

# ПЛАН НА УРОКА

Представен от: Образователна институция за възрастни  
Данте

DISCOVER & EMPOWER 



Co-funded by  
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the National Agency. Neither the European Union nor National Agency can be held responsible for them. Project Number: 2023-1-LT01-KA220-ADU-000156443

# Съдържание

Въведение.....	2
Модул 1: Самосъзнание и самоефективност.....	3
Модул 1: Самосъзнание и самоефективност.....	4
Модул 2: Решаване на проблеми.....	5
Модул 2: Решаване на проблеми.....	7
Модул 3: Планиране и организиране.....	8
Модул 3: Планиране и организиране.....	10
Модул 4: Работа в мрежа.....	11
Модул 4: Работа в мрежа.....	12
Модул 5: Поставяне на цели.....	15
Модул 5: Поставяне на цели.....	16
Модул 6: Вземане на решения.....	17
Модул 6: Вземане на решения.....	18
Модул 7: Комуникация.....	19
<b>Модул 7: Комуникация.....</b>	<b>21</b>
Модул 8: Адаптивност.....	23
Модул 8: Адаптивност.....	25

# Въведение

В днешния бързо развиващ се пазар на труда младите хора се сблъскват с все повече предизвикателства при прехода от образование към заетост. Проектът DISCOVER & EMPOWER има за цел да отговори на тези предизвикателства, като предостави иновативни, ангажиращи и мотивиращи образователни ресурси, съобразени с нуждите от кариерно консултиране на младите хора в Европа. Чрез съвместни усилия, включващи партньори от шест различни държави, този проект има за цел да създаде всеобхватна и подкрепяща среда, в която младите хора могат да проучат възможностите за професионално развитие, да развият основни умения за управление на кариерата и да вземат информирани решения за бъдещите си пътища.

В основата на DISCOVER & EMPOWER е ангажиментът за насърчаване на адаптивността в кариерата и ученето през целия живот. Като предоставяме на младите хора инструментите, от които се нуждаят, за да разберат пазара на труда, да идентифицират силните си страни и интересите си и да поемат контрола върху кариерното си развитие, ние можем да им дадем възможност да постигнат дългосрочен успех и лична удовлетвореност. Проектът също така се стреми да преодолее пропастта между образованието и заетостта, като предоставя достъпни, висококачествени образователни материали, инструменти за самооценка и модули за обучение, които са съобразени с актуалните тенденции и изисквания на пазара на труда.

Освен това проектът признава важноста на трансграничния обмен на знания и най-добри практики. Като използва разнообразния опит на участващите държави, проектът DISCOVER & EMPOWER ще подобри уменията на преподавателите на възрастни и специалистите по кариерно ориентиране, което ще им позволи да подкрепят по-добре младите хора в тяхното кариерно развитие. Този обмен на идеи и стратегии ще допринесе за създаването на по-приобщаваща и устойчива европейска работна сила, в която хората са по-добре подготвени да се адаптират към изискванията на цифровата ера и развиващия се пазар на труда.

Ключов резултат от този проект е разработването на **сборника с познания DISCOVER & EMPOWER**, включващ модули за умения за управление на кариерата.

## Модул 1: Самосъзнание и самоефективност

### Урок 1: Разбиране на самосъзнанието

ВРЕМЕ (минути)	ОПИСАНИЕ НА ДЕЙНОСТТА	МЕТОДИ НА ПРЕПОДАВАНЕ	УЧЕБНИ МАТЕРИАЛИ
15	Дейност за разчупване на леда: "Кой съм аз?" Участниците се разделят по двойки и се представят, като споделят уникално умение или черта, която притежават.	Учебна сесия	Няма
30	Представяне на теорията за самоосъзнаването и самоефикасността с акцент върху определенията и значението им за управлението на кариерата.	Представяне на теорията	Слайдове на презентацията
20	Групова дейност: SWOT анализ. Участниците правят SWOT анализ на себе си, като определят силните и слабите страни, възможностите и заплахите.	Работа в група	Химикалки, хартия
10	Заключение: Всеки участник споделя по едно прозрение, което е получил от SWOT анализа.	Учебна сесия	Флипчарт

