

MOKYMŲ IR MOKYMOSI VADOVAS



Bendrai finansuoja
Europos Sąjunga

Finansuojama Europos Sąjungos lėšomis. Tačiau išreiškiamas požiūris ar nuomonė yra tik autoriaus (-ių) ir nebūtinai atspindi Europos Sąjungos ar Europos švietimo ir kultūros vykdomosios įstaigos (EACEA) požiūrį ar nuomonę. Nei Europos Sąjunga, nei EACEA negali būti laikoma už juos atsakinga. Projekto nr: 2022-1-ES01-KA220-ADU-000089799.

Turinys

01

TRUMPAS PROJEKTO APRAŠYMAS

02

KIEKVIENO PROJEKTE NAGRINĖJAMO GEBĖJIMO
SANTRAUKA

05

UŽSIĖMIMŲ SKIRSTYMAS Į KATEGORIJAS IR
PRAKTINIAI PATARIMAI REMIANTIS BANDOMŲJŲ
MOKYMŲ ĮŽVALGOMIS

10

MOODLE KURSO NAUDOJIMO INSTRUKCIJOS



Bendrai finansuoja
Europos Sąjunga

Finansuojama Europos Sąjungos lėšomis. Tačiau išreiškiamas požiūris ar nuomonė yra tik autoriaus (-ių) ir nebūtinai atspindi Europos Sąjungos ar Europos švietimo ir kultūros vykdomosios įstaigos (EACEA) požiūrį ar nuomonę. Nei Europos Sąjunga, nei EACEA negali būti laikoma už juos atsakinga. Projekto nr: 2022-1-ES01-KA220-ADU-000089799.

Trumpas projekto aprašymas

„Digital Ageing“ – tai projektas, jungiantis šešis partnerius iš penkių Europos šalių (Ispanijos, Prancūzijos, Lietuvos, Kipro ir Vokietijos), kurių tikslas – gerinti vyresnio amžiaus žmonių skaitmeninius įgūdžius, plėtoti jų gebėjimus įvairiose srityse ir skatinti pasitikėjimą savo jėgomis bei motyvaciją mokytis naujų dalykų.

Projekto veiklos grindžiamos daugialypio intelekto teorija, kurią 1983 m. pasiūlė psichologas **Howardas Gardneris**. Ši teorija kvestionuoja tradicinį požiūrį į intelektą kaip į vieną gebėjimą, išmatuojamą IQ testais. Vietoj to, Gardneris teigia, kad žmonės turi įvairių gebėjimų, atspindinčių skirtingus informacijos apdorojimo ir problemų sprendimo būdus. Kiekvienas žmogus pasižymi unikaliais ir skirtingais gebėjimais bei mokymosi būdais.

Projekto metu buvo pasirinkti keturi pagrindiniai gebėjimai, glaudžiai susiję su skaitmeniniu raštingumu: žodiniai-lingvistiniai, loginiai-matematiniai, erdviniai ir muzikiniai. Tyrimas ir fokus grupės su psichologais, švietimo specialistais bei vyresnio amžiaus žmonėmis padėjo išskirti svarbiausius aspektus, į kuriuos atsižvelgėme kuriant mokymo priemonių rinkinį. Sukūrėme po dvyliką užduočių kiekvienam iš šių gebėjimų ugdyti. Priemonių rinkinys įkeltas į projekto interneto svetainę <https://www.digital-ageing.eu/> tiek anglų, tiek visomis partnerių kalbomis. Čia rasite išsamias instrukcijas, kaip atlikti užduotis. Kai kurie užsiėmimai yra interaktyvūs, todėl mokymosi procesas taps dar įdomesnis.

Be to, sukūrėme ir nuolat atnaujiname Moodle mokymosi platformą, kurioje rasite užduotis bei žinių įsivertinimo klausimynus. Kiekvienam gebėjimui skirtame darbiniame pakete pateikiami vaizdo įrašai, apibendrinantys pagrindinius aspektus. Šiuos vaizdo įrašus galite rasti tiek projekto svetainėje, tiek Moodle platformoje.

