MATERIAŁY LEADER100
DO ROZWOJU OSOBISTEGO

ROZWIJAM I WZMACNIAM KOMPETENCJĘ: ODPOWIEDZIALNOŚĆ

(na poziomie Senior-Leader)

Nawyk utrwalany na tym poziomie:

ODPOWIEDZIALNIE ZAJMUJĘ SIĘ POWIERZONĄ MI GRUPĄ OSÓB

KLASY I-II SZKOŁY PONADPODSTAWOWEJ

Kompetencja:
ODPOWIEDZIALNOŚĆ
(poziom Senior-Leader)

Drodzy Rodzice,
Drodzy Nauczyciele,

Jak wskazują liczne badania naukowe oraz doświadczenia praktyczne, życiowy sukces zależny jest w zdecydowanej mierze od tzw. kompetencji miękkich (np. umiejętności pracy w zespole, odpowiedzialności, kreatywności czy podejmowania inicjatywy). Kompetencje te mogą być kształtowane na skutek utrwalania pozytywnych nawyków, takich jak porządek, podejmowanie odpowiedzialności za wykonaną pracę czy odpowiedni sposób informowania o wykonanych zadaniach. Aby wspomóc Państwa pracę wychowawczą, pragniemy podzielić się naszym ponad dziesięcioletnim doświadczeniem w zakresie rozwoju pozytywnych nawyków.

Przedstawione materiały zawierają narzędzia, które umożliwią dzieciom czerpanie satysfakcji z samodzielnej pracy nad utrwalaniem pozytywnych nawyków. W ich skład wchodzą: **Samoocena Ucznia**, **Plan Treningu Ucznia wraz z Tabelą Codziennych Postępów** oraz **wskazówki**, jak osiągnąć postępy ćwicząc przez cały miesiąc. Chcemy podzielić się **doświadczeniem**, jak można pomóc dzieciom w osiągnięciu ich celów. W naszych materiałach przydatne informacje znajdą nie tylko rodzice, ale też osoby biorące udział w wychowaniu dzieci: nauczyciele, trenerzy czy wychowawcy. Przedstawiona struktura działania oparta jest na naszym ponad dziesięcioletnim doświadczeniu, jak również na badaniach naukowych, które prowadzą do dwóch podstawowych wniosków:

1. Powtarzanie danej czynności przez 28 kolejnych dni pozwala wykształcić pozytywny nawyk
2. Wsparcie udzielone dzieciom przez rodziców, wychowawców, nauczycieli czy trenerów w sposób istotny wzmacnia proces nabywania pozytywnych nawyków przez dzieci

Materiały Leader100 pomogły już tysiącom rodzin na całym świecie w osiąganiu sukcesów wychowawczych. Setki szkół z różnych krajów korzystają z naszych materiałów jako uzupełnienie programu wychowawczego.

W niniejszym podręczniku proponujemy Państwu narzędzia, które pomogą w kształtowaniu kompetencji ***Odpowiedzialności***.

Narzędzie to składa się z 6 zestawów dokumentów dla dzieci i młodzieży w wieku 6-7, 8-9, 10-11, 12-13, 14-15, 16-18 lat. Znajdą tam Państwo propozycje, jak razem z dzieckiem zaplanować zdobycie ważnej kompetencji, jaką jest *Odpowiedzialność*. Pomogą w tym wyżej wymienione dokumenty.

Nasze doświadczenie podpowiada, iż wspomaganie wysiłków dzieci według proponowanej struktury pozwala także na rozwój umiejętności rodziców, nauczycieli, wychowawców czy trenerów. Dzięki uwagom otrzymywanym od osób korzystających z materiałów Leader100, my również stale się rozwijamy. Dlatego zwracamy się do Państwa z prośbą o dzielenie się doświadczeniami z pracy z materiałami.

Wierzymy, że przekazane materiały ułatwią rodzicom i nauczycielom ich pracę wychowawczą (również w okresach wakacji, nauki zdalnej bądź hybrydowej, etc.), a także pomogą dzieciom w osiąganiu sukcesów będących źródłem satysfakcji.

Życzymy przyjemnej pracy,

Zespół fundacji edukacyjnej Leader100
leader100@leader100.pl – www.leader100.pl

Kompetencja: ODPOWIEDZIALNOŚĆ (poziom Senior-Leader)

Materiały Leader100 do rozwoju osobistego to narzędzia wspierające rodziców oraz placówki edukacyjne w pracy wychowawczej. Zestaw materiałów zawiera dokumenty przeznaczone dla uczniów oraz ich rodziców, opiekunów, coachów, trenerów, wychowawców i nauczycieli.

Dokumenty tego zestawu przy wsparciu otoczenia domowego i pozadomowego pomogą uczniowi rozwinąć kompetencję *Odpowiedzialność* na poziomie Senior-Leader poprzez utrwalenie odpowiedniego nawyku.

	Poziomy Programu Leader100	Nawyki kompetencji *Odpowiedzialność*
	Child-Leader (sugerowany od 6 r. ż.)	Uważam na to, co robię
	Young-Leader (sugerowany od 8 r. ż.)	Liczę się z konsekwencjami tego, co robię
	Pre-Leader (sugerowany od 10 r. ż.)	Znam i wypełniam moje obowiązki
	Junior-Leader (sugerowany od 12 r. ż.)	Wykonuję powierzone mi zadania i zawiadamiam o ich wypełnieniu
✓	**Senior-Leader (sugerowany od 14 r. ż.)**	Odpowiedzialnie zajmuję się powierzoną mi grupą osób
	College-Leader (sugerowany od 16 r. ż.)	Jeśli jest taka potrzeba, przejmuję odpowiedzialność za rozdzielenie i koordynację zadań, aby osiągnąć zamierzony cel

Z materiałów Leader100 można korzystać indywidualnie, np. rodzice z dzieckiem, nastolatek w celu samodoskonalenia itd. Można je również wykorzystać w grupie, np. klasa w szkole, drużyna harcerska, koło ministrantów, drużyna sportowa itp.

Istotną rolę odgrywa osoba koordynująca działania, która rozdysponowuje materiały Leader100 wszystkim uczestnikom. W przypadku pracy indywidualnej rolę tę może pełnić samo dziecko (lub rodzic, gdy dziecko jest zbyt małe), w przypadku pracy grupowej – wychowawca lub opiekun grupy.

Oczywiście najważniejsze, niezależnie od sytuacji i konfiguracji, jest zaangażowanie rodziców jako pierwszych wychowawców. Dom rodzinny jest środowiskiem, w którym najbardziej rozwijamy dobre nawyki i kompetencje.

Więcej informacji o „Leader100 – Program rozwoju nawyków i kompetencji" można znaleźć na stronie www.leader100.pl lub pisząc na adres leader100@leader100.pl

SPIS TREŚCI

JAK TO DZIAŁA? 5
1. SAMOOCENA UCZNIA 9
2. PLAN TRENINGU UCZNIA 10
3. REALIZACJA PLANU TRENINGU UCZNIA 11
COACHING, COACH I JEGO ROLA W PROGRAMIE LEADER100 12
ROZMOWA UCZEŃ – COACH 14
ROZMOWA RODZICE – COACH 16
BIBLIOTEKA ARYSTOTELESA 17
BIBLIOTEKA ARYSTOTELESA – FILMY 21
DO PRACY W GRUPIE – instrukcja 23
MATERIAŁ DO PRACY W GRUPIE 24
PYTANIA I SUGESTIE DLA RODZICÓW 26
SUGESTIE DLA NAUCZYCIELI I SZEROKO ROZUMIANEGO OTOCZENIA WYCHOWUJĄCEGO UCZNIA 27
EWALUACJA NAWYKU I KOMPETENCJI 28
CO DALEJ? – PRACA NAD NOWĄ KOMPETENCJĄ I NAWYKIEM 29

„Materiały Leader100 do rozwoju osobistego – Rozwijam i wzmacniam kompetencję: Odpowiedzialność (na poziomie Senior-Leader)"

Copyright ©: Leader 100 – Fundacja (www.leader100.pl)
Wszelkie prawa zastrzeżone. Na podstawie Ustawy o Prawie Autorskim zabrania się tłumaczenia i dokonywania przeróbek tego zestawu dokumentów, w całości lub części, bez uprzedniej pisemnej zgody Leader 100 – Fundacji.

