



Enhancing the social inclusion
of low income single parents

Κεφάλαιο 5: Μεταγνωστική Ικανότητα

Πρακτικές Ασκήσεις

Εκπονήθηκε από: Asociación Caminos



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

Η υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής στην παραγωγή της παρούσας έκδοσης δεν συνιστά αποδοχή του περιεχομένου, το οποίο αντικατοπτρίζει αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών, και η Επιτροπή δεν μπορεί να αναλάβει την ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.

Πρακτικές Ασκήσεις

Καταναίμετε τον χρόνο σας

Στόχοι: Οι συμμετέχοντες/ουσες μπορούν να μάθουν μέσα από τον έγκαιρο προγραμματισμό, τον καταιγισμό ιδεών (brainstorming) και την ανταλλαγή καλών πρακτικών σε μικρές ομάδες να διαχειρίζονται αποτελεσματικά τον χρόνο τους. Στόχος είναι να ασκήσουν τις δεξιότητες οργάνωσης και διαχείρισης καθηκόντων αλλά και να είναι σε θέση να τις συνδέσουν με τη ζωή τους.

Υλικοτεχνικός εξοπλισμός: στυλό, μολύβια, χρώματα, Η/Υ, σύνδεση στο Internet, κάρτες με τις ώρες ή τις ημέρες της εβδομάδας

Διάρκεια: 50 λεπτά

Περιγραφή: Κάθε μικρή ομάδα αναλαμβάνει να εκπληρώσει έναν παρόμοιο στόχο (Για παράδειγμα, κάποιος πρέπει να οργανώσει τις δουλειές του σπιτιού και τις ψυχαγωγικές δραστηριότητες κατά τη διάρκεια μίας ημέρας). Κάθε ομάδα θα πρέπει να απαριθμήσει τα πράγματα που χρειάζεται να κάνει στη διάρκεια της εβδομάδας, έχοντας κατά νου τι θα ήθελε επίσης να κάνει. Δεν θα πρέπει να επικεντρωθεί στην εργασία αυτή καθαυτή. Τα μέλη κάθε ομάδας θα πρέπει να αποφασίσουν για τις δουλειές του σπιτιού και τις ψυχαγωγικές δραστηριότητες που έχουν κοινές (π.χ. πιθανότατα θα τρώνε ή να κάνουν κάποια άλλη δουλειά την ίδια ώρα) και να τις καταναίμουν με λογικό τρόπο κατά τη διάρκεια των ημερών και της εβδομάδας. Μετά τη λήξη ενός καθορισμένου χρόνου (π.χ. 20 λεπτά), κάθε ομάδα θα παρουσιάσει το καθημερινό πρόγραμμα που κατάρτισε για μία εβδομάδα ενώπιον όλων των υπόλοιπων ομάδων και θα τους εξηγήσει πώς θα επιθυμούσαν να οργανώσουν την εβδομάδα τους. Μετά την παρουσίαση, κάθε ομάδα θα λάβει ανατροφοδότηση και θα ακολουθήσει συζήτηση σχετικά με το τι θα μπορούσε να βελτιωθεί (π.χ. συμβουλές, ιδέες κλπ.). Μόλις όλες οι ομάδες ολοκληρώσουν την παρουσίασή τους για το πώς θα ήθελαν να καταναίμουν τον χρόνο τους κατά τη διάρκεια της εβδομάδας, μπορείτε να τους προτείνετε να περάσουν την επόμενη εβδομάδα ακολουθώντας το πρόγραμμα που δημιούργησαν και να ανακαλύψουν έμπρακτα αν τους ταιριάζει.

Ξεκινήστε τη δική σας επιχείρηση/εμπορική επωνυμία

Στόχοι: Οι συμμετέχοντες/ουσες μπορούν να μάθουν: (α) να θέτουν δικούς τους στόχους, (β) να αποκτήσουν επίγνωση των δεξιοτήτων τους και των αναγκών επιμόρφωσης, (γ) να αναπτύξουν την προφορική τους έκφραση και (δ) να μοιράζονται δεξιότητες και γνώσεις με ομοτίμους τους.