Kiekviename darbiniame pakete taip pat rasite interviu su daugialypio intelekto teorijos ekspertais, kurie atskleidžia šių gebėjimų lavinimo svarbą vyresniame amžiuje. Ekspertų komandą ir mūsų konsorciumą sudaro įvairią patirtį turintys tarptautiniai specialistai – neuropsichologė iš Kipro, psichologė iš Lietuvos, švietimo psichologas iš Ispanijos ir Vokietijos. Ekspertų pagalba ir vyresnio amžiaus dalyvių entuziazmas prisidėjo prie šio projekto įgyvendinimo. Tikimės, kad mūsų parengta medžiaga bus naudinga dirbant su vyresnio amžiaus žmonėmis ir projektui pasibaigus. Šį vadovą parengėme norėdami suteikti daugiau praktinių patarimų ir informacijos žmonėms, kurie nori naudoti šio projekto produktus savo kasdienėje veikloje.



Kiekvieno projekte nagrinėjamo gebėjimo santrauka

01

Žodiniai–lingvistiniai gebėjimai

Žodiniai–lingvistiniai gebėjimai tai vieni iš Howardo Gardnerio daugialypio intelekto teorijos gebėjimų, kurie reiškia įgūdį veiksmingai naudoti žodžius, kalbą ir rašyti. Žmonės, turintys išreikštus žodinius–lingvistinius gebėjimus, puikiai skaito, rašo, pasakoja istorijas ir aiškiai reiškia mintis. Jie dažnai mėgsta žodžių žaidimus, lengvai įsimena vardus ir datas bei greitai supranta informaciją pateiktą žodžiu ar raštu.

Šis gebėjimas ypač naudingas srityse, kuriose svarbūs komunikacijos įgūdžiai, tokiose kaip rašymas, mokymas, teisė ir viešasis kalbėjimas. Žmonės, pasižymintys žodiniais–lingvistiniais gebėjimais, geriausiai mokosi, kai gali naudoti kalbą idėjoms išreikšti ir suprasti. Todėl jiems efektyviausias mokymosi būdas – skaitymas, diskusijos ir rašymo užduotys.

Žodiniai–lingvistiniai gebėjimai yra labai svarbūs skaitmeninio raštingumo tobulinimui. Žmonės, su stipriai išreikštais žodiniais–lingvistiniais įgūdžiais, lengvai supranta rašytines instrukcijas, todėl greičiau išmoksta naudotis naujomis skaitmeninėmis priemonėmis ir platformomis. Nesvarbu ar tai būtų naudojimo instrukcijos, DUK, ar programėlių mokomieji tekstai žmonės, pasižymintys žodiniais gebėjimais gali greitai suprasti sudėtingus nurodymus.



02

Loginiai-matematiniai gebėjimai

Remiantis Howardo Gardnerio daugialypių intelektų teorija, loginiai-matematiniai gebėjimai apima gebėjimą dirbti su skaičiais, schemomis ir priimti loginius sprendimus. Žmonės, pasižymintys šiais gebėjimais, puikiai sprendžia problemas, analizuoja duomenis ir geba abstrakčiai mąstyti. Jie lengvai supranta skaitmeninius duomenis, atlieka skaičiavimus ir geba spręsti sudėtingus matematinius uždavinius. Toks gebėjimas padeda greitai spręsti problemas ir priimti pagrįstus sprendimus. Tyrimai rodo, kad loginiai-matematiniai gebėjimai neatsiejami nuo skaitmeninio raštingumo. Loginiai-matematiniai gebėjimai padeda lengviau analizuoti vizualizacijas, tokias kaip grafikai, diagramos ir statistika. Kadangi daugelis skaitmeninių įrankių ir technologijų, pavyzdžiui, paieškos sistemos, veikia pagal algoritmus, žmonės turintys šį gebėjimą greitai įsisavina jų veikimo principus. Loginis mąstymas taip pat padeda įvertinti skaitmeninės informacijos patikimumą ir atpažinti klaidingus duomenis.

