

TRÉNINGOVÝ PLÁN





Učme sa ľudkosť od zvierat!

Identifikátor konkurzu: 2016-3-HU02-KA205-002032

2018. Október



ČLENOVIA KONZORCIA

<p>Nadácia Rogers pre výchovu zameranú na osobnosť – Maďarsko Kordinátor http://www.rogersalapitvany.hu</p>	
<p>ZOO a botanická záhrada Budapešť – Maďarsko http://www.zoobudapest.com/</p>	
<p>Milvus Group - Spoločnosť pre ornitológiu a ochranu prírody – Rumunsko http://milvus.ro/RO/</p>	
<p>TANDEM, n.o. – Slovensko https://www.tandemno.sk/sk</p>	

Tento dokument a jeho obsah odrážajú názory jeho autora, a Európska komisia nemôže byť braná na zodpovednosť za žiadne využívanie v ňom obsiahnutého obsahu .

OBSAH

ČLENOVIA KONZORCIA	Hiba! A könyvjelző nem létezik.
PREHLAD	3
PRIEBEH TÝŽDŇA	4
FUNKCIE POČAS TRÉNINGU	5
PODROBNÝ OPIS TRÉNINGU	7
HANGOLÓDÁS: ZÁŽITKOVÁ PREZENTÁCIA CIEĽOV A METODIKY PROJEKTU LEHUA	7
PRVÝ MODUL: VO VEDENÍ ZMYSLOV	8
DRUHÝ MODUL: MNOHORAKOSŤ, DIVERZITA	9
TRETÍ MODUL: POTREBY	10
ŠTVRTÝ MODUL: SYSTÉMOVÉ MYSLENIE	11
PIATY MODUL: ETOLÓGIA ĽUDÍ A ZVIERAT	12
ŠIESTY MODUL: PRAVIDLÁ SPOLUŽITIA	13
VLASTNÉ POUČENIA: ČO SA MÁME NAUČIŤ OD ZVIERAT?	14
SIEDMY MODUL: STEREOTYPY, PREDISUDKY	15
ZÁVER TRÉNINGU	Hiba! A könyvjelző nem létezik.

Cieľ tréningu:

- formovanie nazerania, vyvolávanie zmeny v nazeraní
- rozširovanie a odovzdanie poznatkov o jednotlivých druhoch zvierat, pri pozorovaní živých zvierat
- postupné prehĺbenie sebapoznania pomocou neformálnych vzdelávacích metód

Obsah tréningu:

- 1-3. deň: Jednotlivec je v centre záujmu
- 4-6. deň: Skupina (rovina spoločnosti a kolektívu) je v centre záujmu
- 7. deň: záver, hodnotenie

Obsah modulov:

- Každý deň aspoň jedno cvičenie spojené so zvieratami, alebo pozorovaním zvierat
- Hry spojené s pozorovaním stavby tela, spôsobu života a správania zvierat, zbieranie skúseností
- Uvedomenie si skúseností hier, vyvodenie úsudkov (záverov)
- Sebareflexia a skupinová reflexia

Prvky vyskytujúce sa počas celého tréningu:

- „Aké zviera by si chcel/a byť?“ Vyvesenie obálok s vybratým zvierat'om , aby účastníci mohli navzájom odkazy posielat'.
- Zavesený flipchartový papier na stene, aby účastníci mohli na to vždy napísať vlastné spätné väzby.
- Každé ráno otváracie odborné skúšky a odborné maloskupiny každý večer.

**PRIEBEH
TÝŽDŇA**

	1. deň Pondelok	2. deň Utorok	3. deň Streda	4. deň Štvrtok	5. deň Piatok	6. deň Sobota	7. deň Nedeľa
Ráno		Diskusia o odborných otázkach	Diskusia o odborných otázkach	Diskusia o odborných otázkach	Diskusia o odborných otázkach	Diskusia o odborných otázkach	Diskusia o odborných otázkach
Dopoludnie		1. modul: Vo vedení zmyslov Rozličné spôsoby, osobitosti a následky vnímania	3. modul: Potreby I. Potreby zvierat a ľudí a ich hierarchia	TURISTIKA	5. modul: Podobnosti v správaní ľudí a zvierat Etológia zvierat a ľudí	Vlastné poučenia: Čo sa máme naučiť od zvierat? Čo sa nám oplatí prebrať zo živočíšnej ríše, akým smerom sa vieme rozvíjať	Záver tréningu: Hodnotenie tréningu Podávanie spätnej väzby Rozlúčka
Popoludnie	Prezentácia projektu Leuha Rozvoj sebapoznávania pomocou živočíšnej ríše	2. modul: Rozmanitosť, diverzita Aspekty rozmanitosti ľudstva a živočístva	3. modul: Potreby II. Potreby živočíchov a ľudí a ich hierarchia	4. modul: Systémové myslenie Skupiny ako systémy a ich dynamika	6. modul: Pravidlá spolužitia Ako a na základe čoho môže dobre fungovať spoločnosť?	7. modul: Stereotypy, predsudky Stereotypické znaky myslenia na individuálnej a skupinovej úrovni	

