

PLAN NASTAVNOG SATA

Predstavlja: Ustanova za obrazovanje odraslih Dante

DISCOVER
& EMPOWER

A stylized lightbulb icon with yellow rays emanating from it, positioned to the right of the word 'DISCOVER'.

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

Sadržaj

Sadržaj

Uvod.....	3
Modul 1: Samosvijest i samoefikasnost.....	4
Modul 1: Samosvijest i samoefikasnost.....	5
Modul 2: Rješavanje problema.....	6
Modul 2: Rješavanje problema.....	8
Modul 3: Planiranje i organizacija.....	10
Modul 3: Planiranje i organizacija.....	11
Modul 4: Umrežavanje.....	12
Modul 4: Umrežavanje.....	14
Modul 5: Postavljanje ciljeva.....	16
Modul 5: Postavljanje ciljeva.....	17
Modul 6: Donošenje odluka.....	18
Modul 6: Donošenje odluka.....	19
Modul 7: Komunikacija.....	20
Modul 7: Komunikacija.....	22
Modul 8: Prilagodljivost.....	24
Modul 8: Prilagodljivost.....	26

Uvod

Na današnjem tržištu rada koje se brzo razvija, mladi se suočavaju sa sve većim brojem izazova dok se snalaze u prijelazu iz obrazovanja u zaposlenje. Projekt DISCOVER & EMPOWER osmišljen je za rješavanje tih izazova pružanjem inovativnih, angažiranih i motivirajućih obrazovnih resursa prilagođenih potrebama karijernog savjetovanja mladih diljem Europe. Kroz zajednički napor koji uključuje partnere iz šest različitih zemalja, ovaj projekt ima za cilj stvoriti sveobuhvatno i poticajno okruženje u kojem mladi mogu istražiti svoje mogućnosti u karijeri, razviti bitne vještine upravljanja karijerom i donositi informirane odluke o svojim budućim putovima.

U središtu DISCOVER & EMPOWER je predanost poticanju prilagodljivosti karijere i cjeloživotnog učenja. Opremanjem mladih odraslih alatima koji su im potrebni za razumijevanje tržišta rada, prepoznavanje njihovih snaga i interesa te preuzimanje kontrole nad njihovim karijernim putovanjima, možemo ih osnažiti za postizanje dugoročnog uspjeha i osobnog ispunjenja. Projekt također nastoji premostiti jaz između obrazovanja i zapošljavanja pružanjem dostupnih, visokokvalitetnih obrazovnih materijala, alata za samoprocjenu i modula učenja koji su usklađeni s trenutnim trendovima i zahtjevima tržišta rada.

Osim toga, projekt prepoznaje važnost prekogranične razmjene znanja i najboljih praksi. Iskorištavanjem različitih pozadina i iskustava zemalja sudionica, DISCOVER & EMPOWER poboljšat će vještine edukatora odraslih i stručnjaka za profesionalnu orijentaciju, omogućujući im bolju podršku mladim odraslim osobama u njihovom razvoju karijere. Ova razmjena ideja i strategija pridonijet će stvaranju inkluzivnije i otpornije europske radne snage, u kojoj su pojedinci bolje pripremljeni za prilagodbu zahtjevima digitalnog doba i tržišta rada koje se razvija.

Razvoj Poola znanja za DISCOVER & EMPOWER, uključujući module vještina upravljanja karijerom, predstavlja ključni ishod ovog projekta.