## Модул 1: Самосъзнание и самоефективност

### Урок 2: Изграждане на самоефикасност

ВРЕМЕ (минути)	ОПИСАНИЕ НА ДЕЙНОСТТА	МЕТОДИ НА ПРЕПОДАВАНЕ	УЧЕБНИ МАТЕРИАЛИ
10	Дейност за разчупване на леда: "Повишаване на доверието". Участниците споделят скорошно постижение, което ги е накарало да се чувстват уверени.	Учебна сесия	Няма
30	Представяне на теорията за самоефективността, включително нейното определение, значение и стратегии за изграждането ѝ (напр. поставяне на малки цели, търсене на обратна връзка).	Представяне на теорията	Слайдове на презентацията
20	Индивидуална дейност: Участниците определят област, в която им липсва увереност, и изготвят план за подобряване на своята самоефективност в тази област, като използват обсъдените техники.	Индивидуална работа	Химикалки, хартия
10	Заключение: Доброволците споделят плановете си, а фасилитаторът им дава обратна връзка и ги насърчава.	Учебна сесия	Флипчарт

## Модул 2: Решаване на проблеми

Разбиране на процеса на решаване на проблеми

ВРЕМЕ (минути)	ОПИСАНИЕ НА ДЕЙНОСТТА	МЕТОДИ НА ПРЕПОДАВАН Е	УЧЕБНИ МАТЕРИАЛИ
15	<p><b>Дейност за разчупване на леда: 1-10</b>                      Фасилитаторът приветства участниците, представя темата на урока и дава указания за дейността по разчупване на леда. На пода има въображаема линия, която минава от единия (представляващ номер 1) до другия ъгъл (представляващ номер 10) на стаята.                      Водещият прочита следните твърдения, а участниците застават на точката, която представлява степента им на съгласие с твърдението от 1 (= напълно несъгласен) до 10 (= напълно съгласен):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Аз съм сутрешен човек.</li> <li>● Често участвам в семинари за обучение.</li> <li>● Имам опит в решаването на проблеми и вече знам основите на концепцията</li> <li>● Чувам съм за проекта Empower and discover и мога да изброя неговите цели.</li> </ul> <p>Фасилитаторът моли няколко участници да обяснят своя избор и да коментират предоставената информация.</p>	<p>Пленарна сесия</p> <p>Дискусия</p>	<p>Списък с въпроси</p> <p>Свободно пространство за движение в стаята</p>
30	<p><b>Представяне на теорията за въвеждане в решаването на проблеми</b>                      Фасилитаторът прави въведение и се фокусира върху решаването на проблеми като умение, особено в работна среда.</p>	<p>Пленарна сесия</p> <p>Представяне на теорията</p>	<p>Презентация</p>

20	<p>Задание на екипа: Основни точки</p> <p>Разделени на екипи, участниците трябва да напишат 4 ключови точки, които са запомнили от презентацията, да ги обяснят и да дадат пример как ги прилагат в ежедневието.</p>	<p>Екипна дейност Дискусия</p>	<p>Химикалки, хартия</p>
10	<p><b>Заклучение</b></p> <p>След 15 минути фасилитаторът насърчава всеки екип да сподели заключенията си с останалите екипи, задава допълнителни въпроси и дава обратна връзка.</p>	<p>Представяне на теорията</p>	<p>Флипчарт</p>

## Модул 2: Решаване на проблеми

Урок 2 - Идентифициране на различни видове проблеми в работната среда и прилагане/оценка на решения

ВРЕМЕ (минути)	ОПИСАНИЕ НА ДЕЙНОСТТА	МЕТОДИ НА ПРЕПОДАВА НЕ	УЧЕБНИ МАТЕРИАЛИ
10	<p><b>Дейност за разчупване на леда: Back-to-back</b></p> <p>Фасилитаторът приветства участниците, представя темата на урока и дава инструкции за дейността по разчупване на леда: участниците се свързват в двойка с някой, когото не познават добре. Двойките сядат с гръб към гръб, така че да не могат да се виждат един друг. Всеки човек трябва да разкаже в продължение на 2 минути за своя опит по темата за проблемите в работната среда и начините за тяхното решаване.</p> <p>След 4 минути участниците трябва да образуват голям кръг и всеки участник трябва да представи партньора си на групата и да сподели какво е научил за него.</p>	Учебна сесия	Столове, разположени в кръг
20	<p><b>Представяне: Идентифициране на различни видове проблеми в работната среда и прилагане/оценка на решения</b></p> <p>Фасилитаторът прави въведение и се фокусира върху техниките за решаване на проблеми в работна среда.</p>	Представяне на теорията Учебна сесия	Презентация

