



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

AGE WISE



Project No. 2020-1-H101-K1204-078068

PACOTE DE FORMAÇÃO

MANUAL DIDÁTICO
para ambientes de
aprendizagem intergeracional (IGL)

PACOTE DE APRENDIZAGEM
para um “curso de formação de
competências” para seniores

bit *schulungcenter*
member of bit group

**FUTURE
BALLOONS**
we take you higher!

EduVita

vhs
Volkshochschule
im Landkreis Cham e.V.

autokreacja

1.	Introdução.....	4
2.	GUIA DIDÁTICO para cenários Intergeracionais	5
	2.1. Instituições de Educação de Adultos que fornecem cenários IGL.....	6
	2.1.1. Unindo gerações.....	6
	2.1.2. Condições de enquadramento	7
	2.1.3. Contextos de aprendizagem e espaços de aprendizagem.....	8
	2.1.4. Tópicos interessantes e objetivos de aprendizagem.....	10
	2.2. Dirigir-se aos públicos-alvo.....	13
	2.2.1. A heterogeneidade etária como fator de motivação	13
	2.2.2. Instrumentos de marketing.....	14
	2.2.3. Atrair os seniores como professores.....	15
	2.2.4. Atrair os jovens como alunos.....	17
	2.3. Seniores como professores em ambientes de IGL.....	19
	2.3.1. Ideias e Boas Práticas na Europa	19
	2.3.2. Verificação de Competência e Motivação para seniores	19
	2.3.3. Melhorar as Competências do Formador	19
3.	OBJETIVOS DO CURSO DE FORMAÇÃO DE COMPETÊNCIAS.....	20
	3.1. Módulo 1: Heterogeneidade etária	20
	3.1.1. Fase de Aprendizagem 1: Aprendizagem Intergeracional	20
	3.1.2. Fase de aprendizagem 2: Utilização positiva da heterogeneidade etária nos processos de ensino-aprendizagem	20
	3.1.3. Fase de aprendizagem 3: Reconhecer as diferenças, procurar semelhanças	20
	3.1.4. Fase de aprendizagem 4: Aprender uns com os outros.....	21
	3.2. Módulo 2: Descobrir o seu potencial de ensino / Criar o seu percurso de aprendizagem 21	
	3.2.1. Fase de aprendizagem 1: Seniores como professores.....	21
	3.2.2. Fase de aprendizagem 2: Descobrir o seu potencial	21
	3.2.3. Fase de aprendizagem 3: Criar o seu percurso de aprendizagem	21
	3.3. Módulo 3: Teoria de Aprendizagem.....	22
	3.3.1. Fase de aprendizagem 1: Aprender a aprender.....	22
	3.3.2. Fase de aprendizagem 2: Estilos de aprendizagem Visual, Auditiva e Cinestésica	22
	3.3.3. Fase de aprendizagem 3: O ciclo de aprendizagem de Kolb e os estilos de aprendizagem Honey-Mumford.....	23
	3.4. Módulo 4: Fundamentos de metodologia e didática.....	23
	3.4.1. Fase de aprendizagem 1: A arte de ensinar e os seus métodos	23
	3.4.2. Fase de Aprendizagem 2: Como conceber as suas aulas de uma forma intergeracional	23
	3.4.3. Fase de aprendizagem 3: O seu estilo pessoal de ensino.....	23
	3.5. Módulo 5: Preparação do workshop	24
	3.5.1. Fase de aprendizagem 1: O Ambiente de Aprendizagem.....	24
	3.5.2. Fase de aprendizagem 2: Objetivos de ensino	24
	3.5.3. Fase de Aprendizagem 3: Documentação de formação.....	24
	3.6. Módulo 6: Caixa de Ferramentas do Formador	25
	3.6.1. Fase de aprendizagem 1: Prevenção de conflitos e transformação	25
	3.6.2. Fase de aprendizagem 2: Aprendizagem experiencial e participativa	25
	3.6.3. Fase de Aprendizagem 3: Ferramentas úteis no processo de ensino	25
	3.6.4. Fase de aprendizagem 4: Tecnologia.....	26
	3.6.5. Fase de Aprendizagem 5: Avaliação do processo ensino-aprendizagem.....	26
4.	CURRÍCULO: Conceito de Design de um curso, para um ambiente de Aprendizagem Misto	27

4.1.	Introdução	27
4.1.1.	Objetivos.....	27
4.1.2.	Grupos-alvo	27
4.1.3.	Duração	27
4.1.4.	Aprendizagem Mista.....	27
4.1.5.	Estrutura do Curso de Aprendizagem Mista AGE:WISE (3 dias)	28
4.1.6.	Métodos 29	
4.1.7.	Configurações	29
4.2.	Curso Dia 1 – Formação em sala de aula.....	30
4.2.1.	Objetivos.....	30
4.2.2.	Visão geral.....	30
4.2.3.	Resultados da aprendizagem.....	30
4.2.4.	Programa	31
4.3.	Curso Dia 2 – Formação online.....	37
4.3.1.	Objetivos.....	37
4.3.2.	Visão geral.....	37
4.3.1.	Resultados da aprendizagem.....	37
4.3.2.	Programa	38
4.4.	Curso Dia 3 – Formação em sala de aula.....	47
4.4.1.	Objetivos.....	47
4.4.2.	Visão geral.....	47
4.4.3.	Resultados da aprendizagem.....	47
4.4.4.	Programa	48
4.5.	Curso Dia 4 (Opcional) – Formação em sala de aula.....	52
4.5.1.	Objetivos.....	52
4.5.2.	Visão geral.....	52
4.5.3.	Resultados de aprendizagem.....	52
4.5.4.	Programa	52
5.	CERTIFICADO.....	53
6.	Conclusão	55
7.	Anexos.....	56
	Bingo Humano.....	56
	As minhas capacidades, o meu potencial.....	57
	Plano de curso.....	57



O “AGE:WISE – Across Generations at Eye Level” do [AGE:WISE project](#) é partilhado no âmbito da [Attribution-Share Alike 4.0 International \(CC BY 4.0\)](#)

1. Introdução

Os processos de aprendizagem entre as gerações oferecem oportunidades para a inclusão social dos seniores e a redução do fosso entre jovens e seniores, que se está a tornar cada vez maior na sociedade atual. Os seniores que completaram a sua vida profissional correm um certo risco a que os psicólogos chamam de "aborrecimento": o sentimento de já não serem necessários, que de repente, pode assumir e influenciar negativamente as suas ações e pensamentos.

Neste sentido, existe uma necessidade de ação a nível europeu. Estes aspetos inspiraram o consórcio **AGE:WISE** a desenvolver um projeto dirigido aos seniores, no sentido de os capacitar a participar em cenários de aprendizagem intergeracional (IGL) - como professores. **O projeto AGE:WISE (Across Generations at Eye Level: Ways to Integrate Seniors by Education)** foi cofinanciado com o apoio da Comissão Europeia através do Programa Erasmus+. O consórcio inclui instituições educativas e tecnológicas da Áustria, Polónia, Itália, Alemanha e Portugal.

O principal objetivo do **AGE:WISE** é equipar os seniores com competências a dois níveis:

1. Reconhecer as suas competências e valiosos conhecimentos pessoais e assim restaurar a sua autoconfiança fora da vida profissional - por essa razão uma **plataforma web com uma ferramenta de autorreflexão para seniores**, bem como **vídeos de histórias de sucesso** estão disponíveis em <https://www.agewise.eu/outputs/>
2. Adquirir competências de formação que lhes permitam assumir o papel de professor e transmitir os seus valiosos conhecimentos aos jovens - com base nesta **diretriz didática e neste currículo**. Os recursos de aprendizagem estão disponíveis em <https://europe-projects.client.miles-learning.com/group/2500/?wt=a5a68a83-928d-48fb-a1fe-fd0ea043d38d>

Os prestadores de educação de adultos e os seus professores irão formar os seniores e, numa fase posterior, fornecer cenários IGL para implementar atividades de aprendizagem com professores seniores e alunos mais jovens.

Por este motivo, os **prestadores de educação de adultos e os seus professores são os principais grupos-alvo deste pacote de formação**, incluindo orientação didática e currículo.

2. GUIA DIDÁTICO para cenários Intergeracionais

Para construir estruturas sólidas para estes processos, AGE:WISE dirige-se a formadores adultos e instituições de ensino onde as contextos IGL podem ser implementadas. Eles atuam como multiplicadores dos resultados e visão do projeto **AGE:WISE** e oferecem orientação para os seniores que querem ensinar os jovens.

O consórcio do projeto **AGE:WISE** realizou uma análise das necessidades com o questionário "Como apoiar e implementar a Aprendizagem Intergeracional em instituições de educação de adultos" em vários países europeus, incluindo mesmo países fora do consórcio parceiro (Bulgária, Grécia, França). No total, houve 22 respostas detalhadas e assim os parceiros do projeto recolheram uma série de ideias de profissionais do setor da educação de adultos sobre como planear e implementar com sucesso os cenários IGL. O parceiro alemão do projeto realizou ainda um workshop sobre este tema envolvendo pessoal educativo e administrativo no domínio da educação de adultos.

O leque de ideias recolhidas por meio de inquérito e workshop foi esmagador. A coleção incluiu ideias para tópicos educacionais interessantes, bem como ideias para atividades promocionais. Para que tanto o utilizador como a sua organização possam beneficiar mais, estas ideias são apresentadas, na sua maioria, num formato tipo "por pontos" - contudo, tendo sido editadas, concentradas e agrupadas pelos parceiros do projeto **AGE:WISE**.

2.1. Instituições de Educação de Adultos que fornecem cenários IGL

2.1.1. Unindo gerações

O que podem as instituições de educação de adultos fazer para reunir - na educação e na sociedade - duas gerações, mais jovens e mais velhas, muitas vezes fortemente separadas na vida quotidiana?

Ideias estratégicas

- implementar a diversidade etária na visão/estratégia de missão da instituição.
- iniciar um conselho consultivo para a instituição com membros de todas as gerações.
- cooperar regularmente com outras organizações (por exemplo, organizações de jovens, clubes de idosos, igrejas, lares para idosos, etc.).
- oferecer um local onde pessoas de todas as gerações se possam encontrar informalmente (por exemplo, café).
- criar uma cultura de inclusão na instituição: cursos inclusivos, materiais inclusivos, promoção com diferentes meios e canais adequados aos diferentes grupos-alvo.

Ideias Operacionais

Recursos Humanos

- contratar colaboradores de todas as gerações.
- formar os formadores para terem competências para trabalhar com sucesso com alunos mais velhos e mais jovens, mas também com grupos misturados por idades.

Programa Educativo

- planear a oferta de cursos para todas as idades.
- oferecer eventos regulares (semanais / mensais) com diferentes gerações.
- aprender mais uns sobre os outros com uma variedade de atividades divertidas e emocionantes de baixo nível, por exemplo, cozinhar, assar, artesanato, trabalho criativo, ver filmes, ler histórias, brincar juntos, fotografia; tecnologias.
- atividades relacionadas com o tema (por exemplo, troca de conhecimentos e perspetivas, diferenças entre gerações, jovens perguntam aos mais velhos - programas de testemunhos contemporâneos).
- oferecer cursos durante as férias sazonais quando os jovens têm mais tempo.
- oferecer diversidade na educação e formação, realçar os benefícios e o valor acrescentado da diversidade etária (por exemplo, perspetivas variadas, melhor resolução de problemas).
- oferecer programas de valor ético (por exemplo, tolerância).
- oferecer atividades de trabalho em pares entre gerações com reuniões regulares presenciais (por exemplo, voluntários seniores e crianças).
- integrar o princípio intergeracional num programa de formação para formadores seniores, para aprender a transferir conhecimentos.

- desenvolver projetos intergeracionais.
- utilizar a perícia dos mais velhos para melhorar as competências das gerações mais jovens.
- manter os conhecimentos tradicionais, transmitindo-os aos jovens.

Marketing

- promover ativamente ofertas de cursos e eventos para todas as idades.
- criar "plataformas" de intercâmbio - reunindo os diferentes grupos etários.

2.1.2. Condições de enquadramento

Que condições de enquadramento positivas pode proporcionar a educação de adultos às contextos IGL?

Ideias estratégicas

- ser um lugar de aprendizagem para todas as gerações e promover esta mensagem.
- partilhar histórias de sucesso de atividades de aprendizagem intergeracional.
- encontrar opções de financiamento adequadas.
- cooperar com outras organizações: por exemplo, escolas (informar os pais sobre as ofertas).

Ideias operacionais

Recursos Humanos

- utilização de equipas de professores/formadores de idades mistas numa organização de educação de adultos, tutoria e *job shadowing* (um tipo de formação no trabalho que permite a um empregado interessado seguir e observar de perto outro empregado que desempenhe a função. Este tipo de aprendizagem é normalmente utilizado para integrar novos empregados numa organização ou numa nova função).
- ser uma boa prática: ter mão-de-obra composta por diferentes idades e promovê-la.
- fornecer orientação e apoio a formadores e alunos (por exemplo, em caso de conflitos, aspetos sociais).
- formar permanentemente os formadores para ministrar cursos de uma forma inclusiva (por exemplo, respeitando questões de idade, preparando materiais e formatos, usando a linguagem).

