



VSEBINE

I.O.3

OBLIKOVANE IZKUSTVENE VADBENE AKTIVNOSTI

Tema 7: Sodelovalna ekonomija na
področju mobilnosti

KAZALO	
PREDSTAVITEV	str. 3
URNIK	str. 5
NAČRTOVANJE DELAVNIC	str. 6
OBLIKOVANE IZKUSTVENE VADBENE AKTIVNOSTI VSEBINA 1. Predstavitev sodelovalne ekonomije: ekonomski, socialni in trajnostni vpliv	str. 7
VAJA »IZ OČI V OČI«: SMERNICE, TRAJANJE IN ORODJA	str. 7
SPLETNA VAJA: SMERNICE, TRAJANJE IN ORODJA	str. 10
MATERIALI (I.O.2)	str. 11

PREDSTAVITEV

Delo Oblikovane izkustvene vadbene aktivnosti (Designed Experiential Training Activities – DETA) je del projekta ERASMUS+ COL-SUMERS. Vsebina je rezultat aktivnosti v sklopu IO.1 (Vadbena metodologija) in razvita v okviru delovnega sklopa I.O.2 (Vadbeni materiali).

IO.3 Izkustvene vadbene aktivnosti so končni rezultat.

- O3-A1. Oblikovane izkustvene vadbene aktivnosti in materiali
- O3-A2. Izobraževanje predavateljev – izvajalcev delavnic
- O3-A3. Prevod pripravljenih »Izkustvenih vadbenih aktivnosti«

Glavni namen projekta je z inovativnim pristopom izobraževanja izboljšati kompetence (odnos, spretnosti, znanje) starejših oseb (≥ 60 let) o tem, kako izkoristiti prednosti, ki jih ponuja sodelovalna ekonomija.

Tečaj COL-SUMERS je zasnovan na naslednjih temeljih:

1. Trajanje tečaja je 30 ur:
 - 11 ur srečanja »Iz oči v oči« (Face to face),
 - 11 ur spletnih aktivnosti,
 - 8 ur namenjenih COL-SUMERS LAB.
2. Metodologija temelji na aktivnostih in sodelovanju, prilagojena je potrebam starejših oseb. Zajema:
 - srečanja »Iz oči v oči«,
 - spletne aktivnosti,
 - praktične in izkustvene aktivnosti, uporabljene v realnih scenarijih
 - praktičen pristop s primeri iz prakse, videi, strokovnimi seminarji in dodatnimi vsebinami.
3. E- vadbeno platformo smo razvili z namenom:
 - delitve pripravljenih delovnih materialov in virov,
 - virtualnega so-delovanja.

Smernice so pripravljene tako, da jih izvajalci tečaja uporabljajo fleksibilno – prilagojene naj bodo posebnostim in potrebam skupine, ki jo nagovarjajo.

Razlika med I.O2 (Vadbeni materiali) in I.O3 (Izkustvene vadbene aktivnosti – DETA)

I.O2	I.O3
Vadbeni materiali	Vadbena metodologija/aktivnosti
Vsebina	Struktura
Tekst	Predloga

Delovni sklop O3 predstavlja strukturo, predlogo in oblikovanje programa, delovni sklop O2 predstavlja posamezne konkretne vsebinske sklope.

Kako brati DETA

- Materiali DETA so namenjeni predavateljem, izvajalcem delavnic oz. srečanj. Materiali so v pomoč pri oblikovanju delavnic.
- Materiali DETA ponujajo smernice za implementacijo metodologije in olajšajo pripravo ter izvedbo delavnic.

Vadbeni materiali in materiali za predavatelje

Za lažjo izvedbo delavnic smo pripravili dve vrsti materialov:

- Vadbeni materiali – Materiali, namenjeni za uporabo na delavnicah. Te materiale pokažite ali jih razdelite udeležencem med srečanjem.
- Materiali za predavatelje – Pomagajo jim pri pripravi srečanj. Namenjeni so izključno za njihovo uporabo.