30	<p><b>Групов брейнсторминг:</b> Участниците ще бъдат разделени на малки групи и ще им бъде представен проблем или сценарий на работното място. Всяка група ще участва в мозъчна атака, за да генерира потенциални решения за справяне с проблема. Те ще използват флипчарти и/или постери, за да записват идеите и да си сътрудничат ефективно. Фасилитаторът ще насърчава креативността и ще дава насоки, ако е необходимо.</p>	Работа в група	химикал, хартия
15	<p><b>Оценка</b> От участниците се иска да отразят сесията, като използват жестове с палец нагоре или надолу:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Разбирам видовете проблеми на работното място = Палец нагоре</li> <li>• Не разбирам видовете проблеми на работното място = палец надолу</li> <li>• Не съм напълно сигурен за видовете проблеми на работното място= палец настрани</li> </ul> <p>След като изберат своите жестове, участниците дават повече информация за това защо са избрали конкретния жест. Фасилитаторът проверява от каква допълнителна подкрепа биха имали нужда, ако са избрали палец надолу или настрани.</p>	Учебна сесия	Химикалки, хартия, стикери

## Модул 3: Планиране и организиране

### Урок 1: Ефективно планиране

ВРЕМЕ (минути)	ОПИСАНИЕ НА ДЕЙНОСТТА	МЕТОДИ НА ПРЕПОДАВАНЕ	УЧЕБНИ МАТЕРИАЛИ
10	Дейност за разчупване на леда: "Планирай деня си". Участниците описват типичен ден от живота си, като подчертават как планират времето си.	Учебна сесия	Няма
30	Теоретично представяне на техники за планиране, включително определяне на приоритети и управление на времето.	Представяне на теорията	Слайдове на презентацията
30	Групова дейност: Участниците работят в групи, за да създадат седмичен план за даден проект, като разпределят задачите и крайните срокове.	Работа в група	Флипчарт, маркери
10	Заключение: Групите представят своите планове, а фасилитаторът обсъжда силните страни и областите за подобрене.	Учебна сесия	Флипчарт

## Модул 3: Планиране и организиране

### Урок 2: Организация за успех

ВРЕМЕ (минути)	ОПИСАНИЕ НА ДЕЙНОСТТА	МЕТОДИ НА ПРЕПОДАВАНЕ	УЧЕБНИ МАТЕРИАЛИ
10	Дейност за разчупване на леда: "Организирай пространството си". Участниците описват как организират работното си пространство и защо това работи за тях.	Учебна сесия	Няма
30	Теоретично представяне на организационни техники, включително инструменти и методи за поддържане на организирана работна среда.	Представяне на теорията	Слайдове на презентацията
20	Индивидуална дейност: Участниците разработват план за действие за по-ефективно организиране на работното си място или работния процес.	Индивидуална работа	Химикалки, хартия
10	Заклучение: Участниците споделят своите планове за действие, а фасилитаторът предлага обратна връзка и допълнителни съвети.	Учебна сесия	Флипчарт

## Модул 4: Работа в мрежа

### Урок 1 - Определяне на мрежите и тяхното значение

ВРЕМЕ (минути)	ОПИСАНИЕ НА ДЕЙНОСТТА	МЕТОДИ НА ПРЕПОДАВА НЕ	УЧЕБНИ МАТЕРИАЛИ
15	<p><b>Дейност за разчупване на леда:</b></p> <p><b>1) Дейност за разчупване на леда: Дата на скоростта</b></p> <p>Фасилитаторът приветства участниците, представя темата на урока и дава указания за дейността по разчупване на леда.</p> <p>Участниците сядат в два концентрични кръга, обърнати един към друг. Участниците разполагат с 2-3 минути, за да се представят и да споделят как и защо участват в това обучение и едно нещо, което е най-важно за тях да научат.</p> <p>След 2-3 минути фасилитаторът сигнализира на групата, че участниците трябва да сменят партньорите си, например участниците във външния кръг се преместват с едно място надясно.</p> <p>След като участниците са разговаряли с поне трима души, фасилитаторът ги моли да споделят с кого са разговаряли и какви са били впечатленията им (напр. прилики, разлики, нещо интересно или изненадващо).</p>	Дискусия	Бяла дъска, маркер
	<b>Представяне на теорията: Проучване на видовете възможности</b>		

