COMPUTATIONAL SENIORS

Co-funded by the European Union

CC BY NC SA

ZESTAW ĆWICZEŃ KREATYWNYCH UNPLUGGED

Równowaga między nauką a pracą

W tej aktywności typu *unplugged* uczestnicy wcielają się w role osób próbujących pogodzić studia niestacjonarne z pracą na pół etatu. Mimo szczerych chęci, regularnie miewają zaległości, spóźniają się na umówione spotkania lub mają trudności z dotrzymywaniem terminów.

Uczestnicy otrzymują zestawy tygodniowych grafików, które obejmują zmiany w pracy, zajęcia na uczelni, czas na naukę oraz obowiązki osobiste. Ich zadaniem jest przeanalizowanie tych harmonogramów, wskazanie konfliktów czasowych oraz mało efektywnych rozwiązań, a następnie zaprojektowanie bardziej realistycznego i zrównoważonego planu. Ma on pomóc w lepszym zarządzaniu czasem i ograniczyć liczbę niedotrzymanych terminów.

Projekt ten został współfinansowany ze środków programu ERASMUS+ Komisji Europejskiej. Niniejsza publikacja odzwierciedla jedynie stanowisko jej autorów, a Komisja Europejska oraz SEPIE nie ponoszą odpowiedzialności za jakiekolwiek wykorzystanie informacji w niej zawartych.

Zakres tematyczny

Zarządzanie czasem i godzenie ze sobą wielu obowiązków.

Czas trwania

60 min

Poziom

Średniozaawansowany

Wykorzystane elementy myślenia komputacyjnego

- ☐ Dekompozycja
- ☐ Rozpoznawanie wzorców
- ☑ Abstrahowanie
- ☑ Myślenie algorytmiczne

Podejście metodologiczne

- ☑ Gamifikacja
- ☐ Nauczanie oparte na wyzwaniach
- ☐ Uczenie się we współpracy
- ☑ Uczenie się przez doświadczenie

Grupa docelowa

- ☐ Nisko wykwalifikowane osoby dorosłe o niskich kompetencjach cyfrowych
- ☑ Nisko wykwalifikowane osoby dorosłe z ograniczonym formalnym wykształceniem lub kwalifikacjami
- ☑ Nisko wykwalifikowane osoby dorosłe o niskim poziomie uczestnictwa w uczeniu się przez całe życie

Cele kształcenia

Analizowanie złożonego grafiku z wieloma nakładającymi się ograniczeniami i obowiązkami.

Stosowanie dekompozycji w celu rozbicia wielu zobowiązań na łatwiejsze do opanowania bloki czasowe lub elementy.

Identyfikowanie wzorców przeciążenia oraz powtarzających się konfliktów w systemach z ograniczeniami.

Stosowanie abstrakcji w celu skupienia się na kluczowych ograniczeniach, takich jak czas, priorytet i obciążenie pracą

Opracowywanie realistycznej i zrównoważonej strategii zarządzania zasobami.

Obszar kompetencji

a) Kompetencje innowacyjne

- ☐ Kreatywność
- ☑ Myslenie krytyczne
- ☑ Rozwiązywanie problemów
- ☐ Komunikacja
- ☐ Praca zespołowa

b) Kompetencje w zakresie umiejętności informacyjnych

- ☑ Zdolność do uzyskiwania dostępu do informacji, ich rozumienia oraz krytycznej analizy
- ☐ Interpretacja treści cyfrowych i wizualnych
- ☐ Świadomość wpływu mediów i stronniczości przekazu biases

c) Kompetencje życiowe I zawodowe

- ☐ Elastyczność i możliwości adaptacji
- ☑ Inicjatywa i autonomia

- ☐ Umiejętności społeczne i kompetencje międzykulturowe
- ☑ Produktywność
- ☐ Przywództwo i odpowiedzialność

Efekty uczenia się

Porządkowanie i interpretowanie złożonego grafiku tygodniowego z wieloma zobowiązaniami.

