

# WP3 - Πρόγραμμα ενδοϋπηρεσιακής κατάρτισης

# Περιεχόμενο

Εισαγωγή	3
Δομή του προγράμματος κατάρτισης στην υπηρεσία	3
Πίνακας μαθησιακών αποτελεσμάτων	4
Ενότητα 01	6
Σχέδιο μαθήματος	7
Εργασίες αυτοκατευθυνόμενης μάθησης	16
Εργασία 1 (4 ώρες)	16
Εργασία 2 (4 ώρες)	18
Άνεξες	23
Παράρτημα I - Φύλλο αξιολόγησης μαθημάτων μικρο-μάθησης Μαθησιακή δραστηριότητα 2	23
Παράρτημα II - Προσδιορισμός τεχνικών μικρομάθησης Δραστηριότητα μάθησης 3	23
Παράρτημα III - Ερωτηματολόγιο αξιολόγησης της ενότητας 1	24
Ενότητα 02	25
Σχέδιο μαθήματος	26
Καθοδηγούμενες ασκήσεις	35
Εργασία 1: Ανάπτυξη ψηφιακού πόρου μικρομάθησης για νέους ενήλικες σε μικρές	35
Εργασίες αυτοκατευθυνόμενης μάθησης	36
Εργασία 2: Αξιολόγηση της αποτελεσματικότητας του ψηφιακού πόρου μικρομάθησης (4)	36
Εργασία 3: Σχεδιασμός μιας αποτελεσματικής ψηφιακής μικρο-μάθησης (4 ώρες)	37
Παραρτήματα	38
Παράρτημα I - Ερωτηματολόγιο αξιολόγησης της ενότητας 2	38
Ενότητα 03	39
Σχέδιο μαθήματος	40
Καθοδηγούμενες ασκήσεις	49
Εργασία 1: Προσωπικό ψηφιακό branding	49
Εργασίες αυτοκατευθυνόμενης μάθησης	51
Εργασία 2: Πλοήγηση στο ταξίδι της σταδιοδρομίας μου	51
Εργασία 3: Ανάπτυξη της στρατηγικής σας για τη δέσμευση στο διαδίκτυο	53
Παραρτήματα	55
Παράρτημα I - Ερωτηματολόγιο αξιολόγησης της ενότητας 3	55

# Εισαγωγή

Καλώς ήρθατε στο πρόγραμμα ενδοϋπηρεσιακής κατάρτισης που στοχεύει στην ενίσχυση των ικανοτήτων των εκπαιδευτών ενηλίκων στην αποτελεσματική εμπλοκή των νέων ενηλίκων μέσω τεχνικών μικρομάθησης και στην ανάπτυξη δεξιοτήτων διαχείρισης σταδιοδρομίας. Αυτό το ολοκληρωμένο πρόγραμμα έχει σχεδιαστεί για να εξοπλίσει τους συμμετέχοντες με τις γνώσεις, τις δεξιότητες και τα εργαλεία που είναι απαραίτητα για την προσαρμογή στο εξελισσόμενο τοπίο της εκπαίδευσης ενηλίκων.

## Ενότητα 1: Εισαγωγή στη θεωρία της μικρο-μάθησης

Στην Ενότητα 1, οι συμμετέχοντες θα ξεκινήσουν ένα ταξίδι στη σφαίρα της θεωρίας της μικρομάθησης. Μέσα από ένα μείγμα θεωρητικών γνώσεων και πρακτικών εφαρμογών, οι συμμετέχοντες θα διερευνήσουν πώς οι τεχνικές μικρομάθησης μπορούν να ενσωματωθούν αποτελεσματικά στην παροχή εκπαίδευσης ενηλίκων για τη βελτιστοποίηση των μαθησιακών αποτελεσμάτων για τους νέους ενήλικες.

## Ενότητα 2: Ανάπτυξη πόρων μικρο-μάθησης για νέους ενήλικες

Με βάση τις θεμελιώδεις γνώσεις της Ενότητας 1, η Ενότητα 2 δίνει στους συμμετέχοντες τη δυνατότητα να γίνουν δημιουργοί ελκυστικών πόρων μικρομάθησης προσαρμοσμένων στις ανάγκες των νέων ενηλίκων. Μέσα από πρακτικές δραστηριότητες και καθοδήγηση, οι συμμετέχοντες θα μάθουν να αναπτύσσουν ψηφιακό υλικό μικρομάθησης που μαγνητίζει και εμπνέει τους εκπαιδευόμενους στην ψηφιακή εποχή.

## Ενότητα 3: Εισαγωγή στις δεξιότητες διαχείρισης σταδιοδρομίας

Η ενότητα 3 εισάγει τους συμμετέχοντες στον κρίσιμο τομέα των δεξιοτήτων διαχείρισης σταδιοδρομίας. Με την εξοικείωση με το σκωτσέζικο πλαίσιο CMS και την κατανόηση των αναδυόμενων αναγκών μεταξύ των νέων ενηλίκων, οι συμμετέχοντες θα μάθουν πώς να υποστηρίζουν και να καθοδηγούν αποτελεσματικά τους εκπαιδευόμενους στις επαγγελματικές τους φιλοδοξίες. Επιπλέον, θα εξεταστούν καινοτόμες στρατηγικές για τη δέσμευση των νέων ενηλίκων μέσω διαδικτυακών και κοινωνικών καναλιών.

# Δομή του προγράμματος κατάρτισης στην υπηρεσία

Κάθε ενότητα περιλαμβάνει 6 ώρες διά ζώσης αλληλεπίδρασης που συμπληρώνονται από 8 ώρες δραστηριοτήτων αυτοκατευθυνόμενης μάθησης. Αυτή η μικτή προσέγγιση εξασφαλίζει την ισορροπία μεταξύ διαδραστικών μαθησιακών εμπειριών και την ευελιξία για την προσαρμογή σε διαφορετικά μαθησιακά στυλ και χρονοδιαγράμματα.

Καθώς οι συμμετέχοντες θα εξελίσσονται μέσα από αυτό το πρόγραμμα, όχι μόνο θα ενισχύσουν τις δικές τους επαγγελματικές ικανότητες αλλά και θα συμβάλουν στην ενδυνάμωση και την επιτυχία των νέων ενηλίκων που εξυπηρετούν. Μαζί, ας αγκαλιάσουμε αυτή την ευκαιρία για ανάπτυξη, συνεργασία και καινοτομία στην εκπαίδευση ενηλίκων.

# Πίνακας μαθησιακών αποτελεσμάτων

## Ενότητα 1: Εισαγωγή στη θεωρία της μικρομάθησης- εφαρμογή τεχνικών μικρομάθησης στην εκπαίδευση ενηλίκων

Γνώση	<ul style="list-style-type: none"><li>Κατανοήστε τις αρχές της θεωρίας της μικρομάθησης.</li><li>Προσδιορίστε τους διάφορους τύπους τεχνικών μικρομάθησης.</li><li>Ανάλυση περιπτώσιολογικών μελετών επιτυχούς εφαρμογής της μικρομάθησης στην εκπαίδευση ενηλίκων</li></ul>
Δεξιότητες	<ul style="list-style-type: none"><li>Εφαρμογή τεχνικών μικρομάθησης στην εκπαίδευση ενηλίκων.</li><li>Αξιολόγηση της αποτελεσματικότητας των τεχνικών μικρομάθησης στην εκπαίδευση ενηλίκων.</li><li>Σχεδιάστε αποτελεσματικές δραστηριότητες μικρομάθησης για ενήλικες εκπαιδευόμενους</li></ul>
Στάσεις	<ul style="list-style-type: none"><li>Εκτιμήστε την αξία της μικρομάθησης στην εκπαίδευση ενηλίκων.</li><li>Αναπτύξτε θετική στάση απέναντι στη μικρομάθηση.</li><li>Να είστε ανοιχτοί σε νέες ιδέες και προσεγγίσεις στην εκπαίδευση ενηλίκων</li></ul>

## Ενότητα 2: Υποστήριξη εκπαιδευτών ενηλίκων ώστε να αναπτύξουν τους δικούς τους ψηφιακούς πόρους μικρομάθησης για νέους ενήλικες.

Γνώση	<ul style="list-style-type: none"><li>Κατανοήστε τις αρχές της θεωρίας της μικρομάθησης και πώς αυτές εφαρμόζονται στους νεαρούς ενήλικες εκπαιδευόμενους.</li><li>Κατανοήστε τις αρχές της θεωρίας της μικρομάθησης και πώς αυτές εφαρμόζονται στους νεαρούς ενήλικες εκπαιδευόμενους.</li><li>Ανάλυση περιπτώσιολογικών μελετών επιτυχούς εφαρμογής ψηφιακών πόρων μικρομάθησης για νέους ενήλικες εκπαιδευόμενους</li></ul>
Δεξιότητες	<ul style="list-style-type: none"><li>Ανάπτυξη αποτελεσματικών ψηφιακών πόρων μικρομάθησης για νέους ενήλικες.</li><li>Αξιολόγηση της αποτελεσματικότητας των ψηφιακών πόρων μικρομάθησης για την υποστήριξη των νεαρών ενήλικων εκπαιδευομένων.</li><li>Σχεδιάστε αποτελεσματικές δραστηριότητες ψηφιακής μικρομάθησης για νεαρούς ενήλικες εκπαιδευόμενους</li></ul>
Στάσεις	<ul style="list-style-type: none"><li>Εκτιμήστε την αξία της μικρομάθησης για την υποστήριξη των νεαρών ενήλικων εκπαιδευομένων.</li><li>Ανάπτυξη θετικής στάσης απέναντι στη χρήση ψηφιακών πόρων μικρομάθησης.</li><li>Να είστε ανοιχτοί σε νέες ιδέες και προσεγγίσεις για την ανάπτυξη ψηφιακών πόρων μικρομάθησης</li></ul>

**Ενότητα 3: Εισαγωγή στις δεξιότητες διαχείρισης σταδιοδρομίας- εισαγωγή των εκπαιδευτών ενηλίκων στο Σκωτσέζικο πλαίσιο CMS, στις αναδυόμενες ανάγκες των νέων ενηλίκων σχετικά με τη διαχείριση της σταδιοδρομίας και στον τρόπο εμπλοκής αυτών των νέων ενηλίκων μέσω διαδικτυακών και κοινωνικών καναλιών.**

<p><b>Γνώση</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Να κατανοήσετε το σκωτσέζικο πλαίσιο CMS και τη σημασία του για τους νέους ενήλικες εκπαιδευόμενους.</li> <li>• Προσδιορισμός των αναδυόμενων αναγκών των νέων ενηλίκων σχετικά με τη διαχείριση της σταδιοδρομίας.</li> <li>• Ανάλυση περιπτώσιολογικών μελετών για την επιτυχή εφαρμογή διαδικτυακών στρατηγικών και στρατηγικών κοινωνικής δικτύωσης για την εμπλοκή νεαρών ενηλίκων εκπαιδευομένων σε δραστηριότητες διαχείρισης σταδιοδρομίας.</li> </ul>
<p><b>Δεξιότητες</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ανάπτυξη αποτελεσματικών διαδικτυακών στρατηγικών και στρατηγικών κοινωνικής δικτύωσης για τη συμμετοχή νέων ενηλίκων μαθητών σε δραστηριότητες διαχείρισης σταδιοδρομίας.</li> <li>• Αξιολόγηση της αποτελεσματικότητας των στρατηγικών των διαδικτυακών και κοινωνικών μέσων ενημέρωσης για την εμπλοκή των νέων ενηλίκων εκπαιδευομένων σε δραστηριότητες διαχείρισης της σταδιοδρομίας.</li> <li>• Σχεδιασμός αποτελεσματικών εκστρατειών στο διαδίκτυο και στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης για την εμπλοκή νέων ενηλίκων μαθητών σε δραστηριότητες διαχείρισης σταδιοδρομίας</li> </ul>
<p><b>Στάσεις</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Εκτιμούν τη σημασία των δεξιοτήτων διαχείρισης της σταδιοδρομίας για την υποστήριξη των νέων ενηλίκων μαθητών.</li> <li>• Ανάπτυξη θετικής στάσης απέναντι στη χρήση διαδικτυακών και κοινωνικών μέσων για δραστηριότητες διαχείρισης της σταδιοδρομίας.</li> <li>• Να είστε ανοιχτοί σε νέες ιδέες και προσεγγίσεις κατά την ανάπτυξη στρατηγικών για τα διαδικτυακά και κοινωνικά μέσα δικτύωσης για δραστηριότητες διαχείρισης σταδιοδρομίας.</li> </ul>

# Ενότητα

01

---

Εισαγωγή στη θεωρία της μικρο-  
μάθησης- εφαρμογή τεχνικών  
στην εκπαίδευση ενηλίκων

# Σχέδιο μαθήματος

## Εισαγωγή στη θεωρία της μικρομάθησης- εφαρμογή τεχνικών στην εκπαίδευση ενηλίκων.

Ομάδα-στόχος	Νέοι ενήλικες
Στόχος	<ul style="list-style-type: none"><li>• Να κατανοήσετε τη θεωρία και τις τεχνικές της μικρομάθησης.</li><li>• Εξερευνήστε επιτυχημένα παραδείγματα μικρομάθησης.</li><li>• Εξασκηθείτε στη δημιουργία ενός βίντεο μικρομάθησης κατάλληλου για ενήλικες εκπαιδευόμενους.</li><li>• Μάθετε πώς να αξιολογείτε τις δραστηριότητες μικρομάθησης και να τις αναπτύσετε ώστε να ανταποκρίνονται καλύτερα στις ανάγκες των ενηλίκων εκπαιδευόμενων.</li><li>• Αναπτύξτε μια εκτίμηση για τη δοκιμή νέων μαθησιακών προσεγγίσεων και τεχνικών.</li></ul>
Μαθησιακά αποτελέσματα	<p><b>Γνώση:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Κατανοήστε τις αρχές της θεωρίας της μικρομάθησης.</li><li>• Προσδιορίστε τους διάφορους τύπους τεχνικών μικρομάθησης.</li><li>• Ανάλυση περιπτώσιολογικών μελετών επιτυχούς εφαρμογής της μικρομάθησης στην εκπαίδευση ενηλίκων.</li></ul> <p><b>Δεξιότητες:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Εφαρμογή τεχνικών μικρομάθησης στην εκπαίδευση ενηλίκων.</li><li>• Αξιολόγηση της αποτελεσματικότητας των τεχνικών μικρομάθησης στην εκπαίδευση ενηλίκων.</li><li>• Σχεδιάστε αποτελεσματικές δραστηριότητες μικρομάθησης για ενήλικες εκπαιδευόμενους.</li></ul> <p><b>Στάσεις:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Εκτιμήστε την αξία της μικρομάθησης στην εκπαίδευση ενηλίκων.</li><li>• Αναπτύξτε θετική στάση απέναντι στη μικρομάθηση.</li><li>• Να είστε ανοιχτοί σε νέες ιδέες και προσεγγίσεις στην εκπαίδευση ενηλίκων.</li></ul>
Διάρκεια	Δια ζώσης - 8 ώρες (8x45 λεπτά) / SDL - 6 ώρες (6x45 λεπτά)
Θέματα	<ul style="list-style-type: none"><li>• Εισαγωγή της θεωρίας και των τεχνικών της μικρομάθησης.</li><li>• Δοκιμή και αξιολόγηση μιας πλατφόρμας μικρομάθησης.</li><li>• Κατανόηση των ποικίλων εφαρμογών της μικρομάθησης.</li><li>• Δημιουργία ενός βίντεο-μαθήματος μικρομάθησης κατάλληλου για ενήλικες εκπαιδευόμενους.</li></ul>
Προετοιμασία	π.χ.: Δημιουργία ενός αποτελεσματικού περιβάλλοντος μάθησης.

## Σχέδιο μαθήματος Δια ζώσης

### Εισαγωγή

N.	Διάρκεια (σε λεπτά)	Μέθοδοι	Εξοπλισμός & υλικά
1	30 λεπτά	Παρουσίαση	Υπολογιστής Προβολέας Παρουσίαση PowerPoint

### Θέματα / Δραστηριότητες

- Παρουσιάστε το θέμα της ενότητας: Ανάπτυξη πόρων μικρομάθησης για νέους ενήλικες

*Η μικρομάθηση είναι μια μέθοδος παροχής εκπαιδευτικού υλικού σε σύντομο χρονικό διάστημα. Το περιεχόμενο αναλύεται σε κομμάτια απλών και εύκολα κατανοητών πληροφοριών. Οι πληροφορίες αυτές είναι εστιασμένες και στοχευμένες. Υπάρχουν διάφορες κοινές μορφές μικρομάθησης, όπως βίντεο, infographics, podcasts, παιχνίδια και κουίζ κ.λπ.*

*Η μικρομάθηση είναι ένας ευέλικτος και διαδραστικός τρόπος μάθησης. Οι πόροι είναι συνήθως προσβάσιμοι από κινητές συσκευές. Αυτό σημαίνει ότι οι εκπαιδευόμενοι μπορούν να τους χρησιμοποιούν ανά πάσα στιγμή και σε οποιοδήποτε μέρος τους βολεύει. Οι εκπαιδευόμενοι μπορούν να αντιμετωπίσουν τα περίπλοκα θέματα λίγο-λίγο, καθιστώντας τις πληροφορίες ευκολότερο να διατηρηθούν.*

*Αναφορά: Nehra (2021)*

- Εξηγήστε τον πίνακα μαθησιακών αποτελεσμάτων: Γνώσεις, δεξιότητες και στάσεις

**Γνώση:** Οι εκπαιδευόμενοι θα πρέπει να είναι σε θέση να κατανοούν τις αρχές της θεωρίας της μικρομάθησης και να γνωρίζουν πώς να αναγνωρίζουν τους διάφορους τύπους τεχνικών μικρομάθησης. Θα αναπτύξουν αυτές τις γνώσεις αναλύοντας επιτυχημένες μελέτες περιπτώσεων μικρομάθησης στην εκπαίδευση ενηλίκων.

**Δεξιότητες:** Οι εκπαιδευόμενοι θα πρέπει να είναι σε θέση να εφαρμόζουν τις γνώσεις τους σχετικά με τη θεωρία και τις τεχνικές της μικρομάθησης στην εκπαιδευτική τους πρακτική. Μέσω της πρακτικής εξάσκησης, θα αποκτήσουν δεξιότητες στο σχεδιασμό και την αξιολόγηση δραστηριοτήτων μικρομάθησης για ενήλικες εκπαιδευόμενους.

