

Erasmus+ KA210

2022-1-IT01-KA210-VET-000083953

Indice - Fase 2

2. Elaborazione strumenti didattici e metodologie di valutazione

SOS - Sviluppo delle SOft Skills per persone con disabilità attraverso le risorse del territorio

Allegati:

- I Laboratori (IT-ES)
- Griglie di valutazione Soft Skills (IT-ES)
- Correlazione laboratori Soft Skills (IT-ES)
- Modello attestazione acquisizione Soft Skills





Erasmus+ KA210

2022-1-IT01-KA210-VET-000083953

Fase 2

2. Elaborazione strumenti didattici e metodologie di valutazione

SOS - Sviluppo delle SOft Skills per persone con disabilità attraverso le risorse del territorio

I Laboratori (IT-ES)





Laboratorio outdoor- Attività ippiche

Centro ippico Il Sentiero



Contesto di apprendimento

Saranno strutturate 3 esercitazioni nel centro ippico, simulazioni, role play, individuali e/o di gruppo, finalizzate all'acquisizione delle soft skills individuate, in grado di sfruttare tutte le potenzialità del contesto ai fini dell'apprendimento. Le esercitazioni sono precedute da incontri di preparazione alla prova.

Obiettivi di apprendimento

SOFT SKILLS DA SVILUPPARE		
N.	Denominazione	
1	ADATTABILITÀ/FLESSIBILITÀ	✓
2	PROBLEM SOLVING	
3	GESTIONE DEL TEMPO	
4	FOCALIZZARSI SUGLI OBIETTIVI	



5	TEAM BUILDING	
6	GESTIONE E SOLUZIONE DEI CONFLITTI	
7	GESTIONE DELLO STRESS/COPING	
8	COMUNICAZIONE EFFICACE	✓
9	AUTONOMIA NELLO SVOLGIMENTO DEI COMPITI	
10	FIDUCIA IN SE STESSI	✓

Metodologia didattica

La **formazione esperienziale all'aperto, con attività ippiche**, è molto sempre più diffusa nell'ambito della disabilità, sia come ippoterapia, sia come equitazione. Questa metodologia consente di coinvolgere dal punto di vista fisico e relazionale il partecipante allo scopo di migliorare alcune sue soft skills.

L'attività equestre, fa riscoprire il proprio corpo, è socializzante», commenta Maria Laura Tabacchi, coordinatrice di Aiasport, un progetto di per 14 persone in carrozzina o con difficoltà a camminare, attraverso l'attività con il cavallo si crea una relazione con l'animale anche attraverso lo spazzolamento, le carezze, il dargli una mela. Il cavallo, infatti, non è uno "strumento" passivo: ha reazioni completamente diverse con ciascuna delle persone che lo avvicina o lo cavalca, ma tende per istinto a proteggere i più deboli.

Prendendo spunto da esperienze precedenti, la formazione training outdoor con il cavallo permette di aumentare diverse capacità e skills, personali e di gruppo, come per esempio:

- adattabilità e flessibilità
- instaurare delle relazioni positive e accrescere le proprie competenze comunicative
- aumentare la fiducia in se stessi

Queste sono alcune skills, molto utili anche dal punto di vista professionale e non solamente personale.



Contenuti

Totale: 40 ore - 10 ore di preparazione alla prova + 30 ore di laboratorio

8 incontri di 5 ore cad.

Preparazione alla prova 10 ore

Norme di sicurezza

Comportamenti da tenere all'interno del Centro Ippico

Esercitazione n. 1- 10 ore

Contatto con l'animale con utilizzo di strumenti adibiti per la pulizia al fine di stimolare la prensilità
--

La propria ricezione e conoscenza di un soggetto diverso come è il cavallo
--

Elementi di comunicazione non verbale- Empatia
--

Esercitazione n. 2- 10 ore

Messa in sella tenuti al passo con esercizi in leggero movimento al fine di fare ginnastica passiva e posturale

Esercitazione n. 3- 10 ore

A seconda del loro grado di predisposizione fisica o emotiva alcuni esercizi possono essere fatti da terra.

Conoscenza del cavallo e sua cura.

Nella conoscenza e cura rientrano materie veterinarie, mascalcia, grooming etc.



Strumenti e attrezzature

Dispositivi di protezione individuale

Procedure di sicurezza

Strumenti adibiti per la pulizia del cavallo

Tipologie di selle

Organizzazione e logistica Tempi

Soggetto	Indirizzo	Laboratorio
Centro Ippico il Sentiero	Via del Padule angolo Via delle Colmate - 55045 – Pietrasanta (LU)	Attività ippiche

Personale coinvolto

3 formatori/operatori, di cui uno esperto di attività outdoor rivolte a persone disabili.

Esperto:

Apolloni Paola

Risultati attesi

Il partecipante sarà in grado di

- adattarsi a contesti mutevoli
- avvicinarsi alle nuove attività



- provare nuove attività per imparare qualcosa di nuovo
- utilizzare strategie comunicative efficaci
- migliorare la percezione e valorizzazione delle proprie capacità

Valutazione

Valutazione ex ante e valutazione finale.

Questionari di autovalutazione, schede di monitoraggio, griglie di valutazione, schede per interviste strutturate. Ogni strumento restituisce una serie di valori o di argomenti.

Sulla base di specifiche griglie o scale di valori, è possibile ricondurre i valori e i risultati ottenuti alle soft skills.

Alla fine di ogni laboratorio è importante fissare un momento di riflessione e di condivisione dell'esperienza appena fatta.

La valutazione svolta dagli operatori terrà conto dei feedback dei partecipanti.

Laboratorio outdoor trekking

- Asd Wild Billy Goat



Contesto di apprendimento

Saranno strutturate 3 esercitazioni attraverso attività di trekking, simulazioni, role play, individuali e/o di gruppo, finalizzate all'acquisizione delle soft skills individuate, in grado di sfruttare tutte le potenzialità del contesto ai fini dell'apprendimento.

Le esercitazioni sono precedute da incontri di preparazione alla prova.

Obiettivi di apprendimento

SOFT SKILLS DA SVILUPPARE	
N.	Denominazione
1	ADATTABILITÀ/FLESSIBILITÀ
2	PROBLEM SOLVING
3	GESTIONE DEL TEMPO
4	FOCALIZZARSI SUGLI OBIETTIVI
5	TEAM BUILDING
6	GESTIONE E SOLUZIONE DEI CONFLITTI



7	GESTIONE DELLO STRESS/COPING	✓
8	COMUNICAZIONE EFFICACE	✓
9	AUTONOMIA NELLO SVOLGIMENTO DEI COMPITI	✓
10	FIDUCIA IN SE STESSI	

Metodologia didattica

La **formazione esperienziale all'aperto, in attività di trekking**, intende sollecitare i partecipanti a mettersi in gioco, porsi degli obiettivi, sfidarsi e vincere le proprie paure individualmente e in gruppo attraverso attività che stimolano anche la capacità di concentrazione e le capacità di relazionarsi con gli altri.

I partecipanti si cimenteranno in attività di:

- tour esperienziali in montagna, trailbuilding (pulizia sentieri), interventi su mtb (mountain bike), trekking con e-mtb nel parco.

I partecipanti affronteranno via via delle sfide a piedi o in bicicletta, che li aiuteranno a comprendere i propri limiti e a trovare delle strategie per superarli, chiedendo e dando, quando necessario, aiuto.

I partecipanti si metteranno alla prova con attività poco sperimentate in precedenza.

Il partecipante è principalmente sollecitato a migliorare le proprie strategie comunicative: è messo in condizione di interpretare le indicazioni proposte dall'operatore. In questo contesto sono favorite le attività da fare in gruppo ed è possibile sperimentare anche strategie di collaborazione.

La formazione training outdoor in alcune attività è una sfida contro se stessi e i propri limiti, si devono rispettare delle regole.



L'impegno e il risultato personale incide fortemente sul risultato ottenuto dalla squadra.

In generale, questa esperienza può cambiare profondamente in meglio le persone a livello individuale e a livello di team.

Soprattutto in montagna, il singolo potrà mettersi alla prova, entrare in relazione con gli altri, condividere i propri punti di forza e debolezze

Il gruppo si troverà a cooperare e comunicare, creando un'unica entità fatta di tante persone diverse e uniche che si muovono verso la stessa meta.

La formazione training outdoor con le attività di trekking, hanno la potenzialità di aumentare diverse capacità e skills, personali e di gruppo, come per esempio:

- L'adattabilità e flessibilità nel confronto di situazioni critiche

In montagna, anche se ho studiato bene la mappa e seguo un esperto di trekking, possono capitare degli imprevisti. Sono pronto ad affrontare delle nuove difficoltà? Cosa devo valutare per prendere una decisione?

- L'autonomia nello svolgimento dei compiti

Dopo che l'istruttore ha dato delle indicazioni di base, il partecipanti deve provare a svolgerle in autonomia, dopo aver chiesto conferma e dei feedback iniziali sul proprio comportamento.

- Gestione dello stress/coping

Nuove attività, nuove sfide, imprevisti rappresentano delle situazioni che possono mettere "sotto pressione".

Quali sono le strategie per tenere a bada lo stress e gestire al meglio le situazioni più critiche?

- Team building

Le attività in montagna o di trekking nel parco, hanno l'obiettivo di consolidare una squadra senza perdere di vista il benessere dei singoli.



Camminare insieme è un modo per conoscersi meglio, favorire la comunicazione, incrementare la fiducia nei colleghi.

Fa bene anche al singolo: riduce stress e ansia, aiuta a rilassarsi, migliora la qualità del sonno.

Queste sono alcune skills, molto utili anche dal punto di vista professionale e non solamente personale.

L'attività deve essere studiata a tavolino (analisi del progetto).

È importante stare attenti ai dettagli e alla preparazione, per la propria sicurezza e la sicurezza degli altri.

L'attività outdoor contribuisce a sperimentare l'importanza del gruppo e a trovare delle strategie per lavorare bene con gli altri.

Definisci il percorso tenendo conto delle capacità di escursionismo di tutti i membri del tuo team: nessuno deve restare indietro!

Contenuti

Totale: 40 ore - 10 ore di preparazione alla prova + 30 ore di laboratorio

Preparazione alla prova 10 ore

Procedure e Dispositivi di sicurezza

Le regole delle diverse attività

Esercitazione n. 1- 10 ore

Ascolta le istruzioni e mettile in pratica
--

Studiamo il percorso



Rimettiamo in ordine le fasi

Tour esperienziali in montagna. Sentiero per sentiero.

Escursioni di Trekking

Esercitazione n. 2- 10 ore

La montagna è di tutti. Dobbiamo rispettarla tutti. Approccio ecosostenibile

Trailbuilding (pulizia sentieri)

Mountain bike e e-mountain bike- funzionamento e manutenzione. Prove

Esercitazione n. 3- 10 ore

Escursioni di Trekking con e-mtb

Feedback

Strumenti e attrezzature

indumenti e calzature di sicurezza

cappello e zaino e contenuto fondamentale (cellulare, acqua, crema solare protettiva, viveri)

bastoni

e-mbk dispositivi di sicurezza (casco, occhiali)

Organizzazione e logistica Tempi

Soggetto	Indirizzo	Laboratorio
Asd Wild Billy Goat	Via Provinciale Vallecchia, 135, 55045 Pietrasanta LU	Laboratorio di trekking



Personale coinvolto

3 formatori/operatori, di cui uno esperto di attività outdoor rivolte a persone disabili.

Esperto: Giacomo Bazzichi e Barbi Francesco

Risultati attesi

Il partecipante sarà in grado di

- adattarsi a contesti mutevoli
- sperimentare più facilmente le novità
- provare nuove attività per imparare qualcosa di nuovo
- svolgere i compiti assegnati senza il bisogno di una costante supervisione facendo ricorso alle proprie risorse
- reagire positivamente alla pressione "lavorativa"
- sviluppare l'autocontrollo, in situazioni di stress, rimanendo focalizzati sulle priorità
- mettere in atto strategie mentali e comportamentali per gestire/fronteggiare situazioni problematiche
- rafforzare le strategie di cooperazione, all'interno di un gruppo



Valutazione

Valutazione ex ante e valutazione finale.

Questionari di autovalutazione, schede di monitoraggio, griglie di valutazione, schede per interviste strutturate. Ogni strumento restituisce una serie di valori o di argomenti.

Sulla base di specifiche griglie o scale di valori, è possibile ricondurre i valori e i risultati ottenuti alle soft skills.

Alla fine di ogni laboratorio è importante fissare un momento di riflessione e di condivisione dell'esperienza appena fatta.

La valutazione svolta dagli operatori terrà conto dei feedback dei partecipanti.

Laboratorio outdoor nel parco natura

Parco Natura Serbacco



Contesto di apprendimento

Saranno strutturate 3 esercitazioni nel parco natura, simulazioni, role play, individuali e/o di gruppo, finalizzate all'acquisizione delle soft skills individuate, in grado di sfruttare tutte le potenzialità del contesto ai fini dell'apprendimento. Le esercitazioni sono precedute da incontri di preparazione alla prova.

Obiettivi di apprendimento

SOFT SKILLS DA SVILUPPARE		
N.	Denominazione	
1	ADATTABILITÀ/FLESSIBILITÀ	
2	PROBLEM SOLVING	✓
3	GESTIONE DEL TEMPO	✓
4	FOCALIZZARSI SUGLI OBIETTIVI	✓



5	TEAM BUILDING	✓
6	GESTIONE E SOLUZIONE DEI CONFLITTI	✓
7	GESTIONE DELLO STRESS/COPING	
8	COMUNICAZIONE EFFICACE	
9	AUTONOMIA NELLO SVOLGIMENTO DEI COMPITI	
10	FIDUCIA IN SE STESSI	

Metodologia didattica

La **formazione esperienziale all'aperto**, in un **parco natura**, intende sollecitare i partecipanti a mettersi in gioco, porsi degli obiettivi, sfidarsi e vincere le proprie paure individualmente e in gruppo attraverso attività che stimolano anche la capacità di concentrazione e le capacità di relazionarsi con gli altri.

Divisi in 2 gruppi, i partecipanti si cimenteranno in attività di:

- tiro ai barattoli
- tiro alla fune
- golf
- bocce
- tiro alla sagoma del cowboy
- tiro dei ferri di cavallo
- lancio degli anelli alle corna delle mucche

in un'ambientazione old west



Divisi in 2 squadre i partecipanti andranno alla ricerca di oggetti, si sfideranno in prove di abilità ed indovinelli, costruiranno con materiali naturali un totem o la capanna degli indiani, si metteranno alla prova con giochi cooperativi.

Il partecipante è principalmente sollecitato a migliorare le proprie strategie comunicative: è messo in condizione di interpretare le indicazioni proposte dall'operatore. In questo contesto sono favorite le attività da fare in gruppo ed è possibile sperimentare anche strategie di collaborazione.

La formazione training outdoor in alcune attività è una sfida contro se stessi e i propri limiti, si devono rispettare delle regole.

L'impegno e il risultato personale incide fortemente sul risultato ottenuto dalla squadra.

In generale, questa esperienza può cambiare profondamente in meglio le persone a livello individuale e a livello di team.

La formazione training outdoor con le attività da svolgere nel parco natura, hanno la potenzialità di aumentare diverse capacità e skills, personali e di gruppo, come per esempio:

- Problem solving
- Gestione del tempo
- Gestione e soluzione dei conflitti
- Focalizzarsi sugli obiettivi: passo dopo passo, la propria squadra ottiene dei punti che formano il punteggio finale
- Team building

Si programmano delle delle fasi intermedie, con attività diversificate, che contribuiscono alla performance globale della squadra.



L'attività deve essere studiata a tavolino (analisi del progetto).

È importante stare attenti ai dettagli e alla preparazione, per la propria sicurezza e la sicurezza degli altri.

Il parco natura old west può essere metafora della vita:

Alla ricerca dell'oro

Ma qual è il vero "oro"?

È proprio vero che ci trova un amico, trova un tesoro?

L'attività outdoor contribuisce a sperimentare l'importanza del gruppo e a trovare delle strategie per lavorare bene con gli altri.

Per lo sviluppo della soft skill Problem solving, i partecipanti saranno indirizzati a riflettere sul modo migliore per affrontare il problema: assumere un modo positivo, considerare un problema da risolvere come un aspetto normale della vita.

Il miglior approccio al problema è cercare di risolverlo.

Il miglior modo per trovare una soluzione efficace è avere un approccio sistematico al problema ed evitare un atteggiamento istintivo.

Le sfide della vita.

Ognuno deve dare il meglio di sé e il risultato personale si aggiunge a quello degli altri altri componenti della squadra.

Mentre il mio compagno di squadra gioca il suo turno, posso sostenerlo, fare il tifo per lui e nel caso fallisca una prova, è meglio incoraggiarlo a riprovare.



Se non mi trovo d'accordo sulla strategia di gioco, come mi comporto?

É importante riuscire a condividere e a convincere gli altri che la mia idea è efficace, ma è importante provare a capire anche l'idea del mio compagno e valutare la sua efficacia.

L'importante è raggiungere l'obiettivo finale.

Contenuti

Totale: 40 ore - 10 ore di preparazione alla prova + 30 ore di laboratorio

mattina

Preparazione alla prova 10 ore

Procedure e Dispositivi di sicurezza
Le regole delle diverse attività

Esercitazione n. 1- 10 ore

Facciamo conoscenza (giochi di conoscenza)
Facciamo squadra
Ascolta le istruzioni e mettile in pratica
Rimettiamo in ordine le fasi
Tiro ai barattoli
Tiro alla fune

Esercitazione n. 2- 10 ore

A scelta: golf, bocce, pesca delle ochette
Tiro alla sagoma del cowboy
Tiro dei ferri di cavallo



Lancio degli anelli alle corna delle mucche

Esercitazione n. 3- 10 ore

Caccia all'oro

Feedback

Strumenti e attrezzature

barattoli e struttura di tiro

ochette, catino, acqua. canna da pesca

fune

struttura golf, mazze e palline

bocce

sagoma del cowboy, sacchettino di lancio o palline

ferri di cavallo, bersaglio su cui fare il lancio

anelli di corda, bersaglio (es. corna finte delle mucche)

pepite finte da nascondere nei diversi settori del parco

Organizzazione e logistica Tempi

Soggetto	Indirizzo	Laboratorio
Parco Natura Serbacco	Via Don Aldo Mei, 55060 San Martino in Freddana - Monsagrati LU	parco natura con supporti e ausili per persone disabili



Personale coinvolto

3 formatori/operatori, di cui uno esperto di attività outdoor rivolte a persone disabili.

Formatore esperto: Mandroni Mirella

Risultati attesi

Il partecipante sarà in grado di

- imparare ad identificare i problemi, ad assumere il corretto atteggiamento (Fermati a pensare quando si manifesta il problema, in quali situazioni e con chi)
- distinguere la tipologia di problema (se si tratta di una difficoltà momentanea oppure di un problema vero e proprio)
- applicare tecniche di definizione delle priorità
- fare una scaletta delle attività da svolgere (priorità) per rispettare i tempi delle scadenze
- sviluppare le strategie di organizzazione e di pianificazione delle attività nel rispetto delle scadenze
- definire le strategie e metterle in pratica. (La strategia rappresenta una guida per costruire tattiche specifiche. Essa non è immutabile ma si ri-aggiusta progressivamente. La strategia si cambia se non dà risultati)
- decodificare il contesto per prevenire e risolvere situazioni conflittuali
- comprendere e gestire le proprie e altrui emozioni
- avviare la negoziazione e il dialogo costruttivo



- definire gli obiettivi (una persona priva di obiettivi compie azioni fini a se stesse)
- lavorare su obiettivi di cambiamento minimo, (in questo modo, la persona darà avvio ad un processo di cambiamento)
- raggiungere gli obiettivi assegnati con maggiore determinazione

Valutazione

Valutazione ex ante e valutazione finale.

Questionari di autovalutazione, schede di monitoraggio, griglie di valutazione, schede per interviste strutturate. Ogni strumento restituisce una serie di valori o di argomenti.

Sulla base di specifiche griglie o scale di valori, è possibile ricondurre i valori e i risultati ottenuti alle soft skills.

Alla fine di ogni laboratorio è importante fissare un momento di riflessione e di condivisione dell'esperienza appena fatta.

La valutazione svolta dagli operatori terrà conto dei feedback dei partecipanti.



