfikatory dla uczestników

## Instrukcje:

1. **Powitanie z uśmiechem:** Gdy uczestnicy wchodzi do sali szkoleniowej, powitaj ich ciepło, z uśmiechem i muzyką w tle.
2. **Połączenie komplementów:** Podczas powitania każdego uczestnika szczerze skomplementuj jego wygląd (np. "Ten kolor wygląda na tobie fantastycznie!" lub "Uwielbiam twoją wyjątkową fryzurę!").
3. **Życzenia:** Krótko życz im pozytywnych wrażeń na cały dzień (np. "Mam nadzieję, że dzień będzie wypełniony nauką i śmiechem!").
4. **Wprowadzenie w ruch:** Wyjaśnij, że rozpoczniesz serię działań, które pomogą wszystkim lepiej się poznać.
5. **Przybycie do przestrzeni:** Podczas trwania muzyki poinstruj uczestników, aby swobodnie poruszali się po pokoju. Gdy muzyka ucichnie (lub gdy powiesz "Arrival to Space!"), muszą znaleźć partnera do powitania.

**Wariant:** Do ćwiczenia można dodać piłkę plażową lub piłkę do skakania (opcjonalnie). Gdy muzyka się zatrzyma, osoba trzymająca piłkę musi znaleźć partnera do wprowadzenia. Utrzymuje to wysoki poziom energii i dodaje element zabawy.

6. **Dobranie w pary:** Po sparowaniu poproś uczestników, aby przedstawili się swojemu partnerowi, dzieląc się swoim imieniem i ulubionym przedmiotem do nauczania (lub obszarem zainteresowań, jeśli są nowymi nauczycielami). Zachęć ich do aktywnego słuchania i zapamiętania imienia partnera.

## Część 2: Wprowadzenie z symbolami i opowiadaniem historii (Przygotowanie - 10 minut, Aktywność - 45 minut)

### Materiały:

- Tablica lub flipchart
- Znaczniki
- Lista różnych symboli (zwierzęta, przedmioty, elementy przyrody itp.)

### Instrukcje:

1. **Wybór symbolu:** Wyjaśnij, że to ćwiczenie pomaga uczestnikom wyrazić siebie poprzez symbolikę.
2. **Dzielenie się symbolami:** Przedstaw listę różnych symboli (przygotowanych wcześniej) na tablicy lub flipcharcie. Mogą to być zwierzęta, przedmioty, elementy przyrody, wszystko, co ma znaczenie symboliczne.

3. **Wybór symbolu:** Daj uczestnikom czas na przejrzenie listy i wybranie symbolu, który do nich przemawia. Zachęć ich do zastanowienia się, co symbol reprezentuje w ich życiu lub karierze nauczyciela.
4. **Kręgi opowieści:** Podziel uczestników na małe grupy 4-5 osobowe. W każdej grupie poszczególne osoby wyjaśniają wybrany przez siebie symbol i historię, która się za nim kryje. Pozwala to na głębsze połączenie i dzielenie się osobistymi doświadczeniami.
5. **Trzy rundy:** Powtórz proces opowiadania historii trzy razy, pozwalając uczestnikom na przejście do nowej grupy i dzielenie się innym symbolem w każdej rundzie.

## Energetyzująca gra

### Dotknij!

**Touch It! to** szybka i interaktywna gra zaprojektowana w celu pobudzenia uczestników i przełamania lodów na początku warsztatów lub sesji szkoleniowej.

**Cel:** Bądź pierwszą osobą, która dotknie wyznaczonego koloru!

**Gracze:** Ta gra jest idealna dla dowolnej wielkości grupy.

**Materiały:** Nie są wymagane, ale możesz użyć kolorowych przedmiotów rozrzuconych po pokoju, aby uzyskać dodatkowe wyzwanie.

### Instrukcje:

1. **Przygotowanie sceny:** Krótko wyjaśnij zasady uczestnikom. Poinformuj ich, że będziesz wywoływać kolory, a ich celem jest bycie pierwszą osobą, która dotknie czegoś w tym kolorze.
2. **Zacznij prosto:** Zacznij od podstawowych kolorów powszechnie spotykanych na ubraniach lub w pomieszczeniu (np. czerwony, niebieski, zielony, żółty, czarny).
3. **Ruszaj się:** Wywołaj kolor. Uczestnicy muszą znaleźć i dotknąć przedmiotu w tym kolorze na sobie (ubranie, akcesoria) lub w otoczeniu (meble, ściany, dekoracje).
4. **Podnieś stawkę (opcjonalnie):** Gdy wszyscy czują się komfortowo, wprowadź kilka zabawnych wariacji:

Sfinansowane ze środków UE. Wyrażone poglądy i opinie są jedynie opiniami autora lub autorów i niekoniecznie odzwierciedlają poglądy i opinie Unii Europejskiej lub Europejskiej Agencji Wykonawczej ds. Edukacji i Kultury (EACEA). Unia Europejska ani EACEA nie ponoszą za nie odpowiedzialności.

- **Dotykanie ciała:** Zamiast używać rąk, wywołaj określone części ciała, które muszą dotknąć koloru (np. "łokcie na zielonym!").
- **Ograniczona liczba dotknięć:** Ogranicz liczbę dozwolonych dotknięć (np. "jeden palec na pomarańczowym!").
- **Połowanie na przedmioty:** Ukryj wcześniej kolorowe przedmioty w pomieszczeniu. Kiedy wywołasz kolor, uczestnicy muszą znaleźć ukryty przedmiot w tym kolorze i dotknąć go.
- **Praca zespołowa:** Podziel uczestników na zespoły i poproś ich o współpracę w celu znalezienia koloru. Pierwsza drużyna, której wszyscy członkowie dotkną koloru, wygrywa rundę.

### Wskazówki:

- Utrzymuj żywe tempo gry i szybko wywołuj kolory.
- Zachęcaj do ruchu i śmiechu - chodzi o dobrą zabawę!
- Pamiętaj o przestrzeni osobistej i granicach.
- Dostosuj poziom trudności w zależności od mobilności i energii grupy.