**Στάσεις:** Οι εκπαιδευόμενοι θα πρέπει να εκτιμούν την αξία της μικρομάθησης στην εκπαίδευση ενηλίκων και να έχουν θετική στάση απέναντί της. Θα πρέπει να διατηρούν ανοιχτό μυαλό σε νέες ιδέες και διδακτικές πρακτικές στην εκπαίδευση ενηλίκων..

- Περιγράψτε τη δομή του σχεδίου μαθήματος.

*8 ώρες διά ζώσης μάθησης.*

*6 ώρες αυτοκατευθυνόμενης μάθησης.*

*Η ομάδα-στόχος είναι εκπαιδευτές ενηλίκων που εργάζονται με νέους ενήλικες.*

*Το μάθημα θα περιλαμβάνει τέσσερις μαθησιακές δραστηριότητες.*

*Περιγράψτε τους μαθησιακούς στόχους.*



## Παγοθραυστικό

N.	Διάρκεια (σε λεπτά)	Μέθοδοι	Εξοπλισμός & υλικά
2	30 λεπτά	Παρουσίαση και καθοδηγούμενη δραστηριότητα	Χαρτί ή αυτοκόλλητες σημειώσεις Στυλό ή μαρκαδόροι Παρουσίαση PowerPoint

### Θέματα / Δραστηριότητες

#### Παγοθραυστικό

*"The Unexpected Fact" (Symonds, 2024)*

#### Στόχοι:

Αυτή είναι η πρώτη δια ζώσης εκπαιδευτική συνεδρία για αυτή την ενότητα. Ο συντονιστής θα πρέπει να ενθαρρύνει τους συμμετέχοντες να συστηθούν και να γνωριστούν μεταξύ τους μέσω μιας δραστηριότητας που θα σπάσει τον πάγο.

#### Βήματα:

1. Ο συντονιστής θα πρέπει να ξεκινήσει τη δραστηριότητα ζητώντας από όλους τους συμμετέχοντες να συστηθούν εν συντομία και να πουν σε όλους λίγα λόγια για τον λόγο που συμμετέχουν σε αυτή την κατάρτιση. Ο διαμεσολαβητής μπορεί να ηγηθεί σε αυτό παρουσιάζοντας πρώτα τον εαυτό του.
2. Δώστε σε όλους τους συμμετέχοντες ένα στυλό και ένα χαρτί ή ένα αυτοκόλλητο σημείωμα.
3. Ζητήστε από τους συμμετέχοντες να καταγράψουν ένα ενδιαφέρον γεγονός για τον εαυτό τους που οι άλλοι ίσως να μην περίμεναν. Δώστε στους συμμετέχοντες 5-8 λεπτά για να σκεφτούν κάτι να γράψουν.
4. Συγκεντρώστε τα γεγονότα όλων.
5. Ανακατέψτε τα κομμάτια χαρτιού.
6. Διαβάστε ένα προς ένα κάθε γεγονός. Ζητήστε από τους συμμετέχοντες να μαντέψουν εναλλάξ ποιος έγραψε το γεγονός.
7. Ζητήστε από το άτομο που έγραψε το γεγονός να το εξηγήσει περαιτέρω ή να δώσει λίγο πλαίσιο, αν χρειάζεται.

#### Εναλλακτική λύση

Εναλλακτικά, οι συμμετέχοντες μπορούν να συμπεριλάβουν το ενδιαφέρον τους γεγονός όταν συστήνονται στην ομάδα στην αρχή. Αυτό θα μειώσει το χρόνο που απαιτείται για το icebreaker.

## Δραστηριότητα 1: Θεωρία μικρο-μάθησης & τεχνικές σχεδιασμού

N.	Διάρκεια (σε λεπτά)	Μέθοδοι	Εξοπλισμός & υλικά
3	35 λεπτά	Παρουσίαση και βίντεο	Υπολογιστής Προβολέας και οθόνη για αναπαραγωγή βίντεο Παρουσίαση PowerPoint

### Θέματα / Δραστηριότητες

Ο συντονιστής θα πρέπει να παίξει τα σύντομα βίντεο που συνδέονται παρακάτω. Το πρώτο βίντεο εξηγεί τι είναι το micro-learning και τη θεωρία πίσω από αυτό. Το δεύτερο βίντεο περιγράφει τις αρχές σχεδιασμού δραστηριοτήτων μικρομάθησης. Αυτά τα βίντεο είναι τα ίδια παραδείγματα μικρομάθησης! Σημειώστε ότι στο YouTube, υπάρχει η δυνατότητα να ενεργοποιήσετε τους υπότιτλους. Φροντίστε να ρωτήσετε τους συμμετέχοντες εάν επιθυμούν να τους ενεργοποιήσετε.

[Βίντεο #1](#)

[Βίντεο #2](#)

#### Ερωτήσεις αυτοαναστοχασμού:

Ο συντονιστής θα πρέπει να ζητήσει από τους συμμετέχοντες να απαντήσουν στις ακόλουθες ερωτήσεις αφού παρακολουθήσουν τα βίντεο:

- Έχετε χρησιμοποιήσει μικρομάθηση σε μαθήματα με ενήλικες εκπαιδευόμενους στο παρελθόν; Αν ναι, ποια ήταν η εμπειρία σας;
- Τι πιστεύετε για τη μικρομάθηση;
- Ποια πιστεύετε ότι είναι τα οφέλη αυτής της μεθόδου;
- Ποια πιστεύετε ότι είναι τα μειονεκτήματα αυτής της μεθόδου;

Αφήστε τους συμμετέχοντες να αφιερώσουν 10-15 λεπτά για να σκεφτούν τα βίντεο και να απαντήσουν στις ερωτήσεις.

#### Ομαδική συζήτηση:

Ολοκληρώστε τη δραστηριότητα με μια σύντομη συζήτηση στην ομάδα. Ρωτήστε τους συμμετέχοντες πώς απάντησαν στις ερωτήσεις αυτοαναστοχασμού και ποιες είναι οι σκέψεις τους. Απαντήστε σε τυχόν ερωτήσεις που έχουν οι συμμετέχοντες.

N. 4

Διάλειμμα για καφέ! - 20 λεπτά

## Δραστηριότητα 2: Δοκιμή μιας πλατφόρμας μικρομάθησης

N.	Διάρκεια (σε λεπτά)	Μέθοδοι	Εξοπλισμός & υλικά
5	45 λεπτά	Παρουσίαση και καθοδηγούμενη δραστηριότητα	Υπολογιστής Προβολέας και οθόνη για αναπαραγωγή βίντεο Παρουσίαση PowerPoint Οι συμμετέχοντες θα πρέπει να έχουν πρόσβαση σε κινητή συσκευή και Wi-Fi. Στυλό και χαρτί Φύλλα PDF

### Θέματα / Δραστηριότητες

Για τη δραστηριότητα αυτή, οι συμμετέχοντες θα δοκιμάσουν μια υπάρχουσα εκπαιδευτική πλατφόρμα μικρομάθησης που ονομάζεται EdApp.

[EdApp](#)

#### Βήματα:

1. Ο συντονιστής θα πρέπει να χωρίσει τους συμμετέχοντες σε ομάδες των 2-3 ατόμων και να δώσει σε κάθε ομάδα ένα φύλλο δραστηριοτήτων (Παράρτημα Ι - Φύλλο αξιολόγησης μαθημάτων μικρομάθησης).
2. Καθοδηγήστε τους συμμετέχοντες να ανοίξουν το EdApp και να δημιουργήσουν έναν λογαριασμό διαχειριστή στο τηλέφωνο, το φορητό υπολογιστή ή το tablet τους.
3. Ανοίξτε τον ιστότοπο του EdApp και επισημάνετε τα βασικά χαρακτηριστικά του περιβάλλοντος εργασίας χρήστη του EdApp, ώστε οι συμμετέχοντες να γνωρίζουν πώς να περιηγηθούν σε αυτό και να αναζητήσουν μαθήματα. Στη συνημμένη παρουσίαση υπάρχουν υποδείξεις για το πώς να το κάνετε αυτό.
4. Σε ομάδες, οι συμμετέχοντες θα πρέπει να δοκιμάσουν ένα από τα μαθήματα. Αυτό μπορεί να είναι ένα μάθημα που είναι σχετικό με τους συμμετέχοντες ή που τους ενδιαφέρει. Αν δεν ξέρουν από πού να ξεκινήσουν, προτείνετε να δοκιμάσουν ένα από τα μαθήματα από το Youth Entrepreneurship: Δεξιότητες ηγεσίας.
5. Θα πρέπει να συνεργαστούν για να αξιολογήσουν το μάθημα και να συμπληρώσουν το φύλλο δραστηριοτήτων (Παράρτημα Ι - Φύλλο αξιολόγησης μαθημάτων μικρομάθησης). Αφήστε τους συμμετέχοντες να εργαστούν πάνω σε αυτό για 25-30 λεπτά.
6. Οι συμμετέχοντες μπορούν να συζητήσουν την πλατφόρμα ως ομάδα στο τέλος και να θέσουν τυχόν ερωτήσεις.

## Δραστηριότητα 3: Βίντεο μικρο-μάθησης - Προσδιορισμός τεχνικών

N.	Διάρκεια (σε λεπτά)	Μέθοδοι	Εξοπλισμός & υλικά
6	45 λεπτά	Παρουσίαση και βίντεο	Υπολογιστής Οθόνη βιντεοπροβολέα για αναπαραγωγή βίντεο Παρουσίαση PowerPoint Οι συμμετέχοντες θα πρέπει να έχουν πρόσβαση σε κινητή συσκευή και Wi-Fi. Στυλό και χαρτί Φύλλα PDF

### Θέματα / Δραστηριότητες

Σε αυτή τη δραστηριότητα, οι συμμετέχοντες θα εξερευνήσουν μερικά διαφορετικά παραδείγματα βίντεο μικρομάθησης. Τα βίντεο είναι μια δημοφιλής μορφή για την παροχή αποτελεσματικών μαθημάτων μικρομάθησης. Τα παραδείγματα δείχνουν πώς μπορεί να δημιουργηθεί ένα βίντεο για οποιοδήποτε θέμα. Παρακάτω παρατίθενται πέντε παραδείγματα. Ωστόσο, ο διαμεσολαβητής μπορεί να τα αλλάξει αν χρειαστεί.

[Βίντεο #1](#) (σεμινάριο μαθηματικών)

[Βίντεο #2](#) (ισπανική γλώσσα)

[Βίντεο #3](#) (υγεία και ασφάλεια στο χώρο εργασίας)

[Βίντεο #4](#) (ανατομία της καρδιάς)

[Βίντεο #5](#) (Ted Talk για τις μέλισσες)

#### Βήματα:

1. Ο συντονιστής θα πρέπει να δώσει σε κάθε συμμετέχοντα ένα φύλλο δραστηριοτήτων (Παράρτημα II - Προσδιορισμός τεχνικών μικρομάθησης) και να του αναθέσει ένα από τα παραδείγματα βίντεο μικρομάθησης. Προσπαθήστε να μοιράσετε ομοίμορφα διαφορετικά παραδείγματα.
2. Οι συμμετέχοντες θα παρακολουθήσουν το βίντεο που τους έχει ανατεθεί. Θα πρέπει να εντοπίσουν τις τεχνικές μικρομάθησης που χρησιμοποιούνται και να απαντήσουν στις ερωτήσεις του φύλλου δραστηριοτήτων (Παράρτημα II - Προσδιορισμός τεχνικών μικρομάθησης). Αφήστε 20 λεπτά για το σκοπό αυτό.
3. Οι συμμετέχοντες θα πρέπει στη συνέχεια να σχηματίσουν ομάδες των δύο ατόμων με ένα άτομο που εξέτασε ένα παράδειγμα διαφορετικό από το δικό τους.
4. Οι συμμετέχοντες θα πρέπει να παρουσιάσουν το βίντεο που παρακολούθησαν και τις τεχνικές που εντόπισαν στον συνεργάτη τους. Θα πρέπει να συζητήσουν μαζί τις σκέψεις και τις απόψεις τους.
5. Αφήστε χρόνο στο τέλος για να προβληματιστεί η ομάδα σχετικά με τη δραστηριότητα και να θέσει ερωτήσεις.

N. 7

Ώρα για διάλειμμα! - 20 λεπτά

## Δραστηριότητα 4: Δημιουργία ενός βίντεο μικρομάθησης για ενήλικες εκπαιδευόμενους

N.	Διάρκεια (σε λεπτά)	Μέθοδοι	Εξοπλισμός & υλικά
8	90 λεπτά	Παρουσίαση και καθοδηγούμενη δραστηριότητα	Υπολογιστής Προβολέας Παρουσίαση PowerPoint Φύλλα PDF Στυλό και μολύβια

### Θέματα / Δραστηριότητες

Ανάπτυξη ενός ψηφιακού πόρου μικρομάθησης για νέους ενήλικες σε μικρές ομάδες.

Βήματα:

1. Ο συντονιστής θα πρέπει να δώσει στους συμμετέχοντες μια επισκόπηση του τρόπου με τον οποίο μπορούν να δημιουργήσουν το δικό τους βίντεο μικρομάθησης που απευθύνεται σε ενήλικες εκπαιδευόμενους. Τους παρέχει στυλό και χαρτί για καταγισμό ιδεών και έρευνα. Βεβαιωθείτε ότι έχουν πρόσβαση στα κατάλληλα εργαλεία, όπως το Camtasia, το Animoto ή το Powtoon.
2. Στα ίδια ζευγάρια από την προηγούμενη δραστηριότητα, δώστε οδηγίες στους συμμετέχοντες να κάνουν καταγισμό ιδεών για το θέμα του δικού τους βίντεο μικρομάθησης. Το βίντεο που θα φτιάξουν θα πρέπει να απευθύνεται σε ενήλικες εκπαιδευόμενους.
3. Οι συμμετέχοντες θα πρέπει να περιορίσουν τις ιδέες τους σε ένα θέμα. Αφήστε στους συμμετέχοντες 20-30 λεπτά για να ερευνήσουν το θέμα και να διαμορφώσουν ένα σχέδιο για το βίντεό τους.
4. Οι ομάδες θα πρέπει να μοιράσουν την εργασία μεταξύ τους και να αρχίσουν να δημιουργούν το βίντεο. Δώστε 40-50 λεπτά στους συμμετέχοντες για να εργαστούν πάνω σε αυτό.
5. Για να ολοκληρωθεί η δραστηριότητα, κάθε ομάδα θα πρέπει να παρουσιάσει το βίντεό της στους άλλους συμμετέχοντες (ακόμη και αν είναι ελλιπές). Οι συμμετέχοντες θα πρέπει στη συνέχεια να προσφέρουν εποικοδομητική ανατροφοδότηση και να συζητήσουν από κοινού την εμπειρία.

### Συνεδρία FAQ

N.	Διάρκεια (σε λεπτά)	Μέθοδοι	Εξοπλισμός & υλικά
9	20 λεπτά	Συζήτηση	Υπολογιστής Προβολέας Παρουσίαση PowerPoint

### Θέματα / Δραστηριότητες

Ο συντονιστής θα καλέσει τους συμμετέχοντες να υποβάλουν ερωτήσεις για όλα τα θέματα που συζητήθηκαν.

## Συμπεράσματα κατάρτισης και αξιολόγηση

N.	Διάρκεια (σε λεπτά)	Μέθοδοι	Εξοπλισμός & υλικά
10	20 λεπτά	Συζήτηση	Έντυπο αξιολόγησης

### Θέματα / Δραστηριότητες

Ο συντονιστής θα πρέπει να ευχαριστήσει τους συμμετέχοντες για τη συμμετοχή τους στην εκπαιδευτική συνεδρία.

Στη συνέχεια, θα πρέπει να ζητηθεί από τους συμμετέχοντες να συμπληρώσουν ένα έντυπο αξιολόγησης.

## Έρθε η ώρα να πούμε αντίο!

N.	Διάρκεια (σε λεπτά)
11	5 λεπτά

### Θέματα / Δραστηριότητες

Τις καλύτερες ευχές! Η σύνοδος έφτασε στο τέλος της.

Συνολικός χρόνος διάρκειας	8 ώρες (1 ακαδημαϊκή ώρα = 45 λεπτά)
Εκπαιδευτικό υλικό για τη διδασκαλία F2F	Παράρτημα I - Φύλλο αξιολόγησης μαθημάτων μικρομάθησης Παράρτημα II - Προσδιορισμός τεχνικών μικρομάθησης
Πόροι	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Υπολογιστές με πρόσβαση στο διαδίκτυο</li> <li>• Προβολέας και οθόνη για αναπαραγωγή βίντεο</li> <li>• Στυλό και χαρτί για σημειώσεις</li> </ul>
Χρήσιμες αναφορές και πηγές για περαιτέρω μάθηση	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Burns, M. (2019, 2 Μαρτίου). 7 συμβουλές για τη δημιουργία ελκυστικών βίντεο μικρομάθησης για το διαδικτυακό σας μάθημα. Ανακτήθηκε από <a href="https://elearningindustry.com/engaging-microlearning-videos-online-course-7-tips-creating">https://elearningindustry.com/engaging-microlearning-videos-online-course-7-tips-creating</a>.</li> <li>2. Henriksen, E. (2023, 30 Οκτωβρίου). Πώς να γράψετε ένα σενάριο βίντεο. Ανακτήθηκε από <a href="https://www.synthesia.io/post/how-to-write-a-video-script#step-4-write-a-short-brief">https://www.synthesia.io/post/how-to-write-a-video-script#step-4-write-a-short-brief</a>.</li> <li>3. Instructional Design Australia (2024). Πώς να σχεδιάσετε αποτελεσματικές εμπειρίες μικρομάθησης για ενήλικες εκπαιδευόμενους. Ανακτήθηκε από <a href="https://instructionaldesign.com.au/how-to-design-effective-microlearning-experiences-for-adult-learners/">https://instructionaldesign.com.au/how-to-design-effective-microlearning-experiences-for-adult-learners/</a>.</li> <li>4. Kelly, T. (2024). Προκλήσεις στην εκπαίδευση ενηλίκων. Χρήση της μικρομάθησης για αποτελεσματική εκπαίδευση. Ανακτήθηκε από την ιστοσελίδα <a href="https://kta.com/kta-university/using-microlearning-educate/">https://kta.com/kta-university/using-microlearning-educate/</a>.</li> <li>5. Nehra, M. (2021, 14 Οκτωβρίου). Η επιστήμη πίσω από την αποτελεσματικότητα της μικρομάθησης. Ανακτήθηκε από <a href="https://elearningindustry.com/science-behind-the-effectiveness-of-microlearning">https://elearningindustry.com/science-behind-the-effectiveness-of-microlearning</a>.</li> <li>6. Kannelle (2021, 7 Απριλίου). 5 βέλτιστες πρακτικές για τη δημιουργία καταπληκτικών βίντεο μικρομάθησης. Ανακτήθηκε από <a href="https://www.youtube.com/watch?v=CUBOYZUvNtY">https://www.youtube.com/watch?v=CUBOYZUvNtY</a>.</li> </ol> <p>Αναφορά για τη δραστηριότητα Icebreaker: Symonds, V. (2024, 23 Ιανουαρίου). 3 ακόμη δωρεάν διασκεδαστικά διασκεδαστικά διαλείμματα πάγου για συναντήσεις, συνέδρια και εργαστήρια. Ανακτήθηκε από <a href="https://symondsresearch.com/fun-ice-breakers/">https://symondsresearch.com/fun-ice-breakers/</a>.</p>

# Εργασίες αυτοκατευθυνόμενης μάθησης

## Εργασία 1 (4 ώρες)

Για αυτή την εργασία αυτοκατευθυνόμενης μάθησης, διαβάστε τα δύο ερευνητικά άρθρα σχετικά με τη μικρομάθηση και τους ενήλικες εκπαιδευόμενους. Αυτό θα πρέπει να σας ενημερώσει καλύτερα για την κατανόηση της μικρομάθησης, για ορισμένες από τις έρευνες που την διέπουν και για το πώς μπορεί να εφαρμοστεί στη διδακτική σας πρακτική. Στη συνέχεια, εξετάστε τη μελέτη περίπτωσης που παρέχεται και απαντήστε στις ερωτήσεις που ακολουθούν. Μπορείτε να χωρίσετε και να ολοκληρώσετε τμήματα αυτής της εργασίας σε διαφορετικές χρονικές στιγμές. Συνολικά, θα πρέπει να χρειαστείτε τέσσερις ώρες για να ολοκληρώσετε ολόκληρη την εργασία.