					Stratégie v živočíšnej ríši		
Večer			Odborná skupina	Odborná skupina	Odborná skupina	Odborná skupina	

**FUNKCIE
POČAS
TRÉNINGU**

Funkcie	Úlohy	Zodpovedný
Hostiteľ	Starostlivosť o účastníkov, zabezpečenie stravy, ubytovania, občerstvenia, organizovačných podmienok	
Admin	Má na starosti prezenčné listiny, každodenné programy, zmluvy a všetko, čo súvisí s úradným vybavovaním	
Fotograf	Príprava foto- a videodokumentácie	
Tréneri	Plánovanie tréningov, zabezpečenie podmienok pre dosiahnutie rozvojových cieľov účastníkov, zabezpečenie tréningov,	

	neustále hodnotenie a plánovanie, dodatočné hodnotenie tréningu, podávanie návrhov	
Vedúci tréner	Zodpovedný za celý proces, je stále prítomný a zabezpečí požiadavky supervízora	

**PODROBNÝ
OPIS
PROGRAMU**

ZÁŽITKOVÁ PREZENTÁCIA CIEĽOV A METODIKY PROJEKTU LEHUA

Pondelok popoludnie		Cieľ modulu: Poskytovanie počiatočného zážitku na týždeň: zážitkové vzdelávanie a rozvoj sebapoznania pomocou živočíchov			
		Časový rámec: 3-4 hodiny			
Čas trvania		Cvičenia	Vedúci	Prostriedky	Témy na spracovanie
15:00-15:30	30 min.	Privítanie, predstavenie projektu Lehua, organizácií a trénerov. Otázky na vyjasnenie informácií týkajúcich sa týždňa		Vid'. pri jednotlivých hrách. Trénerská príručka.	<ul style="list-style-type: none"> rozličné metódy učenia všetci a všetko môže byť prameňom učenia a rozvoja sebapoznávania zážitkové učenie non-formálne učenie
15:30 – 16:00	30 min.	Predstavenie účastníkov (Meno, odkiaľ som, kde pracujem, prečo som prišiel/a na školenie.)			
16:00 – 16:30	30 min.	Spoznávacie úlohy: · Postavíme sa do veľkého kruhu, keď sa vám s niekým spoja pohľady, vymente si miesta, pozdravte sa navzájom podaním ruky, pozdravte sa navzájom vyslovením mena druhého, atď. Diskusia s vybratým partnerom: podelenie sa o určujúci zážitok so zvieratom; (výmena partnera) Podľa teba, aké zviera by bol tvoj partner a prečo?			
16:30 – 17:00	30 min.	Zbieranie v prírode: Ísť vo dvojici do prírody so zoznamom úloh			
17:00 – 17:15	15 min.	<i>PRESTÁVKA</i>			
17:15 – 18:00	45 min.	Detektívna hra, zvieracie vyšetrowanie			
18:00 – 18:30	30 min.	Záverečné kolo, podelenie sa o zážitky			