Υλικοτεχνικός εξοπλισμός: φύλλα χαρτιού, στίλο, Η/Υ, χαρτοπίνακας (flipchart), προγράμματα Η/Υ (π.χ. Microsoft PowerPoint), αν κάποιος/α το επιθυμεί.

Διάρκεια: 60 λεπτά

Περιγραφή: Κάθε μικρή ομάδα έχει στη διάθεσή της μερικά λεπτά για να αποφασίσει να ξεκινήσει το δικό της έργο. Αυτό μπορεί να είναι μία επιχείρηση, μία εμπορική επωνυμία, μία ΜΚΟ, ένα εργαστήριο (workshop) κτλ. Στην ουσία, μπορεί να είναι ό,τι θέλουν, ανάλογα με τις ικανότητές τους, τι τους αρέσει να κάνουν, τι θεωρούν ότι θα ήταν κερδοφόρο κλπ. Το σημαντικό είναι ότι μπορούν να συμφωνήσουν για το τι πρέπει να κάνουν σε αυτές τις μικρές ομάδες. Επιπλέον, μπορείτε να τους ζητήσετε να σχεδιάσουν ένα λογότυπο. Έχει μεγάλη σημασία για αυτούς να αποφασίσουν για κάτι που θα ήθελαν πραγματικά να κάνουν, εκτός από το πόσο χρήσιμο ή κερδοφόρο πιστεύουν ότι θα μπορούσε να είναι. Μερικές ερωτήσεις που θα μπορούσατε να απευθύνετε στα μέλη των ομάδων είναι οι εξής: «Ποιο πράγμα πιστεύετε ότι θα μπορούσε να είναι χρήσιμο ή ωφέλιμο για άλλους ανθρώπους;», «Γνωρίζετε πώς να το υλοποιήσετε στην πράξη;», «Με τι σας αρέσει να ασχολείστε;».

Μετά τη λήξη του χρόνου, κάθε ομάδα καλείται να παρουσιάσει στον χαρτοπίνακα ή στον υπολογιστή το έργο που θα την ενδιέφερε και το περιγράφει με περισσότερες λεπτομέρειες στις υπόλοιπες ομάδες: π.χ. επωνυμία, παρεχόμενες υπηρεσίες, καθήκοντα και αρμοδιότητες κάθε μέλους κ.ο.κ. Κάθε ομάδα, μετά την παρουσίαση, μπορεί να ρωτήσει την ευρύτερη ομάδα εάν θα την ενδιέφερε μία υπηρεσία, όπως η δική τους, ή εάν θεωρεί ότι είναι χρήσιμη. Εναλλακτικά, μετά την παρουσίαση κάθε ομάδας, μπορεί να ακολουθεί μία θετική συζήτηση και σχετική ανατροφοδότηση.

Στο τέλος, ρωτήστε τα μέλη της ομάδας αν θα ήταν πρόθυμα να δοκιμάσουν αυτή την ιδέα και να την υλοποιήσουν στο προσεχές μέλλον (κίνητρο για έναρξη της τράπεζας χρόνου).

Ποια είναι η κύρια ιδέα;

Στόχοι: Οι συμμετέχοντες/ουσες μπορούν να μάθουν πώς: (α) να αναπτύξουν δεξιότητες συγκέντρωσης και ομαδικής μάθησης, (β) να εντοπίζουν την κύρια ιδέα μίας συγκεκριμένης μάθησης και (γ) να αναπτύξουν δεξιότητες προφορικής έκφρασης.