03

Erdviniai gebėjimai

Erdviniai gebėjimai – tai gebėjimas įsivaizduoti, keisti ir suprasti erdvinius ryšius dvimatyje ir trimatyje erdvėje. Jie padeda įsivaizduoti objektus ir jų vietą erdvėje, juos sukurti ar keisti. Žmonės, turintys gerai išvystytus erdvinius gebėjimus, lengvai orientuojasi tiek fizinėse, tiek skaitmeninėse aplinkose ir gerai supranta, kaip objektai susiję tarpusavyje. Dažnai jie pasižymi kūrybišku ir analitiniu mąstymu.

Erdviniai gebėjimai ir skaitmeninis raštingumas yra glaudžiai susiję, nes erdviniai įgūdžiai padeda naršyti, kurti ir interpretuoti skaitmenines aplinkas. Šių gebėjimų derinys leidžia žmonėms efektyviai ir kūrybiškai naudotis technologijomis, ypač srityse, kuriose svarbus vizualinis mąstymas ir darbas su skaitmeniniais įrankiais bei programomis.

04

Muzikiniai gebėjimai

Muzikiniai gebėjimai – tai gebėjimas suvokti, vertinti ir kurti muziką. Jie apima ritmų, tonų, melodijų ir harmonijos supratimą, taip pat gebėjimą atpažinti muzikinius motyvus ir kurti muziką pagal tam tikras struktūras. Žmonės pasižymintys muzikiniais gebėjimais yra itin jautrūs garsams, jų niuansams ir ritmams. Jie lengvai atpažįsta ir atkuria sudėtingus ritmus bei geba interpretuoti muziką. Be to, jie puikiai jaučia, kaip muzika veikia emocijas ir žino, kaip jos pagalba galima išreikšti mintis ir jausmus.

Muzikiniai gebėjimai ir skaitmeninis raštingumas yra glaudžiai susiję. Muzikiniai gebėjimai vis dažniau įtraukiami į ugdymo procesus, praturtinant mokymosi patirtį tiek jaunesniems, tiek vyresniems žmonėms. Muzikos kūrimas ir programavimas turi daug bendrų bruožų – abiem veikloms reikalingas tikslumas ir nuoseklus mąstymas. Be to, gebėjimas atidžiai klausytis muzikos lavina analitinius įgūdžius, kurie būtini siekiant suprasti skaitmeninio pasaulio sudėtingumą. Todėl muzikinių gebėjimų ugdymas gali žymiai pagerinti akademinius ir skaitmeninius įgūdžius visose amžiaus grupėse. Skaitmeninės muzikos platformos ar muzikos programėlės padeda lavinti muzikinius gebėjimus ir lengviau įvaldyti technologijas. Vyresnio amžiaus žmonės naudodamiesi išmaniaisiais įrenginiais muzikai klausytis pamažu gerina savo skaitmeninius įgūdžius ir įgyja daugiau pasitikėjimo technologijomis.

Užsiėmimų skirtymas į kategorijas ir praktiniai patarimai remiantis bandomųjų mokymų įžvalgomis

Kiekvienam gebėjimui sukūreime vaizdo įrašą, kuriame pateikiama informacija apie pagrindines jo savybes, tobulėjimo galimybes ir pratimai, padedantys lavinti šį gebėjimą. Taip pat parengėme klausimyną, kuris leidžia įsivertinti savo žinių lygį.

Projekto metu sukurti pratimai buvo išbandyti su vyresnio amžiaus žmonėmis bandomųjų mokymų metu, todėl dabar galime pasidalinti rekomendacijomis bei praktiniais patarimais, kaip užtikrinti sklandų jų įgyvendinimą.

