

WP3

Þjálfunaráætlun í starfi

Innihald

Kynning	3
Uppbygging þjálfunar í gerð starfsþróunaráætlunar	3
Námismarkmið	4
Áætlun 01	5
Kennsluáætlun	6
Sjálfstæð vinnubrögð (SDL með vísun í Self-Directed Learning Verkefnis)	15
Verkefni 1 (4 Klukkustundir)	15
Verkefni 2 (4 hours)	17
Viðaukar	22
Viðauki I – Mat á örnámskeiði, vinnupappírar, Verkefni 2	22
Viðauki II – Að bera kennsl á tækni um örnámskeið, Verkefni 3	22
Viðauki III - Áætlun 1 Spurningaeyðublað fyrir mat	23
Áætlun 02	24
Kennsluáætlun	25
Verkefni með leiðsögn	34
Verkefni 1: Þróaðu stafrænt örnámsúrræði fyrir ungt fólk í litlum hópum	34
Verkefni við sjálfstæð vinnubrögð (Self-Directed Learning Tasks)	35
Verkefni 2: Leggja mat á árangur og skilvirkni fyrir stafræn örnámskeiðe (4 Klukkustundir)	35
Verkefni 3: Hönnun á skilvirkum örnámskeiðum (4 Klukkustundir)	36
Viðhengi	37
Viðhengi I – Áætlun 2 Spurningablað varðandi mat	37
Áætlun 03	38
Kennsluáætlun	39
Verkefni með leiðsögn	48
Verkefni 1: Persónuleg stafræn einkenni	48
Sjálfstæðar æfingar (Self-Directed Learning Tasks)	50
Verkefni 2: Að stýra starfsferli sínum	50
Verkefni 3: Þróaðu stefnu um hvaða viðveru þú ætlar að hafa á netinu	52
Viðaukar	54
Viðauki I - Áætlun 3 Mat -6	54

Kynning

Verið velkomin í starfsþjálfunarverkefnið okkar sem miðar að því að efla færni kennara sem kenna ungum fullorðnum að taka virkan þátt í örnámskeiðum og sem miða að því að auka færni þeirra til að stjórna starfsþróun sinni. Þetta frekar yfirgripsmikla námskeið er hannað til að undirbúa þátttakendur með því að auka þekkingu þeirra og færni og er um leið verkfæri sem nauðsynlegt er til að laga sig að þróun því umhverfi sem fullorðinsfræðsla á sér stað í.

Áætlun 1: Kynning á aðferðafræði örnámskeiða

Í áætlun 1 munu þátttakendur byrja ferð inn á fræðasvið örnámskeiða. Með því að flétta saman fræðilegri innsýn og hagnýtri notkun munu þátttakendur sjá hvernig hægt er að samþætta örnámstækni í fullorðinsfræðslu til að hámarka námsárangur fyrir ungt fullorðið fólk.

Áætlun 2: Þróun örnámskeiða fyrir ungt fullorðið fólk

Áætlun 2 byggir á grunnþekkingu frá áætlun 1 og gerir þátttakendum kleift að verða skapandi á sviði örnámskeiða sem eru sérsniðin að þörfum ungs fullorðins fólks. Með verkefnum og leiðbeiningum munu þátttakendur læra að þróa stafrænt námsefni sem heillar og hvetur nemendur á stafrænni öld.

Áætlun 3: Kynning á færni í starfsstjórnun

Áætlun 3 kynnir þátttakendum færni til starfsstjórnunar, en með starfsstjórnun er átt við það hvernig einstaklingur skipuleggur starfsframa sinn. Með því að skoða hina skosku CMS áætlun og að skilja nýjar þarfir ungra fullorðinna einstaklinga munu þátttakendur læra hvernig á að styðja við og leiðbeina nemendum á áhrifaríkan hátt í framtíða starfsvali. Að auki verða nýstárlegar aðferðir til að virkja ungt fólk í gegnum net- og miðla skoðaðar.

Uppbygging þjálfunar í gerð starfsþróunaráætlunar

Hver áætlun samanstendur af 6 klukkustunda þjálfun **augliti til auglitis** ásamt 8 klukkustundum af **sjálfstæðum vinnubrögðum**. Þessi blandaða nálgun tryggir jafnvægi milli gagnvirkar námsupplifunar og sveigjanleika til að mæta fjölbreyttum námsstílum og um leið tímaáætlunum.

Þróun þátttakenda með þessu verkefnum leiðir til að þeir ekki aðeins auka eigin faglega getu sína heldur stuðla einnig að valdeflingu og velgengni þátttakenda.

Kennsluaðferðirnar í þessu heftir eru: a) augliti til auglitis er kallað F2F með tilvísun til Face to Face og b) sjálfstæð vinnubrögð eða SDL með vísun í self-directed learning.

Saman skulum við tileinka okkur þetta tækifæri til vaxtar, samvinnu og nýsköpunar í fullorðinsfræðslu.

Námsmarkmið

Áætlun 1: Inngangur að örnámi; að beita örnámstækni við fullorðinsfræðslu

Pekking	<ul style="list-style-type: none">• Skilja meginreglur kenningar um örnám.• Þekkja mismunandi gerðir örnámstækni.• Greina dæmisögur um árangursríka innleiðingu örnáms í fullorðinsfræðslu
Færni	<ul style="list-style-type: none">• Beita örnámstækni við fullorðinsfræðslu.• Meta árangur örnámstækni í fullorðinsfræðslu.• Hanna árangursríka örnámsverkefni fyrir fullorðna nemendur.
Viðhorf	<ul style="list-style-type: none">• Þekkja gildi örnáms í fullorðinsfræðslu.• Þróa jákvætt viðhorf til örnáms.• Vertu opinn fyrir nýjum hugmyndum og nálgunum í fullorðinsfræðslu

Áætlun 2: Þróun örnámskeiða fyrir ungt fullorðið fólk; að styðja kennara sem starfa í fullorðinsfræðslu til að þróa eigin stafræna örnámskeið fyrir ungt fullorðið fólk.

Pekking	<ul style="list-style-type: none">• Skilja meginreglur hugmynda um örnámskeið og hvernig þær eiga við um unga fullorðna nemendur.• Skilja meginreglur hugmynda um örnámskeið og hvernig þær eiga við um unga fullorðna nemendur.• Greina sæmi um árangursríka innleiðingu stafrænna örnámskeiða fyrir unga fullorðna nemendur
Færni	<ul style="list-style-type: none">• Þróa skilvirk stafræn örnámsskeið fyrir ungt fullorðið fólk.• Meta árangur stafrænna örnámsskeiða til að styðja við unga fullorðna nemendur.• Hanna árangursríkt stafrænt örnám fyrir unga fullorðna nemendur
Viðhorf	<ul style="list-style-type: none">• Þekkja gildi örnáms til að styðja unga fullorðna nemendur.• Þróa jákvætt viðhorf til notkunar stafrænna örnámsskeiða.• Vertu opinn fyrir nýjum hugmyndum og aðferðum við þróun stafrænna örnámskeiða

Áætlun 3: Kynning á færni til starfsstjórnunar; að kynna fyrir kennurum í fullorðinsfræðslu fyrir skoska CMS áætluninni, nýjar þarfir meðal ungra fullorðinna sem tengjast starfsstjórnun; og hvernig á að virkja þetta unga fullorðna fólk í gegnum net- og samfélagsmiðla.

Pekking	<ul style="list-style-type: none">• Skilja skosku CMS áætlunina og mikilvægi hennar fyrir ungum fullorðnum nemendum.• Bera kennsl á nýjar þarfir ungs fullorðins fólks um starfsstjórnun.• Greina dæmi um árangursríka innleiðingu á net- og samfélagsmiðlaaðferðum til að virkja unga fullorðna nemendur í viðleitni sinni við að stjórna starfsframa sínum (starfsstjórnun).
Færni	<ul style="list-style-type: none">• Þróa árangursríkar aðferðir á netinu og samfélagsmiðlum til að virkja unga fullorðna nemendur í að stjórna starfsframa sínum.• Meta árangur net- og samfélagsmiðlaáætlana til að virkja unga fullorðna nemendur í að stjórna starfsframa sínum.• Hanna árangursríkar net- og samfélagsmiðlaherferðir til að virkja unga fullorðna nemendur í að stjórna starfsframa sínum.
Viðhorf	<ul style="list-style-type: none">• Þekkja mikilvægi færni við starfsstjórnun til að styðja unga fullorðna nemendur.• Þróa jákvætt viðhorf til að nota net- og samfélagsmiðlar fyrir starfsstjórnunarstarf.• Vertu opinn fyrir nýjum hugmyndum og aðferðum við að þróa net- og samfélagsmiðla til nota í stjórnun starfsframa.

Áætlun

01



Kynning á aðferðum við örnámskeið.
Hugmyndafræði um að beita tækni
við kennslu í örnámskeiðum

Kennsluáætlun

Kynning á örnámskenningum; beita tækni við fullorðinsfræðslu.

Markhópur	Ungt fullorðið fólk
Markmið	<ul style="list-style-type: none">• Öðlast skilning á kenningum og tækni um örnám.• Kynna árangursrík dæmi um örnám.• Æfðu þig í að búa til myndband um örnám sem hentar fullorðnum nemendum.• Lærðu hvernig á að meta örnámsverkefni og þróa þau til að henta betur þörfum fullorðinna nemenda.• Þróa viðurkenningu fyrir það að prófa nýjar námsaðferðir og -tækni.
Hæfniviðmið	<p>Þekking:</p> <ul style="list-style-type: none">• Skilja meginreglur kenninga um örnám.• Þekkja mismunandi gerðir tækni um örnám.• Greina dæmi um árangursríka innleiðingu örnáms í fullorðinsfræðslu. <p>Færni:</p> <ul style="list-style-type: none">• Beita örnámstækni við fullorðinsfræðslu.• Meta árangur örnámstækni í fullorðinsfræðslu.• Hanna árangursríkt örnámsverkefni fyrir fullorðna nemendur. <p>Viðhorf:</p> <ul style="list-style-type: none">• Þekkja gildi örnáms í fullorðinsfræðslu.• Þróa jákvætt viðhorf til örnáms.• Vertu opinn fyrir nýjum hugmyndum og nálgunum í fullorðinsfræðslu.
Tímalengd	F2F – 8 Klukkustundir (8x45 mínútur) / SDL – 6 Klukkustundir (6x45 mínútur)
Viðfangsefni	<ul style="list-style-type: none">• Kynning á kenningum og tækni um örnám.• Prófa og meta örnám.• Skilningur á fjölbreyttri notkun örnáms.• Að búa til myndskaið um örnám sem hentar fullorðnum nemendum.
Undirbúningur	t.d.: Að skapa áhrifaríkt námsumhverfi.

Kennsluáætlun F2F (augliti til auglitis)

Kynning

N.	Tímalengd (í mínútur)	Aðferðir	Búnaður og efni
1	30 mínútur	Kynning	Tölva Myndvarpi PowerPoint Kynning

Þemu / Starfsemi

Kynna þema áætlunar: Þróun örnámsskeið fyrir ungt fullorðið fólk

Örnám er aðferð til að koma fræðslufni til skila á stuttum tíma. Efni er skipt niður í hluta með einföldum og auðskiljanlegum upplýsingum. Þessar upplýsingar eru markvissar. Það eru nokkur algengar gerðir af örnámsskeiðum svo sem myndbönd, myndrænt form, hlaðvörp, leiki og skyndipróf o.s.frv.