Laboratorio outdoor -sup- Nimbus



Contesto di apprendimento

Saranno strutturate 3 esercitazioni attraverso attività in spiaggia, attività con sup, simulazioni, role play, individuali e/o di gruppo, finalizzate all'acquisizione delle soft skills individuate, in grado di sfruttare tutte le potenzialità del contesto ai fini dell'apprendimento.

Le esercitazioni sono precedute da incontri di preparazione alla prova.

Obiettivi di apprendimento

SOFT SKILLS DA SVILUPPARE		
N.	Denominazione	
1	ADATTABILITÀ/FLESSIBILITÀ	
2	PROBLEM SOLVING	✓
3	GESTIONE DEL TEMPO	
4	FOCALIZZARSI SUGLI OBIETTIVI	
5	TEAM BUILDING	
6	GESTIONE E SOLUZIONE DEI CONFLITTI	



7	GESTIONE DELLO STRESS/COPING	
8	COMUNICAZIONE EFFICACE	✓
9	AUTONOMIA NELLO SVOLGIMENTO DEI COMPITI	✓
10	FIDUCIA IN SE STESSI	✓

Metodologia didattica

La **formazione esperienziale all'aperto**, in una **spiaggia**, anche con il **sup**, intende sollecitare i partecipanti a mettersi in gioco, porsi degli obiettivi, sfidarsi e vincere le proprie paure individualmente e in gruppo attraverso attività che stimolano anche la capacità di concentrazione e le capacità di relazionarsi con gli altri.

I partecipanti si cimenteranno in attività in acqua con sup, e in spiaggia come aiuto istruttore per discipline acquatiche, mansioni di aiuto bagnino: rastrellamento spiaggia, riordino base nautica, riordino di attrezzature sportive.

La formazione training outdoor in sup è una sfida contro sé stessi e i propri limiti, si devono rispettare delle regole e ci vuole una forte disciplina nonché una forte consapevolezza.

In generale, questa esperienza può cambiare profondamente in meglio le persone a livello individuale e a livello di team.

Il partecipante è principalmente sollecitato a migliorare le proprie strategie comunicative: è messo in condizione di interpretare le indicazioni proposte dall'operatore. In questo contesto, oltre ad attività individuali con il sup, sono favorite le attività da fare in gruppo ed è possibile sperimentare anche strategie di collaborazione e comunicazione con gli altri utenti.



La formazione training outdoor con le attività da svolgere in spiaggia e con il sup, hanno la potenzialità di aumentare diverse capacità e skills, personali e di gruppo, come per esempio:

- Maggior sicurezza nell'affrontare nuove sfide, dato che si esce dalla comfort zone
- Fiducia in se stessi che è accresciuta dal raggiungimento degli obiettivi intermedi finalizzati al controllo del SUP
- Autonomia nell'organizzare e curare le attrezzature e il materiale necessari, autonomia progressiva nella gestione delle diverse fasi
- Problem solving, attraverso l'utilizzo di specifiche tecniche di base per surfare su uno Stand Up Paddle
- Comunicazione efficace. L'attività al mare, a prescindere dalle attività che si svolgono, richiede una serie di comportamenti ecologici e sostenibili che tutti dobbiamo conoscere, mettere in atto e diffondere (es. raccolta rifiuti). Inoltre tutte le attività in mare sono esposte a specifici. È importante fare attenzione alla propri incolumità e a quella altrui.

Dobbiamo essere pronti ad interpretare eventuali situazioni di pericolo e ad adottare strategie di intervento in caso di richiesta di aiuto.

Queste sono alcune skills, molto utili anche dal punto di vista professionale e non solamente personale.

L'attività deve essere studiata a tavolino (analisi del progetto).

È importante stare attenti ai dettagli e alla preparazione, per la propria sicurezza e la sicurezza degli altri.



Contenuti

Totale: 40 ore - 10 ore di preparazione alla prova + 30 ore di laboratorio

Preparazione alla prova 10 ore

Procedure e Dispositivi di sicurezza

Le regole delle diverse attività- Il mare è una risorsa e dobbiamo custodirla

Esercitazione n. 1- 10 ore

Ascolta le istruzioni e mettile in pratica
--

Rimettiamo in ordine le fasi

Sup e strategie di utilizzo: Take off, Bottom Turn, Cutback

Esercitazione n. 2- 10 ore

Comportamenti ecosostenibili. I compiti dell'aiuto istruttore per discipline acquatiche, mansioni di aiuto bagnino: rastrellamento spiaggia, riordino base nautica, riordino di attrezzature sportive.
--

Sup e strategie di utilizzo: posture raccomandate

Esercitazione n. 3- 10 ore

Sup e strategie di utilizzo: catturare l'acqua con la pagaia
--

Feedback

Strumenti e attrezzature

dispositivi di sicurezza

rastrello da spiaggia



attrezzature e materiali della base nautica

attrezzature sportive

sup

Organizzazione e logistica Tempi

Soggetto	Indirizzo	Laboratorio
Nimbus Surfing Club	V.le Roma, 10, 55045 Pietrasanta LU	Laboratorio di sup

Personale coinvolto

3 formatori/operatori, di cui uno esperto di attività outdoor rivolte a persone disabili.

Esperto: Barbi Francesco

Risultati attesi

Il partecipante sarà in grado di

- migliorare la percezione e valorizzazione delle proprie capacità
- svolgere i compiti assegnati senza il bisogno di una costante supervisione facendo ricorso alle proprie risorse
- identificare il problema/ostacolo principale
- individuare le possibili migliori soluzioni ai problemi
- seguire le indicazioni per svolgere i compiti e chiedere aiuto se necessario



- utilizzare strategie per affrontare il compito (es. prende nota per non dimenticare le cose da fare, etc)

Valutazione

Valutazione ex ante e valutazione finale.

Questionari di autovalutazione, schede di monitoraggio, griglie di valutazione, schede per interviste strutturate. Ogni strumento restituisce una serie di valori o di argomenti.

Sulla base di specifiche griglie o scale di valori, è possibile ricondurre i valori e i risultati ottenuti alle soft skills.

Alla fine di ogni laboratorio è importante fissare un momento di riflessione e di condivisione dell'esperienza appena fatta.

La valutazione svolta dagli operatori terrà conto dei feedback dei partecipanti.



Laboratorio outdoor in surf

- Surf for all



Contesto di apprendimento

Saranno strutturate 3 esercitazioni in surf, simulazioni, role play, individuali e/o di gruppo, finalizzate all'acquisizione delle soft skills individuate, in grado di sfruttare tutte le potenzialità del contesto ai fini dell'apprendimento.

Le esercitazioni sono precedute da incontri di preparazione alla prova.

Obiettivi di apprendimento

SOFT SKILLS DA SVILUPPARE		
N.	Denominazione	
1	ADATTABILITÀ/FLESSIBILITÀ	✓
2	PROBLEM SOLVING	
3	GESTIONE DEL TEMPO	
4	FOCALIZZARSI SUGLI OBIETTIVI	✓
5	TEAM BUILDING	
6	GESTIONE E SOLUZIONE DEI CONFLITTI	



7	GESTIONE DELLO STRESS/COPING	✓
8	COMUNICAZIONE EFFICACE	✓
9	AUTONOMIA NELLO SVOLGIMENTO DEI COMPITI	
10	FIDUCIA IN SE STESSI	✓

Metodologia didattica

La **formazione esperienziale all'aperto, con il surf** consente di coinvolgere dal punto di vista fisico e relazionale un partecipante disabile che si mette alla prova, cercando di superare le difficoltà previste dall'attività. Il partecipante è principalmente sollecitato a migliorare le proprie strategie comunicative: è messo in condizione di interpretare le indicazioni proposte dall'operatore. Inoltre è un'attività che si fa individualmente ma in gruppo ed è possibile sperimentare anche strategie di collaborazione.

La formazione training outdoor in surf è una sfida contro sé stessi e i propri limiti, si devono rispettare delle regole e ci vuole una forte disciplina nonché una forte consapevolezza.

In generale, questa esperienza può cambiare profondamente in meglio le persone a livello individuale e a livello di team.

Nel corso degli anni, le attività di surf sono state progettate per uno spettro più ampio di disabilità: autismo, paralisi cerebrale, ritardi dello sviluppo globale, disabilità visiva e altri.

Alcuni dei partecipanti non possono camminare, parlare o vedere, ma quando entrano in acqua provano un senso di indipendenza e libertà che non può essere generato in nessun altro ambiente.

L'obiettivo di SURF FOR ALL è quello di dare la possibilità a persone con vari tipologie di disabilità, la felicità e il sorriso di gioire dell'ambiente marino e provare la meravigliosa sensazione di scivolare sulle onde.



La formazione training outdoor con il surf permette di aumentare diverse capacità e skills, personali e di gruppo, come per esempio:

- L'adattabilità e flessibilità nel confronto di situazioni critiche
- La sicurezza personale, dato che si esce dalla comfort zone
- Fiducia in se stessi che è accresciuta dal raggiungimento degli obiettivi intermedi
- Gestione dello stress/coping
- Il rispetto delle regole comuni e degli spazi condivisi da altri: in mare ci sono altre persone con il surf
- Focalizzarsi sugli obiettivi: si impara a surfare, passo dopo passo. Ci sono delle fasi preliminari che devono essere ben consolidate per poter procedere oltre
- Comunicazione efficace. L'attività al mare, a prescindere dalle attività che si svolgono, richiede una serie di comportamenti ecologici e sostenibili che tutti dobbiamo conoscere, mettere in atto e diffondere (es. raccolta rifiuti).

Inoltre tutte le attività in mare sono esposte a specifici. È importante fare attenzione alla propria incolumità e a quella altrui.

Dobbiamo essere pronti ad interpretare eventuali situazioni di pericolo e ad adottare strategie di intervento in caso di richiesta di aiuto.

Queste sono alcune skills, molto utili anche dal punto di vista professionale e non solamente personale.

Attraverso questo laboratorio che fa sperimentare/utilizzare in mare aperto il surf, si possono incrementare queste capacità sia a livello personale che a livello di gruppo, superando i limiti, raggiungendo nuovi obiettivi.

Si va in surf per partire in esplorazione del senso profondo del lavoro individuale e di gruppo e dell'orientamento al risultato.

L'attività deve essere studiata a tavolino (analisi del progetto).



È importante stare attenti ai dettagli e alla preparazione, per la propria sicurezza e la sicurezza degli altri.

Il surf può essere metafora della vita:

Se pensiamo che non sia possibile vivere senza stress, possiamo però cercare di non farci travolgere dalle situazioni.

L'attività outdoor contribuisce ad aumentare la disponibilità ad accettare la realtà e a collaborare con essa.

In mare si incontrano sempre onde, a volte grosse e altre piccole e altre volte ancora quasi impercettibili. Sono prodotte dai venti che vanno e vengono. Variano di direzione e intensità. Allo stesso modo in cui le correnti dello stress cambiano la vita sollevando onde nella mente”.

Un giovane disabile deve imparare a surfare le onde della vita: cercare di stare in equilibrio e di cavalcare l'onda.

Via via che avrà sperimentato come affrontare l'onda e avrà avuto la percezione di riuscire a gestirla e cavalcarla, potrà avere anche la possibilità di "ridimensionare" l'onda emotiva e contenere la sensazione di stress (disagio, preoccupazione).

Nel surf per non fare passi falsi, è importante non avere fretta e non bruciare le tappe. È importante trascorrere tempo sulle schiume, tempo a remare, tempo sul picco. Anche stare in mare a guardare come si muovono gli altri surfisti è importante, così come è fondamentale dedicare del tempo ad osservare il mare prima di entrare in acqua.

Con l'esperienza positiva della cavalcata dell'onda, il giovane disabile non si sentirà travolto dall'onda, ma gli sembrerà di poterla gestire: non possiamo eliminare lo stress ma possiamo provare a gestirlo.



Un importante insegnamento che rimarrà dopo un'occasione di formazione esperienziale in surf si scoprirà una volta che si toccherà nuovamente la terraferma: la pazienza, la determinazione, la gestione dello stress, del tempo, problem solving. Il rialzarsi, continuare a stare sulla tavola e non perdere la fiducia ad ogni caduta.

Contenuti

Totale: 40 ore - 10 ore di preparazione alla prova + 30 ore di laboratorio

8 incontri di 5 ore cad.

Preparazione alla prova 10 ore

Procedure e Dispositivi di sicurezza
I primi approcci al surf. Tipologie di tavole
Onda su onda. Tipologie di onde.

Esercitazione n. 1- 10 ore

Ascolta le istruzioni e mettile in pratica. Postura
In piedi sull'acqua. Alzarsi sulla tavola, è il movimento chiave del surf
Rimettiamo in ordine le fasi

Esercitazione n. 2- 10 ore

La remata: alleniamoci
Eppur si move
Rimettiamo in ordine le fasi

Esercitazione n. 3- 10 ore

Aspetta l'onda giusta



Cavalca l'onda

In autonomia- feedback

Strumenti e attrezzature

dispositivi di sicurezza

rastrello da spiaggia

attrezzature e materiali della base nautica

attrezzature sportive

tavola

Organizzazione e logistica Tempi

Soggetto	Indirizzo	Laboratorio
SURF FOR ALL	Viale della Repubblica, 99, 55042 Forte dei Marmi LU	surf con supporti e ausili per persone disabili

Personale coinvolto

3 formatori/operatori, di cui uno esperto di attività outdoor rivolte a persone disabili.

Formatore esperto: Alari Andrea

Risultati attesi

Il partecipante sarà in grado di

- reagire positivamente alla pressione "lavorativa"
- sviluppare l'autocontrollo, in situazioni di stress, rimanendo focalizzati sulle priorità



- mettere in atto strategie mentali e comportamentali per gestire/fronteggiare situazioni problematiche
- adattarsi a contesti mutevoli
- provare nuove attività per imparare qualcosa di nuovo
- praticare il self-talk positivo
- migliorare la percezione e valorizzazione delle proprie capacità
- raggiungere gli obiettivi assegnati con maggiore determinazione

Valutazione

Valutazione ex ante e valutazione finale.

Questionari di autovalutazione, schede di monitoraggio, griglie di valutazione, schede per interviste strutturate. Ogni strumento restituisce una serie di valori o di argomenti.

Sulla base di specifiche griglie o scale di valori, è possibile ricondurre i valori e i risultati ottenuti alle soft skills.

Alla fine di ogni laboratorio è importante fissare un momento di riflessione e di condivisione dell'esperienza appena fatta.

La valutazione svolta dagli operatori terrà conto dei feedback dei partecipanti.

Laboratorio outdoor -tiro con l'arco

- ASD Kentron Dard



Contesto di apprendimento

Saranno strutturate 3 esercitazioni all'aperto attraverso attività di tiro con l'arco, simulazioni, role play, individuali e/o di gruppo, finalizzate all'acquisizione delle soft skills individuate, in grado di sfruttare tutte le potenzialità del contesto ai fini dell'apprendimento.

Le esercitazioni sono precedute da incontri di preparazione alla prova.

Obiettivi di apprendimento

SOFT SKILLS DA SVILUPPARE		
N.	Denominazione	
1	ADATTABILITÀ/FLESSIBILITÀ	
2	PROBLEM SOLVING	
3	GESTIONE DEL TEMPO	
4	FOCALIZZARSI SUGLI OBIETTIVI	✓
5	TEAM BUILDING	
6	GESTIONE E SOLUZIONE DEI CONFLITTI	



7	GESTIONE DELLO STRESS/COPING	
8	COMUNICAZIONE EFFICACE	
9	AUTONOMIA NELLO SVOLGIMENTO DEI COMPITI	✓
10	FIDUCIA IN SE STESSI	✓

Metodologia didattica

La **formazione esperienziale all'aperto**, in un **campo di allenamento per il tiro con l'arco**, intende sollecitare i partecipanti a mettersi in gioco, porsi degli obiettivi, sfidarsi e vincere i propri limiti individualmente e in gruppo attraverso attività che stimolano anche la capacità di concentrazione, di focalizzarsi sugli obiettivi, autonomia e di fiducia in se stessi.

I partecipanti si cimenteranno nelle seguenti attività: sperimentazione del funzionamento dell'arco, come prendere la mira, tipologie di arco, frecce, bersaglio, distanze.

La formazione training outdoor di tiro con l'arco è una sfida contro se stessi e i propri limiti, si devono rispettare delle regole e ci vuole una forte disciplina nonché una forte consapevolezza.

In generale, questa esperienza può cambiare profondamente in meglio le persone a livello individuale e a livello di team.

Il tiro con l'arco aiuta a sviluppare le capacità di valutazione del rischio e gestione delle emozioni nell'obiettivo di fare centro e dunque di raggiungere un determinato risultato.



Rafforza inoltre la coesione e la collaborazione tra i colleghi, soprattutto se organizzate sfide a squadre.

L'esperienza di tiro con l'arco permette di sviluppare supporto, motivazione, compensazione e accettazione degli errori propri e altrui.

La formazione training outdoor con l'arco ha la potenzialità di aumentare diverse capacità e skills, personali e di gruppo, come per esempio:

- Focalizzarsi sugli obiettivi
- Autonomia nello svolgimento dei compiti
- Fiducia in se stessi che è accresciuta dal raggiungimento degli obiettivi intermedi.

Queste sono alcune skills, molto utili anche dal punto di vista professionale e non solamente personale.

L'attività deve essere studiata a tavolino (analisi del progetto).

È importante stare attenti ai dettagli e alla preparazione, per la propria sicurezza e la sicurezza degli altri.

Contenuti

Totale: 40 ore - 10 ore di preparazione alla prova + 30 ore di laboratorio

Preparazione alla prova 10 ore

Procedure e Dispositivi di sicurezza
Funzionamento dell'arco e della freccia - diverse tipologie

Esercitazione n. 1- 10 ore



Le regole delle diverse attività- tipologie di bersaglio

Ascolta le istruzioni e mettile in pratica

Rimettiamo in ordine le fasi

L'arco e le procedure di utilizzo

Esercitazione n. 2- 10 ore

Quale bersaglio? Aumentiamo la precisione

L'arco e le strategie di utilizzo

Esercitazione n. 3- 10 ore

Aumentiamo il livello di difficoltà- Aumentiamo la distanza

Feedback

Strumenti e attrezzature

dispositivi di sicurezza

arco

frecce

attrezzature e materiali del campo di allenamento per il tiro con l'arco

attrezzature sportive

Organizzazione e logistica Tempi

Soggetto	Indirizzo	Laboratorio
ASD Kentron Dard	- Via Fratelli Rosselli, 91, 55041 Camaiole LU	Tiro con l'arco



Personale coinvolto

3 formatori/operatori, di cui uno esperto di attività outdoor rivolte a persone disabili.

Esperto outdoor: Grassini Susi

Risultati attesi

Il partecipante sarà in grado di

- raggiungere gli obiettivi assegnati con maggiore determinazione
- svolgere i compiti assegnati senza il bisogno di una costante supervisione facendo ricorso alle proprie risorse
- migliorare la percezione e valorizzazione delle proprie capacità

Valutazione

Valutazione ex ante e valutazione finale.

Questionari di autovalutazione, schede di monitoraggio, griglie di valutazione, schede per interviste strutturate. Ogni strumento restituisce una serie di valori o di argomenti.

Sulla base di specifiche griglie o scale di valori, è possibile ricondurre i valori e i risultati ottenuti alle soft skills.

Alla fine di ogni laboratorio è importante fissare un momento di riflessione e di condivisione dell'esperienza appena fatta.

La valutazione svolta dagli operatori terrà conto dei feedback dei partecipanti.

Laboratorio outdoor in barca a vela

- Area 51



Contesto di apprendimento

Saranno strutturate 3 esercitazioni in barca a vela, simulazioni, role play, individuali e/o di gruppo, finalizzate all'acquisizione delle soft skills individuate, in grado di sfruttare tutte le potenzialità del contesto ai fini dell'apprendimento. Le esercitazioni sono precedute da incontri di preparazione alla prova.

