

Numer projektu: 2021-1-IT03-KA220-YOU-000028810

| TYTUŁ  | GŁOWA\_WITAJ, PRZYSZŁA JA! |
| --- | --- |
| DATA I MIEJSCE |  |
| OSOBA PROWADZĄCA |  |
| WIEK I LICZBA UCZESTNIKÓW | Dziewczęta od 13 do 21 latLiczba dowolna |
| TEMAT | Pisanie listu do siebie z przyszłości. |
| CELE | * To ćwiczenie ma na celu rozwinięcie umiejętności wyobrażania sobie siebie w przyszłości;
* Uczy mówić o sobie ze szczerością;
* Uczy wyrażać życzenia i emocji;
* Uczy bycia zadowolonym i dumnym z siebie i tego co osiągnęli.
 |
| EFEKTY UCZENIA SIĘ | * Uczestnicy poznają siebie nieco lepiej;
* Zrozumieją, że ważne jest planowanie z wyprzedzeniem i wyznaczanie celów;
* Będą wiedzieć, jak korzystać z platformy "futureme".
 |

| MATERIAŁY, NARZĘDZIA I ZASOBY: | * Komputery lub telefony
* Białe arkusze papieru (A4)
* Długopisy lub ołówki
* Koperty
 |
| --- | --- |
| METODY: | * Praca indywidualna
* Praca w grupach
 |

| OPIS DZIAŁAŃ  |
| --- |
| WPROWADZENIE(czas trwania - 10min) | 1. Zajęcia wprowadzające rozpoczną się od wyjaśnienia przez prowadzącego głównego ćwiczenia, dlaczego jest ono ważne oraz, jeśli to możliwe, podania przykładu listu od osoby, która wykonywała podobne zajęcia. |
| DZIAŁANIE GŁÓWNE(czas trwania - 40min) | 2. Dziewczyny wybiorą, czy wolą napisać list cyfrowo, za pomocą telefonu lub komputera, czy wolą odręcznie. Grupa zostanie podzielona na podgrupy, « cyfrową » i « odręczną »3. Każda z dziewczyn będzie miała telefon/komputer albo kartkę papieru i długopis/ołówek, jak kto woli. Dziewczyny określą, kiedy chcą przeczytać list, może to być rok lub dłużej. Zaczną od zastanowienia się, co mogą napisać i zrobią szkic z głównymi myślami. 4. Dziewczyny zaczną pisać swoje listy, a osoba prowadząca będzie odpowiadała na pytania lub pomagała w razie potrzeby. Te, które zrobią to cyfrowo, skorzystają ze strony "<https://www.futureme.org/>", która jest wyspecjalizowana w tym rodzaju aktywności; pozwala ona zaprogramować odbiór listu drogą mailową.5. Kiedy wszyscy uczestnicy skończą pracę, wyślą sobie list e-mailem dzięki stronie internetowej, albo włożą list do koperty i dadzą komuś zaufanemu, aby ukrył go do czasu, aż zdecyduje się go przeczytać, albo po prostu zatrzymają go gdzieś w domu/pokoju i obiecają sobie, że nie będą go dotykać. To zależy od nich. |
| ZAKOŃCZENIE + OCENA(czas trwania - 15 min) | Podsumowanie ćwiczenia: Ponownie połącz wszystkie dziewczyny i zapytaj, co myślą o tym ćwiczeniu, a także, co napisały, przy czym nie chodzi o treść listu, ale ogólnie o czym chciałyby porozmawiać z przyszłą sobą. |