Örnám er sveigjanleg og gagnvirk leið til að læra. Aðföng eru venjulega aðgengileg á netinu t.d. í farsímum. Þetta þýðir að nemendur geta nálgast námskeiðin hvenær sem er og hvar sem þeim hentar. Nemendur geta tekist á við flókin viðfangsefni í eigin takti, þannig er auðvelt er að varðveita upplýsingar.

Tilvísun: Nehra (2021)

Útskýrðu hæfnisviðmið: Þekking, Færni og Viðhorf og Þekking:

Nemendur ættu að geta skilið meginreglur kenninga um örnámsskeið og vita hvernig á að bera kennsl á mismunandi gerðir tækni á sviði örnámsskeiða. Þeir geta þróað þessa þekkingu með því að greina árangursrík dæmi um örnám í fullorðinsfræðslu.

Færni: Nemendur ættu að geta beitt þekkingu sinni af örnámsskenningum og -tækni í námi sínu. Með æfingunni verða þeir færir í að hanna og meta verkefni á sviði örnáms fyrir fullorðna nemendur.

Viðhorf: Nemendur geta metið gildi örnáms í fullorðinsfræðslu og hafa jákvætt viðhorf til þess. Þeir geta verið með opinn huga fyrir nýjum hugmyndum og kennsluháttum í fullorðinsfræðslu.

Gera grein fyrir uppbygging Kennsluáætlunar.

8 Klukkustundir námi auglitis til auglitis (F2F).

6 Klukkustundir sjálfstæð vinnubrögð (SDL)

Markhópurinn er kennarar eða leiðbeinendur sem vinna með ungt fullorðið fólk.

Námið inniheldur fjögur verkefni. Lýstu markmiðunum.

Að brjóta upp námið

N.	Tímalengd (í mínútur)	Aðferðir	Búnaður og efni
2	30 mínútur	Kynning og leiðsögn	Pappír eða límmiðar. Pennar og yfirstrikunar-pennar. PowerPoint Kynning

Þemu / Starfsemi

"Hin óvænta staðreynd" (Symonds, 2024)

Markmið:

Þetta er fyrsta augliti til auglitis námið í þessari áætlun. Leiðbeinandinn ætti að hvetja þátttakendur til að kynna sig og kynnast í gegnum svo kallaðan ísbrjót.

Skref:

- Leiðbeinandinn byrjar verkefnið á því að biðja alla þátttakendur að kynna sig stuttlega og segja aðeins frá því hvers vegna þeir taka þátt í þessari þjálfun. Leiðbeinandinn getur leitt þetta með því að kynna sig fyrst.
- Allir þátttakendur fá penna og blað eða límmiða.
- Þátttakendur skrifa niður eina áhugaverða staðreynd um sjálfa sig sem hinir eiga ekki von á. Þátttakendur fá 5-8 mínútur til að hugsa um eitthvað til að skrifa.
- Blöðum þátttakenda er safnað saman.
- Blandið blöðunum saman.
- Lesið er upp af blöðunum eina í einu. Þátttakendur skiptast á að giska á hver skrifaði viðkomandi atriði.
- Sá sem skrifaði viðkomandi atriði að segja aðeins frá því sem þar stendur og gefa smá samhengi ef þörf krefur.

Valkostur

Að öðrum kosti geta þátttakendur látið áhugaverðar staðreyndir sínar fylgja með þegar þeir kynna sig fyrir hópnum í upphafi. Þetta mun draga úr tíma sem þarf fyrir ísbrjótinn

Verkefni 1: Örnámskeið, kenningar og tækni við hönnun

N.	Tímalengd (í mínútur)	Aðferðir	Búnaður og efni
3	35 mínútur	Kynning og myndband	Tölva Myndvarpi og tjald fyrir myndvarpa PowerPoint Kynning

Þemu / Starfsemi

Leiðbeinandinn getur spila stutt myndbönd, sjá tenglana hér að neðan. Fyrsta myndbandið útskýrir hvað örnám er og kenningin á bak við það. Seinna myndbandið lýsir meginreglum þess að hanna örnámskeið. Þessi myndbönd eru í sjálfu sér dæmi um örnám! Athugaðu að á YouTube er möguleiki á að hafa undirtexta. Best er að spyrja þátttakendur hvort þeir vilji að kveikt sé á þeim.

[Video #1](#)

[Video #2](#)

Spurningar varðandi sjálfshugleiðingu:

Leiðbeinandinn biður þátttakendur að svara eftirfarandi spurningum eftir að hafa horft á myndböndin:

- Hefur þú notað örnám í kennslu með fullorðnum nemendum áður? Ef svo er, hvernig hefur reynsla þín verið?
- Hvað finnst þér um örnám?
- Hver telur þú ávinninginn af þessari aðferð?
- Hverjir finnst þér ókostirnir við þessa aðferð vera?

Leyfðu þátttakendum að eyða 10-15 mínútum í að hugleiða allt um myndböndin og svara spurningunum.

Umrhæður í hóp:

Það má ljúka verkefninu með stuttu spjalli. Spyrja þátttakendurna hvernig þeir svöruðu spurningunum um sjálfsíhugun og viðbrögð þeirra við þeim. Það á að svara öllum spurningum sem þátttakendur hafa.

N. 4

Kaffitími! - 20 mínútur

Verkefni 2: Að prófa örnámskeið

N.	Tímalengd (í mínútur)	Aðferðir	Búnaður og efni
5	45 mínútur	Kynning og leiðsögn	Tölva Myndvarpi Skjár fyrir myndbönd PowerPoint Kynning Þátttakendur ættu að hafa aðgang að síma eða spjaldtölvu og interneti Pappír og penna PDF aðgangur

Þemu / Starfsemi

Fyrir þetta verkefni munu þátttakendur prófa núverandi fræðsluörnámsvettvang sem heitir [EdApp](#)

Skref:

1. Leiðbeinandi á að skipta þátttakendum í 2-3 manna hópa og láta hverjum hópi í té verkefnisblað (viðauki I – Vinnublað fyrir örnámsnámskeið).
2. Hann á að sýna þátttakendum hvernig á að opna EdApp og búa til admin reikning á símanum sínum, fartölvu eða spjaldtölvu.
3. Opna EdApp vefsíðuna og benda á helstu eiginleika EdApp notendaviðmótsins svo þátttakendur viti hvernig á að vafra um það og leita að námskeiðum. Það eru vísbendingar um hvernig á að gera þetta í meðfylgjandi kynningu.
4. Í hópum ættu þátttakendur að prófa eitt af námskeiðunum. Þetta getur verið námskeið sem snertir þátttakendur á einhvern hátt eða vekur áhuga þeirra. Ef þeir vita ekki hvar þeir eiga að byrja, leggið til að þeir prófi eitt af námskeiðunum um frumkvöðlastarf ungmenna: Leiðtogafærni námskeiðið
5. Þátttakendur ættu að vinna saman að mati á námskeiðinu og ljúka við verkefnisblaðið (Viðauki I – Vinnublað örnámsnámskeiðs). Þátttakendum vinna að þessu í 25-30 mínútur.
6. Þátttakendur geta ræða um námskeiði í hópi lokin og spyrja spurninga sem þeir kunna að hafa.

Verkefni 3: Örnámskeið – Að þekkja tæknina

N.	Tímalengd (í mínútur)	Aðferðir	Búnaður og efni
6	45 mínútur	Kynning and Video	Tölva Myndvarpi skjár fyrir myndbönd PowerPoint Kynning Þátttakendur hafi aðgang að síma eða spjaldtölvu og Wi-Fi Pappír og penna PDF skjal

Þemu / Starfsemi

Fyrir þetta Verkefni skoða þátttakendur margskonar myndbönd um örnámskeið. Myndbönd eru vinsælt tæki og skila jafnan áhrifaríkri þekkingu um örnámskeið. Dæmin sýna hvernig hægt er að búa til myndband um hvaða efni sem er. Það eru fimm dæmi hér að neðan.

[Video #1](#) (stærðfræði kennsla)

[Video #2](#) (spönskukennsla)

[Video #3](#) (heilsa og öryggi á vinnustaða)

[Video #4](#) (líffræði hjartans)

[Video #5](#) (Ted ræða um bíflugur)

Skref:

1. Leiðbeinandinn afhendir hverjum þátttakanda verkefnisblað (viðauki II - Auðkenning örnámstækni) og úthluta þeim eitt af myndböndunum um örnám.
2. Þátttakendur horfa á það myndband sem þeim var úthlutað. Þeir bera kennsl á þá örnámstækni sem notuð er og svara spurningunum á verkefnisblaðinu (viðauki II - Að kenna örnámstækni). Gefa um 20 mínútur í þetta.
3. Þátttakendur mynda síðan tveggja manna hópa með einhverjum sem fór yfir dæmi sem var ólíkt þeirra eigin.
4. Þátttakendur kynna myndbandið sem þeir horfðu á og tæknina sem þeir tilgreindu fyrir félagu sínum. Þeir ræða um hvað þeim fannst og hvaða skoðun þeir höfðu.
5. Taka svo tíma í lokin til að velta fyrir sér verkefnið og spyrja spurninga.

N. 7

Hlé! - 20 mínútur

Verkefni 4: Hvernig á að búa til myndband um örnámskeið fyrir fullorðinsfræðslu

N.	Tímalengd (í mínútur)	Aðferðir	Búnaður og efni
8	90 mínútur	Kynning og leiðsögn	Tölva Myndvarpi PowerPoint Kynning PDF síður Pappír og penni

Þemu / Starfsemi

Þróðu stafrænt örnámsúrræði fyrir ungt fullorðið fólk. Vinna í litlum hópum.

Skref:

1. Leiðbeinandinn sýnir þátttakendum yfir hvernig eigi að fara að því að búa til sitt eigið myndband um örnámskeið sem ætlað er fullorðnum nemendum. Þeir fá síðan penna og pappír til nota við hugarflug og frekari athuganir. Þeir verða að hafa aðgang að viðeigandi forritum, svo sem Camtasia, Animoto eða Powtoon.
2. Sömu aðilar og unnu saman að fyrra verkefni skoða hugmyndir um efni fyrir eigið myndband um örnám. Myndbandið er ætlað fullorðnum nemendum.
3. Þátttakendur þrengja síðan hugmyndir sínar þannig að aðeins eitt efni er til umfjöllunar. Þátttakendur fá síðan 20-30 mínútur til að rannsaka efnið og gera áætlun fyrir myndbandið sitt.
4. Hóparnir skipta vinnunni á milli sín og byrja að búa til myndbandið. Þeir fá um 40-50 mínútur til að vinna að þessu.
5. Til að klára verkefnið ætti hver hópur að kynna myndbandið sitt fyrir öðrum þátttakendum (þótt það sé ekki orðið alveg tilbúið). Aðrir þátttakendur gefa síðan uppbyggilega endurgjöf og ræða reynsluna saman.

Spurningar og svör

N.	Tímalengd (í mínútur)	Aðferðir	Búnaður og efni
9	20 mínútur	Umræður	Tölva Myndvarpi PowerPoint Kynning

Þemu / Starfsemi

Leiðbeinandinn býður þátttakendum að spyrja spurninga um það viðfangsefni sem rætt er um

Niðurstöður og mat þjálfunar

N.	Tímalengd (í mínútur)	Aðferðir	Búnaður og efni
10	20 mínútur	Umræður	Mats blað

Þemu / Starfsemi

Leiðbeinandinn þakkar þátttakendum fyrir að vera með í þjálfuninni.

Þátttakendur beðnir að fylla út matsblað.

Tími til að kveðja!

N.	Tímalengd (í mínútur)
11	5 mínútur

Þemu / Starfsemi

Bestu kveðjur. Nú er þessari þjálfun lokið.