Obiettivi di apprendimento

SOFT SKILLS DA SVILUPPARE		
N.	Denominazione	
1	ADATTABILITÀ/FLESSIBILITÀ	
2	PROBLEM SOLVING	
3	GESTIONE DEL TEMPO	✓
4	FOCALIZZARSI SUGLI OBIETTIVI	✓



5	TEAM BUILDING	✓
6	GESTIONE E SOLUZIONE DEI CONFLITTI	
7	GESTIONE DELLO STRESS/COPING	✓
8	COMUNICAZIONE EFFICACE	✓
9	AUTONOMIA NELLO SVOLGIMENTO DEI COMPITI	
10	FIDUCIA IN SE STESSI	✓

Metodologia didattica

La **formazione esperienziale all'aperto, con la barca a vela**, è molto innovativa e sempre più diffusa anche in Italia. Questa metodologia consente di coinvolgere dal punto di vista fisico e relazionale i membri di un team allo scopo di migliorare la solidità del gruppo stesso e la loro collaborazione.

La formazione training outdoor in barca è utilizzata, sia nell'ambito aziendale, sia nell'ambito della formazione individuale, **come strumento di crescita personale e di gruppo.**

Nelle aziende, la formazione outdoor in barca a vela diventa un mix fra un'esperienza unica dal punto di vista fisico e anche dal punto di vista personale.

Andare in barca e fare parte di un equipaggio infatti è una sfida contro sé stessi e i propri limiti: si condividono spazi con altre persone, si devono rispettare delle regole e ci vuole una forte disciplina nonché una forte consapevolezza.

In generale, questa esperienza può cambiare profondamente in meglio le persone a livello individuale e a livello di team.

Formazione in barca a vela: sviluppare skills individuali e di gruppo

La formazione training outdoor in barca permette di aumentare diverse capacità e skills, personali e di gruppo, come per esempio:



- la capacità di ascolto degli altri e delle loro esigenze.
- La responsabilità personale: tutti fanno parte dell'equipaggio e lavorano per l'obiettivo e di conseguenza sono chiamati a svolgere bene il loro compito.
- La sicurezza personale, dato che si esce dalla comfort zone.
- Il rispetto delle regole comuni e degli spazi presenti all'interno della barca.
- La collaborazione e la capacità di essere generosi e di essere pazienti e tolleranti.
- La leadership.

Queste sono alcune skills, molto utili anche dal punto di vista professionale e non solamente personale.

Nella formazione training outdoor in barca a vela sono utili anche altre capacità come comunicazione, capacità di negoziazione e raggiungere compromessi, visione comune degli obiettivi.

Attraverso questo laboratorio in mare aperto che è la navigazione a vela si possono incrementare queste capacità sia a livello personale che a livello di gruppo, superando i limiti, raggiungendo nuovi obiettivi.

La navigazione a vela è sempre un'esperienza entusiasmante e divertente sotto tutti i punti di vista, indimenticabile e che salda il gruppo creando così un team davvero pronto a collaborare di fronte alle avversità ed ai problemi che potrebbero verificarsi a livello lavorativo.

Prendendo il largo in barca a vela, possiamo testare seriamente il coordinamento interno, la coesione del gruppo di lavoro, l'abilità di gestione delle situazioni e il team working.

Si va in barca per partire in esplorazione del senso profondo del lavoro di gruppo e dell'orientamento al risultato.

Prima di salire a bordo per questa avventura di formazione esperienziale outdoor è necessario definire una destinazione (definizione dell'obiettivo).

Il percorso deve essere studiato a tavolino (analisi del progetto).



La navigazione non s'impromvisa: su una barca a vela lo spazio è limitato e le cose da fare sono tante. Ognuno deve conoscere e rispettare il proprio ambito d'attività, senza intralciare gli altri, mettendo a frutto le proprie competenze e le proprie abilità. Ogni componente del team deve sapere bene cosa deve fare. Al largo non ci sarà tempo per confronti, discussioni e incertezze.

Lo skipper (team leader) saprà affidare i ruoli al meglio e motivare l'equipaggio, poiché nessuno conosce la ciurma meglio di lui. Affinché la barca viaggi veloce e senza intoppi, sarà bene che tutti collaborino dando il massimo: chi rema contro, rallenta tutto il team. Un importante insegnamento che rimarrà dopo un'occasione di formazione esperienziale in barca a vela si scoprirà una volta che si toccherà nuovamente la terraferma: nel lavoro di gruppo il successo o l'insuccesso di un progetto dipende da tutto il team.

Contenuti

Totale: 40 ore - 10 ore di preparazione alla prova + 30 ore di laboratorio

8 incontri di 5 ore cad.

Preparazione alla prova 10 ore

Norme di sicurezza Imbarco e sbarco Comportamenti a bordo
Timone e manovre

Esercitazione n. 1- 10 ore

Le manovre delle vele maniglie e stopper
Ormeggio e disormeggio

Esercitazione n. 2- 10 ore

Salpare e atterrare



Esercitazione n. 3- 10 ore

Attività ricreativa a terra ante e post uscita

Strumenti, attrezzature e materiali

Life jacket (individuale)

Life belt (individuale)

1 Imbarcazione d'altura attrezzata

Guanti antitaglio (individuale)

Scarpe suola bianca o para (individuale)

2 Radio VHF

Tavoli e sedie

1 Lavagna o fogli mobili

Blocchi da disegno (individuale)

Pennarelli

Organizzazione e logistica Tempi

Soggetto	Indirizzo	Laboratorio
AREA 51	Area 51 ASD Surf School c/o Bagno Mistral - Viale Amerigo Vespucci, 26, 54033 Carrara (MS)	vela con supporti e ausili per persone disabili
Associazione ETS Gente di Mare ODV	Via Luigi Del Mancino 10 54100 Massa	Assistenza attività marittime con supporti e ausili per persone disabili- personale qualificato e abilitato- mediatori marittimi di ruolo
Club Nautico Marina di Carrara	Viale Vespucci Marina di Carrara	Location ormeggi e banchine - assistenza accessi



Personale coinvolto

3 formatori/operatori, di cui uno esperto di attività outdoor rivolte a persone disabili. Formatore esperto: Giannotti Enrico/Rugani Marco.

Equipaggio per ogni uscita:

1 skipper professionista

1 aiuto skipper professionista

1 educatore (operatore dei disabili imbarcati)

1 assistente alla logistica a terra

Risultati attesi

- Miglioramento nella gestione delle strategie comunicative
- Miglioramento nella pianificazione delle attività
- Stimolo ad avere determinazione nel conseguire gli obiettivi assegnati
- Rafforzamento delle strategie di cooperazione
- Incremento delle strategie di organizzazione e di pianificazione delle attività nel rispetto delle scadenze
- Miglioramento nella definizione delle priorità
- Aumento della capacità di reagire positivamente alla pressione lavorativa



- Sviluppo dell'autocontrollo, in situazioni di stress, rimanendo focalizzati sulle priorità
- Capacità di mettere in atto strategie mentali e comportamentali per gestire/fronteggiare situazioni problematiche
- Miglioramento nella percezione e valorizzazione delle proprie capacità

Valutazione

Valutazione ex ante e valutazione finale.

Questionari di autovalutazione, schede di monitoraggio, griglie di valutazione, schede per interviste strutturate. Ogni strumento restituisce una serie di valori o di argomenti.

Sulla base di specifiche griglie o scale di valori, è possibile ricondurre i valori e i risultati ottenuti alle soft skills.

Alla fine di ogni laboratorio è importante fissare un momento di riflessione e di condivisione dell'esperienza appena fatta.

La valutazione svolta dagli operatori terrà conto dei feedback dei partecipanti.

Make a guided visit and create your virtual tour

Cultural Visit Explanation and Virtual Tour MAD for Europe

Contesto di apprendimento

Le persone con disabilità sono sempre più presenti nella vita culturale delle loro comunità, dimostrando notevoli interessi e capacità quando vengono loro offerte le opportunità e il sostegno necessari. L'accesso alla cultura non è concepito solo come partecipazione a eventi e attività, ma significa garantire l'opportunità di partecipare al processo, di avere voce in capitolo e di contribuire in modo creativo.

La creazione artistica o la curiosità e il gusto per essa possono essere risvegliati in tutte le persone quando si trovano in un ambiente adatto e hanno le opportunità necessarie per farlo. In questo senso si parla di accessibilità cognitiva, come mezzo indispensabile per rendere comprensibile un mondo soggettivo e legato alle emozioni e alle esperienze personali.

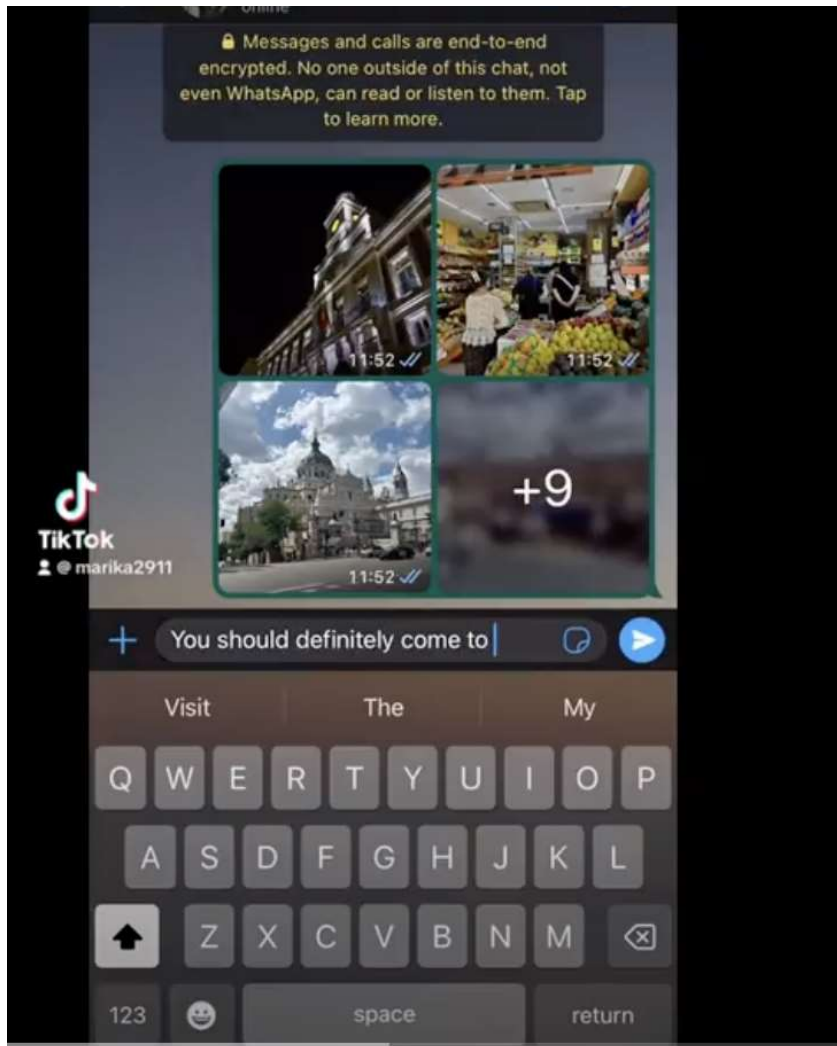
MAD for Europe organizza da diversi anni delle visite guidate del centro di Madrid coinvolgendo le persone disabili per far sì che loro stessi possano essere poi la guida turistica. Infatti subito dopo la spiegazione da parte della nostra guida esperta, a turno ogni partecipante deve ripetere davanti a tutti la spiegazione del monumento, un modo per superare le paure di parlare in pubblico ed acquisire altre soft skills.



Abbiamo riscontrato che queste attività producono nel target group:

- Benessere emotivo: genera un notevole miglioramento del concetto di sé delle persone che partecipano all'attività culturale, attraverso lo sviluppo del loro potenziale creativo o come spettatori con i benefici di godere di musica, teatro o poesia.
- Relazioni interpersonali: quando la partecipazione attiva a un'attività culturale inclusiva viene mantenuta nel tempo, si produce una forte consapevolezza di gruppo e un senso di appartenenza e si ampliano le reti sociali delle persone.
- Sviluppo personale: l'accesso alla cultura in tutte le sue discipline fornisce alle persone nuove conoscenze ed esperienze che portano alla crescita personale. Inoltre, quando sono le persone con disabilità a generare questi contenuti culturali, si produce un senso di realizzazione personale.
- Autodeterminazione: la partecipazione a eventi culturali o alla creazione artistica, basata sulla volontà della persona, dà luogo

- a un senso di realizzazione personale.
- Autodeterminazione: la partecipazione a eventi culturali o alla creazione artistica, basata sulla volontà della persona, dà luogo a un senso di realizzazione personale.



Alla fine di queste attività i ragazzi si metteranno all'opera per creare un Tour Virtuale di Madrid generato dalla loro esperienza in prima persona.

Obiettivi di apprendimento

SOFT SKILLS DA SVILUPPARE		
N.	Denominazione	
1	ADATTABILITÀ/FLESSIBILITÀ	✓
2	PROBLEM SOLVING	✓
3	GESTIONE DEL TEMPO	✓
4	FOCALIZZARSI SUGLI OBIETTIVI	✓
5	TEAM BUILDING	✓
6	GESTIONE E SOLUZIONE DEI CONFLITTI	✓

7	GESTIONE DELLO STRESS/COPING	✓
8	COMUNICAZIONE EFFICACE	✓
9	AUTONOMIA NELLO SVOLGIMENTO DEI COMPITI	✓
10	FIDUCIA IN SE STESSI	✓

Metodologia didattica

Specializzati nell'organizzazione di attività di team building, come i tour in città, MAD insieme alla Fundacion Juan XXIII ha progettato un itinerario adattandoli alle esigenze dei partecipanti. I circuiti proposti offrono un modo nuovo di vedere Madrid, sono molto divertenti e aiutano a rafforzare il rapporto tra coloro che vi partecipano. Uscire dalla zona di confort e lanciarsi in attività nuove è da sempre stimolante e molto formativo per coloro che ne prendono parte. I tour, essendo personalizzabili, sono perfetti per venire incontro alle singole esigenze dei singoli partecipanti incentivando la piena inclusività.

La formazione permette di aumentare diverse capacità e skills, personali e di gruppo, come per esempio:

- instaurare delle relazioni positive e accrescere le proprie

competenze comunicative

- aumentare la fiducia in se stessi
- team building
- imparare a rispettare l'ambiente
- rafforzare le relazioni interpersonali
- provare nuove esperienze
- aumentare la consapevolezza e fiducia in se stessi
- focalizzare un obiettivo comune
- collaborare con altri partecipanti
- orienteering
- responsabilità
- gestione del tempo libero

Queste sono alcune skills, molto utili anche dal punto di vista professionale e non solamente personale.

Contenuti

Totale: 40 ore - 10 ore di preparazione alla prova + 30 ore di laboratorio

8 incontri di 5 ore cad.

Preparazione alla prova 10 ore

Norme di sicurezza
Comportamenti da tenere per le strade della città
Programmazione tour

Esercitazione n. 1- 10 ore

Descrizione dell'attività generale Cultural Visit Explanation and Virtual Tour
Regole della Visita Culturale
Processo e Fasi della Visita culturale

Esercitazione n. 2- 10 ore

La preparazione della visita Culturale
Individuazione dei luoghi di interesse e ricerca delle

informazioni principali

L'organizzazione del gruppo: la composizione del gruppo con partecipanti con diverse abilità. La comunicazione con il gruppo

Esercitazione n. 3- 10 ore

Attività da fare in città (es. percorso sensoriale)

Creazione artistica per la fruizione dei beni culturali

Metodi di valorizzazione dei beni culturali

Feedback

Strumenti e attrezzature

Mappa della città

Schede dei luoghi di interesse

Attività da fare in gruppo (esplorazione strade e monumenti di interesse storico-culturale)

Strumenti digitali per organizzare il virtual tour.

Organizzazione e logistica Tempi

Soggetto	Indirizzo	Laboratorio
MAD for Europe	Calle Carranza 25, Madrid c/o centro di Madrid	Make a guided visit and create your virtual tour

Personale coinvolto

3 formatori/operatori, di cui uno esperto di attività outdoor rivolte a persone disabili.

Formatore esperto: Gregorio Garcia Solans, Laura Hernandez de La Torre, Patricia Sarrido, Katia Maccarone, Matteo Gargini.

Risultati attesi

Il partecipante sarà in grado di

- imparare ad identificare i problemi, ad assumere il corretto atteggiamento (Fermati a pensare quando si manifesta il problema, in quali situazioni e con chi)
- distinguere la tipologia di problema (se si tratta di una difficoltà momentanea oppure di un problema vero e proprio)
- applicare tecniche di definizione delle priorità
- fare una scaletta delle attività da svolgere (priorità) per rispettare i tempi delle scadenze
- sviluppare le strategie di organizzazione e di pianificazione delle attività nel rispetto delle scadenze
- definire le strategie e metterle in pratica. (La strategia rappresenta una guida per costruire tattiche specifiche. Essa non è immutabile ma si ri-aggiusta progressivamente. La strategia si cambia se non dà risultati)
- decodificare il contesto per prevenire e risolvere situazioni conflittuali
- comprendere e gestire le proprie e altrui emozioni
- avviare la negoziazione e il dialogo costruttivo
- definire gli obiettivi (una persona priva di obiettivi compie azioni fini a se stesse)
- lavorare su obiettivi di cambiamento minimo, (in questo modo, la persona darà avvio ad un processo di cambiamento)

- raggiungere gli obiettivi assegnati con maggiore determinazione
- rafforzare le strategie di cooperazione, all'interno di un gruppo
- costruire nuove relazioni interpersonali con gli altri partecipanti
- orientarsi in un determinato luogo
- partecipare ad attività seguendo uno specifico obiettivo
- svolgere attività all'aria aperta
- costruire nuove relazioni interpersonali con gli altri partecipanti
- provare una nuova esperienza in luoghi molto frequentati
- orientarsi in un determinato luogo
- aumentare la consapevolezza in se stesso

Valutazione

Al termine delle attività i partecipanti forniranno un loro feedback ed è proprio da lì che partirà il giudizio degli operatori. Verranno valutati attentamente quelli che sono i miglioramenti attesi per quanto riguardano le soft skill proprie di questa specifica attività. Comprendere come si adatta un partecipante a un qualcosa di nuovo proposto dalla specifica attività sarà riferimento importante di valutazione, dialogo e confronto saranno poi fondamentali per comprendere i punti di forza dell'attività e dove poter migliorare.

ROLE PLAY - Joint job Interview Simulation – Fundacion Juan XXIII

Contesto di apprendimento

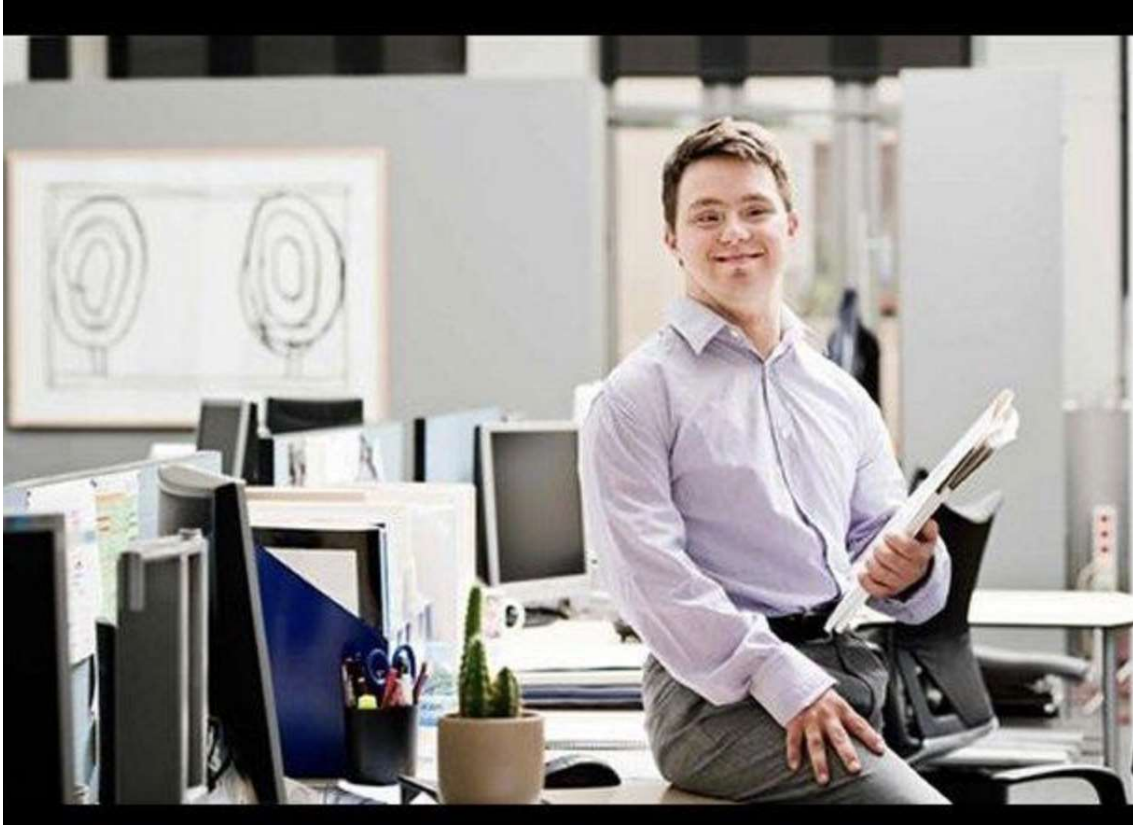
La FUNDACIÓN JUAN XXIII lavora da 55 anni per l'inclusione delle persone in situazioni di vulnerabilità psicosociale, in particolare quelle con disabilità intellettiva, migliorando la loro qualità di vita e quella delle loro famiglie attraverso lo sviluppo della loro autonomia, iniziativa e formazione. Il Centro speciale per l'impiego, punto di riferimento per l'innovazione, conta più di 500 lavoratori (l'80% dei quali con qualche tipo di disabilità) e offre alle aziende un'ampia gamma di soluzioni su misura come marketing, logistica, ristorazione e occupazione assistita.

