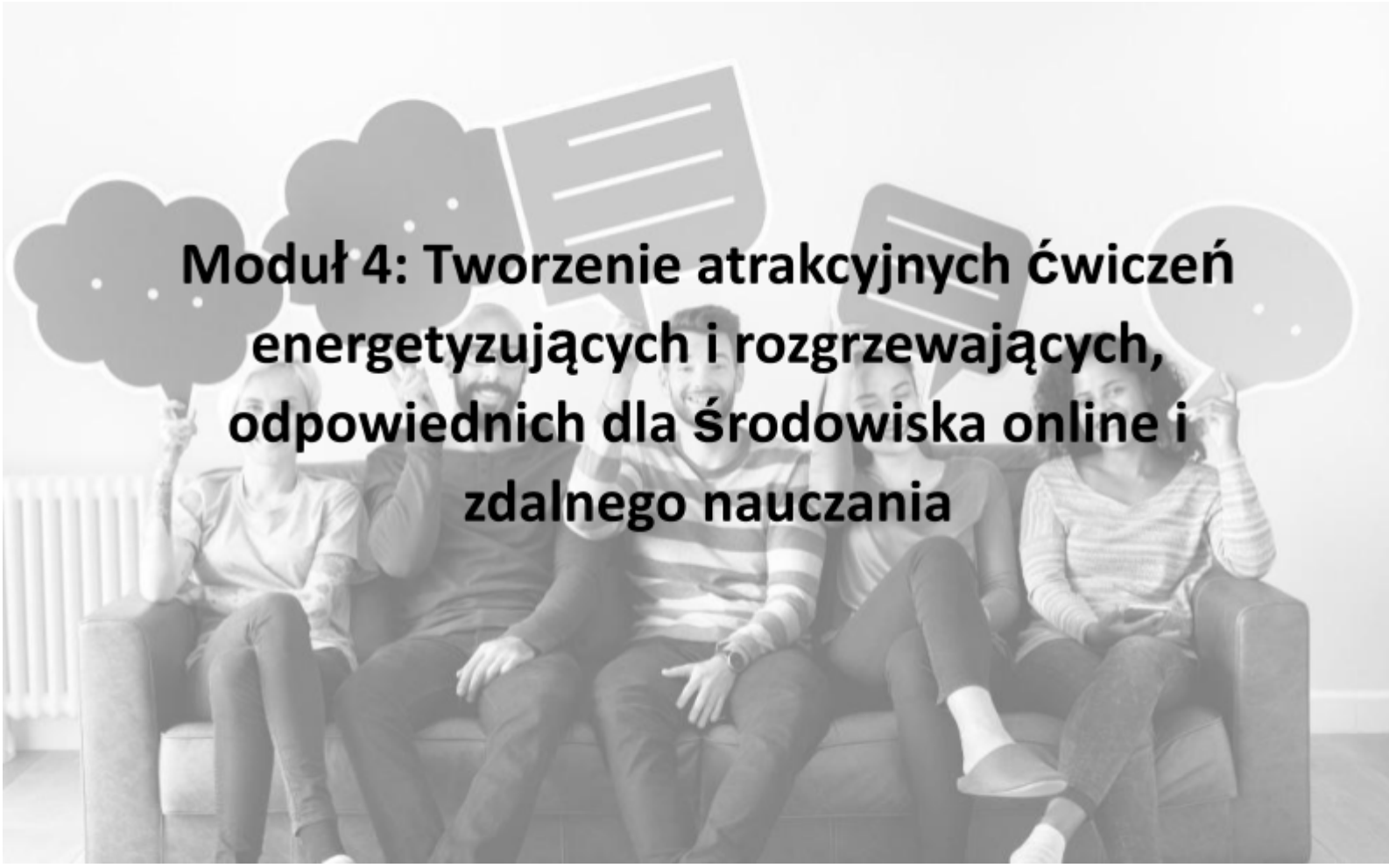
Co-funded by the European Union



Moduł 4: Tworzenie atrakcyjnych ćwiczeń energetyzujących i rozgrzewających, odpowiednich dla środowiska online i zdalnego nauczania

T4T - Narzędzia Nauczania w Edukacji Cyfrowej

Erasmus+ projekt numer: 2021-1-ES01-KA220-ADU-000033654

Projekt ten został zrealizowany przy wsparciu finansowym Komisji Europejskiej. Publikacja odzwierciedla jedynie stanowisko autora i Komisja Europejska nie ponosi odpowiedzialności za umieszczoną w niej zawartość merytoryczną.

Spis treści

O projekcie	3
Cele modułu	3
Cele dydaktyczne	3
Wymagania wstępne	4
Oczekiwane efekty uczenia się (umiejętności i kompetencje)	4
Temat 1: Ćwiczenia energetyzujące online: Krótkie wprowadzenie	5
Temat 2: Wskazówki dotyczące prowadzenia energizerów online	8
Temat 3: Energizery online dla warsztatów i spotkań	10
Temat 4: Energizery online oparte na umiejętnościach	16
Wskazówki do dalszej lektury	19

Projekt ten został zrealizowany przy wsparciu finansowym Komisji Europejskiej. Publikacja odzwierciedla jedynie stanowisko autora i Komisja Europejska nie ponosi odpowiedzialności za umieszczoną w niej zawartość merytoryczną.

O projekcie

Projekt T4T - Narzędzia Nauczania w Edukacji Cyfrowej koncentruje się na wspieraniu edukatorów dorosłych oraz formalnych, nieformalnych i pozaformalnych dostawców szkoleń, aby skutecznie przejść na edukację cyfrową i zapewnić taki sam poziom interakcji uczących się i "ludzkiego" doświadczenia, jak w środowisku fizycznym. Ogólnym celem projektu jest wzmocnienie zdolności edukatorów dorosłych i profesjonalistów szkoleniowych do budowania i utrzymywania skutecznej dynamiki grupy w warunkach edukacji cyfrowej, aby lepiej zaangażować swoich uczniów online.

Opracowanie wytycznych, jak lepiej stworzyć efektywną dynamikę grupy w środowisku uczenia się online, pomoże edukatorom dorosłych i profesjonalistom szkoleniowym poprawić ich kompetencje w zakresie specyfiki budowania i podtrzymywania efektywnej dynamiki grupy online i zapewnienia wysokiego poziomu doświadczenia uczniów w cyfrowych klasach.

6 modułów dostarcza metodologicznych wskazówek dla edukatorów dorosłych, jak efektywniej budować i podtrzymywać dynamikę grupy w środowisku uczenia się:

- jakie narzędzia i oprogramowanie cyfrowe można wykorzystać
- jakie zachowania należy przyjąć
- jak zaangażować uczniów w działania online w małych grupach
- jak wykorzystać ćwiczenia artystyczne do pobudzenia kreatywności, itp.