- Labai svarbu žinoti dalyvių ypatumus. Užsiėmimai skirti žmonėms, kurie neturi rimtų intelekto sutrikimų. Be to, rekomenduojama iš anksto išsiaiškinti ar dalyviai neturi regos ar klausos problemų, dėl ko gali reikėti pakeisti vaizdines ir žodines instrukcijas. Geriausia naudoti didelius šriftus ir užtikrinti, kad teksto spalva kontrastuotų su fono spalva.
- Gali reikėti pakartoti instrukcijas keletą kartų. Jos turi būti aiškos ir tikslios.
- Jei užsiėmimai vyksta dienos centre ar slaugos namuose, rekomenduojama, kad juos vestų senjorams pažįstamas asmuo. Jei senjorai užsiėmimus atlieka savo namuose, jiems gali prireikti šeimos narių pagalbos. Be to, senjorams prireiks pagalbos atliekant užsiėmimus, kuriuose naudojamos technologijos.
- Vyresnio amžiaus žmonėms ypač patinka užsiėmimai, kurie primena jaunystės dienas ir sukelia nostalgiskus prisiminimus, pavyzdžiui, susijusius su garsia daina iš jų jaunystės laikų.
- Nepaisant to, kad mūsų mokymų priemonių rinkinį sudaro įvairių tipų užsiėmimai ir kai kurie iš jų yra skirti individualiam atlikimui, labai svarbu skatinti socialinį jų aspektą ir jei įmanoma atlikti juos grupėse. Bendravimas su žmonėmis visada yra naudingas vyresnio amžiaus žmonėms.



Kitas svarbus aspektas – kiekvieno vyresnio amžiaus žmogaus kognityvinės galimybės skiriasi, todėl kai kurie užsiėmimai turėtų būti pritaikyti atsižvelgiant į individualius ar grupės poreikius. Pavyzdžiui, jei tam tikram užsiėmimui atlikti yra nustatytas laiko limitas, jį galima prailginti arba pasiūlyti lengvesnes užduoties versijas, pvz., matematikos uždaviniai, skirti lavinti loginius–matematinus gebėjimus.

Vyresnio amžiaus žmonės ne tik nori atlikti užduotis, bet ir jaustis vertinami kaip besimokantieji, turintys patirties. Jiems svarbu suprasti užsiėmimų naudą, tačiau taip pat jie turėtų mėgautis šiomis veiklomis.

Žemiau pateikiamas užsiėmimo pavyzdys:



Žodinio intelekto lavinimo priemonių rinkinys

DIGITAL AGEING
Train your brain

ŽODINIO INTELEKTO KLAUSIMYNAS

Aprašymas

Šis trumpas klausimynas padės įvertinti vyresnio amžiaus žmonių žodinius-verbalinius gebėjimus.

Trukmė

1 val.

Aplinka

Individualiai arba grupėje.
1-5 dalyviai

Priemonės

Šią užduotį galima atlikti paprasčiausiai atspausdinant žodinio intelekto klausimyną ir duoti rašiklį ar pieštuką, pasižymėti atsakymams. Šį testą taip pat galima atlikti naudojantis internetine priemone, pavyzdžiui, Typeform.

Praktiniai patarimai

Jei dalyviams sunku rašyti ir (arba) skaityti, šią veiklą galima atlikti kaip grupinę užduotį, kai vienas žmogus nurodo, kiti atsako.

Mokymosi tikslai

- Didinti informuotumą apie žodinius-verbalinius gebėjimus
- Skatinti diskusijas šia tema
- Suformuluoti, kas vyresnio amžiaus žmonėms patinka ar nepatinka

Instrukcijos

- Veiklos paaiškinimas (10 mn)
- Klausimyno pildymas (20 mn)
- Pasidalinimas atsakymais

Numatomi rezultatai

- Nustatyti, kokia žodinio-verbalinio intelekto veikla jiems labiausiai patinka.
- Įvertinti jų žodinio-verbalinio intelekto lygį.

Šaltinis

My Training Box Fokus grupės
Une difficulté d'expression écrite - avec la famille des modèles de...