URNIK DETA 7

KORAK	VSEBINA	TRAJANJE
VAJA 1. »IZ OČI V OČI«		
1.1. Uvod	Predstavitev <ul style="list-style-type: none"> Cilji Vsebine Načrt 	20 minut
1.2. »Iz oči v oči«, 1. del	<ol style="list-style-type: none"> Koncept in vrste rešitev sodelovalne ekonomije za večjo mobilnost Osnove sodelovalne ekonomije (na področju mobilnosti) Videopredstavitev izkušnje s prevoz.org (na voljo v bazi) 	40 minut
1.3. »Iz oči v oči«, 2. del	<ol style="list-style-type: none"> Praktična vaja 1. predstavitev platforme prevoz.org Razprava o platformi Praktična vaja 2. Poiščite tudi druge rešitve za večjo mobilnost (najem kolesa, druge prevozne platforme ...) 	50 minut
1.4. Zaključek	Zaključki	10 minut
VAJA 2. SPLETNE AKTIVNOSTI		
Aktivnost 1. Izposodimo si kolo!	<ul style="list-style-type: none"> Poiščimo več informacij o tem, kaj potrebujemo, da si ustvarimo račun (dokumenti, naprave...). Ustvarjanje računa Aktivacija in prijava v račun Odjava 	60 minut
2.2. Ustvarjanje lastnega primera	<ul style="list-style-type: none"> Poiščimo platformo sodelovalne ekonomije na področju mobilnosti. Razlaga značilnosti in priložnosti za izboljšanje načina življenja, ki jih ponuja platforma. 	60 minut

NAČRTOVANJE TEČAJA

	IOO/SPLET	SODELUJOČI	TRAJANJE	TEDEN 1	TEDEN 2	TEDEN 3	TEDEN 4	TEDEN 5	TEDEN 6
1. Predstavitev sodelovalne ekonomije: družbeni in trajnostni vpliv	IOO	VSI	1 ura						
	SPLET	VSI	1 ura						
2. Vpliv sodelovalne ekonomije na trajnost (okolje, družba, gospodarstvo)	IOO	VSI	1 ura						
	SPLET	VSI	1 ura						
3. Samoocenitev lastnih kompetenc in pričakovanj glede sodelovalne ekonomije	IOO	VSI	2 uri						
4. Sodelovalna ekonomija na področju dobrega počutja (zdravje in čustva)	IOO	VSI	2 uri						
	SPLET	VSI	2 uri						
5. Sodelovalna ekonomija na področju energije in porabe vode	IOO	VSI	1 ura						
	SPLET	VSI	1 ura						
6. Sodelovalna ekonomija z namenom zmanjšanja količine odpadkov (tudi hrane), spodbujanja recikliranja in ponovne rabe	IOO	VSI	2 uri						
	SPLET		2 uri						
7. Sodelovalna ekonomija na področju mobilnosti	IOO	VSI	2 uri						
	SPLET	VSI	2 uri						
8. Sodelovalna ekonomija na področju delitve osnovnih dobrin (oblačila, gospodinjstvo ...)	IOO	VSI	2 uri						
	SPLET	VSI	2 uri						
9. COL-SUMERS LAB	IOO/SPLET	VSI	8 ur						

Korak	OBLIKOVANE IZKUSTVENE AKTIVNOSTI (DETA), TEMA 7: PREDSTAVITEV SODELOVALNE EKONOMIJE NA PODROČJU MOBILNOSTI
0	<p>- Predvideno trajanje je 4 ure, razdeljeno v 2 srečanja:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 2 uri »Iz oči v oči« (IOO), • 2 uri na spletu. <p>- Ne pozabite na listo prisotnosti.</p> <p>- Ne pozabite fotografirati ali posneti video med posameznimi aktivnostmi.</p> <p>- Premori (za kavo) niso vključeni v priporočljivo trajanje posameznih sklopov. Če jih boste vključili, naj trajajo približno 30 minut.</p>
0.1	<p>Cilji</p> <ul style="list-style-type: none"> • Izboljšanje kompetenc starejših pri sodelovanju pri storitvah sodelovalne ekonomije na področju mobilnosti: prevozi in druge rešitve, kot je izposoja koles. • Predstavitev priložnosti, ki jih ponujajo sodelovalne platforme. • Analiza in dostop do platform s praktičnimi aktivnostmi. <p>Udeleženci</p> <ul style="list-style-type: none"> • Starejši (≥ 60 let) <p>Vsebina: TEMA 7. Sodelovalna ekonomija na področju mobilnosti</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Koncept in tipi platform sodelovalne ekonomije na področju mobilnosti 2. Osnove mobilnosti in sodelovalne platforme 3. Videopredstavitev izkušnje s prevoz.org 4. Praktična vaja 1. Predstavitev in po korakih o platformi prevoz.org 5. Praktična vaja 2. Predstavitev in po korakih o drugi platformi, ki jo udeleženci poiščejo skupaj (npr. izposoja koles, blablacar.com)
1	»IZ OČI V OČI« – SMERNICE, TRAJANJE IN ORODJA
1.1	<p>Začetek</p> <p>- Predavatelj pozdravi udeležence in jim na kratko predstavi tečaj (cilji, vsebina, čas). Predstavi tudi projekt COL-SUMERS, da bi udeleženci razumeli kontekst tečaja.</p> <p>- Predavatelj predstavi koncept sodelovalne ekonomije, s poudarkom na rešitvah za večjo mobilnost.</p> <p>- Trajanje: 20 minut</p> <p>- Orodje: predstavitev (PPT)</p>
1.2.	<p>Vsebina</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Različne platforme na področju mobilnosti 2. Koncept deljenja prevoza: večja mobilnost, manjši ogljični odtis, prispevek k manjšemu onesnaževanju okolja, manj avtomobilov na cestah in manj mirujočega prometa v mestih, manjši stroški