### Ανασκόπηση των ακόλουθων ερευνητικών εργασιών::

- [Μια συστηματική ανασκόπηση της μικρομάθησης μέσω κινητών τηλεφώνων σε περιβάλλοντα ενηλίκων εκπαιδευομένων](#) (Moore, Hwang, & Moses, 2023)
- [Εξέταση του σχεδιασμού της μικρομάθησης για Κορεάτες ενήλικες εκπαιδευόμενους](#) (So, Lee, & Roh, 2020)

Για κάθε εργασία, συμπληρώστε ένα αντίγραφο του φύλλου εργασίας που επισυνάπτεται παρακάτω ή αποκτήστε πρόσβαση σε αυτό μέσω αυτού του δικτυακού τόπου Canva. Θα πρέπει να γράψετε μια σύντομη περίληψη και των δύο και να σημειώσετε τα βασικά σημεία ή συμπεράσματα που μπορεί να επηρεάσουν τη διδακτική σας πρακτική και τον τρόπο με τον οποίο χρησιμοποιείτε τη μικρομάθηση με ενήλικες εκπαιδευόμενους. Αν θέλετε να μάθετε περισσότερα σχετικά με την ανάγνωση και την αξιολόγηση της ερευνητικής εργασίας, χρησιμοποιήστε αυτές τις πηγές:

- [Λίστες ελέγχου κριτικής αξιολόγησης](#)
- [Πώς να διαβάσετε ένα άρθρο περιοδικού](#)
- [Η σημασία της κριτικής αξιολόγησης](#)

### Φύλλο Εργασίας Ανασκόπησης Εργασίας ([σύνδεσμος Canva](#)):



**Paper Review Worksheet**

Use the checklist below when reading the research articles. Consider the methodology and results in particular and be aware of potential bias and study limitations. Come up with your own conclusions and takeaways from the papers - how do they shape your understanding of micro-learning and your teaching practice?

No	Checklist Items (Mavriean, 2023; UGC, 2020)	
1	Is the subject of the paper relevant to your work?	<input checked="" type="checkbox"/>
2	Is this paper recently published (within the last 5 years) and up-to-date?	<input type="checkbox"/>
3	Is the journal that this paper was published in peer-reviewed?	<input type="checkbox"/>
4	Does the data justify the conclusions?	<input type="checkbox"/>
5	Are there any conflicts of interest?	<input type="checkbox"/>
6	Are there any potential sources of bias?	<input type="checkbox"/>

What question is being asked by the authors of this paper?

\_\_\_\_\_

Summary:

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

How can I use what I have learnt from this paper & what are my takeaway points?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

CAREER COMPASS



Σκεφτείτε το την ακόλουθη μελέτη περίπτωσης ([σύνδεσμος Canva](#)):

**Case Study 1**

Ryan enrolled on a part-time IT course as an adult learner. There are several up-coming projects and exams. Ryan is surprised by the increase in workload and is finding it challenging to keep up. Revising for exams is becoming quite time-consuming. Ryan is having difficulty concentrating as they feel they don't know where to begin and what work to prioritise.

Ryan is currently revising 'cybersecurity', which includes topics such as computer viruses, malware, phishing, and network security.

**Case Study Questions:**

- How can Ryan approach this challenge? What are some possible solutions?
- What revision methods might work for Ryan?
- Write an outline for a suitable micro-learning lesson plan for one of the topics that Ryan is revising.

CAREER COMPASS

THE UNIVERSITY OF SHEFFIELD

The graphic features a person sitting at a desk with a computer, a bar chart, and a line graph. The text is in a clean, sans-serif font.

### Πηγές μελέτης περιπτώσεων:

Οι ακόλουθοι πόροι θα σας βοηθήσουν να συμπληρώσετε τις ερωτήσεις της μελέτης περίπτωσης και να γράψετε το περίγραμμα ενός μαθήματος μικρομάθησης.

- [Βίντεο](#): Βίντεο: Επισκόπηση της ασφάλειας στον κυβερνοχώρο.
- [Παράδειγμα μαθημάτων](#): Codecademy μαθήματα κυβερνοασφάλειας.
- [Σχεδιασμός ενός μαθήματος \(με ένα πρότυπο\)](#): Μικρομάθηση και δημιουργία σχεδίου μαθήματος - ένας οδηγός.
- [Γράφοντας ένα περίγραμμα μαθήματος](#): άρθρο με έναν οδηγό για το πώς να γράψετε ένα περίγραμμα μαθήματος.

### Φύλλο εργασίας Αναφορές:

Morrison, K. (2023, 31 Μαρτίου). Αναλύοντας τη βιβλιογραφία: η σημασία της κριτικής αξιολόγησης. Ανακτήθηκε από <https://www.rcseng.ac.uk/library-and-publications/library/blog/dissecting-the-literature-the-importance-of-critical-appraisal/>.

UCC (2020, 22 Οκτωβρίου). Πώς να αξιολογείτε κριτικά μια επιστημονική εργασία (ιατρικό περιοδικό). Ανακτήθηκε από <https://www.ucc.ie/en/skillscentre/if-i-knew-then-what-i-know-now/how-to-critically-appraise-a-scientific-paper-medical-journal.html>.

## Εργασία 2 (4 ώρες)

Για αυτή την εργασία αυτοκατευθυνόμενης μάθησης, θα δοκιμάσετε διάφορα παραδείγματα αξιολογήσεων μικρομάθησης. Στη συνέχεια θα δημιουργήσετε τη δική σας αξιολόγηση μικρομάθησης που θα μπορούσατε να χρησιμοποιήσετε στη διδακτική σας πρακτική με ενήλικες εκπαιδευόμενους.

Διαφορετικοί τύποι αυτοαξιολόγησης της μικρομάθησης:

Υπάρχουν διάφορες μορφές αξιολόγησης που μπορούν να ενσωματωθούν σε έναν πόρο μικρομάθησης. Ορισμένες μορφές που χρησιμοποιούνται συνήθως περιλαμβάνουν κουίζ, δημοσκοπήσεις, παιχνίδια, κάρτες flashcards, σενάρια διακλάδωσης, προσομοιώσεις, αξιολογήσεις απόδοσης εργασιών, αυτοαναστοχασμό και πολλά άλλα! Οι αξιολογήσεις μικρομάθησης θα πρέπει να περιλαμβάνουν μόνο λίγα βήματα και να είναι γρήγορες και εύκολες στην ολοκλήρωσή τους. Είναι συνήθως διαδραστικές και ελκυστικές.

Εξερευνήστε τουλάχιστον τέσσερα από τα παρακάτω παραδείγματα. Μπορείτε προαιρετικά να αναζητήσετε περισσότερα παραδείγματα, εάν υπάρχει ένα συγκεκριμένο θέμα ή στυλ αξιολόγησης που σας ενδιαφέρει. Για κάθε παράδειγμα, εξετάστε ποια είναι τα καλά χαρακτηριστικά και τι λειτουργεί καλά. Σκεφτείτε τι θα μπορούσατε να βελτιώσετε (αν υπάρχει κάτι) για κάθε παράδειγμα. Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε το συνημμένο φύλλο εργασίας για να κρατήσετε σημειώσεις ([σύνδεσμος Canva](#)).

### Παραδείγματα αυτοαξιολόγησης μικρομάθησης:

- [Εντοπίστε το bot](#): με ένα παιχνιδιοποιημένο κουίζ στο τέλος.
- [Κάρτες μαθηματικών](#): για τη διδασκαλία βασικών μαθηματικών δεξιοτήτων.
- [Δραστηριότητα βασισμένη σε σενάρια](#): Παράδειγμα διαδραστικής δραστηριότητας όπου ο εκπαιδευόμενος απαντά σε ένα σενάριο επιλέγοντας απαντήσεις από μια λίστα με επιλογές πολλαπλής επιλογής. Αυτό επιτρέπει στον εκπαιδευόμενο να εξασκηθεί και να προετοιμαστεί για το πώς θα χειριζόταν αυτές τις καταστάσεις στην πραγματική ζωή.
- [Quizlet flashcards](#): Αυτό είναι ένα απλό παράδειγμα οκτώ καρτών flashcards για τον έλεγχο των γνώσεών σας σχετικά με τα κινηματογραφικά είδη. Το Quizlet είναι μια εξαιρετική πηγή με flashcards επανάληψης για ένα ευρύ φάσμα θεμάτων. Μπορεί επίσης να χρησιμοποιηθεί για να δημιουργήσετε τις δικές σας flashcards. Στις κάρτες μπορούν να συμπεριληφθούν εικόνες και διαγράμματα. Διαθέτει επιλογές για τη χρήση των καρτών flashcards, για να παίξετε ένα παιχνίδι αντιστοιχίας και για να εξεταστείτε μέσω ενός κουίζ πολλαπλών επιλογών.
- [Κουίζ πολλαπλής επιλογής](#): Αυτό είναι ένα άλλο παράδειγμα κουίζ με ερωτήσεις πολλαπλής επιλογής που επαναλαμβάνονται μέχρι να βρείτε όλες τις σωστές απαντήσεις. Πρόκειται για μια απλή δραστηριότητα μικρομάθησης για να διδάξει στους εκπαιδευόμενους τη βασική προετοιμασία που απαιτείται για την πεζοπορία.
- [Παιχνίδι κατάρτισης σε θέματα υγείας και ασφάλειας](#): Διαδραστικό παιχνίδι με βάση σενάρια για την εκμάθηση σχετικά με την υγεία και την ασφάλεια στην εργασία. Μαθαίνετε για τους κινδύνους για την υγεία και την ασφάλεια και εξασκείστε στον εντοπισμό τους. Απαντάτε επίσης σε ερωτήσεις σχετικά με το πώς και σε ποιον θα αναφέρετε κινδύνους/προβλήματα.
- [Κουίζ της ακαδημίας Khan](#): αλλά και για άλλα θέματα, όπως επιστήμες, τέχνες και ανθρωπιστικές επιστήμες, δεξιότητες ζωής κ.λπ. Τα βίντεο σε κάθε μάθημα είναι συνήθως αρκετά σύντομα και επικεντρώνονται σε ένα θέμα. Η μορφή μοιάζει πολύ με τη μικρομάθηση. Μεταξύ των βιντεομαθημάτων υπάρχουν κουίζ για να δώσουν στους μαθητές την ευκαιρία να εξασκηθούν σε αυτά που έχουν μάθει και να επιλύσουν προβλήματα. Αυτό είναι ένα παράδειγμα ενός από αυτά τα κουίζ για τα "Βασικά στοιχεία της Άλγεβρας".
- [Κουίζ Kahoot!](#): μικροσκοπία, κύτταρα και πρωτεΐνες. Αυτό μπορεί να παιχτεί ατομικά ή με μια ομάδα ατόμων. Αν το δοκιμάζετε μόνοι σας, επιλέξτε 'play solo'.

## Φύλλο εργασίας εργαλείων αξιολόγησης ([σύνδεσμος Canva](#))::



The image shows a worksheet titled "Assessment Tools". It includes a section for "Assessment tool/method:", a section for "Good qualities (what works well):" with two columns of bullet points, a section for "What could be improved?" with a large text area, and a section for "Other comments/notes" with a large text area. There are also logos for "CAREER COMPASS" and "The European Union" at the bottom left, and a pencil icon at the bottom right.

### Ανάπτυξη της δικής σας αξιολόγησης μικρομάθησης:

Τώρα που έχετε δοκιμάσει μερικά παραδείγματα αξιολογήσεων μικρομάθησης, είναι καιρός να αναπτύξετε τις δικές σας. Λάβετε υπόψη σας τις σημειώσεις που κρατήσατε κατά τη δοκιμή των παραδειγμάτων. Ποιες είναι μερικές καλές ιδιότητες που πρέπει να έχει μια αξιολόγηση; Στοιχεύστε στο να αντικατοπτρίζει το δικό σας εργαλείο αξιολόγησης αυτές τις ιδιότητες. Μπορεί να είναι χρήσιμο να διαβάσετε τα ακόλουθα δύο άρθρα για να εξερευνήσετε διαφορετικές μορφές και σχέδια ψηφιακής αξιολόγησης.

[Άρθρο 1:](#) Διαφορετικοί τύποι ψηφιακών κουίζ.

[Άρθρο 2:](#) Κουίζ, σύντομες ασκήσεις, σχεδιασμός και ηλεκτρονική αξιολόγηση.

### Καταιγισμός ιδεών

Αφιερώστε 5-10 λεπτά στον καταιγισμό ιδεών για πιθανά θέματα και μορφές αξιολόγησης που θα μπορούσατε να χρησιμοποιήσετε. Θυμηθείτε ότι δημιουργείτε μια αξιολόγηση μικρομάθησης που θα μπορούσατε να χρησιμοποιήσετε στην πράξη στη διδακτική σας πρακτική - επιλέξτε ένα θέμα που είναι σχετικό με τα θέματα που διδάσκετε.

**Ιδέες εργαλείων αξιολόγησης**

## Ανάπτυξη ιδεών

Επιλέξτε την καλύτερη ιδέα που έχετε και αυτή που θέλετε να αναπτύξετε περαιτέρω. Κρατήστε τον καταιγισμό ιδεών σας, καθώς μπορείτε πάντα να επανέλθετε σε αυτές τις ιδέες και να εξασκηθείτε στην κατασκευή περισσότερων εργαλείων αξιολόγησης! Συμπληρώστε τον παρακάτω πίνακα ερευνώντας την ιδέα σας και στη συνέχεια σχεδιάζοντας τις λεπτομέρειες, π.χ. τους μαθησιακούς στόχους, το περιεχόμενο, τη μορφή και το ύφος του εργαλείου αξιολόγησης. Στη συνέχεια θα πρέπει να ερευνήσετε και να επιλέξετε την εφαρμογή λογισμικού ή τον ιστότοπο που θα χρησιμοποιήσετε για τη δημιουργία του εργαλείου αξιολόγησης, π.χ. Kahoot, EdApp κ.λπ. Θυμηθείτε να έχετε κατά νου ότι το περιεχόμενο και οι στόχοι θα πρέπει να είναι εστιασμένοι, σύντομοι και περιεκτικοί. Θα πρέπει επίσης να λάβετε υπόψη σας το κοινό στο οποίο απευθύνεστε (ενήλικες εκπαιδευόμενοι) και ποιες είναι οι προτιμήσεις και τα μαθησιακά τους στυλ (Hoomale, 2024).

Ανάπτυξη έννοιας (Hoomale, 2024)	
Θέμα:	
Μαθησιακοί στόχοι (1-2 στόχοι το πολύ):	
Κοινό-στόχος (ενήλικοι εκπαιδευόμενοι):	
Περιεχόμενο μάθησης:	
Μορφή και στυλ:	
Εφαρμογή λογισμικού/ ιστοσελίδα (βλ. πηγές):	

## Ερωτήσεις αξιολόγησης

Ανάλογα με τη μορφή και το ύφος του εργαλείου αξιολόγησης, ο τρόπος με τον οποίο θέτετε στους εκπαιδευόμενους ερωτήσεις ή τους αξιολογείτε θα διαφέρει. Προσπαθήστε να επινοήσετε 3-10 ερωτήσεις που θα παρουσιάσετε στους εκπαιδευόμενους.

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_
6. \_\_\_\_\_
7. \_\_\_\_\_
8. \_\_\_\_\_
9. \_\_\_\_\_
10. \_\_\_\_\_

## Δημιουργήστε το εργαλείο αξιολόγησης.

Τώρα θα πρέπει να είστε έτοιμοι να δημιουργήσετε το εργαλείο αξιολόγησης. Αφιερώστε χρόνο για να εξοικειωθείτε με την εφαρμογή λογισμικού ή τον ιστότοπο που χρησιμοποιείτε. Μπορείτε να εργαστείτε μεταξύ αυτού του βήματος και των προηγούμενων, αν συνειδητοποιήσετε ότι πρέπει να κάνετε περαιτέρω έρευνα. Βεβαιωθείτε ότι δίνετε προσοχή στο συνολικό σχεδιασμό και τη διάταξη του εργαλείου αξιολόγησης. Λάβετε υπόψη την προσβασιμότητα και τη γραμματοσειρά, το μέγεθος και τα χρώματα που χρησιμοποιείτε. Συμπεριλάβετε πολυμέσα όπως εικόνες και βίντεο για να κάνετε την αξιολόγηση πιο ελκυστική - αλλά βεβαιωθείτε ότι τα πολυμέσα είναι σχετικά και δεν αποσπούν την προσοχή. Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε διαισθητικά εργαλεία γραφικού σχεδιασμού, όπως το [Canva](#), το [Design Wizard](#) ή το [Adobe Express](#).