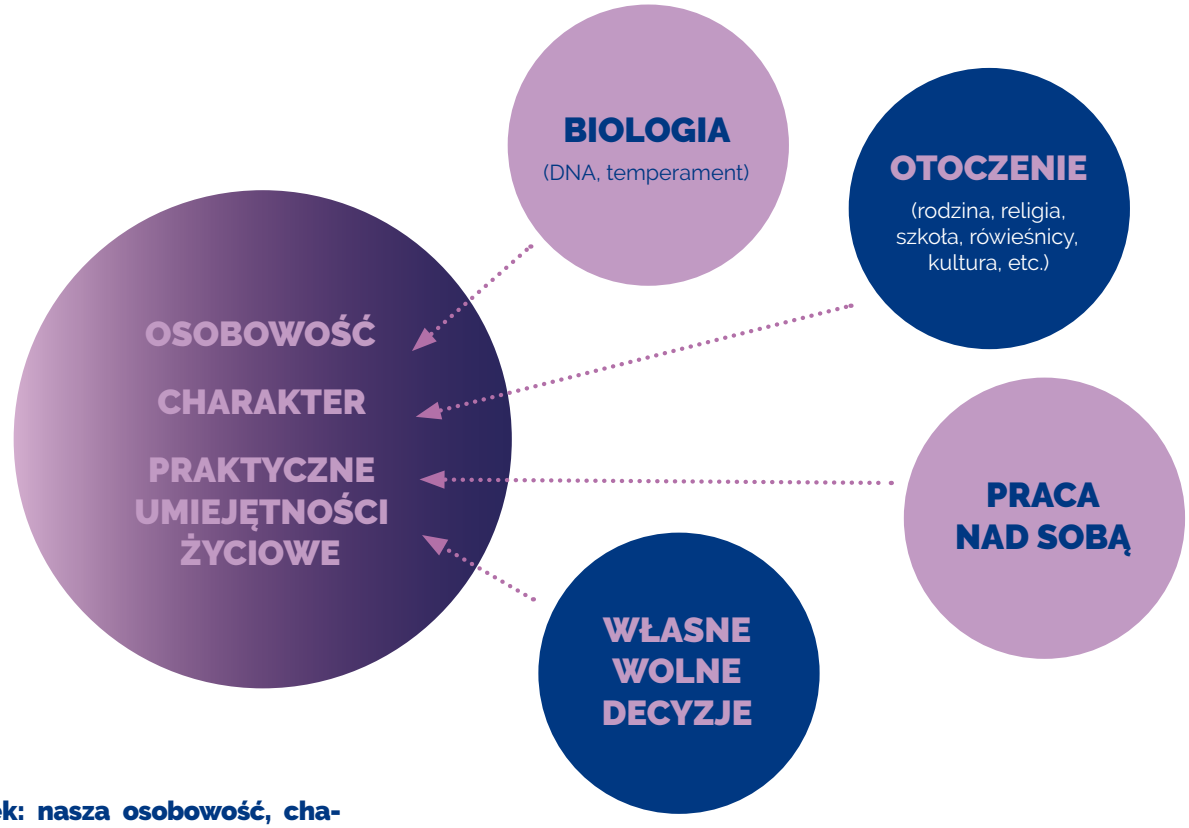
Wydawca: Leader 100 - Fundacja, ul. Mrówcza 243, 04-697 Warszawa
KRS 0000377782; NIP 7010282972; REGON 142811530
Kontakt: leader100@leader100.pl lub +48 514 170 912

Wydawca dziękuje Fundacji Revimine z GK KGHM za uczestnictwo w mecenacie ogólnopolskiej akcji udostępnienia e-booków Leader100 kompetencji ODPOWIEDZIALNOŚĆ (edycja 2021/2022), które zostały zrealizowane z pomocą GK KGHM.
Leader100 – Fundacja kieruje specjalne podziękowania dla wszystkich instytucji i firm, które w różny sposób przyczyniły się do realizacji e-booków i ich udostępnienia dla polskich rodzin i szkół w kraju i za granicą. Wśród tych organizacji znajdują się: Ministerstwo Edukacji i Nauki, Ośrodek Rozwoju Edukacji, GK KGHM, Fundacja Revimine, Fundacja PZU, Fundacja SuperDrob Uskrzydlamy.
Materiały te zawierają zestaw dokumentów do rozwijania jednego nawyku danej kompetencji. Wszystkie materiały Leader100 obejmują 25 kompetencji i 156 nawyków dla dzieci i młodzieży w wieku od 6 do 18 lat (zobacz tabelę na końcu tego e-booka). Szkoły korzystające na stałe z materiałów Leader100 do uzupełnienia swojego programu profilaktyczno-wychowawczego udostępniają je uczniom i ich rodzicom oraz nauczycielom przez platformę internetową Leader100.

Fundusz stypendialny:
Jeśli chcesz wziąć udział w tworzeniu funduszu stypendialnego przeznaczonego w całości na finansowanie pełnego lub częściowego stypendium na dostęp do materiałów Programu Leader100 dla szkół, uczniów oraz rodzin, które go potrzebują, możesz przekazać darowiznę na konto funduszu stypendialnego:
Leader 100 – Fundacja, ul. Mrówcza 243, 04-697 Warszawa
Numer konta funduszu stypendialnego: PL 97 2130 0004 2001 0553 9085 0003
Tytuł przelewu: Darowizna na cele edukacyjne, e-mail [WPISAĆ swój adres e-mail]

JAK TO DZIAŁA?

Nasza osobowość i charakter częściowo zależą od czynników biologicznych, jednak w większości (podobnie jak nasze praktyczne umiejętności życiowe), zależą od innych czynników, na które w dużym stopniu możemy wpływać.



Wniosek: nasza osobowość, charakter i praktyczne umiejętności życiowe nie są dane raz na zawsze. Możemy je aktywnie udoskonalać, powtarzając dobre rutyny lub łańcuchy zdarzeń oraz rozwijając nawyki, cnoty i kompetencje.

W czasach starożytnych kompetencje takie jak odpowiedzialność, porządek etc. nazywane były cnotami, czyli trwałą zdolnością do dobrego lub dobrym, operatywnym nawykiem. Na przykład cnoty kardynalne według Arystotelesa to męstwo, sprawiedliwość, umiarkowanie i roztropność.

Ważne jest, aby podejmować właściwe, konkretne decyzje; systematycznie powtarzać dobre rutyny i pracować nad sobą, aby ze wsparciem otoczenia, utrwalać odpowiednio wyselekcjonowane nawyki.

*„Jesteśmy tym,
co w swoim życiu powtarzamy.
Doskonałość nie jest
jednorazowym aktem,
lecz nawykiem”*

Arystoteles (IV w. p.n.e.)