### Korzyści:

- **Przełamuje lody:** Touch It! to fantastyczny sposób na rozruszanie uczestników, interakcję i przełamanie początkowej niezręczności nowej grupy.
- **Poprawia koncentrację:** Szybkie tempo gry pomaga uczestnikom skupić się i być obecnym w danej chwili.
- **Promuje pracę zespołową (opcjonalnie):** Gra zespołowa zachęca do współpracy i komunikacji.
- **Zabawa i energia:** Ta gra wprowadza dawkę energii i śmiechu do sesji treningowej, nadając pozytywny ton reszcie programu.

**Touch It!** to prosta, ale skuteczna gra, którą można łatwo dostosować do każdego programu szkoleniowego. To świetny sposób na zaangażowanie uczestników, dodanie im energii i przygotowanie do produktywniej nauki.

## Sekcja 2 - Wprowadzenie i tworzenie bezpiecznej przestrzeni

### Część 3: Rozdanie oczekiwań (Przygotowanie - 5 minut, Aktywność - 15 minut)

#### Instrukcje:

**Wprowadzenie metafory:** Wyjaśnij metaforę "ręki oczekiwań", w której każdy palec reprezentuje aspekt ich doświadczenia w programie szkoleniowym.

1. **Kciuk:** Poproś wszystkich o uniesienie dłoni zaciśniętej w pięść. Ich kciuk reprezentuje ich **wewnętrzną motywację do bycia tutaj**. Krótko omów, co motywuje ich do udziału w programie szkoleniowym.
2. **Palec wskazujący:** Wyciągnij wskazujący palec. Reprezentuje to ich **oczekiwania wobec innych**. Zachęć ich do zastanowienia się, jakich zachowań lub wsparcia mogą oczekiwać od kolegów i facylitatorów podczas całego programu.
3. **Środkowy palec:** Wyciągnij środkowy palec (taktownie wyjaśnij to jako metaforyczne narzędzie), który reprezentuje **zasoby, które wnieśli do stołu**. Może to być ich doświadczenie, wiedza specjalistyczna lub jakikolwiek unikalny wkład, którym mogą podzielić się z zespołem.
4. **Palec serdeczny:** Wyciągnij palec serdeczny. To reprezentuje ich **osobiste cele i zadania** związane ze szkoleniem. Jakie konkretne umiejętności lub wiedzę mają nadzieję zdobyć?
5. **Mały palec:** Wyciągnij mały palec. Reprezentuje to, co sprawi, że poczują się komfortowo i otrzymają wsparcie podczas szkolenia. Pomyśl o tym jako o **"przewodniku użytkownika" dla ich doświadczenia edukacyjnego**. Czy wolą bardziej aktywne techniki uczenia się? Czy potrzebują spokojnego czasu na refleksję? Zachęć uczestników do otwartego dzielenia się swoimi potrzebami.

**Podsumowanie i połączenie:** Po zapoznaniu się ze znaczeniem każdego palca, ułatw dyskusję na temat tego, w jaki sposób te oczekiwania mogą być wspólnie uwzględniane w całym programie szkoleniowym.

### Klaskanie w dłonie:

- **Łańcuch rytmów:** Jedna osoba zaczyna od wyklaskiwania prostego rytmu. Następna osoba powtarza rytm i dodaje jeszcze jedno klaśnięcie. Rytm jest powtarzany w kółko, a każda osoba dodaje do niego kolejne klaśnięcia, aż stanie się zbyt skomplikowany do zapamiętania.
- **Znajdź swój mecz:** Przypisz każdej osobie inną liczbę klaśnięć (1-4). Poinstruuuj ich, aby chodzili w ciszy i znaleźli kogoś z taką samą liczbą klaśnięć. Po znalezieniu swojego odpowiednika mogą się przedstawić i podzielić zabawnym faktem.

### Lewitujący bambus

Wszystko, czego potrzebujesz, to bambusowy kij (lub miotła lub dowolny kij, który jest wystarczająco długi, aby mogli go trzymać wszyscy uczestnicy jednocześnie). Gdy tylko staną naprzeciwko siebie w dwóch liniach, wszyscy uczestnicy powinni przynieść jedną rękę wskazującą z jednym palcem pośrodku. Trener delikatnie kładzie kij na trzymających go palcach.

Celem jest odłożenie bambusowego kija tak, aby każdy dotknął go jednym palcem. Jeśli ktoś puści kij, musi zacząć od nowa z wysokości ramion.

To ćwiczenie wydaje się łatwe, ale prawda jest taka, że jest niezwykle frustrujące dla uczestników. Upewnij się, że masz wystarczająco dużo czasu na ocenę i informację zwrotną. Opcją jest "udawanie niewidomego", aby móc ukończyć ćwiczenie i podczas zamykania pomóc rozładować całe napięcie.

## Energetyzująca gra

### Puff ze słoniami

**Cel:** Celem jest prawdopodobnie jak najszybsze wykonanie przez uczestników serii działań lub podpowiedzi do szarad - trener wskazuje jedną z nich i mówi podpowiedź, ale 3 uczestników musi ją wykonać (dołączają sąsiedzi).

### **Instrukcje:**

Zawiera różne podpowiedzi do odegrania, to tylko dobry początek, możesz wymyślić własne. Np. zwierzęta ("słonie"), odniesienia do popkultury ("Marilyn Monroe", "Aniołki Charliego", "James Bond"), przedmioty ("palma", "pralka", "mikser") ...itp.

**Akcja lub szarady:** Uczestnicy muszą odegrać lub wykonać szaradę, aby przedstawić każdą podpowiedź:

1. słon: jeden to trąba słonia, dwóch sąsiadów tworzy jego uszy
2. Marily: opuszcza się ręce, próbując powstrzymać - jak sąsiedzi "dmuchają w spódnice" - jak słynna biała sukienka unosząca się w górę
3. Palma: jeden stoi z podniesionymi rękami, sąsiedzi tańczą pod palmą
4. James Bond: jeden patrzy czarująco w oczy, sąsiedzi udają omdlenie z dźwiękiem "ahh...".
5. Charlie's: jeden stoi formując pistolet z rękami skierowanymi do przodu, sąsiedzi stoją z każdej strony plecami, również formując pistolet z rękami.
6. Pralka: jedna się obraca, podczas gdy sąsiedzi tworzą okrągłe okno pralki po bokach.
7. Mikser: jeden stoi z wysoko uniesionymi ramionami, dwaj inni obracają się pod spodem jak mikser.