Programa educativo

- envolver ambos os grupos etários em atividades de preparação.
- oferecem cursos atrativos para todas as idades.

- oferecer cursos semelhantes à antiga vida familiar com diferentes gerações (por exemplo, fazer biscoitos para o Natal).
- implementar atividades que visam o desenvolvimento de relações entre gerações e oferecer benefícios mútuos.
- convidar seniores para atividades com crianças / escolas.
- oferecer suporte aos trabalhos de casa, de seniores para crianças em idade escolar.
- oferecer cursos aos fins de semana, no final da tarde, como um programa de férias, quando todas as gerações estão disponíveis.
- proporcionar um processo suave com atividades bem planeadas e facilitadas.

Marketing

- promover grupos etários mistos e visualizar os benefícios mútuos.

2.1.3. Contextos de aprendizagem e espaços de aprendizagem

Quais são os contextos e espaços de aprendizagem adequados para a aprendizagem intergeracional (IGL)?

Contextos de aprendizagem

- não há limitações na aprendizagem com contextos IGL - ter uma mente aberta a soluções criativas e inovadoras.
- fixar regras em função da abertura intercultural e intergeracional.
- configurações através de todos os sentidos: ouvir, ver, cheirar, provar, sentir.
- contextos com opção de troca, por exemplo, trabalho em grupo, conversa em pares, projetos.
- desenvolver cursos / exercícios que promovam a cooperação intergeracional.
- planejar tempo suficiente (para intercâmbio mútuo).
- pequenos grupos com foco no "o que temos em comum" em vez de "quais são as diferenças", sem qualquer pressão - a aprendizagem intergeracional deve ser encorajada, mas não imposta ou forçada.
- promover a apreciação mútua - para a geração mais velha é importante perceber que a sua experiência / competências são valiosas.
- permitir a aprendizagem em conjunto (por exemplo, discussão).
- ambiente de aprendizagem que apoie "estar em pé de igualdade uns com os outros".
- promover a aprendizagem "uns com os outros", "juntos", "uns sobre os outros".
- construir pares (sénior/jovem) para criar confiança como "tandems de aprendizagem" (Quando aprendem uma língua em conjunto, duas pessoas com línguas maternas diferentes trabalham juntas para aprenderem uma com a outra". Há dois princípios importantes na aprendizagem em tandem, "reciprocidade" e "autonomia do aprendiz". Reciprocidade é uma relação em que dois parceiros se ajudam mutuamente para

progredir na sua capacidade e habilidade de aprendizagem, e para alcançar um objetivo individual. A autonomia do aprendiz é a capacidade de assumir o controlo da sua própria aprendizagem. Cada um dos parceiros tandem decide o que quer aprender, como e quando, e que tipo de ajuda gostaria de receber do seu parceiro.).

- criar relações estáveis baseadas na diversão e no humor.
- ter em consideração as necessidades de ambas as gerações, de forma a atrair as duas.
- integrar necessidades e pontos fortes de diferentes faixas etárias na conceção do curso: O que querem aprender uns com os outros? Que tipo de conhecimentos querem partilhar com outras gerações?
- os métodos didáticos precisam de se adequar às necessidades de todos os participantes.
- criar materiais de aprendizagem acessíveis a todos (fontes, cores, contrastes).
"fora da caixa" - materiais de aprendizagem não habituais a serem utilizados.
- fornecer dispositivos que apoiam os mais velhos no processo de aprendizagem.
- a didática básica é suficiente para professores seniores - é mais importante que eles gostem do que explicam.
- acessível e fácil de compreender, sem barreiras tecnológicas ou infraestruturais (talvez mais ajuda e tutorial, bem como supervisão/apoio necessário).
- avaliar contextos e ambientes de aprendizagem - pedir feedback aos grupos-alvo.

Espaços de aprendizagem

- proporcionar acessibilidade a todos - em particular, a inclusão de seniores.
- oferecer atividades IGL em lares de idosos ou centros juvenis.
- excursões.
- eventos culturais.
- atividades ao ar livre.
- desporto / ioga.
- workshops/oficinas (por exemplo, trabalhar com madeira, criatividade, cozinha).
- ambientes não formais (cozinha em vez de sala de aula).
- promover a interação intergeracional com atividades de lazer.
- utilizar um ambiente, com o qual, pelo menos um grupo etário, esteja familiarizado (por exemplo, a escola primária).
- proporcionar cenários de aprendizagem pública: aprendizagem na natureza, aprendizagem no parque infantil, aprendizagem na biblioteca.
- equipamento também apropriado para pessoas mais velhas, bons sistemas de iluminação, projeções técnicas com elevado nível de zoom, microfones.

- ambiente familiar e acolhedor no qual os seniores e os jovens possam sentir-se confortáveis e seguros.
- a utilização de mesas redondas que permitem o diálogo, a inclusão e o intercâmbio de aprendizagem.
- a utilização de *tablets*, uma vez que estes permitem às pessoas mais velhas entrar mais facilmente no mundo da tecnologia.
- a utilização de um projetor de vídeo, ligação à Internet, computador para mostrar vídeos e imagens.

2.1.4. Tópicos interessantes e objetivos de aprendizagem

Que tipo de tópicos e respetivos objetivos de aprendizagem poderiam ter esses cursos IGL, em particular, aqueles com seniores a ensinar pessoas mais jovens?

Objetivos de aprendizagem

- criar uma oferta de curso que se dirija diretamente à geração mais jovem e ter a certeza de realçar o valor acrescentado da mesma, por exemplo, alterações climáticas regionais (comparação passado - presente), factos históricos através de narração pessoal.
- concentrar-se em tópicos interessantes que também estão na moda para os jovens, por exemplo, sustentabilidade, receitas vegetarianas, etc.
- personalidades e tópicos interessantes.
- encontrar temas em conjunto com a geração jovem (por exemplo, quando ajuda com os trabalhos de casa).
- o respeito de ambos os lados é vital e também a oportunidade de se conhecerem no início - que os mais velhos contam sobre a sua vida, sobre as suas experiências.
- orientação prática da experiência de aprendizagem: por exemplo, comparar diferentes abordagens de hoje com as de antigamente (por exemplo, agricultura...): pessoas com a mesma profissão encontram-se para partilhar a sua experiência de hoje e do passado e comparar o desenvolvimento no mesmo campo.
- concentrar-se nos aspetos práticos da transferência de conhecimentos; mostrar o valor acrescentado da aprendizagem de alguém com grande experiência; encontrar temas de interesse comum.
- não se concentrar em aprender "com os mais velhos", mas em "aprenderem juntos".

Tópicos interessantes

Experiências de vida profissional

- planeamento de uma carreira.
- técnicas tradicionais (por exemplo, costura, madeira, mecânica, reparação).

Artes e Ofícios

- artesanato, pintura.
- reavivar tendências passadas (madeira, penteados, cozinha).
- música, dança.
- património cultural.
- moda e costura.

História

- como era em tempos anteriores" (por exemplo, máquinas domésticas).
- programas contemporâneos de testemunhas.
- história local.
- tradições (por exemplo, Natal, Boas-vindas de Primavera, etc.).

Passatempos específicos

- arqueologia.
- Eletrónica.
- programação estilo antigo.
- reparação de bicicletas.

Geografia

- geografia local, sítios e mudanças.
- experiências de viagem & conhecimento ambiental.

Língua e Literatura

- línguas estrangeiras ou língua local (por exemplo, dialeto).
- filmes antigos.
- apresentação de histórias favoritas, contos de fadas, etc.
- promover o conhecimento da questão intergeracional na literatura.

Jogos

- jogos de tabuleiro.

Flora e Fauna

- jardinagem.
- natureza (por exemplo, cogumelos, ervas aromáticas).

Alimentação e Nutrição

- cozinhar (por exemplo, conserva / pickles de legumes e frutas, receitas tradicionais).
- sustentabilidade (por exemplo, secar as suas próprias ervas).

Desporto / Saúde

- remédios caseiros tradicionais.

Competências de Vida

- finanças.
- competências e valores sociais.
- responsabilidade cívica e ética.
- como lidar com os erros, como superar os retrocessos, que tipo de preocupações passadas não são mais relevantes, o que os seniores gostariam que alguém lhes tivesse dito quando eram jovens?
- tomada de decisões.
- Resiliência.
- equilíbrio trabalho-vida.
- competências-chave.
- envelhecer com dignidade.

2.2. Dirigir-se aos públicos-alvo

2.2.1. A heterogeneidade etária como fator de motivação

Como pode a heterogeneidade de idades ser apresentada e utilizada de forma positiva?

Ideias estratégicas

- Na missão da organização.

Ideias operacionais

Recursos Humanos

- envolver voluntários de ambas faixas etárias.
- ter pessoal docente diversificado em idade e origem.

Programa Educativo

- organizar eventos temáticos.
- encontrar e realçar as semelhanças globais das diferentes gerações, bem como os seus pontos fortes individuais, fazer uso dos pontos fortes de ambas as gerações - não se concentrar nos pontos fracos.
- incluir grupos etários diversificados na realização de tarefas específicas e na resolução de problemas de aprendizagem e ensino mútuos.
- aviso prévio e introduções para permitir a compreensão da idade e da experiência de vida.
- devido à esperança de vida moderna, incluindo fases de reforma e dependência, a nossa sociedade tem de se focar no tema da convivência, numa sociedade diversificada em termos de idade. Um projeto intergeracional permite integrar as noções de respeito e tolerância, promover a aprendizagem a partir da base comum, desenvolver o investimento dos pais, famílias, estudantes, associações de reformados em trabalho voluntário com jovens, disponibilizando as suas competências.
- formação de equipas com jogos.
- na sala de aula: cursos e trabalhos construídos de forma inteligente que se baseiam na experiência dos mais velhos e no conhecimento das novas tecnologias / novas tendências dos mais jovens.
- crianças ou jovens e seniores falam sobre certos temas, apresentando as suas opiniões. O que é importante para cada geração é apresentado sem ser valorizado pelas outras.
- experimentar diferentes perspetivas - talvez alcançar os mesmos objetivos com métodos "analógicos" ou "antigos" em comparação com métodos "digitais" ou "novos", comparar as vias de aproximação com as suas vantagens e desvantagens, salientar que conhecer diferentes formas de alcançar um objetivo é a chave na vida.

- a aprendizagem é um processo contínuo, pelo que crianças e adolescentes podem aprender com os mais velhos, mas também ensiná-los sobre os temas da nova geração, como a tecnologia, as redes sociais. Nunca somos demasiado velhos nem demasiado jovens para aprender uns com os outros. A idade é apenas um número...
- mais inclusão e aprendizagem através da cultura / género / intercâmbio de idades.

Marketing

- promover as boas práticas.
- construir um grupo de seniores como multiplicadores, promover as suas histórias de sucesso.
- utilizar exemplos de melhores práticas (por exemplo, um sénior a concluir com sucesso um curso de aprendizagem de smartphones).
- distribuir / partilhar materiais promocionais a todas as gerações.
- utilização em materiais promocionais (por exemplo, imagens de diferentes grupos etários a aprender em conjunto).
- realçar os benefícios da heterogeneidade.
- promover uma imagem alternativa do envelhecimento.
- promover ativamente não as diferenças, mas a "aprendizagem uns com os outros", possivelmente com imagens.
- promover os bons resultados dos cursos nos meios de comunicação social, durante eventos de marketing, por exemplo, o Dia da Cultura.

2.2.2. Instrumentos de marketing

Que instrumentos publicitários poderiam as instituições de educação de adultos utilizar para promover a IGL?

Ideias Gerais

- apresentação da história de sucesso da forma mais relevante e em meios digitais diretamente destinados aos jovens.
- o material promocional deve respeitar as diretrizes de acessibilidade e deve utilizar gráficos / fotos que promovam a inclusão / aspeto intergeracional.
- criar um conceito de marketing, que atraia os mais jovens, incluindo os meios de comunicação social, bem como utilizar outras ferramentas de marketing necessárias para atrair as gerações mais velhas, como os meios impressos.
- utilizar as redes existentes de instituições de educação de adultos para promover as atividades do IGL com outros.

Eventos

- eventos educativos gratuitos e públicos, por exemplo, dias de porta aberta.
- oficinas ou encontros interculturais e abertos.
- feiras de voluntariado.
- eventos ao ar livre.

- cooperar com eventos da comunidade local.
- apresentações das atividades de IGL como promoção em outros eventos.
- implementar diferentes formas de cursos IGL com seniores externos como mentores ou cursos com seniores como coprofessores. Os públicos-alvo de seniores e jovens estudantes precisam de experimentar as vantagens da IGL em si, a nível prático. Posteriormente, podem ser entrevistados ou escrever sobre a sua experiência.

Frente a frente

- organizar reuniões com os interessados / multiplicadores, por exemplo, associações de seniores, lares de idosos.
- estabelecer uma cooperação com diversas associações.
- utilizar o passar a palavra entre os públicos-alvo.