Modul 1: Samosvijest i samoefikasnost

Lekcija 1: Razumijevanje samosvijesti

Vrijeme (minute)	OPIS AKTIVNOSTI	Metode podučavanja	Materijali za poučavanje
15	Aktivnost probijanja leda: "Tko sam ja?" Sudionici se uparuju i predstavljaju dijeleći jedinstvenu vještinu ili osobinu koju posjeduju.	Plenarna sjednica	Nema
30	Teorijska prezentacija o samosvijesti i samoefikasnosti, s naglaskom na definicije i važnost u upravljanju karijerom.	Teorijska prezentacija	Prezentacija
20	Aktivnost grupe: SWOT analiza. Sudionici provode SWOT analizu na sebi, identificirajući snage, slabosti, prilike i prijetnje.	Grupni rad	Olovke, papir
10	Zaključak: Svaki sudionik dijeli jedan uvid koji je stekao SWOT analizom.	Plenarna sjednica	Ploča s papirima

Modul 1: Samosvijest i samoefikasnost

Lekcija 2: Izgradnja samoefikasnosti

Vrijeme (minute)	OPIS AKTIVNOSTI	Metode podučavanja	Materijali za poučavanje
10	Aktivnost probijanja leda: „Poticaj samopouzdanju“. Sudionici dijele nedavno postignuće zbog kojeg su se osjećali samopouzdana.	Plenarna sjednica	Nema
30	Teorijska prezentacija o samoefikasnosti, uključujući njezinu definiciju, važnost i strategije za njezinu izgradnju (npr. postavljanje malih ciljeva, traženje povratnih informacija).	Teorijska prezentacija	Prezentacija
20	Individualna aktivnost: Sudionici identificiraju područje u kojem im nedostaje samopouzdanja i pišu plan za poboljšanje svoje samoefikasnosti u tom području, koristeći tehnike o kojima se raspravlja.	individualni rad	Olovke, papir
10	Zaključak: Volonteri dijele svoje planove, a voditelj nudi povratne informacije i ohrabrenje.	Plenarna sjednica	Ploča s papirima

Modul 2: Rješavanje problema

Razumijevanje procesa rješavanja problema

VRIJEME (minute)	OPIS AKTIVNOSTI	Metode podučavanja	Materijali za poučavanje
15	<p>Aktivnost probijanja leda: 1-10</p> <p>Voditelj pozdravlja sudionike, uvodi temu lekcije i daje upute za aktivnost probijanja leda. Na katu se nalazi zamišljena crta koja ide od jednog (predstavlja broj 1) do drugog kuta (predstavlja broj 10) prostorije.</p> <p>Moderator čita sljedeće izjave, a sudionici stoje na točki koja predstavlja njihovu razinu slaganja s izjavom od 1 (= potpuno se ne slažem) do 10 (= potpuno se slažem):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ja sam jutarnja osoba. • Često sudjelujem na edukacijskim radionicama. • Imam iskustva u rješavanju problema i sada osnove koncepta • Čuo sam za projekt DISCOVER & EMPOWER i mogu navesti njegove ciljeve. <p>Nastavnik traži od nekoliko sudionika da objasne svoj odabir i komentare na pružene informacije.</p>	<p>Plenarna sjednica</p> <p>Diskusija</p>	<p>Popis pitanja:</p> <p>Prostor za kretanje po prostoriji</p>
30	<p>Teorijska prezentacija o uvodu u rješavanje problema</p> <p>Nastavnik daje uvod i usredotočuje se na rješavanje problema kao vještinu, posebno u radnom okruženju.</p>	<p>Plenarna sjednica</p> <p>Teorijska prezentacija</p>	<p>Prezentacija 1.1.</p>

20	<p>Timski zadatak: Ključne točke</p> <p>Podijeljeni u timove, sudionici moraju napisati 4 ključne točke koje pamte iz prezentacije, objasniti ih i dati primjer kako ih primjenjuju u svakodnevnom životu.</p>	<p>Aktivnost tima Diskusija</p>	<p>Olovke, papir</p>
10	<p>Zaključak</p> <p>Nakon 15 minuta voditelj potiče svaki tim da podijeli svoje zaključke s drugim timovima, postavlja dodatna pitanja i daje povratne informacije.</p>	<p>Teorijska prezentacija</p>	<p>Ploča s papirima</p>