### **Część 3. - Prezentacja metody**

#### Obudź swoją kreatywność!

Rysowanie z grupą!

#### **Wprowadzenie:**

Każdy członek grupy wyobraża sobie przedmiot lub rzecz, która daje mu pozytywne odczucia i wizualizuje ją tak wyraźnie, jak to możliwe. Następnie trener rozdaje grupie pojedynczy arkusz papieru, na którym każdy członek grupy będzie rysował. Każdy członek grupy musi narysować swój własny wyobrażony obiekt, rysując tylko jeden element na arkuszu, a następnie inny członek grupy będzie kontynuował rysowanie (w każdym przypadku łącząc się z rysunkiem przed nim), aż wszyscy członkowie grupy będą mieli swoją kolej. Pod koniec ćwiczenia uczestnicy interpretują swoje prace i prezentują je całej grupie.

#### **Cele:**

Ćwiczenie pomaga nam dostroić się do innych oraz rozważyć i pogodzić własne poglądy z poglądami innych.

#### Szczegóły projektu:

- Prezentacja podręcznika
- SNAPY
- Zarys szkolenia

#### Testowanie jednego z istniejących Snapów

- Gra ewolucyjna, aby utworzyć 3 grupy)

### **Sekcja 4. - SNAP 1 *Snap Swap (tworzenie nowych Snapów)***



- Przygotowania na następny dzień: plan testowania snapów, 1-minutowa przemowa, aby przekonać, że to najlepszy snap, a potem go wypróbujemy.
- Dzielenie się ćwiczeniami: kto przyniósł ćwiczenie?
- Wybrany temat opracowany przez grupę: **Betonowa dżungla**

## Drugi dzień

Przedział czasowy	Wtorek Moduł	Ćwiczenia	Grupa	Potrzebne narzędzia
9.00-9.15	Krąg otwarcia	Z kartami emocji	wszystko	
9.15-10.30	Sekcja 5. - SNAP 2 Snap Swap	Udostępnianie ćwiczeń: 30 minut stoły Snap Class	wszystko	post-it muzyka flip chart kredki
10.30-10.45	BREAK			
10.45-11.00	Gra energetyzująca - Ćwiczenie dzielenia się (przez partnerów w parach)		pary	wiadro, piłki
11.00-12.30	Sekcja 6. - SNAP 3 Snap Swap (rozwijanie Snapów)	Otwarta dyskusja: Jak ci się podobają nowe snapy? Co sądzisz o ich użyteczności? Jakież sugestie dla partnera?  Przetwarzanie emocjonalne	rozgrzewka wszystkich, następnie w 3 nowych grupach	papier, kolorowe długopisy

12.30-13.45	LUNCH			
13.45-14.00	Gra energetyzująca - Ćwiczenie dzielenia się (przez partnerów w parach)		praca w parach	
14.00-15.30	Sekcja 7. - SNAP 4  Snap Swap (wzajemne testowanie Snapów)	Pilotaż testowy w 3x15 minut  Burza mózgów dotycząca kolejnych tematów	w małych grupach	flipchart, markery
15.30-15.45	BREAK			
15.45-17.15	Sekcja 8. - SNAP 5  Planowanie nowych Snapów	30 gra  1 godzina tworzenia nowych Snapów w parach	praca w parach	
17.15-17.30	Krąg zamknięcia	Formularz oceny, dyskusja	wszystko	

## Krąg otwarcia

- **Przegląd i połączenie:** Pomóż uczestnikom zastanowić się nad nauką z poprzedniego dnia, połącz emocje z treścią szkolenia i nadaj ton nowemu dniu.

### Materiały:

- Zestaw kart z emocjami - dostępne w handlu lub własne z podstawowymi emocjami, takimi jak szczęśliwy, smutny, zdezorientowany, sfrustrowany, zmotywowany itp.

### Instrukcje:

1. **Krótkie wprowadzenie (2 minuty):** Krótko wspomnij o drugim dniu i poproś uczestników, aby zastanowili się nad swoimi emocjami z poprzedniego dnia szkolenia.
2. **Wybór emocji (5 minut):** Połóż karty emocji na środku. Poproś uczestników, aby na chwilę zamknęli oczy i zwrócili uwagę na to, jak się czuli podczas wczorajszego szkolenia.
3. **Dzielenie się (10 minut):**
  - Opcja 1: **Indywidualna refleksja:** Poproś uczestników, aby wybrali kartę emocji, która najlepiej odzwierciedla to, jak czuli się pod koniec poprzedniego dnia szkolenia.
  - Opcja 2: **Dyskusja grupowa:** Podziel uczestników na małe grupy i poproś ich o przedyskutowanie, która karta emocji wspólnie reprezentuje doświadczenia ich grupy.
  - Niezależnie od wybranej opcji, zachęć uczestników do podzielenia się tym, dlaczego wybrali daną emocję. Może to obejmować dzielenie się konkretnymi aspektami szkolenia, które wywołały tę emocję.
4. **Pomost do dnia dzisiejszego (3 minuty):** Po indywidualnych lub grupowych refleksjach wykorzystaj wspólne emocje, aby wypełnić lukę do bieżącej sesji.
  - W przypadku pozytywnych emocji, takich jak motywacja lub zaangażowanie, potwierdź te uczucia i podkreśl, w jaki sposób łączą się one z celami edukacyjnymi dzisiejszej sesji.

- W przypadku mniej pozytywnych emocji, takich jak dezorientowanie lub frustracja, odnieś się do nich z empatią. Krótko potwierdź wyzwania i zapewnij ich, że dzisiejsza sesja będzie opierać się na wczorajszej nauce i rozwiąże wszelkie utrzymujące się obawy.

