Co-funded by the European Union

Šis projektas bendrai finansuotas Europos Komisijos programos „ERASMUS+“ lėšomis. Šiame leidinyje pateikiama tik autorių nuomonė. Nei Europos Komisija, nei SEPIE negali būti laikomos atsakingomis už šiame leidinyje pateiktos informacijos naudojimą.

Tema

Gyvenimo ir karjeros kompetencijos

Trukmė

60–70 minučių

Lygis

Pradedančiųjų

Taikomi informatinio mąstymo principai

☑ Dekompozicija
☑ Šablonų atpažinimas
☑ Abstrakcija
☐ Algoritminis mąstymas

MOKYMOSI VEIKLŲ BE KOMPIUTERIO RINKINYS

„Ką turėčiau daryti?“ – sveikatos sprendimai balsuojant

Šioje veikloje dalyviai balsuodami sprendžia, kaip elgtis kasdienėse sveikatos situacijose. Jie išklauso skirtingus pasiūlymus, renkasi tai, kas, jų manymu, geriausia, ir aptaria savo sprendimus. Dalyviai apmąsto, kas jiems svarbu sveikatos srityje, ir mokosi vieni iš kitų patirties. Galiausiai jie labiau pasitiki savimi priimdami paprastus su sveikata susijusius sprendimus.

Tikslinė grupė:

☑ Žemos kvalifikacijos suaugusieji, kurių skaitmeninės kompetencijos menkos
☑ Žemos kvalifikacijos suaugusieji, kurie yra įgiję ribotą formalųjį išsilavinimą ar kvalifikaciją
☑ Žemos kvalifikacijos suaugusieji, retai dalyvaujantys mokymosi visą gyvenimą veiklose ar mokymuose

Mokymosi tikslai

Šios veiklos metu suaugusieji besimokantieji ugdys gebėjimus:

- suskaidyti paprastą sveikatos situaciją į aiškius ir suvaldomus žingsnius;
- atpažinti įprastus veiksmus ir pasikartojančius dėsningumus kasdienėse sveikatos situacijose;
- nustatyti esminę informaciją, reikalingą saugiam ir pagrįstam sprendimui priimti;
- pasirinkti, paaiškinti ir pagrįsti tinkamus veiksmus paprastuose sveikatos scenarijuose.

Kompetencijų sritys:

a) Inovacijų kompetencijos

☐ Kūrybiškumas
☑ Kritinis mąstymas
☐ Problemų sprendimas
☑ Bendravimas
☑ Bendradarbiavimas

Metodas

☑ Žaidybinimas
☐ Mokymasis sprendžiant iššūkius
☑ Bendradarbiavimu grįstas mokymasis
☐ Patirtinis mokymasis

b) Informacinio raštingumo kompetencijos

- ☑ Gebėjimas rasti, suprasti ir kritiškai analizuoti informaciją
- ☐ Skaitmeninio ir vaizdinio turinio interpretavimas
- ☐ Žiniasklaidos įtakos ir šališkumo suvokimas

c) Gyvenimo ir karjeros kompetencijos

- ☑ Lankstumas ir gebėjimas prisitaikyti
- ☑ Iniciatyvumas ir savarankiškumas
- ☐ Socialumas ir tarpkultūrinė kompetencija
- ☐ Produktyvumas
- ☐ Lyderystė ir atsakomybė

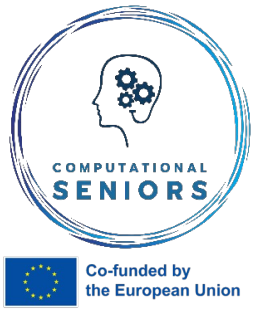
Mokymosi rezultatai

Atlikę veiklą suaugusieji besimokantieji geba:

- suskaidyti pažįstamą sveikatos situaciją į aiškius ir suvaldomus žingsnius;
- nustatyti įprastus veiksmus ir pasikartojančius dėsningumus kasdienėse sveikatos situacijose;
- atskirti esminę informaciją nuo mažiau svarbių detalių;
- pasirinkti tinkamą ir saugų veiksmų būdą paprastame sveikatos scenarijuje.

Fasilitatoriaus užrašai

- Naudokite paprastus, realistiškus ir pažįstamus sveikatos scenarijus, aktualius dalyvių kasdieniam gyvenimui.
- Venkite scenarijų, kuriuose dalyviams reikėtų diagnozuoti ligas ar rekomenduoti gydymą.
- Kad dalyviai aktyviau įsitrauktų, taikykite įvairius balsavimo būdus: rankų kėlimą, perėjimą į skirtingas patalpos vietas ar korteles su gestų simboliais.
- Skatinkite dalyvius aptarti ir paaiškinti savo pasirinkimus, tačiau neverskite jų kalbėti ar atskleisti asmeninės informacijos apie sveikatą.
- Naudokite aiškią, suprantamą kalbą ir prireikus paaiškinkite nepažįstamus sveikatos terminus.
- Visos veiklos metu palaikykite saugią, pagarbią ir nevertinančią mokymosi aplinką.