Jūsų patogumui ir kad būtų lengviau nuspręsti, kurie užsiėmimai bus naudingiausi senjorams, su kuriais dirbate, suskirstėme parengtas užduotis į kategorijas pagal gebėjimus, užsiėmimo tipą ir turinį.

Užsiėmimai skirti lavinti žodinius-lingvistinius gebėjimus

Siekiant lavinti šį gebėjimą parengėme užsiėmimus, kuriuos galima suskirstyti pagal:

Užsiėmimo pobūdį:

1. Žodžių, prasidedančių tam tikra raide ir priklausančių tam tikrai kategorijai, įvardijimas: Žodžių kategorijos, Tos pačios raidės kategorijos.
2. Istorijų kūrimas (dažnai panaudojant tam tikrus žodžius arba prasidedančios konkrečiu žodžiu, arba istorijos pratęsimas). Užbaikite istoriją, Žodžių Bingo, Istorijos kūrimas, Prisiminimai.
3. Žodžiai, jų formos, modifikacijos: Anagramos, Žodžių grandinė, Raskite tinkamą porą.
4. Tuščių laukelių pildymas: Skaitmeninių įrankių paieška.
5. Diskusijos laisvai pasirinkta tema: Diskusija grupėje.
6. Dainos, kuriose minimi tam tikri žodžiai: Dainos tęsinys!

Užsiėmimo formą:

Užsiėmimai tik grupėje:

Dainos tęsinys, Užbaikite istoriją, Prisiminimai, Diskusija grupėje.

Tik individualūs užsiėmimai: nėra.

Užsiėmimai kurie gali būti atliekami tiek grupėje, tiek individualiai:

Žodžių kategorijos, Anagrama, Žodžių Bingo, Žodžių grandinė, Skaitmeninių įrankių paieška, Raskite tinkamą porą, Tos pačios raidės kategorijos, Istorijos kūrimas.

Formatą:

Galimybė atsisiųsti: visus užsiėmimus.

Interaktyvi versija:

Skaitmeninių įrankių paieška, Dainos tęsinys, Istorijos kūrimas.

Konkrečios rekomendacijos, parengtos remiantis bandomųjų mokymų rezultatais:

- Dainos tęsinio užsiėmimas turi tam tikrų apribojimų: kai kurie žmonės gali neprisiminti dainų žodžių.
- Užsiėmimai skatinantys emocijas ir prisiminimus buvo ypač palankiai įvertinti (Istorijų kūrimas, Prisiminimai).
- Kai kurios užduotys, ypač jei jos atliekamos grupėje ir yra nustatytas laiko limitas (Žodžių kategorijos, Tos pačios raidės kategorijos, Raskite tinkamą porą), gali paskatinti dalyvius konkuruoti, siekti pergalės.



Užsiėmimai skirti lavinti loginius-matematinius gebėjimus

Siekiant lavinti šį gebėjimą parengėme užsiėmimus, kuriuos galima suskirstyti pagal:

Užsiėmimo pobūdį:

1. Pratimai, kurie susiję su matematiniais skaičiavimais: Matematikos uždavinių ir galvosūkių sprendimas.
2. Tie, kurie daugiau dėmesio skiria logikai ir samprotavimams: Loginės lentelės, Grafiko interpretacija, Užbaikite skaičių seką.
3. Matematikos taikymas realaus gyvenimo situacijose: Recepto planavimo iššūkis, Kita mano savaitė, Kelionės biudžeto planavimas.
4. Žaidimai, reikalaujantys logikos ir skaičiavimų: Matematikos stalo žaidimas, Kortų žaidimas Pasjansas, Kortų žaidimas 31, Skaičių Bingo, Sudoku, Skaičių sekos įsiminimas ir pakartojimas.

Užsiėmimo formą:

Užsiėmimai tik grupėje: Matematikos stalo žaidimas, Kortų žaidimas 31.