Meios digitais

- redes sociais com publicações e patrocínios.
- ferramentas de promoção próprias, por exemplo, página web.
- produtos multimédia (vídeos, mini anúncios...).
- reuniões online.

Meios Impressos

- os modelos devem ser apresentados em materiais impressos.
- folhetos.
- cartazes nos locais públicos, boas ferramentas de comunicação para tocar os jovens e seniores.
- jornais locais.
- outdoors.

Outros meios de comunicação

- quadros de avisos em escolas e infantários, supermercados.
- rádio local.
- TV.

2.2.3. Atrair os seniores como professores

Como podem ser identificadas as pessoas mais velhas que querem assumir o papel de professor?

Empoderamento

- dirigir-se aos estudantes de educação de adultos em cursos se estariam interessados em transmitir alguns dos seus conhecimentos e explicar a ideia de contextos de IGL.
- contactar pessoalmente as pessoas - por exemplo, referindo-se à sua experiência profissional / de vida.

- pedir-lhes que se juntem às atividades da comunidade, e que ofereçam os seus conhecimentos - depois podem tornar-se professores ou mentores.
- salientando que os idosos têm uma experiência inestimável que vale a pena ser transmitida à geração seguinte. Os mais velhos foram sempre professores de alguém durante a vida - seria um papel positivo sentirem-se úteis para a sociedade.
- respeitar as ideias dos mais velhos.
- os seniores que já estão ativos como professores de IGL - promovendo o seu papel para os outros.
- proporcionar impacto é um poderoso incentivo para os mais velhos.
- introduzi-los primeiro como co-capacitadores.
- proporcionar formação básica de professores como desafio e para motivar.

Promoção

- individualmente dirigido a seniores através de multiplicadores, representantes e redes (por exemplo, representantes seniores, redes de voluntários).
- utilizar as famílias (crianças, netos) como promotores para motivar os seniores.
- as comunidades de seniores precisam de ser abordadas: centros culturais, centros locais de seniores, clubes para seniores, universidades seniores, cursos de educação para adultos.
- publicitando a oportunidade de partilhar os seus conhecimentos, por exemplo, nos meios de comunicação tradicionais (publicidade em jornais).
- publicar materiais impressos, por exemplo folhetos, em locais onde os seniores passam tempo: mercado, consultórios médicos, lares de idosos, parques, cafés.
- redes sociais.
- ter slogans fortes como "Quer viver para sempre? Partilhe o que sabe e as próximas gerações vão mantê-lo vivo na sua memória" ou "Sabia que, o que é totalmente "normal" e "aborrecido" para si, é de grande interesse para outros?"

2.2.4. Atrair os jovens como alunos

Como podem os jovens ser inspirados e motivados a serem "ensinados" por seniores?

Benefícios - Valor acrescentado

- apenas se o conteúdo for atrativo para os jovens, estes estarão dispostos a participar, sobretudo proporcionando-lhes uma experiência de vida real, por exemplo, envolvendo-os em atividades realizadas por pessoas mais velhas.
- oferecer oportunidades de aprendizagem específicas centradas nos recursos das pessoas mais velhas (por exemplo, palestras de testemunhas contemporâneas) que sejam atrativas e interessantes para a geração mais jovem.
- sensibilizar para o valor adicional da aprendizagem intergeracional, por exemplo, experiências reais, história viva, arquivo digital da memória histórica.
- os mais jovens podem saber menos sobre certos tópicos (quotidianos). É necessário dar tempo aos mais jovens para quebrar os seus preconceitos através de conversas, experiências conjuntas, etc.
- aprender a fazer algo fazendo, em vez de apenas a teoria!
- informar e sensibilizar os jovens para as realizações / desempenhos / experiências específicas que os mais velhos têm num campo específico e despertar a sua curiosidade para aprender com eles.
- os mais jovens têm de tomar consciência de que os mais velhos têm conhecimentos e competências valiosos a partilhar - a melhor forma de o conseguir é fazê-los ver com os seus próprios olhos - ou seja, convidá-los a participar nas atividades realizadas por pessoas mais velhas.
- promover o valor adicional de ser ensinado por alguém com experiência na área, explicar o potencial de *networking* (trabalho em rede) e mentoria que os seniores podem proporcionar.
- apontar claramente os benefícios para os mais jovens de aprenderem com os mais velhos (por exemplo, devido à sua experiência de vida mais longa, mas também devido às diferentes opiniões sobre os tópicos).
- incentivos como créditos de cursos para atividades de IGL para os seus cursos escolares ou universitários, capacidade de ganhar experiência profissional para o seu CV (como um estágio), em caso de procura de emprego para jovens, o incentivo poderia ser aprender sobre novas opções de carreira profissional.
- a transferência de conhecimentos pode também assumir a forma de tutoria: aprender a ler, soletrar, todas as áreas em que os seniores têm verdadeiros conhecimentos a partilhar. É claro que os métodos de aprendizagem podem ter mudado, mas precisamente esta nova abordagem pode ser um gatilho.
- As crianças e os jovens muitas vezes não têm contacto com os seus próprios avós porque ou vivem noutra cidade ou, no caso da migração/refugiados, nem sequer estão no mesmo país. Muitas culturas dão grande valor ao respeito pelas pessoas mais velhas

e pelas suas experiências e transmitem esta atitude aos seus filhos. Qualquer pessoa mais velha que represente a geração dos seus próprios avós pode preencher a lacuna na vida social destas crianças/jovens. Tempo, paciência e um bom enquadramento para a comunicação entre as gerações é de grande importância aqui. "Ser visto" na sua singularidade e uma pessoa de referência fixa durante um período mais longo é um aspeto central para que os jovens beneficiem da experiência.

- explicar na descrição do curso: "Que pontos fortes têm as pessoas mais velhas? Que capacidades só se formam ao longo da vida?" e destacar marcos importantes / resultados do curso.

Promoção

- visibilidade digital, transparência, envolvimento é muito importante.
- sensibilização para transmitir às pessoas mais jovens o que podem aprender com os mais velhos.
- encontrar os jovens "onde eles estão" (ex. Instagram, TikTok ou outros meios de comunicação social) e ter vídeos apelativos para eles.
- através de vídeos nas redes sociais ao estilo de "Acha que é inteligente? Então veja estes seniores" - os jovens tendem a preferir imagens em movimento à leitura.
- por apresentações ou vídeos com pessoas mais velhas "em ação", que são apresentados no website, em exposições ou canais de redes sociais.
- por uma comunicação mais digital sobre os benefícios das atividades intergeracionais, incluindo testemunhos de jovens sobre a sua experiência e conhecimentos adquiridos após a participação em tais atividades.
- por imagens e histórias de sucesso, interações significativas e bem planeadas.

2.3. Seniores como professores em ambientes de IGL

2.3.1. Ideias e Boas Práticas na Europa

É estabelecido um **Relatório de Investigação**, reunindo exemplos das melhores práticas das atividades de IGL em cada país do projeto (Áustria, Polónia, Itália, Alemanha e Portugal) e com base nisso introduz novos cenários e tópicos potenciais aos quais esta abordagem poderia ser alargada.

Além disso, as necessidades específicas de aprendizagem dos seniores são avaliadas através de entrevistas a peritos com formadores de adultos. Esta investigação cria o pilar básico para este PACOTE DE FORMAÇÃO e o PACOTE DE APRENDIZAGEM.

2.3.2. Verificação de Competência e Motivação para seniores

É criada uma **Ferramenta de Autorreflexão** digital, baseada na internet, que ajuda os seniores a aumentar a consciência sobre o seu vasto leque de competências que podem ser valiosas para a geração mais jovem. Ao mesmo tempo, é iniciada a motivação para assumir o papel de professor, mostrando-lhes **Vídeos de histórias de sucesso** que recebem dicas valiosas e inspiração sobre como a IGL é praticada.

2.3.3. Melhorar as Competências do Formador

É desenvolvido um **Pacote de Aprendizagem** para o curso de formação de competências para seniores, incluindo seis módulos em torno do tema "como ensinar" que estão disponíveis com acesso ilimitado online. Após a conclusão, foi organizado um teste para o "curso de formação de competências" com os seniores. O objetivo é torná-los colegas e multiplicadores do curso e, ao mesmo tempo, receber feedback para os materiais.

Encontra mais informações aqui: <https://www.agewise.eu/pt/resultados-2/>

3. OBJETIVOS DO CURSO DE FORMAÇÃO DE COMPETÊNCIAS

O curso está dividido em seis módulos com diferentes objetivos de aprendizagem, como se descreve a seguir:

3.1. Módulo 1: Heterogeneidade etária

3.1.1. Fase de Aprendizagem 1: Aprendizagem Intergeracional

Objetivo de aprendizagem: Saber o que é a aprendizagem intergeracional.

Objetivos de Aprendizagem:

- Saber o que é a aprendizagem intergeracional e porque é importante.
- Conhecer os objetivos e os benefícios da aprendizagem intergeracional.
- Saber quais são as dificuldades na aprendizagem intergeracional.
- Conhecer a implementação da IGL em diferentes contextos (informal, não formal, formal).

3.1.2. Fase de aprendizagem 2: Utilização positiva da heterogeneidade etária nos processos de ensino-aprendizagem

Objetivo de aprendizagem: Conhecer a utilização positiva da heterogeneidade etária nos processos de ensino-aprendizagem.

Objetivos de Aprendizagem:

- Conhecer o efeito positivo da heterogeneidade etária na sociedade.
- Conhecer o efeito positivo da heterogeneidade etária nos processos de ensino-aprendizagem.

3.1.3. Fase de aprendizagem 3: Reconhecer as diferenças, procurar semelhanças

Objetivo de aprendizagem: Conhecer dicas práticas para a diversidade etária como um trunfo no processo de ensino-aprendizagem.

Objetivos de Aprendizagem:

- Saber quais as diferentes gerações existentes e identificar as suas características.
- Estar consciente dos desafios das diferentes gerações no contexto da IGL, e saber como superá-los.

3.1.4. Fase de aprendizagem 4: Aprender uns com os outros

Objetivo de aprendizagem: Conhecer dicas práticas sobre como apoiar o intercâmbio de competências a nível intergeracional.

Objetivos de Aprendizagem:

- Conhecer o valor adicional de aprender uns com os outros e dicas importantes sobre como o fazer.
- Saber como motivar as gerações para aprenderem umas com as outras.
- Saber como iniciar o processo de aprender uns com os outros.
- Saber onde encontrar apoio na utilização dos métodos da IGL.

3.2. Módulo 2: Descobrir o seu potencial de ensino / Criar o seu percurso de aprendizagem

3.2.1. Fase de aprendizagem 1: Seniores como professores

Objetivo de aprendizagem: Conhecer os papéis e as tarefas básicas do professor ou formador.

Objetivos de Aprendizagem:

- Conseguir nomear os papéis e as tarefas básicas do professor ou formador.
- Conseguir compreender o seu papel como professor ou formador.

3.2.2. Fase de aprendizagem 2: Descobrir o seu potencial

Objetivo de aprendizagem: Conhecer as competências adquiridas durante a sua carreira, bem como durante a prática dos seus passatempos e atividades sociais.

Objetivos de Aprendizagem:

- Conseguir definir a sua competência pessoal.
- Conseguir definir a sua competência profissional.
- Conseguir utilizar as suas competências pessoais e profissionais no trabalho como formador.
- Conseguir partilhar a sua experiência pessoal e profissional e sabe como a apresentar de forma interessante.

3.2.3. Fase de aprendizagem 3: Criar o seu percurso de aprendizagem

Objetivo de aprendizagem: Conhecer as competências que ainda precisa de adquirir e criar um plano de ação detalhado sobre a forma de o conseguir.

Objetivos de Aprendizagem:

- Conhecer as suas próprias competências de ensino e as que ainda podem ser melhoradas.
- Saber como fazer um plano de desenvolvimento pessoal.
- Conhecer os métodos de aprendizagem individual.

3.3. Módulo 3: Teoria de Aprendizagem

3.3.1. Fase de aprendizagem 1: Aprender a aprender

Objetivo de aprendizagem: Descobrir teorias por detrás do processo de aquisição de conhecimentos e competências.

Objetivos de Aprendizagem:

- Conseguir descrever as estratégias incluídas em qualquer comportamento que facilite a aquisição de novos conhecimentos e competências em diferentes contextos de desempenho.
- Conhecer as diferentes estratégias de aprendizagem e quais as que funcionam melhor para o seu grupo de estudantes.
- Conhecer as estratégias de aprendizagem dos mais jovens e a forma de as abordar através do ensino.

3.3.2. Fase de aprendizagem 2: Estilos de aprendizagem Visual, Auditiva e Cinestésica

Objetivo de aprendizagem: conhecer os estilos de aprendizagem visual, auditivo e cinestésico e como ajustar o conteúdo às suas necessidades.