	<p>Predavatelj predstavi platforme sodelovalne ekonomije na področju mobilnosti.</p> <p>Začetek s predstavitvijo:</p> <ul style="list-style-type: none"> platform za deljenje prevozov, platform za deljenje avtomobila, platform za deljenje kolesa. <p>Predavatelj razloži delovanje platform, poskuša jih umestiti v sodelovalno ekonomijo in na kratko omeni tudi druge platforme, npr. za deljenje oblačil ali zelenjave (15 minut).</p> <p>Težave, ki jih imajo starejši zaradi manjše mobilnosti. Razprava med udeleženci. (10 minut)</p> <p>Predavatelj predstavi video o izkušnji s prevoz.org in pogovor o videu. (15 minut)</p> <p>Razprava med udeleženci: prednosti in pomanjkljivosti takšnih platform. Ali imajo udeleženci pomisleke, bi uporabili tak način prevoza, v kakšnem primeru? Jih v zvezi s takšnimi rešitvami kaj skrbi?</p> <p>3. Videopredstavitve: izkušnja iz resničnega življenja</p> <p>Na voljo je v bazi COL-SUMERS LAB.</p> <p>Zaključek (10 minut). Udeleženci se razdelijo v skupine.</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Kakšne koristi in težave lahko prinašajo takšne platforme? ➤ Menite, da lahko takšne platforme izboljšajo vaše življenje? ➤ Menite, da takšne platforme prinašajo koristi za okolje? Katere? <p>Vsaka skupina razpravlja v tej tematiki in se dogovori za zaključke, ki jih predstavi eden izmed udeležencev v skupini. Zaključke lahko zapišemo na tablo.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Čas: 10 minut - Orodja: predstavitev (PPT), video, tabla, papir in pisala za udeležence - Vključite čas za vprašanja in razpravo.
1.3.	<p>Vsebina</p> <p>4. Praktični primer 1. Predstavitve in po korakih o platformi prevoz.org. ali</p> <p>5. Praktični primer 2. Predstavitve in po korakih o drugi platformi, ki jo udeleženci poiščejo skupaj (npr. izposoja koles, blablacar.com). Predavatelj prilagodi izbor platforme glede na lokalne značilnosti oz. značilnosti skupine.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Predavatelj začne praktično vajo s predstavitvijo mobilnosti, lahko z obiskom spletne strani (npr. prevoz.org) ali z deljenjem izkušnje (15 minut). <p>Spletne strani, članki:</p> <ul style="list-style-type: none"> • https://www.facebook.com/zgodbesprevozov.org/ • https://siol.net/trendi/potovanja/namesto-na-avtobus-skocite-v-avto-z-neznancem-291112 • https://youtu.be/NNSulayVD9M