Tik individualūs užsiėmimai: Kortų žaidimas Pasjansas, Kita mano savaitė.

Užsiėmimai kurie gali būti atliekami tiek grupėje, tiek individualiai: Užbaikite skaičių seką, Matematikos uždavinių ir galvosūkių sprendimas, Loginės lentelės, Grafiko interpretacija, Recepto planavimo iššūkis, Skaičių Bingo, Sudoku, Skaičių sekos įsiminimas ir pakartojimas.

Formatą:

Galimybė atsisiųsti: visus užsiėmimus.

Interaktyvi versija:

Grafiko interpretacija, Matematikos uždavinių ir galvosūkių sprendimas, Užbaikite skaičių seką, Recepto planavimo iššūkis.

Konkrečios rekomendacijos, parengtos remiantis bandomųjų mokymų rezultatais:

- Užsiėmimų sudėtingumas turėtų būti parenkamas atsižvelgiant į grupę. Pavyzdžiui, kai kurios matematikos užduotys vyresnio amžiaus dalyviams gali atrodyti per sunkios, tuomet reiktų pasiūlyti lengvesnių variantų.
- Dalyviams labiausiai patiko užduotys, kuriose matematiniai veiksmai pritaikomi realiame gyvenime – apskaičiuoti recepto ingredientų kiekį, kelionės ar apsipirkimo biudžetą ir t. t.
- Kortų žaidimai taip pat yra populiarūs vyresnio amžiaus žmonių tarpe. Skirtingose šalyse naudojamos skirtingos kortų kaladės, todėl jas gali tekti adaptuoti.
- Informacijos struktūrizavimas ir vizualinės medžiagos interpretavimas padeda lengviau suprasti duomenis.



Užsiėmimai skirti lavinti erdvinius gebėjimus

Siekiant lavinti šį gebėjimą parengėme užsiėmimus, kuriuos galima suskirstyti pagal:

Užsiėmimo pobūdį:

1. Piešimas, tapyba, popierinių objektų kūrimas (smulkiąją motoriką skatinanti veikla): 3D geometrinių figūrų piešimas, Mandalų spalvinimas, Origami laiveliai, Simetriškas piešimas.
2. Orientavimasis erdveje ir objektų atpažinimas: Pasaulio tyrinėjimas, Atminties rūmų kūrimas, Raskite detalę, Surinkimo lazdelės Mikado, Optinės iliuzijos, Raskite trūkstantą figūros dalį, Figūrų rūšiavimas, Objektų išdėstymas prisilietimų pagalba.

Užsiėmimo formą:

Užsiėmimai tik grupėje: Raskite detalę, Surinkimo lazdelės Mikado, Figūrų rūšiavimas, Objektų išdėstymas prisilietimų pagalba.

Tik individualūs užsiėmimai:

Užsiėmimai kurie gali būti atliekami tiek grupėje, tiek individualiai: Pasaulio tyrinėjimas, Raskite trūkstantą figūros dalį, 3D geometrinių figūrų piešimas.

Individualūs užsiėmimai su diskusija grupėje: Atminties rūmų kūrimas, Mandalų spalvinimas, Origami laiveliai, Simetriškas piešimas, Optinės iliuzijos.

Formatą:

Galimybė atsisiųsti: visus užsiėmimus.

Interaktyvi versija:

Raskite trūkstantą figūros dalį, Optinės iliuzijos, Origami laiveliai ir Simetriškas piešimas.

Konkrečios rekomendacijos, parengtos remiantis bandomųjų mokymų rezultatais:

- Kai kurioms užduotims reikia papildomų paaiškinimų: Raskite trūkstantą figūros dalį ir 3D geometrinių figūrų piešimas. Dalyviams gali būti sunku suvokti trimačių objektų ir trūkstančių figūrų sąvoką, todėl gali reikėti papildomų paaiškinimų.
- Piešimas, spalvinimas ir rankdarbiai iš popieriaus ne tik lavina smulkiąją motoriką bet ir primena senjorams vaikystę, suteikia jiems džiaugsmo.
- Optinių iliuzijų užduotis suteikia galimybę diskutuoti apie skirtingą žmonių suvokimą ir psichologiją.