Modul 2: Rješavanje problema

Lekcija 2 – Prepoznavanje različitih vrsta problema u radnom okruženju i implementacija/evaluacija rješenja

VRIJEME (minute)	OPIS AKTIVNOSTI	Metode podučavanja	Materijali za poučavanje
10	<p>Aktivnost probijanja leda: leđa uz leđa</p> <p>Voditelj pozdravlja sudionike, uvodi temu lekcije i daje upute za aktivnost probijanja leda: sudionici se uparuju s nekim koga ne poznaju dobro. Parovi sjede jedan nasuprot drugome tako da se ne mogu vidjeti. Svaka osoba treba 2 minute razgovarati o svojim iskustvima s temom problema u radnom okruženju i kako ih riješiti. Nakon 4 minute sudionici bi trebali formirati veliki krug i svaki sudionik bi trebao predstaviti svog partnera grupi i podijeliti što su naučili o njima.</p>	Plenarna sjednica	Stolice postavljene u krug
20	<p>Prezentacija: Prepoznavanje različitih vrsta problema u radnom okruženju i implementacija/evaluacija rješenja</p> <p>Nastavnik daje uvod i usredotočuje se na tehnike rješavanja problema u radnom okruženju.</p>	Teorijska prezentacija Plenarna sjednica	Prezentacija 1.2.

30	<p>Grupni brainstorming: Sudionici će biti podijeljeni u male skupine i predstaviti im se problem ili scenarij na radnom mjestu. Svaka će grupa sudjelovati u sesiji brainstorminga kako bi stvorila potencijalna rješenja za rješavanje problema. Oni će koristiti ploče za pisanje i/ili naljepnice za zabilježiti ideje i učinkovitu suradnju. Voditelj će poticati kreativnost i prema potrebi voditi.</p>	Grupni rad	Olovka, papir Word_1.2.
15	<p>Procjena</p> <p>Od sudionika se traži da razmisle o sesiji pomoću gesti palac-gore ili palac-dole:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Razumijem vrste problema na radnom mjestu = palac gore ● Ne razumijem vrste problema na radnom mjestu = palac dolje ● Nisam potpuno siguran o vrstama problema na radnom mjestu= palac u stranu <p>Nakon što odaberu svoje geste, sudionici daju više informacija o tome zašto su odabrali određenu gestu. Moderator provjerava koja bi mu dodatna podrška bila potrebna ako bi odabrao palac prema dolje ili bočno.</p>	Plenarna sjednica	Olovke i papir/ naljepnice

Modul 3: Planiranje i organizacija

Lekcija 1: Učinkovito planiranje

Vrijeme (minute)	OPIS AKTIVNOSTI	Metode podučavanja	Materijali za poučavanje
10	Aktivnost probijanja leda: "Planirajte svoj dan". Sudionici opisuju tipičan dan u svom životu, naglašavajući kako planiraju svoje vrijeme.	Plenarna sjednica	Nema
30	Teorijska prezentacija o tehnikama planiranja, uključujući određivanje prioriteta i upravljanje vremenom.	Teorijska prezentacija	Prezentacija
30	Grupna aktivnost: Sudionici rade u grupama kako bi izradili tjedni plan za projekt, dodjeljujući zadatke i rokove.	Grupni rad	Ploče za pisanje, markeri
10	Zaključak: Grupe predstavljaju svoje planove, a facilitator raspravlja o prednostima i područjima za poboljšanje.	Plenarna sjednica	Ploča s papirima

Modul 3: Planiranje i organizacija

Lekcija 2: Organiziranje za uspjeh

Vrijeme (minute)	OPIS AKTIVNOSTI	Metode podučavanja	Materijali za poučavanje
10	Aktivnost probijanja leda: „Organizirajte svoj prostor”. Sudionici opisuju kako organiziraju svoj radni prostor i zašto im to odgovara.	Plenarna sjednica	Nema
30	Teorijska prezentacija o organizacijskim tehnikama, uključujući alate i metode za održavanje organiziranog radnog okruženja.	Teorijska prezentacija	Prezentacija
20	Pojedinačna aktivnost: Sudionici izrađuju akcijski plan kako bi učinkovitije organizirali svoj radni prostor ili tijekom rada.	individualni rad	Olovke, papir
10	Zaključak: Sudionici dijele svoje akcijske planove, a moderator nudi povratne informacije i dodatne savjete.	Plenarna sjednica	Ploča s papirima