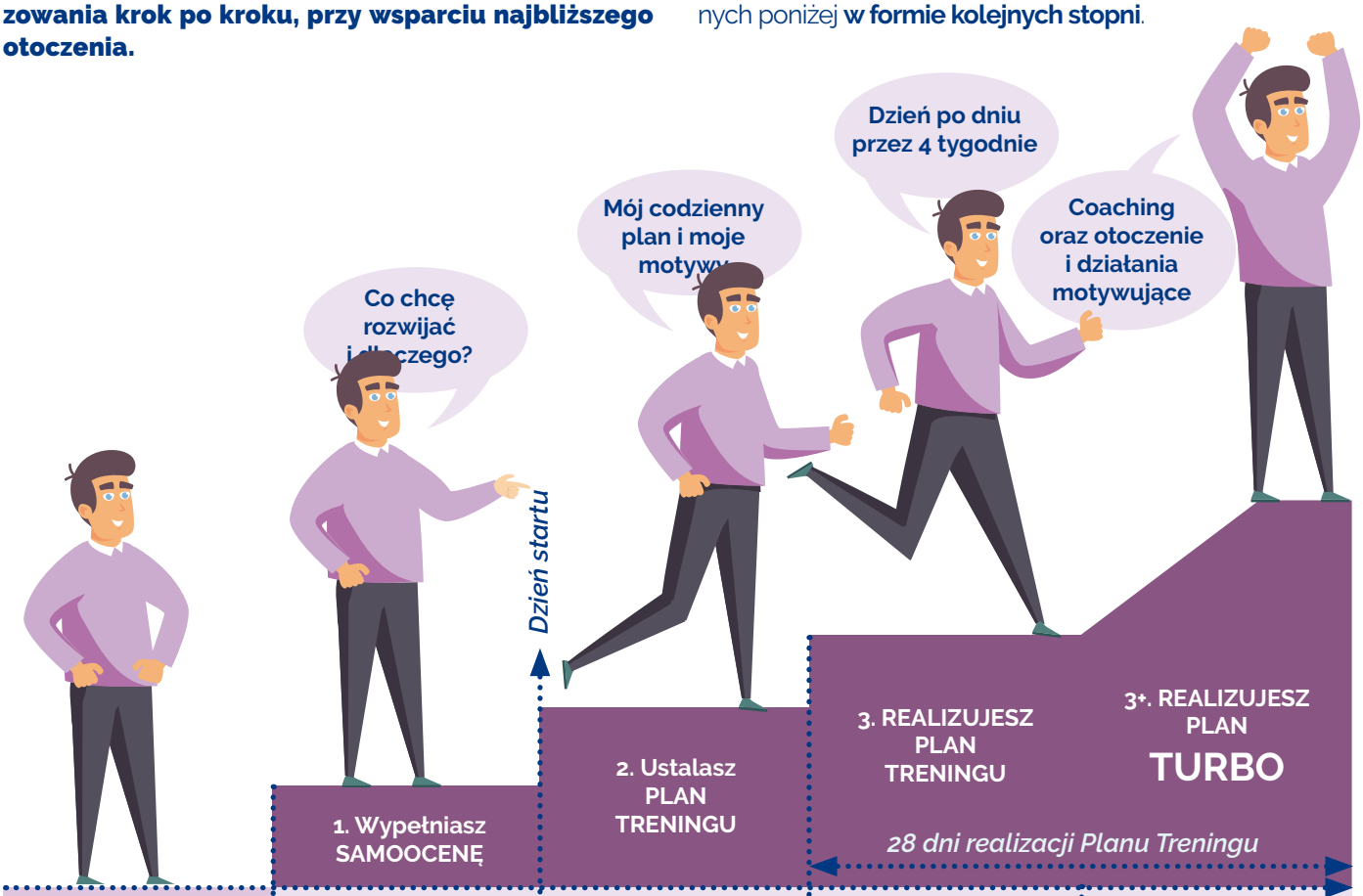
Kompetencja:
ODPOWIEDZIALNOŚĆ
(poziom Senior-Leader)

TWÓJ ROZWÓJ TO DROGA NA SZCZYT

LEADER100 daje ci mapę i odpowiedni sprzęt!

Systematyczna praca nad sobą wymaga posiadania konkretnego planu rozwoju osobistego i jego realizowania krok po kroku, przy wsparciu najbliższego otoczenia.

Mówiąc ogólnie, realizacja każdego planu rozwoju wymaga **pokonania trzech etapów,** symbolicznie przedstawionych poniżej **w formie kolejnych stopni**.



Kluczowe czynniki sukcesu w poszczególnych etapach („mapa")	• Szczera ocena i diagnoza • Określenie sytuacji, które z powodu braku nawyku powodowały problemy dla mnie lub dla innych	• Konkretne ustalenie, jakie są cele i codzienne zadania, które utrwalą ćwiczony nawyk • Określenie, po co chcę rozwijać kompetencję (jakie są moje motywy)	• Sumienne realizowanie własnego Planu Treningu • Codzienne wypełnianie Tabeli Postępów • Automotywacja	• Wspierająca rodzina i motywujące otoczenie • Coaching (jest ktoś, kto wie, jaki mam Plan i rozmawiamy o tym)
Materiały i narzędzia do ćwiczenia nawyku w zestawie LEADER100 („sprzęt")	• Ankieta do samooceny	• Lista konkretnych propozycji celów i zadań do wyboru • Lista możliwych *motywatorów*	• Panel Rozwoju • Tabela Codziennych Postępów • Motywujące teksty i filmy z Biblioteki Arystotelesa	• Sugestie dla rodziców i otoczenia • Materiały do pracy w grupie • Instrukcje dotyczące coachingu

Co dalej?
Struktura i schemat współdziałania w Leader100

Aby ułatwić współdziałanie wszystkich osób zaangażowanych w Leader100, poniżej przedstawiono w syntetycznej formie informacje na temat osób uczestniczących w Programie rozwoju osobistego Leader100, ich roli, zadań oraz materiałów, które mają wspomóc pracę nad rozwojem.

UCZEŃ:

- Najważniejsza osoba w Leader100. Przy pomocy materiałów Leader100, pracuje nad rozwojem wybranej kompetencji poprzez utrwalenie konkretnego nawyku. Korzysta przy tym ze wsparcia rodziców, coachów oraz wychowawców z szeroko rozumianego otoczenia wychowującego.
- W przypadku uczniów do 10. roku życia, to osoby dorosłe powinny pełnić rolę koordynującą. Uczeń ze wsparciem koordynatora powinien pracować nad stronami 9-10, 24-25 i 28 oraz zapoznać się z materiałami na stronach 5-8, 11-15, 17-23 i 29-30.

RODZICE UCZNIA:

- Odgrywają kluczową rolę w funkcjonowaniu Leader100.
- Wspierają dziecko w pracy nad wykształceniem wybranego nawyku.
- Powinni zapoznać się ze wszystkimi materiałami. Materiały przeznaczone dla rodziców znajdują się na stronach 11-22, 26 oraz 29-30.

WYCHOWAWCY Z SZEROKO ROZUMIANEGO OTOCZENIA UCZNIA:

- Są to wszystkie osoby wpływające na proces wychowania ucznia i w ten proces zaangażowane, w tym: dziadkowie, opiekunowie, starsze rodzeństwo, nauczyciele prowadzący zajęcia z różnych przedmiotów w szkole lub prowadzący zajęcia pozalekcyjne czy instruktorzy (np. harcerscy).
- Podobnie jak rodzice, wspierają dziecko w pracy nad wykształceniem wybranego nawyku. Materiały im dedykowane znajdują się na stronie 27.