Cele modułu

Spotkania i warsztaty są najbardziej efektywne, gdy uczestnicy są zaangażowani i mają energię, aby wnieść swój wkład i w pełni zaangażować się w sesję. Celem energizera online jest zwiększenie poziomu energii, pomoc Twojemu zespołowi w byciu obecnym i skoncentrowanym na spotkaniu.

W przypadku warsztatów online, utrzymywanie zdalnych uczestników w stanie pobudzenia i energii może być kluczowe dla uczynienia sesji przyjemnym i produktywnym doświadczeniem.

Zwłaszcza w przypadku osób, które dopiero zaczynają uczestniczyć w spotkaniach wideo online, pomoc w dobrej zabawie i wzajemnym zaangażowaniu w wirtualnej przestrzeni może przynieść ogromne korzyści. Zoom team building lub spotkania online mogą stać się natychmiast bardziej przystępne dzięki prostej wirtualnej aktywności, która przełamuje lody i tworzy więź.

W tym module e-edukatorzy dowiedzą się, jak dopasować krótkie rozgrzewki, lodołamacze i energizery odpowiednie dla nauczania online i szkoleń, aby wspierać interakcję i uczenie się oraz urozmaicić i ożywić cyfrowe środowisko nauczania i uczenia się.

Cele dydaktyczne

- stosowanie technik poprawiających i ułatwiających uczenie się;
- stworzenie pozytywnego środowiska uczenia się;
- wykorzystanie tych technik w celu zachęcenia do aktywnego uczenia się, interakcji i zaangażowania;
- wykorzystanie tych technik w celu zachęcenia do dzielenia się pomysłami, opiniami i pytaniami;
- wspieranie pracy w grupie;

Projekt ten został zrealizowany przy wsparciu finansowym Komisji Europejskiej. Publikacja odzwierciedla jedynie stanowisko autora i Komisja Europejska nie ponosi odpowiedzialności za umieszczoną w niej zawartość merytoryczną.

- rozpoznawanie rozpiętości uwagi.

Wymagania wstępne

- Posiadać dostęp do komputera, laptopa lub tabletu z dostępem do Internetu.
- Umieć współdzielić ekran.
- Umieć korzystać z kamery internetowej i mikrofonu.
- Być zaznajomionym z korzystaniem z Internetu.
- Być gotowym do budowania częstych przerw w trakcie szkolenia

Oczekiwane efekty uczenia się (umiejętności i kompetencje)

Po zapoznaniu się z tym modułem oczekuje się, że edukatorzy podniosą swoje umiejętności i kompetencje w następujących kierunkach:

- Możliwość zwiększenia produktywności wszystkich uczestników, zdolności uczenia się oraz jakości wkładu i wyników.
- Tworzenie więzi społecznych pomiędzy nimi a uczestnikami/uczniami.
- Zaburzyć status quo i spowodować zmianę energii.
- Możliwość wykorzystania własnego osądu przy podejmowaniu decyzji, który energizer - jeśli w ogóle - zastosować w swojej grupie.
- Zdolność do zaplanowania energizerów, kiedy wiedzą, że poziom energii będzie naturalnie niski.

Projekt ten został zrealizowany przy wsparciu finansowym Komisji Europejskiej. Publikacja odzwierciedla jedynie stanowisko autora i Komisja Europejska nie ponosi odpowiedzialności za umieszczoną w niej zawartość merytoryczną.

Temat 1: Ćwiczenia energetyzujące online: Krótkie wprowadzenie

Energizery online to jeden z sekretów pokonania wirtualnego zmęczenia. Spędzanie długich godzin w wirtualnym środowisku, patrząc na ekran przez cały dzień jest wyczerpujące!

Utrzymanie zaangażowania uczestników w środowisku online jest wyzwaniem, ale dzięki grom i zabawom możemy poprawić zaangażowanie i wyniki.

W przypadku spotkań na żywo, facylitatorzy często wykorzystują działania mające na celu zwiększenie energii i skupienia grupy. Te energizery mogą obejmować ćwiczenia fizyczne, promować kreatywne myślenie lub po prostu być zabawne i zachęcać do śmiechu.

Oto wskazówka: to samo dotyczy warsztatów online i spotkań zdalnych!

Jaki jest cel energizerów online?

Kursy i warsztaty online są najbardziej efektywne, gdy uczestnicy są zaangażowani i mają energię, aby wnieść swój wkład i w pełni zaangażować się w sesję. Celem energizera online jest zwiększenie poziomu energii, pomoc Twojemu zespołowi w byciu obecnym i skupionym na sesji.

W warsztatach online, utrzymywanie zdalnych uczestników w stanie pobudzenia i energii może być kluczowe dla uczynienia sesji przyjemnym i produktywnym doświadczeniem.

Szczególnie dla osób, które po raz pierwszy uczestniczą w spotkaniach wideo online, pomoc w dobrej zabawie i zaangażowaniu się w wirtualną przestrzeń może być ogromną korzyścią. Zoom team building lub spotkania online mogą stać się natychmiast bardziej przystępne dzięki prostej wirtualnej aktywności, która przełamuje lody i tworzy połączenie.

Przyjrzyjmy się różnym korzyściom płynącym z tych działań, zanim rozpoczniemy naszą kolekcję energizerów!

Jakie są zalety energizerów online?

Energizery online mają wiele zalet zarówno dla uczestników, jak i prezenterów. Przeznaczenie miejsca w programie na energizery nie tylko zwiększa energię i zaangażowanie, ale może również poprawić spójność zespołu. Kiedy grupa jest bardziej skoncentrowana i pełna energii, może to mieć również duży wpływ na wyniki sesji.

- Zaangażowanie
- Stwórz różnorodność w swoim programie
- Spraw, by było zabawnie
- Zmniejszanie niezręczności
- Twórz połączenia

Ważne jest, aby utrzymać zaangażowanie zespołu w spotkaniu online, aby mieć pewność, że jest ono wartościowe i produktywne. Spotkania z wieloma nieostrymi dyskusjami, trudnymi zadaniami bez wystarczającego urozmaicenia lub sesje wymagające wielu informacji mogą być wyczerpujące dla każdego zespołu - tym bardziej, gdy wszyscy logują się na swoich komputerach i rozmawiają przez kamerę internetową.

Projekt ten został zrealizowany przy wsparciu finansowym Komisji Europejskiej. Publikacja odzwierciedla jedynie stanowisko autora i Komisja Europejska nie ponosi odpowiedzialności za umieszczoną w niej zawartość merytoryczną.