Per quanto riguarda i laboratori outdoors che propongono, tra le varie opzioni messe a disposizione dalla struttura è di rilevante interesse quella del ROLE-PLAY e nello specifico della SIMULAZIONE COLLOQUIO DI LAVORO, che realizzeremo con i 6 partecipanti con disabilità e i formatori

Le tecniche di role-playing sono di grande contributo anche nella formazione in campo comunicativo, ad esempio nel campo della formazione al public speaking, con la possibilità di poter modulare scenari, anche in modo caricaturale, che supportino il controllo emotivo ed il pensiero razionale in situazioni critiche. In questo modo sarà possibile elaborare anche situazioni particolarmente stressanti o critiche.

Un interessante risultato è quello portato dalle attività di Job Interview Simulation. Il suo utilizzo nella fase di preparazione dei candidati alla selezione ha un'incisiva influenza sul senso di self-confidence e sul risultato degli stessi. Si osservano risultati ancor più incisivi nella sua applicazione con gli adolescenti al primo colloquio, con i disoccupati da lungo termine e con diversi casi di fragilità o disturbi mentali quali Schizofrenia, disturbo

Post-Traumatico da Stress.



Obiettivi di apprendimento

SOFT SKILLS DA SVILUPPARE		
N.	Denominazione	
1	ADATTABILITÀ/FLESSIBILITÀ	✓
2	PROBLEM SOLVING	✓
3	GESTIONE DEL TEMPO	✓
4	FOCALIZZARSI SUGLI OBIETTIVI	✓
5	TEAM BUILDING	✓
66	GESTIONE E SOLUZIONE DEI CONFLITTI	✓

7	GESTIONE DELLO STRESS/COPING	✓
8	COMUNICAZIONE EFFICACE	✓
9	AUTONOMIA NELLO SVOLGIMENTO DEI COMPITI	✓
10	FIDUCIA IN SE STESSI	✓

Queste sono alcune skills, molto utili anche dal punto di vista professionale e non solamente personale.

Metodologia didattica

Spiegazione frontale e discussione interattiva con esercizi pratici. I principi guida dei colloqui di selezione; Come sviluppare le capacità di ascolto: l'ascolto attivo; Le fasi del colloquio: l'accoglienza, la prima impressione, il dialogo, il congedo; Le 4 aree di analisi: le esperienze scolastiche, le esperienze lavorative, le caratteristiche del candidato, la motivazione; Come valutare le potenzialità e le attitudini del candidato (soft skills); Il linguaggio non verbale: cogliere i segnali corporei del candidato.

I partecipanti saranno coinvolti in simulazioni di colloqui di lavoro, in "set" diversificati.

La formazione permette di aumentare diverse capacità e skills, personali e di gruppo, come per esempio:

- instaurare delle relazioni positive e accrescere le proprie competenze comunicative
- aumentare la fiducia in se stessi
- team building
- saper apprezzare la natura
- imparare a rispettare l'ambiente
- rafforzare le relazioni interpersonali
- diffondere buoni principi
- orienteering
- gestire il tempo libero

Contenuti

Totale: 40 ore - 10 ore di preparazione alla prova + 30 ore di laboratorio

8 incontri di 5 ore cad.

Preparazione alla prova 10 ore

Norme di sicurezza
Comportamenti da tenere all'interno e all'esterno della sede del Laboratorio Fundacion Juan XXIII
Cos'è un colloquio di lavoro- esempi
Riflessione e condivisione dei feedback

Esercitazione n. 1- 10 ore

Il processo comunicativo
Il linguaggio verbale, non verbale, paraverbale
Come sviluppare la capacità di ascolto
L'ascolto attivo
Esercitazioni pratiche su diversi casi
Riflessione e condivisione dei feedback

Esercitazione n. 2- 10 ore

Le fasi del colloquio:l'intero processo (fasi e tempi)
L'accoglienza (descrizione delle finalità e simulazione)
La prima impressione (descrizione delle finalità e simulazione)
Il dialogo (descrizione delle finalità e simulazione)
Il congedo (descrizione delle finalità e simulazione)
Simulazioni
Riflessione guidata

Esercitazione n. 3- 10 ore

Le 4 aree di analisi: le esperienze scolastiche, le esperienze lavorative, le caratteristiche del candidato, la motivazione
Come valutare le potenzialità e le attitudini del candidato (soft skills)
Come valorizzare le proprie esperienze. Io racconto i miei punti di forza
Simulazioni del colloquio di lavoro
Riflessione e condivisione dei feedback

Strumenti e attrezzature

Procedure di sicurezza

Attrezzature e materiali per la ricostruzione del contesto del colloquio di lavoro

Strumenti utili per la simulazione (fogli di carta, penne, matite colorate, etc.)

Attrezzature per ricostruire diversi set: sedie, tavolo o scrivania.

Organizzazione e logistica Tempi

Soggetto	Indirizzo	Laboratorio
Fundacion Juan XXIII	Avd Gran Vía del Este, 1, Madrid, Spain	ROLE PLAY - Joint job Interview Simulation

Personale coinvolto

3 formatori/operatori, di cui uno esperto di attività outdoor rivolte a persone disabili.

Esperto:

Laura Hernandez de La Torre e Ana Herrera Rubiato

Risultati attesi

Il partecipante sarà in grado di

- adattarsi a contesti mutevoli
- avvicinarsi alle nuove attività
- provare nuove attività per imparare qualcosa di nuovo
- utilizzare strategie comunicative efficaci
- svolgere i compiti assegnati senza il bisogno di una costante supervisione facendo ricorso alle proprie risorse
- reagire positivamente alla pressione "lavorativa"
- sviluppare l'autocontrollo, in situazioni di stress, rimanendo focalizzati sulle priorità
- mettere in atto strategie mentali e comportamentali per gestire/fronteggiare situazioni problematiche

- rafforzare le strategie di cooperazione, all'interno di un gruppo
- migliorare la percezione e valorizzazione delle proprie capacità
- prepararsi al meglio per futuri colloqui di lavoro
- godere dei benefici dati dall'esperienza
- provare nuove attività per imparare qualcosa di nuovo
- affrontare tematiche attuali
- migliorare la percezione e valorizzazione delle proprie capacità

Valutazione

Valutazione ex ante e valutazione finale.

Questionari di autovalutazione, schede di monitoraggio, griglie di valutazione, schede per interviste strutturate. Ogni strumento restituisce una serie di valori o di argomenti.

Sulla base di specifiche griglie o scale di valori, è possibile ricondurre i valori e i risultati ottenuti alle soft skills.

Alla fine di ogni laboratorio è importante fissare un momento di riflessione e di condivisione dell'esperienza appena fatta.

La valutazione svolta dagli operatori terrà conto dei feedback dei partecipanti.

GYMKHANA IN THE RETIRO PARK – MAD for Europe

Contesto di apprendimento

MAD for Europe crede fermamente che i programmi socio-culturali siano indispensabili per l'educazione, la formazione e la crescita personale.

Attraverso l'organizzazione di diverse attività culturali e sociali persegue l'integrazione nella società delle persone più svantaggiate e per questo, organizza visite guidate, culturali, tour enogastronomici, escursioni, info-desk, seminari e corsi di lingua per persone disoccupate.

Nel caso dei più piccoli o delle persone disabili, MAD for Europe organizza diverse visite per la città di Madrid, dove i partecipanti possono apprendere la ricca storia, raccontata come una favola, della capitale spagnola e conoscere i suoi monumenti più emblematici.

Tra le attività culturali preferite vi sono un insieme di giochi culturali, molto formativi e divertenti, come due cacce al tesoro differenti, una al parco del Retiro e l'altra in "Madrid de los Austrias", dove attraverso indizi legati alla storia ed alla cultura, dovranno trovare superare diverse prove e vincere la gara.

Nello specifico realizzeremo con loro la GYMKHANA DEL RETIRO, durante la quale si divideranno in gruppi di 2 e realizzeranno e risolveranno tutte le prove e indovinelli distribuiti dentro il parco.



Obiettivi di apprendimento

SOFT SKILLS DA SVILUPPARE		
N.	Denominazione	
1	ADATTABILITÀ/FLESSIBILITÀ	✓
2	PROBLEM SOLVING	✓
3	GESTIONE DEL TEMPO	✓
4	FOCALIZZARSI SUGLI OBIETTIVI	✓
5	TEAM BUILDING	✓
66	GESTIONE E SOLUZIONE DEI CONFLITTI	✓

7	GESTIONE DELLO STRESS/COPING	✓
8	COMUNICAZIONE EFFICACE	✓
9	AUTONOMIA NELLO SVOLGIMENTO DEI COMPITI	✓
10	FIDUCIA IN SE STESSI	✓

Metodologia didattica

La caccia al tesoro è una delle attività di educazione non formale più complete che l'organizzazione mette a disposizione dei giovani partecipanti. Porta con sé una serie di benefici, primo tra tutti quello di disputarsi all'area aperta e in team, incentivando la collaborazione e il lavoro di squadra. Durante la caccia al tesoro i partecipanti sono in costante movimento e affrontano l'attività con un atteggiamento di sana competitività. Dare la possibilità ai ragazzi di orientarsi in nuovi luoghi è solo un altro dei vari benefici propri di questa attività. La formazione permette di aumentare diverse capacità e skills, personali e di gruppo, come per esempio:

- instaurare delle relazioni positive e accrescere le proprie competenze comunicative
- aumentare la fiducia in se stessi
- team building

- capacità di adattamento e risoluzione dei problemi
- imparare a rispettare l'ambiente
- rafforzare le relazioni interpersonali
- focalizzare un obiettivo comune
- collaborare con altri partecipanti
- orienteering
- gestione del tempo

Queste sono alcune skills, molto utili anche dal punto di vista professionale e non solamente personale.

Contenuti

Totale: 40 ore - 10 ore di preparazione alla prova + 30 ore di laboratorio

8 incontri di 5 ore cad.

Preparazione alla prova 10 ore

Norme di sicurezza
Comportamenti da tenere all'interno del Retiro Park
Introduzione all'attività: obiettivi e finalità
Organizzazione logistica

Esercitazione n. 1- 10 ore

Descrizione dell'attività generale GYMKHANA
Regole della competizione
Finalità delle diverse prove e degli ostacoli da superare

Esercitazione n. 2- 10 ore

Ogni partecipante ha un'abilità diversa
I giochi e gli eventi che compongono la GYMKHANA devono essere adattati a tutti (es. Giochi di abilità come puzzle, costruzione di piccoli modelli, giochi con la palla, corda, etc.)
La costruzione della squadra: principio di equità - composizione del gruppo con partecipanti con diverse abilità. In questo modo tutti avranno le stesse possibilità e si sosterranno a vicenda.

Esercitazione n. 3- 10 ore

Caccia all'oro
Feedback

Strumenti e attrezzature

Strumenti per affrontare le diverse prove di avanzamento (es. palla, corda)

Oggetti da nascondere nei diversi settori del parco.

Mappa.

Indovinelli con immagini.

Organizzazione e logistica Tempi

Soggetto	Indirizzo	Laboratorio
MAD for Europe	Calle Carranza 25, Madrid c/o Retiro Park Plaza de la Independencia 7, Retiro	GYMKHANA IN THE RETIRO PARK

Personale coinvolto

3 formatori/operatori, di cui uno esperto di attività outdoor rivolte a persone disabili.

Formatore esperto: Gregorio Garcia Solans, Laura Hernandez de La Torre, Patricia Sarrido, Katia Maccarone, Matteo Gargini.

Laura Hernandez de La Torre.

Risultati attesi

Il partecipante sarà in grado di

- imparare ad identificare i problemi, ad assumere il corretto atteggiamento (Fermati a pensare quando si manifesta il problema, in quali situazioni e con chi)
- distinguere la tipologia di problema (se si tratta di una difficoltà momentanea oppure di un problema vero e proprio)
- applicare tecniche di definizione delle priorità
- fare una scaletta delle attività da svolgere (priorità) per rispettare i tempi delle scadenze
- sviluppare le strategie di organizzazione e di pianificazione delle attività nel rispetto delle scadenze
- definire le strategie e metterle in pratica. (La strategia rappresenta una guida per costruire tattiche specifiche. Essa non è immutabile ma si ri-aggiusta progressivamente. La strategia si cambia se non dà risultati)
- decodificare il contesto per prevenire e risolvere situazioni conflittuali
- comprendere e gestire le proprie e altrui emozioni
- avviare la negoziazione e il dialogo costruttivo
- definire gli obiettivi (una persona priva di obiettivi compie azioni fini a se stesse
- lavorare su obiettivi di cambiamento minimo, (in questo modo, la persona darà avvio ad un processo di cambiamento)
- raggiungere gli obiettivi assegnati con maggiore determinazione
- rafforzare le strategie di cooperazione, all'interno di un gruppo
- costruire nuove relazioni interpersonali con gli altri partecipanti

- risolvere i quesiti proposti dal gioco
- orientarsi in un determinato luogo
- partecipare ad attività seguendo uno specifico obiettivo

Valutazione

Prima dell'inizio dell'attività, una volta che verranno spiegate le regole del gioco, saranno raccolte le impressioni e i timori dei partecipanti di cui la valutazione finale terrà conto.

Terminato il gioco sarà richiesto ai ragazzi un primo parere autovalutativo per comprendere come hanno affrontato il gioco, poi, grazie al supporto di esperti, verrà valutata a trecentosessanta gradi l'esperienza trascorsa con particolare riferimento ai benefici raccolti dai partecipanti.

Taller al aire libre - Actividades ecuestres

Centro ecuestre Il Sentiero



Contexto de aprendizaje

Se estructurarán tres talleres en el centro ecuestre, simulaciones, juegos de rol, individuales y/o en grupo, dirigidos a la adquisición de las habilidades blandas identificadas, capaces de explotar todo el potencial del contexto para fines de aprendizaje.

Los talleres van precedidos de reuniones de preparación.

Objetivos de aprendizaje

COMPETENCIAS SOCIALES A DESARROLLAR		
N.	Nombre	
1	ADAPTABILIDAD/FLEXIBILIDAD	✓
2	RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS	
3	GESTIÓN DEL TIEMPO	
4	CENTRARSE EN LOS OBJETIVOS	

5	CONSTRUCCIÓN DE ESPÍRITU DE EQUIPO	
6	GESTIÓN Y RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS	
7	GESTIÓN DEL ESTRÉS /COPING	
8	COMUNICACIÓN EFICAZ	✓
9	AUTONOMÍA EN LA REALIZACIÓN DE TAREAS	
10	CONFIANZA EN SÍ MISMO	✓

Metodología de la enseñanza

La formación experiencial al aire libre con actividades ecuestres es cada vez más popular en el ámbito de la discapacidad, tanto en forma de hipoterapia como de equitación. Esta metodología permite al participante implicarse física y relacionalmente para mejorar algunas de sus habilidades blandas.

La actividad ecuestre, hace redescubrir el propio cuerpo, es socializadora', comenta Maria Laura Tabacchi, coordinadora de Aiasport, un proyecto para 14 personas en silla de ruedas o con dificultades para caminar, a través de la actividad con el caballo, se crea una relación con el animal también a través del cepillado, las caricias, dándole una manzana. El caballo, de hecho, no es una "herramienta" pasiva: tiene reacciones completamente distintas con cada persona que se le acerca o monta, pero tiende por instinto a proteger a los más débiles.

Aprovechando la experiencia previa, el entrenamiento al aire libre con el caballo permite aumentar diversas habilidades y destrezas personales y de grupo, como:

- adaptabilidad y flexibilidad
- establecer relaciones positivas y mejorar la capacidad de comunicación
- aumentar la confianza en sí mismo

Estas son algunas habilidades que también son muy útiles profesionalmente y no sólo personalmente.

Contenido

Total: 40 horas - 10 horas de preparación del examen + 30 horas de taller 8

reuniones de 5 horas cada una

Preparación del examen 10 horas

Normas de seguridad
Reglas de comportamiento en el Centro Equestre

Taller nº 1- 10 horas

Contacto con el animal utilizando utensilios de limpieza para estimular la prensilidad
La recepción y el conocimiento de un tema diferente como el caballo
Elementos de la comunicación no verbal - Empatía

Taller nº 2- 10 horas

Asiento a caballo, caminata lenta con ejercicios de movimientos ligeros para hacer gimnasia pasiva y postural

Taller nº 3- 10 horas

Dependiendo de su grado de predisposición física o emocional, algunos ejercicios pueden realizarse desde el suelo. Conocimiento del caballo y sus cuidados. Los conocimientos y cuidados incluyen cuestiones veterinarias, herraje, acicalamiento, etc.

Herramientas y equipos

Equipo de protección personal

Procedimientos de seguridad

Herramientas para limpiar el caballo Tipos de

sillas de montar

Organización y logística Tiempo

Asunto	Dirección	Taller
--------	-----------	--------

Centro Ecuestre Il Sentiero	Via del Padule esquina Via delle Colmate - 55045 - Pietrasanta (LU)	Actividades ecuestres
--------------------------------	--	-----------------------

Personal implicado

3 formadores/operadores, una persona de ellos experta en actividades al aire libre para personas con discapacidad.

Experta:

Apolloni Paola

Resultados esperados

El/la participante será capaz de

- adaptarse a contextos cambiantes
- abordar nuevas actividades
- probar nuevas actividades para aprender algo nuevo
- utilizar estrategias de comunicación eficaces
- mejorar la percepción y la potenciación de las propias capacidades

Evaluación

Evaluación previa y final.

Cuestionarios de autoevaluación, fichas de seguimiento, rúbrica de evaluación, fichas de entrevistas estructuradas. Cada herramienta devuelve un conjunto de valores o temas.

A partir de rúbricas o escalas de valores específicas, es posible relacionar los valores y resultados obtenidos con las competencias blandas.

Al final de cada taller es importante fijar un tiempo para reflexionar y compartir la experiencia



que acaba de tener lugar.

La evaluación realizada por los operadores tendrá en cuenta las reacciones de las/los participantes.

Taller de senderismo al aire libre

- Asd Wild Billy Goat



Contexto de aprendizaje

Se estructurarán tres ejercicios a través de actividades de senderismo, simulaciones, juegos de rol, individuales y/o en grupo, dirigidos a la adquisición de las habilidades blandas identificadas, capaces de explotar todo el potencial del contexto con fines de aprendizaje. Los ejercicios van precedidos de reuniones de preparación de los exámenes.

Objetivos de aprendizaje

COMPETENCIAS SOCIALES A DESARROLLAR		
N.	Nombre	
1	ADAPTABILIDAD/FLEXIBILIDAD	✓
2	RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS	
3	GESTIÓN DEL TIEMPO	
4	CENTRARSE EN LOS OBJETIVOS	
5	CREACIÓN DE ESPÍRITU DE EQUIPO	✓



6	GESTIÓN Y RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS	
---	------------------------------------	--

7	GESTIÓN DEL ESTRÉS Y DEL AFRONTAMIENTO	✓
		✓
8	COMUNICACIÓN EFICAZ	✓
9	AUTONOMÍA EN LA REALIZACIÓN DE TAREAS	✓
10	CONFIANZA EN SÍ MISMO	

Metodología de la enseñanza

La formación experiencial al aire libre, en actividades de senderismo, pretende animar a los participantes a ponerse en juego, fijarse objetivos, desafiarse a sí mismos y superar sus miedos individualmente y en grupo mediante actividades que también estimulen la capacidad de concentración y la capacidad de relacionarse con los demás.