### **Dodatkowe wskazówki:**

- Okrąg otwierający powinien być zwięzły - celuj w 20-25 minut.
- Jeśli czas na to pozwoli, po przejściu do dnia dzisiejszego, możesz poprosić uczestników o wybranie karty emocji, które mają nadzieję wynieść z dzisiejszej sesji. Może to określić oczekiwania i wyznaczyć kierunek szkolenia.
- Bądź przygotowany, aby zaoferować wsparcie lub odpowiedzieć na pytania związane z wszelkimi wyrażonymi negatywnymi emocjami.

Używając kart emocji w ten sposób, możesz stworzyć bardziej angażujący i inteligentny emocjonalnie krąg otwierający, który sprzyja refleksji, nawiązywaniu kontaktów i przygotowuje grunt pod pozytywne doświadczenia edukacyjne w drugim dniu programu szkoleniowego.

## **Sekcja 5. - SNAP 2 Snap Swap**

Testowany będzie SNAP przegłosowany przez uczestników dzień wcześniej.

**Temat:** Betonowa dżungla

**Wprowadzenie:** Grupa, która opracowała SNAP, otrzyma czas na przygotowanie, narzędzia i materiały do ponownego wykorzystania. Jeden z nich będzie pełnił rolę nauczyciela. Wśród pozostałych członków grupy trenerzy przypisują różne role, które określają zachowanie klasy. Na przykład ktoś cały czas zadaje pytania, ktoś jest cicho, ktoś się śmieje, gdy ktoś kaszle itp. Zadaniem nauczyciela jest przekazanie tematu w najlepszy sposób, podczas gdy dzieci wykonują swoje własne zadania.

## **Sekcja 6. - SNAP 3 Snap Swap (rozwijanie Snapów)**

Korzystając z metody burzy mózgów, członkowie grupy zapisują 30 tematów, które lubią i uważają za interesujące, związanych ze zrównoważonym rozwojem. Są one następnie poddawane głosowaniu w małych grupach, a temat z największą liczbą głosów jest rozwijany w mniejszych grupach.

Sfinansowane ze środków UE. Wyrażone poglądy i opinie są jedynie opiniami autora lub autorów i niekoniecznie odzwierciedlają poglądy i opinie Unii Europejskiej lub Europejskiej Agencji Wykonawczej ds. Edukacji i Kultury (EACEA). Unia Europejska ani EACEA nie ponoszą za nie odpowiedzialności.

Tematy te są następujące:

- zagrożone gatunki
- lody
- ruch
- ziemia
- Egipt
- Skały/kamienie
- Przyprawy
- Słoiki
- Energia
- Szkło
- Homary
- Śledczy / seryjni zabójcy
- Superbohaterowie
- Czas
- Pająki
- Ludzkie ciało
- Powietrze
- Owady
- Żywność
- Pleśń
- Sauna
- Woda termalna
- Wróżki
- Galaktyka
- Podróżowanie
- Pustynia
- AI
- Moda
- Podróż w czasie
- Jak powiedzieć "nie"

Grupa została podzielona na 5 mniejszych zespołów. Następnie grupy wybrały temat i wspólnie pracowały nad projektem.

Grupy wybrały najpierw następujące tematy:

- Podróż w czasie
- Podróżowanie
- Żywność
- Ludzkie ciało
- Skały/kamienie

Jedna godzina na szczegółowe przygotowanie SNAP

## Sekcja 7. - SNAP 4 Snap Swap (wzajemne testowanie Snapów)

Po zakończeniu redagowania, grupy zaprezentowały swoją pracę, tj. przygotowane przez siebie SNAP. Każda grupa głosowała, aby ocenić projekty innych, przekazując sobie nawzajem informacje zwrotne i sugestie dotyczące najlepszego SNAP.

## Sekcja 8. - SNAP 5 - Rozwój nowych snapów

Następnie, w parach, uczestnicy wybierają temat, który następnie wspólnie z partnerami wymyślają i opracowują, korzystając z wybranego miejsca i narzędzi.

- Ziemia
- Szkło
- Superbohaterowie
- Czas
- Pająki
- Powietrze
- Owady
- Pleśń
- Sauna
- Galaktyka
- Moda

Tematy te zostały opracowane przez pary

## Trzeci dzień

Przedział czasowy	Środa Moduł	Ćwiczenie	Grupa	Potrzebne narzędzia
9.00-9.15	Krąg otwarcia	Techniki oddychania - oddychanie kostką	wszystko	
9.15-10.30	Sekcja 9. - Prezentacja metody przyrodniczej	Ścieżka elementów natury <ul style="list-style-type: none"> <li>- rzeźba</li> <li>- Mindfulness - ćwiczenie 5 zmysłów z pomarańczą: 15 min</li> </ul>	wszyscy, indywidualnie biorący udział	

Przedział czasowy	Środa Moduł	Ćwiczenie	Grupa	Potrzebne narzędzia
		- Ścieżka 4 elementów		
10.30-10.45	LUNCH			
10.45-11.00	Dzielenie się praktyką (przez partnerów w parach)			
11.00-12.30	Sekcja 10. - SNAP 4  Snap Swap (wzajemne testowanie Snapów)			
12.30-13.45	LUNCH			
13.45-14.00	Dzielenie się praktyką (przez partnerów w parach)			
14.00-15.30	Sekcja 11. - SNAP 5  Rozwój nowych Snapów	Zanurzenie w lesie	wszyscy, cała grupa	
15.30-15.45	BREAK			
15.45-16.00	Krąg zamknięcia	Formularz oceny, dyskusja		

Przedział czasowy	Środa Moduł	Ćwiczenie	Grupa	Potrzebne narzędzia
16.00-17.30	Alternatywny czas wolny	Turystyka piesza Ucieczka do lasu Medytacja		
WIECZÓR	Fakultatywny program niespodzianek	Las opowieści ludowych	indywidualnie zgodnie z życzeniem	

## Krąg otwarcia

### Techniki oddychania - oddychanie kostką

#### **Wprowadzenie:**

Wyciągnij się!