Objetivos de Aprendizagem:

- Conseguir explicar as diferenças entre estilos de aprendizagem, bem como as suas vantagens e desvantagens.
- Saber o que é necessário para alunos mais visuais - absorver a informação pela visão.
- Saber o que é necessário para os alunos mais auditivos - absorver a informação pelo som.
- Saber o que é necessário para os alunos de cinestésica - absorver informação através do movimento.

3.3.3. Fase de aprendizagem 3: O ciclo de aprendizagem de Kolb e os estilos de aprendizagem Honey-Mumford

Objetivo de aprendizagem: Saber como utilizar a teoria da aprendizagem para conceber a experiência de aprendizagem intergeracional.

Objetivos de Aprendizagem:

- Conseguir explicar o ciclo de aprendizagem de Kolb.
- Conseguir observar os progressos efetivos ao longo do ciclo de Kolb.
- Conseguir explicar o modelo de estilos de aprendizagem do Honey & Mumford.
- Saber como usar o modelo de estilos de aprendizagem Honey & Mumford.

3.4. Módulo 4: Fundamentos de metodologia e didática

3.4.1. Fase de aprendizagem 1: A arte de ensinar e os seus métodos

Objetivo de aprendizagem: Conhecer a metodologia e a didática utilizadas no processo de ensino.

Objetivos de Aprendizagem:

- Conhecer os processos de aprendizagem e os métodos didáticos mais populares e mais utilizados.
- Conhecer as diferenças entre a educação formal, não formal e informal.

3.4.2. Fase de Aprendizagem 2: Como conceber as suas aulas de uma forma intergeracional

Objetivo de aprendizagem: Conhecer os métodos de ensino em contexto intergeracional - exemplos de boas práticas.

Objetivos de Aprendizagem:

- Conhecer os princípios básicos de uma educação e ambiente de aprendizagem intergeracional eficaz.
- Conhecer as regras/fundamentos para transmitir conhecimentos e competências à geração mais jovem.
- Conhecer as tecnologias mais importantes a serem utilizadas no processo de ensino-aprendizagem e saber quais aplicar.

3.4.3. Fase de aprendizagem 3: O seu estilo pessoal de ensino

Objetivo de aprendizagem: conhecer diferentes estilos de ensino - escolher e ajustar os métodos de acordo com as necessidades do seu grupo-alvo.

Objetivos de Aprendizagem:

- Conseguir explicar os diferentes estilos de ensino e as suas características.
- Conseguir identificar as vantagens e desvantagens dos diferentes métodos de ensino e do trabalho em grupo (por exemplo, papéis de Belbin)
- Conseguir identificar o seu estilo pessoal de ensino.
- Conseguir escolher um método de trabalho adequado ao seu grupo-alvo.

3.5. Módulo 5: Preparação do workshop

3.5.1. Fase de aprendizagem 1: O Ambiente de Aprendizagem

Objetivo de aprendizagem: Conhecer regras importantes para criar um bom ambiente de aprendizagem.

Objetivos de Aprendizagem:

- Saber o que é necessário para criar um espaço apropriado para a aprendizagem.
- Saber como adaptar o espaço de aprendizagem a pessoas de qualquer idade.
- Conhecer as regras de proteção de dados e como criar um espaço digital seguro para a aprendizagem.

3.5.2. Fase de aprendizagem 2: Objetivos de ensino

Objetivo de aprendizagem: Conhecer dicas práticas para definir expectativas e estabelecer a aprendizagem.

Objetivos de Aprendizagem:

- Conseguir identificar as expectativas dos alunos.
- Conseguir definir objetivos de aprendizagem SMART.

3.5.3. Fase de Aprendizagem 3: Documentação de formação

Objetivo de aprendizagem: Conhecimento dos aspetos formais da realização de sessões de formação em diferentes projetos.

Objetivos de Aprendizagem:

- Lembrar de preparar uma lista adequada de participantes e documentação fotográfica.
- Lembrar e informar os participantes sobre as fontes de financiamento do curso.

- Lembrar de todos os documentos necessários exigidos aos participantes.

3.6. Módulo 6: Caixa de Ferramentas do Formador

3.6.1. Fase de aprendizagem 1: Prevenção de conflitos e transformação

Objetivo de aprendizagem: Conhecer recomendações de iniciativa pessoal para a prevenção e resolução de conflitos.

Objetivos de Aprendizagem:

- Conhecer potenciais conflitos que possam surgir na aprendizagem intergeracional.
- Conhecer as estratégias de resolução de conflitos.
- Conseguir prevenir conflitos.

3.6.2. Fase de aprendizagem 2: Aprendizagem experiencial e participativa

Objetivo de aprendizagem: Saber o que é a aprendizagem participativa e experiencial e quais são os seus benefícios.

Objetivos de Aprendizagem:

- Saber o que é a aprendizagem participativa e experiencial e quais são os seus benefícios.
- Conhecer métodos para melhor envolver os alunos.
- Conhecer a importância do processo de grupo.

3.6.3. Fase de Aprendizagem 3: Ferramentas úteis no processo de ensino

Objetivo de aprendizagem: Saber utilizar ferramentas no processo de ensino.

Objetivos de Aprendizagem:

- Saber o que é necessário para organizar uma sessão de formação interessante.
- Conhecer diferentes ferramentas para o trabalho em equipa e em grupo e aplicá-las.
- Conhecer diferentes ferramentas de ensino para organizar, inovar e gerir o seu curso.
- Conhecer diferentes ferramentas para o trabalho em equipa e em grupo e aplicá-las.

3.6.4. Fase de aprendizagem 4: Tecnologia

Objetivo de aprendizagem: Saber utilizar tecnologias e ferramentas digitais.

Objetivos de Aprendizagem:

- Saber o que é necessário para organizar uma aula utilizando ferramentas digitais.
- Conhecer diferentes ferramentas educativas digitais e aplicá-las, considerando os direitos de autor.

3.6.5. Fase de Aprendizagem 5: Avaliação do processo ensino-aprendizagem

Objetivo de aprendizagem: saber avaliar o processo de ensino-aprendizagem e como melhorá-lo.

Objetivos de Aprendizagem:

- Saber a importância da monitorização e da avaliação no processo de aprendizagem.
- Conhecer diferentes métodos de monitorização e avaliação.
- Saber como melhorar o processo de ensino-aprendizagem após a avaliação.

4. CURRÍCULO: Conceito de Design de um curso, para um ambiente de Aprendizagem Misto

4.1. Introdução

4.1.1. Objetivos

O principal objetivo do projeto é equipar os seniores com competências a dois níveis:

- (1) Reconhecer as suas competências e conhecimentos pessoais e valiosos e assim restaurar a sua autoconfiança fora da vida profissional.
- (2) Em segundo lugar, adquirir competências de formação que lhes permitam assumir o papel de professor e transmitir os seus valiosos conhecimentos aos jovens.

4.1.2. Grupos-alvo

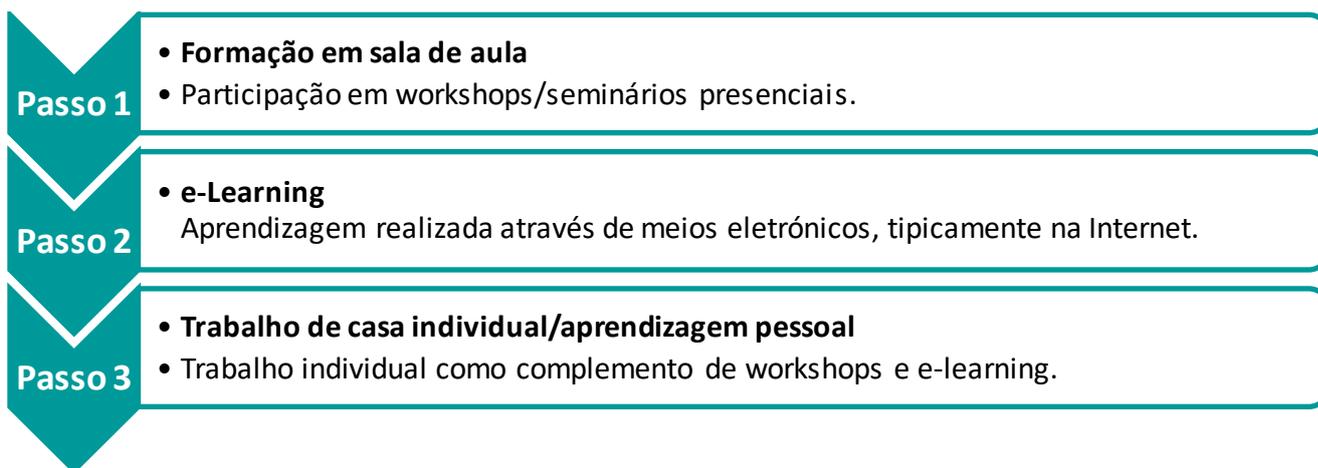
Educadores de adultos, educadores de aprendizagem intergeracional, formadores, instituições de educação de adultos que trabalham com seniores são convidados a trabalhar com o currículo. Os seniores que desejem desenvolver as suas capacidades de formação são os beneficiários da formação de aprendizagem mista.

4.1.3. Duração

A duração mínima da formação é de três dias: dois dias de formato em sala de aula e um dia de formato de aula online. Também deve ser planeado tempo suficiente para o autoestudo. O curso é realizado num período não superior a três semanas, prevendo-se uma reunião por semana. A duração do curso por dia pode depender da condição dos participantes seniores. Um quarto dia opcional de formação pode ser agendado como parte do curso, por exemplo, como uma sessão de treino. Recomenda-se um acompanhamento posterior com os seniores do grupo ou a nível bilateral, de modo a implementar atividades IGL valiosas e bem-sucedidas.

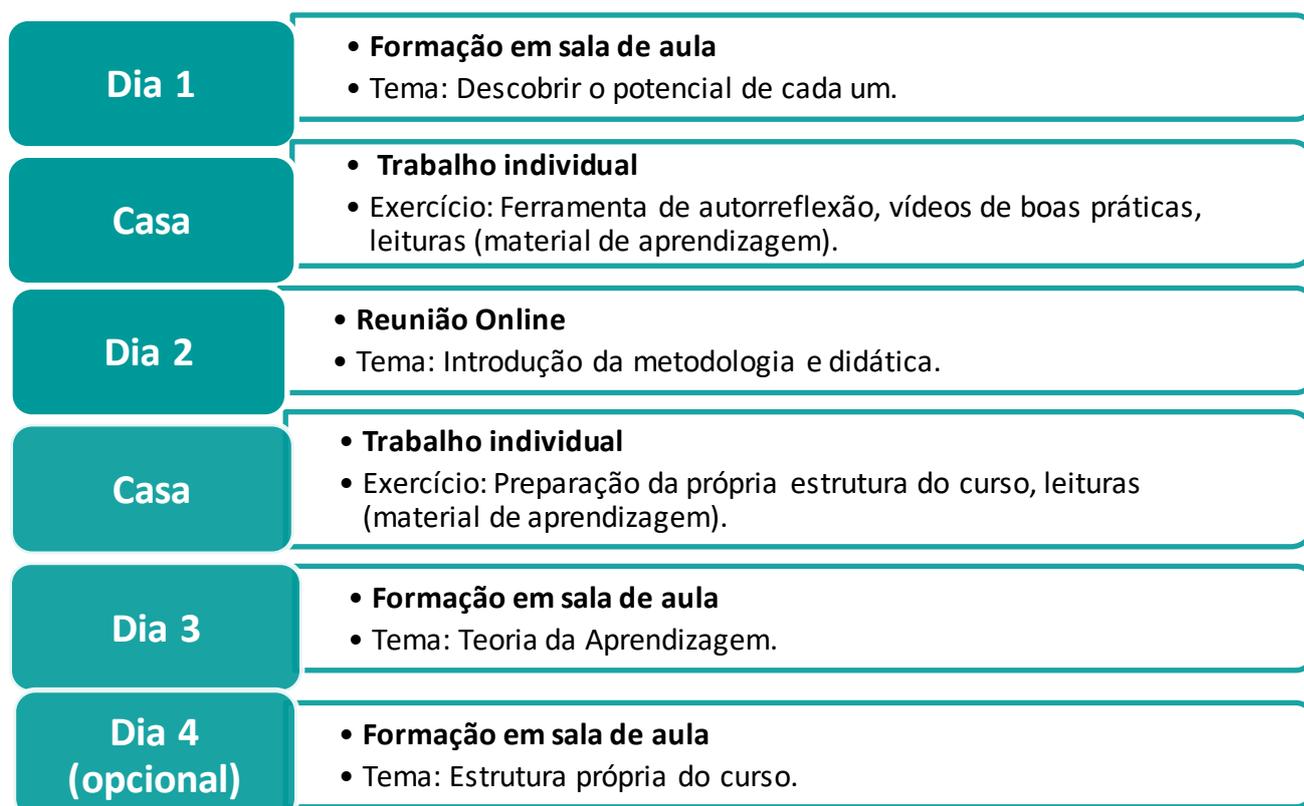
4.1.4. Aprendizagem Mista

A aprendizagem mista incorpora os melhores elementos de três contextos de aprendizagem, incluindo a aprendizagem convencional presencial em sala de aula, a aprendizagem eletrónica moderna, e a autoaprendizagem individual com trabalhos de casa. Esta abordagem pode envolver diferentes estilos de aprendizagem, incluindo tipos independentes que beneficiam de formação semiautónoma, baseada em computador e aqueles que aprendem melhor num ambiente estruturado que incorpora a interação presencial com um formador.