25	<p><b>за работа в мрежа</b></p> <p>Фасилитаторът ще представи презентация, в която ще бъдат разгледани различните видове възможности за работа в мрежа.</p>	Представяне на теорията	Представяне 3.1.
25	<p><b>Групова дейност: Симулация на работа в мрежа</b></p> <p>Участниците ще участват в симулация на работа в мрежа, в която ще разиграват различни сценарии за работа в мрежа. На всяка група ще бъде зададен конкретен сценарий за работа в мрежа и ще й бъдат дадени роли за изпълнение. Участниците ще се упражняват да се представят, да обменят информация за контакт, да водят смислени разговори и да проследяват събитията след края им. След приключване на симулацията групите ще се съберат, за да отчетат и обсъдят опита си, като споделят прозренията и поуките от дейността.</p> <p>След приключване на симулацията групите ще се съберат, за да обсъдят опита си и да споделят прозренията и поуките от дейността.</p>	<p>Екипна дейност</p> <p>Дискусия</p> <p>Представяне на резултатите</p>	<p>Word - Ръководство за ролеви игри</p> <p>Химикалки, хартия</p>
10	<p><b>Оценка</b></p> <p>Участниците са помолени да споделят най-интересното и най-малко интересното нещо, което са чули в този урок.</p> <p>Фасилитаторът предоставя възможност за допълнителен обмен на опит.</p>	<p>Пленарна сесия</p> <p>Дискусия</p>	<p>Химикалки, хартия,</p>

## Модул 4: Работа в мрежа

### Урок 2 - Видове възможности за работа в мрежа

ВРЕМЕ (минути)	ОПИСАНИЕ НА ДЕЙНОСТТА	МЕТОДИ НА ПРЕПОДАВА НЕ	УЧЕБНИ МАТЕРИАЛИ
15	<p><b>Дейност за разчупване на леда: Асоциации</b>  Фасилитаторът приветства участниците, представя темата на урока и започва дейността по „разчупване на леда“. Фасилитаторът хвърля топка на един от участниците и му дава термин - мрежови събития. Тяхната задача е бързо да кажат първата дума, която им дойде наум. Дейността продължава, докато всички участници споделят своите думи и асоциации.  Фасилитаторът коментира няколко варианта и пита участниците дали са имали същите асоциации с думите, като коментира, че имаме различни гледни точки и опит, свързани с едно и също понятие.</p>	Дискусия	Бяла дъска, маркер
25	<p><b>Представяне на теорията: Изследване на видовете възможности за работа в мрежа Развитие</b>  Фасилитаторът ще представи презентация, в която ще бъдат разгледани различните видове възможности за работа в мрежа. Основните въпроси, които ще бъдат разгледани, включват:  Обяснение на различните начини за създаване на мрежи, като социални срещи, професионални събития, браншови конференции, онлайн платформи и др.  Съвети за постигане на максимална ефективност на работата в мрежа в различни контексти.</p>	Представяне на теорията	Представяне 3.2.

25	<p><b>Задание на екипа: Как да насърчаваме работата в мрежа</b>  Фасилитаторът разделя участниците на по-малки групи. Задачата им е да представят пред другите групи какви са предимствата и предизвикателствата на работата в мрежа за тях.  След 15 минути екипите споделят резултатите си, а фасилитаторът прави заключение за упражнението и за това дали има прилики между групите.</p>	<p>Екипна дейност</p> <p>Дискусия</p> <p>Представяне на резултатите</p>	<p>Химикалки, хартия</p>
10	<p><b>Оценка</b>  Фасилитаторът моли участниците да изброят основните идеи от урока и защо те са били важни. Фасилитаторът моли няколко участници да споделят своите идеи и коментари.</p>	<p>Пленарна сесия</p> <p>Дискусия</p>	<p>Химикалки, документи</p>

## Модул 5: Поставяне на цели

### Урок 1: Въведение в поставянето на цели

ВРЕМЕ (минути)	ОПИСАНИЕ НА ДЕЙНОСТТА	МЕТОДИ НА ПРЕПОДАВАНЕ	УЧЕБНИ МАТЕРИАЛИ
10	Дейност за разчупване на леда: "Мечтайте мащабно". Участниците споделят мечтаната от тях работа или цел, което помага да се въведе концепцията за поставяне на цели.	Учебна сесия	Няма
25	Представяне на теорията за целите SMART (Specific, Measurable, Achievable, Relevant, Time-bound) и тяхната роля в управлението на кариерата.	Представяне на теорията	Слайдове на презентацията
25	Индивидуална дейност: Участниците изготвят проект за SMART цел, свързана с тяхната кариера, и очертават стъпките, необходими за постигането ѝ.	Индивидуална работа	Химикалки, хартия
10	Заклучение: Доброволците споделят своите SMART цели, а фасилитаторът предоставя обратна връзка и насоки.	Учебна сесия	Флипчарт