## Δοκιμή και αξιολόγηση.

Μόλις δημιουργήσετε το εργαλείο αξιολόγησης, θα πρέπει να το δοκιμάσετε και να το αξιολογήσετε. Εξετάστε τον παρακάτω κατάλογο ελέγχου σχεδιασμού ενώ το κάνετε αυτό. Πραγματοποιήστε τυχόν αλλαγές που απαιτούνται. Είναι επίσης καλή ιδέα να ζητήσετε από κάποιον άλλον να δοκιμάσει το εργαλείο αξιολόγησης και να παράσχει ανατροφοδότηση, αν είναι δυνατόν.

Λίστα ελέγχου σχεδιασμού (University of Dundee, 2023; Inclusion & Accessibility Labs, 2022)	Ναι / Όχι
Είναι σαφείς και κατανοητές οι οδηγίες;	
Είναι εύκολο στην πλοήγηση και διαισθητικό στη χρήση;	
Περιέχει πολυμέσα, όπως εικόνες και κινούμενα σχέδια (εάν είναι κατάλληλα);	
Είναι προσβάσιμο; Εξετάστε τις γραμματοσειρές (χρώμα και μέγεθος). Εάν υπάρχει βίντεο, υπάρχουν λεζάντες και υπότιτλοι; Σκεφτείτε τις ιδιαίτερες ανάγκες των μαθητών σας.	
Είναι ελκυστικό και διαδραστικό;	
Υπάρχει κάποιο στοιχείο παρακίνησης των μαθητών, π.χ. ανταμοιβές, σήματα κ.λπ.	

## Αντανάκλαση

Αφού δημιουργήσετε και αξιολογήσετε το εργαλείο αξιολόγησης, ολοκληρώστε αυτή την εργασία με έναν σύντομο προβληματισμό. Γράψτε λίγες γραμμές για την εμπειρία σας από τη δημιουργία του εργαλείου αξιολόγησης και αναλογιστείτε πώς πήγε η εργασία για εσάς.

---

---

---

## Πόροι:

Οι ακόλουθοι σύνδεσμοι είναι πηγές που μπορεί να είναι χρήσιμες κατά την ανάπτυξη του εργαλείου αξιολόγησης για ενήλικες εκπαιδευόμενους.

- [Άρθρο](#): Πληροφορίες και οδηγός σχετικά με το σχεδιασμό παιχνιδιών και την παιχνιδοποίηση.
- [Άρθρο](#): Διαδικτυακά εργαλεία αξιολόγησης και δημιουργία διαδραστικών κουίζ.
- [Άρθρο](#): Δημιουργία έγκυρων και αξιόπιστων εργαλείων αξιολόγησης για ενήλικες εκπαιδευόμενους.

## Εφαρμογές λογισμικού και ιστότοποι - για τη δημιουργία ενός εργαλείου αξιολόγησης μικρομάθησης:

Ακολουθούν ορισμένες μόνο από τις διαθέσιμες επιλογές.

- [Kahoot](#) (δωρεάν για εκπαιδευτικούς, δυνατότητα αναβάθμισης της συνδρομής)
- [Quizlet](#) (δωρεάν, προηγμένα χαρακτηριστικά αν αναβαθμίσετε τη συνδρομή σας)
- [Quizizz](#) (δωρεάν)
- [Google Forms](#) (δωρεάν)
- [Articulate 360](#) (απαιτεί συνδρομή)
- [Adobe Captivate](#) (απαιτεί συνδρομή)
- [EdApp](#) (δωρεάν, επιλογές συνδρομής)
- [Nearpod](#) (δωρεάν για εκπαιδευτικούς)

## Αναφορές:

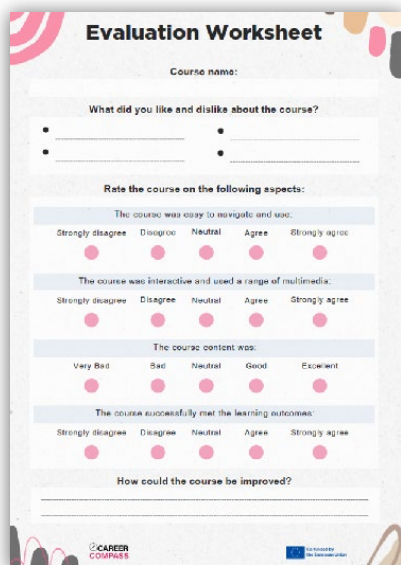
Hoomale (2024). Παιχνιδοποιημένη μικρομάθηση: οδικός χάρτης σχεδιασμού και παραδείγματα. Ανακτήθηκε από <https://hoomale.com/gamified-microlearning-design-roadmap-and-examples/>.

Εργαστήρια ένταξης και προσβασιμότητας (2022). Κατανόηση των αρχών προσβασιμότητας POUR. Ανακτήθηκε από την ιστοσελίδα <https://ialabs.ie/understanding-the-pour-principles-of-accessibility/>.

Πανεπιστήμιο του Dundee (2023, 7 Ιουλίου). Δημιουργία εκπαιδευτικού υλικού χωρίς αποκλεισμούς. Ανακτήθηκε από <https://www.dundee.ac.uk/guides/creating-inclusive-teaching-materials>

# Άνεξες

## Παράρτημα Ι - Φύλλο αξιολόγησης μαθημάτων μικρο-μάθησης Μαθησιακή δραστηριότητα 2



**Evaluation Worksheet**

Course name: \_\_\_\_\_

What did you like and dislike about the course?

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

Rate the course on the following aspects:

The course was easy to navigate and use.

Strongly disagree   Disagree   Neutral   Agree   Strongly agree

The course was interactive and used a range of multimedia.

Strongly disagree   Disagree   Neutral   Agree   Strongly agree

The course content was:

Very Bad   Bad   Neutral   Good   Excellent

The course successfully met the learning outcomes.

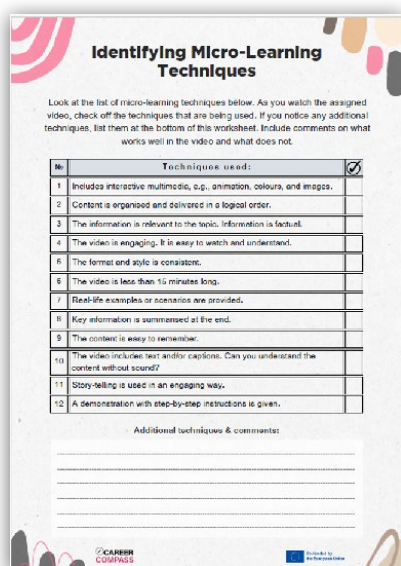
Strongly disagree   Disagree   Neutral   Agree   Strongly agree

How could the course be improved?

\_\_\_\_\_

CAREER COMPASS   University of the South Coast

## Παράρτημα ΙΙ - Προσδιορισμός τεχνικών μικρομάθησης Δραστηριότητα μάθησης 3



**Identifying Micro-Learning Techniques**

Look at the list of micro-learning techniques below. As you watch the assigned video, check off the techniques that are being used. If you notice any additional techniques, list them at the bottom of this worksheet. Include comments on what works well in the video and what does not.

No.	Technique used:	<input checked="" type="checkbox"/>
1	Includes interactive multimedia, e.g., animation, colours, and images.	<input type="checkbox"/>
2	Content is organised and delivered in a logical order.	<input type="checkbox"/>
3	The information is relevant to the topic. Information is factual.	<input type="checkbox"/>
4	The video is engaging. It is easy to watch and understand.	<input type="checkbox"/>
5	The format and style is consistent.	<input type="checkbox"/>
6	The video is less than 10 minutes long.	<input type="checkbox"/>
7	Real-life examples or scenarios are provided.	<input type="checkbox"/>
8	Key information is summarised at the end.	<input type="checkbox"/>
9	The content is easy to remember.	<input type="checkbox"/>
10	The video includes text and/or captions. Can you understand the content without sound?	<input type="checkbox"/>
11	Story-telling is used in an engaging way.	<input type="checkbox"/>
12	A demonstration with step-by-step instructions is given.	<input type="checkbox"/>

Additional techniques & comments:

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

CAREER COMPASS   University of the South Coast

# Παράρτημα III - Ερωτηματολόγιο αξιολόγησης της ενότητας 1

## Module 1 Evaluation Questionnaire

Thank you for taking part in the first module of this course: Introduction to Micro-Learning Theory, applying techniques to adult education provision. Your feedback is important and valuable to us. It will help to inform us of future improvements we can make to the course materials. Please take a few minutes to complete this questionnaire.

### 1. General Information (optional)

Name: \_\_\_\_\_

Age: \_\_\_\_\_

Occupation/Student Status: \_\_\_\_\_

### 2. Module Content

Please rate the following aspects of the module on a scale of 1 to 5, where 1 represents "Strongly Disagree" and 5 represents "Strongly Agree"

The relevance of the topics covered in the module:

- 1 – Strongly disagree
- 2 – Disagree
- 3 – Neutral
- 4 – Agree
- 5 – Strongly agree

The clarity and organisation of the module content:

- 1 – Strongly disagree
- 2 – Disagree
- 3 – Neutral
- 4 – Agree
- 5 – Strongly agree

The usefulness of the resources provided (e.g., videos, worksheets, etc.):

- 1 – Strongly disagree
- 2 – Disagree
- 3 – Neutral
- 4 – Agree
- 5 – Strongly agree

### 3. Module Outcomes

Please indicate the extent to which you feel the module helped you achieve the following learning outcomes.

Understanding of micro-learning theory and techniques:

- 1 – Not at all
- 2 – To some extent
- 3 – Moderately
- 4 – Mostly
- 5 – Completely

Ability to evaluate the effectiveness of micro-learning techniques in adult education provision:

- 1 – Not at all
- 2 – To some extent
- 3 – Moderately
- 4 – Mostly
- 5 – Completely

Ability to design micro-learning activities for adult learners:

- 1 – Not at all
- 2 – To some extent
- 3 – Moderately
- 4 – Mostly
- 5 – Completely

### 4. Module Delivery

Please rate the following aspects of the module delivery:

The effectiveness of the facilitator/trainer:

- 1 – Poor
- 2 – Fair
- 3 – Good
- 4 – Very good
- 5 – Excellent

The pace and engagement level of the sessions:

- 1 – Too slow
- 2 – Somewhat slow
- 3 – Just right
- 4 – Somewhat fast
- 5 – Too fast

### 5. Overall Satisfaction with the Module

Overall, how satisfied are you with the module?

- 1 – Very dissatisfied
- 2 – Dissatisfied
- 3 – Neutral
- 4 – Satisfied
- 5 – Very satisfied

### 6. Additional Comments

Please share any additional comments or suggestions for improving the module:

---

---

---

Thank you for taking time to complete this questionnaire. Your feedback is greatly appreciated.



# Ενότητα

## 02

---

Υποστήριξη εκπαιδευτών ενηλίκων  
ώστε να αναπτύξουν τους δικούς  
τους ψηφιακούς, μικρο-μαθησιακούς  
πόρους για νέους ενήλικες.

# Σχέδιο μαθήματος

Όνομα της ενότητας	<b>Ενότητα 2: Υποστήριξη εκπαιδευτών ενηλίκων ώστε να αναπτύξουν τους δικούς τους ψηφιακούς πόρους μικρομάθησης για νέους ενήλικες.</b>
Ομάδα-στόχος	Νέοι ενήλικες
Στόχος	<ul style="list-style-type: none"><li>Κατανοήστε τους διαφορετικούς τύπους πόρων μικρομάθησης, όπως βίντεο, podcasts, infographics και κουίζ.</li><li>Προσδιορίστε τα βασικά στοιχεία των αποτελεσματικών πόρων μικρομάθησης, όπως η συντομία, η συνάφεια και η διαδραστικότητα.</li><li>Μάθετε πώς να χρησιμοποιείτε ψηφιακά εργαλεία για τη δημιουργία και δημοσίευση πόρων μικρομάθησης, όπως το Canva, το Adobe Spark και το Articulate Storyline.</li><li>Διερευνήστε τις ηθικές πτυχές της χρήσης πόρων μικρομάθησης με νέους ενήλικες, όπως το απόρρητο των δεδομένων, η προσβασιμότητα και η πολιτισμική ευαισθησία.</li><li>Ανάπτυξη μιας κριτικής προοπτικής σχετικά με τη χρήση των πόρων μικρομάθησης στην εκπαίδευση, εξετάζοντας τα οφέλη και τους περιορισμούς τους σε σύγκριση με τις παραδοσιακές μεθόδους διδασκαλίας.</li><li>Αναστοχασμός σχετικά με τις δικές του μαθησιακές προτιμήσεις και εμπειρίες με τη μικρομάθηση και πώς αυτές μπορούν να επηρεάσουν το σχεδιασμό ψηφιακών πόρων μικρομάθησης για νέους ενήλικες.</li></ul>
Μαθησιακά αποτελέσματα	<p><b>Γνώση:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>Κατανοήστε τις αρχές της θεωρίας της μικρομάθησης και πώς αυτές εφαρμόζονται στους νεαρούς ενήλικες εκπαιδευόμενους.</li><li>Κατανοήστε τις αρχές της θεωρίας της μικρομάθησης και πώς αυτές εφαρμόζονται στους νεαρούς ενήλικες εκπαιδευόμενους.</li><li>Ανάλυση περιπτώσιολογικών μελετών επιτυχούς εφαρμογής ψηφιακών πόρων μικρομάθησης για νέους ενήλικες εκπαιδευόμενους</li></ul> <p><b>Δεξιότητες:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>Ανάπτυξη αποτελεσματικών ψηφιακών πόρων μικρομάθησης για νέους ενήλικες.</li><li>Αξιολόγηση της αποτελεσματικότητας των ψηφιακών πόρων μικρομάθησης για την υποστήριξη των νεαρών ενήλικων εκπαιδευόμενων.</li><li>Σχεδιάστε αποτελεσματικές δραστηριότητες ψηφιακής μικρομάθησης για νεαρούς ενήλικες εκπαιδευόμενους</li></ul> <p><b>Στάσεις:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>Εκτιμήστε την αξία της μικρομάθησης για την υποστήριξη των νεαρών ενήλικων εκπαιδευόμενων.</li><li>Ανάπτυξη θετικής στάσης απέναντι στη χρήση ψηφιακών πόρων μικρομάθησης.</li><li>Να είστε ανοιχτοί σε νέες ιδέες και προσεγγίσεις για την ανάπτυξη ψηφιακών πόρων μικρομάθησης.</li></ul>
Διάρκεια	Δια ζώσης - 8 ώρες (8x45 λεπτά) / SDL - 6 ώρες (6x45 λεπτά)
Θέματα	<ul style="list-style-type: none"><li>Αρχές της θεωρίας της μικρομάθησης</li><li>Εφαρμογή ψηφιακών πόρων μικρομάθησης</li><li>Το μαγικό τρίγωνο</li><li>Ανάπτυξη ψηφιακού πόρου μικρομάθησης για νέους ενήλικες</li></ul>
Προετοιμασία	π.χ.: Δημιουργία ενός αποτελεσματικού περιβάλλοντος μάθησης

## Σχέδιο μαθήματος F2F

### Παρουσιάστε το θέμα της ενότητας: Ανάπτυξη πόρων μικρομάθησης για νέους ενήλικες

N.	Διάρκεια (σε λεπτά)	Μέθοδοι	Εξοπλισμός & υλικά
1	45 λεπτά	Παρουσίαση	Υπολογιστής Προβολέας Παρουσίαση PowerPoint

#### Θέματα / Δραστηριότητες

Παρουσιάστε το θέμα της ενότητας: Ανάπτυξη πόρων μικρομάθησης για νέους ενήλικες

*Η ανάπτυξη πόρων μικρομάθησης για νέους ενήλικες είναι ένα θέμα που επικεντρώνεται στη δημιουργία αποτελεσματικών ψηφιακών μαθησιακών πόρων που είναι ειδικά σχεδιασμένοι για νέους ενήλικες εκπαιδευόμενους. Η μικρομάθηση αναφέρεται σε σύντομες, μικρές μαθησιακές δραστηριότητες που μπορούν να ολοκληρωθούν γρήγορα και εύκολα, συχνά με τη χρήση ψηφιακών τεχνολογιών όπως βίντεο, podcasts, infographics και κουίζ. Αυτοί οι πόροι είναι ιδανικοί για νέους ενήλικες που μπορεί να έχουν περιορισμένη προσοχή ή πολυάσχολο πρόγραμμα και που προτιμούν να μαθαίνουν με πιο διαδραστικό και ελκυστικό τρόπο.*

*Ο στόχος του Developing Micro-Learning Resources for Young Adults είναι να υποστηρίξει τους εκπαιδευτές ενηλίκων να αναπτύξουν τους δικούς τους ψηφιακούς, μικρο-μαθησιακούς πόρους που ανταποκρίνονται στις ανάγκες και τις προτιμήσεις των νεαρών ενηλίκων εκπαιδευομένων. Αυτό το θέμα δίνει έμφαση στις αρχές της θεωρίας της μικρομάθησης, όπως η συντομία, η συνάφεια και η διαδραστικότητα, και διερευνά πώς αυτές οι αρχές μπορούν να εφαρμοστούν στο σχεδιασμό αποτελεσματικών ψηφιακών μαθησιακών πόρων. Επιπλέον, το θέμα αυτό ενθαρρύνει τους εκπαιδευόμενους να αξιολογήσουν την αποτελεσματικότητα των ψηφιακών πόρων μικρομάθησης στην υποστήριξη των νεαρών ενηλίκων εκπαιδευομένων και να αναπτύξουν θετική στάση απέναντι στη χρήση αυτών των πόρων στις δικές τους διδακτικές πρακτικές.*

- Εξηγήστε τον πίνακα μαθησιακών αποτελεσμάτων: Γνώσεις, δεξιότητες και στάσεις

*Γνώση: Οι εκπαιδευόμενοι θα πρέπει να είναι σε θέση να κατανοούν τις αρχές της θεωρίας της μικρομάθησης και πώς αυτές εφαρμόζονται στους νέους ενήλικες εκπαιδευόμενους, καθώς και να αναλύουν μελέτες περιπτώσεων επιτυχημένης εφαρμογής ψηφιακών πόρων μικρομάθησης για νέους ενήλικες εκπαιδευόμενους. Οι γνώσεις αυτές θα πρέπει να παρέχουν στους εκπαιδευόμενους τα θεμέλια για την ανάπτυξη αποτελεσματικών ψηφιακών πόρων μικρομάθησης για νέους ενήλικες και για την αξιολόγηση της αποτελεσματικότητας αυτών των πόρων στην υποστήριξη των νεαρών ενηλίκων εκπαιδευομένων.*

*Δεξιότητες: Οι εκπαιδευόμενοι θα πρέπει να είναι σε θέση να αναπτύσσουν αποτελεσματικούς ψηφιακούς πόρους μικρομάθησης για νεαρούς ενήλικες, καθώς και να σχεδιάζουν αποτελεσματικές δραστηριότητες ψηφιακής μικρομάθησης για νεαρούς ενήλικες εκπαιδευόμενους. Οι δεξιότητες αυτές θα πρέπει να επιτρέπουν στους εκπαιδευόμενους να δημιουργούν ελκυστικούς και διαδραστικούς πόρους μικρομάθησης που είναι προσαρμοσμένοι στις ανάγκες και τις προτιμήσεις των νεαρών ενηλίκων εκπαιδευομένων.*

*Στάσεις: Οι εκπαιδευόμενοι θα πρέπει να εκτιμούν την αξία της μικρομάθησης στην υποστήριξη των νεαρών ενηλίκων εκπαιδευομένων, να αναπτύσσουν θετική στάση απέναντι στη χρήση ψηφιακών πόρων μικρομάθησης και να είναι ανοιχτοί σε νέες ιδέες και προσεγγίσεις για την ανάπτυξη ψηφιακών πόρων μικρομάθησης. Αυτές οι στάσεις θα πρέπει να προωθήσουν τη νοοτροπία της καινοτομίας, του πειραματισμού και της συνεχούς βελτίωσης στην ανάπτυξη ψηφιακών πόρων μικρομάθησης για νέους ενήλικες εκπαιδευόμενους.*

Περιγράψτε τη δομή του σχεδίου μαθήματος

## Παγοθραυστικό

N.	Διάρκεια (σε λεπτά)	Μέθοδοι	Εξοπλισμός & υλικά
2	45 λεπτά	-	Χαρτί Δείκτες

### Θέματα / Δραστηριότητες

#### "Παιχνίδι καρουζέλ"

##### Στόχοι:

Ενθαρρύνετε τα μέλη της ομάδας να γνωριστούν μεταξύ τους και να σχηματίσουν ομάδες.