COACH UCZNIA:

- Osoba, z którą uczeń może porozmawiać na temat materiałów Leader100 oraz postępów na drodze rozwoju osobistego. Coach wspiera pracę wychowawczą rodziców i regularnie się z nimi spotyka.
- Do 10-11. roku życia coachem ucznia może być też rodzic. Starsza młodzież często czuje się lepiej, jeśli o swoich planach rozwoju osobistego może porozmawiać z inną zaufaną osobą. Coachem może być opiekun lub wychowawca grupy bądź też osoba wybrana przez ucznia razem z rodzicami.
- Coach powinien zapoznać się ze wszystkimi materiałami. Materiały, które zostały przygotowane specjalnie, aby wesprzeć pracę coacha znajdują się na stronach 11-16 oraz 28-30.

Jak zwrócono uwagę, rolę koordynatora Leader100 może pełnić sam uczeń, rodzic (w przypadku młodszych dzieci), coach (przy pracy indywidualnej) lub wychowawca czy opiekun grupy (przy pracy grupowej). Koordynator rozdysponowuje materiały Leader100 wszystkim uczestnikom.

Rola i zadania koordynatora

Dla uzyskania większej klarowności i lepszej skuteczności, zebraliśmy w tym miejscu podstawowe działania, które powinien pełnić koordynator.
Jak już wcześniej wspomniano, rolę koordynatora może pełnić:

✓	✓	✓
Rodzic lub coach (w przypadku pracy indywidualnej dzieci od 6. do 12. r. ż.)	Rodzic, coach lub sam uczeń (w przypadku pracy indywidualnej ucznia od 13. r. ż.)	Wychowawca lub opiekun grupy (w przypadku pracy w grupie)

Zadania dla koordynatora

- Zapoznanie się z materiałami oraz instrukcjami tego dokumentu.
- Dystrybucja odpowiednich materiałów do uczniów, coachów, nauczycieli i ewentualnie do innych osób z otoczenia wychowawczego ucznia. Zalecamy wydruk przynajmniej niektórych materiałów.

  - **I tydzień** – udzielenie wsparcia w wypełnieniu ankiety Samooceny oraz w ustaleniu osobistego Planu Treningu. Należy dołożyć starań, aby wypełniona Samoocena trafiła do coacha każdego ucznia. W przypadku dzieci do 10. roku życia Samoocenę oraz Plan Treningu wraz z dzieckiem wypełniają rodzice.

  - **II tydzień** – udzielenie wsparcia przy realizacji pracy w grupie według instrukcji, a także przy ustaleniu terminu spotkania Uczeń-Coach. Wsparcie w organizacji dyskusji według sugerowanego schematu.

  - **II i III tydzień** – zachęcanie do korzystania z materiałów zgromadzonych w Bibliotece Arystotelesa (teksty i filmy w ramach Dyskusyjnego Klubu Filmowego) i udzielanie wsparcia podczas pracy z tymi materiałami. Dbanie o to, aby do skutku doszły planowane rozmowy Uczeń – Coach (min. jedna na miesiąc) oraz Rodzice – Coach (min. jedna na kwartał).

  - **IV tydzień** – udzielenie wsparcia przy realizacji ewaluacji Programu Leader100 przez uczniów oraz rozpowszechnienie za pomocą poczty elektronicznej wyników anonimowej ewaluacji i sugestii na adres leader100@leader100.pl. Przygotowanie do pracy nad kolejną kompetencją.

Działanie zgodne z podanymi instrukcjami pozwoli na szybkie utrwalenie danego nawyku.

POWODZENIA!

Do wydruku

1. SAMOOCENA UCZNIA

UCZEŃ:

DATA:

Dzisiaj DZIEŃ STARTU. Wypełniając tę ankietę, poznajesz samego siebie (samoocena). Szczere odpowiedzi na pytania pomogą Ci w następnych etapach.

KOMPETENCJA: **ODPOWIEDZIALNOŚĆ (POZIOM SENIOR-LEADER)**

NAWYK: **ODPOWIEDZIALNIE ZAJMUJĘ SIĘ POWIERZONĄ MI GRUPĄ OSÓB**

1. Czy jestem osobą odpowiedzialną? (zaznacz w skali od 0 do 10)

☐ 0 ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐ 6 ☐ 7 ☐ 8 ☐ 9 ☐ 10

2. Czy jestem osobą, która odpowiedzialnie zajmuje się grupą osób, która została jej powierzona? (zaznacz w skali od 0 do 10)

☐ 0 ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐ 6 ☐ 7 ☐ 8 ☐ 9 ☐ 10

3. Czy sumiennie wypełniam obowiązki, których się podejmuję w klasie, w szkole oraz w domu?

☐ Tak, zawsze ☐ Tak, często ☐ Tak, ale rzadko ☐ Nie, nigdy

4. Czy zdaję sobie sprawę jaka odpowiedzialność spoczywa na mnie jako na członku rodziny?

☐ Tak ☐ Nie

5. Czy potrafię zaopiekować się młodszym rodzeństwem lub chorą osobą z rodziny?

☐ Tak ☐ Nie

6. Czy oferuję pomoc w nauce mojemu rodzeństwu oraz kolegom i koleżankom z klasy?

☐ Tak, zawsze ☐ Tak, często ☐ Tak, ale rzadko ☐ Nie, nigdy

7. Czy uczę dobrych manier i daję dobry przykład mojemu rodzeństwu?

☐ Tak ☐ Nie

8. Czy potrafię docenić pracę i wysiłek osób, które czują się za mnie odpowiedzialne – rodziców, nauczycieli, wychowawcy?

☐ Tak, zawsze ☐ Tak, często ☐ Tak, ale rzadko ☐ Nie, nigdy

9. Opisz krótko sytuację z Twojego życia (lub życia znanej Ci osoby), w której z powodu braku odpowiedzialności wyniknął jakiś problem:

Biorąc pod uwagę odpowiedzi na wcześniejsze pytania, wpisz **swój konkretny, osobisty cel „C"** w formie zadania do codziennego realizowania. Pomoże Ci on doskonalić wyżej wymieniony nawyk, a w przyszłości uniknąć podobnych niemiłych sytuacji, jak ta opisana powyżej. (*Przykład: „Biorę na siebie odpowiedzialność za pomoc w nauce rodzeństwu lub kolegom/koleżankom"*)

Po wpisaniu swojego **osobistego Celu „C",** przepisz go do swojego **Planu Treningu**, wybierz swoje **dodatkowe zadania „Z"** (przepisz tu numery wybranych Zadań „Z".....; .....; .....) oraz **określ swój *Motywator* „M"** (przepisz tu literę swojego *Motywatora* „M": .....).

Plan Treningu zatrzymaj dla siebie, a wypełnioną Samoocenę przekaż swojemu Coachowi/Tutorowi/Opiekunowi.

STRONA DO WYDRUKU

Do wydruku

2. PLAN TRENINGU UCZNIA

UCZEŃ:

DATA:

W DNIU STARTU, po wypełnieniu Samooceny ustal swój Plan Treningu na najbliższe 4 tygodnie (28 dni).

KOMPETENCJA:	**ODPOWIEDZIALNOŚĆ (POZIOM SENIOR-LEADER)**
NAWYK:	**ODPOWIEDZIALNIE ZAJMUJĘ SIĘ POWIERZONĄ MI GRUPĄ OSÓB**

1 Przepisz tutaj **swój konkretny, osobisty Cel „C"** z Samooceny:

2 Zakreśl kółkiem od 1 do 3 Zadań „Z", które również pomogą Ci w doskonaleniu ww. nawyku jako dodatkowe cele twojego Planu Treningu. Następnie przepisz numery wybranych Zadań „Z" u dołu strony z Samooceną.