Los participantes realizarán actividades de:

- recorridos de montaña experienciales, construcción de senderos (limpieza de senderos), trabajo en btt (bicicleta de montaña), senderismo e-mtb en el parque.

Los participantes se enfrentarán gradualmente a retos a pie o en bicicleta, lo que les ayudará a comprender sus limitaciones y a encontrar estrategias para superarlas, pidiendo y dando ayuda cuando sea necesario.

Los participantes probarán suerte en actividades hasta ahora desconocidas.

Se insta principalmente al participante a mejorar sus estrategias de comunicación: se le capacita para interpretar las indicaciones propuestas por el operador. En este contexto, se



favorecen las actividades en grupo y también se pueden ensayar estrategias de colaboración.

El entrenamiento al aire libre en algunas actividades es un desafío contra uno mismo y sus límites, hay que respetar las reglas.

El compromiso y los logros personales tienen un fuerte impacto en el rendimiento del equipo.

En general, esta experiencia puede cambiar profundamente a las personas para mejor a nivel individual y de equipo.

Especialmente en la montaña, el individuo puede ponerse a prueba, relacionarse con los demás, compartir sus puntos fuertes y débiles

El grupo cooperará y se comunicará, creando una entidad única formada por muchas personas diferentes y únicas que avanzan hacia el mismo objetivo.

El entrenamiento al aire libre con actividades de senderismo tiene el potencial de aumentar diversas habilidades y capacidades personales y de grupo, tales como:

- Adaptabilidad y flexibilidad ante situaciones críticas

En la montaña, aunque haya estudiado bien el mapa y siga a un experto en trekking, pueden ocurrir cosas inesperadas. ¿Estoy preparado para afrontar nuevas dificultades? ¿Qué tengo que evaluar para tomar una decisión?

- Autonomía en la realización de tareas

Después de que el instructor haya dado las instrucciones básicas, el participante debe intentar llevarlas a cabo de forma autónoma, tras pedir confirmación y un feedback inicial sobre su comportamiento.

- Gestión y afrontamiento del estrés

Nuevas actividades, nuevos retos, acontecimientos imprevistos representan situaciones que pueden ejercer "presión".

¿Cuáles son las estrategias para mantener a raya el estrés y manejar las situaciones más críticas?



- Creación de equipos

Las actividades en la montaña o el senderismo por el parque pretenden consolidar un equipo sin perder de vista el bienestar de los individuos.

Caminar juntos es una forma de conocerse mejor, fomentar la comunicación y aumentar la confianza entre compañeros.

También es bueno para el individuo: reduce el estrés y la ansiedad, ayuda a relajarse y mejora la calidad del sueño.

Estas son algunas habilidades que también son muy útiles profesionalmente y no sólo personalmente.

La actividad debe estudiarse en la mesa de trabajo (análisis del proyecto).

Es importante prestar atención a los detalles y a la preparación, por la propia seguridad y la de los demás.

La actividad al aire libre ayuda a experimentar la importancia del grupo y a encontrar estrategias para trabajar bien con los demás.

Define la ruta teniendo en cuenta las habilidades senderistas de todos los miembros de tu equipo: ¡nadie debe quedarse atrás!

Contenido

Total: 40 horas - 10 horas de preparación del examen + 30 horas de taller

Preparación del examen 10 horas

Procedimientos y dispositivos de seguridad
Las reglas de las diferentes actividades



Ejercicio nº 1- 10 horas

Escucha las instrucciones y ponlas en práctica

Estudiamos la ruta

Pongamos los pasos en orden

Recorridos de montaña experienciales. Sendero a sendero.

Excursiones de senderismo

Ejercicio nº 2- 10 horas

La montaña es de todos. Todos debemos respetarla. Enfoque sostenible

Trailbuilding (limpieza de senderos)

Bicicletas de montaña y bicicletas eléctricas: funcionamiento y mantenimiento. Trial

Ejercicio nº 3- 10 horas

Excursiones de senderismo con e-mtb

Comentarios

Herramientas y equipos

ropa y calzado de seguridad

gorra y mochila y contenido básico (teléfono móvil, agua, crema solar, comida) palos

equipo de seguridad e-mbk (casco, gafas)



Organización y logística Tiempo

Empresa	Dirección	Taller
Asd Wild Billy Goat	Via Provinciale Vallecchia, 135, 55045 Pietrasanta LU	Taller de senderismo

Personal implicado

3 formadores/operadores, uno de ellos experto en actividades al aire libre para personas con discapacidad.

Experto: Giacomo Bazzichi y Francesco Barbi

Resultados esperados

El participante será capaz de

- adaptarse a contextos cambiantes
- experimentar más fácilmente con novedades
- probar nuevas actividades para aprender algo nuevo
- realizar las tareas asignadas sin necesidad de supervisión constante utilizando los propios recursos
- reaccionar positivamente a la presión del "trabajo"
- Desarrollar el autocontrol en situaciones de estrés, centrándose en las prioridades.
- aplicar estrategias mentales y conductuales para gestionar y afrontar situaciones problemáticas
- reforzar las estrategias de cooperación, dentro de un grupo



Evaluación

Evaluación previa y final.

Cuestionarios de autoevaluación, fichas de seguimiento, parrillas de evaluación, fichas de entrevistas estructuradas. Cada herramienta devuelve un conjunto de valores o temas.

A partir de parrillas o escalas de valores específicas, es posible relacionar los valores y resultados obtenidos con las competencias blandas.

Al final de cada taller, es importante fijar un tiempo para reflexionar y compartir la experiencia que acaba de tener lugar.

La evaluación realizada por los operadores tendrá en cuenta las reacciones de los participantes.

Taller al aire libre en el parque “Parco Natura Serbacco”



Contexto de aprendizaje

Se estructurarán tres talleres en el parque “Natura Serbacco”, simulaciones, juegos de rol, individuales y/o en grupo, dirigidos a la adquisición de las habilidades blandas identificadas, capaces de explotar todo el potencial del contexto para fines de aprendizaje. Los talleres van precedidos de reuniones de preparación.

Objetivos de aprendizaje

COMPETENCIAS SOCIALES A DESARROLLAR		
N.	Nombre	
1	ADAPTABILIDAD/FLEXIBILIDAD	
2	RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS	✓
3	GESTIÓN DEL TIEMPO	✓
4	CENTRARSE EN LOS OBJETIVOS	✓



5	CONSTRUCCIÓN DE ESPÍRITU DE EQUIPO	✓
6	GESTIÓN Y RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS	✓
7	GESTIÓN DEL ESTRÉS/COPING	
8	COMUNICACIÓN EFICAZ	
9	AUTONOMÍA EN LA REALIZACIÓN DE TAREAS	
10	CONFIANZA EN SÍ MISMO	

Metodología de la enseñanza

El **entrenamiento experiencial al aire libre**, en un **parque natural**, pretende animar a los participantes a ponerse en juego, fijarse objetivos, desafiarse a sí mismos y superar sus miedos individualmente y en grupo mediante actividades que también estimulan la capacidad de concentración y la capacidad de relacionarse con los demás.

Divididos en 2 grupos, los participantes realizarán estos juegos:

- tumba latas
- juego de la soga
- golf
- petanca
- tiro a silueta de vaqueros
- lanzamiento de herraduras
- lanzar anillas a los cuernos de las vacas en un escenario del Viejo Oeste

Divididos en dos equipos, los participantes buscarán objetos, competirán en pruebas de habilidad y adivinanzas, construirán un tótem o una choza india con materiales naturales y se pondrán a prueba con juegos cooperativos.



Se insta principalmente al participante a mejorar sus estrategias de comunicación: se le capacita para interpretar las indicaciones propuestas por el operador. En este contexto, se favorecen las actividades en grupo y también se pueden ensayar estrategias de colaboración.

El entrenamiento al aire libre en algunas actividades es un desafío contra uno mismo y sus límites, hay que respetar las reglas.

El compromiso y los logros personales tienen un fuerte impacto en el rendimiento del equipo.

En general, esta experiencia puede cambiar profundamente a las personas para mejor a nivel individual y de equipo.

La educación al aire libre con actividades a realizar en el parque natural tiene el potencial de incrementar diversas habilidades y capacidades personales y grupales, tales como:

- Resolución de problemas
- Gestión del tiempo
- Gestión y resolución de conflictos
- Centrarse en los objetivos: paso a paso, el propio equipo suma puntos que forman la puntuación final
- Creación de espíritu de equipo

En programa de fases intermedias, con actividades diversificadas, que contribuyen al rendimiento global del equipo.

La actividad debe planearse bien por el equipo del proyecto (análisis del proyecto).

Es importante prestar atención a los detalles y a la preparación, por la propia seguridad y la de los demás.

El parque natural del viejo oeste puede ser una metáfora de la vida:

En busca del oro

Pero, ¿cuál es el verdadero "oro"?



¿Es realmente cierto que si encuentras un amigo, encuentras un tesoro?

La actividad al aire libre ayuda a experimentar la importancia del grupo y a encontrar estrategias para trabajar bien con los demás.

Para el desarrollo de la habilidad blanda “Resolución de problemas”, se indicará a los participantes que reflexionen sobre la mejor manera de abordar el problema: adoptar un enfoque positivo, considerar un problema que hay que resolver como una parte normal de la vida.

El mejor enfoque del problema es intentar resolverlo.

La mejor manera para encontrar una solución eficaz es disponer de un enfoque sistemático del problema y evitar una actitud instintiva.

Los retos de la vida.

Todos tienen que dar lo mejor de sí mismos y el resultado personal se suma al de los demás miembros del equipo.

Mientras mi compañero juega su turno, puedo apoyarle, animarle y, en caso de que falle una prueba, es mejor animarle a que lo intente de nuevo.

Si no estoy de acuerdo con la estrategia de juego, ¿qué hago?

Es importante poder compartir y convencer a los demás de que mi idea es eficaz, pero también es importante intentar comprender la idea de mi compañero y evaluar su eficacia.

Lo importante es alcanzar el objetivo final.

Contenido

Total: 40 horas - 10 horas de preparación del examen + 30 horas de taller matinal

Preparación del taller 10 horas

Procedimientos y dispositivos de seguridad

Las reglas de las diferentes actividades



Ejercicio nº 1- 10 horas

Conozcámonos (juegos de conocimiento)
Hagamos equipo
Escucha las instrucciones y ponlas en práctica
Pongamos los pasos en orden
Latas de tiro
Juego de la sogá

Ejercicio nº 2- 10 horas

Posibilidad de jugar al golf, a petanca, a la pesca del ganso, tiro a una silueta de vaquero, lanzamiento de herraduras, Lanzar anillas a los cuernos de las vacas

Ejercicio nº 3- 10 horas

Caza del oro

Retroalimentación

Herramientas y equipos

latas y estructura de tiro

juguete de gansos, palangana, agua. caña de pescar, cuerda

estructura de golf, palos y pelotas de golf,

petanca, silueta de vaquero, bolsa de lanzamiento o bolas

herraduras, diana de lanzamiento

anillas de cuerda, dianas (por ejemplo, cuernos de vaca falsos), pepitas falsas para esconder en los distintos sectores del parque



Organización y logística Tiempo

Asunto	Dirección	Taller
Parque Natural del Serbacco	Via Don Aldo Mei, 55060 San Martino in Freddana - Monsagrati LU	parque natural con apoyos y ayudas para personas con discapacidad

Personal implicado

3 formadores/operadores, uno de ellos experto en actividades al aire libre para personas con discapacidad.

Experta formadora: Mandroni Mirella

Resultados esperados

El/la participante será capaz de

- aprender a identificar los problemas, a adoptar la actitud correcta (pararse a pensar cuándo surge el problema, en qué situaciones y con quién)
- distinguir el tipo de problema (si se trata de una dificultad momentánea o de un problema real)
- aplicar técnicas de priorización
- elaborar un calendario de actividades a realizar (prioridades) para cumplir los plazos
- desarrollar estrategias para organizar y planificar las actividades respetando los plazos
- definir estrategias y ponerlas en práctica. (La estrategia es una guía para construir tácticas específicas. No es inmutable, sino que se



ajusta progresivamente. La estrategia se cambia si no da resultados)

- decodificar el contexto para prevenir y resolver situaciones conflictivas
- comprender y gestionar las emociones propias y ajenas
- entablar negociaciones y un diálogo constructivo
- definir objetivos (una persona sin objetivos realiza acciones que son un fin en sí mismas
- trabajar en objetivos mínimos de cambio, (de esta forma, la persona iniciará un proceso de cambio)
- alcanzar los objetivos asignados con mayor determinación

Evaluación

Evaluación previa y final.

Cuestionarios de autoevaluación, fichas de seguimiento, cuadrículas de evaluación, fichas de entrevistas estructuradas. Cada herramienta devuelve un conjunto de valores o temas.

A partir de cuadrículas o escalas de valores específicas, es posible relacionar los valores y resultados obtenidos con las competencias blandas.

Al final de cada taller, es importante fijar un tiempo para reflexionar y compartir la experiencia que acaba de tener lugar.

La evaluación realizada por los operadores tendrá en cuenta las reacciones de los participantes.



Taller al aire libre -sup- Nimbus



Contexto de aprendizaje

Se estructurarán tres ejercicios a través de actividades de playa, actividades con sup (Stand Up Paddle), simulaciones, juegos de rol, individuales y/o en grupo, dirigidos a la adquisición de las habilidades blandas identificadas, capaces de explotar todo el potencial del contexto para fines de aprendizaje.

Los ejercicios van precedidos de reuniones de preparación de los exámenes.

Objetivos de aprendizaje

COMPETENCIAS SOCIALES A DESARROLLAR		
N.	Nombre	
1	ADAPTABILIDAD/FLEXIBILIDAD	
2	RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS	✓
3	GESTIÓN DEL TIEMPO	
4	CENTRARSE EN LOS OBJETIVOS	
5	CREACIÓN DE EQUIPOS	



6	GESTIÓN Y RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS	
7	GESTIÓN Y AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS	✓
8	COMUNICACIÓN EFICAZ	✓
9	AUTONOMÍA EN LA REALIZACIÓN DE TAREAS	✓
10	CONFIANZA EN SÍ MISMO	✓

Metodología de la enseñanza

El **entrenamiento vivencial al aire libre**, en una **playa**, incluso con **sup**, pretende animar a los participantes a ponerse en juego, fijarse objetivos, desafiarse a sí mismos y superar sus miedos individualmente y en grupo mediante actividades que también estimulan la capacidad de concentración y la capacidad de relacionarse con los demás.

Los participantes realizarán actividades en el agua con sup, y en la playa como monitor asistente de disciplinas acuáticas, tareas de socorrista: rastreado de la playa, ordenación de la base náutica, ordenación del material deportivo.

El entrenamiento al aire libre en sup es un desafío contra uno mismo y sus límites, hay que seguir las reglas y se requiere una gran disciplina y concienciación.

En general, esta experiencia puede cambiar profundamente a las personas para mejorar a nivel individual y de equipo.

Se insta principalmente al participante a mejorar sus estrategias de comunicación: se le capacita para interpretar las indicaciones propuestas por el operador. En este contexto, además de las actividades individuales con el sup, se favorecen las actividades en grupo y



también se pueden ensayar estrategias de colaboración y comunicación con otros usuarios. El entrenamiento al aire libre con actividades de playa y sup tiene el potencial de aumentar varias habilidades y capacidades personales y de grupo, tales como:

- Mayor confianza para afrontar nuevos retos al salir de su zona de confort.
- Confianza en sí mismo que aumenta con la consecución de objetivos intermedios dirigidos a controlar el SUP
- Autonomía en la organización y cuidado de los equipos y materiales necesarios, autonomía progresiva en la gestión de las diferentes etapas.
- Resolución de problemas, mediante el uso de técnicas básicas específicas para surfear en Stand Up Paddle.
- Comunicación eficaz. La actividad en el mar, independientemente de las actividades que se desarrollen, requiere una serie de comportamientos ecológicos y sostenibles que todos debemos conocer, aplicar y difundir (por ejemplo, la recogida de residuos). Además, todas las actividades en el mar están expuestas a particularidades. Es importante cuidar la seguridad propia y la de los demás.

Debemos estar preparados para interpretar posibles situaciones de peligro y adoptar estrategias de intervención en caso de llamada de auxilio.

Estas son algunas habilidades que también son muy útiles profesionalmente y no sólo personalmente.

La actividad debe estudiarse en la mesa de trabajo (análisis del proyecto).

Es importante prestar atención a los detalles y a la preparación, por la propia seguridad y la de los demás.

Contenido

Total: 40 horas - 10 horas de preparación del examen + 30 horas de taller



Preparación del examen 10 horas

Procedimientos y dispositivos de seguridad

Las reglas de las diferentes actividades - El mar es un recurso y debemos protegerlo

Ejercicio nº 1- 10 horas

Escucha las instrucciones y ponlas en práctica
Pongamos los pasos en orden
Sup y estrategias de uso: Despegue, giro inferior, recorte

Ejercicio nº 2- 10 horas

Comportamiento ecológico. Tareas del monitor auxiliar de disciplinas acuáticas, tareas de socorrista: rastrillar la playa, ordenar la base náutica, ordenar el material deportivo.

Sup y estrategias de uso: posturas recomendadas

Ejercicio nº 3- 10 horas

Sup y estrategias de uso: coger agua con un remo

Comentarios



Herramientas y equipos

equipo de seguridad
rastrillo de playa
equipos y materiales de base náutica
equipos deportivos
sup

Organización y logística Tiempo

Empresa	Dirección	Taller
Club de surf Nimbus	V.le Roma, 10, 55045 Pietrasanta LU	Taller Sup

Personal implicado

3 formadores/operadores, uno de ellos experto en actividades al aire libre para personas con discapacidad.

Experto: Francesco Barbi

Resultados esperados

El participante será capaz de

- mejorar la percepción y la potenciación de las propias capacidades
- realizar las tareas asignadas sin necesidad de supervisión constante utilizando los propios recursos
- identificar el problema/obstáculo principal



- identificar las mejores soluciones posibles a los problemas
- seguir instrucciones para realizar tareas y pedir ayuda si es necesario
- utilizar estrategias de afrontamiento (por ejemplo, tomar notas para no olvidar las cosas que hay que hacer, etc.)

Evaluación

Evaluación previa y evaluación final.

Cuestionarios de autoevaluación, fichas de seguimiento, parrillas de evaluación, fichas de entrevistas estructuradas. Cada herramienta devuelve un conjunto de valores o temas.

A partir de parrillas o escalas de valores específicas, es posible relacionar los valores y resultados obtenidos con las competencias blandas.

Al final de cada taller, es importante fijar un tiempo para reflexionar y compartir la experiencia que acaba de tener lugar.

La evaluación realizada por los operadores tendrá en cuenta las reacciones de los participantes.



Taller de surf al aire libre - Surf para todos



Contexto de aprendizaje

Se estructurarán 3 ejercicios de surf, simulaciones, juegos de rol, individuales y/o en grupo, dirigidos a la adquisición de las habilidades blandas identificadas, capaces de explotar todo el potencial del contexto para el aprendizaje.

Los ejercicios van precedidos de reuniones de preparación de los exámenes.

Objetivos de aprendizaje

COMPETENCIAS SOCIALES A DESARROLLAR		
N.	Nombre	
1	ADAPTABILIDAD/FLEXIBILIDAD	✓
2	RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS	
3	GESTIÓN DEL TIEMPO	
4	CENTRARSE EN LOS OBJETIVOS	✓
5	CREACIÓN DE ESPÍRITU DE EQUIPO	



6	GESTIÓN Y RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS	
7	GESTIÓN DEL ESTRÉS/ COPING	✓
8	COMUNICACIÓN EFICAZ	✓
9	AUTONOMÍA EN LA REALIZACIÓN DE TAREAS	
10	CONFIANZA EN SÍ MISMO	✓

Metodología de la enseñanza

El entrenamiento experiencial al aire libre con surf permite al participante discapacitado implicarse física y relacionalmente y ponerse a prueba, intentando superar las dificultades que entraña la actividad. Se insta principalmente al participante a mejorar sus estrategias de comunicación: se le pone en situación de interpretar las indicaciones propuestas por el operador. Además, es una actividad que se realiza individualmente pero en grupo y también es posible experimentar estrategias de colaboración.