## Модул 5: Поставяне на цели

### Урок 2: Изпълнение и мониторинг на целите

ВРЕМЕ (минути)	ОПИСАНИЕ НА ДЕЙНОСТТА	МЕТОДИ НА ПРЕПОДАВАНЕ	УЧЕБНИ МАТЕРИАЛИ
10	Дейност за разчупване на леда: "Кой съм аз?" Участниците се разделят по двойки и се представят, като споделят уникално умение или черта, която притежават.	Учебна сесия	Няма
30	Теоретична презентация на стратегии за изпълнение и наблюдение на целите, включително проследяване на напредъка и коригиране на плановете при необходимост.	Представяне на теорията	Слайдове на презентацията
20	Групова дейност: Участниците обсъждат потенциалните пречки пред постигането на целите си и разработват стратегии за тяхното преодоляване.	Работа в група	Химикалки, хартия
10	Заключение: Групите споделят своите стратегии, а фасилитаторът обобщава основните моменти и предлага допълнителни съвети.	Пленарна сесия	Флипчарт

## Модул 6: Вземане на решения

### Урок 1: Вземане на ефективни решения

ВРЕМЕ (минути)	ОПИСАНИЕ НА ДЕЙНОСТТА	МЕТОДИ НА ПРЕПОДАВАНЕ	УЧЕБНИ МАТЕРИАЛИ
10	Дейност за разчупване на леда: "Дилеми за вземане на решения". Участниците обсъждат скорошно решение, което е трябвало да вземат, и резултата от него, като въвеждат темата за вземането на решения.	Учебна сесия	Няма
30	Представяне на теорията за моделите и техниките за вземане на решения, като например модела DECIDE (Define, Establish, Consider, Identify, Develop, Evaluate).	Представяне на теорията	Слайдове на презентацията
20	Анализ на сценариите: Участниците получават сценарий, свързан с работата, и трябва да използват модел за вземане на решения, за да определят най-добрия начин на действие.	Анализ на сценариите: Участниците получават сценарий, свързан с работата, и трябва да използват модел за вземане на решения, за да определят най-добрия начин на действие.	Химикалки, хартия

10	Заклучение: Групите споделят своите решения и аргументи, като фасилитаторът дава обратна връзка и обсъжда алтернативни подходи.	Пленарна сесия	Флипчарт
----	---	----------------	----------

## Модул 6: Вземане на решения

### Урок 2: Оценяване на решенията

ВРЕМЕ (минути)	ОПИСАНИЕ НА ДЕЙНОСТТА	МЕТОДИ НА ПРЕПОДАВАНЕ	УЧЕБНИ МАТЕРИАЛИ
10	Дейност за разчупване на леда: "Най-добри и най-лоши решения". Участниците споделят най-добрите и най-лошите решения, които са вземали, и резултатите от тях.	Пленарна сесия	Няма
30	Теоретична презентация за оценка на решенията, включително методи за оценка на резултатите и учене от грешки.	Представяне на теорията	Слайдове на презентацията
20	Групова дейност: Участниците разглеждат казус, свързан с решение, взето в бизнес контекст, и оценяват неговата ефективност, като използват предоставените критерии.	Работа в група	Информационни материали за казуси, химикалки
10	Заклучение: Групите представят своите оценки, а фасилитаторът обобщава научените уроци и най-добрите практики за вземане на решения в бъдеще.	Пленарна сесия	Флипчарт