Z1. Regularnie aktualizuję swój kalendarz oraz śledzę daty ważnych wydarzeń rodzinnych, szkolnych, państwowych i religijnych. Przypominam o nich rodzinie oraz najbliższym kolegom i koleżankom.

Z2. Chętnie przyjmę przynajmniej 2 nowe zobowiązania służące całej rodzinie i podejdę do nich poważnie.

Z3. Zastanawiam się w jakich konkretnych obowiązkach domowych (np. sprzątanie, robienie zakupów, opieka nad młodszym rodzeństwem) mogę się poprawić, zapisuję pomysły na kartce i przedstawiam je rodzicom.

Z4. Przyjmuję i odpowiedzialnie wykonuję powierzone mi zadania, np. przygotowanie prezentacji, zbiórka pieniędzy, przekazanie kolegom i koleżankom z klasy ważnej informacji itp.

Z5. Biorę na siebie odpowiedzialność zorganizowania interesującego weekendu z rodziną i osobno z przyjaciółmi.

Z6. Biorę na siebie odpowiedzialność za pomoc w nauce rodzeństwu lub kolegom/koleżankom ze słabszymi wynikami w nauce do czasu poprawy ich stopni.

3 Określ swój *Motywator* **„M"**, to znaczy sprecyzuj, **po co chcesz** codziennie osiągać swoje wybrane powyżej cele i zadania. **Zakreśl kółkiem swoją podstawową motywację**, a potem przepisz u dołu strony z Samooceną literę twojego *Motywatora* „M":

A Chcę otrzymać nagrodę lub uniknąć kary

B Chcę być lepszy od innych

C Chcę, aby w rodzinie i wokół mnie było lepiej

D Chcę lepiej służyć Bogu i ludziom

E Inna motywacja, tj. chcę .....

4 Wypełnij według instrukcji poniżej swoją **Tabelę Codziennych Postępów** podczas realizacji Planu Treningu.

I	Dzień treningu	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
II	Dzień miesiąca																													
III	„C"																													
	Z...																													
	Z...																													
	Z...																													

Instrukcja:

- W drugiej kolumnie Tabeli, w części III, wpisz numer zakreślonych wcześniej zadań „Z".
- Dzień treningu „0" w wierszu nr I oznacza dzisiejszy DZIEŃ STARTU, w którym ustalono Plan Treningu.
- Dzień miesiąca w wierszu nr II - wpisz dzisiejszy dzień miesiąca i dalej, kolejne 28 dni (np. od 10-go dnia danego miesiąca do 8-go dnia kolejnego miesiąca), aby stworzyć swój indywidualny kalendarz.
- **Wiersze w części III – od dzisiaj wieczorem lub od jutra, codziennie będziesz zaznaczać, czy wywiązałeś/-aś się z realizacji Celu („C") i Zadania („Z") stawiając w odpowiedniej komórce „x" jeśli tak lub „-" jeśli nie.**

Do wydruku

3. REALIZACJA PLANU TRENINGU UCZNIA

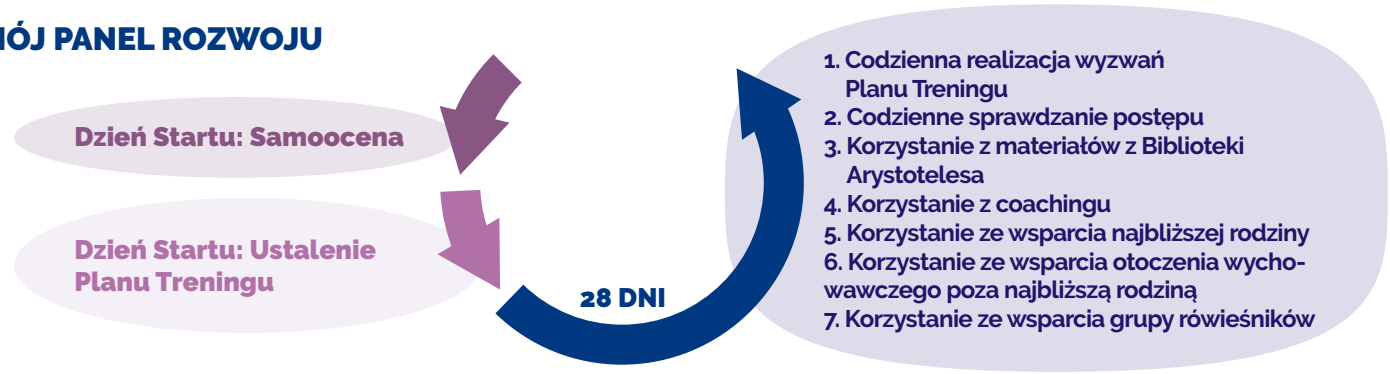
UCZEŃ:

DATA:

Po ustaleniu mojego Planu Treningu na najbliższe 4 tygodnie (28 dni), pora przejść do jego realizacji.

KOMPETENCJA:	**ODPOWIEDZIALNOŚĆ (POZIOM SENIOR-LEADER)**
NAWYK:	**ODPOWIEDZIALNIE ZAJMUJĘ SIĘ POWIERZONĄ MI GRUPĄ OSÓB**

MÓJ PANEL ROZWOJU



WSTĘP: W przypadku uczniów do 10. roku życia, koordynator, coach lub rodzice powinni przekazać uczniowi poniższe sugestie i pomagać mu w realizacji czynności wskazanych w tabelce *checklist* poniżej.

DNI OD 1 DO 28: Sumiennie realizuj swój Plan Treningu i codziennie wypełniaj Tabelę Postępów. Zaznaczaj w niej, czy wywiązałeś/-aś się z realizacji Celu („C") i każdego Zadania („Z"), stawiając w odpowiedniej komórce „x" (jeśli tak) lub „-" (jeśli nie). Wystarczy do tego chwila refleksji pod koniec dnia lub na początku dnia następnego. Wypełnianie tabeli pomoże Ci wyciągnąć wnioski, co jest Twoją mocną stroną, a w czym musisz się jeszcze poprawić. Będzie również pomocne w dobrym przygotowaniu się do rozmowy z coachem/wychowawcą.

Zawsze odnawiaj swoją motywację pamiętając o swoich **Motywatorach** i zobowiązaniach względem samego siebie, aby pracować według własnego Planu Treningu przez **następne 4 tygodnie** (nawet jeśli poczujesz się sfrustrowany, widząc, że nie wszystko od razu się udaje). Zwróć uwagę, że sukces przychodzi na samym końcu, a realizacja w całości założonego Planu Treningu **jest już wielkim osiągnięciem**.

Wiemy, że po pierwszych dniach entuzjastycznego treningu Twoja motywacja może się zmniejszyć, a pierwotny zapał może ustąpić miejsca zniechęceniu, dlatego istotne będzie podjęcie **niezbędnych czynności**, które pomogą Ci utrzymać tempo do końca czwartego tygodnia. Aby to osiągnąć, co jakiś czas korzystaj z dokumentów i sugerowanych filmów z Biblioteki Arystotelesa, które zapewnią Ci dużo dobrych doświadczeń, pomysłów oraz inspiracji.

Możesz także przystąpić do działania w przyspieszonym tempie i rozpocząć **Realizację Turbo,** szukając pomocy otoczenia. Istnieją **trzy czynniki, które najbardziej wpływają na osiągnięcie pożądanego celu**. Są to:

I. określenie w bardzo **konkretny** i wymierny sposób wyzwania lub celu, który chcemy osiągnąć;

II. zidentyfikowanie konkretnych **motywacji** do osiągnięcia tego celu, to znaczy:
   a. określenie **dlaczego** chcemy się zmienić lub osiągnąć cel (poprzez zidentyfikowanie sytuacji z **przeszłości**, których nie chcemy powtarzać) oraz
   b. określenie **po co** chcemy się zmienić lub osiągnąć cel. Badania wykazują, że im ważniejsza i **altruistyczna motywacja „po co"**, tym większe są możliwości osiągnięcia celu w wyznaczonym czasie;

III. podzielenie się z kimś wiadomością na temat mojego konkretnego celu, moich motywacji, aby osoba ta mogła zweryfikować postępy w realizacji planu zmierzającego do osiągnięcia tego celu.