Heildar tímalengd	8 Klukkustundir (1 kennslutími = 45 mínútur)
Fræðsluefni til kennslu augliti til auglitis	Viðauki I – Matsblað fyrir örnámskeið Viðauki II – Að bera kennsl á tækni við örnámskeið
Hvað var notað	<ul style="list-style-type: none"> • Tölva með aðgang að internetinu • Myndvarpi and skjár fyrir myndbandasýningu • Pappír og penni fyrir glósur
Gagnlegar tilvitnanir og efni fyrir frekari þjálfun í gerð örnámskeiða	<ol style="list-style-type: none"> 1. Burns, M. (2019, March 2). 7 Tips for creating engaging microlearning videos for your online course. Retrieved from https://elearningindustry.com/engaging-microlearning-videos-online-course-7-tips-creating. 2. Henriksen, E. (2023, October 30). How to write a video script. Retrieved from https://www.synthesia.io/post/how-to-write-a-video-script#step-4-write-a-short-brief. 3. Instructional Design Australia (2024). How to design effective microlearning experiences for adult learners. Retrieved from https://instructionaldesign.com.au/how-to-design-effective-microlearning-experiences-for-adult-learners/. 4. Kelly, T. (2024). Challenges with adult learning. Using microlearning to effectively educate. Retrieved from https://kta.com/kta-university/using-microlearning-educate/. 5. Nehra, M. (2021, October 14). The science behind the effectiveness of microlearning. Retrieved from https://elearningindustry.com/science-behind-the-effectiveness-of-microlearning. 6. Kannelle (2021, April 7). 5 Best practices to create amazing microlearning videos. Retrieved from https://www.youtube.com/watch?v=CUBOYZUvNtY. <p>Reference for Icebreaker activity: Symonds, V. (2024, January 23). 3 More free fun ice breakers for meetings, conferences, and workshops. Retrieved from https://symondsresearch.com/fun-ice-breakers/.</p>

Sjálfstæð vinnubrögð (SDL með vísun í Self-Directed Learning Verkefni)

Verkefni 1 (4 Klukkustundir)

Fyrir þetta námsverkefni sem unnið er sjálfstætt, er þér bent á að byrja á að lesa tvær greinar um örnám og nemendur í fullorðinsfræðslu. Þetta gæti upplýst þig betur um hvað örnám er. Einnig er gerð grein fyrir nokkrum rannsóknum á bakvið þetta viðfangsefni og hvernig hægt er að beita því við kennslu. Skoðaðu síðan dæmisöguna sem bent var á og svaraðu spurningunum sem fylgja henni. Þú getur skipt verkefninu í nokkra hluta. Í heildina ætti það að taka fjórar klukkustundir til að klára allt verkefnið.


Skoðaðu þessar tvær greinar:

- [A systematic review of mobile-based microlearning in adult learner contexts](#) (Moore, Hwang, & Moses, 2023)
- [Examining the design of microlearning for Korean adult learners](#) (So, Lee, & Roh, 2020)

Fyrir hvora grein skaltu fylla út í afit af vinnublaðinu sem fylgir hér að neðan eða nálgast það í gegnum þennan [Canva link](#). Þú ættir að skrifa stutta samantekt á hvoru tveggja og taka fram helstu atriði eða atriði sem geta haft áhrif á kennsluhætti þína og hvernig þú notar örnám með fullorðnum nemendum. Ef þú vilt læra meira um að lesa og meta rannsóknargreinar, notaðu þessi úrræði:

- [Gátlistar fyrir gagnrýnt mat](#)
- [Hvernig á að lesa greinar](#)
- [Mikilvægi á að leggja mat á greinar á gagnrýnn hátt](#)

Paper Review Worksheet ([Canva link](#)):



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 (Morrison, 2023; UCC, 2020):	
1	Is the subject of the paper relevant to your work?	<input 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"/>

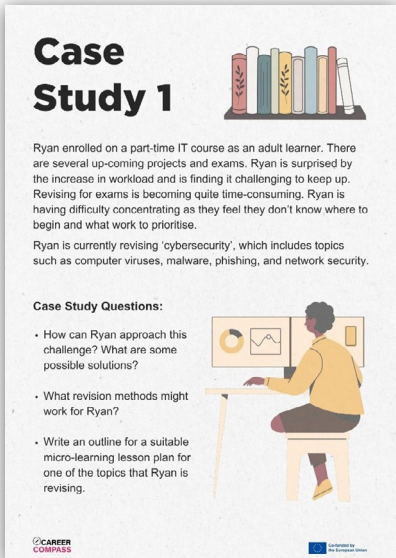
What question is being asked by the authors of this paper?

Summary:

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

CAREER COMPASS

Lítum á eftirfarandi dæmisögu ([Canva link](#)):



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

Supported by the European Union

Úrræði til nota við að meta greinar:

Eftirfarandi úrræði eru til að hjálpa þér að setja upp spurningar varðandi dæmisögurnar og skrifa yfirlit um örnám.

- [Myndbönd](#): Yfirlit yfir netöryggi.
- [Dæmi um æfingu](#): Námskeið um netöryggi.
- [Að skipuleggja námskeið \(með eyðublöðum\)](#) : Örnám og hvernig á að gera kennsluáætlun - leiðbeiningar.
- [Að skrifa um skipulag námskeiðs](#): grein með leiðbeiningum um hvernig á að skrifa kennsluáætlun.

Tilvísanir í vinnublað:

Morrison, K. (2023, March 31). Dissecting the literature: the importance of critical appraisal. Retrieved from <https://www.rcseng.ac.uk/library-and-publications/library/blog/dissecting-the-literature-the-importance-of-critical-appraisal/>.

UCC (2020, October 22). How to critically appraise a scientific paper (medical journal). Retrieved from <https://www.ucc.ie/en/Færnicentre/if-i-knew-then-what-i-know-now/how-to-critically-appraise-a-scientific-paper-medical-journal.html>.

Verkefni 2 (4 hours)

Til að undirbúa Sjálfstæð vinnubrögð (SDL) gætir þú prófað mismunandi dæmi um örnámsmat. Þú getur síðan búið til þitt eigið mat fyrir örnámskeið sem hægt er að nota við kennslu þar sem nemendur eru fullorðið fólk.

Mismunandi tegundir af mati á örnámskeiðum:

Til eru nokkrar tegundir námsmats sem hægt er að fella að örnámskeiðum. Nokkrar algengar tegundir innihalda spurningakeppnir, skoðanakannanir, leiki, spjaldtölvur, greining á atburðarás, uppgerð, mat á frammistöðu verkefna, sjálfsgrundun og fleira! Mat á örnámskeiðum ætti aðeins að vera í fáum skrefum og vera fljótlegt og auðvelt að ljúka. Þau eru venjulega gagnvirk og grípandi.

Skoðaðu að minnsta kosti fjögur af dæmunum hér að neðan. Þú getur leitað að fleiri dæmum ef þú villt ef um er að ræða ákveðið efni eða stíll sem þú hefur áhuga á. Íhugaðu fyrir hvert dæmi góða eiginleika og hvað virkar vel. Hverju mundir þú bæta (ef eitthvað). Þú getur notað meðfylgjandi vinnublað til að skrifa minnispunkta

([Canva hlekkur](#)).

Dæmi um sjálfsmat á örnámskeiðum:

- [Taktu eftir falsfréttum](#): Dæmi um örnámskeið um að koma auga á falsaða pósta á samfélagsmiðlum, en námskeiðið endar á spurningum í lokin.
- [Stærðfræðikort](#): Dæmi um gagnvirk kort þar sem valið er úr svörum, til að kenna grunn stærðfræði.
- [Verkefni sem byggja á dæmum](#): Dæmi um gagnvirk verkefni þar sem nemandi bregst við atburðarás með því að velja svör af lista með nokkrum möguleikum. Þetta gerir nemandanum kleift að æfa sig og undirbúa fyrir það hvernig hann myndi takast á við svipaðar aðstæður í raunveruleikanum.
- [Spurninga kort \(Quizlet\)](#): Þetta er einfalt dæmi með átta spurningakortum til að prófa þekkingu þína á kvikmyndageiranum. Quizlet (spurningakort) er frábært tæki með spjöldum með talsvert úrval viðfangsefna. Það er líka hægt að búa til eigin kort. Hægt er að setja allskonar myndir á kortin. Þetta gefur möguleika til að nota kortin til að prófa sjálfan þig í gegnum krossapróf.
- [Fjölvalspróf](#): Þetta er enn eitt dæmið um spurningakeppni með krossaspurning sem eru endurteknar þangað til þú ert með öll svörin rétt. Þetta er einfalt örnámskeið til að auka færni nemenda á grunnundirbúninginn fyrir gönguferðir.
- [Leikur um heilsu og öryggi](#): Leikur sem byggir á sviðsmyndum um atburðarás til að læra um heilsu og öryggi á vinnustað. Þú eykur þekkingu sína um heilsu- og öryggi og þjálfar þig í að koma auga á aðsteðjandi hættu. Þú svarar líka spurningum um hvernig og hverjum þú munt tilkynna um hættuástand.
- [Khan academy spurningaleikurinn](#): Khan akademían hefur birt örnámskeið sem byggja á myndbandi fyrst og fremst fyrir stærðfræði en einnig fyrir aðrar greinar eins og náttúrufræði, listir og hugvísindi, færni um lífið o.fl. Myndbönd í hverri kennslustund eru yfirleitt frekar stutt og fjalla um eitt afmarkað efni. Formið er mjög svipað og örnám. Það eru skyndipróf á milli myndbandskenndu til að gefa nemendum færi á að æfa það sem þeir hafa lært og til að leysa vandamál. Hér er eitt dæmi um svona skyndiprófum, eða „Algebru basics“ (Grunnatriði algebru).
- [Kahoot spurningaleikurinn](#): Dæmi um Kahoot spurningaleikinn fjallar um smásjá, frumur og prótein. Þetta er hægt að spila einn eða með hópi fólks. Ef þú ert að prófa þetta bara í einrúmi, skaltu velja „spila sóló“.

Vinnublað fyrir matstæki ([Canva link](#)):



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 is an illustration of a person writing at a desk and a logo for "CAREER COMPASS" at the bottom left.

Búið til eigin örnámskeið:

Nú þegar þú hefur skoðað dæmi um mat á örnámskeiði er kominn tími til að þróa þitt eigið. Líttu á athugasemdirnar sem þú gerðir þegar þú varst að prófa dæmin. Hverjir eru góðir eiginleikar sem slíkt mat ætti að hafa? Stefnt að því að matið sem þú gerðir endurspegli þessa eiginleika. Það gæti verið gagnlegt að lesa eftirfarandi tvær greinar til að kanna mismunandi stafræn eyðublöð um mat og hönnun þeirra.

[Grein 1](#): Mismunandi tegundir af stafrænum spurningum.

[Grein 2](#): Spurningapróf, stuttar æfingar, hönnun og mat gert á netinu.

Hugarflug

Notaðu 5-10 mínútur í að hugleiða möguleg viðfangsefni og eyðublöð fyrir mat sem þú gætir notað. Mundu að þú ert að búa til mat á örnámskeiði sem þú gætir raunverulega notað við kennslu – veldu efni sem passa við þær námsgreinarnar sem þú kennir.