Modul 4: Umrežavanje

Lekcija 1 – Definiranje umrežavanja i njegove važnosti

VRIJEME (minute)	OPIS AKTIVNOSTI	Metode podučavanja	Materijali za poučavanje
15	<p>Aktivnost probijanja leda:</p> <p>1) Aktivnost probijanja leda: Datum brzine</p> <p>Voditelj pozdravlja sudionike, uvodi temu lekcije i daje upute za aktivnost probijanja leda.</p> <p>Sudionici sjede u dva koncentrična kruga, okrenuti jedni prema drugima. Sudionici imaju 2-3 minute da se predstave i podijele kako i zašto sudjeluju u ovom treningu i jednu stvar koja im je najvažnija za učenje.</p>	Diskusija	izbrisiv flomaster za pisanje po bijeloj ploči, bijela ploča

	<p>Nakon 2-3 minute moderator signalizira grupi da sudionici trebaju promijeniti partnera, npr. sudionici u vanjskom krugu pomiču jedno sjedalo udesno.</p> <p>Nakon što su sudionici razgovarali s najmanje tri osobe, moderator traži od sudionika da podijele s kim su razgovarali i svoje uvide (npr. sličnosti, razlike, nešto zanimljivo ili iznenađujuće).</p>		
25	<p>Teorijska prezentacija: Istraživanje vrsta mogućnosti umrežavanja</p> <p>Voditelj će održati prezentaciju istražujući različite vrste mogućnosti umrežavanja</p>	Teorijska prezentacija	Prezentacija 3.1.
25	<p>Aktivnost grupe: Simulacija umrežavanja</p> <p>Sudionici će se uključiti u aktivnost simulacije umrežavanja u kojoj će igrati uloge u različitim scenarijima umrežavanja. Svakoj skupini bit će dodijeljen određeni scenarij umrežavanja i dodijeljene uloge. Sudionici će vježbati predstavljanje, razmjenu kontaktnih informacija, uključivanje u smislene razgovore i praćenje nakon događaja. Nakon simulacije, grupe će se okupiti kako bi informirale i razgovarale o svojim iskustvima, dijeleći uvide i lekcije naučene iz aktivnosti.</p> <p>Nakon simulacije, grupe će se okupiti kako bi informirale i razgovarale o svojim iskustvima, dijeleći uvide i lekcije naučene iz aktivnosti.</p>	<p>Aktivnost tima</p> <p>Diskusija</p> <p>prikaz rezultata</p>	Riječ - Smjernice za igranje uloga, olovke, papir
10	Procjena	Plenarna	Olovke, papir

	<p>Od sudionika se traži da podijele najzanimljivije i najmanje zanimljive stvari koje su čuli u ovoj lekciji.</p> <p>Voditelj pruža priliku za dodatnu razmjenu iskustava.</p>	<p>sjednica</p> <p>Diskusija</p>	
--	---	----------------------------------	--

Modul 4: Umrežavanje

Lekcija 2 – Vrste mogućnosti umrežavanja

VRIJEME (minute)	OPIS AKTIVNOSTI	Metode podučavanja	Materijali za poučavanje
15	<p>Aktivnost za zagrijavanje: Udruge</p> <p>Nastavnik pozdravlja sudionike, uvodi temu lekcije i započinje aktivnost za zagrijavanje. Voditelj baca loptu jednom od sudionika i daje mu termin – događaji umrežavanja. Njihov je zadatak brzo reći prvu riječ koja im padne na pamet. Aktivnost se nastavlja sve dok svi sudionici ne podijele svoje riječi i asocijacije.</p>	Diskusija	izbrisiv flomaster za pisanje po bijeloj ploči, bijela ploča