##### Βήματα:

1. Οι συμμετέχοντες κάθονται σε κύκλο. Ο εμψυχωτής τοποθετεί ένα φύλλο χαρτί σκηνικού στο πάτωμα στη μέση τους και μοιράζει αρκετούς λεπτούς μαρκαδόρους γύρω από το χαρτί.
2. Ο συντονιστής ζητά από κάθε συμμετέχοντα να αναπαραστήσει γραφικά κάτι που εκτιμά (στην προσωπική ή επαγγελματική του ζωή κ.λπ.) και να γράψει από κάτω το όνομά του (και άλλα χαρακτηριστικά: σχολείο καταγωγής, τάξη, ομάδα κ.λπ.).
3. Οι συμμετέχοντες τραβούν μέχρι να ολοκληρώσουν όλοι την εργασία.
4. Ο συντονιστής καλεί έναν εθελοντή να ξεκινήσει την παρουσίασή του εξηγώντας το σχέδιό του και δίνοντας το όνομά του (και άλλα χαρακτηριστικά).
5. Στη συνέχεια ζητά από τον εθελοντή αυτό να υποδείξει μια άλλη αναπαράσταση με την οποία ταυτίζεται, σχεδιάζοντας ένα βέλος μεταξύ του δικού του σχεδίου και αυτού που έχει επιλέξει.
6. Ζητήστε από τον δημιουργό αυτής της δεύτερης εικόνας να παρουσιαστεί με τον ίδιο τρόπο και, στη συνέχεια, συνεχίστε τη δραστηριότητα με τους άλλους συμμετέχοντες, αλλά επιλέγοντας πάντα ένα νέο σχέδιο.
7. Όταν φτάσει ο τελευταίος συμμετέχων, παρουσιάζεται, επιλέγει μια εικόνα με την οποία ταυτίζεται, αλλά δεν σχεδιάζει κανένα βέλος, αφήνοντας το διάγραμμα ανοιχτό.

#### Εναλλακτική λύση 1

Οι συμμετέχοντες προσθέτουν ένα γράμμα ή μια φράση στο σχέδιο που συμβολίζει κάτι που τους αντιπροσωπεύει.

#### Εναλλακτική λύση 2

Αυτή η δραστηριότητα μπορεί να επιτρέψει τη διαίρεση της τάξης σε ομάδες. Για να γίνει αυτό, ο συντονιστής ζητά από τον πρώτο συμμετέχοντα να σταθεί στο κέντρο της αίθουσας και καλεί τους υπόλοιπους, με τη σειρά με την οποία συστήθηκαν, να προσέλθουν.

**Δραστηριότητα 1: Παρουσιάστε τις αρχές της θεωρίας της μικρομάθησης και πώς αυτές εφαρμόζονται στους νεαρούς ενήλικες εκπαιδευόμενους μέσω ενός σύντομου βίντεο (6 λεπτά) με υπότιτλους.**

N.	Διάρκεια (σε λεπτά)	Μέθοδοι	Εξοπλισμός & υλικά
3	30 λεπτά	Παρουσίαση and Video	Υπολογιστής Προβολέας και οθόνη για αναπαραγωγή βίντεο Παρουσίαση PowerPoint

**Θέματα / Δραστηριότητες**

[Βίντεο #1](#)

**Στρατηγικές ψηφιακής μάθησης για επιτυχημένη εκπαίδευση προϊόντων**

Η αποτελεσματική εκπαίδευση μπορεί να βοηθήσει τους χρήστες να αξιοποιήσουν στο έπακρο το προϊόν σας.

Παρακολουθήστε αυτό το σύντομο βίντεο που δείχνει πώς αξιοποιήσαμε τη μικρομάθηση και την παιχνιδοποίηση σε ένα διαδραστικό περιβάλλον μάθησης για καλύτερα αποτελέσματα.

Η μικρομάθηση περιλαμβάνει μικρές μαθησιακές μονάδες. Πρόκειται για μια στρατηγική ηλεκτρονικής μάθησης ειδικά σχεδιασμένη για εκπαίδευση βασισμένη σε δεξιότητες. Μελέτες έχουν δείξει ότι η μικρομάθηση μειώνει τη βραχυπρόθεσμη υπερφόρτωση, ενώ βελτιώνει τη μακροπρόθεσμη διατήρηση.

Η παιχνιδοποίηση ενσωματώνει μηχανισμούς παιχνιδιών σε ένα μαθησιακό περιβάλλον για να βελτιώσει τη συμμετοχή και τα κίνητρα των μαθητών.

**N. 4**

**Διάλειμμα για καφέ! - 15 λεπτά**

## Δραστηριότητα 2: Ανάλυση περιπτώσιολογικών μελετών επιτυχημένης εφαρμογής ψηφιακών πόρων μικρομάθησης για νέους ενήλικες εκπαιδευόμενους μέσω μιας μαρτυρίας (10 λεπτά)

N.	Διάρκεια (σε λεπτά)	Μέθοδοι	Εξοπλισμός & υλικά
5	30 λεπτά	Παρουσίαση and Video	Υπολογιστής Προβολέας και οθόνη για αναπαραγωγή βίντεο Παρουσίαση PowerPoint

### Θέματα / Δραστηριότητες

#### [Βίντεο #2](#)

#### **Τι είναι το Μαγικό Τρίγωνο; Ευθυγράμμιση των μαθησιακών αποτελεσμάτων**

Το Μαγικό Τρίγωνο αντιπροσωπεύει τη σχέση μεταξύ των Μαθησιακών Στόχων, των Μαθησιακών Δραστηριοτήτων και της Μαθησιακής Αξιολόγησης. Εάν αυτά τα τρία στοιχεία οικοδομηθούν με την πρόθεση αλληλεξάρτησης, τότε η διδασκαλία και η μάθηση ενισχύονται σημαντικά και επιτυγχάνονται ανώτερα αποτελέσματα.

### Δραστηριότητα 3: Συζητήστε το θεωρητικό περιεχόμενο με την τάξη

N.	Διάρκεια (σε λεπτά)	Μέθοδοι	Εξοπλισμός & υλικά
6	45 λεπτά	Παρουσίαση	Υπολογιστής Προβολέας Παρουσίαση PowerPoint

#### Θέματα / Δραστηριότητες

Η μικροεκμάθηση είναι ένας τρόπος διδασκαλίας και κατάρτισης των εργαζομένων με τρόπους που απαιτούν λίγο χρόνο, αλλά τελικά επιτυγχάνουν τον επιδιωκόμενο στόχο. Οι τρεις βασικές αρχές της μικρομάθησης είναι οι εξής:

1. Το λιγότερο είναι περισσότερο.
2. Παραδώστε σε μικρά τμήματα.
3. Διεγείρουν και εμπλέκουν τον μαθητή.

Η όλη έννοια της μικρομάθησης βασίζεται στην καμπύλη λήθης του Hermann Ebbinghaus. Ο Ebbinghaus υπήρξε πρωτοπόρος στην "καμπύλη λήθης", η οποία απεικονίζει το πόση πληροφορία μπορεί να διατηρήσει ο εγκέφαλος με την πάροδο του χρόνου και πόσο γρήγορα οι άνθρωποι συνήθως ξεχνούν τις νέες γνώσεις που έχουν αποκτήσει. Ο διαχωρισμός του περιεχομένου σε μικρά κομμάτια και η ανάκληση διαφορετικών τμημάτων του με την πάροδο του χρόνου μπορεί να συμβάλει στη βελτίωση της διατήρησης της γνώσης και της παραγωγικότητας.

N. 7

Ώρα για διάλειμμα! - 15 λεπτά

## Δραστηριότητα 4: Καθοδηγούμενη πρακτική

N.	Διάρκεια (σε λεπτά)	Μέθοδοι	Εξοπλισμός & υλικά
8	90 λεπτά	Παρουσίαση and Guided Activity	Υπολογιστής Προβολέας Παρουσίαση PowerPoint Φύλλα PDF Στυλό και μολύβια

### Θέματα / Δραστηριότητες

Ανάπτυξη ενός ψηφιακού πόρου μικρομάθησης για νέους ενήλικες σε μικρές ομάδες.

#### Βήματα:

- Χωρίστε τους συμμετέχοντες σε μικρές ομάδες (2-3 μέλη ανά ομάδα) και δώστε τους έναν κατάλογο πιθανών θεμάτων για τον πόρο μικρομάθησης. Ενθαρρύνετε τις ομάδες να επιλέξουν ένα θέμα για το οποίο ενδιαφέρονται και παθιάζουν.
- Παρέχετε στις ομάδες πρόσβαση σε κατάλληλα εργαλεία και πόρους για να αναπτύξουν τους πόρους μικρομάθησης. Αυτό μπορεί να περιλαμβάνει λογισμικό συγγραφής όπως το Articulate, το Camtasia ή το Adobe Captivate, ή διαδικτυακές πλατφόρμες όπως το Kahoot, το Quizlet ή το Nearpod.
- Παροχή καθοδήγησης σχετικά με το σχεδιασμό και τη δομή του πόρου μικρομάθησης.

Ενθαρρύνετε τις ομάδες να εξετάσουν τα ακόλουθα στοιχεία:

- Σαφείς μαθησιακοί στόχοι που είναι σχετικοί με το κοινό-στόχο (νέοι ενήλικες εκπαιδευόμενοι)
- Συνοπτικός και οπτικά ελκυστικός σχεδιασμός, με σχετικές εικόνες και γραφικά για την υποστήριξη του περιεχομένου.
- Εύκολες στην πλοήγηση και την κατανόηση ενότητες μάθησης σε μέγεθος μπουκιάς.
- Διαδραστικά στοιχεία, όπως κουίζ, παιχνίδια ή προσομοιώσεις για την εμπλοκή των εκπαιδευομένων.

Αφήστε χρόνο στις ομάδες να αναπτύξουν τον πόρο μικρομάθησης, παρέχοντας καθοδήγηση και ανατροφοδότηση ανάλογα με τις ανάγκες.

Μόλις ολοκληρωθούν οι πόροι μικρομάθησης, επιτρέψτε στις ομάδες να μοιραστούν και να παρουσιάσουν τους πόρους μικρομάθησης στην υπόλοιπη τάξη. Ενθαρρύνετε την επικοινωνιακή ανατροφοδότηση και τη συζήτηση σχετικά με τα δυνατά και αδύνατα σημεία κάθε πόρου μικρομάθησης.

Τέλος, δώστε μια περίληψη των βασικών συμπερασμάτων και διδαγμάτων που αντλήσατε από τη δραστηριότητα. Τονίστε τη σημασία της δημιουργίας αποτελεσματικών πόρων μικρομάθησης που είναι ελκυστικοί και συναφείς με τους νέους ενήλικες εκπαιδευόμενους και παρέχετε πόρους και αναφορές για περαιτέρω μάθηση.

[Έγγραφο σε PDF: Ενότητα 2 - Καθοδηγούμενη πρακτική](#)



## Συνεδρία FAQ

N.	Διάρκεια (σε λεπτά)	Μέθοδοι	Εξοπλισμός & υλικά
9	20 λεπτά	Συζήτηση	Υπολογιστής Προβολέας Παρουσίαση PowerPoint

### Θέματα / Δραστηριότητες

Ο συντονιστής θα καλέσει τους συμμετέχοντες να υποβάλουν ερωτήσεις για όλα τα θέματα που συζητήθηκαν.

## Συμπεράσματα κατάρτισης και αξιολόγηση

N.	Διάρκεια (σε λεπτά)	Μέθοδοι	Εξοπλισμός & υλικά
10	20 λεπτά	Συζήτηση	Έντυπο αξιολόγησης

### Θέματα / Δραστηριότητες

Ο συντονιστής ευχαριστεί τους συμμετέχοντες για τη συμμετοχή τους στη σημερινή εκπαιδευτική συνεδρία.

Στη συνέχεια, θα ζητήσει από κάθε συμμετέχοντα να δώσει μια σύντομη εξήγηση για το πώς σκοπεύει να εφαρμόσει τις νέες πληροφορίες που απέκτησε από το πρόγραμμα στο μέλλον. Επίσης, θα απευθύνει πρόσκληση στους συμμετέχοντες να προσφέρουν περισσότερες πληροφορίες.

Στη συνέχεια, οι συμμετέχοντες καλούνται να συμπληρώσουν τα έντυπα αξιολόγησης που τους έχει παρουσιάσει ο συντονιστής.

## Ήρθε η ώρα να πούμε αντίο!

N.	Διάρκεια (σε λεπτά)
11	5 λεπτά

### Θέματα / Δραστηριότητες

Τις καλύτερες ευχές! Η σύνοδος έφτασε στο τέλος της.

Συνολικός χρόνος διάρκειας	8 ώρες (1 ακαδημαϊκή ώρα = 45 λεπτά)
Εκπαιδευτικό υλικό για τη διδασκαλία F2F	<a href="#">Έγγραφο σε PDF: Ενότητα 2 - Καθοδηγούμενη πρακτική</a>
Πόροι	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Υπολογιστές με πρόσβαση στο διαδίκτυο</li> <li>• Προβολέας και οθόνη για αναπαραγωγή βίντεο</li> <li>• Στυλό και χαρτί για σημειώσεις</li> </ul>
Χρήσιμες αναφορές και πηγές για περαιτέρω μάθηση	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. C. (2020, 31 Ιουλίου). Ερωτήσεις και απαντήσεις για τη μικρομάθηση. YouTube. <a href="https://www.youtube.com/watch?v=Q76ZLcyDRo0">https://www.youtube.com/watch?v=Q76ZLcyDRo0</a></li> <li>2. MindTools   Αρχική σελίδα. (n.d.). <a href="https://www.mindtools.com/a9wjrjw/ebbinghaus-forgetting-curve">https://www.mindtools.com/a9wjrjw/ebbinghaus-forgetting-curve</a></li> <li>3. Microlearning Whitepaper Download   Peak Pacific. (n.d.). <a href="https://peakpacificgroup.com/microlearning-whitepaper/">https://peakpacificgroup.com/microlearning-whitepaper/</a></li> <li>4. Prematilaka, H. (n.d.). Teenage Learners   Recursos de ensino   Oxford University Press. Copyright 2018 - Oxford University Press. Όλα τα δικαιώματα διατηρούνται. <a href="https://elt.oup.com/teachersclub/courses/teachingteenagers/?cc=pt&amp;sellLanguage=pt">https://elt.oup.com/teachersclub/courses/teachingteenagers/?cc=pt&amp;sellLanguage=pt</a></li> <li>5. Darby, S. (n.d.). Young Learners   Recursos de ensino   Oxford University Press. Copyright 2018 - Oxford University Press. Όλα τα δικαιώματα διατηρούνται. <a href="https://elt.oup.com/teachersclub/courses/younglearners/?cc=pt&amp;sellLanguage=pt">https://elt.oup.com/teachersclub/courses/younglearners/?cc=pt&amp;sellLanguage=pt</a></li> <li>6. Watkins, D. (n.d.). 12 πηγές ανοικτού κώδικα για παιδιά και νέους ενήλικες. <a href="https://opensource.com/article/19/12/kids-students-education">OpenSource.com. https://opensource.com/article/19/12/kids-students-education</a></li> </ol>

# Καθοδηγούμενες ασκήσεις

## Εργασία 1: Ανάπτυξη ψηφιακού πόρου μικρομάθησης για νέους ενήλικες σε μικρές

**CAREER COMPASS** Co-funded by the European Union

### Develop a digital micro-learning resource for young adults in small groups

Before you start...

Select a topic that they are interested in and passionate about:

- **Product Training:** Train multiple staff about a new or updated product.
- **Onboarding:** Help new employees feel like part of the team before they start.
- **Health and Safety:** Address health and safety training with microlearning.
- **Quizzes and Games:** Test learners' knowledge with short and snappy quizzes that allow them to gain instant feedback and have fun along the way.
- **Microlearning Videos:** Use videos to deliver microlearning content.
- **Soft Skills:** Develop communication, teamwork, and leadership skills.
- **Career Development:** Provide guidance on job searching, resume building, and interview skills.
- **Financial Literacy:** Teach budgeting, saving, and investing.
- **Mental Health and Wellness:** Provide resources for stress management, mindfulness, and self-care.
- **Time Management:** Teach techniques for managing time effectively and increasing productivity.

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA), neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

**CAREER COMPASS** Co-funded by the European Union

### Consider the following elements:

Clear learning objectives that are relevant to the target audience (young adult learners)

A concise and visually appealing design, with relevant images and graphics to support the content.

Bite-sized learning modules that are easy to navigate and understand

Interactive elements such as quizzes, games, or simulations to engage learners.

