|  |  |
| --- | --- |
| **Nazwa działania** | **OUTDOOR LEARNING** |
| **Cel działania** | Outdoor learning – skuteczna metoda rozwoju indywidualnego, społecznego i edukacyjnego, opierająca się na stałym kontakcie uczestników z naturą. Obejmuje różne działania i doświadczenia, mające na celu poprawę umiejętności osobistych, społecznych i środowiskowych. Uczestnicy rozpoznają swoje mocne strony/talenty, wzmocnią umiejętności miękkie, zbudują poczucie własnej wartości/ samoświadomości i wzmocnią postawy związane z zatrudnieniem, nawiążą trwałe relacje z innymi uczestnikami wyprawy. |
| **Kontekst** | Według opisu modelu edukacji outdoorowej Gilbertsona, Outdoor Learning zawiera w sobie 3 elementy: 1. Rozwój umiejętności fizycznych; 2. Rozwój interpersonalny lub rozwój umiejętności edukacyjnych; 3. Rozwój relacji ekologicznych (relacji ze środowiskiem).Outdoor Learning wykształca lub wzmacnia wiele umiejętności i postaw niezbędnych osobom migranckim do efektywnego funkcjonowania w nowym kraju, takich jak radzenie sobie ze stresem, identyfikacja pozytywnych cech i możliwości ich wykorzystania, pokonywanie swoich ograniczeń i zwalczanie własnych lęków, wzmocnienie pewności siebie, zaradność życiowa i podniesienie samooceny. Wykształcone bądź wzmocnione ww. cechy pomogą w podniesieniu poziomu integracji ze społeczeństwem przyjmującym, a przede wszystkim w poprawie sytuacji społecznej uczestników i ich rodzin. Przełożą się też na wzrost integracji społeczno-gospodarczej obywateli państw trzecich, poprzez śmielsze i bardziej świadome podejmowanie aktywności społecznej i ekonomicznej, w oparciu o podniesiony poziom samooceny i pewności siebie, wzrost zaradności życiowej i odwagi w podejmowaniu kluczowych decyzji. |
| **Czas:** | 24 godziny na dobę przez 3 dni |
| **Kluczowe osoby i ich obowiązki:** |  Za realizację zadania i bezpieczeństwo grupy odpowiadają 3 trenerzy od Outdoor Learning, którzy podczas wyprawy wykorzystując zaobserwowane sytuacje i zachowania pomagają uczestnikom zrozumieć, jak wykorzystać swoje umiejętności w edukacji czy codziennym życiu, jak przekuć je na wzajemne wsparcie. |
| **Odbiorcy:** | Osoby migranckie z obniżoną samooceną, które potrzebują na nowo zdefiniować swoje potencjały i mocne strony, zyskać umiejętność radzenia sobie z nagromadzonym stresem i odwagę do pokonywania życiowych przeszkód. |
| **Potrzebujemy:** | Wynajem sprzętu obozowego, ubezpieczenie wyprawy, miejsca biwakowe, dowóz uczestników na miejsce startu wyprawy i powrót. |
| **Narzędzia i materiały:** | Uczestnicy wyprawy w terenie powinni posiadać odpowiedni ubiór – np. buty trekkingowe czy kurtkę chroniącą przed niekorzystnym wpływem warun­ków termiczno – pogodowych oraz przed zagrożeniami biologicznymi. Należy także zabierać ze sobą w teren od­powiednią ilość pożywienia (produktów, z których uczestnicy przygotują dla siebie potrawy) i wody. Podczas zajęć w terenie niezbędna jest apteczka przenośna, wyposażona standardowo. |
| **Przebieg działania****(Przykład)** | Dzień 1- Przyjazd grupy, przywitanie, oprowadzenie po miejscu- Rozbijanie obozu (uczestnicy zachęcani są do wyznaczenia i utworzenia pola namiotowego)- Wzajemne poznanie się (skąd jestem, oczekiwania, nadzieje, pytania). Przedstawienie ogólnej wizji wyprawy (+ deklaracje ze strony uczestników co do zasad, tj. brak ścisłej struktury czy odgórnego planu, otwartość na potrzeby grupy, partycypacja). Kontrakt mówiony. Informacja o indywidualnych rozmowach, o rolach w grupie (od następnego dnia). Wydanie sprzętu - Kolacja i mandala z intencjami (wcześniej przygotowany krąg świec i kwiatów - każdy w drodze do mandali bierze jakiś element natury np. szyszkę, a w kręgu każdy proszony jest o powiedzenie, z jaką intencją przyszedł na spotkanie i dodanie swojego elementu do mandali). |
| Dzień  2- Śniadanie przygotowane wspólnie przez Uczestników i Trenerów  - Kąpiel dźwiękowa w hamakach- Lunch przygotowany wspólnie przez Uczestników i Trenerów - Spacer sensoryczny/spacer zaufania (chodzenie w parach, każda osoba doświadcza lasu przez 20 minut z zamkniętymi oczami/zawiązanymi oczami)- Kolacja przygotowana wspólnie przez Uczestników i Trenerów  |
| Dzień 3- Śniadanie przygotowane wspólnie przez Uczestników i Trenerów- Wymarsz - w tym mini spacery solo- Lunch przygotowany wspólnie przez Uczestników i Trenerów - Pakowanie obozu- Uroczysta kolacja przygotowana wspólnie przez Uczestników i Trenerów- Spotkanie grupy w kręgu - podsumowanie tego, na czym kończę- Dokumentacja- Podróż do domu |
| **Ryzyka** | Warto wspomnieć o typowej dla Outdoor Learning specyfice, która przekłada się na niepisaną zasadę "im gorzej, tym lepiej". Im trudniejszy dzień - np. pełen deszczu, frustracji, czasem napięć interpersonalnych, niedogotowanego obiadu - tym większą wartość rozwojową trenerzy mogą stworzyć z uczestnikami na poziomie grupy. Te subtelne zjawiska są następnie wychwytywane przez trenera Outdoor Learning z poziomu grupy i przenoszone na poziom indywidualny w formie pytań w rozmowach jeden na jeden z uczestnikiem, w przyjazny i nieoceniający sposób. |
| **Wskazówki / złote rady** | Ważne jest, aby budować świadomość możliwych zmian w zakresie niektórych celów grupy, a także konkretnych celów członków grupy, ponieważ mogą one ewoluować lub zmieniać się w czasie. Ważne jest, aby wziąć te zmiany pod uwagę i dostosować się do nich, aby utrzymać spójność i sukces grupy oraz budować na akceptacji, a nie frustracji. |
| **Po więcej informacji zgłoś się do:** | ̻Bank Żywności w Olsztynieul. Marka Kotańskiego 110-166, Olsztynbz.olsztyn@bankizywnosci.pl[www.olsztyn.bankizywnosci.pl](http://www.olsztyn.bankizywnosci.pl/)̻Centrum Innowacyjnej EdukacjiBukwałd 45A,11-001 Bukwałd, Polskainfo@ciedu.eu<https://ciedu.eu/> |