Υλικοτεχνικός εξοπλισμός: φύλλα χαρτιού, μολύβια, μαρκαδόροι, χαρτοπίνακας (flipchart), ένα απόσπασμα κειμένου

Διάρκεια: 30 λεπτά



Περιγραφή: Μοιράστε σε κάθε μικρή ομάδα ένα απόσπασμα κειμένου. Τα μέλη κάθε ομάδας μπορούν να διαβάσουν το κείμενο μαζί πριν από την έναρξη. Κάθε ομάδα αναλαμβάνει να κάνει ανάλυση του κειμένου, π.χ. να βρει ποια είναι η κύρια ιδέα του, αν υπάρχουν άλλες επιμέρους ιδέες, ποιος είναι ο σκοπός της συγγραφής του και αν είναι σημαντικό ή χρήσιμο για τον αναγνώστη με οποιονδήποτε τρόπο. Τα μέλη των ομάδων μπορούν να κρατήσουν σημειώσεις, να χρησιμοποιήσουν μαρκαδόρους κ.ά. Επίσης, αν θέλουν, μπορούν να χρησιμοποιήσουν τον χαρτοπίνακα για να γράψουν εκεί τις κύριες ιδέες του κειμένου. Δώστε στα μέλη όλων των ομάδων ένα συγκεκριμένο χρονικό περιθώριο για να διαβάσουν προσεκτικά το κείμενο και να συζητήσουν μεταξύ τους τις ιδέες που πραγματεύεται.

Μετά από κάθε γύρο ανάλυσης του κειμένου στις υπόλοιπες ομάδες, η ομάδα που παρουσίασε ακούει τα σχόλιά τους, καθώς μπορεί να εκφραστούν και άλλες απόψεις, ιδέες ή ερμηνείες.

Ανακεφαλαιώνοντας, μπορείτε να συνδέσετε τις ιδέες που εξέφρασε κάθε μικρή ομάδα και να σχηματίσετε ένα ευρύτερο γενικό θέμα. Μετά από αυτό, ζητήστε από όλες τις ομάδες να παρατηρήσουν εάν όντως υπάρχει σύνδεση μεταξύ αυτών των ιδεών.

Στο τέλος, μπορείτε να θέσετε στους/στις συμμετέχοντες/ουσες τα εξής ερωτήματα: «Τι μάθατε μόλις τώρα;», «Πρόκειται για κάτι που δεν έχετε ξανακούσει;», «Ήταν χρήσιμες οι πληροφορίες που ακούσατε;».

Είναι αλήθεια; (Έρευνα και συζήτηση σχετικά με τις αληθείς/ψευδείς ειδήσεις-fake news)

Στόχοι: Οι συμμετέχοντες/ουσες μπορούν να μάθουν πώς: (α) να διαχειρίζονται και να επεξεργάζονται τη νέα μάθηση, (β) να αναπτύξουν κριτική σκέψη και (γ) να διαχειριστούν την ανατροφοδότηση μεταξύ ομοτίμων.

Υλικοτεχνικός εξοπλισμός: ένα ειδησεογραφικό άρθρο, σύνδεση στο Internet, Η/Υ, κινητά τηλέφωνα, φύλλα χαρτιού, μολύβια, χαρτοπίνακας (flipchart)

Διάρκεια: 40 λεπτά

Περιγραφή: Κάθε ομάδα καλείται να διερευνήσει ένα συγκεκριμένο άρθρο ειδήσεων. Τα άρθρα που θα διανεμηθούν στους/στις συμμετέχοντες/ουσες διαφέρουν μεταξύ τους, αλλά το κοινό χαρακτηριστικό τους είναι ότι αναφέρονται σε πρόσφατες ειδήσεις. Ωστόσο, μπορεί να είναι αληθείς ή ψευδείς και για τον λόγο



αυτό, κάθε ομάδα θα πρέπει κατόπιν έρευνας να καταλήξει σε ένα συμπέρασμα. Πιο συγκεκριμένα, κάθε ομάδα θα πρέπει να αναζητήσει λόγους υπέρ και κατά της αξιοπιστίας ενός άρθρου ειδήσεων. Εκτός από αυτό, κάθε ομάδα θα προσπαθήσει να αναπτύξει, με βάση αυτά που ανακάλυψε, αποτελεσματικές μεθόδους για την έρευνα και τον εντοπισμό της εγκυρότητας ή μη ενός άρθρου ειδήσεων.