	Moderator komentira nekoliko izbora i pita sudionike jesu li imali iste asocijacije s riječima, komentirajući da imamo različite perspektive i iskustva povezana s istim konceptom.		
25	<p>Teorijska prezentacija: Istraživanje vrsta mogućnosti umrežavanja</p> <p>Voditelj će održati prezentaciju istražujući različite vrste mogućnosti umrežavanja Ključne točke koje će biti obuhvaćene uključuju: Objašnjenje različitih načina umrežavanja kao što su društvena okupljanja, stručna događanja, industrijske konferencije, internetske platforme itd.</p> <p>Savjeti za maksimiziranje učinkovitosti umrežavanja u različitim kontekstima.</p>	Teorijska prezentacija	Prikaz 3.2.
25	<p>Timski zadatak: Kako potaknuti umrežavanje</p> <p>Voditelj dijeli sudionike u manje skupine. Zadatak je predstaviti drugim skupinama koje su za njih prednosti i izazovi umrežavanja. Nakon 15 minuta timovi dijele svoje rezultate, a voditelj donosi zaključak o vježbi i postoje li sličnosti među skupinama.</p>	<p>Aktivnost tima</p> <p>Diskusija</p> <p>prikaz rezultata</p>	Olovke, papir
10	<p>Procjena</p> <p>Nastavnik traži od sudionika da navedu ključne ideje iz lekcije i zašto su bile važne. Moderator traži od nekoliko sudionika da podijele svoje ideje i komentare.</p>	<p>Plenarna sjednica</p> <p>Diskusija</p>	Olovke, papiri

Modul 5: Postavljanje ciljeva

Lekcija 1: Uvod u postavljanje ciljeva

Vrijeme (minute)	OPIS AKTIVNOSTI	Metode podučavanja	Materijali za poučavanje
10	Aktivnost probijanja leda: "Sanjaj velike snove". Sudionici dijele posao iz snova ili cilj koji imaju, pomažući u uvođenju koncepta postavljanja ciljeva.	Plenarna sjednica	Nema
25	Teorijska prezentacija o SMART ciljevima (specifični, mjerljivi, ostvarivi, relevantni, vremenski ograničeni) i njihovoj ulozi u upravljanju karijerom.	Teorijska prezentacija	Prezentacija
25	Individualna aktivnost: Sudionici izrađuju SMART cilj koji se odnosi na njihovu karijeru i navode korake potrebne za njegovo postizanje.	individualni rad	Olovke, papir
10	Zaključak: Volonteri dijele svoje SMART ciljeve, a voditelj pruža povratne informacije i smjernice.	Plenarna sjednica	Ploča s papirima

Modul 5: Postavljanje ciljeva

Lekcija 2: Provedba i praćenje ciljeva

Vrijeme (minute)	OPIS AKTIVNOSTI	Metode podučavanja	Materijali za poučavanje
10	Aktivnost probijanja leda: "Tko sam ja?" Sudionici se uparuju i predstavljaju dijeleći jedinstvenu vještinu ili osobinu koju posjeduju.	Plenarna sjednica	Nema
30	Teorijska prezentacija o strategijama za provedbu i praćenje ciljeva, uključujući praćenje napretka i prilagođavanje planova prema potrebi.	Teorijska prezentacija	Prezentacija
20	Grupna aktivnost: Sudionici raspravljaju o potencijalnim preprekama u postizanju svojih ciljeva i strategijama za njihovo prevladavanje.	Grupni rad	Olovke, papir
10	Zaključak: Grupe dijele svoje strategije, a voditelj sažima ključne točke i nudi dodatne savjete.	Plenarna sjednica	Ploča s papirima