Para promover a máxima participação, a dimensão ótima de um grupo de aprendizagem é de 6-8 membros. Além disso, é necessário um educador experiente que preste assistência no processo de aprendizagem e seja um tutor com experiência na organização de workshops com seniores.

4.1.5. Estrutura do Curso de Aprendizagem Mista AGE:WISE (3 dias)



4.1.6. Métodos

Ao planejar o curso de formação, o formador deve pensar em estabelecer objetivos de aprendizagem, selecionar exercícios apropriados e métodos de ativação. As ferramentas têm de ser adaptadas ao ambiente do workshop. Os métodos de sala de aula nem sempre funcionam em reuniões online.

- **EDUCAÇÃO NÃO-FORMAL:** Durante a formação utilizar métodos não formais ativos (quebra-gelo, brainstorming através dos mapas mentais).
- **PARTICIPAÇÃO ATIVA:** Incentivar os participantes a participar ativamente, fazendo perguntas.
- **APRENDIZAGEM ABRANGENTE:** dizer aos participantes o que é a aprendizagem mista, explicar a mistura de formação presencial, reuniões online e trabalho em casa.
- **EDUCAÇÃO ONLINE:** Antes de uma reunião online, informar os participantes sobre as ferramentas online que vai utilizar. Assegurar de que são capazes de as utilizar de forma independente.
- **TRANSFERÊNCIA POTENCIAL:** Discutir com os participantes o objetivo de cada atividade implementada que possam utilizar posteriormente nos seus próprios cursos/workshops. Informar onde encontrar mais informações. Sensibilizá-los para os dois papéis que têm: como alunos durante esta formação e como futuros professores. Destacar a ideia de transferência sempre que for apropriado durante o curso.

4.1.7. Configurações

Lembre-se de escolher o local de formação adequado - em particular, acessível aos estudantes mais velhos. Se possível, utilizar uma disposição de lugares tipo mesa redonda, para criar um ambiente informal e relaxante na sala de aula. Este cenário ajudará a promover a aprendizagem ativa e a comunicação dos participantes. Certifique-se de que dispõe de todos os recursos necessários numa sala de aula: PC, projetor de vídeo, computador portátil, um flipchart e marcadores coloridos. Prepare com antecedência cópias e canetas de exercício suficientes, os quadros também podem ser úteis. Considere os intervalos para café como parte do workshop, quando os alunos podem socializar de uma forma informal e relaxante.

TRANSFERÊNCIA

Pergunte aos seus participantes se se sentem confortáveis com as configurações específicas. Peça-lhes que especifiquem o que apreciam. Explique-lhes que a disposição de um ambiente de aprendizagem confortável, com base nas necessidades dos alunos, é um dos primeiros passos da organização do workshop.

4.2. Curso Dia 1 – Formação em sala de aula

4.2.1. Objetivos

Durante o primeiro dia da formação, os estudantes seniores aprenderão sobre a abordagem da Aprendizagem Intergeracional (IGL), descobrirão o seu potencial (talentos e competências), e explorarão as bases das reuniões online.

4.2.2. Visão geral

Tema	Ligado ao	Tempo	Materiais necessários
Introdução Curso AGE:WISE	/	20 min	Computador, vídeo-projetor AGE:WISE website https://www.agewise.eu/pt/
Conhecendo-se mutuamente, “aquecimento”, quebra-gelo	Módulo 6	30 min	Quebra-gelo (por exemplo, Bingo Humano)
Introdução Aprendizagem Intergeracional	Módulo 1	30 min	Quadro / Jamboard
Brainstorming com um mapa mental: Eu como professor	Módulo 2	40 min	Flipchart Marcadores, Post-its
Descobrir o seu próprio potencial	Módulo 2	30 min	Questionários
Ferramenta de autorreflexão	/	30 min	Computador, vídeo-projetor AGE:WISE website
Noções básicas de Reuniões Online	Módulo 6	opcional	

4.2.3. Resultados da aprendizagem

Depois deste dia de curso, os alunos....

- Podem definir o que é a aprendizagem intergeracional (IGL).
- Podem definir os papéis e as tarefas básicas do professor ou formador.
- Podem utilizar alguns métodos de ensino em contexto intergeracional.
- Podem definir as suas competências pessoais.
- Podem utilizar as suas competências pessoais no trabalho como formadores.
- Sabem partilhar a sua experiência pessoal e sabem como apresentá-la de forma interessante.
- Podem definir as suas competências profissionais.
- Podem usar as suas competências profissionais no trabalho como formadores.

- Podem partilhar a sua experiência profissional, e sabem apresentá-la de uma forma interessante.
- Podem conhecer as suas próprias competências de ensino e as que ainda podem ser melhoradas.
- Conhecem os métodos de aprendizagem individual.

4.2.4. Programa

Introdução ao curso AGE:WISE (20 min)

- Dê as boas-vindas ao aluno sénior que participa no seminário presencial.
- Apresente-se a si próprio e à organização que representa.
- Informe os participantes sobre os principais objetivos do projeto AGE:WISE e o curso. Encontrará mais informações em www.agewise.eu.
- Apresente brevemente o material do curso, incluindo a plataforma de autorreflexão, os vídeos e a plataforma de e-learning com os recursos de aprendizagem.
- Informe os participantes sobre o formato do curso e apresente o calendário das reuniões.
- Sinta-se à vontade para preparar folhas de flipchart ou apresentação com toda a informação com antecedência.

TRANSFERÊNCIA

Desde o início, comece a lembrar aos alunos o potencial de transferência para os seus cursos: Como poderiam começar por aí?

Conhecendo-se e quebra-gelo (30 min)

- Comece a sessão com um quebra-gelo. Explique aos participantes, que esta parte é muito importante para os seguintes objetivos:
 - (1) Retirar as pessoas da sua zona de conforto e obter o nível de energia.
 - (2) Conhecerem-se uns aos outros.
- Utilize qualquer quebra-gelo que prefira, por exemplo Bingo Humano (ver Anexo) é recomendado e descrito a seguir.
- Apresente as regras da atividade e pergunte se tudo está claro.
- Bingo humano: Distribua uma cópia a cada participante e peça a todos os participantes que encontrem três pessoas no grupo que tenham alguns dos atributos mencionados. O "vencedor" é a pessoa que identificou três pessoas primeiro. Depois a atividade será interrompida, e pede-se a todos que se apresentem ao grupo.

- A ideia básica de uma atividade de quebra-gelo é integrar o grupo e dar-lhes ideias sobre como iniciar uma sessão de formação com um novo grupo.

TRANSFERÊNCIA

Discuta o quebra-gelo com o grupo: o que gostaram, que outras ideias têm para iniciar uma formação com os seus próprios grupos. Podem verificar o Módulo 6 para obter mais ideias.

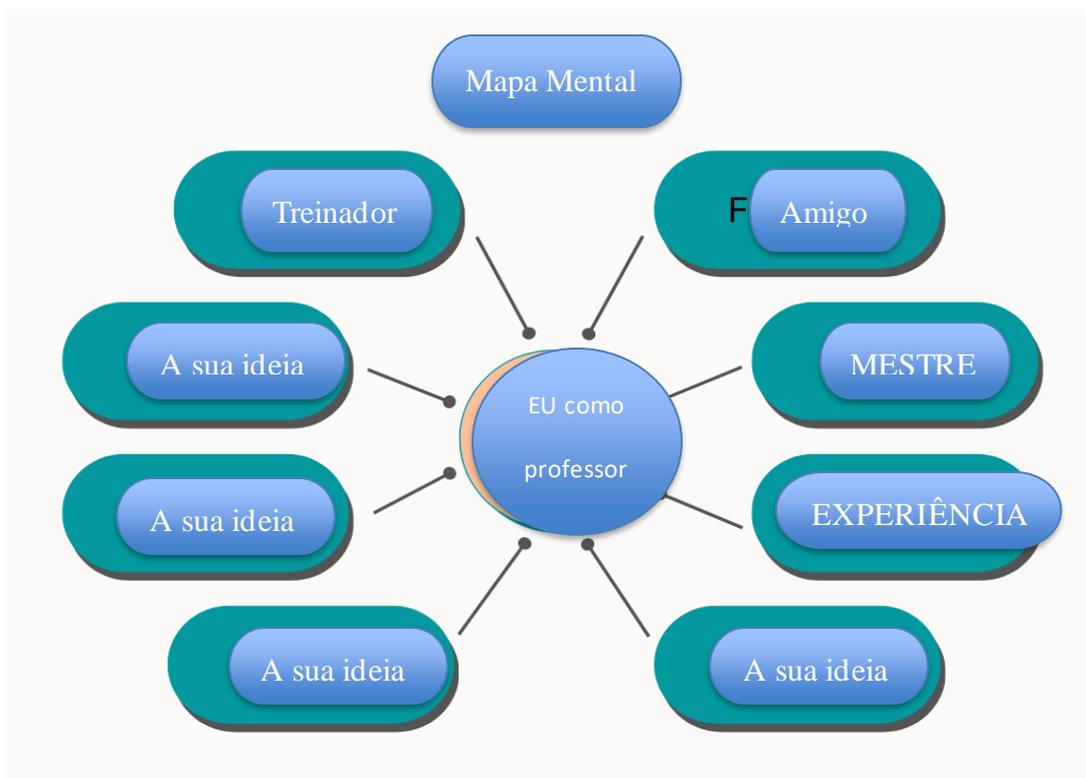
Introdução à Aprendizagem Intergeracional (IGL) (30 min)

- Explique que a Aprendizagem Intergeracional (IGL) é uma forma de aprender em conjunto e de diferentes gerações. Quando as gerações mais velhas e mais novas trabalham em conjunto, ganham competências, valores e conhecimentos.
- Antes de apresentar outros benefícios da IGL, tente explorar a experiência dos seus alunos. Pergunte-lhes: "Que benefícios podem trazer as atividades da IGL"?
- Ouça as suas respostas, recolha-as e dê o seu feedback.

(Ideias: As atividades da IGL aumentam a cooperação, interação ou troca entre duas ou mais gerações, quebrando estereótipos, promovendo a compreensão, respeito e confiança, enquanto partilham ideias, competências, conhecimentos e experiências. Conduz a resultados de aprendizagem, promovendo a coexistência e a cidadania, e desenvolvendo uma abordagem de "co-aprendizagem")

Brainstorming com um mapa mental - Eu como professor (40 min)

- Explique os conceitos de brainstorming e de mapa mental. **(Brainstorming** é uma atividade de grupo onde todos os participantes partilham as suas ideias à medida que vêm à sua mente. Os participantes numa sessão de brainstorming são incentivados a pensar livremente à medida que partilham ideias e informação, para encontrar uma solução para uma questão específica. / Um **mapa mental** é uma forma fácil de fazer um brainstorm em termos orgânicos e de forma estruturada. Permite aos participantes organizar visualmente as suas ideias, tornando-as mais fáceis de analisar e recordar)
- Preparar um flipchart com o título " EU COMO PROFESSOR" (ver exemplo)



- Passo 1: Entregue algumas notas post-it a todos.
- Passo 2: Pergunte-lhes: "O que lhe vem à mente quando lê: Eu como professor"? Escreva alguns exemplos no mapa mental: experiência, amigo, treinador/formador, mestre.
- Passo 3: Conceda-lhes 10 minutos para prepararem as respostas (uma nota post-it por resposta).
- Passo 4: Os participantes colam os post-its no flipchart.
- Passo 5: Discussão e conclusão

TRANSFERÊNCIA

Discuta com o grupo a ideia de brainstorming através do mapa mental, o que eles gostaram, que outras ideias têm para brainstorming com um grupo.

Destacar e refletir o papel do formador neste processo de encontrar e recolher ideias com um grupo.

(Mais informações: ver Módulo 2)

Descobrir o seu potencial (30 min)

- Reflita com o grupo qual é o seu potencial pessoal e inicie uma breve discussão sobre o significado de competências. Explicar aos participantes que o seu potencial pessoal deve ser algo que eles possam fazer com pouco ou nenhum esforço. Tendo isto em conta, devem procurar algo em que acreditam ser bons.
- No flipchart, desenhe um diagrama



- Passo 1: Entregue um questionário "Os meus potenciais" (ver anexo) a cada pessoa. Todos devem, pelo menos, responder a 3-4 perguntas. (Exemplos de perguntas: Em que é que sou bom? De quanto descanso preciso? Qual é o aspeto mais crucial da minha vida? Quem são as pessoas mais importantes da minha vida? O que é que me motiva? Como é que consigo gerir pensamentos e sentimentos negativos? O que é que me faz feliz?).
- Passo 2: Dar 15 minutos para preparar as respostas individualmente.
- Passo 3: Os participantes devem discutir as suas respostas em pequenos grupos.