Μετά από 15 λεπτά έρευνας, κάθε ομάδα εξηγεί στις υπόλοιπες 1) τα ευρήματά της (αποδεικτικά στοιχεία υπέρ και κατά της αξιοπιστίας του άρθρου) και 2) το τελικό συμπέρασμα που εξήγαγε. Ας διευκρινιστεί ότι θα πρέπει να εξηγήσουν πώς κατέληξαν στο εν λόγω συμπέρασμα, π.χ. τι σκέφτηκαν στην αρχή και ποια αποδεικτικά στοιχεία τους οδήγησαν σε αυτό το συμπέρασμα.

Αφού κάθε ομάδα εκφράσει το τελικό της συμπέρασμα και δηλώσει τους λόγους υπέρ και κατά της αξιοπιστίας του άρθρου, θα ακολουθήσει μία θετική συζήτηση στο πλαίσιο της ευρύτερης ομάδας. Ενδέχεται να βρεθεί μία τελική απάντηση. Εάν όχι, κάθε ομάδα μπορεί να έχει τη δική της γνώμη σεβόμενη, όμως, τη γνώμη των άλλων ομάδων.

Δημιουργήστε επίσημη σελίδα στα Social Media

Στόχοι: Οι συμμετέχοντες/ουσες μπορούν να μάθουν πώς: (α) να αποκτήσουν επίγνωση των δεξιοτήτων τους, (β) να αναπτύξουν βασικές δεξιότητες προφορικής έκφρασης, (γ) να εντοπίσουν τον στόχο ή/και να ανακαλύψουν το πάθος τους, (δ) να αναπτύξουν ομαδική μάθηση και (ε) να διαχειριστούν την ανατροφοδότηση μεταξύ ομοτίμων.

Υλικοτεχνικός εξοπλισμός: Η/Υ, σύνδεση στο Internet

Διάρκεια: 30 λεπτά

Περιγραφή: Κάθε μικρή ομάδα καλείται να επινοήσει μία ιδέα και να της δώσει ένα όνομα. Η ιδέα αυτή, μπορεί να είναι μία εμπορική επωνυμία, μία υπηρεσία, μία χιουμοριστική ιδέα κ.α. Ο στόχος είναι η δημιουργία μίας σελίδας στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης (π.χ. Facebook, Twitter κτλ.), η οποία θα περιλαμβάνει το λογότυπο, το κύριο θέμα της σελίδας, το περιεχόμενο των αναρτήσεων, για ποιον σκοπό θα χρησιμοποιούνται και σε ποιο κοινό θα απευθύνονται. Ενδεικτικά, θα μπορούσε να είναι μία σελίδα που παρέχει πληροφορίες για ένα οποιοδήποτε θέμα (π.χ. κλιματική αλλαγή, ισότητα των φύλων, δημοσίευση μουσικών συναυλιών σε μία περιοχή, προτάσεις διατροφής, καλές πρακτικές για την εκπαίδευση κλπ.). Εξαρτάται από τους/τις συμμετέχοντες/ουσες εάν θέλουν να δημιουργήσουν μία σελίδα στα social media που θα περιέχει όλες τις λεπτομέρειες και την αποστολή της, αν και μπορείτε να τους/τις καθοδηγήσετε δίνοντάς τους μερικά πολύ γενικά παραδείγματα στην αρχή. Μετά τη δημιουργία της σελίδας, κάθε ομάδα θα παρουσιάσει ενώπιον όλων των ομάδων τη σελίδα της στα social media μέσω ενός προτζέκτορα ή μίας



μεγάλης οθόνης που θα εξηγεί περί τίνος πρόκειται, ποιοι είναι οι κύριοι στόχοι της σελίδας (π.χ. να επιστήσει την προσοχή σε ένα θέμα, να δώσει προτάσεις, να κάνει χιούμορ, να διαφημίσει υπηρεσίες ή ένα προϊόν κτλ.). Μετά το τέλος της παρουσίασης, όλες οι υπόλοιπες ομάδες μπορούν να παράσχουν ανατροφοδότηση (να κάνουν σχόλια) και να συζητήσουν τις σκέψεις τους για την εν λόγω σελίδα. Για παράδειγμα, τη θεωρούν χρήσιμη ή/και διασκεδαστική; Είναι πράγματι μία καλή ιδέα; Θα ακολουθούσαν αυτή τη σελίδα;