Nad czynnikami I i II możemy pracować sami z pomocą materiałów Leader100. Teraz pora przejść do Realizacji Turbo, do której będzie potrzebne wykonanie następujących czynności z *checklisty* (zaznacz, które z nich udało się już wykonać).

☐	**Coaching** – wysłanie wypełnionej Samooceny oraz reszty materiałów Programu do coacha. Ustalenie terminu rozmowy coachingowej.
☐	**Coaching** – przygotowanie i przeprowadzenie „Rozmowy Uczeń – Coach": rozmowa o planie pracy nad sobą i pozytywnych oraz negatywnych czynnikach, które na tę pracę wpływają (wg modelu 4K: Konkretna, Klarowna, Krótka i Kompletna). Warto wpisać: Datę rozmowy ..... Sugestie od coacha: ..... Datę następnej rozmowy ....
☐	**Wsparcie najbliższej rodziny** – udostępnienie rodzicom wszystkich materiałów, w szczególności materiału „Pytania i Sugestie dla Rodziców"
☐	**Wsparcie otoczenia poza najbliższą rodziną** (dziadkowie, nauczyciele, harcerstwo, parafia, zajęcia pozaszkolne, itp.) – udostępnienie im materiału „Sugestie dla nauczycieli i szeroko rozumianego otoczenia wychowującego ucznia"
☐	**Wsparcie grupy rówieśników** – realizacja z nimi „Pracy w Grupie". Jeśli jest taka możliwość, warto zorganizować również jeden Dyskusyjny Klub Filmowy z „Biblioteki Arystotelesa – Film"

Materiały Programu Leader100 wspomniane powyżej znajdują się na kolejnych stronach.

COACHING, COACH I JEGO ROLA W PROGRAMIE LEADER100

COACHING

Mówiąc o coachingu, tutoringu lub rozmowie z opiekunem, mamy na myśli **interaktywny proces wspierający ucznia** uczestniczącego w Programie Leader100.
Skutkiem dobrych rozmów coachingowych jest szybszy i pełniejszy rozwój osobisty ucznia.

Coaching w Leader100 skutecznie pomaga przyswoić nawyk ze względu na możliwość treściwej i szczerej rozmowy uczestnika z coachem.
Badania pokazują, że podzielenie się z kimś wiadomością na temat mojego celu i motywacji, aby osoba ta mogła zweryfikować postępy w realizacji tego celu jest jednym z trzech czynników, które najbardziej wpływają na jego osiągnięcie.

W Leader100, wiemy, że **rodzice są pierwszymi i najważniejszymi wychowawcami**, dlatego zachęcamy, by coach ściśle współpracował z rodzicami uczestnika Programu.

COACH

Mówiąc o coachu, mamy na myśli **osobę, z którą uczestnik może porozmawiać na temat samego Programu oraz postępów** na drodze rozwoju osobistego. Coach współpracuje również z rodzicami uczestnika.
Coacha można też nazwać tutorem, opiekunem, mentorem, wychowawcą, trenerem, wujkiem/ciocią. Do 10-11. roku życia, coachem uczestnika może być też rodzic. Starsza młodzież często czuje się lepiej, jeśli o swoich planach rozwoju osobistego może porozmawiać z inną zaufaną osobą, wspólnie wybraną na coacha razem z rodzicami.
Coach będzie mógł bardziej efektywnie realizować swoje zadania, jeśli otrzyma komplet niniejszych materiałów.

ROLA COACHA
– PODSTAWOWE ZADANIA

1. **Regularne**, raz lub dwa razy w miesiącu (jeśli istnieje taka możliwość) przeprowadzanie **indywidualnych rozmów coachingowych (10-20 min)** z każdym uczestnikiem. W dalszej części przedstawiono osobne sugestie dotyczące tych rozmów.

2. **Regularne,** raz lub dwa razy w miesiącu (jeśli istnieje taka możliwość) **spotkania (15-30 min) z rodzicami** każdego uczestnika Programu Leader100. W dalszej części przedstawiono osobne sugestie dotyczące tych spotkań.

3. **Jeżeli coach pełni jednocześnie funkcję wychowawcy, opiekuna, drużynowego czy trenera klasy lub grupy młodych osób**, którzy biorą udział w Programie Leader100, **powinien zająć się również**:

a. Koordynacją działań związanych z wdrożeniem Programu Leader100 w tej klasie/grupie. Oznacza to, że jego zadaniem jest dopilnowanie, aby uczniowie, ich rodzice i nauczyciele otrzymali na czas materiały Programu.

b. Utrzymywaniem założonego tempa realizacji Programu Leader100, to znaczy:

- **I tydzień** – w dniu startu: 1. Przedstawienie kompetencji i nawyku, nad którymi będziemy pracować przez następne cztery tygodnie oraz rozdanie materiałów. 2. Przypomnienie etapów i kluczowych czynników sukcesu w pracy nad sobą. 3. Wsparcie przy realizacji Samooceny i ustaleniu osobistego Planu Treningu każdego uczestnika. 4. Zebranie kartek z Samooceną i ustalenie systemu, polegającego na codziennym wypełnianiu Tabeli Postępów.

- **II tydzień** – moderowanie Pracy w Grupie według sugestii członków grupy. Motywowanie rodziców uczestników oraz innych osób uczestniczących w ich procesie wychowawczym (nauczycieli, osób prowadzących zajęcia pozalekcyjne, bliskich krewnych itp.), aby zastosowały w praktyce sugestie Programu dla rodziców oraz dla nauczycieli i wychowawców.

- **II i III tydzień** – przeprowadzenie rozmowy Uczeń – Coach i (jeśli istnieje taka możliwość) przeprowadzenie rozmowy Rodzice – Coach. Zachęcanie uczniów i rodziców do pogłębiania tematów zawartych w tekstach z Biblioteki Arystotelesa, do obejrzenia konkretnego filmu itd. Wsparcie dla rodziców w organizowaniu „Szkoły Rodziców".

- **IV tydzień** – zebranie doświadczeń (ewaluacja) oraz ustalenie planu na następny okres. Przekazanie doświadczeń i dobrych praktyk Fundacji Leader100 (leader100@leader100.pl) lub zgłaszanie wątpliwości, problemów związanych z wdrożeniem czy realizacją Programu w swojej klasie/grupie. Z góry dziękujemy także za sugestie dotyczące konkretnych tekstów Programu.

4. **UWAGA:**
W przypadku indywidualnego wdrożenia Programu u dziecka do 13. roku życia za zadania wymienione w punkcie 3. będą odpowiedzialni rodzice. Starszy uczestnik sam (lub z małym wsparciem rodziny), może być odpowiedzialny za koordynację i tempo realizacji Programu i razem z coachem (wybranym po konsultacji z rodzicami) może realizować resztę zadań.

Kompetencja:
ODPOWIEDZIALNOŚĆ
(poziom Senior-Leader)

ROZMOWA UCZEŃ – COACH

COACHING:
interaktywny proces wspierający uczestnika w Programie Leader100. Celem rozmów coachingowych jest szybszy i pełniejszy rozwój osobisty uczestnika.

