

Sylabus

Tytuł kursu:

Realizowanie hobby i pasji z wykorzystaniem ICT

Sposób realizacji:

stacjonarna forma nauczania (kursy), forma łączona (blended learning), forma on-line

Informacje kontaktowe:

Za kurs odpowiada SSF. W przypadku pytań, potrzeby uzyskania dodatkowych informacji lub chęci przekazania swoich opinii prosimy o kontakt za pośrednictwem poczty elektronicznej na adres e-mail: proyectos@ssf.org.es.

Warunki wstępne/wymagania:

Kurs jest szczególnie odpowiedni dla początkujących, którzy chcą odkryć znaczenie hobby i pasji dla zdrowia psychicznego i fizycznego ludzi. W tej pierwszej sesji Ten kurs wprowadzający nie wymaga korzystania z urządzeń ICT. Podstawowe kroki można zdefiniować w następujący sposób:

- podstawowa znajomość obsługi smartfona (dla etapu samooceny),
- podstawowa znajomość obsługi klawiatury i myszy komputerowej, Windows
- podstawowa znajomość Google, Power Point, Youtube
- chęć komunikowania się z nieznanymi i bycia osobą aktywną.

Czas trwania kursu:

łącznie 6 godzin zegarowych (720 minut).

Opis kursu:

Kurs ten służy do podstawowego teoretycznego podejścia do znaczenia hobby i pasji dla zdrowia psychicznego i fizycznego ludzi. Wprowadzi również związek między hobby, pasjami i ICT. W oparciu o treść teoretyczną uczestnicy kursu przystąpią do praktycznego działania w celu dokonania samooceny.

Po lekcji wprowadzającej kurs ma na celu pomóc uczestnikom odkryć, jakie hobby i pasje mogą pasować do ich zainteresowań i osobowości. Sesja nastawiona jest na samopoznanie i refleksję nad tym, co każdy z uczestników lubi robić, a także na odkrywaniu dla nich nieznanych hobby i pasji. Jest to sesja praktyczna, nastawiona na pracę indywidualną i grupową, bez treści teoretycznych. Uczestnicy będą używać technologii informacyjno-komunikacyjnych do odkrywania hobby i wyrażania swoich pomysłów.

Kurs zapewni również umiejętności wyszukiwania zasobów do ich praktycznego wykorzystania z użyciem ICT. W dzisiejszych czasach Internet i ICT dają nam wiele możliwości rozwoju naszych umiejętności, a także uczenia się nowych rzeczy. Z jednej strony możemy używać różnych programów do rozwijania umiejętności i hobby (malarstwo cyfrowe, tworzenie muzyki, fotografia, gry wideo itp.). Z drugiej strony możemy znaleźć wiele samouczków i zajęć, zarówno darmowych, jak i płatnych, aby nauczyć się nowych rzeczy. Uczestnicy poznają wszystkie możliwości, jakie można znaleźć w tym sensie, a także zostaną zachęceni do aktywności i skorzystania ze wszystkich opcji, zgodnie z ich hobby i pasjami.

Cele kursu

- nauczyć co to jest hobby i pasja
- nauczyć zrozumienia korzyści płynących z posiadania hobby i pasji dla zdrowia psychicznego i fizycznego
- nauczyć relacji między hobby, pasją a ICT
- nauczyć sposobów samooceny związanej z hobby i pasjami
- nauczyć, które hobby i pasje mogą pasować do zainteresowań i pomysłów uczestników
- nauczyć jak można wykorzystać różne źródła ICT do realizowania hobby w praktyce
- nauczyć o stronach internetowych, oprogramowaniu, aplikacja, które można wykorzystać do poszukiwania interesujących uczestników tematów
- nauczyć jak stworzyć kanał youtube z listą
- nauczyć jak używać Google Maps
- nauczyć jak używać Power Point.

Efekty nauczania

Uczestnik kursu będzie:

- mógł opisać jakie są hobby i pasje
- mógł opisać korzyści dla zdrowia psychicznego i fizycznego płynące z posiadania hobby i pasji
- rozumiał relacje między hobby, pasją a ICT oraz będzie wiedział jak może wykorzystać ICT do realizowania swoich pasji
- umiał przeprowadzić samoocenę i opisać własne zainteresowania, hobby i pasje
- umiał przeanalizować i porównać wyniki testu z jego własnymi pomysłami
- umiał wykorzystać smartfon do testów
- umiał wykorzystać smartfon do interaktywne narzędzia, jak Jamboard
- wiedział, jak rozpoznać, które źródła ICT będą najbardziej właściwe dla ich hobby i pasji
- umiał wykorzystać wyszukiwarki internetowe do poszukiwania odpowiednich informacji
- wiedział, jak wykorzystać Youtube to poszukiwania tutoriali i właściwych informacji, odpowiednich to jego hobby i pasji
- umiał używać Google Maps
- umiał używać Power Point do prezentowania jego pomysłów.

Tekst, materiały i zasoby:

Każdy uczeń będzie musiał mieć dostęp do komputera/laptopa/notebooka. Możliwe jest również korzystanie z tabletu lub smartfona. Na urządzeniu wymagana jest przeglądarka internetowa (Internet Explorer, Mozilla Firefox, Google Chrome). Urządzenie musi być podłączone do Internetu, a jego prędkość musi być wystarczająca do normalnego przeglądania. Zaleca się używanie klawiatury i myszy

Linki WWW, które są związane z tematyką kursu i z którymi warto się zapoznać:

Punkt wyjścia do zrozumienia fizycznych i psychologicznych korzyści hobby

<https://www.psychreg.org/hobby-mental-health/>

<https://connecthealth.org.au/enews/pursuing-a-hobby-can-improve-your-mental-health/>

Jak zainstalować przeglądarkę [online]

<https://www.i60.cz/clanek/detail/17360/internet-a-vy-18-dil-jak-nainstalovat-internetovy-prohlizec-a-jak-pouzivat-klavesove-zkratky>

Jak szukać w Internecie [online]

<https://www.jaknainternet.cz/page/1198/jak-hledat-na-internetu/>

Jak używać map w Internecie [online]

<https://www.jaknainternet.cz/page/1238/jak-pouzivat-mapy-na-internetu/>

Power Point pomysły I przykłady [online]

<https://www.briantracy.com/blog/business-success/16-powerpoint-presentation-tips-examples/>

5 kreatywnych hobby, których możesz nauczyć się z domu [online]

<https://www.youtube.com/watch?v=t8S9fsmlFcc>

Zasady klasyfikacji

Aby pomyślnie ukończyć kurs, konieczne jest uczestnictwo w całym kursie i pomyślne zaliczenie wszystkich testów i quizów.

Harmonogram kursu

- Wprowadzenie do hobby i pasji
/120 minutes/
- Odkrywanie swoich hobby i pasji
/120 minutes/
- Poszukiwanie zasobów do realizacji naszych hobby
/120 minutes/



Erasmus+

Współfinansowany
w ramach programu
Unii Europejskiej Erasmus+


is better life