Hugmyndir að matseyðublaði

Þróun hugtaka

Veldu bestu hugmyndina sem þú ert með og sem þú vilt þróa frekar. Skipulegðu hugarflugi þannig að þú getir alltaf snúið aftur að þessum hugmyndum og æft þig í að búa til fleiri tæki fyrir matið! Fylltu út töfluna hér að neðan með því að skoða hugmynd þína og skipuleggja síðan smáatriðin, t.d. námsmarkmið, innihald og útlit og stíl matstækisins. Þú ættir síðan að rannsaka og velja hugbúnaðinn eða vefsíðu sem þú ætlar að nota til að búa til matstækið, t.d. Kahoot, EdApp o.s.frv. Mundu að hafa í huga að efnið og markmiðið ætti að vera stutt og hnitmiðað. Þú ættir líka að huga að markhópnum þínum (fullorðnir nemendur) og hverjar óskir þeirra og námsstíll eru (Hoomale, 2024).

Þróun hugtaka (Hoomale, 2024)	
Viðfangsefni:	
Námsmarkmið (1-2 markmið):	
Markhópur:	
Innihald námskeiðs:	
Útlit og stíll:	
Forrit/ vefsíða (sjá úrræði):	

Spurningar í matinu

Það fer eftir útliti og stíl þess matseyðublaðs, hvernig þú spyrð nemendur spurninga eða metur þær. Komdu með 3-10 spurningar til að leggja fyrir nemendur.

1. _____

Að búa til matstæki (assessment tool).

Þú ættir nú að vera tilbúinn að búa til matstæki þitt og þar með eyðublað. Gefðu þér tíma til að venjast forritinu eða vefsíðunni sem þú ert að nota. Þú getur skoðað fyrri skref ef þér finnst þú þarft að gera frekari athuganir. Vertu viss um að þú sért að fylgjast með hönnun og skipulagi matstækisins. Taktu tillit til aðgengis og leturgerðarinnar, stærðarinnar og litanna sem þú notar. Láttu margmiðlun eins og myndir og myndbönd fylgja með til að gera matið meira grípandi – en tryggðu að margmiðlun passi við stað og stund og sé ekki truflandi á neinn hátt. Þú getur notað leiðandi verkfæri fyrir grafíska hönnun eins og [Canva](#), [Design Wizard](#), eða [Adobe Express](#).

Prófun og mat.

Þegar þú hefur útbúið matstækið ættirðu að prófa það og síðan meta það. Skoðaðu gátlistann um hönnun, hér að neðan við þetta verk. Gerðu allar breytingar sem þarf. Einnig er gott að biðja einhvern annan um að prófa tækið og veita endurgjöf.

Gátlisti um hönnun (University of Dundee, 2023; Inclusion & Accessibility Labs, 2022)	Já/Nei
Eru leiðbeiningarnar skýrar og auðskiljanlegar?	
Er það auðvelt að vafra um og nota tækið?	
Er í því margmiðlunarkerfi, svo sem myndir og hreyfimyndir?	
Er það aðgengilegt? Íhuga leturgerðir (litur og stærð). Ef um er að ræða myndband, eru þá skjátextar og yfirlit? Hugsaðu um sérstakar þarfir nemenda þinna.	
Er það grípandi og gagnvirkt?	
Er einhver þáttur um hvatningu nemenda, t.d. verðlaun, merki o.s.frv.?	

Hugleiðingar

Þegar þú hefur búið til og metið matstækið þitt skaltu klára verkefnið með stuttum hugleiðingum. Skrifaðu nokkrar línur um reynslu þína við að búa til matstækið og hugleiddu hvernig verkefnið gekk. _____

Úrræði:

Eftirfarandi tenglar eru úrræði sem geta verið gagnleg við þróun matstækisins fyrir fullorðna nemendur.

- [Grein](#): Upplýsingar og leiðbeiningar um leikjahönnun og spilamennsku.
- [Grein](#): Matstæki á netinu og að búa til gagnvirka spurninga próf.
- [Grein](#): Að búa til gild og áreiðanleg matstæki fyrir markhópinn fullorðnir nemendur.

Forrit og vefsíður – til að búa til matstæki fyrir örnámskeið:

Eftirfarandi er nokkur dæmi.

- [Kahoot](#) (gjaldfrjálst fyrir kennara, möguleiki á að uppfæra áskrift)
- [Quizlet](#) (gjaldfrjálst, háþróaðir eiginleikar ef þú uppfærir áskrift)
- [Quizizz](#) (gjaldfrjálst)
- [Google Forms](#) (gjaldfrjálst)
- [Articulate 360](#) (þarf áskrift)
- [Adobe Captivate](#) (þarf áskrift)
- [EdApp](#) (gjaldfrjálst, áskrift valfrjáls)
- [Nearpod](#) (gjaldfrjálst fyrir kennara)

Tilvísanir:

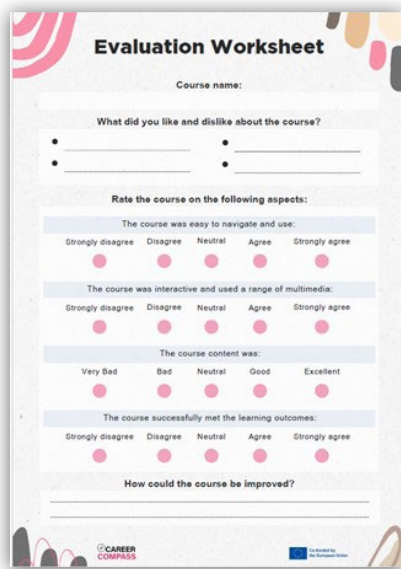
Hoomale (2024). Gamified microlearning: design roadmap and examples. Retrieved from <https://hoomale.com/gamified-microlearning-design-roadmap-and-examples/>.

Inclusion & Accessibility Labs (2022). Understanding the POUR principles of accessibility. Retrieved from <https://ialabs.ie/understanding-the-pour-principles-of-accessibility/>.

University of Dundee (2023, July 7). Creating inclusive teaching materials. Retrieved from <https://www.dundee.ac.uk/guides/creating-inclusive-teaching-materials>.

Viðaukar

Viðauki I – Mat á örnámskeiði, vinnupappírar, Verkefni 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

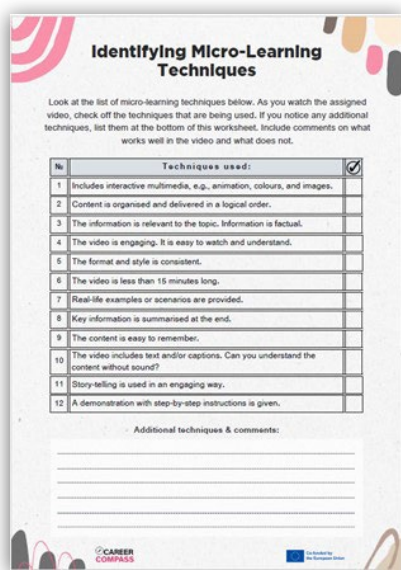
• • • • •

How could the course be improved?

CAREER COMPASS

Co-funded by the European Union

Viðauki II – Að bera kennsl á tækni um örnámskeið, Verkefni 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.	Techniques 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 15 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

Co-funded by the European Union

Viðauki III - Áætlun 1

Spurningaeyðublað fyrir mat

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.

Áætlun

02



Þróun örnámskeiða fyrir ungt
fullorðið fólk; til að styðja kennara í
fullorðinsfræðslu við að þróa eigin stafræna
örnámskeið fyrir ungt fullorðið fólk

Kennsluáætlun

Heiti áætlunar	Áætlun 2: Þróun örnámskeiða fyrir ungt fullorðið fólk; til að styðja kennara í fullorðinsfræðslu við að þróa eigin stafræna örnámskeið fyrir ungt fullorðið fólk.
Markhópur	Ungt fullorðið fólk
Markmið	<ul style="list-style-type: none">• Skilja mismunandi gerðir örnámskeiða, svo sem myndbönd, hlaðvörp, skýringamyndir og spurningapróf.• Þekkja lykilþætti skilvirkra örnámskeiða, svo sem lengd, mikilvægi og tengsl við önnur örnámskeið.• Lærðu hvernig á að nota stafræn verkfæri til að búa til og birta örnámskeið, eins og Canva, Adobe Spark og Articulate Storyline• Kanna siðferðileg sjónarmið þess að nota örnámskeið fyrir ungt fólk, svo sem um persónuvernd gagna, aðgengi og skynjun um menningu.• Þróa gagnrýna sýn á notkun örnámskeiða í menntun með hliðsjón af ávinningi þeirra og takmörkunum miðað við hefðbundna kennsluaðferðir.• Hugleiddu eigin námsval og reynslu af örnámskeiðum og hvernig þau geta upplýst hvernig hönnun stafrænna er gerð fyrir ungt fullorðið fólk.
Hæfniviðmið	<p>Þekking:</p> <ul style="list-style-type: none">• Skilja meginreglur fræða um örnámskeið og hvernig þær eiga við um markhópin ungt fullorðið fólk.• Greina dæmisögur um árangursríka innleiðingu stafrænna örnámskeiða fyrir unga fullorðna nemendur <p>Færni:</p> <ul style="list-style-type: none">• Þróa skilvirk stafræn örnámskeið fyrir ungt fullorðið fólk.• Meta árangur stafrænna örnámskeiða til að styðja unga fullorðna nemendur.• Hanna árangursríkt stafrænt örnám fyrir unga fullorðna nemendur <p>Viðhorf:</p> <ul style="list-style-type: none">• Þekkja gildi örnáms til að styðja unga fullorðna nemendur.• Þróa jákvætt viðhorf til notkunar stafrænna örnámskeiða.• Vera opinn fyrir nýjum hugmyndum og aðferðum við þróun stafrænna örnámskeiða.
Tímalengd	Í kennslustofu – 8 Klukkustundir (8x45 mínútur) / Sjálfstæð vinnubrögð – 6 Klukkustundir (6x45 mínútur)
Viðfangsefni	<ul style="list-style-type: none">• Meginreglur kenninga um örnámskeið• Innleiðing stafrænna örnámskeiða• Töfra þríhyrningurinn• Þróa stafræn örnámskeið fyrir ungt fullorðið fólk
Undirbúningur	t.d.: Að skapa skilvirkt umhverfi fyrir nám.

Kennsluáætlun F2F

Introduce the theme of the Áætlun: Developing Micro-Learning Hvað var notað for Young Adults

N.	Tímalengd (í mínútur)	Aðferðir	Búnaður og efni
1	45 mínútur	Kynning	Tölva Myndvarpi PowerPoint Kynning

Þemu / Starfsemi

Kynntu þér þema áætlunarinnar: Þróun örnámskeiða fyrir ungt fullorðið fólk

Þróun örnámskeiða fyrir ungt fullorðið er þema sem leggur áherslu á að búa til áhrifarík, stafræn námsúrræði sem eru sérstaklega hönnuð fyrir unga fullorðna nemendur. Örnám vísar til stuttra, námsaðgerða sem hægt er að klára fljótt og auðveldlega, oft með stafrænni tækni eins og myndböndum, hlaðvörpum, gröfum og spurningakeppnum. Þessi úrræði eru tilvalin fyrir ungt fullorðið fólk sem gæti haft takmarkaða athygli eða hefur mikið að gera og sem kys að læra á gagnvirkan og grípandi hátt.

Markmiðið með þróun örnámskeiða fyrir markhópin ungt fullorðið fólk er að styðja fullorðna kennara við að þróa eigin stafræn örnámskeið sem uppfylla þarfir og óskir ungra fullorðinna nemenda. Þetta þema leggur áherslu á meginreglur örnámsfræðinnar, svo sem stuttleika, mikilvægi og innbyrðis tengsl við önnur verkefni, og kannar hvernig hægt er að beita þessum meginreglum til að hanna árangursríkt stafrænt námsefni. Að auki hvetur þetta þema nemendur til að meta árangur stafrænna örnámskeiða til að styðja unga fullorðna nemendur og þróa jákvætt viðhorf til að nota þessi úrræði í námi.

