

Young Migrant Integration Leaders [EXEMPLAR]
IO1 – Program nauczania dla prowadzących integrację
Plan zajęć
Moduł 4: Dbanie o siebie
Rozdział 1: Granica między postawą a zachowaniem

<i>Opis zajęć szkoleniowych</i>	<i>Czas trwania</i>	<i>Zasoby/ potrzebne materiały</i>	<i>Ocena/Ewaluacja</i>
<p><u>Rozpoczęcie warsztatów:</u></p> <p>Prowadzący wita uczestników i przedstawia im harmonogram dnia. Warsztaty rozpoczynają się przełamania pierwszych lodów.</p>	5 minut	Pomieszczenie szkoleniowe	Uczestnicy zaangażują się we wszystkie ćwiczenia grupowe.
<p><u>Ćwiczenie 1: ‘Zabawne pytania’</u></p> <p>Prowadzący angażuje wszystkich uczestników w to krótkie ćwiczenie integrujące - zabawne pytania.</p> <p>Prowadzący będzie chodził po pokoju i zadawał każdej osobie zabawne pytania, takie jak: "Gdybyś był kolorem,</p>	20 minut	Pomieszczenie szkoleniowe	Uczestnicy zaangażują się we wszystkie ćwiczenia grupowe.

<p>którym byś był? Albo jakie zwierzę zabrałbyś ze sobą w podróż dookoła świata? Itp.</p> <p>Do tego ćwiczenia nie są potrzebne żadne materiały.</p> <p>Upewnij się, że zadałeś przynajmniej jedno pytanie każdej osobie z grupy.</p> <p>Możesz również poprosić uczestników, aby zadawali Tobie lub innym uczestnikom zabawne pytania. Jest to łatwy i zabawny lodołamacz, który nie wymaga żadnego przygotowania i pozwala ludziom czuć się bardziej zrelaksowanym i komfortowo w towarzystwie reszty grupy.</p>			
<p>Ćwiczenie 2: ‘Szlanka do połowy pełna, czy do połowy pusta?’</p> <p>Celem tego ćwiczenia jest nauczenie uczestników, jak mogą zredukować stres w nowej sytuacji.</p> <p>Wprowadzenie:</p> <p>Instruktor zapoznaje grupę z kilkoma łatwymi i szybkimi technikami odstresowania - takimi jak metoda oddychania, liczenia i tak dalej.</p>	<p>40 minut</p>	<p>pomieszczenie szkoleniowe ze sprzętem informatycznym dla wszystkich uczestników;</p> <p>Flipchart I markery;</p> <p>Lista obecności;</p> <p>Długopisy i kartki do notowania dla każdego uczestnika</p>	<p>Uczestnicy zaangażują się we wszystkie ćwiczenia grupowe.</p>

<p>Pyta uczestników o ich metody walki ze stresem i zapisuje je na flipcharcie, dodając ich trochę więcej, jeśli jest to konieczne.</p> <p>Następnie prowadzący opowie o znaczeniu pozytywnego nastawienia w nowej sytuacji i poprosi uczestników o odegranie jednej z sytuacji z poniższej listy. Jedna osoba w parze musi mieć pozytywne nastawienie, druga - negatywne. Następnie tę samą sytuację zagrają z innymi wariantami postawy (pierwsza osoba z postawą negatywną, a druga z pozytywną)</p> <p>Po zakończeniu tej części ćwiczenia prowadzący opowie o znaczeniu naszej postawy, sile dobrego nastawienia i o tym, jak nasza postawa wpływa na innych.</p> <ul style="list-style-type: none">• - Przy ładzie zdałeś sobie sprawę, że nie masz wystarczająco dużo pieniędzy, aby kupić wszystkie wybrane przez siebie przedmioty.• - Pomyliłeś nieznanego z przyjacielem i poklepałeś go po plecach na ulicy.• - Ugryzł Cię pies, który nie był na smyczy.			
---	--	--	--

<ul style="list-style-type: none"> - Pieszy, który patrzył w swój telefon, wpadł na ciebie. 			
<p>Ćwiczenie 3: ‘Złe zachowania’</p> <p>Każdy uczestnik poda kilka przykładów normalnych i złych zachowań w swojej kulturze, nie wyjaśniając, które z nich jest uważane za normalne, a które za nietaktowne w swojej kulturze.</p> <p>Reszta grupy spróbuje odgadnąć, który z nich jest który. Istotą jest dostrzeżenie różnic pomiędzy tym, co jest uważane za dobre zachowanie w innych kulturach, a znaczeniem poznania kultury w kraju, w którym chcemy żyć.</p> <p>Nie ma materiałów potrzebnych do wykonania tej czynności.</p>	25 minut	Pomieszczenie szkoleniowe	Uczestnicy zaangażują się we wszystkie ćwiczenia grupowe.

<p>Ćwiczenie 4: 'Zrób rozeznanie'.</p> <p>Uczestnicy proszeni są o korzystanie z Internetu jako narzędzia umożliwiającego poznanie kultury kraju goszczącego. Poproś ich, aby wymienili kilka interesujących faktów na temat tego kraju, kilka "zasad", jeśli chodzi o:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <u>Ubieranie się,</u> - <u>Kontakt z innymi ludźmi</u> - <u>Zachowanie się w miejscu publicznym</u> - <u>Bycie uprzejmym</u> - <u>Bycie oficjalnym itd.</u> <p>Po zakończeniu zajęć prowadzący omówi znaczenie wiedzy na temat kraju goszczącego i jego zwyczajów. Im więcej wiesz przed przeprowadzką w nowe miejsce - tym lepszy będzie Twój start.</p>	<p>30 minut</p>	<p>Komputer lub laptop dla każdego uczestnika (ewentualnie jeden sprzęt na 2/3 osoby)</p>	<p>Uczestnicy zaangażują się we wszystkie ćwiczenia grupowe.</p>
<p>Przerwa na kawę</p>	<p>15 minut</p>	<p>Woda, kawa, herbata, ciastka</p>	

IO1 – Integration Leaders Curriculum
Lesson Plan M4. Unit 4.1. The boundary between attitudes and behavior



Łączny czas trwania modułu	2 godziny
-----------------------------------	------------------