Užsiėmimai skirti lavinti muzikinius gebėjimus

Siekiant lavinti šį gebėjimą parengėme užsiėmimus, kuriuos galima suskirstyti pagal:

Užsiėmimo pobūdį:

1. Garsų, ritmų ir melodijų atpažinimas: Atspėkite dainos pavadinimą ir dainuokite kartu, Dainavimo ir ritmiško būgnų mušimo sesija, Fimų melodijos, Atspėkite šokį, Garsų šarados, Garsų grandinės simfonija,
2. Dainų ir atlikėjų įvardijimas: Muzikinis Bingo, Muzikinė karšta bulvė, Mano grojaraštis.
3. Emocijų ir vaizduotės sužadinimas: Muzikos klausymasis ir vizualizacija, Mano muzikinė autobiografija, Prisiminimų alėja.
4. Kūryba: Sukurkite dainos žodžius.
5. Šokis: Šokis sėdint kėdėje.

Užsiėmimo formą:

Užsiėmimai tik grupėje: Muzikinis Bingo, Atspėkite dainos pavadinimą ir dainuokite kartu, Dainavimo ir ritmiško būgnų mušimo sesija, Garsų šarados, Garsų grandinės simfonija, Muzikinė karšta bulvė, Tik individualūs užsiėmimai:

Užsiėmimai kurie gali būti atliekami tiek grupėje, tiek individualiai: Muzikos klausymasis ir vizualizacija, Mano muzikinė autobiografija, Atspėkite šokį, Sukurkite dainos žodžius, Prisiminimų alėja, Šokis sėdint kėdėje, Mano grojaraštis.

Formatą:

Galimybė atsisiųsti: visus užsiėmimus.

Interaktyvi versija:

Konkrečios rekomendacijos, parengtos remiantis bandomųjų mokymų rezultatais:

- Rekomenduojama daugiau laiko skirti muzikos užsiėmimams, kurie sukelia emocinį ryšį su prisiminimais ar svarbiais gyvenimo įvykiais. Tokie užsiėmimai gali sužadinti nostalgiskus jausmus, todėl verta suteikti galimybę vyresnio amžiaus žmonėms pasidalinti savo prisiminimais.
- Vyresnio amžiaus žmonėms patinka judėti muzikos ritmu, todėl užsiėmimų susijusių su ritmo ar melodijos atpažinimu metu kai kurie dalyviai natūraliai šoks ar linguos į taktą. Tai jiems suteikia emocinį džiaugsmą ir yra naudinga fizinei sveikatai.



Moodle kurso naudojimo instrukcijos

Projekto metu sukūrėme „Moodle“ mokymosi platformą, kurioje pateikiama visa sukurta mokymosi medžiaga. Naudojantis „Moodle“ galima stebėti savo pažangą, tęsti mokymąsi nuo tos vietos, kurioje buvo sustota, kartoti pratimus ir palyginti rezultatus.

Šiame skyriuje pateiksime išsamias instrukcijas, kaip naudotis šia platforma ir prisijungti prie mokymosi užsiėmimų.

Pirmiausia turėsite susikurti paskyrą šioje svetainėje: <https://v1.mygreentrainingbox.com/my/>.

Paspaudus „Registruotis“, reikės pažymėti laukelius, patvirtinančius, kad sutinkate su Teisine informacija ir Bendrosiomis naudojimosi sąlygomis, bei pateikti šiuos duomenis apie save:

Registruotis

Iveskite savo duomenis, kad užsiregistruotumėte ir taptumėte mūsų bendruomenės dalimi.