El entrenamiento al aire libre en surf es un desafío contra uno mismo y sus límites, hay que seguir las reglas y se requiere una gran disciplina y concienciación.

En general, esta experiencia puede cambiar profundamente a las personas para mejor a nivel individual y de equipo.

Con los años, las actividades de surf se han diseñado para un espectro más amplio de discapacidades: autismo, parálisis cerebral, retrasos globales del desarrollo, discapacidad visual y otras.

Algunos de los participantes no pueden andar, hablar ni ver, pero cuando entran en el agua experimentan una sensación de independencia y libertad que no puede generarse en ningún otro entorno.

El objetivo de SURF FOR ALL es dar a las personas con distintos tipos de discapacidad la alegría y la sonrisa de disfrutar del entorno marino y experimentar la maravillosa sensación



de deslizarse sobre las olas.

El entrenamiento al aire libre con surf permite aumentar diversas destrezas y habilidades personales y de grupo, como:

- Adaptabilidad y flexibilidad ante situaciones críticas
- Seguridad personal, al salir de su zona de confort
- Confianza en uno mismo reforzada por la consecución de objetivos intermedios.
- Gestión y afrontamiento del estrés
- Respeto de las normas comunes y de los espacios compartidos por los demás: hay otras personas en el mar con el surf
- Céntrate en los objetivos: aprender a surfear, paso a paso. Ha y pasos preliminares que deben estar bien establecidos para poder seguir adelante
- Comunicación eficaz. La actividad en el mar, sea cual sea, requiere una serie de comportamientos ecológicos y sostenibles que todos debemos conocer, poner en práctica y difundir (por ejemplo, la recogida de residuos).

Además, todas las actividades en el mar están expuestas a riesgos específicos. Es importante cuidar la seguridad propia y la de los demás.

Debemos estar preparados para interpretar posibles situaciones de peligro y adoptar estrategias de intervención en caso de llamada de auxilio.

Estas son algunas habilidades que también son muy útiles profesionalmente y no sólo personalmente.

A través de este taller, en el que se experimenta/utiliza el surf en mar abierto, se pueden incrementar estas habilidades tanto a nivel personal como grupal, superando límites y alcanzando nuevas metas.

Navegamos para explorar el significado profundo del trabajo individual y en grupo y la orientación a resultados.



La actividad debe estudiarse en la mesa de trabajo (análisis del proyecto).

Es importante prestar atención a los detalles y a la preparación, por la propia seguridad y la de los demás.

El surf puede ser una metáfora de la vida:

Si pensamos que no es posible vivir sin estrés, podemos, sin embargo, intentar no dejarnos abrumar por las situaciones.

La actividad al aire libre ayuda a aumentar la disposición a aceptar la realidad y a cooperar con ella.

Siempre hay olas en el mar, a veces grandes, a veces pequeñas y a veces casi imperceptibles. Las producen los vientos que van y vienen. Varían en dirección e intensidad. Del mismo modo, las corrientes de estrés cambian la vida levantando olas en la mente".

Un joven discapacitado debe aprender a surfear las olas de la vida: intentar mantener el equilibrio y cabalgar la ola.

A medida que experimenta cómo afrontar la ola y tiene la percepción de ser capaz de manejarla y cabalgarla, también puede tener la oportunidad de "reducir" la ola emocional y contener la sensación de estrés (malestar, preocupación).

En el surf, es importante no tener prisa y no precipitarse. Es importante pasar tiempo en las espumas, tiempo remando, tiempo en el pico. Estar en el mar viendo cómo se mueven los demás surfistas también es importante, así como pasar tiempo observando el mar antes de entrar en el agua.

Con la experiencia positiva de subirse a la ola, el/la joven discapacitado no se sentirá abrumado por la ola, sino que sentirá que puede manejarla: no podemos eliminar el estrés, pero podemos intentar manejarlo.

Una lección importante que permanecerá después de una sesión experiencial de



entrenamiento de surf se descubrirá una vez se toque tierra firme de nuevo: paciencia, determinación, gestión del estrés, gestión del tiempo, resolución de problemas. Volver a levantarse, seguir sobre la tabla y no perder la confianza con cada caída.

Contenido

Total: 40 horas - 10 horas de preparación del examen + 30 horas de taller

reuniones de 5 horas cada una

Preparación del examen 10 horas

Procedimientos y dispositivos de seguridad
Primeros acercamientos al surf. Tipos de tablas
Ola tras ola. Tipos de olas.

Ejercicio nº 1- 10 horas

Escucha las instrucciones y ponlas en práctica. Postura
De pie sobre el agua. Ponerse de pie sobre la tabla es el movimiento clave en el surf
Pongamos los pasos en orden

Ejercicio nº 2- 10 horas

Remo: entrenemos
“Eppur si muove” Sin embargo se mueve
Pongamos los pasos en orden

Ejercicio nº 3- 10 horas

Esperar la ola adecuada



En la cresta de la ola

En autonomía - retroalimentación

Herramientas y equipos

dispositivos de seguridad

para rastrillos de playa

equipos y materiales de base náutica

equipos deportivos

tabla de surf

Organización y logística Tiempo

Empresa	Dirección	Taller
SURF PARA TODOS	Viale della Repubblica, 99, 55042 Forte dei Marmi LU	surf con soportes y ayudas para discapacitados

Personal implicado

3 formadores/operadores, uno de ellos experto en actividades al aire libre para personas con discapacidad.

Experto formador: Alari Andrea

Resultados esperados

El/la participante será capaz de:



- reaccionar positivamente a la presión del "trabajo"
- Desarrollar el autocontrol en situaciones de estrés, centrándose en las prioridades.
- aplicar estrategias mentales y conductuales para gestionar y afrontar situaciones problemáticas
- adaptarse a contextos cambiantes
- probar nuevas actividades para aprender algo nuevo
- practicar la auto conversación positiva
- mejorar la percepción y la potenciación de las propias capacidades
- alcanzar los objetivos asignados con mayor determinación

Evaluación

Evaluación previa y final.

Cuestionarios de autoevaluación, fichas de seguimiento, parrillas de evaluación, fichas de entrevistas estructuradas. Cada herramienta devuelve un conjunto de valores o temas.

A partir de parrillas o escalas de valores específicas, es posible relacionar los valores y resultados obtenidos con las competencias blandas.

Al final de cada taller, es importante fijar un tiempo para reflexionar y compartir la experiencia que acaba de tener lugar.

La evaluación realizada por los operadores tendrá en cuenta las reacciones de los participantes.

Laboratorio outdoor -tiro con l'arco - ASD Kentron Dard



Contexto de aprendizaje

Se estructurarán tres talleres al aire libre a través de actividades de tiro con arco, simulaciones, juegos de rol, individuales y/o en grupo, dirigidos a la adquisición de las habilidades blandas identificadas, capaces de explotar todo el potencial del contexto con fines de aprendizaje.

Los talleres irán precedidos de reuniones de preparación de las pruebas.

Objetivos de aprendizaje

SOFT SKILLS DA SVILUPPARE		
N.	Denominazione	
1	ADAPTABILIDAD/FLEXIBILIDAD	
2	RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS	
3	GESTIÓN DEL TIEMPO	
4	CENTRARSE EN LOS OBJETIVOS	✓

5	CONSTRUCCIÓN DE ESPÍRITU DE EQUIPO	
6	GESTIÓN Y RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS	
7	GESTIÓN DEL ESTRÉS/COPING	
8	COMUNICACIÓN EFICAZ	
9	AUTONOMÍA EN LA REALIZACIÓN DE TAREAS	✓
10	CONFIANZA EN SÍ MISMO	✓

Metodología didáctica

El entrenamiento experiencial al aire libre en un campo de entrenamiento de tiro con arco pretende animar a los participantes a ponerse en juego, fijarse objetivos, desafiarse a sí mismos y superar sus límites individualmente y en grupo mediante actividades que también estimulan la capacidad de concentración, el enfoque en los objetivos, la autonomía y la confianza en sí mismos.

Los participantes probarán cómo funciona el arco, cómo apuntar, los tipos de arco, las flechas, la diana y las distancias.

El entrenamiento de tiro con arco al aire libre es un desafío contra uno mismo y sus límites, hay que respetar las reglas y se requiere una gran disciplina y concienciación.

En general, esta experiencia puede cambiar profundamente a las personas para mejor a nivel individual y de equipo.

El tiro con arco ayuda a desarrollar las habilidades de evaluación del riesgo y gestión de las emociones con el objetivo de puntuar y conseguir así un determinado resultado.

Además, refuerza la cohesión y la cooperación entre compañeros, sobre todo si se organizan retos en equipo.

La experiencia del tiro con arco permite desarrollar el apoyo, la motivación, la compensación y la aceptación de los errores propios y ajenos.

El entrenamiento de tiro con arco al aire libre tiene el potencial de aumentar diversas destrezas y habilidades personales y de equipo, como por ejemplo

- Focalización en los objetivos
- Autonomía en la realización de tareas
- La confianza en uno mismo, que aumenta al alcanzar metas intermedias.

Se trata de habilidades que también son muy útiles desde el punto de vista profesional y no sólo personal.

La actividad debe estudiarse previamente (análisis del proyecto).

Es importante prestar atención a los detalles y a la preparación, por la propia seguridad y la de los demás.

Contenido

Total: 40 horas - 10 horas de preparación del examen + 30 horas de taller matinal

Preparación del taller 10 horas

Procedimientos y dispositivos de seguridad

Las reglas de las diferentes actividades

Ejercicio nº 1- 10 horas

Las reglas de las diferentes actividades - tipos de objetivos

Escuchar las instrucciones y ponerlas en práctica
Pongamos los pasos en orden
El arco y los procedimientos de manejo

Ejercicio nº 2- 10 horas

¿Qué diana? Aumentar la puntería
El arco y las estrategias de uso

Ejercicios n. 3- 10 horas

Aumentar el nivel de dificultad- Aumentar la distancia
Retroalimentación

Herramientas y equipos

dispositivos de seguridad

arco

flechas

equipos y materiales para campos de entrenamiento de tiro con arco

equipamiento deportivo

Organización y logística Tiempo

Empresa	Dirección	Taller
ASD Kentron Dard	- Via Fratelli Rosselli, 91, 55041 Camaiore LU	Tiro con arco

Personal implicado

3 formadores/operadores, uno de ellos experto en actividades al aire libre para personas con discapacidad.

Experta formadora: Grassini Susi

Resultados esperados

El/la participante será capaz de:

alcanzar los objetivos asignados con mayor determinación;

realizar las tareas asignadas sin necesidad de supervisión constante, recurriendo a sus propios recursos;

mejorar la percepción y valoración de sus propias capacidades.

Evaluación

Evaluación previa y final.

Cuestionarios de autoevaluación, fichas de seguimiento, parrillas de evaluación, fichas de entrevistas estructuradas. Cada herramienta devuelve un conjunto de valores o temas.

A partir de parrillas o escalas de valores específicas, es posible relacionar los valores y resultados obtenidos con las competencias blandas.

Al final de cada taller, es importante fijar un tiempo para reflexionar y compartir la experiencia que acaba de tener lugar.

La evaluación realizada por los operadores tendrá en cuenta las reacciones de los participantes.

Taller al aire libre en un velero

- Área 51



Contexto de aprendizaje

Se realizarán 3 salidas en barco, simulaciones, juegos de rol, individuales y/o en grupo, dirigidos a la adquisición de las habilidades blandas identificadas, capaces de explotar todo el potencial del contexto con fines de aprendizaje. Las salidas van precedidas de reuniones de preparación de los exámenes.

Objetivos de aprendizaje

COMPETENCIAS SOCIALES A DESARROLLAR		
N.	Nombre	
1	ADAPTABILIDAD/FLEXIBILIDAD	
2	RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS	
3	GESTIÓN DEL TIEMPO	✓
4	CENTRARSE EN LOS OBJETIVOS	✓

5	CONSTRUCCIÓN DE ESPÍRITU DE EQUIPO	✓
6	GESTIÓN Y RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS	
7	GESTIÓN DEL ESTRÉS/COPING	✓
8	COMUNICACIÓN EFICAZ	✓
9	AUTONOMÍA EN LA REALIZACIÓN DE TAREAS	
10	CONFIANZA EN SÍ MISMO	✓

Metodología de la enseñanza

La formación experiencial al aire libre, con vela, es muy innovadora y cada vez más popular también en Italia. Esta metodología permite la implicación física y relacional de los miembros del equipo para mejorar la fuerza del propio equipo y su colaboración.

El entrenamiento al aire libre en barco se utiliza tanto en la formación corporativa como en la individual **como herramienta de crecimiento personal y de grupo.**

En las empresas, el entrenamiento al aire libre en un velero se convierte en una mezcla de experiencia única desde el punto de vista físico y también personal.

Navegar y formar parte de una tripulación es, de hecho, un desafío contra uno mismo y sus límites: compartes espacio con otras personas, tienes que cumplir unas normas y necesitas una gran disciplina, además de ser consciente de ello.

En general, esta experiencia puede cambiar profundamente a las personas y mejorarlas a nivel individual y de equipo.

Entrenamiento en veleros: desarrollo de habilidades individuales y de grupo

El entrenamiento en velero al aire libre permite aumentar diversas destrezas y habilidades, tanto personales como de grupo, como:

- la capacidad de escuchar a los demás y sus necesidades.



- Responsabilidad personal: todos forman parte de la tripulación y trabajan por el objetivo, por lo que están llamados a realizar bien su tarea.
- Seguridad personal, al salir de su zona de confort.
- Respeto de las normas y espacios comunes dentro del barco.
- Cooperación y capacidad de ser generoso, paciente y tolerante.
- Liderazgo.

Estas son algunas habilidades que también son muy útiles profesionalmente y no sólo personalmente.

Otras habilidades, como la comunicación, la capacidad de negociar y llegar a compromisos, y una visión común de los objetivos, también son útiles en el entrenamiento al aire libre en un velero.

A través de este laboratorio offshore que es la vela, se pueden incrementar estas habilidades tanto a nivel personal como de grupo, superando límites, alcanzando nuevas metas.

Navegar es siempre una experiencia emocionante y divertida en todos los sentidos, inolvidable y una experiencia de creación de equipos que realmente crea un equipo dispuesto a trabajar unido ante la adversidad y los problemas.

Al zarpar, podemos poner a prueba seriamente la coordinación interna, la cohesión del grupo, la capacidad de gestión de situaciones y el trabajo en equipo.

Nos lanzamos a explorar el significado profundo del trabajo en equipo y la orientación a los resultados.

Antes de embarcarse en esta aventura de aprendizaje experiencial al aire libre, es necesario definir un destino (definición de objetivos).

El trazado debe planearse bien previamente (análisis del proyecto).

La navegación no se improvisa: en un velero, el espacio es limitado y hay muchas cosas que hacer. Cada uno debe conocer y respetar su propio ámbito de actividad, sin estorbar a los demás, utilizando sus propias habilidades y capacidades. Cada miembro del equipo debe saber exactamente lo que tiene que hacer. En alta mar no habrá tiempo para enfrentamientos, discusiones e incertidumbres.

El patrón (jefe del equipo) sabrá asignar mejor los papeles y motivar a la tripulación, ya que nadie conoce a la tripulación mejor que él. Para que el barco navegue rápido y sin contratiempos, será bueno que todos cooperen dando lo mejor de sí mismos: quien rema en contra, frena a todo el equipo. Una lección importante que permanecerá después de una oportunidad de aprendizaje experiencial en un velero se descubrirá una vez se toque tierra firme de nuevo: en el trabajo en equipo, el éxito o el fracaso de un proyecto depende de todo el equipo.

Contenido

Total: 40 horas - 10 horas de preparación de las salidas + 30 horas de taller 8 reuniones de 5 horas cada una

Preparación de las salidas 10 horas

Normas de seguridad
Embarque y desembarque
Comportamiento a bordo
Timón y maniobra

Ejercicio nº 1- 10 horas

Asas y topes de jarcia de vela
Amarre y desamarre

Ejercicio nº 2- 10 horas

Zarpar y amarrar

Ejercicio nº 3- 10 horas

Antes y después de las salidas actividades de recreo en tierra

Herramientas, equipos y materiales

Chaleco salvavidas
Cinturón salvavidas (individual)
1 Embarcación de alta mar equipada

Guantes anticorte (individuales)

Calzado a suela blanca o para (individual)

2 radios VHF

Mesas y sillas

1 Pizarra u hojas de papel

Blocs de dibujo (individuales)

Rotuladores

Organización y logística Tiempo

Asunto	Dirección	Taller
ÁREA 51	Escuela de Surf Area 51 ASD c/o Bagno Mistral - Viale Amerigo Vespucci, 26, 54033 Carrara (MS)	navegación con apoyos y ayudas para personas con discapacidad
Asociación ETS Gente di Mare ODV	Via Luigi Del Mancino 10 54100 Massa	Apoyo a las actividades marítimas con medios auxiliares y ayudas para discapacitados - personal cualificado y titulado - mediadores marítimos permanentes
Club Náutico Marina di Carrara	Viale Vespucci Marina di Carrara	Localización de amarres y muelles - ayuda al acceso

Personal implicado

3 formadores/operadores, uno de ellos experto en actividades al aire libre para personas con discapacidad. Formador experto: Giannotti Enrico/Rugani Marco.

Tripulación para cada salida:

1 patrón profesional



1 patrón auxiliar profesional

1 educador (operador de los discapacitados embarcados)

1 auxiliar de logística en tierra

Resultados esperados

- Mejora de la gestión de las estrategias de comunicación
- Mejora de la planificación de las actividades
- Ánimo para tener determinación en la consecución de los objetivos asignados
- Reforzar las estrategias de cooperación
- Aumentar las estrategias de organización y planificación de las actividades en los plazos previstos
- Mejora de la priorización
- Mayor capacidad para reaccionar positivamente ante la presión del trabajo
- Desarrollo del autocontrol, en situaciones de estrés, mantenerse centrado en las prioridades.
- Capacidad de aplicar estrategias mentales y conductuales para gestionar/soportar situaciones problemáticas.
- Mejora de la percepción y aumento de las propias capacidades

Evaluación

Evaluación previa y final.



Cuestionarios de autoevaluación, fichas de seguimiento, parrilla de evaluación, fichas de entrevistas estructuradas. Cada herramienta devuelve un conjunto de valores o temas.

A partir de parrillas o escalas de valores específicas, es posible relacionar los valores y resultados obtenidos con las competencias blandas.

Al final de cada taller, es importante fijar un tiempo para reflexionar y compartir la experiencia que acaba de tener lugar.

La evaluación realizada por los operadores tendrá en cuenta las reacciones de los participantes.