Modul 6: Donošenje odluka

Lekcija 1: Donošenje učinkovitih odluka

Vrijeme (minute)	OPIS AKTIVNOSTI	Metode podučavanja	Materijali za poučavanje
10	Aktivnost probijanja leda: „Dileme odlučivanja“. Sudionici raspravljaju o nedavnoj odluci koju su morali donijeti i ishodu, uvodeći temu donošenja odluka.	Plenarna sjednica	Nema
30	Teorijska prezentacija o modelima i tehnikama donošenja odluka, kao što je model DECIDE (Definiraj, uspostavi, razmotri, identificiraj, razvij, ocijeni).	Teorijska prezentacija	Prezentacija
20	Analiza scenarija: Sudionicima se daje scenarij povezan s poslom i moraju koristiti model odlučivanja kako bi odredili najbolji tijek djelovanja.	Analiza scenarija: Sudionicima se daje scenarij povezan s poslom i moraju koristiti model odlučivanja kako bi odredili najbolji tijek djelovanja.	Olovke, papir
10	Zaključak: Grupe dijele svoje odluke i obrazloženja, s povratnim informacijama voditelja i raspravom o alternativnim pristupima.	Plenarna sjednica	Ploča s papirima

Modul 6: Donošenje odluka

Lekcija 2: Ocjenjivanje odluka

Vrijeme (minute)	OPIS AKTIVNOSTI	Metode podučavanja	Materijali za poučavanje
10	Aktivnost probijanja leda: "Najbolje i najgore odluke". Sudionici dijele najbolje i najgore odluke koje su donijeli i ishode.	Plenarna sjednica	Nema
30	Teorijska prezentacija o vrednovanju odluka, uključujući metode za procjenu ishoda i učenje na pogreškama.	Teorijska prezentacija	Prezentacija
20	Grupna aktivnost: Sudionici pregledavaju studiju slučaja odluke donesene u poslovnom kontekstu i procjenjuju njezinu učinkovitost pomoću predviđenih kriterija.	Grupni rad	Brošure o studijama slučaja, olovke
10	Zaključak: Grupe predstavljaju svoje evaluacije, a voditelj sažima naučene lekcije i najbolje prakse za buduće donošenje odluka.	Plenarna sjednica	Ploča s papirima

Modul 7: Komunikacija

Lekcija 1 – Razumijevanje osnova komunikacije

VRIJEME (minute)	OPIS AKTIVNOSTI	Metode podučavanja	Materijali za poučavanje
15	<p>Uvodna aktivnost</p> <p>Nastavnik uvodi temu lekcije i daje upute za uvodnu aktivnost: svatko mora dati asocijacije za <i>komunikaciju</i> riječi i početi je zapisivati na ploču. Kratka rasprava održat će se nakon što se napiše 5-8 asocijacija. Glavni cilj je omogućiti sudionicima da na jednostavan, opušten način razmišljaju o značenju komunikacije, kakva je njihova povezanost s riječju i kako je definirati. Voditelj može grupirati određene riječi koje su slične na neki način.</p>	Diskusija	izbrisiv flomaster za pisanje po bijeloj ploči, bijela ploča
20	<p>Teorijska prezentacija: glavne karakteristike komunikacije, razlika između verbalne i neverbalne, važnost dobre radne komunikacije</p> <p>Voditelj će održati prezentaciju koja će obuhvatiti glavne karakteristike komunikacije, razliku između verbalne i neverbalne komunikacije te važnost dobre radne komunikacije. Prezentacija će istaknuti važnost jasne i učinkovite komunikacije na radnom mjestu, utjecaj neverbalnih znakova na komunikaciju te važnost profesionalnih online i stvarnih komunikacijskih praksi.</p>	Teorijska prezentacija	Prezentacija 2.1.