Jei negaunate patvirtinimo pranešimo per kelias minutes nuo prisiregistravimo, patikrinkite savo šlaimto / šaukščių ar masinio el. pašto aplanką, kad patvirtinimo el. laiškas būtų pristatytas ten, o ne jūsų gautųjų dėžutėje. Jei taip, pasirinkite patvirtinimo pranešimą ir pažymėkite jį „Ne šlamstas“, kuris turėtų leisti gauti būsimus pranešimus. Nepamirškite paspausti patvirtinimo pranešime esančios nuorodos. Jei vis dar susiduriate su problemomis, praneškite mums apie tai: registracija@mygreentrainingbox.com.

Jau turite paskyrą?

PRISIJUNKITE

REGISTRUOTIS

VARDAS

PAVARDE

VARTOTOJO VARDAS

- Missing username

EL. PAŠTO ADRESAS

- Missing email address

SLAPTAŽODIS

- Missing password

PATVIRTINKITE SLAPTAŽODĮ

- Missing confirm password

☐ I'm not a robot

reCAPTCHA

Tada turėsite patvirtinti, kad nesate robotas, ir gausite automatinį el. laišką su tolesniais nurodymais, kaip patvirtinti paskyrą ir pradėti ją naudoti.



Maintain your sharp, high
level of verbal
intelligence!

Here is your score: 100 / 100

[Start from here](#) press Enter ↵

Įėję į platformą pamatysite 4 modulius, skirtus kiekvienam gebėjimui. Jų struktūros yra identiškos. Kaip pavyzdį paimkime žodinius-lingvistinius gebėjimus. Pirmiausia galėsite patikrinti savo žodinių gebėjimų žinias užpildydami klausimyną, kuris yra interaktyvus ir aiškus. Jums bus pateikti klausimai apie žodinius gebėjimus ir pasirinkę atsakymą automatiškai gausite savo rezultatą.

Nepriklausomai nuo rezultatų, būsite pakviesti patobulinti savo žodinius-lingvistinius gebėjimus atliekant užduotis. Pirmiausia kviesime peržiūrėti vaizdo įrašą, kuriame rasite apibendrintus pagrindinius žodinių gebėjimų aspektus. Tuomet galėsite pasirinkti iš 12 skirtingų užduočių. Nors nėra būtina atlikti jų visų, tačiau kuo daugiau padarysite, tuo didesnė tikimybė pagerinti savo žodinius gebėjimus.



Paprašysime atlikti įsivertinimą, kuriame reikės nurodyti, kurias užduotis atlikote, ir ar jos buvo jums naudingos.

Žodinių, loginių-matematinių, erdvinių ir muzikinių gebėjimų modulių struktūra yra identiška. Visa medžiaga pateikiama anglų, ispanų, vokiečių, graikų, lietuvių ir prancūzų kalbomis.

Tiems, kurie nori gilinti savo žinias šia tema, kiekviename mokymosi platformos modulyje pateikiamos nuorodos į papildomus šaltinius visomis projekto partnerių kalbomis.



**Bendrai finansuoja
Europos Sąjunga**

Finansuojama Europos Sąjungos lėšomis. Tačiau išreiškiamas požiūris ar nuomonė yra tik autorius (-ių) ir nebūtinai atspindi Europos Sąjungos ar Europos švietimo ir kultūros vykdomosios įstaigos (EACEA) požiūrį ar nuomonę. Nei Europos Sąjunga, nei EACEA negali būti laikoma už juos atsakinga. Projekto nr: 2022-1-ES01-KA220-ADU-000089799.

Projekto partneriai



Bendrai finansuoja
Europos Sąjunga

Finansuojama Europos Sąjungos lėšomis. Tačiau išreiškiamas požiūris ar nuomonė yra tik autoriaus (-ių) ir nebūtinai atspindi Europos Sąjungos ar Europos švietimo ir kultūros vykdomosios įstaigos (EACEA) požiūrį ar nuomonę. Nei Europos Sąjunga, nei EACEA negali būti laikoma už juos atsakinga. Projekto nr: 2022-1-ES01-KA220-ADU-000089799.