- Wdychaj powietrze przez nos (6 wdechów i wydechów na minutę).
- Brzuch do góry, nie ramiona - bardziej naturalna postawa, więcej miejsca dla płuc
- Długie wydechy - podwojony czas wdechów
- Zwiększ efekt, wydychając powietrze z cichym westchnieniem - jak w jodze.
- Większa skuteczność na otwartej przestrzeni
- Jeśli to możliwe, zrób to przed posiłkiem

Sfinansowane ze środków UE. Wyrażone poglądy i opinie są jedynie opiniami autora lub autorów i niekoniecznie odzwierciedlają poglądy i opinie Unii Europejskiej lub Europejskiej Agencji Wykonawczej ds. Edukacji i Kultury (EACEA). Unia Europejska ani EACEA nie ponoszą za nie odpowiedzialności.

## Sekcja 9. - Prezentacja metody przyrodniczej

### Ścieżka elementów natury

- rzeźba

#### Mindfulness - ćwiczenie 5 zmysłów z pomarańczą: 15 min

##### **Wprowadzenie**

Facylitator daje każdemu kawałek pomarańczy. Następnie pyta ich:

- aby dokładnie się temu przyjrzeć,
- zamknąć oczy i skoncentrować się na odczuwaniu dotyku,
- przyłożyć do ucha i słuchać dźwięku i szumu pomarańczy,
- powąchać go z zamkniętymi oczami,
- i w końcu wziąć bardzo mały kęs i skoncentrować się na smaku, obrócić go w ustach i powoli powoli połknąć. A następnie powoli zjeść cały kawałek.

Na koniec mogą otworzyć oczy i porozmawiać o tym doświadczeniu. Podczas ćwiczenia prowadzący może udzielić wsparcia w postaci narracji: "Nie ma problemu, jeśli masz jakieś inne myśli, ale zwróć swoje myśli z powrotem na to uczucie i spróbuj zwrócić swoją uwagę z powrotem na swoją percepcję".

### Ścieżka 4 elementów

##### **Wprowadzenie**

Ścieżka czterech elementów składa się z następujących elementów: członkowie grupy startują ze wspólnego kręgu, ćwiczenie rozpoczyna się od dostrojenia i wprowadzenia. Kolejność wyjścia może być ustalona przez samych członków grupy. Pierwsza osoba może zacząć natychmiast po wprowadzeniu, następna po 2 minutach (i tak dalej dla wszystkich członków). Podczas ćwiczenia odtwarzana jest wybrana muzyka relaksacyjna.

Stacja 1: Element ziemi: na tej stacji uczestnicy znajdują nasiona do zasadzenia w małych doniczkach. W międzyczasie myślą o nowej rzeczy, która zaczyna się w ich życiu, którą należy pielęgnować i sadzić w dobrej glebie, aby mogła przynieść owoce. Obserwują swoje otoczenie i zwracają uwagę na obecność elementu ziemi, gdzie go widzą i jak go postrzegają.

Stacja 2: Żywiół wody: na tej stacji uczestnicy znajdują szablon papierowych kwiatów, które umieszczają w dużej misce z wodą. Piszą na kartce słowo, które reprezentuje coś, za co są wdzięczni. Następnie umieszczają kartkę w misce. W tym samym czasie uczestnicy myślą o aspekcie swojego życia, który można uznać za dar, coś, co przynosi im radość i pozytywne uczucia. Obserwują swoje otoczenie i zwracają uwagę na obecność elementu wody, gdzie go widzą, jak jest postrzegany.

Stacja 3: Żywiół ognia: na tej stacji uczestnicy znajdują świeczniki, które symbolizują żywiół ognia. Zapalają świecę dla siebie, zastanawiając się nad tym, co w ich życiu najbardziej ich rozpala i motywuje, co wprawia ich życie w ruch, co napełnia ich dumą. Na karteczce samoprzylepnej piszą największą rzecz lub problem, z którego rozwiązania byli dumni. Spalają karteczkę i obserwują, jak problem znika. Obserwują swoje otoczenie i zwracają uwagę na obecność elementu ognia, gdzie go widzą i jak jest postrzegany.

Stacja 4: Żywiół powietrza: na tej stacji uczestnicy znajdują papier do wykonania wiatraczków symbolizujących żywiół powietrza. Tworzą swoje własne wiatraczki, myśląc o tym, co w ich życiu unosi się przed ich oczami jako cel, który może być dla nich przyszłościowy i podnoszący na duchu. Piszą słowo na każdej z 4 gałęzi wiatraczka. Cztery słowa reprezentują 4 ważne cele. Następnie składają papierowy wiatraczek i dmuchają w niego po wzięciu głębokiego oddechu, wdmuchując w niego swoje pragnienia związane z zapisanymi celami. Obserwują swoje otoczenie i zwracają uwagę na obecność elementu powietrza, gdzie go widzą, jak go postrzegają.

Po zakończeniu kursu uczestnicy wracają do kręgu, gdzie piszą wiersz o swoich doświadczeniach lub relaksują się i samodzielnie przetwarzają swoje doświadczenia.

## Sekcja 10. - SNAP 4 Snap Swap (wzajemne testowanie Snapów)

Prezentacja migawek wybranych i opracowanych w parach poprzedniego dnia, każda para ma 5 minut na przedstawienie szczegółów (11 tematów + pary = 55 minut).

Sfinansowane ze środków UE. Wyrażone poglądy i opinie są jedynie opiniami autora lub autorów i niekoniecznie odzwierciedlają poglądy i opinie Unii Europejskiej lub Europejskiej Agencji Wykonawczej ds. Edukacji i Kultury (EACEA). Unia Europejska ani EACEA nie ponoszą za nie odpowiedzialności.

Opracowane migawki są następnie oceniane za pomocą kamyków: każda para zostawia SNAP na swoim krześle, które można następnie ocenić na podstawie liczby anonimowo odłożonych kamieni

- Ziemia
- Szkło
- Superbohaterowie
- Czas
- Pająki
- Powietrze
- Owady
- Pleśń
- Sauna
- Galaktyka
- Moda

## Sekcja 11. - SNAP 5 - Rozwój nowych Snapów

### *Zanurzenie w lesie*

#### Poznaj moje drzewo

#### **Wprowadzenie**

Ćwiczenie to pomaga uczestnikom połączyć się z naturą w nietradycyjny sposób, z wyłączonym wzrokiem. Mogą doświadczyć dotyku, tekstury, zapachu drzewa i porównać swoje wewnętrzne wyobrażenie z rzeczywistym wyglądem drzewa.