Identyfikowanie konfliktów czasowych oraz powtarzających się wzorców przeciążenia.

Stosowanie dekompozycji w celu rozbicia obowiązków na łatwiejsze do opanowania bloki czasowe.

Wykorzystywanie abstrakcji w celu skupienia się na priorytetach, terminach i ograniczeniach.

Projektowanie bardziej zrównoważonego i realistycznego planu tygodniowego.

Uwagi

Wykorzystaj realistyczne grafiki tygodniowe, które odzwierciedlają powszechne doświadczenia dorosłych (praca na pół etatu, zajęcia, dojazdy, czas na naukę, odpoczynek).

Upewnij się, że początkowy harmonogram jest celowo przeładowany, aby konflikty były wyraźne i znaczące.

Uwzględnij zarówno oczywiste, jak i subtelne konflikty (np. zbyt krótkie przerwy na przesiadkę między pracą a nauką, niewystarczającą ilość czasu na odpoczynek).

Zachęć uczestników do jasnego określenia priorytetów (co jest nienegocjowalne, a co elastyczne).

Unikaj jednego „idealnego rozwiązania” – wiele zrównoważonych grafików może być poprawnych w zależności od przyjętych priorytetów.

	Skłoń uczestników do uzasadnienia kompromisów (np. skrócenie czasu na naukę kontra ochrona czasu na odpoczynek lub godzin pracy).

Co-funded by the European Union

Równowaga między nauką a pracą

Krok 1: Odwzorowanie tygodniowej rzeczywistości

Uczestnicy otrzymują fikcyjny grafik tygodniowy, który obejmuje harmonogram pracy na pół etatu, zajęcia na uczelni, sesje nauki, czas na dojazdy oraz obowiązki osobiste. Plan jest celowo przeładowany i zawiera niedotrzymane terminy lub nakładające się na siebie aktywności jako część scenariusza.

Prace rozpoczynają się od przeniesienia wszystkich aktywności do przejrzystego formatu wizualnego lub strukturalnego (np. planu zajęć lub listy), określając, kiedy przypada każde zobowiązanie i ile czasu wymaga.

Główny aspekt myślenia komputacyjnego: Dekompozycja, czyli rozbicie tygodnia na pojedyncze zadania, bloki czasowe i ograniczenia.

Krok 2: Identyfikowanie punktów zapalnych w grafiku i powtarzających się wzorców

Uczestnicy analizują harmonogram, aby wykryć konflikty, takie jak nakładające się zobowiązania, zbyt mała ilość czasu na naukę, brak odpoczynku lub nierealistyczne czasy na przesiadki i przejścia między aktywnościami.

Szukają również powtarzających się wzorców, takich jak stale przeładowane dni czy powracające sytuacje z niedotrzymywaniem terminów, a następnie określają, które problemy są najbardziej kluczowe do rozwiązania w pierwszej kolejności.

Główny aspekt myślenia komputacyjnego: Rozpoznawanie wzorców, czyli identyfikowanie powtarzających się problemów w grafiku oraz wąskich gardeł w zarządzaniu czasem.

Krok 3: Projektowanie na nowo zrównoważonego grafiku

Uczestnicy projektują na nowo plan tygodniowy, aby ograniczyć konflikty i zapewnić lepszą równowagę między pracą, nauką a czasem wolnym. Muszą pójść na ustępstwa i kompromisy, dając priorytet określonym zobowiązaniom przy jednoczesnym zadbaniu o to, by terminy były dotrzymywane w bardziej niezawodny sposób.

	Każdy uczestnik lub grupa prezentuje i uzasadnia swój finalny harmonogram, wyjaśniając tok rozumowania stojący za podjętymi decyzjami oraz sposób, w jaki poradzili sobie z głównymi konfliktami. *Główny element myślenia komputacyjnego:* Abstrahowanie, czyli skupienie się na kluczowych ograniczeniach, takich jak czas, priorytety i obciążenie pracą, przy jednoczesnym zignorowaniu mniej istotnych szczegółów w celu zbudowania skutecznego rozwiązania