35	<p>Timski zadatak: Komunikacijski stilovi</p> <p>Sudionici će biti podijeljeni u male skupine kako bi razgovarali o različitim stilovima komunikacije. Svaka skupina može odabrati kakav stil komunikacije analizirati: asertivan, agresivan, pasivan i pasivno-agresivan te identificirati svoje karakteristike, prednosti i nedostatke. Također će raspravljati o situacijama u kojima svaki stil može biti prikladan ili neučinkovit. Skupine će zatim predstaviti svoje nalaze i uvide razredu.</p>	<p>Aktivnost tima</p> <p>Diskusija</p>	<p>Olovke, papir</p>
10	<p>Procjena</p> <p>Od sudionika se traži da podijele najzanimljivije i najmanje zanimljive stvari koje su čuli u ovoj lekciji.</p> <p>Voditelj pruža priliku za dodatnu razmjenu iskustava.</p>	<p>Plenarna sjednica</p> <p>Diskusija</p>	<p>Olovke, papiri</p>

Modul 7: Komunikacija

Lekcija 2 – Verbalna i neverbalna komunikacija

VRIJEME (minute)	OPIS AKTIVNOSTI	Metode podučavanja	Materijali za poučavanje
10	<p>Aktivnost za zagrijavanje: ovo ili ono</p> <p>Nastavnik pozdravlja sudionike, uvodi temu lekcije i započinje aktivnost za zagrijavanje.</p> <p>Nastavnik prolazi kroz popis opcija navedenih u nastavku i traži od sudionika da stanu u kut prostorije (npr. lijevo ili desno) koji predstavlja njihovu sklonost:</p> <ul style="list-style-type: none">● Noć ili jutro?● Kava ili čaj?● Obrazovanje ili iskustvo?● Kupljeni u trgovini ili domaći?● Automobil ili bicikl?● Vlak ili zrakoplov?	Plenarna sjednica	Popis opcija Prostor za kretanje po prostoriji

	Nastavnik traži od nekoliko sudionika da objasne svoj odabir. Ovisno o (duljini) odgovora sudionika, voditelj može izostaviti neke od navedenih opcija.		
15	Teorijska prezentacija o razumijevanju verbalne i neverbalne komunikacije Voditeljica ukratko predstavlja koje su specifičnosti verbalne i neverbalne komunikacije.	Plenarna sjednica Prezentacija	PowerPoint prezentacija 2.2.
35	Grupna aktivnost: Analiza verbalnih i neverbalnih znakova u radnom okruženju Voditelj dijeli skupinu u 3 tima (2-3 sudionika po timu). Pruženi su brošure scenarija. Svaka će skupina analizirati scenarije kako bi identificirala i verbalne i neverbalne znakove koje pokazuju uključeni pojedinci. Razgovarat će o utjecaju tih znakova na komunikaciju i kako oni mogu utjecati na ishod scenarija. Grupe će zatim predstaviti svoje analize razredu pomoću ploča za pisanje. Voditelj će voditi zaključnu raspravu u kojoj će sažeti ključna saznanja iz lekcije. Sudionici će imati priliku podijeliti uvide stečene iz grupne aktivnosti i postaviti sva preostala pitanja.	Aktivnost tima	Olovke, papiri, ploča za pisanje Riječ - letak scenarija
15	Procjena U parovima sudionici dijele dvije stvari koje su naučili tijekom sesije, a zatim izvješćuju cijelu grupu. Moderator komentira i zahvaljuje sudionicima.	Rad u paru Plenarna sjednica	

Modul 8: Prilagodljivost

Lekcija 1 – Definicija prilagodljivosti i njezina važnost

VRIJEME (minute)	OPIS AKTIVNOSTI	Metode podučavanja	Materijali za poučavanje
10	<p>Aktivnost za zagrijavanje:</p> <p>Nastavnik pozdravlja sudionike, uvodi temu lekcije i pita o njihovom prethodnom iskustvu s prilagodljivošću: Koliko ste dobri u prilagodbi u svom radnom okruženju? Što smatrate svojim najvećim snagama i izazovima kada je riječ o prilagodbi?</p>	Diskusija	izbrisiv flomaster za pisanje po bijeloj ploči, bijela ploča
25	<p>Teorijska prezentacija: Definicija prilagodljivosti i njezina važnost</p> <p>Predavač će održati prezentaciju koja definira prilagodljivost i objašnjava njezinu važnost na radnom mjestu.</p>	Teorijska prezentacija	Prezentacija 4.1.