Warto zapoznać się również z treścią dokumentu „Coaching, coach i jego rola w Programie Leader100"

Sugestie, schemat i tematy rozmowy (Uczeń i coach korzystają z tego samego dokumentu)

UWAGA: Sugestie zawarte w niniejszym dokumencie, są przeznaczone dla uczniów od około 11. roku życia. Aby zgodnie z nimi pracować z młodszymi uczniami, rodzice lub coach powinni dostosować je do wieku i możliwości ucznia.

Rozmowa coachingowa Uczeń – Coach powinna odbywać się **co najmniej raz na miesiąc** i trwać od **10 do 20 minut.** Trzeba ją dobrze **zaplanować** i **przygotować**, zgodnie z zasadami **modelu 4K**: Konkretna, Klarowna, Krótka i Kompletna. Jeśli uczeń się do niej nie przygotował, coach powinien zasugerować, aby to zrobił i wyznaczyć kolejny, bliski termin (np. za 15 minut).

Materiały potrzebne do przygotowania i realizacji rozmowy coachingowej w sposób efektywny:

- **Uczeń zabiera** ze sobą **swój Plan Treningu**, w którym znajduje się jego Cel, wybrane przez niego Zadania i Motywator na bieżący okres, a także wypełniona Tabela Codziennych Postępów. Uczestnik przynosi też ustalenia z ostatniej rozmowy coachingowej.
- **Coach posiada wypełnioną Samoocenę Ucznia**, którą wcześniej od niego otrzymał.

W czasie spotkania można poruszyć wszystkie cztery główne obszary rozmowy: **R**ozwój osobisty – **O**toczenie – **N**auka – **K**oleżanki/Koledzy (w skrócie: ***RONK***).

ROZWÓJ OSOBISTY: Omówić ustalenia z ostatniej rozmowy coachingowej (jeśli były) oraz ich realizację. Następnie porozmawiać krótko o odpowiedziach na pytania Samooceny związanej z nawykiem danego miesiąca oraz uzasadnić ustalone Cele, Zadania i Motywator zawarte w Planie Treningu. Omówić dotychczasowe osiągnięcia ucznia w realizacji jego Celu i Zadań. Warto opisać, jak przebiegało wypełnianie Zadań oraz Tabeli Codziennego Postępu; które Zadania przyniosły pozytywny efekt i dlaczego; co sprawiało trudności; gdzie i dlaczego zabrakło wytrwałości i systematyczności; kto lub co było wsparciem w ich wypełnianiu itp.

OTOCZENIE: Przedyskutować wpływ dotychczasowej pracy ucznia nad sobą na codzienne życie rodzinne, szkolne i pozaszkolne oraz opisać konkretne plany ucznia, by jeszcze pozytywniej oddziaływać na otoczenie. Można również omówić wpływ otoczenia rodzinnego, szkolnego oraz pozaszkolnego na realizację ustalonego Planu Treningu Ucznia. Odpowiedzieć na pytanie: Jakie konkretne okoliczności lub sytuacje zewnętrze były wsparciem lub przeszkodą w realizacji Planu i dlaczego? Pomoże to ustalić plany mające na celu wyeliminowanie lub zmianę konkretnych okoliczności czy sytuacji, które stanowią przeszkodę w realizacji Celów i Zadań ucznia.

NAUKA: Omówić realizację ustaleń dotyczących nauki z ostatniej rozmowy coachingowej oraz dotychczasowe osiągnięcia lub porażki ucznia w tym zakresie. Szczere odpowiedzi na poniższe pytania z pewnością pomogą jasno zdefiniować konkretne Cele i Zadania, związane z rozwijaniem kompetencji Nauka. Ile czasu każdego dnia tygodnia, (włączając sobotę i niedzielę), uczeń poświęca na naukę, odrabianie pracy domowej, czytanie oraz pogłębianie wiedzy? W jakich godzinach lubi się uczyć, a w jakich faktycznie ma możliwość odrabiania lekcji? W jaki sposób uczeń uzyskał pozytywne efekty własnej pracy? Gdzie i dlaczego zabrakło mu wytrwałości i systematyczności? Które przedmioty lubi? Nauka których przedmiotów sprawia mu najwięcej trudności? Nauka których przedmiotów przychodzi mu z łatwością? Czy ktoś mu pomaga w odrabianiu lekcji?

Ustalić konkretne cele i środki, aby uzyskać jeszcze więcej pozytywnych wyników w nauce oraz w dobrym wykorzystaniu czasu, zwłaszcza jeśli chodzi o: ilość i jakość czasu nauki, pełną uwagę w trakcie nauki, bez zbędnych rozproszeń*, wytrwałość i systematyczność, pomoc w konkretnych przedmiotach.

KOLEŻANKI/KOLEDZY: Omówić wpływ dotychczasowej pracy uczestnika nad sobą na jego przyjaciół i kolegów oraz na relacje z nimi. Warto również przedyskutować, jakie są ogólne cechy środowiska znajomych, przyjaciół i kolegów i jak wpływają oni na realizację planów rozwoju ucznia. Odpowiedzieć na pytanie: Jakie konkretne okoliczności lub sytuacje z kolegami były wsparciem lub przeszkodą w realizacji Planu i dlaczego? Odpowiedź na to pytanie pomoże ustalić plany mające na celu jeszcze pozytywniej oddziaływać na kolegów, współpracować z nimi i nieść im pomoc.

* nie wykonywanie kilku czynności jednocześnie oraz nie korzystanie z urządzeń elektronicznych

ROZMOWA UCZEŃ – COACH

ciąg dalszy

Oczywiście, można także porozmawiać na inne tematy (sukcesy, radości, problemy, niepowodzenia, lęki, pragnienia, oczekiwania itp.), które wpływają na realizację planów rozwoju. Warto również przypomnieć jak ważne jest niewyolbrzymianie porażek oraz problemów – wszyscy je mają. Należy przedstawić je w swoim kontekście (nikt nie robi wszystkiego dobrze i wszystkiego źle). Propagować wizję pozytywną: trudności są po to, żeby je pokonywać, potrzeba tylko więcej czasu, wsparcia, porady.

Na podstawie wniosków z rozmowy coachingowej, przeprowadzonej w atmosferze zaufania, coach wspiera wysiłki i formację ucznia, np. poprzez lekturę konkretnych tekstów z Biblioteki Arystotelesa. Jeśli istnieje taka potrzeba, można zasugerować również korektę Planu Treningu Ucznia, by dobrze **skonkretyzował** on swoje cele, plany i postanowienia (z wyznaczeniem limitu czasu na ich osiągnięcie). Korekty zadań również mogą się okazać niezbędne z uwagi na to, że niektóre mogą być zbyt łatwe, a inne zbyt wymagające. Ważne jest to, aby motywacje i **Motywatory** były jak najbardziej altruistyczne. Warto pamiętać, że dana kompetencja i dany nawyk są pomocne nie tylko po to, by w przyszłości uniknąć niemiłych sytuacji (takich jak te opisane w Samoocenie) ale również po to, by miały one wpływ na konkretne obszary życia takie jak: relacje z innymi ludźmi, nauka, praca, zajęcia pozalekcyjne, pogłębianie wiedzy, rozwój wewnętrzny, dobre wykorzystanie czasu czy wykonywanie obowiązków.

Coach oferuje własne wsparcie w stosunku do postanowień ucznia oraz wobec zadań wynikających z realizacji Programu Leader100. Określa również konkretne dni i godziny, w których może służyć pomocą.