**CAREER COMPASS** Co-funded by the European Union

### Summary of the key takeaways and lessons

- **Engaging and Relevant Content:** It is important to create micro-learning resources that are engaging and relevant to young adult learners. This can be achieved by using a variety of formats and techniques such as quizzes, games, videos, and interactive lessons.
- **Mobile Learning:** Microlearning-based mobile learning is even more effective as it allows learners to take part in courses at their own convenience, on their own devices.
- **Little and Often:** Microlearning provides a solution to the forgetting curve by adopting a 'little and often' approach. Learners are much more likely to retain information if it's broken up into digestible pieces that they can revisit on a regular basis.
- **Bite-Sized Learning:** Microlearning focuses on small snippets of information. These bite-sized training modules are quick and easy to consume, meaning learners can still learn alongside their other day-to-day tasks, without disruption.
- **On-Demand Learning:** Microlearning resources can be accessed on-demand, allowing learners to access the information they need when they need it.
- **Reinforcement:** Microlearning can be used to reinforce key concepts and information. By providing learners with regular opportunities to revisit and review the material, microlearning can help improve retention and understanding.

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA), neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

# Εργασίες αυτοκατευθυνόμενης μάθησης

## Εργασία 2: Αξιολόγηση της αποτελεσματικότητας του ψηφιακού πόρου μικρομάθησης (4)

**CAREER COMPASS** Co-funded by the European Union

### Evaluate the effectiveness of the digital micro-learning resource (4 hours)

Before you start...

Choose one of the Micro-Learning Resources that were developed in the face-to-face group activity.

Start by accessing the digital micro-learning resource that you want to evaluate. Take some time to go through the resource and take notes on the content, structure, and any interactive elements.

Consider the following elements:

Identify the learning objectives that the micro-learning resource is intended to achieve. Review the learning objectives and consider whether they are clearly stated and relevant to the target audience (young adult learners).

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

**CAREER COMPASS** Co-funded by the European Union

Evaluate the design and usability of the micro-learning resource. Consider whether the design is visually appealing and easy to navigate and whether the resource is accessible on a variety of devices.

Assess the effectiveness of the micro-learning resource in achieving the learning objectives. Use the notes you took earlier to determine whether the resource effectively teaches the targeted concepts or skills.

Consider the feedback of other users who have used the micro-learning resource. Look for any reviews, comments or testimonials from other learners who have used the resource. Analyse their feedback to get a better understanding of how the resource has worked for them.

**CAREER COMPASS** Co-funded by the European Union

Analyse the effectiveness of the micro-learning resource using an appropriate evaluation tool. This can include asking questions about the clarity of the content, the level of engagement, and how effective the resource was in achieving the learning objectives.

Compile your evaluation findings in a report and include recommendations for any improvements that could be made to the resource.

Reflect on your own experience of evaluating the digital micro-learning resource. Consider what worked well during the evaluation, and what could be improved in future evaluations.

# Εργασία 3: Σχεδιασμός μιας αποτελεσματικής ψηφιακής μικρο-μάθησης (4 ώρες)


**CAREER COMPASS** Co-funded by the European Union

## Design an effective digital micro-learning (4 hours)

Follow this Steps:

**Identify the learning objective(s):** Determine what the learner should be able to know, understand, or do because of completing the micro-learning activity.


**Determine the content:** Decide on the most relevant and important information that the learner needs to achieve the learning objective(s).



**CAREER COMPASS** Co-funded by the European Union

**Break down the content into bite-sized modules:** Chunk the content into manageable pieces that can be easily understood by the learner. Make sure each module has a clear objective and is self-contained.


**Determine the best delivery format:** Decide on the most effective format for delivering the content, based on the learning objective(s) and the target audience. For example, a video tutorial might be best for demonstrating a process, while a quiz might be more effective for reinforcing knowledge.



**CAREER COMPASS** Co-funded by the European Union

**Add interactivity:** Incorporate interactive elements into the micro-learning activity to enhance engagement and retention. This could include activities such as quizzes, games, simulations, or branching scenarios.


**Keep it visually appealing:** Use graphics, animations, and other visual elements to break up the text and make the micro-learning activity more engaging.



**CAREER COMPASS** Co-funded by the European Union

**Ensure accessibility:** Consider the needs of learners with disabilities when designing the micro-learning activity. Provide alternative formats or accessible versions as needed.

**Test and refine:** Present the micro-learning activity to the class and gather feedback to refine the design and ensure its effectiveness. Evaluate its effectiveness in achieving the learning objective(s). Use feedback to refine the design and improve future iterations.



# Παραρτήματα

## Παράρτημα Ι - Ερωτηματολόγιο αξιολόγησης της ενότητας 2

**Module 2 Evaluation Questionnaire**

Thank you for participating in the Developing Micro-Learning Resources for Young Adults – supporting adult educators to develop their own digital, micro-learning resources for young adults’ module. Your feedback is valuable to us and will help us improve future iterations of the program. Please take a few minutes to complete this questionnaire honestly and thoughtfully.

**1. General Information:**

Name (Optional): \_\_\_\_\_

Age: \_\_\_\_\_

Gender: \_\_\_\_\_

Occupation/Student Status: \_\_\_\_\_

**2. Module Content:**

Please rate the following aspects of the module on a scale of 1 to 5, where 1 represents "Strongly Disagree" and 5 represents "Strongly Agree."

The relevance of the topics covered in the module:

1 - Strongly Disagree  
2 - Disagree  
3 - Neutral  
4 - Agree  
5 - Strongly Agree

The clarity and organization of the module content:

1 - Strongly Disagree

2 - Disagree  
3 - Neutral  
4 - Agree  
5 - Strongly Agree

The usefulness of the resources provided (e.g., videos, worksheets, etc.):

1 - Strongly Disagree  
2 - Disagree  
3 - Neutral  
4 - Agree  
5 - Strongly Agree

**3. Learning Outcomes:**

Please indicate the extent to which you feel the module helped you achieve the following learning outcomes:

Understanding of career engagement skills:

Not at all  
To some extent  
Moderately  
Mostly  
Completely

Development of resilience skills:

Not at all  
To some extent  
Moderately  
Mostly  
Completely

**4. Module Delivery:**

Please rate the following aspects of the module delivery:

The effectiveness of the facilitator/instructor:

1 - Poor  
2 - Fair  
3 - Good  
4 - Very Good  
5 - Excellent

The pace and engagement level of the sessions:

1 - Too slow  
2 - Somewhat slow  
3 - Just right  
4 - Somewhat fast  
5 - Too fast

**5. Overall Satisfaction:**

Overall, how satisfied are you with the module?

Very Dissatisfied  
Dissatisfied  
Neutral  
Satisfied  
Very Satisfied

**6. Additional Comments:**

Please share any additional comments or suggestions for improving the module:

Thank you for taking the time to complete this questionnaire. Your feedback is greatly appreciated.

# Ενότητα

## 03

---

Εισαγωγή στις δεξιότητες διαχείρισης σταδιοδρομίας- εισαγωγή των εκπαιδευτών ενηλίκων στο Σκωτσέζικο πλαίσιο CMS, στις αναδυόμενες ανάγκες των νέων ενηλίκων σχετικά με τη διαχείριση της σταδιοδρομίας και στον τρόπο εμπλοκής αυτών των νέων ενηλίκων μέσω διαδικτυακών και κοινωνικών καναλιών

# Σχέδιο μαθήματος

<b>Όνομα της ενότητας</b>	Ενότητα 3: Εισαγωγή στις δεξιότητες διαχείρισης σταδιοδρομίας- εισαγωγή των εκπαιδευτών ενηλίκων στο Σκωτσέζικο πλαίσιο CMS, στις αναδυόμενες ανάγκες των νέων ενηλίκων σχετικά με τη διαχείριση της σταδιοδρομίας και στον τρόπο εμπλοκής αυτών των νέων ενηλίκων μέσω διαδικτυακών και κοινωνικών καναλιών.
<b>Ομάδα-στόχος</b>	Εκπαιδευτές ενηλίκων, νέοι ενήλικες
<b>Στόχος</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Αποκτήστε μια ολοκληρωμένη κατανόηση του σκωτσέζικου πλαισίου CMS, συμπεριλαμβανομένων των βασικών στοιχείων και αρχών του.</li><li>• Ανάπτυξη πρακτικών δεξιοτήτων στην εφαρμογή του σκωτσέζικου πλαισίου CMS για τη δημιουργία αποτελεσματικών προγραμμάτων διαχείρισης σταδιοδρομίας σε εκπαιδευτικά περιβάλλοντα.</li><li>• Έντοπισμός και ανάλυση των αναδυόμενων αναγκών των νέων ενηλίκων σε σχέση με τη διαχείριση της σταδιοδρομίας, λαμβάνοντας υπόψη τόσο τις τάσεις της αγοράς όσο και τους ψυχολογικούς/κοινωνικούς παράγοντες.</li><li>• Να αποκτήσουν επάρκεια στην αξιοποίηση διαδικτυακών πλατφορμών για την εκπαίδευση στη διαχείριση της σταδιοδρομίας, κατανοώντας τη σημασία και τον αντίκτυπό τους στους νέους ενήλικες.</li><li>• Εξερευνήστε και μάθετε τη χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης ως αποτελεσματικά εργαλεία για τη συμμετοχή των νέων ενηλίκων σε συζητήσεις και καθοδήγηση σχετικά με τη σταδιοδρομία.</li><li>• Μάθετε στρατηγικές για την απρόσκοπτη ενσωμάτωση δεξιοτήτων διαχείρισης σταδιοδρομίας στα υπάρχοντα εκπαιδευτικά προγράμματα, προωθώντας τη συνεργασία με συναδέλφους εκπαιδευτικούς και ενδιαφερόμενους φορείς.</li></ul>
<b>Μαθησιακά αποτελέσματα</b>	<p><b>Γνώση</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Να κατανοήσετε το σκωτσέζικο πλαίσιο CMS και τη σημασία του για τους νεαρούς ενήλικες εκπαιδευόμενους.</li><li>• Προσδιορισμός των αναδυόμενων αναγκών των νέων ενηλίκων σχετικά με τη διαχείριση της σταδιοδρομίας.</li><li>• Ανάλυση περιπτώσεων μελετών επιτυχούς εφαρμογής στρατηγικών διαδικτυακών και κοινωνικών μέσων για την εμπλοκή νέων ενηλίκων εκπαιδευομένων σε δραστηριότητες διαχείρισης σταδιοδρομίας.</li></ul> <p><b>Δεξιότητες</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Ανάπτυξη αποτελεσματικών διαδικτυακών στρατηγικών και στρατηγικών κοινωνικής δικτύωσης για τη συμμετοχή νέων ενηλίκων μαθητών σε δραστηριότητες διαχείρισης σταδιοδρομίας.</li><li>• Αξιολόγηση της αποτελεσματικότητας των στρατηγικών των διαδικτυακών και κοινωνικών μέσων ενημέρωσης για την εμπλοκή των νέων ενηλίκων εκπαιδευομένων σε δραστηριότητες διαχείρισης της σταδιοδρομίας.</li><li>• Σχεδιασμός αποτελεσματικών εκστρατειών στο διαδίκτυο και στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης για την εμπλοκή νέων ενηλίκων μαθητών σε δραστηριότητες διαχείρισης σταδιοδρομίας.</li></ul> <p><b>Στάσεις</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Εκτιμούν τη σημασία των δεξιοτήτων διαχείρισης της σταδιοδρομίας για την υποστήριξη των νέων ενηλίκων μαθητών.</li><li>• Ανάπτυξη θετικής στάσης απέναντι στη χρήση διαδικτυακών και κοινωνικών μέσων για δραστηριότητες διαχείρισης της σταδιοδρομίας.</li><li>• Να είστε ανοιχτοί σε νέες ιδέες και προσεγγίσεις κατά την ανάπτυξη στρατηγικών για τα διαδικτυακά και κοινωνικά μέσα δικτύωσης για δραστηριότητες διαχείρισης σταδιοδρομίας.</li></ul>



<b>Διάρκεια</b>	<b>Δια ζώσης</b> - 8 ώρες (8x45 λεπτά) / <b>SDL</b> - 6 ώρες (6x45 λεπτά)
<b>Θέματα</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Επισκόπηση των δεξιοτήτων διαχείρισης καριέρας</li> <li>• Κατανόηση του σκωτσέζικου πλαισίου CMS</li> <li>• Αναδυόμενες ανάγκες μεταξύ των νέων ενηλίκων</li> <li>• Διαδικτυακές στρατηγικές δέσμευσης και αξιοποίηση των κοινωνικών καναλιών</li> <li>• Ενσωμάτωση της διαχείρισης σταδιοδρομίας στο πρόγραμμα σπουδών</li> <li>• Δημιουργία διαδικτυακού περιεχομένου</li> <li>• Ερωτήσεις και απαντήσεις και συζήτηση</li> <li>• Αναστοχασμός και σχεδιασμός δράσης</li> </ul>
<b>Προετοιμασία</b>	π.χ.: Δημιουργία ενός αποτελεσματικού περιβάλλοντος μάθησης.

## Σχέδιο μαθήματος Δια ζώσης

### Εισαγωγή

N.	Διάρκεια (σε λεπτά)	Μέθοδοι	Εξοπλισμός & υλικά
1	45 λεπτά	Παρουσίαση	Υπολογιστής Προβολέας Παρουσίαση PowerPoint

### Θέματα / Δραστηριότητες

#### Εισαγωγή

- Παρουσιάστε την ενότητα στους συμμετέχοντες:

*Η ενότητα επικεντρώνεται στην εισαγωγή των εκπαιδευτών ενηλίκων στη δυναμική σφαίρα των δεξιοτήτων διαχείρισης σταδιοδρομίας (CMS), δίνοντας ιδιαίτερη έμφαση στο σκωτσέζικο πλαίσιο CMS. Εμβαθύνει στις εξελισσόμενες ανάγκες των νέων ενηλίκων στο πλαίσιο της διαχείρισης της σταδιοδρομίας, διερευνώντας τις τρέχουσες τάσεις και εξετάζοντας τους ψυχολογικούς και κοινωνικούς παράγοντες που επηρεάζουν τις επιλογές σταδιοδρομίας. Η ενότητα εξοπλίζει τους εκπαιδευτικούς με στρατηγικές για την αποτελεσματική εμπλοκή των νέων ενηλίκων μέσω διαδικτυακών και κοινωνικών καναλιών, αναγνωρίζοντας τον καθοριστικό ρόλο των ψηφιακών πλατφορμών στη διευκόλυνση του επαγγελματικού προσανατολισμού. Μέσω αυτής της ολοκληρωμένης προσέγγισης, οι συμμετέχοντες αποκτούν γνώσεις για την απρόσκοπτη ενσωμάτωση των CMS στις εκπαιδευτικές τους πρακτικές, προωθώντας μια ολιστική κατανόηση της ανάπτυξης της σταδιοδρομίας προς όφελος της δημογραφικής ομάδας των νέων ενηλίκων.*

Εξηγήστε τον πίνακα μαθησιακών αποτελεσμάτων: Γνώσεις, δεξιότητες και στάσεις.

## Παγοθραυστικό: Επαγγελματικές κάρτες

N.	Διάρκεια (σε λεπτά)	Μέθοδοι	Εξοπλισμός & υλικά
2	45 λεπτά	Icebreaker	Paper Pens

### Θέματα / Δραστηριότητες

Οι συμμετέχοντες σκέφτονται ατομικά τρία διασκεδαστικά και ενδιαφέροντα στοιχεία για τον εαυτό τους, αλλά δεν τα γράφουν.

Αναθέστε στους συμμετέχοντες να σηκωθούν και να συστηθούν σε τρεις διαφορετικούς παίκτες, λέγοντας προφορικά το όνομά τους και τα τρία διασκεδαστικά γεγονότα.

Τονίστε ότι οι συμμετέχοντες δεν μπορούν να πάρουν πίσω το όνομά τους κατά τη διάρκεια των παρουσιάσεων και δεν μπορούν να συστηθούν στο ίδιο άτομο δύο φορές.

Μετά από κάθε εισαγωγή, οι συμμετέχοντες ανταλλάσσουν "επαγγελματικές κάρτες" (χαρτιά με ονόματα μόνο) με τους παίκτες στους οποίους συστήθηκαν και συστήνονται ως το πρόσωπο με το οποίο μόλις μίλησαν στην επόμενη αλληλεπίδραση.

Καθοδηγήστε τους συμμετέχοντες να συνεχίσουν τις συστάσεις έως ότου ο καθένας συστήσει τον εαυτό του σε τρεις άλλους.

Μόλις ολοκληρωθεί η τελική εισαγωγή, οι συμμετέχοντες κάθονται.

Οι συμμετέχοντες που κάθονται τώρα συστήνονται σε όλους στο τραπέζι, ανακαλώντας τα τρία διασκεδαστικά γεγονότα από μνήμης.

Ο πραγματικός παίκτης που έγραψε την επαγγελματική κάρτα μπορεί να διορθώσει τυχόν ανακρίβειες κατά τη διάρκεια αυτού του τελικού γύρου.

Διευκολύνετε μια σύντομη συζήτηση σχετικά με την εμπειρία, ζητώντας από τους συμμετέχοντες να μοιραστούν τις σκέψεις τους.

Συζητήστε τη σημασία της ακριβούς επικοινωνίας και της ανάκλησης μνήμης σε επαγγελματικό πλαίσιο.

## Δραστηριότητα 1: Παρουσίαση - Σκωτσέζικο πλαίσιο CMS

N.	Διάρκεια (σε λεπτά)	Μέθοδοι	Εξοπλισμός & υλικά
3	30 λεπτά	Παρουσίαση και βίντεο	Υπολογιστής Προβολέας και οθόνη για αναπαραγωγή βίντεο Παρουσίαση PowerPoint

### Θέματα / Δραστηριότητες

#### Δείτε το εισαγωγικό βίντεο εδώ:

<https://www.youtube.com/watch?v=CghFIHaBKv0>

Κατά τη διάρκεια της παρουσίασης του σκωτσέζικου πλαισίου CMS και της σημασίας του για τους νέους ενήλικες εκπαιδευόμενους, ο συντονιστής θα καθοδηγήσει τους συμμετέχοντες σε μια εξερεύνηση των βασικών συστατικών στοιχείων και αρχών του πλαισίου. Δίνοντας έμφαση στη σημασία των δεξιοτήτων διαχείρισης της σταδιοδρομίας, ο διαμεσολαβητής θα τονίσει πώς αυτό το πλαίσιο υποστηρίζει τους νέους ενήλικες στην αποτελεσματική πλοήγηση στην πορεία της σταδιοδρομίας τους. Εμβαθύνοντας στα θέματα του εαυτού, των δυνάμεων, των οριζόντων και των δικτύων, οι συμμετέχοντες θα κατανοήσουν πώς αυτές οι ικανότητες ενδυναμώνουν τους νέους ενήλικες να λαμβάνουν τεκμηριωμένες αποφάσεις σχετικά με τις εκπαιδευτικές και επαγγελματικές τους φιλοδοξίες. Επιπλέον, ο διαμεσολαβητής θα αναφερθεί σε εξωτερικούς πόρους, όπως ο ιστότοπος Skills Development Scotland, για να παράσχει περαιτέρω πληροφορίες σχετικά με το πλαίσιο και τις εφαρμογές του.