PRVÝ MODUL: Vo vedení zmyslov					
Utorok dopoludnie		Cieľ modulu: Prezentácia toho, že odlišne si všímame, vnímame, máme odlišné názory a nazerania.			
		Časový rámec: 3-4 hodiny			
Čas trvania		Cvičenia	Vedúci	Prostriedky	Témy na spracovanie
9:00 – 9:15	15 min.	Metodické otázky- odpovede		Pri jednotlivých hrách. Vid'. trénerská príručka.	<ul style="list-style-type: none"> všimnutie si rozdielnosti percepcie čo všetko môže ovplyvniť to, čo si všimneme (napr. naše aktuálne emócie, postoje) adaptácia, evolúcia
9:15 – 9:25	10 min.	Energetizačná hra: Zvuky zvierat – nájdí svoju zvieraciu polovicu, podľa vydávaného zvuku			
9:25 – 9:35	10 min.	Hra na netopiera: Netopier so zaviazanými očami pri pohybovaní sa orientuje podľa ultrazvukov			
9:35 – 10:05	30 min.	Hmatové krabice: Vyhmatávanie zvieracích častí v krabiciach			
10:05 – 10:20	15 min.	Ako vidí nosorožec? – Aplikácia nosorožcových okuliarov a pohybovanie sa v miestnosti			
10:20 – 10:50	30 min.	Prednáška, diskusia o odlišnostiach a následkoch zvieracieho vnímania (Čo spôsobí pre nosorožce porucha zmyslového orgánu? Atd'.)			
10:50 – 11:00	10 min.	<i>PRESTÁVKA</i>			
11:00 – 12:00	60 min.	<p>Skoncipovanie vlastných poučení na základe zvieracích percepčných odlišností:</p> <ul style="list-style-type: none"> Pomocou Linzerovej techniky (rozprávanie vytvorených dvojíc z vonkajších a vnútorných kruhov): podelenie sa o zážitky podľa rôznych otázok Výber vlastného zvierat'a v skupine na tréningový týždeň (Aké zviera by si chcel/a byť...) <p>Po vžití sa do kože vybratého zvierat'a pripraviť jeho erb na obálku, ktorú počas týždňa budeme používať ako poštovú schránku pre spätné väzby</p>			
12:00 – 13:00	60 min.	Skoncipovanie individuálnych očakávaní, povinností, cieľov rozvoja pomocou metódy troch stromov			

DRUHÝ MODUL: ROZMANITOSŤ, DIVERZITA**Utorok popoludnie** | **Cieľ modulu:** Spoznanie toho, že sme rozmanití, a všetko môže mať adaptívnu hodnotu**Časový rámec:** 3-4 hodiny

Doba trvania		Cvičenia	Vedúci	Prostriedky	Témy na spracovanie
14:30 – 15:00	30 min.	Cvičenie: pestrí červíci – Vtáci hľadajú potravu v tráve/snehu		Pri jednotlivých hrách. Vid'. trénerská príručka	<ul style="list-style-type: none">• diverzita• otvorenosť, tolerancia, empatia• adaptácia, evolučná psychológia
15:00 – 15:30	30 min.	Odovzdávanie poznatkov – Adaptácia, diverzita			
15:30 – 16:30	60 min.	Rozmanitosť na mnohých nohách – Predstavenie rozmanitosti ríše hmyzov			
16:30 – 17:00	30 min.	Podelenie sa o individuálne poučenia a zážitky – v malých skupinkách (po trojici) v prírode			
17:00 – 17:10	10 min.	<i>PRESTÁVKA</i>			
17:10 – 18:30	80 min.	Utvorenie malých večerných odborných skupín. Poskytovanie modelu pre malé skupiny pomocou akváriumovej techniky.			

TRETÍ MODUL: POTREBY

Streda celý deň		Cieľ modulu: Spoznanie rozličnosti potrieb v ríše zvierat aj medzi ľuďmi – máme iné potreby. Ako môžeme brať ohľad na vzájomné aj svoje potreby, a pomôcť ich realizácií?			
		Časový rámec: 7-8 hodín			
Doba trvania		Cvičenia	Vedúci	Prostriedky	Témy na spracovanie
9:00 – 9:15	15 min.	Metodické otázky - odpovede		Pri jednotlivých hrách. Vid'. trénerská príručka	<ul style="list-style-type: none"> • Ľudské potreby a motivácie • Hierarchia potrieb (Maslowova pyramída potrieb); • Murrayova štruktúra potrieb • Spoznanie a vyjadrenie potrieb, reagovanie na potreby iných
9:15 – 9:25	10 min.	Energetizačná hra: biodiv-aktivity			
9:25 – 10:00	35 min.	Migrácia vtákov – odovzdávanie poznatkov			
10:00 – 10:45	45 min.	Hlad je veľký pán! – Hra na vlka a srnku – so spoločným spracovaním			
10:45 – 11:00	15 min.	<i>PRESTÁVKA</i>			
11:00 – 12:20	80 min.	Maloskupinové zdieľanie znalostí, kreatívna dielňa na tému: Potreby a motivácie			
12:20 – 13:00	40 min.	Krátka relaxácia, potom kreatívna individuálna dielňa: Aké potreby má s tebou vybrané zviera?			
13:00- 14:30	90 min.	<i>OBEDOVÁ PRESTÁVKA</i>			
14:30 – 14:40	10 min.	Energetizačná hra			
14:40 – 15:50	70 min.	Obchádzanie doterajších zážitkov a ponaučení. Vytvorenie spoločnej rozprávky vo dvojici pomocou kamishibai.			
15:50 – 16:20	30 min.	Vytváranie spoločných zvieracích príbehov (Ktoré zviera, s ktorým zvierateľom, kde, čo robí? atď)			
16:20 – 16:30	10 min.	Odovzdávanie informácií o zajtrajšom výlete.			
16:30- 16:40	10 min	<i>PRESTÁVKA</i>			
16:40 – 17:10	30 min.	Večerná maloskupinová práca (metodická diskusia)			