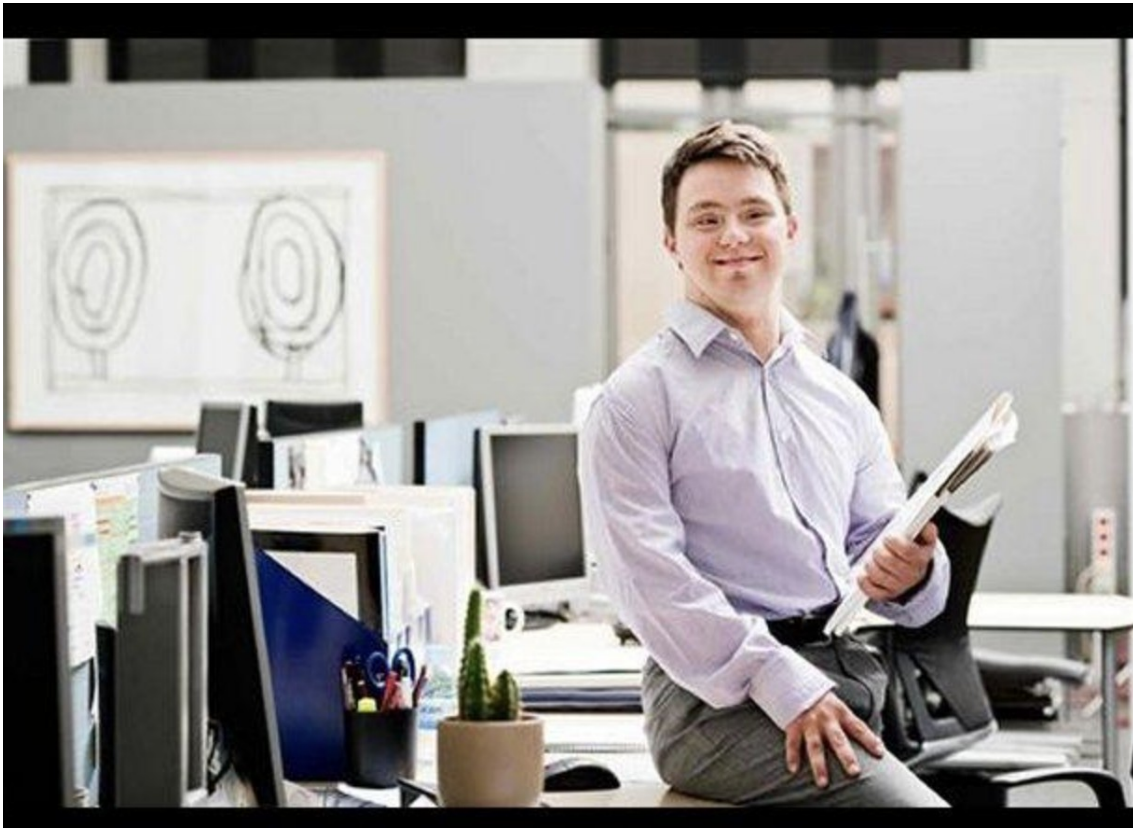
ROLE PLAY - Joint job Interview Simulation **- Fundacion Juan XXIII**

Contexto de aprendizaje

La FUNDACIÓN JUAN XXIII trabaja desde hace 55 años por la inclusión de personas en situación de vulnerabilidad psicosocial, en particular aquellas con discapacidad intelectual, mejorando su calidad de vida y la de sus familias a través del desarrollo de su autonomía, iniciativa y formación. El Centro Especial de Empleo, referente en innovación, cuenta con más de 500 trabajadores (el 80% de los cuales tiene algún tipo de discapacidad) y ofrece a las empresas una amplia gama de soluciones a medida como marketing, logística, restauración y empleo con apoyo.

En cuanto a los talleres al aire libre que ofrecen, entre las diversas opciones que ofrece la estructura, destacan el ROLE-PLAY y en concreto la SIMULACIÓN DE ENTREVISTA DE TRABAJO, que realizaremos con los 6 participantes con discapacidad y los formadores.

Las técnicas de juego de roles también son de gran aporte en la formación en el campo de la comunicación, por ejemplo en el campo de la formación para hablar en público, con la posibilidad de poder modular escenarios, incluso de forma caricaturizada, que apoyan el control emocional y el pensamiento racional en situación crítica. De esta manera será posible procesar incluso situaciones especialmente estresantes o críticas. Un resultado interesante es el aportado por las actividades de Simulación de Entrevista de Trabajo. Su utilización en la fase de preparación de los candidatos a la selección influye decisivamente en su confianza en sí mismos y en sus resultados. Se observan resultados aún más incisivos en su aplicación con adolescentes en la primera entrevista, con parados de larga duración y con diversos casos de fragilidad o trastornos mentales como la esquizofrenia y el trastorno de estrés postraumático.



Objetivos de aprendizaje

SOFT SKILLS A DESARROLLAR		
No	Nombre	
1	ADAPTABILIDAD/FLEXIBILIDAD	✓
2	PROBLEM SOLVING	✓
3	GESTIÓN DEL TIEMPO	✓
4	ENFOQUE EN OBJETIVOS	✓
5	CONSTRUCCIÓN DE EQUIPO	✓
66	GESTIÓN Y SOLUCIÓN DE CONFLICTOS	✓

7	GESTIÓN Y AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS	✓
8	COMUNICACIÓN EFICAZ	✓
9	AUTONOMÍA EN LA REALIZACIÓN DE TAREAS	✓
10	CONFIANZA EN SÍ MISMO	✓

Estas son algunas habilidades, muy útiles también desde el punto de vista profesional y no sólo personal.

Metodología de la enseñanza

Explicación frontal y discusión interactiva con ejercicios prácticos. Los principios rectores de las entrevistas de selección; Cómo desarrollar habilidades de escucha: escucha activa; Las fases de la entrevista: bienvenida, primera impresión, diálogo, despedida; Las 4 áreas de análisis: experiencias escolares, experiencias laborales, características del candidato, motivación; Cómo evaluar el potencial y las aptitudes del candidato (soft skills); Lenguaje no verbal: captar las señales corporales del candidato.

Los participantes participarán en entrevistas de trabajo simuladas, en diferentes "platos".

La formación les permite aumentar diversas destrezas y habilidades personales y de grupo, como:

- establecer relaciones positivas y aumentar sus habilidades de comunicación
 - aumentar la confianza en uno mismo
 - formación de equipos
 - saber apreciar la naturaleza
 - aprender a respetar el medio ambiente
 - fortalecer las relaciones interpersonales
 - difundir buenos principios
 - orientación
 - gestionar su tiempo libre

Contenidos

Total: 40 horas - 10 horas de preparación de exámenes + 30 horas de laboratorio

8 reuniones de 5 horas cada una.

Preparación para la prueba 10 horas.

Regulaciones de seguridad
Comportamientos a observar dentro y fuera de la sede del Laboratorio Fundación Juan XXIII
Qué es una entrevista de trabajo - Ejemplos
Reflexión e intercambio de feedback

Esercitazione n. 1- 10 ore Ejercicio nro. 1-10 horas

Il processo comunicativo El proceso de comunicación
Lenguaje verbal, no verbal y paraverbal.
Cómo desarrollar habilidades de escucha
Escucha activa
Ejercicios prácticos sobre diferentes casos.
Reflexión e intercambio de comentarios.

Ejercicio nro. 2-10 horas

Las fases de la entrevista: todo el proceso (fases y tiempos)
Recepción (descripción de finalidades y simulación)
La primera impresión (descripción de propósitos y simulación)
El diálogo (descripción de propósitos y simulación)
Licencia (descripción de finalidades y simulación)
Simulaciones
Reflexión guiada

Ejercicio nro. 3-10 horas

Las 4 áreas de análisis: experiencias escolares, experiencias laborales, características del candidato, motivación
Cómo evaluar el potencial y las aptitudes del candidato (soft skills)
Cómo aprovechar al máximo tus experiencias. hablo de mis fortalezas
Simulaciones de entrevistas de trabajo
Reflexión e intercambio de comentarios.

Herramientas y equipo

Procesos seguros

Equipos y materiales para reconstruir el contexto de la entrevista de trabajo.

Herramientas útiles para la simulación (hojas de papel, bolígrafos, lápices de colores, etc.)

Equipo para reconstruir diferentes conjuntos: sillas, mesa o escritorio.

Horarios de organización y logística

Sujeto	Dirección	Laboratorio
Fundacion Juan XXIII	Avd Gran Vía del Este, 1, Madrid, Spain	ROLE PLAY - Joint job Interview Simulation

Personal involucrado

3 entrenadores/operadores, uno de los cuales experto en actividades al aire libre dirigidas a personas con discapacidad.

Experto:

Laura Hernandez de La Torre e Ana Herrera Rubiato

Resultados previstos

El participante podrá

- adaptarse a contextos cambiantes
- abordar nuevas actividades
- probar nuevas actividades para aprender algo nuevo
- utilizar estrategias de comunicación efectivas
- llevar a cabo las tareas asignadas sin necesidad de supervisión

constante utilizando sus propios recursos

- reaccionar positivamente a la presión del "trabajo"
- desarrollar el autocontrol en situaciones estresantes, permaneciendo centrado en las prioridades
- implementar estrategias mentales y conductuales para gestionar/tratar situaciones problemáticas

- fortalecer las estrategias de cooperación dentro de un grupo
- mejorar la percepción y la valorización de las propias capacidades
- prepararse lo mejor posible para futuras entrevistas de trabajo
- disfrutar de los beneficios que brinda la experiencia
- probar nuevas actividades para aprender algo nuevo
- abordar problemas actuales
- mejorar la percepción y la valorización de las propias capacidades

Evaluación

Evaluación ex ante y evaluación final.

Cuestionarios de autoevaluación, formularios de seguimiento, grillas de evaluación, formularios de entrevista estructurada. Cada herramienta devuelve una serie de valores o argumentos.

A partir de cuadrículas o escalas de valores específicas, es posible rastrear los valores y resultados obtenidos hasta las habilidades blandas.

Al final de cada taller es importante reservar un momento para reflexionar y compartir la experiencia vivida.

La evaluación realizada por los operadores tendrá en cuenta el feedback de los participantes.

GYMKHANA IN THE RETIRO PARK – MAD for Europe

Contexto de aprendizaje

MAD for Europe cree firmemente que los programas socioculturales son indispensables para la educación, la formación y el crecimiento personal.

A través de la organización de diferentes actividades culturales y sociales, persigue la integración en la sociedad de las personas más desfavorecidas, para lo que organiza visitas guiadas, culturales, enogastronómicas, excursiones, info-desks, seminarios y cursos de idiomas para desempleados.

En el caso de los más jóvenes o discapacitados, MAD for Europe organiza diversas visitas a la ciudad de Madrid, donde los participantes pueden aprender sobre la rica historia, contada como un cuento de hadas, de la capital española y conocer sus monumentos más emblemáticos.

Entre las actividades culturales favoritas destacan un conjunto de juegos culturales, muy didácticos y divertidos, como dos búsquedas del tesoro diferentes, una en el Parque del Retiro y otra en el "Madrid de los Austrias", donde a través de pistas relacionadas con la historia y la cultura, tendrán que encontrar el camino a través de diferentes pruebas y ganar el concurso.

En concreto, llevaremos a cabo con ellos la GYMKHANA DEL RETIRO, durante la cual se dividirán en grupos de 2 y realizarán y resolverán todas las pruebas y acertijos distribuidos por el parque.





Objetivos de aprendizaje

COMPETENCIAS SOCIALES A DESARROLLAR		
N.	Nombre	
1	ADAPTABILIDAD/FLEXIBILIDAD	✓
2	PROBLEM SOLVING	✓
3	GESTIÓN DEL TIEMPO	✓
4	CENTRARSE EN LOS OBJETIVOS	✓
5	TEAM BUILDING	✓
6	GESTIÓN Y RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS	✓

7	GESTIÓN Y AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS	✓
8	COMUNICACIÓN EFICAZ	✓
9	AUTONOMÍA EN LA REALIZACIÓN DE TAREAS	✓
10	CONFIANZA EN SÍ MISMO	✓

Metodología de la enseñanza

La caza del tesoro es una de las actividades de educación no formal más completas a disposición de los jóvenes participantes. Conlleva una serie de ventajas, ante todo la de disputarse al aire libre y en equipo, lo que fomenta la cooperación y el trabajo en equipo. Durante la búsqueda del tesoro, los participantes están en constante movimiento y afrontan la actividad con una actitud de sana competitividad. Dar a los niños la oportunidad de orientarse en lugares nuevos es otro de los diversos beneficios de esta actividad. El entrenamiento les permite aumentar diversas destrezas y habilidades personales y de grupo, tales como

- establecer relaciones positivas y aumentar la capacidad de comunicación
- aumentar la confianza en sí mismos
- creación de equipos

- capacidad de adaptación y resolución de problemas
- aprender a respetar el medio ambiente
- fortalecer las relaciones interpersonales
- centrarse en un objetivo común
- colaborar con otros participantes
- orientación
- gestión del tiempo

Estas son algunas habilidades que también son muy útiles profesionalmente y no sólo personalmente.

Contenidos

Total: 40 horas - 10 horas de preparación del examen + 30 horas de taller

8 reuniones de 5 horas cada una

Preparación del examen 10 horas

Normas de seguridad
Comportamiento en el Parque del Retiro
Introducción a la actividad: fines y objetivos
Organización logística

Ejercicio nº 1- 10 horas

Descripción de la actividad general de GYMKHANA
Normas del concurso
Objetivos de las distintas pruebas y obstáculos que hay que superar

Ejercicio nº 2- 10 horas

Cada participante tiene una habilidad diferente
Los juegos y actos que componen la GYMKHANA deben adaptarse a todos (por ejemplo, juegos de habilidad como rompecabezas, construcción de pequeñas maquetas, juegos de pelota, cuerda, etc.).
Creación de equipos: principio de equidad - composición del equipo con participantes de distintas capacidades. De este modo, todos tendrán las mismas oportunidades y se apoyarán mutuamente.

Ejercicio nº 2- 10 horas

Caza del oro
Feedback

Herramientas y equipos

Herramientas para enfrentarse a las diferentes pruebas de progreso (por ejemplo, pelota, cuerda)

Objetos para esconderse en los diferentes sectores del parque.

Mapa.

Adivinanzas con dibujos.

Organización y logística Tiempo

Asunto	Dirección	Taller
MAD for Europe	Calle Carranza 25, Madrid c/o Retiro Park Plaza de la Independencia 7, Retiro	GYMKHANA IN THE RETIRO PARK

Personal implicado

3 formadores, entre los cuales uno experto en actividades al aire libre para personas con discapacidad.

Formadores: Garcia Solans, Laura Hernandez de La Torre, Patricia Sarrido, Katia Maccarone, Matteo Gargini.

Formador experto: Laura Hernandez de La Torre.

Resultados esperados

El participante será capaz de

- aprender a identificar los problemas, adoptar la actitud correcta (pararse a pensar cuándo surge el problema, en qué situaciones y con quién)
- distinguir el tipo de problema (si se trata de una dificultad momentánea o de un problema real)
- aplicar técnicas de priorización
- elaborar un calendario de actividades a realizar (prioridades) para cumplir los plazos
- Desarrollar estrategias de organización y planificación de actividades para cumplir los plazos.
- definir estrategias y ponerlas en práctica. (La estrategia es una guía para construir tácticas específicas. No es inmutable, sino que se reajusta progresivamente. La estrategia se cambia si no da resultados)
- descodificar el contexto para prevenir y resolver situaciones conflictivas
- comprender y gestionar las emociones propias y ajenas
- iniciar la negociación y el diálogo constructivo
- definir objetivos (una persona sin objetivos realiza acciones que son un fin en sí mismas
- trabajar en objetivos mínimos de cambio (de este modo, la persona iniciará un proceso de cambio)

- alcanzar los objetivos asignados con mayor determinación
- reforzar las estrategias de cooperación dentro de un grupo
- construir nuevas relaciones interpersonales con otros participantes

- resolver las cuestiones propuestas por el juego
- orientarse en un lugar concreto
- participar en actividades siguiendo un objetivo concreto

Evaluación

Antes de comenzar la actividad, una vez explicadas las reglas del juego, se recogerán las impresiones y temores de los participantes, que se tendrán en cuenta en la evaluación final.

Al final del juego, se pedirá a los niños una autoevaluación inicial para saber cómo han afrontado el juego, y después, con el apoyo de expertos, se llevará a cabo una evaluación completa de la experiencia, con especial referencia a los beneficios obtenidos por los participantes.

Haz una visita guiada y crea tu propio tour virtual

Explicación de la visita cultural y del tour virtual MAD for Europe

Contexto de aprendizaje

Las personas con discapacidad están cada vez más presentes en la vida cultural de sus comunidades, demostrando intereses y habilidades considerables cuando se les brindan las oportunidades y el apoyo necesarios. El acceso a la cultura no se concibe sólo como participación en eventos y actividades, sino que significa garantizar la oportunidad de participar en el proceso, tener voz y contribuir creativamente.

La creación artística o la curiosidad y el gusto por ella puede despertarse en todas las personas cuando se encuentran en un entorno adecuado y tienen las oportunidades necesarias para ello. En este sentido hablamos de accesibilidad cognitiva, como medio indispensable para hacer comprensible un mundo subjetivo vinculado a las emociones y experiencias personales.

MAD for Europe lleva varios años organizando visitas guiadas por el centro de Madrid, involucrando a personas con discapacidad para que luego ellas mismas sean el guía turístico. De hecho, inmediatamente después de la explicación de nuestro guía experto, cada participante deberá repetir la explicación del monumento delante de todos por turno, una forma de superar los miedos a hablar en público y adquirir otras habilidades sociales.

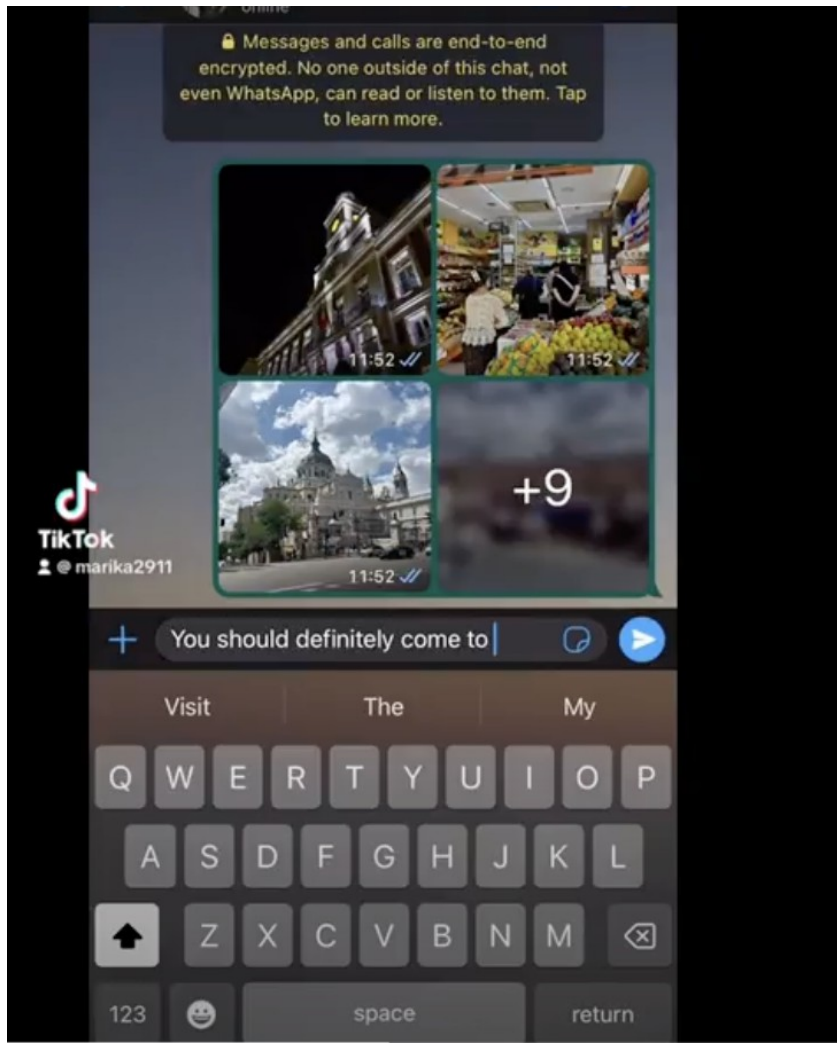


Hemos descubierto que estas actividades produce en el target group:

- Bienestar emocional: genera una mejora notable en el autoconcepto de las personas que participan en la actividad cultural, a través del desarrollo de su potencial creativo o como espectadores con los beneficios de disfrutar de la música, el teatro o la poesía.
- Relaciones interpersonales: cuando se mantiene en el tiempo la participación activa en una actividad cultural inclusiva, se produce una fuerte conciencia de grupo y sentido de pertenencia y se expanden las redes sociales de las personas.
- Desarrollo personal: el acceso a la cultura en todas sus disciplinas proporciona a las personas nuevos conocimientos y experiencias que conducen al crecimiento personal. Además, cuando las personas con discapacidad generan estos contenidos culturales, se produce una sensación de realización personal.
- Autodeterminación: la participación en acontecimientos culturales o

de creación artística, basada en la voluntad de la persona, genera una sensación de realización personal.

- Autodeterminación: la participación en acontecimientos culturales o de creación artística, basada en la voluntad de la persona, genera una sensación de realización personal.



Al finalizar estas actividades los chicos se pondrán a trabajar creando un Tour Virtual de Madrid generado a partir de su experiencia en primera persona.