W zdalnych środowiskach o wiele łatwiej o rozproszenie uwagi uczestników. Czy to dlatego, że nie są fizycznie obecni, czy dlatego, że mają dziesiątki innych kart otwartych w przeglądarce! Ponadto moderatorowi może być trudno ocenić poziom energii w pomieszczeniu bez fizycznych oznak i języka ciała.

Użycie energizerów do aktywowania różnych umiejętności i zapewnienia ruchu może dodać grupie energii i przekierować jej zaangażowanie. Są one również przydatne w pomaganiu moderatorowi w zrozumieniu dynamiki grupy i zmianie agendy w razie potrzeby.

Stwórz różnorodność w swoim planie

Niektóre z najlepszych warsztatów i kursów online korzystają z różnicowania stosowanych metod lub ćwiczeń. Może to oznaczać naprzemienne wykonywanie ćwiczeń opartych na kreatywności i krytycznych umiejętnościach lub zachęcanie do dyskusji w małych grupach po przeprowadzeniu sesji szkoleniowej. W środowisku online możliwości znaczącego urozmaicenia są ograniczone, ponieważ uczestnicy prawdopodobnie wszyscy siedzą przy swoich biurkach i patrzą w ekrany.

Wirtualny energizer, który zachęca uczestników do wstania od biurka, zaangażowania się w grę lub ćwiczenia umiejętności, które nie są praktykowane podczas głównego warsztatu, może naprawdę pomóc utrzymać świeżość i stworzyć dynamiczny warsztat.

Energizery to często świetny sposób na przygotowanie się do konkretnych zadań: Jeśli potrzebujesz odświeżenia po trudnej dyskusji grupowej, zrób zabawny energizer. Jeśli wiesz, że następne zadanie będzie wymagało pełnego zaangażowania uczestników, wybierz spokojniejsze ćwiczenie. Na przykład, energizer online może stworzyć przestrzeń dla studentów do refleksji po obszernej części teoretycznej.

Spraw, by było zabawnie

Kursy online są notorycznie przeciągane. Szczególnie w trudnych okolicznościach, takich jak samoizolacja, bardzo pomocne może być włączenie trochę zabawy i stworzenie przestrzeni dla zespołów, aby się poznać i zbudować spójność i motywację zespołu.

Dobre energizery są świetne nie tylko do podnoszenia poziomu energii, ale także do poprawy tonu całego spotkania i zwiększenia ogólnego postrzegania spotkań zdalnych w Twojej organizacji. Jeśli stoisz przed trudnymi wyzwaniami organizacyjnymi i masz do wykonania zadania warsztatowe, dobrym rozwiązaniem może być zapewnienie kontrapunktu i równowagi w agendzie. Zabawne gry online, takie jak te poniżej, mogą być na to idealnym sposobem!

Pamiętaj, że wirtualne spotkania w zdalnych środowiskach to często jedyny moment, kiedy Twój zespół widzi się i rozmawia bezpośrednio ze sobą, bez tekstu. Wykorzystaj tę okazję, aby połączyć swój zespół z zabawnym energizerem, który może sprzyjać współpracy nie tylko w bezpośrednim warsztacie, ale w całej ich zdalnej karierze.

Wyeliminuj niezręczność

Jeśli uczestnicy Twoich warsztatów online nie znają się dobrze, praca w środowisku zdalnym może być

Projekt ten został zrealizowany przy wsparciu finansowym Komisji Europejskiej. Publikacja odzwierciedla jedynie stanowisko autora i Komisja Europejska nie ponosi odpowiedzialności za umieszczoną w niej zawartość merytoryczną.

wyzwaniem. Dla introwertycznych lub lękliwych członków zespołu, wystąpienie przed całą firmą na spotkaniu online może być zniechęcające. Szybkie energizery są świetnym sposobem na zachęcenie uczestników do mówienia i angażowania się, a często mogą pomóc w przygotowaniu podstaw do trudniejszych rozmów w późniejszym czasie.

Niektóre energizery online mogą sprawić, że będziesz wyglądać trochę głupio, ale robienie tego z innymi członkami zespołu może być równoważącą siłą, która pomoże ludziom znaleźć się na tej samej stronie. Może to być szczególnie przydatne, gdy w tym samym spotkaniu uczestniczą osoby o różnych poziomach przywództwa. Widząc, jak zespół kierowniczy jest głupi, lub pracując razem z dyrektorem generalnym nad prostą grą, może ułatwić późniejsze rozmowy.

Utwórz połączenie

Tworzenie połączeń w zespołach wirtualnych jest wyzwaniem. Tworzenie w swojej agendzie pamiętnych momentów i okazji do rozmów i połączeń może również pomóc w budowaniu zespołu.

Pomyśl o spotkaniu firmowym z setkami pracowników. Sucha prezentacja może sprawić, że wielu pracowników nie będzie zadowolonych. Wykorzystanie energizerów i gier podczas rozmów konferencyjnych może wzmocnić wydarzenie i zbliżyć ludzi, którzy nawet nie pracują ze sobą bezpośrednio.

Kiedy należy skorzystać z energizera online?

Wszyscy odczuliśmy skutki zmęczenia zoomem podczas spotkania online. Nawet w zespołach wirtualnych, które przyzwyczaiły się do współpracy online, może się zdarzyć, że podczas długiej rozmowy wideo zabraknie Ci tchu lub stracisz koncentrację.

Zalecamy dodanie gier energetyzujących do programu wszystkich długich spotkań i warsztatów. Podczas naszych własnych sesji online, staramy się zaplanować energizer przynajmniej raz na każdą sesję, która trwa dłużej niż godzinę. Wraz z odpowiednimi przerwami, może to pomóc każdemu członkowi zespołu poczuć się obecnym i zaangażowanym.

Energizery można również stosować zawsze wtedy, gdy energia podczas sesji wirtualnej słabnie. Rozluźnienie napiętego wirtualnego harmonogramu za pomocą gry może również pobudzić kreatywność i zlikwidować niezręczne przerwy!