	<p>Praktični primer 1 ali 2 (35 minut): predstavitev platforme prevoz.org (ali druge platforme za večjo mobilnost), če so udeleženci pripravljeni, lahko namesto namizne različice na računalniku predstavimo mobilno na pametnem telefonu ali tablici.</p> <p>Pristop »po korakih« je namenjen spoznavanju udeležencev s platformo.</p> <p>Korak 1: Naložimo aplikacijo (kako)</p> <p>Korak 2: Prijava</p> <p>Korak 3: Poiščimo prevoz v izbran kraj na izbran datum</p> <p>Korak 4: Ponudimo transport v izbran kraj v določenem terminu</p> <ul style="list-style-type: none"> • Alternativa. Delo v skupini pod vodstvom predavatelja. - Pokažite tudi druge primere, kako se lahko starejši vključijo v platforme delitvene ekonomije. - Trajanje: 50 minut - Orodja: predstavitev (PPT), spletne povezave do člankov in platform - Vključite čas za razpravo in vprašanja.
1.4	<p>Zaključek</p> <ul style="list-style-type: none"> • Predavatelj poskuša odgovoriti na vsa vprašanja in odpraviti dvome. • Predavatelj pove več o delovanju platform. • Predavatelj napove vsebino naslednjega srečanja. • Predavatelj zaprosi udeležence za povratno informacijo in oceno tečaja. • Predavatelj povabi udeležence na naslednje (»Iz oči v oči«) srečanje. <p>- Trajanje: 10 minut</p> <p>- Orodja: predstavitev (PPT), e-vadbena platforma, prostor z dostopom do računalnikov</p> <p>- Vključite čas za razpravo in vprašanja.</p>

2	SPLETNA VAJA – SMERNICE, TRAJANJE IN ORODJA
2.0	<p>Predavatelj je že naložil vajo na spletno platformo.</p> <p>Delo</p> <p>Udeleženci morajo prebrati (če želijo, lahko tudi naložijo) vaje in predstavitve za temo sodelovalna ekonomija na področju mobilnosti.</p>
2.1.	<p>Aktivnost 1. Izposodimo si kolo</p> <p>V večini večjih mest po Sloveniji obstaja možnost najema kolesa. Najprej predstavimo delovanje takšne platforme. Udeleženci bodo:</p> <ul style="list-style-type: none"> • poiskali, katere informacije in dokumente potrebujejo, da si lahko ustvarijo račun, • ustvarili svoj račun, • prijavi/aktivirali račun, • naredili odjavo iz računa. <p>Trajanje: 60 minut</p>
2.2	<p>Aktivnost 2. Ustvarimo svoj primer</p> <p>Udeleženci izdelajo lastno vajo (predavatelj vnaprej določi usmeritev in pričakovane rezultate) na sodelovalni platformi, ki je bistvena v njihovem kraju oz. za skupino udeležencev. Poudarek je na glavnih značilnostih izbrane platforme in možnostih za izboljšanje načina življenja, ki ga sodelovanje v tej platformi lahko prinaša.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Predavatelj predlaga oz. pomaga udeležencem izbrati platformo. • Vaja lahko poteka v učilnici z računalniki. • Udeleženci lahko delajo samostojno ali v skupini. • Rezultate naložimo na e-vadbeno platformo, do katere lahko dostopajo vsi udeleženci. • O temi lahko razpravljamo na forumu. • Trajanje: 60 minut

MATERIALI ZA VAJE (I.O.2)

SREČANJE	MATERIALI
»IZ OČI V OČI«	
1.1. Začetek	Predstavitev tečaja (PPT) Vsebina: <ul style="list-style-type: none"> • projekt COL-SUMERS, • cilji, • vsebina, • čas.
1.2. »Iz oči v oči«, 1. del	Materiali za vajo (PPT, video) Vsebina <ol style="list-style-type: none"> 1. Koncepti in tipi platform sodelovalne ekonomije na področju mobilnosti 2. Osnove platform 3. Videopredstavitev: izkušnja iz resničnega življenja
1.3. »Iz oči v oči«, 2. del	Materiali za vajo (PPT, spletne strani, članki) Vsebina <ol style="list-style-type: none"> 4. Vaja 1. Predstavitev in po korakih o platformi prevoz.org ali 5. Vaja 2. Predstavitev in po korakih o drugi platformi sodelovalne ekonomije (prilagojeno lokalnim posebnostim/ posebnostim skupine)
1.4. Zaključek	Predstavitev (PPT) Vsebina <ul style="list-style-type: none"> • kako deluje e-platforma, • predstavitev spletne vaje.
SPLETNA VAJA	
2.1. Izposodimo si kolo	Predstavitev (PPT) Vsebina: <ul style="list-style-type: none"> • e-vadbena platforma za vsebino 7: mobilnost.
2.2. Izdelajmo svoj primer	Word dokument Vzorec/vprašalnik za poročanje o izbrani platformi, njenih značilnostih in priložnostih, ki jih prinaša za izboljšanje kakovosti življenja udeležencev tečaja.