Pary rozwijają głębsze zaufanie, pozwalając sobie nawzajem prowadzić, gdy mają zawiązane oczy.

Wskazówki dla moderatora: zawsze pytaj, czy każdy uczestnik może mieć zawiązane oczy. Jeśli jest to dla kogoś zbyt niewygodne, może mieć zamknięte oczy bez opaski, aby móc je otworzyć w dowolnym momencie.

Celem ćwiczenia jest wzbudzenie dobrych uczuć i doświadczanie wszystkimi zmysłami, nikt nie powinien czuć się niekomfortowo.

Powiedz uczestnikom, że czasami wskazane jest wyjście ze strefy komfortu.

Sfinansowane ze środków UE. Wyrażone poglądy i opinie są jedynie opiniami autora lub autorów i niekoniecznie odzwierciedlają poglądy i opinie Unii Europejskiej lub Europejskiej Agencji Wykonawczej ds. Edukacji i Kultury (EACEA). Unia Europejska ani EACEA nie ponoszą za nie odpowiedzialności.

Jeśli ktoś naprawdę nie chce mieć ani zawiązanych oczu, ani być z zamkniętymi oczami, znajdź sposób na włączenie go w inny sposób.

Nikt nie powinien być pomijany, chyba że jest to naprawdę konieczne.

## Mapowanie sensoryczne

### **Wprowadzenie**

Instruktor rozdaje cztery różne rośliny różnym członkom grupy. Każdy uczestnik pociera roślinę grzbietem dłoni. Po wykonaniu tego gestu każdy uczestnik musi znaleźć swojego towarzysza, który otrzymał tę samą roślinę i wydziela ten sam zapach. W ten sposób tworzone są grupy! Każda grupa musi stworzyć mapę otoczenia: mapę węchową, mapę dotykową, mapę dźwiękową i mapę ruchu. Do ich stworzenia można wykorzystać przedmioty z lasu, szczątki roślin, zwierzęta lub cokolwiek innego. Na koniec każda grupa prezentuje swoją mapę pozostałym, a następnie mapy łączą się w jedną mapę sensoryczną otaczającej przestrzeni.

## Stawanie się naturą

### **Wprowadzenie**

Uczestnicy stają w kręgu. Wszyscy zamykają oczy.

Trener zaprasza uczestników, aby najpierw wsłuchali się w swój oddech. Później zaprasza ich do słuchania dźwięków lasu. W trzecim kroku uczestnicy zaczynają wydawać dźwięki, dopasowując się do chóru natury.

Po kilku minutach wydawania dźwięków trener dotyka uczestników jeden po drugim (inni nadal wydają dźwięki), aby pozwolić im chodzić samotnie po lesie.

Okolo 30 minut później grupa spotyka się i jest trochę czasu na refleksję.

## Czwarty dzień

Przedział czasowy	Czwartek Moduły	Ćwiczenia	Grupa	Potrzebne narzędzia
9.00-9.15	Krąg otwarcia	Rozgrzewka + kółko	wszystko	
9.15-10.30	Część 12. - Metodyka przygód (szkolenie na świeżym powietrzu) - część 1	Uczenie się przez doświadczenie	w parach	liny wspinaczkowe, slackline, blind-foldery
10.30-10.45	BREAK			
11.00-12.30	Część 13. - Metodyka przygód (szkolenie na świeżym powietrzu) - część 2	Uczenie się przez doświadczenie	w 5 małych grupach	
12.30-14.00	Część 14. - Metodyka przygód (szkolenie na świeżym powietrzu) - część 3	Uczenie się przez doświadczenie Krąg zamknięcia Przetwarzanie tego, co wydarzyło się podczas działań	wszystko	
14.00-14.15	Formularz oceny			
14.15-15.15	LUNCH			

15.15-17.00	Freetime			
17.15-17.30	Wycieczka do Budapesztu	Escape room	2 trenerów	

## Sekcja 12. - 13. -14. Metodyka przygód (szkolenie na świeżym powietrzu) - Część 1-2-3

### Uwolnij plener: Zaangażowanie szkolenia nauczycieli w budowanie zespołu

#### Poszerzanie horyzontów edukacyjnych:

Ten program szkoleniowy wprowadza nowy wymiar rozwoju nauczycieli - **szkolenie na świeżym powietrzu**. Wykraczając poza ramy sal lekcyjnych, wykorzystamy rozległe plenery, aby wspierać pracę zespołową, komunikację i umiejętności rozwiązywania problemów poprzez angażujące ćwiczenia z wykorzystaniem lin i slackline'ów. **Nie jest wymagane wcześniejsze doświadczenie, niepełnosprawność jest obsługiwana przez trenera, a zajęcia są dostosowywane do potrzeb.**

#### Korzyści z budowania zespołu na świeżym powietrzu:

- **Lepsza współpraca:** Ćwiczenia na świeżym powietrzu w naturalny sposób zachęcają do pracy zespołowej i komunikacji. Nauczyciele będą współpracować, aby sprostać wyzwaniom stawianym przez liny i slackline, wspierając poczucie jedności i wspólnego sukcesu.
- **Zwiększone rozwiązywanie problemów:** Poruszanie się po linach i slackline'ach będzie wymagało kreatywnego myślenia i umiejętności rozwiązywania problemów. Nauczyciele będą współpracować, aby opracować strategię i dostosować się, rozwijając cenne umiejętności cenne w radzeniu sobie z wyzwaniami w klasie.
- **Zwiększona pewność siebie:** Pomyślne ukończenie tych ćwiczeń daje poczucie spełnienia i zwiększa wiarę w indywidualne i zespołowe umiejętności.