Objetivos de aprendizaje

SOFT SKILLS A DESARROLLAR		
N.	Nombre	
1	ADAPTABILIDAD/FLEXIBILIDAD	✓
2	PROBLEM SOLVING	✓
3	GESTIÓN DEL TIEMPO	✓
4	CENTRARSE EN LOS OBJETIVOS	✓
5	CREACIÓN DE EQUIPOS	✓
6	GESTIÓN Y RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS	✓

7	GESTIÓN Y AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS	✓
8	COMUNICACIÓN EFICAZ	✓
9	AUTONOMÍA EN LA REALIZACIÓN DE TAREAS	✓
10	CONFIANZA EN SÍ MISMO	✓

Metodología de la enseñanza

Especializados en la organización de actividades de team building, como city tours, MAD junto con la Fundación Juan XXIII diseñaron un itinerario adaptándolos a las necesidades de los participantes. Los circuitos propuestos ofrecen una nueva forma de ver Madrid, son muy divertidos y ayudan a estrechar la relación entre quienes participan. Salir de la zona de confort y lanzarse a nuevas actividades siempre ha resultado estimulante y muy educativo para quienes participan en él. Los recorridos, al ser personalizables, son perfectos para satisfacer las necesidades individuales de cada participante, fomentando la total inclusión.

La formación permite incrementar diversas capacidades y habilidades personales y grupales, tales como:

- establecer relaciones positivas y aumentar sus habilidades de comunicación

- aumentar la confianza en uno mismo
- formación de equipos
- aprender a respetar el medio ambiente
- fortalecer las relaciones interpersonales
- probar nuevas experiencias
- aumentar la autoconciencia y la confianza en uno mismo
- centrarse en un objetivo común
- colaborar con otros participantes
- orientación
- responsabilidad
- gestión del tiempo libre

Estas son algunas habilidades, muy útiles también desde el punto de vista profesional y no sólo personal.

Contenido

Total: 40 horas - 10 horas de preparación de exámenes + 30 horas de laboratorio

8 reuniones de 5 horas cada una.

Preparación para la prueba 10 horas.

Regulaciones de seguridad
Comportamientos a seguir en las calles de la ciudad
Planificación de viajes

Ejercicio nro. 1-10 horas

Descripción de la actividad general Cultural Visit Explanation and Virtual Tour
Normas de la Visita Cultural
Proceso y Fases de la Visita Cultural

Ejercicio nro. 2-10 horas

Preparación de la visita cultural
Identificación de lugares de interés y búsqueda de información principal

La organización del grupo: la composición del grupo con participantes con capacidades diferentes.
Comunicación con el grupo.

Ejercicio nro. 3-10 horas

Actividades para hacer en la ciudad (por ejemplo, viaje sensorial)

Creación artística para el disfrute del patrimonio cultural

Métodos de valorización del patrimonio cultural.

Feedback

Herramientas y equipo

Mapa de la ciudad

Tarjetas de lugares de interés

Actividades para hacer en grupo (exploración de calles y monumentos de interés histórico-cultural)

Herramientas digitales para organizar el recorrido virtual.

Horarios de organización y logística

Sujeto	dirección	Laboratorio
MAD for Europe	Calle Carranza 25, Madrid c/o centro de Madrid	Make a guided visit and create your virtual tour

Personal involucrado

3 entrenadores/operadores, uno de los cuales experto en actividades al aire libre dirigidas a personas con discapacidad.

Entrenador experimentado : Gregorio Garcia Solans, Laura
Hernandez de La Torre, Patricia Sarrido, Katia
Maccarone, Matteo Gargini.

Resultados previstos

El participante podrá

- aprender a identificar los problemas, a adoptar la actitud correcta (Detenerse y pensar cuándo ocurre el problema, en qué situaciones y con quién)
- distinguir el tipo de problema (si es una dificultad temporal o un problema real)
- aplicar técnicas de priorización
- hacer un cronograma de actividades a realizar (prioridades) para cumplir con los plazos
- desarrollar estrategias para organizar y planificar actividades cumpliendo con los plazos
- definir estrategias y ponerlas en práctica. (La estrategia representa una guía para construir tácticas específicas. No es inmutable sino que se reajusta progresivamente. La estrategia se cambia si no da resultados)
- decodificar el contexto para prevenir y resolver situaciones de conflicto
- comprender y gestionar las emociones propias y ajenas
- iniciar negociaciones y un diálogo constructivo
- definir objetivos (una persona sin objetivos lleva a cabo acciones como un fin en sí misma)
- trabajar en objetivos de cambio mínimos (de esta manera, la persona iniciará un proceso de cambio)

- lograr los objetivos asignados con mayor determinación
- fortalecer las estrategias de cooperación dentro de un grupo
- construir nuevas relaciones interpersonales con otros participantes
- orientarse en un lugar determinado
- participar en actividades siguiendo un objetivo específico
- realizar actividades al aire libre
- construir nuevas relaciones interpersonales con otros participantes
- probar una nueva experiencia en lugares muy populares
- orientarse en un lugar determinado
- aumentar la autoconciencia

Evaluación

Al finalizar las actividades los participantes brindarán su retroalimentación y es a partir de ahí que comenzará el juicio de los operadores. Se evaluarán cuidadosamente las mejoras esperadas en relación con las habilidades sociales específicas de esta actividad específica. Comprender cómo un participante se adapta a algo nuevo propuesto por la actividad específica será una referencia importante para la evaluación, el diálogo y la comparación serán fundamentales para comprender las fortalezas de la actividad y dónde se puede mejorar.



Erasmus+ KA210

2022-1-IT01-KA210-VET-000083953

Fase 2

2. Elaborazione strumenti didattici e metodologie di valutazione

SOS - Sviluppo delle SOft Skills per persone con disabilità attraverso le risorse del territorio

Griglie di valutazione Soft Skills (IT-ES)



SCHEDA DI VALUTAZIONE SOFT SKILLS NELLE PERSONE CON DISABILITÀ

Nome e Cognome

Sesso: F M

Condizione di difficoltà o disabilità si no

Valutazione

Autovalutazione

Indica quanto spesso il soggetto mette in atto correttamente un comportamento, senza aiuto, quando necessario. La risposta che scegli dovrebbe riflettere la frequenza con la quale la persona mostra il comportamento senza aiuto quando una situazione lo richiede.

LEGENDA

PUNTEGGIO	Il soggetto:
0 Non è in grado	è troppo giovane per mettere in atto il comportamento
	ha la condizione fisica che impedisce il comportamento
	ha necessità di tempi più lunghi
	non ha stimoli socio-ambientali adeguati
1 Mai o quasi mai quando è necessario	ha l'abilità per portare a termine il comportamento, e
	non lo fa mai o quasi mai
	non lo fa mai o quasi mai da solo senza che gli venga ricordato
2 Qualche volta quando è necessario	ha l'abilità per portare a termine il comportamento, e
	lo fa solo qualche volta
	qualche volta lo fa da solo, ma alcune volte è necessario ricordarglielo
3 Sempre o quasi sempre quando è necessario	ha l'abilità per portare a termine il comportamento, e
	mostra il comportamento sempre o quasi sempre senza doverglielo ricordare

GRIGLIA DI VALUTAZIONE

1	Adattabilità/Flessibilità	Il soggetto:
		1 si adatta a contesti mutevoli
		2 è aperto/a alle novità
		3 prova nuove attività per imparare qualcosa di nuovo

Osservazioni:

2	Problem solving	Il soggetto:
		1 identifica il problema/ostacolo principale
		2 individua le possibili migliori soluzioni ai problemi
		3 segue le indicazioni dell'operatore per svolgere i compiti e chiede aiuto se necessario
		Utilizza strategie per affrontare il compito (es. prende nota per non dimenticare le cose da fare, etc)

Osservazioni:

3	Gestione del tempo	Il soggetto:
		1 gestisce con efficienza il tempo a sua disposizione
		2 di solito è puntuale
		3 ritorna in tempo quando gli si chiede di rientrare ad un'ora precisa
		4 porta a termine la consegna nei limiti dei tempi richiesti
Osservazioni:		

4	Focalizzarsi sugli obiettivi	Il soggetto:
		1 si impegna con determinazione a conseguire gli obiettivi
		2 è capace di conseguire gli obiettivi assegnati anche se sono presenti distrazioni
		3 lavora in maniera autonoma e chiede aiuto solo se necessario
		Osservazioni:

5	Team building	Il soggetto:
		1 è disponibili a lavorare e collaborare con gli altri, in vista dello svolgimento del compito assegnato
		2 aspetta il proprio turno nello svolgimento delle attività
		3 invita gli altri a fare delle attività
		4 offre e chiede aiuto agli altri
		5 è disponibile a collaborare con persone con punti di vista anche diversi dal proprio e si si controlla quando non si fa a modo suo
		Osservazioni:

6	Gestione e soluzione dei conflitti	Il soggetto:
		1 controlla la rabbia quando un'altra persona infrange le regole di un gioco o di un'altra attività di svago
		2 controlla le proprie reazioni quando è in disaccordo con gli amici
		3 mostra comprensione per gli altri quando sono tristi o arrabbiati
		Osservazioni:

7	Gestione dello stress/coping	<p>Il soggetto:</p> <p>reagisce positivamente alla pressione "lavorativa" mantenendo il controllo, rimanendo focalizzato sulle priorità e non trasferisce su altri le proprie eventuali tensioni</p> <p>1</p> <p>2 avvisa da solo l'operatore o altri, se ha bisogno di un momento di pausa</p> <p>3 sospende un'attività, senza lamentarsi, quando riceve l'indicazione di smettere</p> <p>Osservazioni:</p>
----------	-------------------------------------	--

8	Comunicazione efficace	<p>Il soggetto:</p> <p>1 si confronta con gli interlocutori</p> <p>2 ascolta attentamente quando qualcuno gli parla per rispettare le consegne</p> <p>3 durante una conversazione, aspetta il proprio turno prima di esprimere il proprio parere</p> <p>4 prende la parola durante le conversazioni ed evita di intromettersi mentre gli altri parlano</p> <p>5 si cura in maniera adeguata al contesto (igiene, abbigliamento, trucco)</p> <p>Osservazioni:</p>
----------	-------------------------------	---

9	Autonomia nello svolgimento dei compiti	<p>Il soggetto:</p> <p>svolge i compiti assegnati senza il bisogno di una costante supervisione facendo ricorso alle proprie risorse</p> <p>1</p> <p>2 presta attenzione ad eventuali ostacoli/pericoli presenti nell'ambiente circostante</p> <p>3 prende tutti gli oggetti necessari prima di iniziare un'attività e li ripone, al termine, se necessario</p> <p>4 rispetta le regole di base della sicurezza</p> <p>5 si veste in maniera pertinente al contesto e all'attività da svolgere (es. costume da bagno, scarpe da montagna)</p> <p>Osservazioni:</p>
----------	--	---

10	Fiducia in se stessi	<p>Il soggetto:</p> <p>1 continua a lavorare su compiti difficili senza scoraggiarsi o smettere</p> <p>2 è disponibile ad autovalutarsi ed essere valutato</p> <p>3 mostra un atteggiamento positivo di fronte all'esperienza</p> <p>Osservazioni:</p>
-----------	-----------------------------	---

FORMULARIO DE EVALUACIÓN DE HABILIDADES BLANDAS EN PERSONAS CON DISCAPACIDAD

Nombre y apellido

Sexo:

 F

Condición de dificultad o discapacidad

 y No

Evaluación

Autoevaluación

Indica con qué frecuencia el individuo realiza un comportamiento correctamente, sin ayuda, cuando es necesario. La respuesta que elija debe reflejar la frecuencia con la que la persona muestra el comportamiento sin ayuda cuando la situación lo requiere.

LEYENDA

PUNTAJE	El tema:
0 el es incapaz	él es demasiado joven para involucrarse en el comportamiento
	tiene la condición física que impide el comportamiento
	necesita tiempos más largos
	no cuenta con estímulos socioambientales adecuados
1 Nunca o casi nunca cuando sea necesario	tiene la capacidad de realizar el comportamiento, e
	nunca o casi nunca lo hace
	nunca o casi nunca lo hace él mismo sin que se lo recuerden
	a veces lo hace él mismo, pero a veces necesita que se lo recuerden
2 A veces cuando es necesario	tiene la capacidad de realizar el comportamiento, e
	solo lo hace a veces
	a veces es autónomo, pero a veces no lo es
	a veces lo hace él mismo, pero a veces necesita que se lo recuerden
3 Siempre o casi siempre cuando sea necesario	tiene la capacidad de realizar el comportamiento, e
	muestra el comportamiento siempre o casi siempre sin tener que recordárselo

CUADRO DE EVALUACIÓN

1 Adaptabilidad/Flexibilidad	El tema:
	1 se adapta a contextos cambiantes
	2 está abierto a noticias
	3 probar nuevas actividades para aprender algo nuevo
	Observaciones:
2 Resolución de problemas	El tema:
	1 identifica el principal problema/obstáculo
	2 identifica las posibles mejores soluciones a los problemas
	3 sigue las instrucciones del operador para realizar las tareas y pide ayuda si es necesario
	Utilizar estrategias para abordar la tarea (por ejemplo, tomar notas para no olvidar las 4 cosas que hacer, etc.)
	Observaciones:

3	Gestión del tiempo	El tema:
		1 gestiona eficientemente el tiempo disponible para él
		2 suele llegar a tiempo
		3 regresa a tiempo cuando se le pide que regrese en un momento específico
		4 completa la entrega dentro de los plazos solicitados
		Observaciones:

4	Centrarse en los objetivos	El tema:
		1 se compromete con determinación a lograr los objetivos
		2 es capaz de lograr las metas asignadas incluso cuando hay distracciones presentes
		3 trabaja de forma independiente y pide ayuda solo si es necesario
		Observaciones:

5	Trabajo en equipo	El tema:
		está disponible para trabajar y colaborar con otros, con vistas a llevar a cabo la tarea asignada 1
		2 espera su turno para realizar las actividades
		3 invita a otros a hacer actividades
		4 ofrece y pide ayuda de otros
		está dispuesto a colaborar con personas con puntos de vista diferentes a los suyos y se controla a sí mismo cuando no se sale con la suya
		Observaciones:

6	Gestión y resolución de conflictos	El tema:
		1 controlar la ira cuando otra persona rompe las reglas de un juego u otra actividad de ocio
		2 monitorea sus propias reacciones cuando no está de acuerdo con sus amigos
		3 muestra comprensión por los demás cuando están tristes o enojados
		Observaciones:

7 Manejo/afrentamiento del estrés	El tema:
	1 reacciona positivamente a la presión del "trabajo" manteniendo el control, centrándose en las prioridades y no transfiriendo las tensiones a los demás
	2 solo advierte al operador o a otros si necesita un descanso
	3 suspende una actividad, sin quejarse, cuando se le indica que pare
Observaciones:	

8 Comunicación efectiva	El tema:
	1 confronta a los interlocutores
	2 escuchar atentamente cuando alguien le habla para respetar las entregas
	3 durante una conversación, espera tu turno antes de expresar tu opinión
	4 habla durante las conversaciones y evita entrometerse cuando otros hablan
	5 cuida de manera adecuada al contexto (higiene, vestimenta, maquillaje)
Observaciones:	

9 Autonomía en la realización de tareas	El tema:
	realiza las tareas asignadas sin necesidad de supervisión constante utilizando 1 recursos propios
	2 prestar atención a cualquier obstáculo/peligro presente en el entorno circundante
	toma todos los objetos necesarios antes de comenzar una actividad y los guarda, al final, si es necesario
	4 respeta las normas básicas de seguridad
	5 se viste de manera pertinente al contexto y a la actividad a realizar (por ejemplo, traje de baño, zapatos de montaña)
Observaciones:	

10 Confianza en uno mismo	El tema:
	1 continúa trabajando en tareas difíciles sin desanimarse ni darse por vencido
	2 está dispuesto a autoevaluarse y ser evaluado
	3 muestra una actitud positiva hacia la experiencia
Observaciones:	



Erasmus+ KA210

2022-1-IT01-KA210-VET-000083953

Fase 2

2. Elaborazione strumenti didattici e metodologie di valutazione

SOS - Sviluppo delle SOft Skills per persone con disabilità attraverso le risorse del territorio

Correlazione laboratori e Soft Skills (IT-ES)



Correlazione Laboratori Soft Skills Grafico 2

Laboratorio 1	Laboratorio 2	Laboratorio 3	Laboratorio 4	Laboratorio 5	Laboratorio 6	Laboratorio 7	Laboratorio 8	Laboratorio 9	Laboratorio 10
Vela	Attività ippiche	Tiro con l'arco	Sup	Parco Natura	Surf	Trekking	Role Play- Joint job Interview Simulation	Gymkhana in The Retiro Park	Make a guided visit and create your virtual tour
Comunicazione efficace	Adattabilità/ Flessibilità	Focalizzarsi sugli obiettivi	Fiducia in se stessi	Problem solving	Gestione dello stress/coping	Adattabilità/ Flessibilità	Adattabilità/ Flessibilità	Adattabilità/ Flessibilità	Adattabilità/ Flessibilità
Focalizzarsi sugli obiettivi	Comunicazione efficace	Autonomia nello svolgimento dei compiti	Autonomia nello svolgimento dei compiti	Gestione del tempo	Adattabilità/ Flessibilità	Autonomia nello svolgimento dei compiti	Problem solving	Problem solving	Problem solving
Team building	Fiducia in se stessi	Fiducia in se stessi	Problem solving	Gestione e soluzione dei conflitti	Fiducia in se stessi	Gestione dello stress/coping	Gestione del tempo	Gestione del tempo	Gestione del tempo
Gestione del tempo			Comunicazione efficace	Focalizzarsi sugli obiettivi	Focalizzarsi sugli obiettivi	Team building	Focalizzarsi sugli obiettivi	Focalizzarsi sugli obiettivi	Focalizzarsi sugli obiettivi
Gestione dello stress/coping				Team building	Comunicazione efficace		Team building	Team building	Team building
Fiducia in se stessi							Gestione e soluzione dei conflitti	Gestione e soluzione dei conflitti	Gestione e soluzione dei conflitti
							Gestione dello stress/coping	Gestione dello stress/coping	Gestione dello stress/coping
							Comunicazione efficace	Comunicazione efficace	Comunicazione efficace
							Autonomia nello svolgimento dei compiti	Autonomia nello svolgimento dei compiti	Autonomia nello svolgimento dei compiti
							Fiducia in se stessi	Fiducia in se stessi	Fiducia in se stessi



Erasmus+ KA210

2022-1-IT01-KA210-VET-000083953

Fase 2

2. Elaborazione strumenti didattici e metodologie di valutazione

SOS - Sviluppo delle SOft Skills per persone con disabilità attraverso le risorse del territorio

Modello attestazione acquisizione Soft Skills





**SOS - Sviluppo delle SOft Skills per persone con disabilità
attraverso le risorse del territorio**

Erasmus + – KA210

2022-1-IT01-KA210-VET-000083953

ATTESTAZIONE COMPETENZE ACQUISITE

il sig./ra _____

nato a _____ ***il*** _____

ha acquisito le seguenti competenze

NOTE SULLA VALUTAZIONE

0	Il soggetto non è in grado di mettere in atto la soft skill	valutare le cause e prevedere piano di miglioramento individuale che comprenda ausili e figure di supporto
0,1-0,99	Il soggetto ha difficoltà a mettere in atto la soft skill, senza supporto	valutare le caratteristiche individuali del soggetto e prevedere un piano personalizzato per promuovere un percorso di autonomia
1-1,99	Il soggetto è parzialmente autonomo nella messa in atto della soft skill	valutare le caratteristiche individuali del soggetto e prevedere un piano di miglioramento personalizzato per lo sviluppo completo dell'autonomia
2-3	Il soggetto mette in atto la soft skill in modo autonomo e pertinente al contesto	valutare le caratteristiche individuali del soggetto e prevedere un piano personalizzato per favorire apprendimento/accredimento continuo della propria soft skill (Long Life Learning)

Scala di valutazione relativo al livello di acquisizione delle soft skills

SOFT SKILLS IDENTIFICATE	ACQUISITE
1) ADATTABILITÀ/ FLESSIBILITÀ	
2) PROBLEM SOLVING	
3) GESTIONE DEL TEMPO	
4) FOCALIZZARSI SUGLI OBIETTIVI	
5) TEAM BUILDING	
6) GESTIONE E SOLUZIONE CONFLITTI	
7) GESTIONE STRESS/COPING	
8) COMUNICAZIONE EFFICACE	
9) AUTONOMIA NELLO SVOLGIMENTO DEI COMPITI	
10) FIDUCIA IN SE STESSI	

Inserire il livello di acquisizione delle Soft Skills

Il Direttore di Progetto