25	<p>Timski zadatak: Prepoznavanje potrebe za prilagodljivošću</p> <p>Sudionici će sudjelovati u grupnoj raspravi kako bi dodatno istražili važnost prilagodljivosti. Raspravljat će o: Uobičajeni scenariji radnog mjesta koji zahtijevaju prilagodljivost. Osobna iskustva s prilagodbom promjenama na radnom mjestu. Strategije prepoznavanja potrebe za prilagodljivošću i prevladavanjem otpora promjenama. Nakon 15-20 minuta, timovi dijele svoje iskustvo, a voditelj pokušava pronaći neke sličnosti između svojih izbora.</p>	<p>Aktivnost tima</p> <p>Diskusija</p> <p>prikaz rezultata</p>	<p>Olovke, papir</p>
15	<p>Procjena</p> <p>Od sudionika se traži da podijele 1 ključnu informaciju koja im je najkorisnija.</p> <p>Voditelj pruža priliku za dodatnu razmjenu iskustava.</p>	<p>Plenarna sjednica</p> <p>Diskusija</p>	<p>Olovke, papiri</p>

Modul 8: Prilagodljivost

Lekcija 2 – Razvijanje otpornosti i fleksibilnosti

VRIJEME (minute)	OPIS AKTIVNOSTI	Metode podučavanja	Materijali za poučavanje
10	<p>Aktivnost za zagrijavanje: prethodno iskustvo</p> <p>Voditelj pozdravlja sudionike, uvodi temu lekcije i pita o njihovom prethodnom iskustvu s vanjskim ocjenjivačima, konačnoj evaluaciji i certifikaciji.</p> <ul style="list-style-type: none">• Jeste li imali iskustva s vanjskim ocjenjivačem ili ste to bili? Ako da, navedite primjer.• Jeste li ikada sudjelovali u završnoj evaluaciji? Ako da, molimo objasnite:• Jeste li ikada sudjelovali u postupku certifikacije? Ako da, molimo objasnite:	Diskusija	izbrisiv flomaster za pisanje po bijeloj ploči, bijela ploča
25	<p>Teorijska prezentacija Strategije izgradnje otpornosti</p> <p>Moderator održava prezentaciju o strategijama izgradnje otpornosti.</p>	Teorijska prezentacija	Prikaz 4.2.

30	<p>Timski zadatak: Radionica o vještinama prilagodljivosti</p> <p>Sudionici će sudjelovati u praktičnoj radionici usmjerenoj na razvoj praktičnih vještina prilagodbe kroz interaktivne vježbe i rasprave. Radionica će biti podijeljena u nekoliko postaja, od kojih će svaka biti usmjerena na različite aspekte prilagodljivosti, kao što su rješavanje problema, fleksibilnost i otpornost.</p> <p>Na svakoj postaji sudionici će se rotirati kroz različite aktivnosti osmišljene za poboljšanje specifičnih vještina prilagodljivosti.</p>	<p>Aktivnost tima</p> <p>Diskusija</p>	<p>Olovke, papir</p> <p>Prostor za kretanje</p>
10	<p>Procjena</p> <p>Sudionici dijele s grupom koliko se osjećaju samopouzdana na skali od 1-5 (1=najmanje samopouzdanje, 5=najviše samopouzdanja) u vezi s lekcijom.</p> <p>Moderator komentira i zahvaljuje sudionicima na sudjelovanju.</p>	<p>Plenarna sjednica</p> <p>Diskusija</p>	<p>Olovke, papiri</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