Σύνδεσμος: <https://www.skillsdevelopmentscotland.co.uk/what-we-do/scotlands-careers-services/career-management-skills-explained>

N. 4

Διάλειμμα για καφέ! - 15 λεπτά

## Δραστηριότητα 2: Συζήτηση - Αναδυόμενες ανάγκες των νέων ενηλίκων και διαδικτυακή εμπλοκή

N.	Διάρκεια (σε λεπτά)	Μέθοδοι	Εξοπλισμός & υλικά
5	50 λεπτά	Συζήτηση	Υπολογιστής Παρουσίαση PowerPoint

### Θέματα / Δραστηριότητες

Ο συντονιστής χωρίζει τους συμμετέχοντες σε μικρές ομάδες και τους ενθαρρύνει να ξεκινήσουν μια συζήτηση σχετικά με τις επιτυχημένες και ανεπιτυχείς προσεγγίσεις που έχουν συναντήσει στην επαγγελματική τους πρακτική. Οι συμμετέχοντες θα προβληματιστούν σχετικά με την αποτελεσματικότητα διαφόρων διαδικτυακών πλατφορμών και τακτικών, λαμβάνοντας υπόψη παράγοντες όπως η δέσμευση του κοινού, η συνάφεια του περιεχομένου και η προσβασιμότητα της πλατφόρμας. Μέσω αυτής της συνεργατικής συζήτησης, οι συμμετέχοντες θα αποκτήσουν πολύτιμες γνώσεις σχετικά με τις πραγματικές εφαρμογές των στρατηγικών διαδικτυακής δέσμευσης, ενισχύοντας την κατανόηση και την ικανότητά τους να αξιοποιούν αποτελεσματικά τα ψηφιακά κανάλια στα προγράμματα διαχείρισης της σταδιοδρομίας τους.

## Δραστηριότητα 3: Βίντεο - Πλοήγηση στο ταξίδι της καριέρας μου.

N.	Διάρκεια (σε λεπτά)	Μέθοδοι	Εξοπλισμός & υλικά
6	15 λεπτά	Παρουσίαση and Video	Υπολογιστής Προβολέας και οθόνη για αναπαραγωγή βίντεο Παρουσίαση PowerPoint

### Θέματα / Δραστηριότητες

Δείτε το εισαγωγικό βίντεο εδώ: <https://www.youtube.com/watch?v=zhpcgpgWc1Q>

Αυτό το βίντεο χρησιμεύει ως εισαγωγή για μια εργασία αυτοκατευθυνόμενης μάθησης, η οποία μπορεί να βρεθεί στο έγγραφο Εργασία 2.

N. 7

Ώρα για διάλειμμα! - 15 λεπτά

## Δραστηριότητα 4: Καταιγισμός ιδεών για την εργασία 3

N.	Διάρκεια (σε λεπτά)	Μέθοδοι	Εξοπλισμός & υλικά
8	45 λεπτά	Καταιγισμός ιδεών	Υπολογιστής Προβολέας Παρουσίαση PowerPoint Χαρτί Στυλό και μολύβια

### Θέματα / Δραστηριότητες

Ως προετοιμασία για τη δεύτερη εργασία αυτοκατευθυνόμενης μάθησης που θα βρείτε στο έγγραφο με τίτλο Εργασία 3, οι συμμετέχοντες θα πραγματοποιήσουν έναν ομαδικό καταιγισμό ιδεών.

Ο διαμεσολαβητής αναλαμβάνει να καθοδηγήσει τους συμμετέχοντες μέσω μιας γρήγορης διαδικασίας ιδεοληψίας. Αφού υπενθυμίσει εν συντομία τους στόχους και τους σκοπούς της συνεδρίας, ο συντονιστής εισάγει την τεχνική "brainwriting". Οι συμμετέχοντες ενθαρρύνονται να καταγράψουν τις ιδέες τους ατομικά σε αυτοκόλλητες σημειώσεις ή σημειωματάρια για ένα καθορισμένο χρονικό διάστημα, όπως για παράδειγμα πέντε λεπτά.

Στη συνέχεια, οι συμμετέχοντες δίνουν τις ιδέες τους στον διπλανό τους, ο οποίος τις αξιοποιεί ή δημιουργεί νέες ιδέες για έναν ακόμη γύρο. Η διαδικασία αυτή συνεχίζεται για αρκετές επαναλήψεις, επιτρέποντας την ανάδυση ενός ποικίλου φάσματος ιδεών. Μετά τον καταιγισμό ιδεών, οι συμμετέχοντες μοιράζονται τις ενοποιημένες ιδέες τους με την ομάδα. Ο διαμεσολαβητής αποτυπώνει τις ιδέες οπτικά σε έναν πίνακα ή ένα flip chart για αναφορά. Κλείνοντας, ο συντονιστής συνοψίζει τις βασικές ιδέες που προέκυψαν κατά τη διάρκεια της συνεδρίασης, εκφράζει την ευγνωμοσύνη του για τις συνεισφορές των συμμετεχόντων και τονίζει τη σημασία των ιδεών για την επακόλουθη δραστηριότητα αυτοκατευθυνόμενης μάθησης που περιγράφεται στην εργασία 3.

## Δραστηριότητα 5: Καθοδηγούμενη πρακτική: Ψηφιακή προσωπική επωνυμία

N.	Διάρκεια (σε λεπτά)	Μέθοδοι	Εξοπλισμός & υλικά
9	90 λεπτά	Καθοδηγούμενη διαδικτυακή δραστηριότητα	Φορητοί υπολογιστές ή υπολογιστές με πρόσβαση στο διαδίκτυο Πρότυπα για βιογραφικά και ψηφιακά προφίλ Παραδείγματα εντυπωσιακών διαδικτυακών προφίλ και βιογραφικών σημειωμάτων Σημειωματάρια και στυλό

### Θέματα / Δραστηριότητες

Ο πρωταρχικός στόχος αυτής της πρακτικής δραστηριότητας είναι να ενδυναμώσει τους συμμετέχοντες να αναπτύξουν ελκυστικό διαδικτυακό περιεχόμενο που ενισχύει την προσωπική τους επωνυμία και υποστηρίζει τις προσπάθειες διαχείρισης της σταδιοδρομίας τους. Οι συμμετέχοντες θα αποκτήσουν πρακτικές δεξιότητες για τη δημιουργία ελκυστικών ψηφιακών προφίλ, βιογραφικών σημειωμάτων και άλλου διαδικτυακού υλικού.

Ακολουθήστε τις οδηγίες που παρέχονται στο έγγραφο με τίτλο Task 1.

## Συνεδρία FAQ

N.	Διάρκεια (σε λεπτά)	Μέθοδοι	Εξοπλισμός & υλικά
	20 λεπτά	Συζήτηση	Υπολογιστής Προβολέας Παρουσίαση PowerPoint

### Θέματα / Δραστηριότητες

Ο συντονιστής θα καλέσει τους συμμετέχοντες να υποβάλουν ερωτήσεις για όλα τα θέματα που συζητήθηκαν.

## Συμπεράσματα κατάρτισης και αξιολόγηση

N.	Διάρκεια (σε λεπτά)	Μέθοδοι	Εξοπλισμός & υλικά
	20 λεπτά	Συζήτηση	Evaluation Form

### Θέματα / Δραστηριότητες

Ο συντονιστής ευχαριστεί τους συμμετέχοντες για τη συμμετοχή τους στη σημερινή εκπαιδευτική συνεδρία.

Στη συνέχεια, θα ζητήσει από κάθε συμμετέχοντα να δώσει μια σύντομη εξήγηση για το πώς σκοπεύει να εφαρμόσει τις νέες πληροφορίες που απέκτησε από το πρόγραμμα στο μέλλον. Επίσης, θα απευθύνει πρόσκληση στους συμμετέχοντες να προσφέρουν περισσότερες πληροφορίες.

Στη συνέχεια, οι συμμετέχοντες καλούνται να συμπληρώσουν τα έντυπα αξιολόγησης που τους έχει παρουσιάσει ο συντονιστής.

## Ήρθε η ώρα να πούμε αντίο!

Διάρκεια (σε λεπτά)
10 λεπτά

### Θέματα / Δραστηριότητες

Τις καλύτερες ευχές! Η σύνοδος έφτασε στο τέλος της.

Συνολικός χρόνος διάρκειας	8 ώρες (1 ακαδημαϊκή ώρα = 45 λεπτά)
Εκπαιδευτικό υλικό για τη διδασκαλία F2F	Το έγγραφο με τίτλο "CC WP3 M3 Task 1".
Πόροι	<ul style="list-style-type: none"><li>Υπολογιστής, βιντεοπροβολέας, οθόνη, flipchart, μαρκαδόροι</li></ul>



# Καθοδηγούμενες ασκήσεις

## Εργασία 1: Προσωπικό ψηφιακό branding

Η εργασία αυτή έχει σχεδιαστεί για να σας εφοδιάσει με τις δεξιότητες να αξιοποιείτε τις διαδικτυακές πλατφόρμες και τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης για την αποτελεσματική διαχείριση της σταδιοδρομίας σας. Σε αυτό το εργαστήριο, θα εντρυφήσετε στη δημιουργία συναρπαστικού διαδικτυακού περιεχομένου και θα αναπτύξετε στρατηγικές για την εμπλοκή νέων ενηλίκων σε ουσιαστικές δραστηριότητες διαχείρισης σταδιοδρομίας. Μέσω πρακτικών δραστηριοτήτων και συνεργατικών συζητήσεων, όχι μόνο θα βελτιώσετε τις ικανότητές σας στην ψηφιακή επωνυμία, αλλά και θα συμβάλλετε στην ευρύτερη συζήτηση για την ενσωμάτωση των διαδικτυακών πλατφορμών στην ανάπτυξη της σταδιοδρομίας. Ετοιμαστείτε να εξερευνήσετε τη δυναμική διασταύρωση της τεχνολογίας και της ετοιμότητας σταδιοδρομίας!

### Εισαγωγή

Ξεκινήστε τη συνεδρία τονίζοντας τη σημασία μιας ισχυρής διαδικτυακής παρουσίας στο σημερινό ψηφιακό τοπίο. Συζητήστε τους στόχους της δραστηριότητας, δίνοντας έμφαση στην ενσωμάτωση των διαδικτυακών στρατηγικών και των μέσων κοινωνικής δικτύωσης στην αποτελεσματική διαχείριση της σταδιοδρομίας. Περιγράψτε τα βασικά στοιχεία που θα επεξεργαστούν οι συμμετέχοντες κατά τη διάρκεια της συνεδρίας.

### Βήμα 1: Αυτοαναστοχασμός και καθορισμός στόχων

Καθοδηγήστε τους συμμετέχοντες μέσω μιας άσκησης αυτοαναστοχασμού. Ζητήστε τους να ορίσουν τους στόχους καριέρας τους, το κοινό-στόχο και το προσωπικό τους σήμα. Συζητήστε τη σημασία της ευθυγράμμισης του διαδικτυακού περιεχομένου με τους στόχους καριέρας. Οι συμμετέχοντες θα πρέπει να σημειώσουν τα βασικά σημεία.

### Βήμα 2: Βελτίωση βιογραφικού σημειώματος

Παροχή καθοδήγησης σχετικά με τη σύνταξη ελκυστικών βιογραφικών σημειωμάτων προσαρμοσμένων για ένα διαδικτυακό κοινό. Συζητήστε τη συμπερίληψη βασικών επιτευγμάτων, δεξιοτήτων και εμπειριών. Οι συμμετέχοντες αρχίζουν να συντάσσουν ή να αναθεωρούν τα βιογραφικά τους σημειώματα, εξασφαλίζοντας έμφαση στη σαφήνεια και τη συνάφεια για τις διαδικτυακές πλατφόρμες.

### Βήμα 3: Δημιουργία ψηφιακού προφίλ

Εισάγετε την έννοια των ψηφιακών προφίλ (LinkedIn, προσωπικές ιστοσελίδες κ.λπ.). Καθοδήγηση των συμμετεχόντων στη δημιουργία ή τη βελτίωση των ψηφιακών τους προφίλ. Συζητήστε τη σημασία των επαγγελματικών οπτικών μέσων, των συνοπτικών περιλήψεων και των στοιχείων πολυμέσων. Ενθαρρύνετε τους να αρχίσουν να δημιουργούν την ηλεκτρονική τους παρουσία.

### Βήμα 4: Ενσωμάτωση πολυμέσων

Εξερευνήστε την ενσωμάτωση στοιχείων πολυμέσων (εικόνες, βίντεο, έργα) σε ψηφιακά προφίλ. Οι συμμετέχοντες θα πρέπει να κατανοήσουν πώς τα οπτικά μέσα ενισχύουν τη δέσμευση. Παροχή πρακτικών συμβουλών για τη δημιουργία και την επιλογή περιεχομένου πολυμέσων. Να δοθεί χρόνος για πρακτική εφαρμογή.

### Βήμα 5: Αξιολόγηση από ομοτίμους

Διευκολύνετε μια συνεδρία αξιολόγησης από ομοτίμους. Οι συμμετέχοντες ανταλλάσσουν τα βιογραφικά και τα ψηφιακά προφίλ τους, παρέχοντας εποικοδομητική ανατροφοδότηση. Δώστε έμφαση στη σημασία της λήψης διαφορετικών προοπτικών. Ενθαρρύνετε τους συμμετέχοντες να κάνουν σημειώσεις για βελτιώσεις.

### **Βήμα 6: Άσκηση προσωπικού branding**

Να ηγηθείτε μιας συζήτησης για το προσωπικό branding. Οι συμμετέχοντες προσδιορίζουν τα μοναδικά σημεία πώλησης και τις αξίες τους. Καθοδηγήστε τους στην ενσωμάτωση αυτών των στοιχείων στο βιογραφικό τους σημείωμα και στο ψηφιακό τους προφίλ. Τονίστε τη σημασία της συνέπειας στην προσωπική επωνυμία.

### **Βήμα 7: Παρουσίαση και ομαδική συζήτηση**

Κάθε συμμετέχων παρουσιάζει στην ομάδα το συμπληρωμένο βιογραφικό του και το ψηφιακό του προφίλ. Διευκολύνετε μια ομαδική συζήτηση σχετικά με τις διαφορετικές προσεγγίσεις, τα δυνατά σημεία και τα διδάγματα που αποκομίσατε. Ενθαρρύνετε τους συμμετέχοντες να υποβάλουν ερωτήσεις και να παράσχουν πρόσθετες πληροφορίες.

### **Βήμα 8: Αναστοχασμός και ερωτήσεις και απαντήσεις**

Ολοκληρώστε τη δραστηριότητα με μια συνεδρία προβληματισμού. Οι συμμετέχοντες μοιράζονται τα βασικά τους συμπεράσματα και τις προκλήσεις που αντιμετώπισαν. Ανοίξτε το λόγο για μια συνεδρία ερωτήσεων και απαντήσεων, εξετάζοντας τυχόν παραμένουσες ανησυχίες ή αβεβαιότητες.

### **Συμπέρασμα**

Συνοψίστε τα κύρια σημεία που καλύφθηκαν κατά τη διάρκεια της δραστηριότητας. Παρέχετε στους συμμετέχοντες πόρους για συνεχή μάθηση και βελτίωση. Τονίστε τη σημασία της συνεχούς ενημέρωσης και βελτίωσης της διαδικτυακής τους παρουσίας.

# Εργασίες αυτοκατευθυνόμενης μάθησης

## Εργασία 2: Πλοήγηση στο ταξίδι της σταδιοδρομίας μου

Καλώς ήρθατε στη δραστηριότητα αυτοκατευθυνόμενης μάθησης "Πλοήγηση στο ταξίδι της σταδιοδρομίας μου", μια μεταμορφωτική εμπειρία που έχει σχεδιαστεί για να σας δώσει τη δυνατότητα να αναλάβετε την ευθύνη της εξέλιξης της σταδιοδρομίας σας. Κατά τη διάρκεια αυτής της δραστηριότητας, οι στόχοι μας είναι να ενισχύσουμε την κατανόηση του Πλαισίου Δεξιοτήτων Διαχείρισης Σταδιοδρομίας (CMS), να ενθαρρύνουμε τον αυτοστοχασμό σχετικά με τις δεξιότητες και τις φιλοδοξίες σας και να σας καθοδηγήσουμε στη δημιουργία ενός εξατομικευμένου σχεδίου ανάπτυξης της σταδιοδρομίας σας.

Κατά τη διάρκεια αυτού του ταξιδιού, θα εντρυφήσετε στα βασικά θέματα του CMS Framework: Δυνατά σημεία, Ορίζοντες και Δίκτυα. Με τον τρόπο αυτό, θα αποκτήσετε γνώσεις σχετικά με τα βασικά στοιχεία που συμβάλλουν στην αποτελεσματική διαχείριση της σταδιοδρομίας. Ο γενικός στόχος είναι να σας εξοπλίσει με τα εργαλεία και τις γνώσεις που χρειάζεστε για να πλοηγηθείτε στην πορεία της καριέρας σας με αυτοπεποίθηση και σκοπό.

Αυτή η δραστηριότητα αυτοκατευθυνόμενης μάθησης εκτιμάται ότι θα διαρκέσει περίπου 3 ώρες για να ολοκληρωθεί. Ωστόσο, η διάρκεια μπορεί να ποικίλλει ανάλογα με τις ατομικές προτιμήσεις και το βάθος του προβληματισμού. Συνιστάται να διαθέσετε ειδικό χρόνο για κάθε βήμα, εξασφαλίζοντας μια ολοκληρωμένη διερεύνηση των δεξιοτήτων, των δυνατών σημείων, των φιλοδοξιών και των δυνατοτήτων δικτύωσής σας.