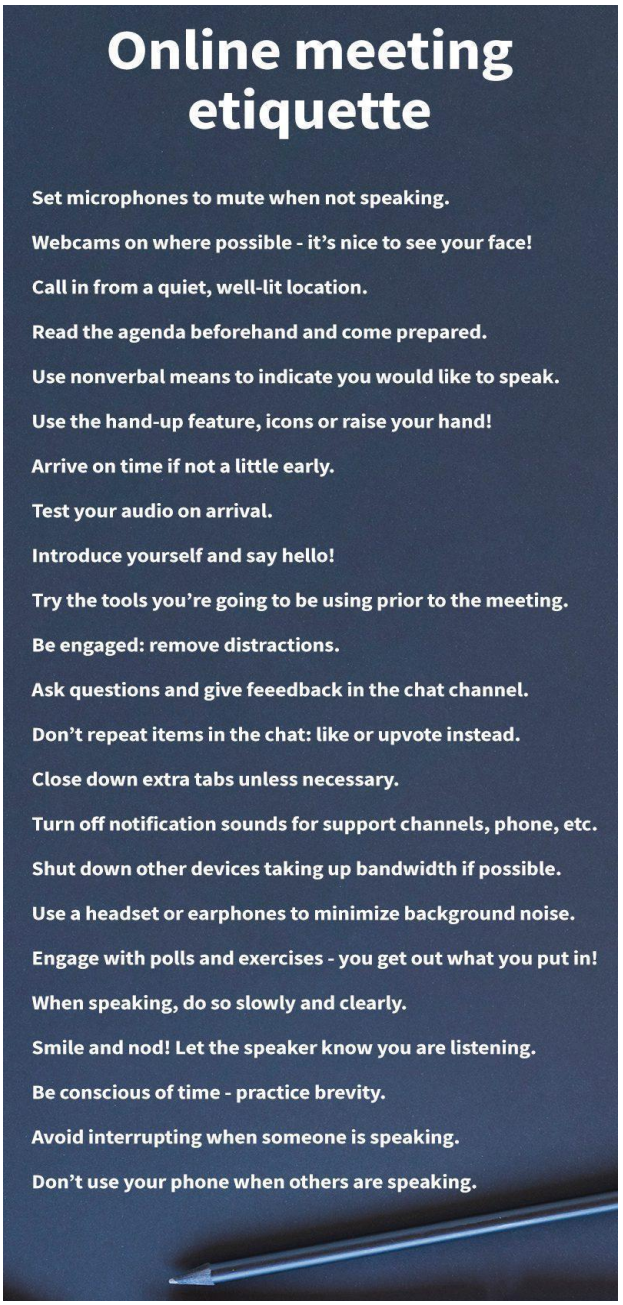
Kiedy zauważysz, że energia słabnie, zapytaj członków zespołu, czy potrzebują przerwy, a po powrocie podaj im energizer. W ciągu zaledwie kilku minut Twoja grupa będzie odświeżona i gotowa na kolejne wyzwania!

Projekt ten został zrealizowany przy wsparciu finansowym Komisji Europejskiej. Publikacja odzwierciedla jedynie stanowisko autora i Komisja Europejska nie ponosi odpowiedzialności za umieszczoną w niej zawartość merytoryczną.

Co-funded by the European Union

Temat 2: Wskazówki dotyczące prowadzenia energizerów online

Wybór odpowiedniego energizera to dobry początek, ale dobrzy facylitatorzy wiedzą, że prawidłowe wykonanie i podejście są kluczowe dla sukcesu metody. Chociaż każdy energetyk ma pewne unikalne elementy, które należy rozważyć, istnieją pewne ogólne wskazówki i podejścia, które można wykorzystać, aby wirtualny energetyk okazał się sukcesem. Oto nasze wskazówki dotyczące prowadzenia energizerów online.



Ustalenie zasad dobrej etykiety spotkań online
Wielu moderatorów ustala oczekiwania wobec uczestników przed spotkaniem i na samym początku, aby zapewnić, że wszystko przebiega gładko, a wszyscy są zadowoleni i produktywni. Nie inaczej jest w przypadku spotkań online. Wyjaśnij uczestnikom etykietę spotkań online, tworząc listę i rozdając ją wraz z zaproszeniami. Powtórz to na początku spotkania, a jeśli to możliwe, udostępnij ją w swojej wirtualnej tablicy lub narzędziu do współpracy.

Poniżej przedstawiamy kilka elementów, które powinny znaleźć się w etykiecie spotkań online.

- Wyciszaj mikrofony, kiedy nie mówisz.
- Kamery internetowe powinny być włączone, jeśli to możliwe - miło jest widzieć swoją twarz! Pamiętaj jednak, że w środowiskach o niskiej przepustowości wyłączenie kamery może poprawić jakość połączenia!
- Dzwoń z cichego, dobrze oświetlonego miejsca: Wszyscy powinni być w stanie widzieć i słyszeć Cię wyraźnie.
- Zapoznaj się wcześniej z porządkiem obrad i przyjdź na spotkanie przygotowany.
- Używaj niewerbalnych środków, aby pokazać, że chcesz mówić. Użyj funkcji podnoszenia ręki, symboli lub podnieś rękę w oprogramowaniu do wideokonferencji.
- Bądź na miejscu punktualnie, a nawet trochę wcześniej, by móc rozwiązać wszelkie problemy z dźwiękiem i obrazem przed rozpoczęciem spotkania. Przetestuj dźwięk, aby było Cię słychać zaraz po zalogowaniu.
- Zapoznaj się z narzędziami, których będziesz używać. Krótko zapoznaj się z czatem wideo lub tablicą online, abyś mógł być produktywny podczas sesji.
- Bądź zaangażowany. Słuchaj prelegentów, komunikuj się na czacie i używaj narzędzi do współpracy online. Uzyskasz to, co włożysz!

Projekt ten został zrealizowany przy wsparciu finansowym Komisji Europejskiej. Publikacja odzwierciedla jedynie stanowisko autora i Komisja Europejska nie ponosi odpowiedzialności za umieszczoną w niej zawartość merytoryczną.

- Zamykaj dodatkowe karty, jeśli nie jest to konieczne, i usuwaj elementy rozpraszające uwagę. Możesz potrzebować Google Docs, Mural lub innego narzędzia do pracy podczas sesji, ale prawdopodobnie nie musisz mieć otwartego Facebooka!
- W miarę możliwości wyłącz inne urządzenia, które pobierają pasmo, aby zapewnić stabilne połączenie.
- W miarę możliwości używaj zestawu słuchawkowego lub słuchawek, aby zminimalizować echo i hałas w tle.
- Mów powoli i wyraźnie. Zwracaj uwagę na czas - mów jak najkrócej.
- Podczas prezentacji lub długich dyskusji staraj się wprowadzać pytania lub myśli do kanału czatu i unikaj przerywania. Moderator będzie reagował na Twoje pytania i odpowiadał na nie w miarę potrzeb.
- Staraj się nie powtarzać pytań na kanale czatowym. Przeczytaj to, co już tam jest i dodaj "like" lub "upvote", jeśli masz to samo pytanie.
- Uśmiechaj się i kiwaj głową. Pokaż rozmówcy, że go słuchasz!

Projekt ten został zrealizowany przy wsparciu finansowym Komisji Europejskiej. Publikacja odzwierciedla jedynie stanowisko autora i Komisja Europejska nie ponosi odpowiedzialności za umieszczoną w niej zawartość merytoryczną.