TRANSFERÊNCIA

Diga aos participantes que os talentos e competências que exploraram os ajudarão a desenvolver mais tarde o tema do seu curso. Aconselhe-os a verificar o Módulo 2 para explorar mais o tópico do seu potencial de desenvolvimento.

Faça-os tomar consciência de que refletiram individualmente apenas sobre as questões no início, nas seguintes em pequenos grupos. Aconselhe-os a misturar trabalho individual e de grupo durante os seus workshops.

Apresentação da ferramenta de autorreflexão (30 min)

- Apresente ao grupo a ferramenta de autorreflexão online <https://www.agewise.eu/competences/>.

- Diga que esta ferramenta de autorreflexão digital é criada para os ajudar a sensibilizar para o seu vasto leque de competências, o que pode ser valioso para a geração mais jovem. Explique que podem utilizá-la para explorar o seu potencial e talentos, tal como fizeram na aula anterior, mas de uma forma estruturada e com feedback.
- Explique como utilizar a ferramenta de autorreflexão com mais detalhe. Se os dispositivos técnicos forem apropriados, convidar os participantes a experimentar a ferramenta de autorreflexão, responder às suas perguntas.
- Diga-lhes que irão continuar este trabalho em casa.

Noções básicas de Reuniões Online

(opcional - em função das competências digitais dos participantes)

Relembre aos participantes que a próxima reunião será realizada em formato online. Forneça as seguintes instruções adaptadas aos conhecimentos e capacidades dos seus participantes:

- Relembre aos participantes seniores que devem ter software e dispositivos adequados. O software de videoconferência permite a comunicação online para reuniões áudio, reuniões de vídeo e seminários, com funcionalidades incorporadas tais como: como entrar na reunião, com/sem som, ligar/desligar a câmara, função de chat, feedback de discussão, sala de discussão, partilha de ecrã e gravação. Um fundo calmo por detrás do apresentador e uma sala calma são também importantes.
- Introduza a aplicação padrão gratuita que irá utilizar para a sessão online (por exemplo, Google Meet, Zoom ou Microsoft Teams) com as suas características: Comunicação vídeo e áudio online, partilha de ecrãs e chat dentro de conferências individuais, opções de gravação para futuras referências ou apresentações.
- É crucial assegurar que os seniores tenham acesso a uma ligação fiável à Internet quando utilizam software de videoconferência, de modo a fornecer qualidade de chamada e evitar potenciais frustrações. Por razões de segurança, recomenda-se aos formadores que utilizem códigos de acesso para entrar numa reunião, utilização de salas de espera, controlos administrativos.
- Explicar os princípios básicos das reuniões online: Para entrar na reunião, com/sem som, ligar/desligar a câmara, função de chat, feedback de discussão, ecrãs de partilha, salas de discussão
- No final da sessão de preparação, perguntar os endereços de e-mail de todos os participantes. Enviar-lhes o link para a próxima reunião online. Assegure-se de que eles são capazes de abrir o link e entrar na reunião online.

Conclusão e Trabalho de Casa

- Resumir as atividades e os resultados da aprendizagem do dia.

- Informar os participantes que o próximo seminário começará com uma análise dos seus resultados na plataforma de autorreflexão. Portanto, devem continuar a explorar a ferramenta de autorreflexão em casa.
- No Dia 2 descobrirão se existem necessidades de aprendizagem para alinharem os seus potenciais e as suas competências.
- Convide os alunos a ver os vídeos inspiradores da história de sucesso dos formadores seniores em <https://www.agewise.eu/success-story-videos/>
- As leituras recomendadas para os trabalhos de casa são: Módulos 1-3 em <https://europe-projects.client.miles-learning.com/group/2500/?wt=a5a68a83-928d-48fb-a1fe-fd0ea043d38d>

4.3. Curso Dia 2 – Formação online

4.3.1. Objetivos

O segundo dia do seminário ou workshop é realizado online e focará principalmente os fundamentos da metodologia e da didática (E-learning). Durante a atividade de formação, serão utilizadas diferentes ferramentas interativas para criar um percurso de aprendizagem e desenvolver objetivos de aprendizagem SMART.

4.3.2. Visão geral

Tema	Ligado ao	Tempo	Materiais necessários
Competências de um professor	Módulo 2	30 min	Software Online Jamboard/Padlet
Percurso de Aprendizagem	Módulo 2	30 min	
E-learning	Módulo 5	30 min	Jamboard/Padlet
Educação online com métodos interativos	Módulo 6	60 min	Internet / Ferramentas digitais
Iniciar as suas próprias atividades – Objetivos de aprendizagem (SMART)	Módulo 5	60 min	Modelo de Planificação de Curso
Documentação da formação	Módulo 5	30 min	Questionário de Feedback

4.3.1. Resultados da aprendizagem

Depois deste dia de curso, os alunos....

- Podem identificar as suas próprias expectativas.
- Podem definir objetivos de ensino SMART.
- Podem preparar a documentação apropriada da sessão de formação.
- Sabem mais sobre as suas competências de ensino e as que ainda podem ser melhoradas.
- Sabem como fazer um plano de desenvolvimento pessoal.
- Sabem o que é necessário para organizar uma sessão interessante de E-training.

4.3.2. Programa

Competências de um professor (30 min)

- Prepare o quadro interativo antes da reunião. Forneça a todos os participantes o link e os direitos para trabalhar nele. Certifique-se de que estão familiarizados com as funções básicas, por exemplo, acrescentar uma nota.
- Certifique-se de que os alunos são capazes de trabalhar com as funções básicas do ZOOM ou outra plataforma de comunicação.
- Faça um resumo da última sessão.
- Peça-lhes que informem sobre o seu feedback sobre competências com a ferramenta de autoavaliação.
- Mostre o Jamboard/Padlet com o título "Competências como professor", opcionalmente com duas colunas: F2F | Online. Os alunos mais velhos trabalham individualmente colocando notas ou em salas de discussão, em grupos, para discutir o que colocar no quadro.
- Resuma e discuta os resultados, concentrando-se em duas questões:
 - (1) Que competências são geralmente importantes para os professores?
 - (2) O que sabe e ainda precisa de saber?

TRANSFERÊNCIA

Sensibilizar os alunos para o facto de que, para além da recolha de competências importantes dos professores em geral, podem também refletir sobre os seus cursos potenciais e as competências dos professores.

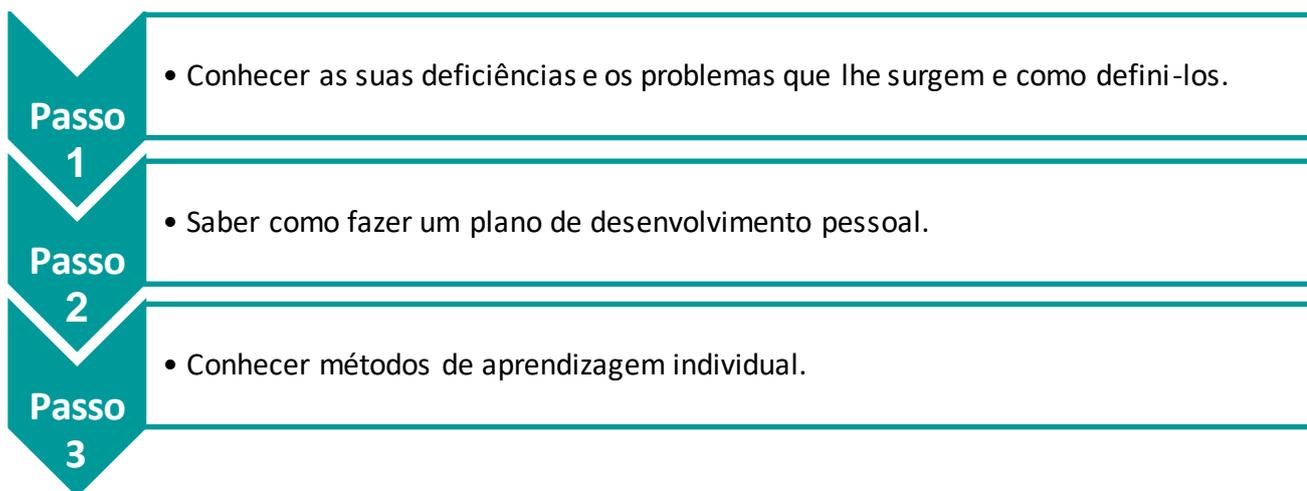
Outro aspeto da transferência é dirigido à utilização da plataforma de comunicação online e das suas funções, bem como de um quadro interativo para o trabalho de grupo.

Percurso de aprendizagem (30 min)

A tarefa é dedicada à criação de um percurso de aprendizagem - enumerando as competências que os seniores ainda precisam de adquirir para se tornarem professores, e criando um plano de ação detalhado sobre como alcançá-lo. Em primeiro lugar, descrever o que é um Caminho de Aprendizagem Pessoal e como criá-lo.

O modelo de aprendizagem personalizada utiliza ferramentas práticas para ajudar os alunos a adquirirem uma maior apropriação da sua aprendizagem. O objetivo é aumentar a motivação e o empenho na aprendizagem, reconhecendo que os próprios alunos têm frequentemente uma forte compreensão do que são capazes de fazer e do que os leva a ter sucesso.

Um percurso de aprendizagem individual e a autoavaliação associada é a chave para isso.



- Pedir aos alunos para desenvolverem o seu percurso individual de aprendizagem (15 min).
- Os participantes apresentam as suas ideias.
- Discussão e conclusão com o grupo.

TRANSFERÊNCIA

Fazer com que os alunos tenham consciência de que, da mesma forma que criam o seu próprio percurso de aprendizagem, poderiam criar um percurso de aprendizagem para cada um dos seus futuros alunos.

E-learning (30 min)

Uma reunião virtual é obviamente diferente de uma reunião presencial com todos os participantes na mesma sala física, mas é também semelhante porque as pessoas ainda estão reunidas. Esta sessão centrar-se-á no ensino dos fundamentos de como organizar a plataforma de reunião online, para facilitar uma experiência de aprendizagem interativa.

- Explique aos participantes seniores que o software de reunião online pode ser utilizado em motores de busca, aplicações informáticas ou aplicações móveis. Para os participantes que podem não estar tão familiarizados com as TIC, é importante distinguir entre e-learning em geral, plataformas de reunião online e métodos interativos online.

TRANSFERÊNCIA

- Exemplificar o e-learning em geral, plataformas de reunião online e métodos interativos online com as ferramentas utilizadas durante o dia do curso.
- Fazer os alunos pensar quais destas ideias poderiam ser valiosas para as suas próprias atividades de curso.

- Descreva numa breve apresentação (por exemplo, Powerpoint, Jamboard) alguns prós e contras da aprendizagem online. Peça aos alunos comentários adicionais. Encontre aqui alguns benefícios (note que estes dados são gerais, não especificamente com os alunos seniores):

Tempo	<ul style="list-style-type: none">• Os alunos aprendem 5x mais material do que nos modos convencionais de ensino no mesmo período de tempo.
Energia	<ul style="list-style-type: none">• A redução do consumo de papel e energia reduz os níveis de CO2 em mais de 80%, de acordo com um estudo recente de uma universidade aberta.
Flexibilidade	<ul style="list-style-type: none">• O e-learning é 5 vezes mais eficaz, devido ao modo de entrega e flexibilidade.
Custos	<ul style="list-style-type: none">• A entrega rápida e fácil é permitida através da Internet a uma fração dos custos envolvidos no material de formação e deslocações.
Compreensão	<ul style="list-style-type: none">• Ferramentas interativas de construção rápida com uma plataforma de e-learning ajuda o aluno a absorvê-la 5 vezes melhor e 60% mais rapidamente.

(Fonte dos dados: www.vplayed.com/blog/benefits-of-online-learning)

Apresente algumas dicas para reuniões virtuais eficazes e discuta-as com os alunos:

- **Crie uma agenda com antecedência** - Ao ter uma agenda, é possível assegurar que todos os assuntos cruciais são abordados.
- **Escolha o local certo** - Como anfitrião da reunião, deve estar numa zona calma com uma forte ligação à Internet. Considere como os seus conhecimentos podem envolver ou distrair outros.
- **Chegue a tempo e conduza a reunião como se fosse uma formação presencial**. Para evitar que uma reunião ultrapasse o seu horário planeado, comece a tempo.
- **Familiarize-se com os participantes, caso se tenham encontrado no passado**. Isto criará um ambiente mais descontraído e seguro onde a conversa aberta é encorajada.
- **Envolva todos** - mesmo que alguns dos participantes da reunião decidam ficar calados, podem ainda assim participar na discussão utilizando as ferramentas adicionais fornecidas pela plataforma de reunião virtual. Para envolver todos, incentive a utilização de ferramentas como o chat e o quadro branco digital.
- **Controle as interrupções** - Se ouvir ruídos de fundo intrusivos ou outros distúrbios, dirija-se imediatamente a eles e instrua os participantes para baixarem o volume ou resolverem o problema.
- **Mantenha a equipa concentrada na agenda** e informe amavelmente todos que manterá uma lista das outras preocupações a cobrir no final da reunião.
- **Marque uma reunião de encerramento** - Não se esqueça de marcar uma hora na conclusão da sua reunião para uma recapitulação exata. Reveja as ações escolhidas, as pessoas responsáveis pela sua entrega e os prazos. Para além de informar todos quando a reunião subsequente estiver agendada.
- **Planeie Pausas**: no formato online, as pausas são ainda mais importantes para refrescar a mente.
- **Termine a tempo** - Conclua a sua reunião à hora marcada. Realize as reuniões de forma planeada para demonstrar o seu respeito pelo tempo dos outros.

