



Fundusze Europejskie
Wiedza Edukacja Rozwój

Unia Europejska
Europejski Fundusz Społeczny



KARTA PRACY NR 7

DO MODUŁ NR 6, warsztat dla rodziny – od marzenia do celu

2. Przeprowadź ćwiczenie „mapa marzeń” którego celem jest wizualizacja marzeń każdej z przybyłych par. Ćwiczenie wykonuje się dwójkami (mama+ tata). Należy wycinać z kolorowych czasopism obiekty, które są marzeniem każdego z nich lub je w jakiś sposób symbolizują i przyklejać na kartkę, można również marzenia rysować pisakami. Ilość i forma wykonania są ograniczone tylko wyobraźnią uczestników. Pary uczestników mogą wymieniać się czasopismami. Czas trwania ćwiczenia to 40 minut- poinformuj o tym uczestników. Przypomnij o upływie czasu 10 min przed końcem ćwiczenia. **(45 minut)**

3. Wyjaśnij uczestnikom dlaczego wykonywali wcześniejsze ćwiczenie i jak ważne jest racjonalne planowanie, żeby spełnić ich marzenia. **(5 minut)**

PRZERWA **10** minut

4. Podczas trwania przerwy dla uczestników uruchom prezentacje na rzutniku multimedialnym i rozłóż plansze z tabelami celów i długopisy. Posprzątaj niepotrzebne materiały plastyczne i czasopisma. Mapy Marzeń pozostają na stoliku.

Wyświetl uczestnikom prezentacje multimedialną z omówieniem każdego z elementów metody SMART własnymi słowami.

S- sprecyzowany (konkretne ujęcie tego co zamierzamy osiągnąć)

M- mierzalny (możliwość sprawdzania postępów w realizacji celu a także jasny przekaz podczas jego zrealizowania)

5. A- atrakcyjny (cel powinien być wyzwaniem ale także powinien być źródłem motywacji, uczestnik powinien wiedzieć dlaczego chce coś zrealizować w swoim życiu)

R- realny (możliwy do osiągnięcia dla osoby planującej)

T- określony terminem (czyli kiedy chce cieszyć się jego realizacją)

Zapytaj czy wszystko wydaje się uczestnikom jasne, odpowiedz na pytania **(20 minut)**

Wykonaj ćwiczenie planszy Tabeli Celów. Poproś uczestników aby w parach, na podstawie Mapy Marzeń, uszeregowali swoje marzenia w cele wg kryterium dziedziny i czasu.

Czas trwania ćwiczenia to 20 minut- poinformuj ich o tym i monitoruj czas.

6. Podsumuj ćwiczenie, poproś dwie pary, aby opowiedziały o swojej tabeli celów. Zapytaj o to czy było to łatwe zadanie, jak się podczas wykonywania czuli, jak przebiegała praca w grupie. Zapytaj również jaki mają pomysł/ plan na realizację dowolnie wybranego celu. **(35 minut)**

7. Podsumuj warsztat, opowiedz za pomocą metody SMART jak z marzenia stworzyć cel. **(5 minut)**

8. Wręcz ankietę z informacją zwrotną odnośnie warsztatu. (do pobrania z materiałami ze strony internetowej) Czas na wypełnienie ankiety to maksymalnie 5 minut. Zbierz ankiety. **(5 minut)**

9. Podziękuj za aktywność uczestnikom. Jeśli planujesz warsztat trzeci z serii warsztatów dla rodziny, umów się wstępnie na następny termin z rodzicami. (Poproś o włożenie materiałów do teczki ze swoim nazwiskiem- jeśli jest to drugi z cyklu warsztatów). Mapy Marzeń uczestnicy zabierają do domu. Pożegnaj się. **(5 minut)**

10. Po wyjściu rodziców zbierz pozostawione materiały, teczki itp.