„Ką turėčiau daryti?“ – sveikatos sprendimai balsuojant

1 žingsnis. Dekompozicija

Fasilitatorius pateikia paprastą ir pažįstamą su sveikata susijusią situaciją, pavyzdžiui: „Jaučiatės blogai“, „Pamiršote išgerti paskirtus vaistus“, „Jums skauda galvą“, „Jums svaigsta galva“.

Dalyvių prašoma:

- apibūdinti, kas vyksta;
- nustatyti pagrindinę problemą;
- suskaidyti situaciją;
- paaiškinti, kas turėtų įvykti pirmiausia, toliau ir vėliau;
- nustatyti, kokios informacijos reikia prieš nusprendžiant, ką daryti.

Fasilitatoriaus pagalba

- Fasilitatorius gali klausti: „Ką žmonės paprastai daro tokioje situacijoje?“, „Ką darytumėte pirmiausia?“, „Kokios informacijos jums reikėtų?“
- Pabrėžkite panašumus.
- Skatinkite diskusiją.

Šis žingsnis padeda dalyviams aiškiai ir nuosekliai suprasti kasdienes su sveikata susijusias situacijas.

2 žingsnis. Šablonų atpažinimas

Fasilitatorius pateikia kelias panašias sveikatos situacijas ir galimus atsakus.

Dalyvių prašoma:

- nustatyti įprastus veiksmus, pavyzdžiui:
  - ✔ prašyti pagalbos;
  - ✔ ilsėtis;
  - ✔ vartoti vaistus;
- atpažinti, ką žmonės paprastai daro tokiose situacijose.

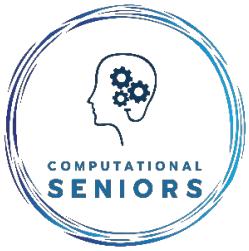
Fasilitatoriaus pagalba:

- Fasilitatorius gali klausti: „Ką žmonės dažniausiai daro tokio tipo situacijoje?“, „Koks veiksmas galėtų padėti?“, „Koks veiksmas galėtų būti nesaugus?“

- Pabrėžkite panašumus ir pasikartojančius dėsningumus, primindami dalyviams, kad panašūs simptomai gali turėti skirtingas priežastis ir neturėtų automatiškai lemti to paties atsako.
- Skatinkite diskusiją.

Šis žingsnis padeda suaugusiesiems besimokantiesiems atpažinti įprastus dėsningumus kasdienėse sveikatos situacijose ir nustatyti veiksmus, padedančius priimti saugius sprendimus.

3 žingsnis. Abstrakcija





Suaugusieji besimokantieji nustato informaciją ir veiksmus, svarbiausius saugiam sprendimui priimti.

Jų prašoma:

- nustatyti pagrindinę su sveikata susijusią problemą;
- sutelkti dėmesį į svarbią informaciją, pavyzdžiui, simptomų sunkumą ir trukmę;
- apsvarstyti, ar žmogus turi sveikatos sutrikimų ir ar jam pateikta gydymo nurodymų;
- atskirti esminę informaciją nuo mažiau svarbių detalių.

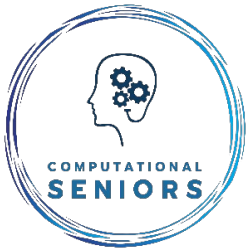
Fasilitatoriaus pagalba

- Fasilitatorius gali klausti: „Kokia informacija čia svarbiausia?“, „Kiek rimta atrodo situacija?“, „Kiek laiko žmogus taip jaučiasi?“, „Ar situacija blogėja?“, „Ar žmogui reikia profesionalios pagalbos?“
- Akcentuokite paprastus sprendimus.
- Padėkite suaugusiesiems besimokantiesiems sutelkti dėmesį į sveikatą ir saugumą, o ne daryti prielaidas ar bandyti diagnozuoti būklę.

Šis žingsnis padeda suaugusiesiems besimokantiesiems supaprastinti sveikatos situacijas, nustatyti svarbiausią informaciją ir priimti saugesnius sprendimus.

Žaidybinimo elementas (balsavimo veikla)

Fasilitatorius perskaito situaciją, pavyzdžiui: „80 metų žmogui kelias valandas skauda galvą. Ką jam reikėtų daryti?“



Tada fasilitatorius pateikia 2–3 galimus veiksmus,

pavyzdžiui:

- „Pailsėti namuose“;
- „Paskambinti gydytojui“;
- „Ignoruoti problemą“.

Suaugusieji besimokantieji balsuoja:

- keldami rankas;
- pereidami į skirtingas patalpos vietas;
- naudodami paprastus gestus, pavyzdžiui, rodydami nykštį aukštyn, į šoną ar žemyn.

Po balsavimo:

- Suaugusieji besimokantieji paaiškina savo pasirinkimus.
- Grupė aptaria, kuris variantas yra geriausias ir kodėl.

Fasilitatorius paaiškina, kad veiklos tikslas – mokytis atpažinti svarbią informaciją ir pasirinkti saugius veiksmus, o ne diagnozuoti ligas. Aptariant vaistų vartojimą, dalyviai turėtų laikytis gydymo nurodymų arba kreiptis patarimo į vaistininką ar gydytoją, o ne savarankiškai keisti vaistų vartojimą.