Temat 3: Energizery online dla warsztatów i spotkań

Wybierając energizera online, warto przyjrzeć się swojemu programowi i ustalić, jaki styl będzie najbardziej efektywny. Jeśli organizujesz warsztaty o dużym natężeniu dyskusji, Twój wirtualny energizer może skorzystać z niewerbalnego lub fizycznego stylu.

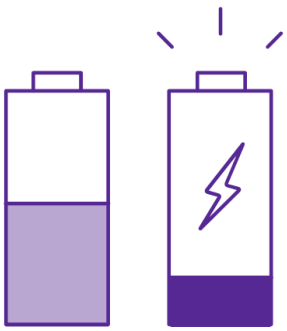
Jeśli Twój zespół składa się z wielu wzrokowców, możesz wypróbować energizer, który zawiera rysunki. Może Twój zespół potrzebuje małej zmiany tempa, aby dobrze się bawić i naładować baterie!

Pamiętaj, że energizery mają za zadanie podnieść na duchu i zapewnić kontrapunkt dla Twojego programu. Chociaż te energizery są odpowiednie dla każdego spotkania zdalnego, warto dostosować je do swojej grupy, jeśli to możliwe.

Rozgrzewające energizery online

Te energizery są świetne do rozgrzania grupy lub wprowadzenia nowych członków zespołu do większej organizacji. Chociaż te ćwiczenia na rozgrzewkę online mogą być wykonywane w każdym momencie wirtualnego warsztatu, są szczególnie przydatne do rozgrzania grupy i zmotywowania jej do czekającego ją warsztatu online.

Otrząśnij się



Niektóre z najlepszych energizerów na spotkania online i warsztaty są bardzo proste i służą przede wszystkim do tego, aby uczestnicy się poruszali i uporządkowali paletę pomiędzy bardziej złożonymi zadaniami.

Shake down jest sprawdzonym energizerem dla spotkań na żywo i działa dobrze również z kamerą internetową! Zacznij od poproszenia uczestników, aby wstali, jeśli mają miejsce, ale daj im znać, że mogą pozostać w pozycji siedzącej. Warto również sprawdzić, czy uczestnicy są w odpowiednim miejscu! Jako grupa wykonajcie 8 uścisków prawego ramienia, 8 uścisków lewego ramienia, 8 uścisków prawej nogi i 8 uścisków lewej nogi. Za każdym razem liczcie jako grupa od jednego do ośmiu.

Po sekwencji czterech uścisków, dwóch uścisków i jednego uścisku każdej kończyny, zakończ ćwiczenie wielkim okrzykiem radości i poproś wszystkich o wykonanie własnego ruchu - cokolwiek, co wydaje się im właściwe! Warto sprawdzić, czy wszyscy uczestnicy czują się komfortowo, wykonując krótkie ćwiczenia wymagające ruchu w pozycji stojącej/siedzącej przed ekranem. Miej w kieszeni plan B na wypadek, gdyby uczestnicy nie mogli wykonać tego ćwiczenia lub nie czuli się komfortowo - energizery działają najlepiej, gdy wszyscy w nich uczestniczą!

W tym krótkim i bardzo fizycznym ćwiczeniu energetyzującym grupa potrząsa swoimi ciałami po jednej kończynie na raz. Zaczynając od ośmiu uścisków prawego ramienia, potem ośmiu uścisków lewego, ośmiu uścisków prawej nogi, potem ośmiu uścisków lewej. Kontynuuje się rundę czterech uścisków

Projekt ten został zrealizowany przy wsparciu finansowym Komisji Europejskiej. Publikacja odzwierciedla jedynie stanowisko autora i Komisja Europejska nie ponosi odpowiedzialności za umieszczoną w niej zawartość merytoryczną.

każdej kończyny, potem dwóch, potem jednego, kończąc wielkim dopingiem. Dobry energizer, gdy czas jest ograniczony, a głównym celem jest rozruszanie ludzi.

Jak grać?

Cel
Sprawić, by ludzie poruszali się w ograniczonym czasie.

Instrukcje

Krok 1:
Grupa staje w kręgu. Każdy powinien mieć po obu stronach długość ramienia.

Uwagi facylitatora

Ten energizer jest krótki i skuteczny. Aby był skuteczny, osoba go prowadząca musi być wzorem wysokiego poziomu energii.

Krok 2:
Grupa wykonuje "potrząsanie" wszyscy razem, licząc głośno razem w trakcie.

Najpierw 8 uścisków prawego ramienia, 8 uścisków lewego ramienia, 8 uścisków prawej nogi i 8 uścisków lewej nogi. Za każdym razem licząc "1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8!".

Następnie 4 uściski każdej z kończyn. Potem 2 potrząśnięcia każdą z nich. Potem po 1 potrząśnięciu każdą z nich.

Potrząsanie kończy się głośnym dopingiem i wielkim kopnięciem ninja w powietrze.

Wskazówki dotyczące przeprowadzenia tego ćwiczenia online

- To proste ćwiczenie można przeprowadzić online - jeśli tylko wszyscy są obecni na kamerze internetowej i w narzędziu do wideokonferencji, można je przeprowadzić w taki sam sposób, jak warsztaty na żywo!
- Upewnij się wcześniej, że wszyscy mają miejsce do wykonania tego ćwiczenia i poinformuj o tym uczestników.
- Uczestnicy mogą stać lub siedzieć, w zależności od tego, gdzie się znajdują i czy jest im wygodnie!
- Planując to ćwiczenie, polecamy mieć plan B na wypadek, gdyby niektórzy uczestnicy nie czuli się komfortowo w tym ćwiczeniu.

Źródło: Hyper Island toolbox

Kto jest artystą?

Jest to świetny kreatywny energizer online, który zespoły zdalne mogą przygotować z wyprzedzeniem lub podczas spotkania online. Poproś każdego uczestnika o narysowanie obrazka, który opowiada wyjątkową historię lub fakt o jego życiu. Możesz użyć pióra i papieru i narysować obrazek cyfrowo lub bezpośrednio do narzędzia tablicy online.

wsparciu finansowym Komisji Europejskiej. Publikacja odzwierciedla jedynie stanowisko autora i Komisja Europejska nie ponosi odpowiedzialności za umieszczoną w niej zawartość merytoryczną.

Jeśli chcesz, aby zadanie było bardziej wymagające, daj uczestnikom tylko trzydzieści sekund na narysowanie obrazka lub poproś ich o użycie aplikacji do rysowania na pulpicie i nie zezwalaj na wymazywanie lub edytowanie. Rysunki, które są rysowane szybko i zawierają błędy, mogą dostarczyć dodatkowego śmiechu podczas tego ćwiczenia.

