

ФАЗА 1

Обучаващият започва упражнението, като задава на групата следните въпроси : « *Важно ли е да имаме добра хигиена ?, Какво се има предвид обикновено, когато се говори за добра хигиена?* ». Той оставя младежите да се изкажат спонтанно по този въпрос и ако те говорят само за телесната на хигиена, той подхваща темата с въпросите : « *За едно и също нещо ли става въпрос, когато се говори за хигиена на живота и хигиена на тялото ?* ».

ФАЗА 2:

След като младежите са направили разлика между хигиена на живота и телесна хигиена, те се разделят на четири групи (с еднакъв брой участници) :

- Първите две групи трябва да изброят правилата за добра хигиена на тялото.
- Другите две групи трябва да открият основните принципи за добра хигиена на живота.

ФАЗА 3:

Двете групи, работещи по същата тема се събират, за да сравнят списъците си и да изготвят, въз основа на тях, общ списък (на големи листи).

ФАЗА 4:

Двата общи списъка са окачени на стената. Обучаващият ги чете на глас, за да може всеки (накратко) да се запознае със списъка, по който не е работил. След това той подканва младежите да кажат дали има забравени елементи. Ако има, им помага да ги открият.

ФАЗА 5:

Най-напред обучаващият отбелязва, че много хора забравят да спазват определен брой правила. След това той подканва младежите да отбележат, без другите да виждат, правилата, които те самите не спазват. А после им предлага да изберат по две или три правила, които ще се опитат да спазват през следващия месец.

Продължителност	Необходими материали
Фаза 1: 20 мин.	* Картон
Фаза 2: 20 мин.	* Хартия
Фаза 3: 10 мин.	* Молив
Фази 4 и 5: 40 мин.	

ПРОДЪЛЖЕНИЕ НА УПРАЖНЕНИЕТО

Обучаващият ще проведе личен разговор, за да засегне въпроса за постигането на целите, които младежът си е поставил в областта на хигиената. Така той ще може по-лесно да засегне въпроса за пропуските в хигиената с младежите, които имат значителен проблем в тази област.

Коментари:

F При фаза 4, желателно е обучаващият да чете на глас, за да не направи упражнението прекалено скучно за младежите от групата, които имат затруднение с четенето .

F В края на фаза 5, обучаващият прави уточнение за младежите, че ще обсъди с тях, поотделно, в индивидуален разговор, дали са успели да спазят или не правилата, които са си избрали да спазват и защо.

В тази област не може да има незабавно или краткосрочно оценяване. Все пак, когато различните обучаващи забележат значителни промени в тази област, те ще оценят напредъка и даже ще могат да предложат на съответния младеж, когато промяната изглежда трайна, да променят в положителна посока мястото му в таблицата на компетенциите, попълнена в началото на обучението. (ако се възприеме попълване на такава таблица).

ФАЗА 1:

Обучаващият предизвиква разсъждения в групата чрез мозъчна атака (Brainstorming) по темата : « **защо всички младежи не се обличат по един и същ начин?** ».

Участниците предлагат, подред, отговори, които обучаващият записва на дъската, докато идеите се изчерпят.

ФАЗА 2:

След това обучаващият предлага на участниците да се опитат да определят три категории облекла, според тези отговори :

1 – основно задължително облекло :

(сезони, климат, предпазно професионално облекло,...)

2 – облекло по личен избор:

(вкусове, мода, бюджет за облекло, себеизразяване,...)

3 – условно облекло.

(обичаи на страната, професионален статут, влияние на модата, определени събития,...)

Всеки младеж попълва самостоятелно таблицата (приложена на следващата страница), която обучаващият му дава. През това време обучаващият начертава празната таблица на дъската.

ФАЗА 3:

Обучаващият сформира 3 подгрупи (по 1 за категория дрехи).

Всяка подгрупа трябва да избере цялостно облекло за своята категория. Групата споделя работата си с останалите участници, които могат да направят критични бележки.

В края на дискусиите, обучаващият отбелязва резултатите на дъската и всеки младеж ги пренася на листа си.

ФАЗА 4: (по избор)

Всеки младеж отбелязва писмено това, което смята за необходимо да промени в облеклото, избрано от него за посещение на стаж.

Продължителност**Необходими материали**

Продължителност на упражнението- около 1ч 45 мин.

• Фаза 1: 30 мин.

* Листи, дъска

• Фаза 2: 15 мин. най-малко

• Фаза 3: 10 мин.

Коментари :

F Чрез фази 1 и 2, обучаващият трябва да стимулира учениците да намерят максимален брой различни отговори.

F Възможно оценяване : в продължение на стажа, да се поиска мнението на обучаващия за облеклото на младежа .

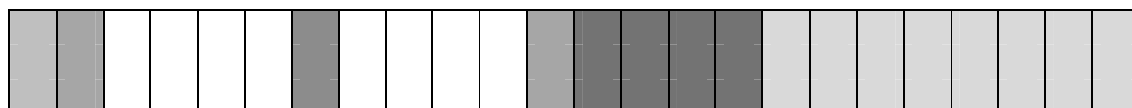
F Да се предизвика разговор за подходящото облекло при всеки конкретен случай и особено при търсене на работа и да се поиска от всеки да направи писмена самооценка.

КАТЕГОРИЯ НА ОБЛЕКЛОТО	ПРИМЕРИ	СЪОТВЕТСТВАЩО ОБЛЕКЛО
НЕОБХОДИМО ОБЛЕКЛО		
ОБЛЕКЛО ПО ЛИЧЕН ИЗБОР		
УСЛОВНО ОБЛЕКЛО В ОБЩЕСТВОТО		

Това упражнение се отнася най-вече за ученици, които се затрудняват да се ориентират във времето и поради това не успяват да планират дейностите си.

ФАЗА 1:

- Обучаващият кара всеки участник да нарисова правоъгълник с размери 24 см на 3 см (24 см = 24 ч).



- След това всеки от тях оцветява :

- часовете си в стажа с един цвят;
- времето си за храна и почивка с друг цвят;
- времето си за пътуване с трети цвят.

• Въз основа на тази таблица, преподавателят подканва участниците да помислят върху начина, по който ще организират времето си през периода на стажа за обучение.

(пример : - наистина ли е необходимо да вземат 4 пъти автобуса ?

- в колко часа трябва да излязат от дома си, за да са навреме ?).

ФАЗА 2:

• След няколко дни, обучаващият преценява положението с участниците в стажа. Той иска от тях да определят разликите между това, което са си представяли и това, което наистина се е случило, да направят списък на непредвидените елементи, които не са били взети под внимание.

• Тогава учениците трябва да съобразят планирането на времето си с реалната ситуация, в която се намират по време на стажа си.

ОЦЕНЯВАНЕ:

Самооценяване на стажанта и оценяване от ръководителя в края на стажа по отношение на точността.

Продължителност**Необходими материали**

- Фаза 1: 1 час
- Фаза 2: 1 час

- Кариран лист
- Линийка за измерване
- Цветни моливи