## Модул 7: Комуникация

### Урок 1 - Разбиране на основите на комуникацията

ВРЕМЕ (минути)	ОПИСАНИЕ НА ДЕЙНОСТТА	МЕТОДИ НА ПРЕПОДАВАНЕ	УЧЕБНИ МАТЕРИАЛИ
15	<p><b>Въвеждаща дейност:</b> Водещият представя темата на урока и дава инструкции за въвеждащата дейност: всеки трябва да даде асоциации за думата <i>комуникация</i> и да започне да я записва на бялата дъска. Кратка дискусия ще се проведе след като са написани 5-8 асоциации.</p> <p>Основната цел е да се даде възможност на участниците да помислят за значението на думата "общуване" по лесен, непринуден начин, какви са техните асоциации с думата и как да я определят. Фасилитаторът може да групира определени думи, които си приличат по някакъв начин.</p>	Дискусия	Бяла дъска, маркер
20	<p><b>Представяне на теорията: Основни характеристики на комуникацията, разлика между вербална и невербална комуникация, значение на добрата работна комуникация</b></p> <p>Фасилитаторът ще представи презентация, която обхваща основните характеристики на комуникацията, разликата между вербална и невербална комуникация</p>	Представяне на теорията	Презентация

	и значението на добрата работна комуникация. Презентацията ще подчертае значението на ясната и ефективна комуникация на работното място, влиянието на невербалните сигнали върху комуникацията и значението на професионалните практики за комуникация онлайн и в реалния живот.		
35	<p><b>Задание на екипа: Стиллове на общуване</b> Участниците ще бъдат разделени на малки групи, за да обсъдят различните стиллове на общуване. Всяка група може да избере какъв стил на общуване да анализира: асертивен (убеждаващ), агресивен, пасивен и пасивно-агресивен, и да определи техните характеристики, предимства и недостатъци. Те също така ще обсъдят ситуации, в които всеки стил може да бъде подходящ или неефективен. След това групите ще представят своите констатации и прозрения пред класа.</p>	<p>Екипна дейност</p> <p>Дискусия</p>	<p>Химикалки, хартия</p>
10	<p><b>Оценка</b> Участниците са помолени да споделят най-интересното и най-малко интересно нещо, което са чули в този урок.</p> <p>Фасилитаторът предоставя възможност за допълнителен обмен на опит.</p>	<p>Пленарна сесия</p> <p>Дискусия</p>	<p>Химикалки, документи</p>

## Модул 7: Комуникация

### Урок 2 - Вербална и невербална комуникация

Време (минути)	Описание на дейността	Методи на преподаване	Учебни материали
10	<p><b>Дейност за подгряване на групата (разчупване на леда): Това или онова</b></p> <p>Фасилитаторът приветства участниците, представя темата на урока и започва подгряващата дейност.</p> <p>Фасилитаторът преглежда списъка с възможности, представен по-долу, и моли участниците да застанат в ъгъла на стаята (напр. вляво или вдясно), който представлява тяхното предпочитание:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>● Нощ или сутрин?</li><li>● Кафе или чай?</li><li>● Образование или опит?</li><li>● Купени от магазина или домашно приготвени?</li><li>● Автомобил или велосипед?</li><li>● Влак или самолет?</li></ul>	Учебна сесия	Списък с опции  Свободно пространство за движение в стаята

	<p>Фасилитаторът моли няколко участници да обяснят своя избор. В зависимост от (продължителността на) отговорите на участниците фасилитаторът може да пропусне някои от изброените възможности.</p>		
15	<p><b>Представяне на теория за разбирането на вербалната и невербалната комуникация</b></p> <p>Фасилитаторът представя накратко особеностите на вербалната и невербалната комуникация.</p>	<p>Учебна сесия</p> <p>Презентация</p>	<p>PowerPoint презентация</p>
35	<p><b>Групова дейност: Анализирание на вербалните и невербалните сигнали в работната среда</b></p> <p>Фасилитаторът разделя групата на 3 отбора (по 2-3 участници в отбор) и им раздава сценарий. Всяка група ще анализира сценариите, за да идентифицира вербалните и невербалните сигнали, проявени от участващите лица. Те ще обсъдят влиянието на тези сигнали върху общуването и как те могат да повлияят на резултата от сценария. След това групите ще представят анализите си пред класа, като използват флипчарти.</p> <p>Фасилитаторът ще проведе заключителна дискусия, в която ще обобщи основните изводи от урока. Участниците ще имат възможност да споделят прозренията, получени от груповата дейност, и да зададат всички останали въпроси.</p>	<p>Екипна дейност</p>	<p>Химикалки, хартии, флипчарт</p> <p>Word - Сценарий за раздаване</p>
15	<p><b>Оценка</b></p> <p>По двойки участниците споделят две неща, които са научили по време на сесията, и след това докладват на цялата група.</p> <p>Фасилитаторът коментира и благодари на участниците.</p>	<p>Работа по двойки</p> <p>Учебна сесия</p>	