- Útskýrðu hæfnisviðmið: Þekking, Færni og Viðhorf

Þekking:

Nemendur ættu að geta skilið meginreglur fræða um örnámskeið og hvernig þær eiga við um markhópin unga fullorðna nemendur. Auk þess að geta greint sögur um árangursríka innleiðingu stafrænna örnámskeiða fyrir unga fullorðna nemendur. Þessi þekking ætti að leggja grunn fyrir nemendur að þróa skilvirk stafræn örnámskeið fyrir ungt fullorðið fólk og geta metið árangur þessara úrræða.

Færni:

Nemendur ættu að geta þróað skilvirkt stafrænt örnámskeið fyrir ungt fullorðið fólk, auk þess að geta hannað árangursríkt stafrænt örnámskeið fyrir unga fullorðna nemendur. Þessir færni ættu að gera nemendum kleift að búa til grípandi og gagnvirkt örnámskeið sem eru sniðin að þörfum og óskum ungra fullorðinna nemenda.

Viðhorf:

Nemendur ættu að meta gildi örnámskeiða til að styðja unga fullorðna nemendur, þróa jákvætt viðhorf til notkunar stafrænna örnámskeiða og vera opnir fyrir nýjum hugmyndum og aðferðum við þróun stafrænna örnámskeiða. Þetta Viðhorf ætti að efla hugarfar nýsköpunar, tilrauna og stöðugra umbóta í þróun stafrænna örnámskeiða fyrir unga fullorðna nemendur.

Gerðu grein fyrir uppbyggingu kennsluáætlunarinnar

Að brjóta upp starfið í hópnum

N.	Tímalengd (í mínútur)	Aðferðir	Búnaður og efni
2	45 mínútur	-	Pappír Yfirstrikunarpennar

Þemu / Starfsemi

Að brjóta upp starfið í hópnum

“Hringekja”

Markmið:

Hvetjið þátttakendur til að kynnast hver öðrum og að mynda hópa.

Skref:

1. Þátttakendur setjast í hring. Leiðbeinandinn setur blað á gólfið mitt á milli þeirra og dreifir nokkrum yfirstrikunar pennum á pappírinn.
2. Leiðbeinandinn biður hvern þátttakanda um að teikna eitthvað sem hann metur mikils (í einkalífi eða atvinnulífi o.s.frv.) og skrifa nafn sitt (og önnur einkenni: upprunaskóla, bekk, hóp o.s.frv.) undir.
3. Þátttakendur draga pappíra þar til allir eru búnir.
4. Leiðbeinandinn býður þátttakanda að hefja kynning sína með því að útskýra teikningu sína og gefa upp nafn (og hugsanlega önnur einkenni).
5. Hann biður síðan þennan sjálfboðaliða að benda á aðra kynningu sem hann telur líka sinni og teiknar ör á milli hans eigin teikningar og þeirrar sem hann hefur valið.
6. Biðjið höfund þeirrar myndar að kynna sig á sama hátt, halda síðan áfram með hinum þátttakendunum, en alltaf að velja nýja teikningu.
7. Þegar síðasti þátttakandinn kemur til að kynna sig, velur hann mynd sem þekkir en teikna engar örvar og skilur því skýringarmyndina eftir opna.

Valkostur 1

Þátttakendur bæta við bókstaf eða setningu sem einkennir þá á einhvern átt.

Valkostur 2

Þetta Verkefni getur gert kleift að skipta hópnum í minni hópa. Til að gera þetta biður leiðbeinandinn fyrsta þátttakandann að standa í miðju herberginu og kallar hina, í þeirri röð sem þeir kynntu sig, að koma fram.

Verkefni 1: Kynntu þér meginreglur fræða um örnámskeið og hvernig þær eiga við um unga fullorðna nemendur. Sjáðu stutt myndband með texta (6 mínútur).

N.	Tímalengd (í mínútur)	Aðferðir	Búnaður og efni
3	30 mínútur	Kynning og Video	Tölva Myndvarpi and skjár PowerPoint Kynning

Þemu / Starfsemi

Verkefni 1: Kynntu þér meginreglur fræða um örnámskeið og hvernig þær eiga við um unga fullorðna nemendur. Sjáðu stutt myndband með texta (6 mínútur).

[Video #1](#)

Stafrænar námsaðferðir fyrir árangursríka þjálfun

Árangursrík þjálfun getur hjálpað notendum að nýta vöruna þína sem best.

Horfðu á þetta stutta myndband sem sýnir hvernig við nýttum örnám og leikjaforrit í gagnvirku námsumhverfi til að ná sem bestum árangri.

Örnám felur í sér smáar námseiningar. Þetta er rafræn námsaðferð sérstaklega hönnuð fyrir þjálfun sem byggir á færni. Rannsóknir hafa sýnt að örnám dregur úr þreytu til skamms tíma á sama tíma og það bætir langtíma minni.

Leikjaforrit samþættia leikjafræði í námsumhverfi til að bæta þátttöku og hvatningu meðal nemenda.

N. 4

Kaffitími! - 15 mínútur

Activity 2: Analyse case studies of successful implementation of digital micro-learning Hvað var notað for young adult learners through a testimonial (10 mínútur)

N.	Tímalengd (í mínútur)	Aðferðir	Búnaður og efni
5	30 mínútur	Kynning and Video	Pappír Yfirstrikunarpennar

Þemu / Starfsemi

Verkefni 2: Greindu dæmisögur um árangursríka innleiðingu stafrænna örnámskeiða fyrir unga fullorðna nemendur og gerðu tillögur (10 mínútur)

[Video #2](#)

Hvað er Töfra þríhyrningurinn? Að samræma hæfniviðmið

Töfra þríhyrningurinn táknar sambandið milli námsmarkmiða, náms og námsmats. Ef þessir þrír þættir eru byggðir með það fyrir augum að vera óháðir, þá bætir það kennslu og nám til muna og betri árangur næst.

Verkefni 3: Ræddu fræðilegt innihald við nemendur

N.	Tímalengd (í mínútur)	Aðferðir	Búnaður og efni
6	45 mínútur	Kynning	Tölva Myndvarpi PowerPoint Kynning

Þemu / Starfsemi

Örnám er leið til að kenna og þjálfa starfsmenn þannig að það tekur minni tíma en nær að lokum tilsettu markmiði. Þrjár grundvallarreglur örnáms eru:

1. Minna er meira.
2. Deila í litlum einingum.
3. Örva og virkja nemandann.

Hugtakið örnám er byggt á gleyskúrfunni (Hermann Ebbinghaus). Ebbinghaus var brautryðjandi „gleysku ferilsins“ sem sýnir hversu mikið af upplýsingum heilinn getur varðveitt með tímanum og hversu fljótt fólk venjulega gleymir nýrri þekkingu sem það hefur aflað sér. Að skipta innihaldinu í litla bita og rifja upp mismunandi hluta þess með tímanum getur hjálpað til við að bæta þekkingu, varðveita hana og bæta.

N. 7

Hlé! - 15 mínútur

Verkefni 4: Leiðsögn

N.	Tímalengd (í mínútur)	Aðferðir	Búnaður og efni
8	90 mínútur	Kynning og leiðsögn Verkefni	Tölva Myndvarpi PowerPoint Kynning PDF pappír Blað og blíhant

Þemu / Starfsemi

Þróðu stafrænt örnámskeið fyrir ungt fólk í litlum hópum.

Skref:

- Skiptu þátttakendum í litla hópa (2-3 í hverjum hóp) og gefðu þeim lista yfir hugsanleg viðfangsefni fyrir örnámskeið þeirra. Hvetja hópana til að velja efni sem þeir hafa áhuga á og brenna fyrir.
- Veita hópunum aðgang að viðeigandi verkfærum og úrræðum til að þróa örnámskeið þeirra. Þetta getur falið í sér hugbúnað fyrir höfunda eins og Articulate, Camtasia eða Adobe Captivate, eða netkerfi eins og Kahoot, Quizlet eða Nearpod.
- Veita leiðbeiningar um hönnun og uppbyggingu örnámskeiða. Hvetja hópana til að skoða eftirfarandi:
- Skýr námsmarkmið sem eiga við markhópinn (ungir fullorðnir nemendur)
- Hnitmiðuð og sjónrænt aðlaðandi hönnun, með viðeigandi myndum og skýringum til að styðja við innihaldið.
- Stutt nám sem auðvelt er að fara yfir og skilja.
- Gagnvirkir þættir eins og skyndipróf, leikir eða líkan til að vekja áhuga nemenda.

Gefðu hópum tíma til að þróa örnámskeiðið sitt, gefðu leiðbeiningar og endurgjöf eftir þörfum.

Þegar örnámskeiðinu er lokið skaltu leyfa hópum að deila og kynna sín námskeið fyrir öðrum. Hvetja með uppbyggjandi endurgjöf og umræðu um styrkleika og veikleika hvers örnáms.

Að lokum, gefðu samantekt og dragðu lærdómi af verkefninu. Leggðu áherslu á mikilvægi þess að búa til áhrifarík örnámskeið sem eru aðlaðandi og eiga erindi við unga fullorðna nemendur og veita fleiri úrræði og tilvísanir til frekara náms.

[Pappír í PDF: Áætlun 2 – Leiðbeiningar](#)

Spurningar og svör

N.	Tímalengd (í mínútur)	Aðferðir	Búnaður og efni
9	20 mínútur	Umræður	Tölva Myndvarpi PowerPoint Kynning

Pemu / Starfsemi

Leiðbeinandi býður þátttakendum að spyrja spurninga um allt sem rætt var um.

Niðurstöður þjálfunar og mat

N.	Tímalengd (í mínútur)	Aðferðir	Búnaður og efni
10	20 mínútur	Umræður	Matseyðu-blað

Pemu / Starfsemi

Leiðbeinandi þakkar þátttakendum fyrir að vera með í þjálfuninni.

Því næst biður hann sérhvern þátttakanda um að gefa stutta lýsingu á því hvernig þeir hyggjast nýta nýaflaða upplýsingar úr verkefninu í framtíðinni. Einnig mun hann bjóða þátttakendum að koma með fleiri innlegg.

Þátttakendur eru síðan beðnir um að fylla út matseyðublöð sem leiðbeinandi hefur lagt fram.

Tími til að hveðja!


N.	Tímalengd (í mínútur)
11	5 mínútur

Pemu / Starfsemi

Bestu kveðjur! Þjálfuninni er lokið nú.

Heildar tímalengd	8 Klukkustundir (1 tími = 45 mínútur)
Fræðsluefni til kennslu augliti til auglitis	Document in PDF: Áætlun 2 – Guided Practice
Hvað var notað	<ul style="list-style-type: none"> • Tölva með aðgang að internetinu • Myndvarpi skjá • Pappír og penni
Gagnlegar tilvitnanir og efni fyrir frekari þjálfun í gerð örnámskeiða	<ol style="list-style-type: none"> 1. C. (2020, July 31). Microlearning Q&A. YouTube. https://www.youtube.com/watch?v=Q76ZLcyDRo0 2. MindTools Home. (n.d.). https://www.mindtools.com/a9wjrw/ebbinghaus-forgetting-curve 3. Microlearning Whitepaper Download Peak Pacific. (n.d.). https://peakpacificgroup.com/microlearning-whitepaper/ 4. Prematilaka, H. (n.d.). Teenage Learners Recursos de ensino Oxford University Press. Copyright 2018 - Oxford University Press. All Rights Reserved. https://elt.oup.com/teachersclub/courses/teachingteenagers/?cc=pt&sellLanguage=pt 5. Darby, S. (n.d.). Young Learners Recursos de ensino Oxford University Press. Copyright 2018 - Oxford University Press. All Rights Reserved. https://elt.oup.com/teachersclub/courses/younglearners/?cc=pt&sellLanguage=pt Watkins, D. (n.d.). 12 open-source Hvað var notað for kids and young adults. Opensource.com. https://opensource.com/article/19/12/kids-students-education


Verkefni 3: Hönnun á skilvirkum örnámskeiðum (4 Klukkustundir)

CAREER COMPASS 


Design an effective digital micro-learning (4 hours)


Follow this Steps:

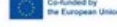
Identify the learning objective(s): Determine what the learner should be able to know, understand, or do because of completing the micro-learning activity.