Jeśli korzystasz z narzędzia do rysowania na tablicy online, poproś wszystkich uczestników, aby zamieścili swoje rysunki i zestawili je w galerii. Rezultatem jest piękne przypomnienie tego, co udało się osiągnąć tego dnia! Jeśli używasz oprogramowania do wideokonferencji, możesz poprosić uczestników, aby trzymali swoje zdjęcia przed kamerą.

Jak grać?

Cel
Pobudzić kreatywność, lepiej poznać swój zespół i dobrze się bawić!

Materiały
- Ołówek / długopis i papier, jeśli rysujesz ręcznie
- Aparat fotograficzny / telefon komórkowy do zrobienia zdjęcia rysunku i podzielenia się nim

Instrukcje
Poproś każdego pracownika o narysowanie obrazka, który opowiada wyjątkową historię lub fakt z ich życia. Haczyk? Żadne słowa nie są dozwolone - tylko rysunek!
Na przykład, może to być rysunek ich samych i ich rodziny, lub ich hobby, które uprawiają. Może to być rysunek ich ulubionego ubrania lub tego, co robili w weekend.
Ważne jest to, że:
- Przedmiot jest narysowany; dlatego zespół musi wywnioskować, kto jest artystą
- Przedmiot rysunku powie członkom zespołu coś, czego jeszcze nie wiedzieli.

Jeśli prowadzisz tę aktywność na żywo / osobiście:
Po rozdaniu słuchaczom identycznego rozmiaru / zwykłego papieru i długopisów, poproś ich o dokończenie rysunku i zwrócenie go moderatorowi, który potasuje je i wyświetli każdy po kolei uczestnikom, aby odgadli, przez kogo został narysowany.

Jeśli prowadzisz to Ćwiczenie zdalnie:
Poproś słuchaczy, aby stworzyli swój rysunek za pomocą swojego komputera. Następnie mogą przesłać swoje prace do wspólnego folderu (jeśli imię osoby przesyłającej może pozostać anonimowe) lub dodać je do wspólnej tablicy online, aby inni mogli odgadnąć artystę. Być może istnieje oprogramowanie, z którym Twój zespół jest już zaznajomiony i będzie czuł się komfortowo używając go do przesłania swojego rysunku.

Zespołowi zostanie pokazany jeden rysunek na raz, aby odgadnąć, kto jest jego autorem. Kiedy ktoś zgadnie, musi podzielić się z grupą swoją historią

Podsumowanie
Po tym, jak ostatnia osoba wyjaśni swój rysunek, moderator powinien zachęcić uczestników do zastanowienia się nad historiami swoich kolegów i koleżanek oraz podkreślić, że aspekt artystyczny był dla zespołu twórczym sposobem wyrażenia siebie.
Po tym, jak jedna osoba wyjaśni swój rysunek, moderator może zachęcić do głębszego dzielenia się i zapytać, dlaczego dana osoba wybrała daną historię/przedmiot i co ona dla niej znaczy..

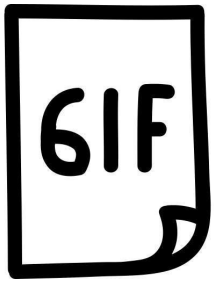
Projekt ten został zrealizowany przy wsparciu finansowym Komisji Europejskiej. Publikacja odzwierciedla jedynie stanowisko autora i Komisja Europejska nie ponosi odpowiedzialności za umieszczoną w niej zawartość merytoryczną.

Opcja alternatywna
Poproś wszystkich uczestników o narysowanie swojego szkicu w aplikacji desktopowej (np. MS Paint) bez użycia narzędzia gumki. W ten sposób powstaną dość "kreatywne" rysunki!

Zabawne energizery online

Głównym celem tych energizerów online jest zabawa, generowanie śmiechu i energii oraz tworzenie przestrzeni pomiędzy bardziej złożonymi zadaniami. Zabawne energizery mogą być istotnym elementem spotkań dla każdego wirtualnego zespołu, a mieszanka bardziej złożonych energizerów i tych, które są po prostu dla śmiechu może być dobrym sposobem. Przyjrzyjmy się!

GIF Challenge



GIF-y są siłą napędową Internetu, a podczas pracy z wirtualnymi zespołami mogą być świetnym sposobem na wniesienie humoru i kreatywności do spotkania online. Jeśli zastanawiasz się, jak sprawić, by wirtualne spotkania były zabawne, działania takie jak wyzwanie GIF są świetnym miejscem do rozpoczęcia!

W tej grze online, ustaw tablicę online lub wspólny dokument Google i wpisz zdanie lub stwierdzenie, do którego uczestnicy będą musieli znaleźć pasujący GIF. Może to być coś tak prostego jak "Uczucie w poniedziałek rano" lub "Dobre zarządzanie wygląda w ten sposób". Możesz zadać kilka pytań tylko dla zabawy, a następnie włączyć kilka, które proszą każdego członka zespołu o kreatywne reagowanie na wyzwania organizacyjne i przygotowanie ich do kolejnych ćwiczeń.

Po każdej rundzie możesz poprosić uczestników o komentarz lub głosowanie na swoich faworytów, a jeśli chcesz, możesz przeprowadzić więcej rund, aby wybrać zwycięzcę. Dobrym sposobem na wykorzystanie tego energizera jest rozłożenie kilku rund pytań na cały warsztat, aby utrzymać wysoki poziom energii i zapewnić chwile zabawy i kreatywności jako kontrapunkt do innych ćwiczeń.

Jak grać?

Cel
Zbierz swój zespół dzięki zabawnemu energizerowi, który zachęca do nieszablonowego myślenia i generuje śmiech wraz z odrobiną delikatnej rywalizacji.

Instrukcje
Krok 1:

Dla tego energizera online ustaw tablicę online lub wspólny dokument Google, gdzie ludzie mogą umieszczać swoje odpowiedzi na wyzwanie.

Krok 2:

Umieść zdanie lub stwierdzenie na tablicy online i zaproś uczestników do znalezienia GIF-a (giphy.com jest świetny) i umieszczenia go w przestrzeni współpracy. Twoje zdanie może być czymś tak prostym, jak "To

Projekt ten został zrealizowany przy wsparciu finansowym Komisji Europejskiej. Publikacja odzwierciedla jedynie stanowisko autora i Komisja Europejska nie ponosi odpowiedzialności za umieszczoną w niej zawartość merytoryczną.

poniedziałkowe poranne uczucie" lub "Dobre zarządzanie wygląda tak". Możesz mieć kilka pytań tylko dla zabawy, a następnie włączyć kilka, które zapraszają ludzi do kreatywnego reagowania na wyzwania organizacyjne i przygotować ich do kolejnych ćwicze.