ŠTVRTÝ MODUL: SYSTÉMOVÉ MYSLENIE						
Štvrtok popoludnie		Cieľ modulu: Porozumenie zložitosti spolužitia (na rovine prírody/spoločnosti/kolektívov atď), videnie toho, že všetko so všetkom súvisí, porozumenie javu vzájomnej závislosti a odkázanosti				
		Časový rámec: 3-4 hodiny				
Doba trvania		Cvičenia		Vedúci	Prostriedky	Témy na spracovanie
15:45 – 16:00	15 min.	Energetizačná hra – Formy zvieracích pohybov - Ako chodia jednotlivé zvieratá? Vieš to imitovať aj ty sám/a?			Pri jednotlivých hrách. Vid'. trénerská príručka	<ul style="list-style-type: none"> • Ekológia, ekologické služby, trofická kaskáda • Porozumenie procesov skupinovej dynamiky. Rôzne úlohy a stratégie na doplnenie v skupine (napr. úloha sebaobety a altruizmu) • Výživové stratégie; specialisti a generalisti
16:00 – 16:40	20 min.	Ekológia, ekologické služby, trofická kaskáda - odovzdanie poznatkov				
16:20 – 16:50	30 min.	Vytvorenie potravinových reťazcov - hra				
16:50 – 17:00	10 min.	PRESTÁVKA				
17:00 – 17:05	5 min.	Energetizačná hra				
17:05 – 18:15	70 min.	Tragédia pasienkov – Komplexná simulačná hra(60 min.) a diskusia o nej (20 min)				
18:15 – 18:30	15 min.	Vytvorenie spoločného súsošia alebo fotky podľa zážitkov dňa				

PIATY MODUL: ETOLÓGIA ZVIERAT A ĽUDÍ					
Piatok dopoludnie		Cieľ modulu: Hľadanie spoločných koreňov správania ľudí a zvierat, hľadanie paralel medzi správaním ľudí a zvierat			
		Časový rámec: 3-4 hodiny			
Doba trvania		Cvičenia	Vedúci	Prostriedky	Témy na spracovanie
9:00 – 9:15	15 min.	Metodické otázky- odpovede		Pri jednotlivých hrách. Viď. trénerská príručka	<ul style="list-style-type: none"> • Biologické korene ľudského správania • Evolučné základy ľudského správania
9:15 – 9:30	15 min.	Energetizačná hra			
9:30 – 9:55	25 min.	Odovzdanie poznatkov: Vytvorenie etologických pozorovaní			
9:55 – 10:50	55 min.	Individuálne/ spoločné cvičenie: Etologické pozorovanie zvierat pomocou daných stanovísk			
10:50 – 11:00	10 min.	<i>PRESTÁVKA</i>			
11:05 – 11:05	5 min.	Energetizačná hra			
11:05 – 12:30	85 min.	Maloskupinová debata o individuálnych a spoločných etologických pozorovaniach (15 minút) Podelenie sa o skúsenosti maloskupín vo veľkoskupine (20 minút) Hľadanie ľudských paralel a protikladov s výsledkami pozorovaní v ďalšej maloskupine (20 minút) Diskusia o poučení maloskupín vo veľkoskupine (30 minút)			
12:30-13:00	30 min.	Etológia ľudí – odovzdanie poznatkov			

ŠIESTY MODUL: PRAVIDLÁ SPOLUŽITIA

Piatok popoludnie		Cieľ modulu: Kooperácia. Súťaženie, uplatnenie záujmov, altruizmus, asertivita, agresia. Spolužitie spoločnosti, vytvorenie kolektívnych a spoločenských pravidiel.			
		Časový rámec: 7-8 hodín			
Doba trvania		Cvičenia	Vedúci	Prostriedky	Témy na spracovanie
14:30 – 14:40	10 min.	Energetizačná hra		Pri jednotlivých hrách. Vid'. trénerská príručka	<ul style="list-style-type: none"> • Pravidlá spolužitia v spoločnosti • Kooperácia, súťaženie, uplatnenie záujmov, altruizmus, asertivita, agresia • Flexibilita systému pravidiel: chaos vs. meravosť • Personálny vzťah k nasledovaniu pravidiel a prispôsobovaniu sa
14:40 – 15:30	50min.	Hra- mravce na úteku (25 minút) Debata o zážitku hry a sledovanie videa o úteku mravcov (25 minút)			
15:30-16:00	30 min.	Typy spolužitia- odovzdanie poznatkov			
16:10 – 16:20	10 min.	<i>PRESTÁVKA</i>			
16:20 – 18:00	100 min.	Vybudovanie zeleného mosta – Kooperatívna hra (budovanie dvoch mostov, medzi 2-2 dedinami)			
18:00 – 18:30	30 min.	Podelenie sa o individuálne zážitky dňa			
18:30 – 19:00	30 min.	Večerná maloskupinová práca (Metodická diskusia)			