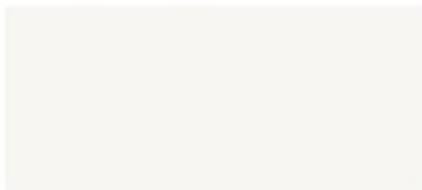
Determine the content: Decide on the most relevant and important information that the learner needs to achieve the learning objective(s).







CAREER COMPASS 


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 


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.



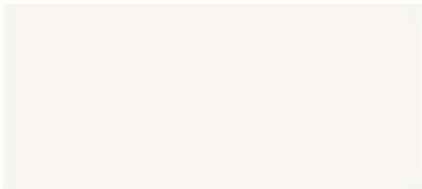
Keep it visually appealing: Use graphics, animations, and other visual elements to break up the text and make the micro-learning activity more engaging.







CAREER COMPASS 

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.





Viðhengi

Viðhengi I – Áætlun 2 Spurningablað varðandi mat

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 management 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/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:

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.

Áætlun

03

Kynning á starfsstjórnun Færni; að kynna kennurum í fullorðinsfræðslu fyrir skosku CMS áætluninni. Nýjar þarfir meðal ungra fullorðinna sem tengjast stjórnun starfsferils; og hvernig á að virkja þetta unga fullorðna fólk í gegnum net- og samfélagsmiðla

Kennsluáætlun

Heiti áætlunar	Áætlun 3: Kynning á stjórnun eigin starfsferils. Færni að kynna kennurum í fullorðinsfræðslu fyrir skosku CMS áætluninni. Nýjar þarfir meðal ungra fullorðinna sem tengjast stjórnun eigin starfsferli; og hvernig á að virkja þetta unga fullorðna fólk í gegnum net- og samfélagsmiðla
Markhópur	Kennarar og leiðbeinendur í fullorðinsfræðslu og ungt fullorðið fólk sem námsmenn
Markmið	<ul style="list-style-type: none">• Öðlastu yfirgripsmikinn skilning á skosku CMS áætluninni, þar á meðal lykilþáttum og meginreglum.• Þróa hagnýta færni í að beita skosku CMS áætluninni til að búa til árangursríkar aðferðir við stjórnun eigin starfsferils innan menntaumhverfis.• Þekkja og greina nýjar þarfir meðal ungra fullorðinna í tengslum við starfsstjórnun, með hliðsjón af bæði markaðsþróun og sálfræðilegum/félagslegum þáttum.• Öðlast færni í að nýta samfélagsmiðla fyrir stjórnun eigin starfsferils, skilja þýðingu þeirra og áhrif á ungt fullorðið fólk.• Kanna og ná tökum á notkun samfélagsmiðla sem áhrifaríkra verkfæra til að virkja ungt fólk í starfstengdum umræðum og leiðsögn.• Lærðu aðferðir til að samþætta færni í starfsstjórnun í núverandi menntaáætlunum, stuðla að samstarfi við aðra kennara og hagsmunaaðila.
Hæfniviðmið	Þekking <ul style="list-style-type: none">• Skilja skosku CMS áætlunina og mikilvægi hennar fyrir unga fullorðna nemendur.• Þekkja nýjar þarfir hjá ungu fullorðnu fólki sem tengjast starfsstjórnun.• Greina dæmisögur um árangursríka innleiðingu á net- og samfélagsmiðlum til að virkja unga fullorðna nemendur við stjórnun eigin starfsferils. Færni <ul style="list-style-type: none">• Þróa árangursríkar aðferðir á netinu og samfélagsmiðlum til að virkja unga fullorðna nemendur í að stjórna eigin starfsferli.• Meta árangur net- og samfélagsmiðla við að virkja unga fullorðna nemendur í að stjórna eigin starfsferli.• Hannaðu árangursríkar net- og samfélagsmiðlaherferðir til að virkja unga fullorðna nemendur í að stjórna eigin starfsferli. Viðhorf <ul style="list-style-type: none">• Þekkja mikilvægi þess að stjórna eigin starfsferli. Byggja upp færni til að styðja unga fullorðna nemendur.• Þróa jákvætt viðhorf til að nota net- og samfélagsmiðla fyrir að stjórna eigin starfsferli.• Vertu opinn fyrir nýjum hugmyndum og aðferðum við að þróa net- og samfélagsmiðla til að stjórna eigin starfsferli.

Tímalengd	F2F – 8 Klukkustundir (8x45 mínútur) / Sjálfstæð vinnubrögð – 6 Klukkustundir (6x45 mínútur)
Viðfangsefni	<ul style="list-style-type: none"> • Yfirlit yfir færni í ferilstjórnun • Að skilja skosku CMS áætlunina • Nýjar þarfir meðal ungs fólks • Áætlanir um þátttöku á netinu og nýta félagslegsmiðla • Að samþætta stjórnun eigin starfsferils í námskrá • Að búa til efni á netinu • Spurt og svarað og umræðufundur • Íhugun og aðgerðaáætlun
Undirbúningur	t.d.: Að skapa skilvirkt umhverfi fyrir nám

Kennsluáætlun F2F

Kennsluáætlun í kennslustofu (F2F)

N.	Tímalengd (í mínútur)	Aðferðir	Búnaður og efni
1	45 mínútur	Kynning	Tölva Myndvarpi PowerPoint Kynning

Pemu / Starfsemi

Introduction

- Kynning á áætlun meðal þátttakenda:

Áætlunin leggur áherslu á að kynna kennurum í fullorðinsfræðslu fyrir kraftmikið svið um færni í „Stjórnun eigin starfsferils“ eða *Career Management Skills (CMS)*, sérstaklega með áherslu á skosku CMS áætlunina. Þar er kafað ofan í vaxandi þarfir ungra fullorðinna í tengslum við stjórnun eigin starfsferils, kannað núverandi þróun og tekið á sálfræðilegum og félagslegum þáttum sem hafa áhrif á starfsval. Áætlunin útbýr kennara með aðferðum til að virkja ungt fullorðið fólk á áhrifaríkan hátt í gegnum net- og samfélagsmiðla og tileinkar sér lykilhlutverk stafrænna miðla við að auðvelda starfsráðgjöf. Með þessari yfirgripsmiklu nálgun öðlast þátttakendur innsýn í að samþætta CMS inn í starfshætti sína og efla heildstæðan skilning á starfsþróun til hagsbóta fyrir unga fullorðna námsmenn.

- Útskýrðu líkanið um námsárangur: Þekking, Færni og Viðhorf

Námskeiðið brotið upp: Nafnspjald

N.	Tímalengd (í mínútur)	Aðferðir	Búnaður og efni
2	45 mínútur	Brjóta upp tímann	Paper Pens

Þemu / Starfsemi

Þátttakendur hugsa hver fyrir sig um þrjár skemmtilegar og áhugaverðar staðreyndir um sjálfa sig en skrifa þær ekki niður.

Leiðbeindu þátttakendum við að standa upp og kynna sig fyrir þremur mismunandi leikmönnum, segja nafn sitt og segja frá þremur skemmtilegum staðreyndum.

Leggðu áherslu á að þátttakendur geti ekki tekið til baka eigið nafn á kynningum og þeir geti ekki kynnt sig tvisvar fyrir sama einstaklingi.

Eftir hverja kynningu skiptast þátttakendur á „nafnspjöldum“ (blaði með eingöngu nöfnum) við aðra sem þeir kynntu sig fyrir og kynna sig sem þann sem þeir ræddu við í næstu samskiptum.

Leiðbeindu þátttakendum að halda kynningunum áfram þar til hver einstaklingur hefur kynnt sig fyrir þremur öðrum.

Þegar lokakynningunni er lokið setjast þátttakendur niður.

Sitjandi þátttakendur kynna sig nú fyrir öllum við borðið og rifja upp þessar þrjár skemmtilegu staðreyndir eftir minni.

Leikmaðurinn sem skrifaði nafnspjaldið getur leiðrétt allar ónákvæmni í þessari lokaumferð.

Gerðu stuttar umræður um reynsluna og biðjið þátttakendur um að deila hugsunum sínum. Ræddu mikilvægi nákvæmra samskipta og minninga í faglegu samhengi.

Verkefni 1: Kynning – Skoska CMS áætlunin

N.	Tímalengd (í mínútur)	Aðferðir	Búnaður og efni
3	30 mínútur	Kynning myndband	Tölva Myndvarpi og skjár PowerPoint Kynning

Þemu / Starfsemi

Skoðaðu kynningar myndbandið hér:

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

Á Kynning um skosku CMS áætlunina og mikilvægi hennar fyrir unga fullorðna nemendur, Fá þátttakendur leiðbeiningar í gegnum könnun á lykilkáttum og meginreglum áætlunarinnar. Með áherslu á mikilvægi færni í stjórnun eigin starfsferils mun leiðbeinandi varpa ljósi á hvernig þessi áætlun styður ungt fullorðið fólk í að fara um starfsferil sinn á áhrifaríkan hátt. Með því að kafa ofan í þemun sjálf, styrkleiki, sjóndeildarhringur og tengslanet munu þátttakendur skilja hvernig þessi færni gerir ungu fullorðnu fólki kleift að taka upplýstar ákvarðanir um menntun og starfsáhuga sinn. Að auki mun leiðbeinandi vísa til utanaðkomandi heimilda, svo sem heimasíðu Skills Development Scotland, til að veita frekari innsýn í áætlunina og notkun notkun hennar.

Link: <https://www.Færnidevelopmentscotland.co.uk/what-we-do/scotlands-careers-services/career-management-Færni-explained>

N. 4

Kaffitími! - 15 mínútur

Verkefni 2: Umræða – Aðsteðjandi þarfir ungs fólks og þátttaka á netinu

N.	Tímalengd (í mínútur)	Aðferðir	Búnaður og efni
5	50 mínútur	Umræður	Tölva PowerPoint Kynning

Þemu / Starfsemi

Leiðbeinandinn skiptir þátttakendum í litla hópa og hvetur þá til að hefja umræðu um árangursríkar og síður árangursríkar nálganir sem þeir hafa kynnst í starfi sínu. Þátttakendur velta fyrir sér virkni ýmissa netkerfa og aðferða, með hliðsjón af þáttum eins og þátttöku áhorfenda, mikilvægi efnis og aðgengi að þekking. Í gegnum þessa umræðu munu þátttakendur öðlast dýrmæta innsýn í raunheim internetsins, auka skilning sinn og getu til að nýta stafræna miðla á áhrifaríkan hátt við að stjórna eigin starfsframa.

Verkefni 3: Myndband – Ferðin um eigin starfsframa.