Krok 3:

Niech twój zespół głosuje na każdą rundę odpowiedzi. Użyj systemu takiego jak sesja głosowania Mural lub komentarze i wybierz zwycięzcę. Przeprowadź wiele rund, jeśli masz czas w swojej agendzie i zrób z tego turniej!

Masz ochotę na coś trochę innego? Spróbuj użyć memów zamiast GIF-ów lub dodaj piosenki do wspólnej listy odtwarzania Spotify.

Dotknij niebieskiego

Dotknij niebieskiego to energetyk znany od dziesięcioleci, który równie dobrze sprawdza się w środowisku online!

Zacznij od tego, że prowadzący może zawołać coś do dotknięcia, na przykład "dotknij niebieskiego" lub "dotknij czegoś ciepłego". Każdy uczestnik musi poruszać się i dotykać czegoś, co jest niebieskie lub ciepłe. Może to być coś na biurku, element ubrania lub coś, co musi znaleźć na półce z książkami. Ostatnia osoba, która znajdzie przedmiot, musi następnie wybrać następny atrybut.

Jeśli chcesz, aby było to trochę bardziej konkurencyjne, daj każdemu piętnaście sekund na znalezienie czegoś i wyklucz graczy, którzy nie znajdą czegoś w czasie. Kontynuuj grę i komplikuj ją lub skracaj czas, aż zostanie tylko jeden gracz. Skuteczne może być również rozegranie kilku rund tego energizera podczas warsztatów, aby utrzymać uczestników na palcach!

Jak grać?

Cel
Pobudzić zespoły szybkim i łatwym wyzwaniem, które daje im również możliwość podzielenia się czymś ze swojego życia!

Instrukcje
Krok 1:

Zacznij od tego, że facylitator wywołuje coś, co każdy uczestnik musi dotknąć i pokazać na ekranie. Przykładem może być "dotknij niebieskiego" lub "dotknij czegoś ciepłego" lub "dotknij czegoś miękkiego".

Może to być coś na ich biurku, element ubrania lub coś, co muszą iść i znaleźć na swojej półce. Ostatnia osoba, która znajdzie przedmiot, musi następnie wybrać następny atrybut.

Krok 2:
Kontynuuj zabawę, aż każdy uczestnik będzie miał szansę wybrać atrybut. Jeśli chcesz podnieść stawkę, wprowadź do mieszanki drugi atrybut. "Dotknij czegoś niebieskiego i starego" lub "dotknij czegoś czerwonego, co możesz zjeść".

Projekt ten został zrealizowany przy wsparciu finansowym Komisji Europejskiej. Publikacja odzwierciedla jedynie stanowisko autora i Komisja Europejska nie ponosi odpowiedzialności za umieszczoną w niej zawartość merytoryczną.

Krok 3:
Opisz niektóre z ulubionych odpowiedzi i przedmiotów grupy i zachęcając właściciela do opowiedzenia trochę o tym, dlaczego je wybrał.

Wariacje
Jeśli chcesz, aby ten energizer był nieco konkurencyjny, daj uczestnikom tylko piętnaście sekund na znalezienie przedmiotu i wyeliminuj tych graczy, którzy nie znajdą go w czasie! Ostatni pozostały gracz wygrywa!

Jeśli chcesz utrzymać uczestników na nogach, spróbuj przeprowadzić pojedyncze rundy tego energizera w trakcie spotkania lub warsztatu, kiedy energia spada!

Temat 4: Energizery online oparte na umiejętnościach

Te wirtualne gry i ćwiczenia są świetne do stawiania wyzwań zespołowi i zachęcania do wykorzystania konkretnych umiejętności, takich jak aktywne słuchanie, pamięć czy krytyczne myślenie. Są one zazwyczaj bardziej dogłębne i nieco bardziej skomplikowane, ale mogą przynieść dobre rezultaty podczas dłuższych warsztatów zdalnych lub nawet jako jednorazowe ćwiczenia, aby utrzymać zaangażowanie zespołu zdalnego.

Projekt ten został zrealizowany przy wsparciu finansowym Komisji Europejskiej. Publikacja odzwierciedla jedynie stanowisko autora i Komisja Europejska nie ponosi odpowiedzialności za umieszczoną w niej zawartość merytoryczną.

Zdalne oferowanie ołówków

Wielu z nas widziało film, w którym jeden sprzedawca prosi drugiego o sprzedanie mu ołówka. A może by tak wziąć ten pomysł, dodać do niego trochę potencjalnej komedii i wdrożyć go online?

W przypadku sprzedaży ołówków online, polecamy stworzenie talii slajdów z dziwnymi i wspaniałymi przedmiotami, a następnie poproszenie uczestników, jeden po drugim, o przedstawienie reszcie grupy tego, co znajduje się na następnym slajdzie. Wyznacz czas tak, aby uczestnicy mieli trzydzieści sekund na przedstawienie swojego tematu i utrzymuj wszystko w ruchu. Jest to świetny wirtualny energizer, który zachęca do improwizacji.

Jeśli szukasz zmiany tempa, dlaczego nie spróbować fikcyjnych postaci i kazać każdemu uczestnikowi wyjaśnić grupie, dlaczego powinien zostać prezydentem? Jeśli chcesz włączyć to ćwiczenie do ukierunkowanego warsztatu, poproś swój zespół o przedstawienie nowych funkcji lub rozwiązań dla Twojego produktu lub firmy. W zależności od potrzeb, ćwiczenie to można łatwo dostosować do różnych celów.

Jestem pewien, że wielu z nas widziało film, w którym jeden sprzedawca prosi drugiego o sprzedanie mu ołówka. A może by tak wziąć ten pomysł, dodać do niego trochę komedii i wdrożyć go w życie online?

W przypadku sprzedaży ołówków online, zalecamy stworzenie talii slajdów z dziwnymi i wspaniałymi przedmiotami, a następnie poproszenie uczestników, jeden po drugim, o przedstawienie reszcie grupy tego, co pojawi się na następnym slajdzie. Wyznacz czas tak, aby uczestnicy mieli trzydzieści sekund na przedstawienie swojego tematu, i utrzymuj wszystko w ruchu. Jest to świetny wirtualny energizer, który zachęca do improwizacji.

Jeśli szukasz zmiany tempa, dlaczego nie spróbować fikcyjnych postaci i kazać każdemu uczestnikowi wyjaśnić grupie, dlaczego powinien zostać prezydentem? Jeśli chcesz włączyć to ćwiczenie do ukierunkowanego warsztatu, poproś swój zespół o przedstawienie nowych funkcji lub rozwiązań dla Twojego produktu lub firmy. W zależności od potrzeb, ćwiczenie to można łatwo dostosować do różnych celów.