## Модул 8: Адаптивност

### Урок 1 - Определение за адаптивност и нейното значение

ВРЕМЕ (минути)	ОПИСАНИЕ НА ДЕЙНОСТТА	МЕТОДИ НА ПРЕПОДАВАНЕ	УЧЕБНИ МАТЕРИАЛИ
10	<b>По-топла дейност:</b> Фасилитаторът приветства участниците, представя темата на урока и ги пита за предишния им опит с адаптивността: Колко добре се адаптирате в работната си среда? Кои според вас са най-големите ви предимства и предизвикателства, когато става въпрос за адаптиране?	Дискусия	Бяла дъска, маркер
25	<b>Представяне на теорията: Определение за адаптивност и нейното значение</b> Преподавателят ще представи презентация, в която ще дефинира адаптивността и ще обясни значението ѝ на работното място.	Представяне на теорията	Представяне 4.1.

25	<p><b>Задание на екипа: Разпознаване на необходимостта от адаптивност</b></p> <p>Участниците ще се включат в групова дискусия, за да проучат допълнително значението на адаптивността. Те ще обсъдят:  Често срещани сценарии на работното място, които изискват адаптивност.  Личен опит с адаптирането към промените на работното място.  Стратегии за разпознаване на необходимостта от адаптивност и преодоляване на съпротивата срещу промяната.  След 15-20 минути екипите споделят своя опит, а фасилитаторът се опитва да открие някои прилики между техните решения.</p>	<p>Екипна дейност</p> <p>Дискусия</p> <p>Представяне на резултатите</p>	<p>Химикалки, хартия</p>
15	<p><b>Оценка</b></p> <p>Участниците са помолени да споделят 1 ключова информация, която смятат за най-полезна.</p> <p>Фасилитаторът предоставя възможност за допълнителен обмен на опит.</p>	<p>Пленарна сесия</p> <p>Дискусия</p>	<p>Химикалки, документи</p>

## Модул 8: Адаптивност

### Урок 2 - Развиване на устойчивост и гъвкавост

ВРЕМЕ (минути)	ОПИСАНИЕ НА ДЕЙНОСТТА	МЕТОДИ НА ПРЕПОДАВАНЕ	УЧЕБНИ МАТЕРИАЛИ
10	<p><b>По-топла дейност: Предишен опит</b></p> <p>Фасилитаторът приветства участниците, представя темата на урока и пита за предишния им опит с външни оценители, окончателната оценка и сертифицирането.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>● Имали ли сте опит с външен оценител или сте били такъв? Ако да, моля дайте пример.</li><li>● Участвали ли сте някога в крайна оценка? Ако да, моля, обяснете как.</li><li>● Участвали ли сте някога в процес на сертифициране? Ако да, моля, обяснете как.</li></ul>	Дискусия	Бяла дъска, маркер
25	<p><b>Представяне на теорията Стратегии за изграждане на устойчивост</b></p> <p>Фасилитаторът представя презентация за стратегиите за изграждане на устойчивост.</p>	Представяне на теорията	Представяне 4.2.

30	<p><b>Задание на екипа: Семинар за умения за адаптация</b></p> <p>Участниците ще се включат в практически семинар, насочен към развиване на практически умения за адаптивност чрез интерактивни упражнения и дискусии. Семинарът ще бъде разделен на няколко станции, всяка от които е насочена към различни аспекти на адаптивността, като например решаване на проблеми, гъвкавост и устойчивост.</p> <p>На всяка станция участниците ще се редуват с различни дейности, предназначени за подобряване на специфични умения за адаптиране.</p>	<p>Екипна дейност</p> <p>Дискусия</p>	<p>Химикалки, хартия</p> <p>Пространство за движение</p>
10	<p><b>Оценка</b></p> <p>Участниците споделят с групата колко уверени се чувстват по скалата от 1 до 5 (1 = най-малко уверени, 5 = най-уверени) по отношение на урока.</p> <p>Фасилитаторът коментира и благодари на участниците за участието им.</p>	<p>Учебна сесия</p> <p>Дискусия</p>	<p>Химикалки, документи</p>

DISCOVER & EMPOWER



KNOW AND CAN



USTANOVA ZA  
OBRAZOVANJE  
ODRASLIH

ADULT  
EDUCATION  
INSTITUTION



Co-funded by  
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the National Agency. Neither the European Union nor National Agency can be held responsible for them. Project Number: 2023-1-LT01-KA220-ADU-000156443