N.	Tímalengd (í mínútur)	Aðferðir	Búnaður og efni
6	15 mínútur	Kynning and Video	Tölva Myndvarpi og skjár PowerPoint Kynning

Þemu / Starfsemi

Skoðaðu kynningar myndbandið hér:

<https://www.youtube.com/watch?v=zhpcgpgWc1Q>

Þetta myndband þjónar sem inngangur fyrir Sjálfstæð vinnubrögð sem hægt er að finna sem skjal í verkefni 2.

N. 7

Hlé! - 15 mínútur

Verkefni 4: Hugarflug fyrir verkefni

N.	Tímalengd (í mínútur)	Aðferðir	Búnaður og efni
8	45 mínútur	Brainstorming	Tölva Myndvarpi PowerPoint Kynning Pappír og blýantur

Þemu / Starfsemi

Sem undirbúningur fyrir annað verkefni sem unnið er sjálfstætt af nemanda, er að finna í skjalinu sem ber heitið Verkefni 3, munu þátttakendur halda hugarflug.

Leiðbeinandinn hefur forgöngu um að leiðbeina þátttakendum í gegnum hugmyndaferli. Eftir að hafa rifjað stuttlega upp markmið hugmyndaferlisins kynnir hann tæknina „heilaskrif“(brainwriting). Þátttakendur eru hvattir til að skrifa hugmyndir sínar hver fyrir sig á seðla eða minnismiða og hafa til þess um fimm mínútur.

Þátttakendur koma hugmyndum sínum til þess sem situr við hlið hans. En hann byggir á þessum hugmyndum og býr til nýjar í næstu umferð. Þetta ferli heldur áfram í nokkrum sinnum, sem gerir kleift að koma fram með mikinn fjölda hugmynda. Eftir hugarflugið deila þátttakendur hugmyndum sínum með hópnum. Leiðbeinandinn setur hugmyndirnar á töflu eða flettistöflu til skoðunar. Að lokum tekur leiðbeinandi saman nokkrar helstu hugmyndir sem komu fram á fundinum, lýsir þakklæti fyrir framlag þátttakenda og leggur áherslu á mikilvægi hugmyndaanna fyrir sjálfstætt nám.

Verkefni 5: Æfing með leiðsögn: Persónuleg, stafræn einkenni

N.	Tímalengd (í mínútur)	Aðferðir	Búnaður og efni
9	90 mínútur	Guided online activity	Fartölva eða tölva með aðgang að netinu Stafrænt sniðmát fyrir ferilskrár Dæmi um góðar ferilsskrá af netinu Pappír og penna

Þemu / Starfsemi

Meginmarkmið þessa verkefna er að styrkja þátttakendur til að þróa sannfærandi efni á netinu sem markar persónulegt einkenni þeirra og styður starf þeirra við að stjórna eigin starfsferli. Þátttakendur öðlast hagnýta færni í að búa til grípandi stafræn einkenni fyrir sig, ferilsskrá og annað efni á netinu.

Fylgdu leiðbeiningunum í skjalinu sem heitir Verkefni 1.

Spurningar og svör

N.	Tímalengd (í mínútur)	Aðferðir	Búnaður og efni
	20 mínútur	Umræður	Tölva Myndvarpi PowerPoint Kynning

Þemu / Starfsemi

Leiðbeinandi býður þátttakendum að spyrja spurninga um allt það viðfangsefni sem rætt er um.

Niðurstöður þjálfunar og mat

N.	Tímalengd (í mínútur)	Aðferðir	Búnaður og efni
	20 mínútur	Umræður	Mats blað

Þemu / Starfsemi

Leiðbeinandi þakkar þátttakendum fyrir samveruna á æfingunni í dag.

Því næst býður hann þeim að gefa stutta lýsingu á því hvernig þeir hyggjast nýta þessar upplýsingar í framtíðinni. Einnig að um að koma með fleiri framlög í málið.

Þátttakendur eru síðan beðnir um að fylla út matseyðublöð sem leiðbeinandi hefur lagt fram.

Tími til að kveðja!

Tímalengd (í mínútur)
10 mínútur

Þemu / Starfsemi

Bestu kveðjur! Með þessu er þjálfuninni lokið.

Heildar tímalengd	8 Klukkustundir (1 tími = 45 mínútur)
Fræðsluefni til kennslu augliti til auglitis	Skjalið kallast: "CC WP3 M3 Task 1".
Hvað var notað	<ul style="list-style-type: none">• Tölva, myndband, myndvarpi, skjár, flettitafla, pennar

Verkefni með leiðsögn

Verkefni 1: Persónuleg stafræn einkenni

Þetta verkefni er hannað til að útbúa þig með færni til að nýta netkerfi og samfélagsmiðla fyrir árangursríka stjórnun eigin starfsferils eða ferilstjórnun. Í þessari vinnustofu munt þú búa til sannfærandi efni á netinu og þróa aðferðir til að virkja ungt fullorðið fólk í þroskandi starfsstjórnun. Með raunhæfum aðgerðum og umræðum muntu ekki aðeins auka kunnáttu þína í markaðsstafræna eiginleika þína heldur einnig stuðla að breiðari samtali um að samþætta netmiðla í starfsþróun þinni. Vertu tilbúinn til að kanna kraftmikil samstarf tækni og áhuga fyrir starfi!

Kynning

Byrjaðu fundinn með því að leggja áherslu á mikilvægi sterkrar viðveru á netinu í stafrænu landslagi nútímans. Ræddu markmið verkefnisins með áherslu á samþættingu net- og samfélagsmiðla um skilvirka stjórnun eigin starfsferils eða við starfsstjórnun. Gerðu grein fyrir lykilþáttum sem þátttakendur munu vinna á meðan á fundinum stendur.

Skref 1: Sjálfsígrundun og markmiðasetning

Leiðbeindu þátttakendum í gegnum æfingu um sjálfsígrundun. Biddu þá um að skilgreina markmið sín um starf, markhóp og persónuleg einkenni. Ræddu mikilvægi þess að samræma efni á netinu við þau markmið sem þátttakandinn hefur um starfsferil. Þátttakendur ættu að skrifa niður lyklatríði.

Skref 2: Haltu áfram endurbótum

Veittu leiðbeiningar við að búa til sannfærandi ferilsskrár sem eru sérsníðnar fyrir notendur á netinu. Rætt um um lyklatríðin færni og reynslu. Þátttakendur byrja að semja eða endurskoða ferilsskrá sína og tryggja að áhersla sé á skýrleika og mikilvægi fyrir samfélagsmiðla.

Skref 3: Að skapa eigin stafræna prófíl

Kynntu hugmyndina um stafræna prófíla (LinkedIn, persónulegar vefsíður o.s.frv.). Leiðbeindu þátttakendum við að búa til eða bæta stafræna prófíla sína. Ræddu mikilvægi faglegs myndefnis, hnitmiðaðra samantekta og margmiðlunar. Hvettu þá til að byggja upp viðveru sína á netinu.

Skref 4: Samþætting margmiðlunar

Skoðaðu margmiðlun og þá hluti sem mynda hana (myndir, myndskaið, verkefni) í stafrænu formi. Þátttakendur ættu að skilja hvernig myndefni bætir áhuga. Gefðu hagnýtar ráðleggingar um hvernig á að búa til og velja margmiðlunarefni. Gefðu þér tíma til praktískrar útfærslu.

Skref 5: Jafningja rýni

Stuðla að jafningjarýni. Þátttakendur skiptast á ferilsskrá sinni og stafrænum einkennum og veita uppbyggilega endurgjöf. Leggðu áherslu á mikilvægi þess að fá fjölbreytt sjónarmið. Hvetja þátttakendur til að gera athugasemdir við úrbætur.

Skref 6: Æfa sig að koma fram með persónuleg einkenni

Leiða umræðu um persónulegt einkenni. Þátttakendur bera kennsl á einstaka kosti sína og gildi. Þeim skal þá leiðbeint að fella þessa þætti inn í ferilsskrár sína. Leggðu áherslu á mikilvægi þess að samræma einkenni sín þar sem þau eru birt.

Skref 7: Kynning og hópumræður

Hver þátttakandi kynnir ferilskrá sína og stafræn einkenni fyrir hópnum. Auðveldaðu hópumræður um ólíkri nálgun, ræða m.a. styrkleika og hvaða lærdóma má draga af æfingunni. Hvetjið þátttakendur til að spyrja spurninga og veita frekari innsýn.

Skref 8: Hugleiðingar, spurningar og svör

Ljúktu Verkefninu með smá tíma í hugleiðingar. Þátttakendur deila lykilatriðum og áskorunum sem þeir hafa komið auga á. Opnaðu fyrir spurningar og svör til að takast á við áhyggjur eða óvissu.

Niðurstaða

Dragðu saman helstu atriði sem fjallað var um í þessari þjálfun. Gefðu þátttakendum upplýsingar um úrræði fyrir áframhaldandi nám og umbætur. Leggðu áherslu á mikilvægi þess að uppfæra og betrumbæta stöðugt viðveru sína á netinu.

Sjálfstæðar æfingar (Self-Directed Learning Tasks)

Verkefni 2: Að stýra starfsferli sínum

Verið velkomin í verkefnið „Að stýra starfsferli mínu“ Sem eru sjálfstæðar æfingar, sem er hannað til að styrkja þig í að taka starfsþróun þína í eigin hendur. Á meðan á þessu verkefni stendur, eiga markmið okkar að efla skilning á Áætluninni um færni í stjórnun eigin starfsframa (Career Management skills, eða CMS). Einnig hvetja til sjálfsíhugunar um færni þína og væntingar og leiðbeina þér við að búa til eigin persónulega starfsþróunaráætlun.

Á þessari ferð muntu kafa ofan í lykilkemu CMS áætlunarinnar: Sjálf, styrkleikar, sjóndeildarhringur og samstarfsnet. Með því að gera það færðu innsýn í nauðsynlega þætti sem stuðla að skilvirkri stjórnun eigin starfsframa. Yfirmarkmiðið er að útbúa þig með þeim verkfærum og þekkingu sem þarf til að stýra ferli þínum öryggi og veita honum tilgangi.

Áætlað er að þetta sjálfstæða nám taki um það bil 3 klukkustundir. Tímalengdin getur þó verið breytileg eftir óskum hvers og eins og dýpt umræðunnar. Mælt er með því að gefa sér sérstakan tíma fyrir hvert skref, sem tryggir alhliða skoðun á færni þínum, styrkleikum, væntingum og þekkingu þinni á samstarfsneti.

Kynning á áætluninni um Færni til stjórnunar eigin starfsframa (CMS):

Byrjaðu þessa sjálfstæðu æfingu á því að skoða vel Áætlunina um færni í stjórnun eigin starfsframa (CMS). Kynntu þér þemun fjögur: Sjálf, Styrkur, Sjóndeildarhringur og Netsamstarf. Taktu þér tíma til að skilja hvernig hvert þema stuðlar að skilvirkri starfsstjórnun og leggur grunninn að þeirri leið sem þú ert á varðandi starfsframa.

Hlekkur: <https://www.Skillsdevelopmentscotland.co.uk/what-we-do/scotlands-careers-services/career-management-Færni-explained>

Hugleiðingar um sjálfan þig:

Finndu rólegt, þægilegt rými til að hugleiða færni þína, styrkleika og hverju þú hefur komið til leiðar. Íhugaðu hinar ýmsu hliðar sem móta sjálfsmynd þína innan samfélagsins. Skrifaðu niður helstu innsýn þína og skilning á því hver þú ert, berðu kennsl á bæði persónuleg og fagleg atriði í fari þínu.

Lærðu að þekkja styrkleika þína:

Taktu þátt í hverskonar athöfnum, sem varða mat sem afhjúpa og meta styrkleika þína. Taktu eftir þeim styrkleikum sem eru mest áberandi hjá þér og íhugaðu hvernig hægt er að virkja þá til að knýja þig áfram á ferli þínum.