Jak grać?

Cel

Wyostrzenie umiejętności prezentacyjnych zespołu, przy jednoczesnym zachęcaniu do improwizacji i kreatywnego myślenia.

Instrukcje

Krok 1:

Przed spotkaniem ustaw talię slajdów z dziwnymi i cudownymi przedmiotami i upewnij się, że nikt ich wcześniej nie widział. Potrzebne będzie co najmniej dziesięć slajdów, choć zalecamy więcej, szczególnie w przypadku dużych grup. Podziel się tym na ekranie z uczestnikami.

Krok 2:

Znajdź ochotnika lub wyznacz osobę do rozpoczęcia. Zaproś uczestników do zaprezentowania reszcie grupy tego, co pojawi się na następnym slajdzie. Ich celem jest sprzedanie przedmiotu grupie i opowiedzenie o jego cechach i zaletach.

Ustal czas, aby uczestnicy mieli trzydzieści sekund na zaprezentowanie przedmiotu i utrzymuj wszystko w ruchu, zmieniając slajdy i wyznaczając następną osobę, która przejmie prezentację, kiedy uznasz to za stosowne. W ten sposób wszyscy będą się trzymać na nogach i budować energię!

Projekt ten został zrealizowany przy wsparciu finansowym Komisji Europejskiej. Publikacja odzwierciedla jedynie stanowisko autora i Komisja Europejska nie ponosi odpowiedzialności za umieszczoną w niej zawartość merytoryczną.

Krok 3:
Kiedy każdy miał już swoją kolejkę improwizacji, daj wszystkim oklaski i wybierz najlepszego miotacza. Daj im dodatkowe oklaski!

Wariacje:
To ćwiczenie może być łatwo dostosowane do twoich potrzeb.

- Jeśli chcesz się bardziej skupić na produkcie, niech slajdy przedstawiają możliwe przyszłe funkcje pomysłów, nad którymi pracowaliście wcześniej podczas sesji.

- Jeśli chcesz, aby ćwiczenie było bardziej zabawne, stwórz talię slajdów z fikcyjnymi postaciami i niech każdy uczestnik powie grupie, dlaczego właśnie ta postać powinna zostać następnym prezydentem!

PowerPoint Karaoke

PowerPoint karaoke to świetny sposób nie tylko na zmotywowanie grupy, ale także na poprawę umiejętności łączenia zespołów i komunikacji. Dla tego energizera wirtualnego spotkania stwórz jeden lub więcej plików ze slajdami, których żaden z uczestników nie widział wcześniej. Możesz użyć dowolnych slajdów, które nie mają ze sobą nic wspólnego, są tylko dla zabawy lub są prawdziwą prezentacją korporacyjną, w zależności od potrzeb Twojej grupy.

Kiedy Twój zespół jest już gotowy, znajdź ochotnika, który jest chętny do prezentacji i rozpocznij pierwszy losowy wydruk slajdów. Ochotnik musi następnie zaprezentować grupie na tych slajdach. Możesz dać każdemu uczestnikowi cały zestaw slajdów lub kazać im przekazać go innym uczestnikom po kilku slajdach. Zalecamy ograniczenie informacji tekstowych na slajdach do minimum lub użycie wyłącznie zdjęć. Najważniejsze jest to, że uczestnicy improwizują, dobrze się bawią i ćwiczą swoje umiejętności komunikacyjne nawet pod presją!

Jak grać?
Cel
Budowanie umiejętności komunikacyjnych i budowanie więzi w zespole.

Materiały
- Oprogramowanie do prezentacji
- Slajdy (których nikt jeszcze nie widział)

Instrukcje
Znajdź kilku ochotników chętnych do prezentacji. Następnie przygotuj kilka zestawów slajdów, każdy zawierający 8-10 losowych slajdów (możesz zbudować własne zestawy slajdów lub znaleźć przykłady w Internecie).
Poproś każdego ochotnika o przedstawienie prezentacji, nie widząc wcześniej tych slajdów. Kiedy wszyscy zaprezentują swoje prace, zwycięzca może zostać wyłoniony przez panel lub głosowanie powszechne.

Wskazówki dotyczące przeprowadzenia tego ćwiczenia online

Projekt ten został zrealizowany przy wsparciu finansowym Komisji Europejskiej. Publikacja odzwierciedla jedynie stanowisko autora i Komisja Europejska nie ponosi odpowiedzialności za umieszczoną w niej zawartość merytoryczną.

To proste ćwiczenie można przeprowadzić online - jeśli tylko wszyscy są obecni w kamerze internetowej i mają dostęp do narzędzia do wideokonferencji, można je przeprowadzić w taki sam sposób, jak warsztaty na żywo!
Przygotuj jeden lub więcej slajdów i zaprezentuj je grupie poprzez współdzielenie ekranu. Dobrze jest mieć kontrolę nad slajdami, aby w razie potrzeby móc je przesuwać.

Wskazówki do dalszej lektury

Rozgrzewające energizery:

- Count up: https://www.sessionlab.com/methods/count-up
- Three wishes: https://www.sessionlab.com/methods/three-wishes
- The Time Machine: https://www.sessionlab.com/methods/the-time-machine

Projekt ten został zrealizowany przy wsparciu finansowym Komisji Europejskiej. Publikacja odzwierciedla jedynie stanowisko autora i Komisja Europejska nie ponosi odpowiedzialności za umieszczoną w niej zawartość merytoryczną.

Zabawne energizery online:

- Dance, Dance, Dance: https://www.sessionlab.com/methods/dance-dance-dance
- Hello Kitty: https://www.sessionlab.com/methods/hello-kitty

Energizery online oparte na umiejętnościach:

- Empires: https://www.sessionlab.com/methods/empires

Sprawdź również naszą **Bibliotekę T4T**. Oto kilka przydatnych zasobów:

- https://www.nytimes.com/games/wordle/index.html

Projekt ten został zrealizowany przy wsparciu finansowym Komisji Europejskiej. Publikacja odzwierciedla jedynie stanowisko autora i Komisja Europejska nie ponosi odpowiedzialności za umieszczoną w niej zawartość merytoryczną.

Co-funded by the European Union

T4T - - Narzędzia Nauczania w Edukacji Cyfrowej

Erasmus+ projekt numer: 2021-1-ES01-KA220-ADU-000033654

Projekt ten został zrealizowany przy wsparciu finansowym Komisji Europejskiej. Publikacja odzwierciedla jedynie stanowisko autora i Komisja Europejska nie ponosi odpowiedzialności za umieszczoną w niej zawartość merytoryczną.