- **Budowanie zaufania:** Niektóre ćwiczenia będą wymagały zaufania i wsparcia ze strony kolegów, wzmacniając więzi interpersonalne w społeczności nauczycieli.
- **Świeża perspektywa:** Otoczenie na świeżym powietrzu zapewnia mile widzianą odmianę od rutyny w klasie, zwiększając koncentrację i otwartość na nowe doświadczenia edukacyjne.

#### Przykładowe działania:

- **Wspólna wspinaczka:** Korzystając z lin lub niskiego slackline, uczestnicy muszą współpracować, aby stworzyć ludzki łańcuch, który może bezpiecznie wspierać wszystkich w grupie podczas wspinaczki lub przechodzenia przez linię.
- **Wyzwanie komunikacyjne:** Zespoły będą miały zawiązane oczy i będą musiały poruszać się po wcześniej zdefiniowanym torze przeszkód, korzystając wyłącznie z komunikacji werbalnej. Ta aktywność wzmacnia umiejętności komunikacyjne i promuje zaufanie wśród współpracowników.
- **Wyzwanie Knot-So-Easy:** Grupy otrzymają serię lin i będą musiały stworzyć określone węzły w określonym czasie. Ta aktywność wymaga pracy zespołowej, rozwiązywania problemów i jasnej komunikacji, aby osiągnąć sukces.

#### Bezpieczeństwo przede wszystkim:

Wszystkie działania będą prowadzone z zachowaniem najwyższego priorytetu bezpieczeństwa. Certyfikowani moderаторzy poprowadzą szkolenie, zapewniając odpowiednie instrukcje i nadzór. Na Węgrzech można skontaktować się bezpośrednio z [www.kalandokesalmok.hu](http://www.kalandokesalmok.hu), aby uzyskać porady doświadczonych trenerów.

#### Wnioski:

Ten program szkoleniowy na świeżym powietrzu oferuje odświeżający i angażujący sposób rozwijania podstawowych umiejętności dla nauczycieli. Wykorzystując liny i slackline w dynamicznej scenerii na świeżym powietrzu, nauczyciele doświadczą zabawnego i satysfakcjonującego środowiska uczenia się, które sprzyja współpracy, komunikacji i umiejętnościom rozwiązywania problemów - wszystkie cenne narzędzia do tworzenia dobrze prosperujących klas.

**Uwaga:** Ten program można łatwo dostosować do różnych czasów trwania i można go dodatkowo dostosować za pomocą dodatkowych ćwiczeń integracyjnych z wykorzystaniem lin i slackline oraz innego sprzętu outdoorowego.



## Piąty dzień

Przedział czasowy	Piątek Moduły	Ćwiczenia	Grupa	Potrzebne narzędzia
9.00-9.15	Krąg otwarcia	Rozgrzewka: aportowanie piłki + kółko	wszystko	
9.15-10.15	Część 15. - Warsztaty wpływu	Worldcafé - Co wydarzyło się w ciągu tygodnia? utworzyć grupy: stanąć do arkusza jednego dnia szkolenia	w 5 małych grupach	jbl, arkusze papieru, kredki, naklejki
10.15-10.30	PRZERWA NA KAWĘ			
10.30-11.00	Część 16. - Ocena tygodnia	Ocena Snapów Formularz opinii (na temat materiałów, całego szkolenia)	wszystko	
11.00-12.00	Sekcja 17. - Podsumowanie i zamknięcie	Chodząca medytacja Anonimowy posłaniec Szalik Mandala Krąg zamknięcia	wszystko	szaliki dla każdego, relaksująca muzyka

12.00-14.00	LUNCH	Wspólne jedzenie jest świetną zabawą i może być dobrą okazją do pożegnania się w przytulny sposób.		
-------------	-------	--	--	--

## Część 15. - Warsztaty wpływu

### Metoda World Cafe dla angażujących dyskusji

World Cafe to potężna technika wspierająca wspólne uczenie się i dogłębne badanie tematów w ramach programu nauczania. Tworzy dynamiczne i angażujące środowisko, w którym nauczyciele mogą dzielić się pomysłami, przeprowadzać burze mózgów i uczyć się od siebie nawzajem.

Oto jak wdrożyć metodę World Cafe w programie szkolenia nauczycieli:

#### Przygotowanie:

1. **Zdefiniuj główne pytanie:** Wybierz prowokujące do myślenia pytanie, które jest zgodne z celami programu szkoleniowego.
2. **Konfiguracja przestrzeni kawiarnianej:** Zaaranżuj obszar szkoleniowy tak, aby przypominał kawiarnię. Użyj okrągłych stołów z obrusami, zapewnij kawę, herbatę i lekkie przekąski, aby stworzyć przyjazną atmosferę.
3. **Przygotuj pytania przewodnie:** Opracuj zestaw otwartych pytań dla każdej rundy, które opierają się na głównym temacie. Pytania te powinny zachęcać do głębszej eksploracji i łączenia pomysłów.
4. **Przygotuj flipcharty lub duże arkusze papieru:** Umieść je przy każdym stole, aby uczestnicy mogli uchwycić kluczowe punkty i spostrzeżenia podczas dyskusji.

#### Rozmowa w kawiarni:

1. **Runda otwierająca (20-30 minut):** Przedstaw główne pytanie i wprowadź format kawiarenki. Podziel uczestników na małe, 4-5-osobowe grupy i przydziel je do stolików. Każda grupa omawia główne pytanie, korzystając z pierwszego zestawu pytań przewodnich. Zachęcaj do aktywnego słuchania, dzielenia się różnymi perspektywami i zapisywania kluczowych punktów na flipcharcie.
2. **Podsumowanie rozmowy (5-10 minut):** Pod koniec rundy jedna osoba z każdej grupy pozostaje przy swoim stoliku ("gospodarz"), podczas gdy pozostali ("podróżnicy") przechodzą do nowego stolika. Każdy podróżnik dzieli się kluczowymi spostrzeżeniami i wnioskami z poprzedniej dyskusji, zachęcając do nowych pomysłów i połączeń przy nowym stole. Pozostały gospodarz wita podróżników i krótko podsumowuje poprzednią dyskusję.
3. **Powtórzenie rund (2-3 rundy):** Powtórzenie rund 2 i 3 z nowym zestawem pytań przewodnich dla każdej rundy, umożliwiając uczestnikom oparcie się na wcześniejszych rozmowach i zbadanie tematu z różnych perspektyw.