### Εισαγωγή στο CMS Framework:

Ξεκινήστε αυτή την αυτο-οδηγούμενη εξερεύνηση με την εμβάθυνση στο Πλαίσιο Δεξιοτήτων Διαχείρισης Σταδιοδρομίας (CMS). Εξοικειωθείτε με τα τέσσερα βασικά θέματα: Δυνατά σημεία, Ορίζοντες και Δίκτυα. Αφιερώστε χρόνο για να κατανοήσετε πώς κάθε θέμα συμβάλλει στην αποτελεσματική διαχείριση της σταδιοδρομίας και θέτει τα θεμέλια για το εξατομικευμένο ταξίδι σας.

Σύνδεσμος: <https://www.skillsdevelopmentscotland.co.uk/what-we-do/scotlands-careers-services/career-management-skills-explained>

### Αναστοχασμός του εαυτού σας:

Βρείτε έναν ήσυχο, στοχαστικό χώρο για να αναλογιστείτε τις δεξιότητες, τις δυνάμεις και τα επιτεύγματά σας. Σκεφτείτε τις διάφορες πτυχές που διαμορφώνουν την ταυτότητά σας μέσα στην κοινωνία. Καταγράψτε τις βασικές ιδέες και συνειδητοποιήσεις σχετικά με το ποιος είστε, αναγνωρίζοντας τόσο την προσωπική όσο και την επαγγελματική σας διάσταση.

### Ανακαλύπτοντας τα δυνατά σας σημεία:

Συμμετέχετε σε δραστηριότητες, είτε πρόκειται για διαδικτυακές αξιολογήσεις είτε για ασκήσεις προβληματισμού, για να αποκαλύψετε και να αξιολογήσετε τα δυνατά σας σημεία. Σημειώστε τα δυνατά σημεία που έχουν μεγαλύτερη απήχηση σε εσάς και σκεφτείτε πώς μπορούν να αξιοποιηθούν για να σας ωθήσουν μπροστά στο ταξίδι της καριέρας σας.

Σύνδεσμος: <https://www.youtube.com/watch?v=bt9VdqvYDSc>

### Εξερευνώντας διαφορετικούς ορίζοντες:

Βυθιστείτε σε μια ολοκληρωμένη έρευνα σχετικά με διάφορες διαδρομές καριέρας. Εξερευνήστε διαδικτυακές πλατφόρμες, εκθέσεις του κλάδου ή εκπαιδευτικούς ιστότοπους για να διευρύνετε την κατανόησή σας σχετικά με τις πιθανές ευκαιρίες. Σημειώστε τις σταδιοδρομίες που ευθυγραμμίζονται με τα ενδιαφέροντα και τις φιλοδοξίες σας, οραματιζόμενοι τους ποικίλους ορίζοντες που είναι διαθέσιμοι για εσάς.

**Συγκέντρωση πληροφοριών ανεξάρτητα:**

Προκαλέστε τον εαυτό σας να αναζητά ανεξάρτητα και να αξιολογεί κριτικά πληροφορίες που σχετίζονται με τη σταδιοδρομία. Χρησιμοποιήστε ένα συνδυασμό πηγών, όπως ιστότοποι, βιβλία ή διαδικτυακά μαθήματα, για να ενισχύσετε τις γνώσεις σας σχετικά με τον τομέα που έχετε επιλέξει. Αναπτύξτε την ικανότητα αυτόνομης συλλογής πληροφοριών.

**Αναστοχασμός σχετικά με τη διαχείριση της αλλαγής:**

Θυμηθείτε μια συγκεκριμένη περίπτωση κατά την οποία τα επαγγελματικά σας σχέδια υπέστησαν μια σημαντική αλλαγή. Σκεφτείτε πώς προσαρμόστηκατε στην αλλαγή, μάθατε από την εμπειρία και διαχειριστήκατε τη μετάβαση. Καταγράψτε τα διδάγματα που αποκομίσατε από την πλοήγηση σε απροσδόκητες αλλαγές στην πορεία της καριέρας σας.

Σύνδεσμος: <https://www.youtube.com/watch?v=GSWGPTx24JY>

**Δημιουργικός σχεδιασμός καριέρας:**

Συμμετέχετε σε έναν ατομικό καταγισμό ιδεών για να δημιουργήσετε δημιουργικές και καινοτόμες ιδέες για την εξέλιξη της καριέρας σας. Εξετάστε αντισυμβατικές διαδρομές και προσεγγίσεις που ευθυγραμμίζονται με τα μοναδικά σας δυνατά σημεία και τις φιλοδοξίες σας. Αποτυπώστε τις σκέψεις σας στο χαρτί, επιτρέποντας στη δημιουργικότητά σας να ανθίσει.

Σύνδεσμος: <https://www.youtube.com/watch?v=TRsrgy-gpZQ>

**Αξιολόγηση των δεξιοτήτων δικτύωσής σας:**

Αξιολογήστε τις τρέχουσες δεξιότητές σας στη δικτύωση χρησιμοποιώντας τους διαθέσιμους πόρους ή συμβουλές. Προσδιορίστε τους τομείς που χρήζουν βελτίωσης και περιγράψτε συγκεκριμένα βήματα για να βελτιώσετε την ικανότητά σας να δημιουργείτε και να διατηρείτε επαγγελματικά δίκτυα. Εξετάστε πώς η αποτελεσματική δικτύωση μπορεί να συμβάλει στην πορεία της καριέρας σας.

Σύνδεσμος: <https://www.youtube.com/watch?v=y0080zymOa8>

**Σόλο χρόνος περισυλλογής:**

Βρείτε χρόνο για προσωπικό προβληματισμό. Σκεφτείτε ολόκληρη τη διαδικασία, από την αυτογνωσία μέχρι την οραματική απεικόνιση διαφορετικών οριζόντων. Καταγράψτε τις γνώσεις σας, τις προκλήσεις και τυχόν νέες ανακαλύψεις σχετικά με τις επαγγελματικές σας φιλοδοξίες. Αυτός ο προσωπικός προβληματισμός είναι απαραίτητος για τη συνεχή ανάπτυξή σας.

**Κατάρτιση του εξατομικευμένου σχεδίου σας:**

Συνθέστε τους προβληματισμούς και την έρευνά σας σε ένα εξατομικευμένο σχέδιο επαγγελματικής εξέλιξης. Ορίστε εφικτούς στόχους, περιγράψτε συγκεκριμένα βήματα για συνεχή μάθηση και καθορίστε ορόσημα. Το σχέδιο αυτό γίνεται ένας απτός οδηγός για τις μελλοντικές σας επαγγελματικές προσπάθειες, που εδράζεται στα δυνατά σημεία και τις φιλοδοξίες σας που ανακαλύψατε μόνοι σας.

Σύνδεσμος: <https://www.youtube.com/watch?v=jVssNpBk37k>

## Εργασία 3: Ανάπτυξη της στρατηγικής σας για τη δέσμευση στο διαδίκτυο

Καλώς ήρθατε στη δραστηριότητα αυτοκατευθυνόμενης μάθησης "Αναπτύσσοντας τη στρατηγική σας για τη διαδικτυακή δέσμευση", ένα ταξίδι ενδυνάμωσης που έχει σχεδιαστεί για να σας εφοδιάσει με τις δεξιότητες και τις γνώσεις που απαιτούνται για την ανάπτυξη αποτελεσματικών διαδικτυακών στρατηγικών για τη δέσμευση νεαρών ενήλικων εκπαιδευομένων σε δραστηριότητες διαχείρισης σταδιοδρομίας. Κατά τη διάρκεια αυτής της δραστηριότητας, οι στόχοι μας είναι να ενισχύσουμε την κατανόηση των αρχών της διαδικτυακής δέσμευσης, να προωθήσουμε τη δημιουργικότητα στην ανάπτυξη εκστρατειών και να ενθαρρύνουμε τον προβληματισμό σχετικά με την επαγγελματική σας πρακτική.

Κατά τη διάρκεια αυτού του ταξιδιού, θα εξερευνήσετε διάφορες διαδικτυακές στρατηγικές και στρατηγικές κοινωνικής δικτύωσης, αντλώντας έμπνευση από παραδείγματα και βέλτιστες πρακτικές από τον πραγματικό κόσμο. Εμβαθύνοντας σε θέματα όπως η δημιουργία περιεχομένου, η στόχευση του κοινού και η αξιολόγηση εκστρατειών, θα αποκτήσετε πρακτικές δεξιότητες και γνώσεις για να σχεδιάσετε αποτελεσματικές διαδικτυακές πρωτοβουλίες.

Ο γενικός στόχος είναι να σας δώσει τη δυνατότητα να δημιουργήσετε συναρπαστικές διαδικτυακές εμπειρίες που θα έχουν απήχηση στους νέους ενήλικες εκπαιδευόμενους και θα υποστηρίζουν το ταξίδι τους στη διαχείριση της σταδιοδρομίας. Αυτή η δραστηριότητα αυτοκατευθυνόμενης μάθησης εκτιμάται ότι θα διαρκέσει περίπου 3 ώρες για να ολοκληρωθεί. Ωστόσο, η διάρκεια μπορεί να ποικίλλει ανάλογα με τα ατομικά επίπεδα εξερεύνησης και εμπλοκής. Συνιστάται να διαθέσετε ειδικό χρόνο για κάθε βήμα, εξασφαλίζοντας την εις βάθος κατανόηση και εφαρμογή των στρατηγικών διαδικτυακής δέσμευσης στην εκπαιδευτική σας πρακτική.

### **Ανασκόπηση του καταγισμού ιδεών:**

Επανεξετάστε τις ιδέες που προέκυψαν κατά τη διάρκεια του καταγισμού ιδεών από την εκπαίδευση στην τάξη. Σκεφτείτε τις διάφορες στρατηγικές που συζητήθηκαν στο διαδίκτυο και στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης και εξετάστε τις δυνατότητές τους για την εμπλοκή των νεαρών ενήλικων εκπαιδευομένων σε δραστηριότητες διαχείρισης σταδιοδρομίας.

Σύνδεσμος: <https://www.youtube.com/watch?v=OJ2guxkhvKU>

### **Επιλογή διαδικτυακής στρατηγικής ή εκστρατείας:**

Καθώς προχωράτε σε αυτή τη δραστηριότητα, αφιερώστε λίγο χρόνο για να εξετάσετε τις διάφορες ιδέες για διαδικτυακές στρατηγικές και εκστρατείες. Σκεφτείτε ποια από αυτές σας φαίνεται η πιο σχετική και συναρπαστική για την περίπτωσή σας. Σκεφτείτε κατά πόσον ευθυγραμμίζεται με τους στόχους σας, είναι εφικτό να εφαρμοστεί και έχει τη δυνατότητα να έχει ουσιαστικό αντίκτυπο στο κοινό στο οποίο απευθύνεστε. Ζυγίζοντας προσεκτικά αυτούς τους παράγοντες, θα είστε σε θέση να επιλέξετε τη διαδικτυακή στρατηγική ή εκστρατεία που ταιριάζει καλύτερα στις ανάγκες και τους στόχους σας.

Σύνδεσμος: <https://www.voicesofyouth.org/engaging-online>

Σύνδεσμος: <https://yerp.yacvic.org.au/be-heard/involve-young-people/using-social-media-to-involve-young-people>

### **Έρευνα και σχεδιασμός:**

Πραγματοποιήστε έρευνα για να διερευνήσετε περαιτέρω την επιλεγμένη στρατηγική ή ιδέα της εκστρατείας σας στο διαδίκτυο. Εντοπίστε σχετικές μελέτες περιπτώσεων, βέλτιστες πρακτικές και πηγές που μπορούν

να ενημερώσουν για την ανάπτυξη της στρατηγικής. Αναπτύξτε ένα λεπτομερές σχέδιο για την εφαρμογή της στρατηγικής, συμπεριλαμβανομένων συγκεκριμένων στόχων, κοινού-στόχου, μηνυμάτων, δημιουργίας περιεχομένου και καναλιών διανομής.

Σύνδεσμος σε ένα εμπνευσμένο βίντεο στο YouTube με τίτλο "Student Engagement Through a Different Lens": <https://www.youtube.com/watch?v=rbTylVjogil>

### **Δημιουργία περιεχομένου:**

Δημιουργία περιεχομένου για την επιλεγμένη διαδικτυακή στρατηγική ή καμπάνια. Αναπτύξτε αναρτήσεις στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, γραφικά, βίντεο ή άλλο υλικό που θα χρησιμοποιηθεί για την εμπλοκή των νεαρών ενηλίκων μαθητών. Βεβαιωθείτε ότι το περιεχόμενο είναι ενημερωτικό, ελκυστικό και προσαρμοσμένο στις προτιμήσεις και τα ενδιαφέροντα του κοινού-στόχου.

Σύνδεση με το άρθρο "Πώς να αναπτύξετε μια στρατηγική περιεχομένου σε 7 βήματα: Οδηγός από την αρχή μέχρι το τέλος": <https://blog.hubspot.com/marketing/content-marketing-plan>  
Βίντεο: <https://www.youtube.com/watch?v=iyJ4fN-Xh0k>

### **Εφαρμογή και αξιολόγηση:**

Ξεκινήστε τη διαδικτυακή στρατηγική ή εκστρατεία σας, παρακολουθώντας την πρόοδο και την αποτελεσματικότητά της με την πάροδο του χρόνου. Συλλέξτε δεδομένα σχετικά με βασικές μετρήσεις, όπως τα επίπεδα δέσμευσης, η εμπέλεια και η ανατροφοδότηση από νεαρούς ενήλικες εκπαιδευόμενους. Αξιολογήστε την επιτυχία της στρατηγικής με βάση τους προκαθορισμένους στόχους και σκοπούς, κάνοντας τις απαραίτητες προσαρμογές για τη βελτιστοποίηση της απόδοσης.

### **Αναστοχασμός:**

Αναλογιστείτε την εμπειρία από την ανάπτυξη και την εφαρμογή της διαδικτυακής στρατηγικής ή εκστρατείας. Εξετάστε τι λειτούργησε καλά και τι θα μπορούσε να βελτιωθεί για μελλοντικές πρωτοβουλίες. Καταγράψτε τις ιδέες, τα διδάγματα και τις συστάσεις για μελλοντική αναφορά.

Σύνδεσμος σε ένα άρθρο "Η σημασία του προβληματισμού στο ψηφιακό μάρκετινγκ": <https://inflowing.net/blog/the-importance-of-reflection-in-digital-marketing/>

### **Αναφορά και κοινή χρήση:**

Προετοιμάστε μια σύντομη έκθεση ή παρουσίαση που συνοψίζει τη διαδικτυακή στρατηγική ή εκστρατεία, συμπεριλαμβανομένων των βασικών ευρημάτων, των επιτυχιών, των προκλήσεων και των συστάσεων. Μοιραστείτε την έκθεση με συναδέλφους, προϊστάμενους ή συναδέλφους για να διαδώσετε τα συμπεράσματα και τις ιδέες από τη δραστηριότητα αυτοκατευθυνόμενης μάθησης.

### **Ανατροφοδότηση:**

Ζητήστε ανατροφοδότηση από συναδέλφους ή μέντορες σχετικά με τη διαδικτυακή στρατηγική ή εκστρατεία που αναπτύχθηκε. Χρησιμοποιήστε την για να επαναλάβετε και να βελτιώσετε τη στρατηγική για μελλοντικές εφαρμογές.

Βίντεο "Λήψη ανατροφοδότησης": <https://www.youtube.com/watch?v=ihShcUlep2Y>

### **Συμπέρασμα:**

Ολοκληρώστε τη δραστηριότητα αυτό-κατευθυνόμενης μάθησης αναλογιζόμενοι τη συνολική εμπειρία και τον αντίκτυπό της στην επαγγελματική σας ανάπτυξη. Προσδιορίστε τυχόν πρόσθετες μαθησιακές ανάγκες ή τομείς για περαιτέρω διερεύνηση σχετικά με τις στρατηγικές ηλεκτρονικής δέσμευσης και τις δραστηριότητες διαχείρισης της σταδιοδρομίας.

# Παραρτήματα

## Παράρτημα Ι - Ερωτηματολόγιο αξιολόγησης της ενότητας 3

2023.24.23.25 Career Compass - Module 3 Evaluation Questionnaire

### Career Compass - Module 3 Evaluation Questionnaire

Thank you for participating 'Introduction to Career Management Skills: introducing adult educators to the Scottish CMS Framework, emerging needs among young adults related to career management and how to engage these young adults through online and social channels.' Module 3.  
Your feedback is valuable to us and will help us improve future iterations of the program. Please take a few minutes to complete this questionnaire honestly and thoughtfully.

[Click here to see sample questions.](#)

1. Your name: \*
2. Age: \*
3. Gender: \*
4. Occupation/Student Status: \*

**Module Content**

Please rate the following aspects of the module on a scale of 1 to 5, where 1 represents "Strongly Disagree" and 5 represents "Strongly Agree."

<https://docs.google.com/forms/d/1wUuLjzPPhK4zW6W6A6t5a7Z2Uv0z97W1/preforced> 1/4

2023.24.23.25 Career Compass - Module 3 Evaluation Questionnaire

5. The topics covered in the module are relevant. \*
6. The content of the module is clear and well-organized. \*
7. The resources provided in the module are useful. \*
8. The resources provided in the module are useful. \*

**Learning outcomes**

Please indicate the extent to which you feel the module helped you achieve the following learning outcomes.

<https://docs.google.com/forms/d/1wUuLjzPPhK4zW6W6A6t5a7Z2Uv0z97W1/preforced> 2/4

2023.24.23.25 Career Compass - Module 3 Evaluation Questionnaire

9. Understanding of the CMS Framework \*
10. Understanding of the emerging needs of young adults related to career management \*
11. Developing my skills to create online strategies to engage young people \*

**Module delivery**

Please rate the following aspects of the module delivery.

12. The effectiveness of the facilitator/trainer. \*

<https://docs.google.com/forms/d/1wUuLjzPPhK4zW6W6A6t5a7Z2Uv0z97W1/preforced> 3/4

2023.24.23.25 Career Compass - Module 3 Evaluation Questionnaire

13. The pace and engagement level of the sessions. \*
14. Overall, how satisfied are you with the module? \*

**Additional comments**

15. Please share any additional comments or suggestions for improving the module. \*

Thank you for taking the time to complete this questionnaire. Your feedback is greatly appreciated.

<https://docs.google.com/forms/d/1wUuLjzPPhK4zW6W6A6t5a7Z2Uv0z97W1/preforced> 4/4

# CAREER COMPASS



RIGHTNOW

STI analysis, evaluation and policy studies



INSTITUTE OF  
DEVELOPMENT  
N. CHARALAMBOUS



USTANOVA ZA  
OBRAZOVANJE  
ODRASLIH | ADULT  
EDUCATION  
INSTITUTION



Με τη συγχρηματοδότηση  
της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them. Project Number: 2022-1-IS01-KA220-ADU-000087196