VLASTNÉ PONAUCENIA: ČO SA MÁME NAUČIŤ OD ZVIERAT?						
Sobota dopoludnie		Cieľ modulu: Spracovanie zážitkov týždňa. Čo je to, čo sa nám oplatí naučiť sa od zvierat, a čo radšej len pozorovať? Aké spoločenské/kolektívne/individuálne možnosti rozvoja si objavil pri pozorovaní zvierat?				
		Časový rámeček: 3-4 hodiny				
Doba trvania		Cvičenia		Vedúci	Prostriedky	Témy na spracovanie
9:00 – 9:15	15 min.	Metodické otázky - odpovede			Pri jednotlivých hrách vid'. trénerská príručka	<ul style="list-style-type: none"> • Skúsenosti a poučenia vzťahujúce sa na spoločnosť/kolektívne spolužitie • personálne skúsenosti a poučenia
9:15 – 10:35	80 min.	Edukačná aktivita a metodika zameraná na prácu s literárnym textom – Šváb, ktorý držal horu na chrbte				
10:35 – 10:45	10 min.	PRESTÁVKA				
10:45 – 11:30	45 min.	Individuálne a spoločné spracovanie doterajších zážitkov týždňa. Individuálne pohrúženie sa do prírody, potom spoločná príprava mandaly.				
11:30 – 12:10	40 min.	Netopiere a mole - tímová hra				

SIEDMY MODUL: STEREOTYPY, PREDISUDKY**Sobota popoludnie****Cieľ modulu:** Porozumenie vzniku a fungovania stereotypov a predsudkov, možnosti ich modifikácie a prekonania.**Časový rámec:** 3-4 hodiny

Doba trvania		Cvičenia	Vedúci	Prostredky	Témy na spracovanie
14:30 – 14:40	10 min.	Energetizačná hra		Pri jednotlivých hrách vid'. trénerská príručka.	<ul style="list-style-type: none">• Stereotyp, pozitívne a negatívne predsudky• Systémy domniek• Porozprávanie o individuálnych predsudkoch a domnienkach, možnosti ich modifikácie
14:40 – 14:55	15 min.	Ochranný program živočíchov v ZOO- Podávanie poznatkov			
15:55 – 17:55	120 min.	Vývržky sovy - rozbor a kreatívna dielňa			
17:55- 18:05	10 min.	PRESTÁVKA			
18:05 – 18:30	25 min.	Zvieracie zoznamovacie inzeráty			
18:30 – 19:00	30 min.	Večerná maloskupinová práca (Metodická diskusia)			

ZÁVER TRÉNINGU					
Nedeľa dopoludnie		Cieľ modulu: Reflexia na individuálny vzdelávací a rozvojový proces. Podávanie spätnej väzby. Rozlúčka.			
		Časový rámec: 4 hodiny			
Čas trvania		Cvičenia	Vedúci	Prostriedky	Témy na spracovanie
8:30 – 8:45	15 min.	Metodické otázky - odpovede		Pri jednotlivých hrách. Vid'. trénerská príručka	<ul style="list-style-type: none"> • Reflexia na individuálny vzdelávací a rozvojový proces. • Podávanie spätnej väzby
8:45 – 8:50	5 min.	Energetizačná hra			
8:50 – 9:10	20 min.	Vyplnenie dotazníkov			
9:10 – 10:00	50 min.	Porozprávanie o realizovaní sa vytýčených individuálnych rozvojových cieľov v maloskupine.			
10:00 – 10:15	15 min.	PRESTÁVKA			
10:15 – 10:20	5 min.	Energetizačná hra			
10:20 – 11:30	70 min.	Napísanie osobných, individuálnych spätných väzieb pre každého, prečítanie spätných väzieb.			
11:30 – 12:00	30 min.	Odovzdanie „diplomov“, spoločná rozlúčková rituála, spravenie si spoločnej fotografie			