#### Podsumowanie:

1. **Refleksja końcowa (10-15 minut):** Poproś wszystkich uczestników o refleksję końcową. Poproś uczestników, aby podzielili się swoimi ogólnymi wnioskami z doświadczenia World Cafe, podsumowali kluczowe punkty i zidentyfikowali wspólne tematy, które wyłoniły się z dyskusji.

#### Dodatkowe wskazówki:

- Zachęcanie do tworzenia środowiska opartego na szacunku i integracji, w którym wszystkie głosy są słyszane.
- Ustaw licznik czasu dla każdej rundy, aby dyskusje były skupione.
- W razie potrzeby zapewnij podpowiedzi lub pomoce wizualne stymulujące dyskusję.
- Warto rozważyć, aby obserwator dokumentował kluczowe punkty i interesujące pomysły podczas całej kawiarni.

Włączając metodę World Cafe do programu szkolenia nauczycieli, można stworzyć dynamiczne doświadczenie edukacyjne, które sprzyja współpracy, krytycznemu myśleniu i wymianie cennych praktyk.

#### Kreatywność:

Tematem stołu były dni tygodnia, w których można było przekazywać informacje zwrotne na różne kreatywne sposoby w małych grupach, a na koniec w dużych grupach.

Tabela 1 Dzień 1: karty emocji.

Sfinansowane ze środków UE. Wyrażone poglądy i opinie są jedynie opiniami autora lub autorów i niekoniecznie odzwierciedlają poglądy i opinie Unii Europejskiej lub Europejskiej Agencji Wykonawczej ds. Edukacji i Kultury (EACEA). Unia Europejska ani EACEA nie ponoszą za nie odpowiedzialności.

Tabela 2 Dzień 2: kolorowe taśmy klejące.

Tabela 3, dzień 3: 5 arkuszy z czarnym kółkiem pośrodku, które każdy mógł uzupełnić zgodnie z własnymi opiniami.

Tabela 4 Dzień 4: dużo kolorowych gumek.

## **Część 16. - Ocena tygodnia**

Ocena Snapów

Formularz opinii (na temat materiałów, całego szkolenia)

## **Sekcja 17. - Podsumowanie i zamknięcie**

Chodząca medytacja

Anonimowy posłaniec

Szalik Mandala

Krąg zamknięcia



## 4-godzinny plan warsztatów dla nauczycieli

### Iskra ciekawości

Ten warsztat wyposaża nauczycieli w narzędzia do przekształcania ich klas w angażujące przestrzenie do eksploracji naukowej za pomocą programu Snaps.

#### Program warsztatów:

##### Część 1: Rozpal swojego wewnętrznego naukowca! (90 minut)

- **Gra Iodołamacz:** Zaczniemy od wspólnej aktywności, która pobudza kreatywność i komunikację. Zespoły będą rywalizować w wyzwaniu "Zbuduj najwyższą wieżę" przy użyciu nieoczekiwanych materiałów - pomyśl o piankach i spaghetti! To zabawne ćwiczenie zachęca do krytycznego myślenia i pracy zespołowej.
- **Uwolnienie mocy zabawy: Zagłębimy się w** znaczenie zabawy w rozwijaniu naukowych dociekań wśród młodych uczniów. Interaktywne dyskusje zbadają korzyści płynące z nauki opartej na zabawie dla rozwijania ciekawości, umiejętności rozwiązywania problemów i zamiłowania do nauki.

##### Część 2: Wprowadzenie do SNAPS (60 minut)

- **Eksploracja Snaps:** Przedstawimy program Snaps - zbiór eksperymentów prowadzonych przez dzieci z wykorzystaniem materiałów pochodzących z recyklingu. Poprzez interaktywne prezentacje i pokazy uczestnicy odkryją angażujące scenariusze i działania dostosowane do programu nauczania, które sprawiają, że Snaps jest cennym zasobem w klasie.
- **Tworzenie zestawu narzędzi Snaps:** Nauczyciele wezmą udział w praktycznym ćwiczeniu, ucząc się, jak stworzyć własny scenariusz Snaps przy użyciu dostarczonych ram. Ta sesja poprowadzi uczestników przez burzę mózgów, wybór materiałów i tworzenie angażujących doświadczeń edukacyjnych dla uczniów.

##### Część 3: Wspólne tworzenie (90 minut)



- **Wyzwanie Think Tank:** Pracując w małych grupach, nauczyciele wykorzystają swoją kreatywność i umiejętności współpracy, aby zaprojektować nowe działania Snaps. Każdej grupie zostanie przedstawiona konkretna koncepcja naukowa, a jej zadaniem będzie opracowanie angażującego scenariusza i aktywności Snaps z wykorzystaniem materiałów pochodzących z recyklingu.
- **Udostępnianie i informacje zwrotne:** Grupy zaprezentują swoje nowo utworzone działania Snaps społeczności warsztatowej. Ta wspólna sesja pozwala na wzajemną informację zwrotną, wspierając środowisko uczenia się i promując wymianę innowacyjnych pomysłów.

#### Część 4: Zasoby i wdrożenie (60 minut)

- **Zestaw zasobów Snaps:** Zaprezentujemy kompleksowy zestaw zasobów Snaps, w tym przewodniki dla nauczycieli, listy materiałów do ćwiczeń i strategie oceny. Dzięki tej sesji wszyscy uczestnicy będą przygotowani do pomyślnego wdrożenia Snaps w swoich klasach.
- **Pytania i odpowiedzi oraz kolejne kroki:** Czas zostanie przeznaczony na udzielenie odpowiedzi na wszelkie pozostałe pytania i omówienie strategii promowania programu Snaps w społeczności szkolnej. Zapewnimy również zasoby umożliwiające dostęp do dodatkowych działań Snaps i stałego wsparcia.

Warsztaty te wyposażą nauczycieli w narzędzia i inspirację do przekształcenia czasu zabawy w trampolinę do odkryć naukowych, rozpalając w uczniach miłość do natury i Ziemi.