TRANSFERÊNCIA

Verificar com os alunos se as dicas para reuniões eficazes são meramente válidas para reuniões online ou se as mesmas regras ou regras semelhantes ajudarão a tornar eficazes as reuniões presenciais.

Como é que estas ideias têm impacto nos seus próprios planos de curso?

“Envolver toda a gente” - como mencionado acima - é uma tarefa fulcral para um professor. Um conjunto eficaz de técnicas de facilitação é essencial para que um formador mantenha um grupo de participantes envolvidos durante uma sessão de formação. Para conseguir uma interação equilibrada numa sessão de formação, é necessário utilizar várias estratégias de facilitação de grupos.

Os participantes devem estar familiarizados com os métodos mais comuns para promover a interação em grupo: apresentação numa direção; reflexão individual; colaboração em grupo; trabalho em pares, grupos de três e grupos maiores; discussão em conferência (com o grupo todo).

TRANSFERÊNCIA

Fazer os alunos pensar em quantas atividades diferentes (por exemplo, apresentação, discussão, trabalho de grupo, trabalho individual) e elementos interativos (por exemplo, Jamboard) foram incluídos até agora, de modo a envolver os alunos.

Quais poderiam ser utilizados nos seus próprios cursos?

Educação online com métodos interativos (60 min)

Métodos interativos de educação online significa que um professor está a utilizar software para criar atividades para os alunos. Estas atividades podem ter lugar numa sessão online ou antes/depois. Dependendo do nível de competências digitais dos alunos, esta sessão irá introduzir diferentes ferramentas estabelecidas para a educação online.

- Explique a ideia e o uso de métodos interativos na educação online, os professores escolhem uma ferramenta apropriada e preenchem os conteúdos antes de estes serem automaticamente transformados numa atividade de aprendizagem atrativa. É necessário salientar que algumas ferramentas são gratuitas, mas outras (ou uma utilização frequente de ferramentas) podem estar relacionadas com custos.
- Apresente exemplos de diferentes modelos disponíveis: Certifique-se de que existe uma vasta gama de ferramentas abrangidas. Recomenda-se que se concentre em ferramentas gratuitas como Kahoot ou Google Forms. Plataformas como o Quizlet (<https://quizlet.com/>) ou Wordwall (<https://wordwall.net/>) que permitem aos professores criar uma série de diferentes jogos interativos e materiais impressos.
- Forme pares ou pequenos grupos - se apropriado, em salas de discussão. Cada grupo concentrar-se-á em 3 ferramentas/modelos e sugerirá diferentes formas de os implementar nos cursos. Tente abranger muitos tipos de modelos.
- Recolha os resultados num Jamboard e discuta-os.

TRANSFERÊNCIA



Sensibilizar para a utilização de ferramentas digitais interativas e perguntar aos alunos:
Que ferramenta escolheria para o seu curso? Porquê?
Que conteúdos implementaria?

Iniciar as próprias atividades - Objetivos de aprendizagem (SMART) (60 min)

- Selecione um ou dois vídeos do AGE:WISE (masculino/feminino) do website e mostre-os como um chamariz para a próxima parte da sessão
- Discuta com os alunos centrando-se no seu contexto local (por exemplo, que organizações, escolas, clubes lidam com IGL, que tópicos são interessantes para os jovens). Pode também referir-se a algumas ideias apresentadas nesta Guia Didático ou convidar um interveniente relevante como convidado para a sua sessão.

TRANSFERÊNCIA

Existe algum potencial de transferência para as ideias mostradas nos vídeos da Polónia?
Existe algum aspeto interessante relevante para o próprio curso?

Os objetivos de aprendizagem são cruciais para o desenvolvimento e conceção de sessões de formação relevantes. Uma técnica estabelecida é a utilização de **objetivos SMART**.

S

- **Specific = Específico** = claramente declarado, bem definido. Refletir com perguntas para esclarecer o objetivo de aprendizagem, a finalidade do objetivo e como lá chegar o mais claramente possível: O que pretende alcançar? Porquê atingir este objetivo? Que passos são necessários para o alcançar?

M

- **Measurable = Mensurável** = com critérios definidos com precisão para verificar o progresso. Fazer uso de factos que permitam determinar se o objetivo de aprendizagem foi alcançado, por exemplo, a comparação entre a situação inicial e a situação final.

A

- **Achievable = Alcançável** = realista para ser alcançado. (há alternativas existentes: alcançáveis, acordadas)

R

- **Relevant = Relevante** = Prático, pertinente tendo em vista o tema. Os passos para o objetivo são viáveis? Os recursos são suficientes?

T

- **Time-bound = Tempo limite** = com um período de tempo. Os objetivos a longo prazo podem incluir sub-objetivos com períodos de tempo mais curtos.

- Apresentar aos alunos a ideia geral dos objetivos SMART.

- Explicar exemplos práticos de objetivos de aprendizagem com SMART, por exemplo:

Exemplo 1: Para um ambiente de sala de aula: TIC (Iniciantes em Excel)

Esboço do problema: Os alunos querem determinar potenciais individuais para poupar dinheiro, por isso têm de ter uma visão geral das suas despesas.

Objetivo de aprendizagem: Após uma breve instrução teórica (T) sobre fórmulas básicas de cálculo (S), os alunos terão o resto (T) da unidade de aprendizagem para configurar cabeçalhos de colunas individuais (R) para as suas despesas mensais (A) numa folha de cálculo Excel (S) e testar a funcionalidade da ferramenta (M) com a inserção das suas despesas do dia (R).

Exemplo 2: Para um ambiente fora da sala de aula (apanhar cogumelos com crianças)

Esboço do problema: Muitas famílias gostariam de passar algum tempo juntas na natureza e de apanhar cogumelos na floresta, no entanto, não têm a certeza de quais são os melhores para comer.

Objetivo de aprendizagem: Cada aluno será capaz de identificar (R) pelo menos 3 (M) espécies comestíveis (R) de cogumelos (S) que crescem na floresta ABC (A) em setembro (T).

TRANSFERÊNCIA

Que objetivos de aprendizagem são relevantes para os projetos de curso?

- Convide os alunos a desenvolver pelo menos um objetivo de aprendizagem SMART. Forneça-lhes o modelo vazio do plano do curso (ver anexo), que farão como trabalho de casa.
- Nas salas de discussão, os alunos podem colaborar em pares para discutirem as suas primeiras tentativas.
- Proporcione orientação para que tenham objetivos de aprendizagem consistentes.
- Peça a cada equipa que apresente ao grupo os seus objetivos de aprendizagem finais.
- Discuta na aula.

Documentação da formação (30 min)

Uma vez estabelecidos os Objetivos de Aprendizagem SMART - é crucial medir se os objetivos foram cumpridos. O feedback de outros é a forma perfeita de descobrir. Por este motivo, recomenda-se a recolha de feedback.

- Explique algumas metodologias estabelecidas para a avaliação do curso pelos participantes (feedback oral, feedback escrito com questionários online/impresos, métodos baseados no jogo, etc.)
- Brainstorming com o grupo para perguntas relevantes, por exemplo: Quantas espécies de cogumelos comestíveis é possível identificar? / Foi capaz de calcular as suas despesas mensais com o Excel? / O que achou do workshop? / Gostaria de recomendar este workshop? / Qual foi a sua satisfação com o resultado? / O que achou dos apresentadores do workshop? Que assuntos espera ver abordados nos próximos workshops?
- Implemente uma forma alternativa de recolher feedback do Dia 2, por exemplo, questionário online com o Google Forms.

TRANSFERÊNCIA

Quais são as formas adequadas para avaliar os seus cursos?

Conclusão e Trabalhos de casa

- Resuma as atividades e os resultados da aprendizagem do dia.
- Informe os participantes que no Dia 3 será realizada uma análise sobre o seu feedback para o Dia 2.
- Como trabalho de casa, é pedido que comecem a preencher os seus planos de curso e apresentem os seus resultados no Dia 3 (os tópicos básicos abordados são: título, grupo-alvo, ambiente de aprendizagem, objetivo de aprendizagem, recursos necessários, estrutura do curso, avaliação).
- Os participantes são livres de escolher o seu próprio modo de apresentação (por exemplo, apresentação PPT, apresentação oral, poster, etc. durante um máximo de 10 min.).
- As leituras recomendadas para os trabalhos de casa são: Módulos 4-6 em <https://europe-projects.client.miles-learning.com/group/2500/?wt=a5a68a83-928d-48fb-a1fe-fd0ea043d38d>

4.4. Curso Dia 3 – Formação em sala de aula

4.4.1. Objetivos

O terceiro dia do seminário é realizado presencialmente e será principalmente centrado no feedback aos cursos planeados, nas dinâmicas de grupo e estilos de aprendizagem.

4.4.2. Visão geral

Tema	Ligado ao(s)	Tempo	Materiais necessários
Revisão: O meu curso (Apresentações e feedback)	Módulo 5 Módulo 6	20 min	Computador / Vídeo projetor Quadro
Dinâmicas de Grupo	Módulo 6	60 min	Caneta, papel
Estilos de aprendizagem	Módulo 3	60 min	Caneta, papel
Avaliação	Módulo 6	60 min	Flipcharts ou Posters Post-its
Encerramento		30 min	

4.4.3. Resultados da aprendizagem

Depois deste dia de curso, os alunos...

- sabem o que é necessário para organizar uma sessão de formação interessante.
- conhecem diferentes ferramentas pedagógicas para organizar, inovar e gerir o seu curso.
- conhecem diferentes ferramentas para o trabalho em equipa e em grupo e podem aplicá-las.
- conhecem a importância do acompanhamento e da avaliação no processo de aprendizagem.
- conhecem diferentes métodos de acompanhamento e avaliação.
- sabem como melhorar o processo de ensino-aprendizagem após a avaliação.
- conhecem os conflitos potenciais que podem surgir na aprendizagem intergeracional.
- conhecem as estratégias de resolução de conflitos.
- sabem como prevenir conflitos.
- são capazes de planear e estruturar o seu próprio curso.
- são capazes de compreender a dinâmica de grupo e como contribuir positivamente
- estão conscientes dos diferentes estilos de aprendizagem e conseguem lidar com eles no âmbito do curso.
- podem avaliar eficazmente o seu curso com os participantes e também a si próprios.

- são capazes de melhorar continuamente a sua oferta e adaptá-la às necessidades e desejos dos participantes.

4.4.4. Programa

Revisão: O meu curso (aprox. 180 min / 20 min p.p.)

- Convide os participantes a apresentar a estrutura dos seus cursos, incluindo a informação básica e o(s) objetivo(s) de aprendizagem SMART. Para cada apresentação, planeie com 10 minutos de apresentação e 10 minutos de discussão na aula
- As perguntas orientadoras para feedback e discussão são:
 - (1) Os objetivos de aprendizagem são claros e exequíveis?
 - (2) O tempo é adequado?
 - (3) Todos os recursos necessários são tidos em conta?
 - (4) O esboço do curso adequa-se ao grupo-alvo?
 - (5) Como é a estrutura do curso?
 - (6) Existem ferramentas adicionais que recomendaria utilizar?
 - (7) Há mais alguma coisa que possa mudar?

TRANSFERÊNCIA

Onde poderiam os cursos ser implementados a nível local/regional?

Dinâmica de Grupo e Lidar com os conflitos (60 min)

As dinâmicas de grupo e os conflitos são tópicos importantes a serem tratados no processo de ensino-aprendizagem. As dinâmicas de grupo determinam a relação entre indivíduos de um grupo e revelam fatores que apoiam ou contrariam o trabalho em conjunto. Introduzir o tema das dinâmicas de grupo e como estas afetam a aprendizagem. Embora aplicável principalmente às equipas, a teoria da dinâmica de grupo de Tuckman e Jensen é frequentemente empregada na indústria da formação para descrever eventos que ocorrem dentro de grupos que participam em programas de formação a longo prazo. A noção é ainda reforçada por um consenso sobre a forma como um formador deve responder a cada nível do procedimento.

Comportamento do facilitador/formador, dependendo do nível da dinâmica de grupo.