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

Að kanna fjölbreyttan sjóndeildarhring:

Farðu í yfirgripsmikla athuganir á ýmsum starfsferlum. Skoðaðu netmiðla, skýrslur frá atvinnulífínu eða ýmsar fræðandi vefsíður til að auka skilning þinn á mögulegum tækifærum. Skrifaðu niður störf sem eru í takt við áhugamál þín og vonir, sjáðu fyrir þér fjölbreyttan sjóndeildarhring sem þér stendur til boða.

Að safna upplýsingum sjálfstætt:

Skoraðu á sjálfan þig að leita sjálfstætt að og meta á gagnrýninn hátt starfstengdar upplýsingar. Notaðu blöndu af heimildum eins og vefsíðum, bókum eða netnámskeiðum til að bæta þekkinguna þína um það sviði sem þú hefur valið. Þróaðu getu til að safna upplýsingum sjálfstætt.

Hugaðu vel að breytingastjórnun:

Reyndu að muna eftir tilteknu tilviki þegar áætlanir þínar um starfsframa breyttust verulega. Hvernig þú aðlagaðir þig að breytingunni, lærðir af reynslunni og aðlagaðir þig. Skrifðu niður lærdóminn sem þú dróst af því að komast í gegnum óvæntar breytingar á feril þínum.

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

Skapandi áætlun um starfsframa:

Taktu þátt í hugmyndaflugi til að búa til skapandi og nýstárlegar hugmyndir fyrir starfsþróun þína. Íhugaðu óhefðbundnar leiðir og nálgun sem passar við einstaka styrkleika þína og væntingar. Settu hugsanir þínar á pappír og leyfðu sköpunargáfu þinni að blómstra.

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

Legðu mat á færni þína í að vinna með tengslaneti:

Legðu mat á færni að vinna með núverandi tengslanet þitt með því að nota tiltæk úrræði eða ábendingar. Tilgreindu hvað má gera betur og gerðu grein fyrir hvað þú getur gert til að auka getu þína á að byggja upp og viðhalda faglegu tengslaneti. Íhugaðu hvernig árangursríkt tengslanet getur stuðlað að hjálp á ferli þínum.

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

Íhugaðu í einrúmi:

Finndu tíma fyrir íhugun. Hugleiddu allt ferlið, frá sjálfsuppgötvun til að sjá fyrir sér fjölbreyttan sjóndeildarhring. Skráðu innsýn þína, áskoranir og allar nýfundnar uppgötvanir um væntingar þínar um starfsframa. Þessi persónulega íhugun er nauðsynleg fyrir áframhaldandi þróun þína.

Að búa til persónulega áætlun þína:

Settu saman hugleiðingar þínar og athuganir í þína eigin starfsþróunaráætlun. Settu þér markmið sem hægt er að ná, útlistaðu ákveðin skref varðandi stöðugt nám og settu áfangamarkmið. Þessi áætlun verður áþreifanlegur leiðarvísir fyrir framtíðarstarf þitt, með rætur í styrkleikum þínum og væntingum.

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

Verkefni 3: Þróaðu stefnu um hvaða viðveru þú ætlar að hafa á netinu

Verið velkomin í Sjálfstætt ná og verkefnið "Þróaðu stefnu um hvaða viðveru þú ætlar að hafa á netinu", sem er ferð sem styrkir þig og er hönnuð til að auka færni og innsýn sem þarf til að þróa árangursríkar aðferðir til að virkja unga fullorðna nemendur í stjórnun eigin starfsframa. Í gegnum þetta verkefni eru markmið okkar að auka skilning á reglum um þátttöku á netinu, efla sköpunargáfu í þróun birtinga á netinu og hvetja til umhugsunar um starfshætti þína.

Á meðan á þessu ferðalagi stendur munt þú kanna ýmsar aðferðir á netinu og á samfélagsmiðlum og sækja innblástur úr raunverulegum dæmum og bestu starfsvenjum. Með því að kafa ofan í viðfangsefni eins og efnissköpun, markhópa og mat á birtingum færðu hagnýta færni og þekkingu til að hanna gott efni á netinu.

Yfirmarkmiðið er að styrkja þig til að skapa sannfærandi upplifun á netinu sem tekið er eftir af ungum fullorðnum nemendum og styður aðferðir þeirra við að stjórna eigin starfsframa. Áætlað er að þetta sjálfstæða nám taki um það bil 3 klukkustundir. Hins vegar getur tímalengdin verið breytileg eftir hve miklum tíma er varið í hvert skref. Mælt er með því að taka sérstakan tíma fyrir hvert skref, sem tryggir ítarlegan skilning og beitingu aðferða til þátttöku á netinu í fræðslustarfinu þínu.

Upprifjun á hugarfluginu:

Farðu yfir hugmyndirnar sem komu fram í hugarfluginu sem þú fórst yfir áður. Hugleiddu hinar ýmsu aðferðir á netinu og samfélagsmiðlum sem ræddar eru og íhugaðu möguleika þeirra til að virkja unga fullorðna nemendur í að stjórna eigin starfsframa.

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

Val á stefnu eða aukning á sýnileika á netinu:

Þegar þú ferð í gegnum þetta verkefni, gefðu þér smá stund til að fara yfir hinar ýmsu hugmyndir um að móta stefnu og auk sýnileika á netinu. Íhuga hver stendur upp úr að þínu mati og er sannfærandi fyrir aðstæður þínar. Hugsaðu um hvort það samræmist markmiðum þínum, sé framkvæmanlegt og hvort það hafi tilhneigingu til að hafa marktæk áhrif á fyrirhugaðan markhóp þinn. Með því að veita vandlega þessa þætti muntu geta valið þá stefnu eða herferð á netinu sem hentar þínum þörfum og markmiðum best.

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

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

Athugun og áætlanagerð:

Gerðu athuganir til að kanna frekar valda stefnu þína á netinu eða við að auka sýnileika þar. Bera kennsl á viðeigandi dæmisögur, bestu starfsvenjur og úrræði sem geta útskýrt stefnumálin. Gerðu áætlun um innleiðingu stefnunnar, þar á meðal skilgreina ákveðin markmið, markhóp, skilaboð, efnissköpun og dreifingarleiðir.

Tengill á hvetjandi YouTube myndband „Student Engagement Through a Different Lens“: <https://www.youtube.com/watch?v=rbTyIVjogil>

Að skapa innihald:

Búðu til efni fyrir valda stefnu þína í netmálum og við að auka sýnileika. Settu færslur á samfélagsmiðla, myndi, myndbönd eða annað efni sem hægt er að nota til að virkja unga fullorðna nemendur. Gakktu úr skugga um að efnið sé upplýsandi, grípandi og sniðið að óskum og áhugamálum markhópsins.

Tengill á grein „Hvernig á að þróa efnisstefnu í 7 skrefum: Leiðbeiningar frá upphafi til enda“: <https://blog.hubspot.com/marketing/content-marketing-plan>

Myndband: <https://www.youtube.com/watch?v=iyJ4fN-Xh0k>

Innleiðing og mat:

Notaðu stefnu þína eða sýnileika á netinu og skoðaðu framvindu hennar og skilvirkni yfir tímann. Safnaðu gögnum um helstu mælikvarða eins og þátttöku og endurgjöf frá ungum fullorðnum nemendum. Meta árangur stefnunnar út frá fyrirfram skilgreindum markmiðum og gera breytingar eftir þörfum til að hámarka árangur.

Íhugun:

Hugleiddu reynsluna af því að þróa og innleiða stefnuna. Íhugaðu hvað virkaði vel og hvað mætti betur fara fyrir framtíðina. Skrifaðu niður innsýn, lærdóma og ráðleggingar til framtíðar.

Tengill á grein „Mikilvægi íhugunar um stafræna markaðssetningu“ :<https://inflowing.net/blog/the-importance-of-reflection-in-digital-marketing/>

Skýrslugerð og dreifing:

Gerðu stutta skýrslu eða kynningu þar sem þú tekur saman stefnu eða aðferð við aukinn sýnileika á netinu, þar á meðal helstu niðurstöður, árangur, áskoranir og tillögur. Deildu skýrslunni með samstarfsfólki, leiðbeinendum eða jafningjum til að miðla lærdómi og innsýn frá sjálfstæðu námi í verkefninu.

Endurgjöf:

Leitaðu eftir viðbrögðum frá samstarfsmönnum eða leiðbeinendum um stefnu þína í kynningu á netinu, sem hefur verið þróað. Notaðu það til að endurtaka og betrumbæta hana fyrir uppfærslur framtíðinni.

Myndband „Fá viðbrögð: Hvernig á að biðja um endurgjöf“: <https://www.youtube.com/watch?v=ihShcUlep2Y>

Niðurstaða:

Ljúktu verkefninu um sjálfstæð vinnubrögð, með því að skoða upplifun þína og áhrif hennar á ætlaða starfsþróun þína. Bera kennsl á allar aðrar þarfir eða atriði til að kanna frekar og sem tengjast aðferðum á netinu og verkefni þínu um stjórnun eigin starfsframa.

Viðaukar

Viðauki I - Áætlun 3 Mat -6

20.03.24 23:26 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.
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 skip a question.](#)

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/1A_uNjyFPkxK2iWb6A1s1cDz2baQ2Wk1pHrG1vtd 1/4

20.03.24 23:26 Career Compass - Module 3 Evaluation Questionnaire

5. The topics covered in the module are relevant: *
Mark only one oval.
1 2 3 4 5
Str Strongly Agree
6. The content of the module is clear and well-organized: *
Mark only one oval.
1 2 3 4 5
Str Strongly Agree
7. The resources provided in the module are useful: *
Mark only one oval.
1 2 3 4 5
Str Strongly Agree
8. The resources provided in the module are useful: *
Mark only one oval.
1 2 3 4 5
Str Strongly Agree

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/1A_uNjyFPkxK2iWb6A1s1cDz2baQ2Wk1pHrG1vtd 2/4

20.03.24 23:26 Career Compass - Module 3 Evaluation Questionnaire

9. Understanding of the CMS Framework: *
Mark only one oval.
1 2 3 4 5
Not Completely
10. Understanding of the emerging needs of young adults related to career management: *
Mark only one oval.
1 2 3 4 5
Not Completely
11. Developing my skills to create online strategies to engage young people: *
Mark only one oval.
1 2 3 4 5
Not Completely

Module delivery

Please rate the following aspects of the module delivery

12. The effectiveness of the facilitator/trainer: *
Mark only one oval.
1 2 3 4 5
Poo Excellent

https://docs.google.com/forms/d/1A_uNjyFPkxK2iWb6A1s1cDz2baQ2Wk1pHrG1vtd 3/4

20.03.24 23:26 Career Compass - Module 3 Evaluation Questionnaire

13. The pace and engagement level of the sessions: *
Mark only one oval.
1 2 3 4 5
Too Too fast
14. Overall, how satisfied are you with the module? *
Mark only one oval.
1 2 3 4 5
Veg Very Satisfied

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.

This content is neither created nor endorsed by Google.

Google Forms

https://docs.google.com/forms/d/1A_uNjyFPkxK2iWb6A1s1cDz2baQ2Wk1pHrG1vtd 4/4

CAREER COMPASS



RIGHTNOW

STI analysis, evaluation and policy studies



INSTITUTE OF
DEVELOPMENT
N. CHARALAMBOUS



USTANOVA ZA
OBRAZOVANJE
ODRASLIH | ADULT
EDUCATION
INSTITUTION



Co-funded by
the European Union

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