- **Direção (Formação)**
 - (1) preparar o contexto
 - (2) esclarecimento de papéis, expectativas
 - (3) estabelecer objetivos e dar estrutura à construção de grupos

- **Coaching (Storming & Norming) traz à luz dificuldades e valida as preocupações**
 - (1) facilitar a comunicação
 - (2) gestão de conflitos
 - (3) comentários e sugestões de boas-vindas
 - (4) reconhecer a tensão e permiti-la

- **Apoio (Normalização e Execução)**
 - (1) fornecer os seus próprios recursos e pensamentos
 - (2) partilhar as rédeas do poder
 - (3) estar acessível para aconselhamento
 - (4) minimizar a separação de um grupo e de uma organização

- **Delegar (Luto)**
 - (1) apoiar, renunciar
 - (2) ajudar a equipa com a rescisão

Além disso, o tratamento adequado com conflitos é crucial nos contextos de ensino-aprendizagem. Utilizar a informação que se encontra no Módulo 6 para aprofundar este tópico com os participantes.

TRANSFERÊNCIA

Uma fase de partilha e reflexão pode orientar os participantes a considerar como o seu próprio grupo evoluiu com vista aos conceitos da teoria da dinâmica de grupo.

Para aprofundar os seus conceitos de curso, é importante contrariar potenciais conflitos

- Discuta com o seu grupo sobre a dinâmica de grupo e o que a está a afetar.
- Faça brainstorming sobre possíveis intervenções positivas.
- Faça brainstorming sobre possíveis conflitos e estratégias de resolução de conflitos no contexto de ensino-aprendizagem.

Estilos de aprendizagem (60 min)

Introduzir aos participantes os diferentes estilos de aprendizagem antes de praticarem a conceção de sessões de formação que tenham em conta vários estilos de aprendizagem no trabalho de grupo (eventualmente com base no seu próprio esboço de curso de aprendizagem), por exemplo, estilos de aprendizagem VAK, ciclo de aprendizagem Kolb e estilos de aprendizagem Honey-Mumford (Módulo 3).

Desenhar uma sessão de aprendizagem experimental (de acordo com o Ciclo de Aprendizagem Experimental de Kolb): A aprendizagem experimental encoraja os alunos a participar na aquisição de conhecimentos em si e é, portanto, mais motivadora. O modelo de Kolb apoia o desenvolvimento de sessões de formação experiencial.

- Realizar um trabalho em dupla para verificar os planos do curso e, se as fases do ciclo de aprendizagem de Kolb, são suficientemente refletidas.
- Discutir na aula como mais destas ideias poderiam ser acrescentadas.

TRANSFERÊNCIA

De acordo com Kolb, existem diferentes tipos de estilos de aprendizagem que preferem diferentes estilos de apresentação, exercícios, recursos do curso (ver Módulo 3).

Peça aos participantes que verifiquem se consideraram uma variedade apropriada para todos os tipos com os seus cursos.

Avaliação (60 min)

A avaliação é fundamental para o facilitador/formador: no que diz respeito à melhoria das competências, à conclusão de um relatório de projeto, à continuação do desenvolvimento do workshop, etc. A avaliação tem de ser uma atividade individual no final de um workshop/curso.

- Reveja os resultados do questionário do Dia 2 (online) com os seus participantes e discuta mais detalhadamente como a avaliação pode ser conduzida, que ferramentas online e offline estão disponíveis a este respeito? Como podem os formadores avaliar corretamente os seus cursos e o que tem de ser considerado.
- Para avaliar o programa de formação como um todo (composto pelos três dias de curso) mostre a utilização de um método de avaliação offline com os seus participantes como um exemplo:
 - (1) Escreva 4 ou 5 perguntas de avaliação orientadas no flipchart ou em cartazes e coloque-as à volta da sala. Exemplos de perguntas de avaliação: O que

aprendemos? / Que novas ideias obtivemos? / O que funcionou bem? / O que é que podemos fazer melhor?

- (2) Entregue algumas notas post-it a cada pessoa.
- (3) Peça-lhes que escrevam as suas respostas às perguntas de avaliação e as coloquem no sítio certo. As respostas são anónimas. Uma vantagem simples disto é o movimento - muitas vezes os workshops envolvem muitas sessões, levantar as pessoas ajuda o fluxo sanguíneo e aumenta o pensamento. Todos se lembrarão de diferentes aspetos do workshop e terão perspetivas diferentes; a discussão em grupo permite que o workshop seja revisto por uma equipa e aprofunda ainda mais algumas das aprendizagens.

TRANSFERÊNCIA

Pense "fora da caixa":

Pergunte aos participantes seniores: Que outros conteúdos de formação seriam valiosos com vista a encorajar mais atividades de IGL na sua região? As partes interessadas estão suficientemente envolvidas? Existem necessidades de formação para a geração mais jovem?

Conclusão e Trabalho de Casa

- Faça um resumo das atividades e dos resultados da aprendizagem do dia.
- Se ainda tiver a oportunidade de um Dia 4, recomenda-se que os alunos preparem uma sessão detalhada e conduzam parte dela com os seus pares na aula. Eles podem implementá-la com as suas ferramentas preferidas.
- Esclareça quaisquer questões em aberto, agradeça aos alunos pela sua participação e cooperação. Prepare e entregue certificados (encontra um modelo nesta publicação).
- Incentive os participantes a utilizar o website AGE:WISE e a plataforma de aprendizagem para fins de aprendizagem futura.
- Tente organizar uma sessão de seguimento para se manterem em contacto e fazer com que os seus projetos e planos de curso IGL se tornem realidade.

4.5. Curso Dia 4 (Opcional) – Formação em sala de aula

4.5.1. Objetivos

O quarto dia do seminário é realizado pessoalmente e focará principalmente a apresentação de partes das atividades do curso de aprendizagem intergeracional (IGL) planeado para o grupo e o feedback relevante para melhoramento.

4.5.2. Visão geral

Tema	Ligado ao	Tempo	Materiais necessários
Revisão: Conteúdo do meu curso	Módulo 5 Módulo 6	60 min/p.p.	Computador / Vídeo-projetor Quadro / Flipchart / Post-its
Networking (Trabalho em rede)	/	60 min	(Lanches e café)

4.5.3. Resultados de aprendizagem

Depois deste dia de curso, os alunos...

- são capazes de atualizar e finalizar os seus próprios planos de curso de acordo com o feedback recebido.
- têm uma ideia clara sobre onde e como conduzir o seu curso após o intercâmbio com outros participantes.

4.5.4. Programa

Revisão: Conteúdo do meu curso (60 min p.p.)

Todos os participantes devem ter a oportunidade de apresentar parte do seu curso ao grupo, de modo a receber feedback que possa ser incorporado. Isto deve permitir-lhes esclarecer questões abertas e motivá-los a começar imediatamente com o seu curso/workshop.

Networking (60 min)

A parte final do evento de formação vai permitir algum trabalho em rede entre os participantes para trocar informações sobre onde e como estão a planear realizar o seu curso. Neste processo, o formador pode atuar mais como um facilitador de ideias e sugestões.

5. CERTIFICADO



CERTIFICADO

Confirma-se que

PRIMEIRO NOME APELIDO

completou o Curso de Aprendizagem Mista "AGE:WISE" (Entre Gerações: Formas de Integrar os Seniores através da Educação) e adquiriu as seguintes competências

Módulo 1: Heterogeneidade Etária

Aprendizagem intergeracional

- Definir o que é a aprendizagem intergeracional (IGL).

Utilização positiva da heterogeneidade etária nos processos de ensino-aprendizagem

- Ilustrar a utilização positiva da heterogeneidade etária nos processos de ensino-aprendizagem.

Reconhecer as diferenças, procurar semelhanças

- Descrever dicas práticas para a diversidade etária como um trunfo no processo de ensino-aprendizagem.

Aprender uns com os outros

- Aplicar dicas práticas sobre como apoiar o intercâmbio de competências a nível intergeracional.

Módulo 2: Descobrir o seu potencial / Criar o seu percurso de aprendizagem

Seniores como professores

- Compreender os papéis e as tarefas básicas do professor ou formador.

Descobrir o seu potencial

- Descrever as competências adquiridas durante a sua carreira, bem como durante a prática dos seus passatempos e atividades sociais.

Criar o seu percurso de aprendizagem

- Resumir as competências que ainda precisa de adquirir e criar um plano de ação detalhado sobre a forma de o conseguir.

Módulo 3: Teoria da Aprendizagem

Aprender a aprender

- Descobrir teorias por detrás do processo de aquisição de conhecimentos e competências.

Estilos de aprendizagem visual, auditiva e cinestésica

- Comparar os estilos de aprendizagem visual, auditiva e cinestésica e como ajustar o conteúdo às suas necessidades.

O ciclo de aprendizagem de Kolb & os estilos de aprendizagem Honey-Mumford

- Analisar como utilizar a teoria da aprendizagem para conceber a experiência de aprendizagem intergeracional.

Módulo 4: Fundamentos de metodologia e didática

A arte de ensinar e os seus métodos

- Enumerar a metodologia e didática utilizadas no processo de ensino.

Como conceber as suas aulas de uma forma intergeracional

- Distinguir os métodos de ensino no contexto intergeracional - exemplos de boas práticas.

O seu estilo pessoal de ensino

- Escolher e ajustar os métodos de acordo com as necessidades do seu grupo-alvo.

Módulo 5: Preparação do workshop

Ambiente de aprendizagem

- Combinar regras importantes para criar um bom ambiente de aprendizagem.

Objetivos de ensino

- Interpretar dicas práticas para definir expectativas e estabelecer a aprendizagem.

Documentação de formação

- Considerar os aspetos formais da realização de sessões de formação em diferentes projetos.

Módulo 6: Caixa de Ferramentas do Formador

Prevenção de conflitos e transformação

- Fazer corresponder as recomendações de iniciativa pessoal para a prevenção e resolução de conflitos.

Aprendizagem experiencial e participativa

- Demonstrar a aprendizagem experimental através da ação participativa.

Ferramentas úteis no processo de ensino

- Experimentar o uso de ferramentas no processo de ensino.

Tecnologia

- Utilizar tecnologias e ferramentas digitais.

Avaliação do processo de ensino-aprendizagem

- Planear como avaliar o processo de ensino-aprendizagem e como melhorá-lo.

6. Conclusão

As organizações envolvidas utilizaram investigação atualizada, entrevista a peritos e abordagens inovadoras para criar esta publicação.

Para professores e organizações de educação de adultos, a publicação destina-se a proporcionar uma introdução ao tema da aprendizagem intergeracional (IGL) orientada para o futuro.

Ao utilizar a publicação, o website do projeto www.agewise.eu e a plataforma de aprendizagem, os professores adultos na Europa podem conceber os seus próprios formatos de cursos à medida para a formação de seniores como futuros professores de educação de adultos.

Evidentemente, todos os utilizadores são livres de alterar a encomenda e seleção de materiais de acordo com as suas próprias necessidades. Mesmo uma transferência para outras áreas da educação de adultos pode ser considerada.

Informe-nos como os resultados do projeto **AGE:WISE** o ajudam no seu trabalho profissional e não hesite em contactar a instituição coordenadora para obter feedback:

bit schulungscener <https://www.bitschulungscener.at/en/innovation>

Boa sorte com a implementação de atividades de aprendizagem intergeracional na Europa!

A equipa do projeto AGE:WISE



7. Anexos

Bingo Humano

Bingo Humano				
Toca Guitarra	Gosta de ler	Gosta de cozinhar	Tem uma irmã	Fala italiano
Tem um gato	Adora apanhar cogumelos	Vive perto da floresta	Gosta de cantar	Viajou para França
Gosta de caminhadas	É bom em arte e artesanato	Consegue reparar o carro	Anda de bicicleta regularmente	Nasceu em Setembro
Gosta de viajar de comboio	É pontual	Já participou em reuniões de Zoom	Fala mais de 3 línguas	Já trabalhou com crianças

As minhas capacidades, o meu potencial

- Em que é que sou bom?
- Em que é que sou mais ou menos?
- Em que é que eu não sou tão bom?
- O que me deixa cansado?
- De quanto descanso preciso?
- Qual é o aspeto mais crucial da minha vida?
- Quem são as pessoas mais importantes na minha vida?
- O que é que me irrita?
- O que é que me motiva?
- Que coisas ou ações podem ajudar-me a recuperar a motivação depois de a perder?
- O que é que me relaxa?
- Qual é a minha definição de sucesso?
- Que tipo de trabalho faria de graça, de forma gratuita?
- Quais são os meus horários mais produtivos do dia?
- Qual é a minha forma preferida de aprendizagem?
- Como é que quero que os outros me vejam?
- Que comportamentos não me agradam nas outras pessoas?
- O que me deixa triste?
- Como é que consigo gerir pensamentos e sentimentos negativos?
- O que é que me faz feliz?
- O que é que me faz ter medo?
- O que me deixa com raiva?
- Que tipo de amigo quero ser?
- O que penso de mim mesmo?
- Que coisas é que valorizo na vida?
- Existe algo na minha vida que tomo por garantido?
- O que é que respeito em mim?

Plano de curso



Título do Workshop	
Objetivos (SMART)	
Tópicos abordados	
Estrutura do workshop Detalhes: Que ferramentas? Horário, cronograma	
Materiais	
Questões de avaliação	