Bardzo pomocne będzie **zanotowanie rady coacha i wspólnie ustalonych postanowień** (np. na kartce z Tabelą Codziennych Postępów), aby codziennie do nich wracać. Warto też **ustalić i zapisać termin następnego spotkania.**

Na spotkaniu po 28. dniu realizacji Programu należy wygospodarować **czas na ewaluację i zebranie doświadczeń** według sugestii Programu.

ROZMOWA RODZICE – COACH

Ważne jest, aby w tych rozmowach w miarę możliwości uczestniczyli razem mama i tata dziecka. Jeśli jest taka możliwość, powinni spotykać się z coachem swojego dziecka raz na miesiąc i minimum raz na kwartał. Czasami można też zaprosić na część rozmowy syna/córkę korzystającego z coachingu, by razem ustalić plany.

Cel, schemat i tematy rozmowy Rodzice – Coach

UWAGA:
Rodzice i coach powinni zapoznać się również z dokumentem „COACHING, COACH I JEGO ROLA W PROGRAMIE LEADER100" oraz „ROZMOWA UCZEŃ – COACH".
Pozwoli im to dużo lepiej zrozumieć i bardziej efektywnie korzystać z tego spotkania (zalecamy, by trwało ono od 15 do 30 minut).

1. **Zbudowanie przyjaznej atmosfery rozmowy**. Rolą coacha jest pomaganie rodzicom w wychowaniu. Coach powinien dojść do porozumienia z rodzicami, a w trakcie rozmowy z nimi pamiętać, aby zbytnio nie krytykować uczestnika, lecz udzielić mu wsparcia w wypełnianiu zaplanowanych przez niego działań.

2. **Opisanie etapów procesu rozwoju nawyków i kompetencji, czynników najbardziej wpływających na osiąganie pożądanego celu etc.** Coach tłumaczy, jak ważny jest spójny przekaz w środowisku rodzinnym i pozarodzinnym. Opisuje również, jak pomagają w tym materiały i narzędzia Programu Leader100. **Wyjaśnia, że realizacja zaplanowanych zadań i sugestii ma służyć budowaniu u wychowanka konkretnych nawyków w oparciu o odpowiedzialność, systematyczność i sumienność.** Jeśli potrzeba, wyjaśnia, jak korzystać z Platformy Internetowej Leader100 i opisuje materiały wchodzące w skład Programu, np. materiały dla ucznia, dla rodziców itd.

3. **Podsumowanie tego, co zostało ostatnio zrealizowane, z zachowaniem dbałości o poufność informacji przekazanych przez uczestnika.** Coach opisuje działania przeprowadzone w grupie oraz indywidualnie, udziela informacji jak przebiegła ich realizacja, co się udało osiągnąć, a czego nie, jakie są ogólne wnioski itd.

4. **Dzielenie się przez rodziców własnymi spostrzeżeniami** na temat ustaleń z ostatniego spotkania z coachem oraz realizowanych działań (np. tych z dokumentu „Pytania i sugestie dla Rodziców") w domu i poza nim, jakie zauważono zmiany w zachowaniu dziecka, czy występowały jakieś problemy, trudności itp.

5. **Opisanie przez coacha zaobserwowanych przez wszystkich dotychczasowych osiągnięć uczestnika.** Coach przedstawia jego widoczne wyniki pracy nad sobą oraz w nauce. Komentuje też zaobserwowane mocne strony i uzdolnienia uczestnika.

6. **Rozmowa o relacjach między rówieśnikami i kolegami oraz o bieżących problemach pojawiających się w grupie.** Rodzice mogą podzielić się własnymi obserwacjami dotyczącymi zachowań dziecka oraz opisać sposób, w jaki spędza wolny czas. Mogą też wraz z coachem wspólnie poszukać sposobów rozwiązywania pojawiających się problemów wychowawczych.

7. **Omówienie wagi działań zwiększających efektywność dziecka w nauce i wypełnianiu podjętych zobowiązań** (konsekwencje własnych zachowań). Rodzice i coach wspólnie planują niezbędne działania służące wsparciu uczestnika w osiąganiu postawionych zamierzeń.

8. **Poinformowanie rodziców o kompetencjach i nawykach jakie będą rozwijane w kolejnym etapie Programu oraz przedstawienie zaplanowanych zadań** dla uczestnika, coacha, rodziców i innych w nadchodzącym okresie.

9. **Krótkie podsumowanie rozmowy, przypomnienie zaplanowanych działań oraz ustalenie terminu następnego spotkania.** Warto zanotować sobie ustalenia, aby można było do nich wrócić w kolejnych tygodniach i przy następnej rozmowie.

KOMPETENCJA: ODPOWIEDZIALNOŚĆ

Obowiązki domowe są zapowiedzią sukcesu

Wśród rodziców istnieje dość powszechne przekonanie, że gwarancją sukcesu ich dzieci jest nauka alfabetu w pierwszym roku życia, uczęszczanie na liczne zajęcia pozalekcyjne lub posiadanie nowych gadżetów. Niemniej sukces zaczyna się od czegoś znacznie prostszego – zachęcania dzieci do pomocy w domu.

Zadawanie pracy swoim dzieciom nie czyni z nikogo złego rodzica, ale uczy dzieci umiejętności, które przyczyniają się do szczęśliwego i spokojnego życia. Pociechy, które zaczynają pomagać w wieku trzech lub czterech lat zakładają dobre rodziny i utrzymują zdrowe relacje z przyjaciółmi; osiągają sukces na studiach i w pracy, szybciej stają się samodzielne. I chociaż wydaje się, że ze względu na obowiązki w domu, dzieci mają mniej czasu na zajęcia pozalekcyjne, pomaga im to pracować lepiej i wytrwalej na różnych płaszczyznach życia.

Wypełnianie obowiązków domowych pomaga zrozumieć sens posiadania umiejętności, uczy samodzielności, poczucia odpowiedzialności oraz empatii i szacunku wobec innych. Dzięki posiadaniu obowiązków dzieci szybko uczą się jak dbać o dom. Poniżej przedstawiamy inne korzyści, jakie płyną z wykonywania przez dzieci obowiązków domowych:

ETYKA PRACY: Dzieci, jeśli muszą pomagać w domu, zdają sobie sprawę, że dobre życie nie zostanie im podane na talerzu. Uczą się, że praca jest konieczna, aby cokolwiek w życiu osiągnąć oraz że nie mogą brać tego co otrzymują od rodziców za należność. Jeśli siedzą na kanapie, oglądając film, podczas gdy mama sprząta wokół nich i podaje im jedzenie, cóż… prawdziwe życie będzie dla nich szokiem!

PRACA W ZESPOLE: Obowiązki dają dzieciom poczucie bycia częścią czegoś większego, posiadania czegoś, co wnoszą do zespołu, czyli rodziny. I tu jest ogromny sens spełnienia w tym, co się robi. Poczucie sensu współpracy z pewnością przyniesie korzyści na studiach, w pracy i w rodzinie.

SZACUNEK I TROSKA O INNYCH: Wypełnianie obowiązków uczy myślenia o innych, ponieważ przynosi korzyść całej rodzinie – począwszy od przyciętego trawnika, z którego korzystają z przyjemnością wszyscy domownicy, czy dobrze przygotowanego posiłku, a skończywszy na posprzątanym salonie, który uprzyjemni wspólnie spędzony czas. Zachęca to dzieci do działania, pomaga wyzbyć się egoizmu i powoduje, że zaczynają zastanawiać się jak mogą pomóc osobom wokół siebie. Wypełnianie obowiązków domowych skłania również do większej hojności wobec innych oraz uczy wdzięczności za dobro i pomoc otrzymywaną od innych.

BIBLIOTEKA ARYSTOTELESA
– dodatkowe narzędzia Programu Leader100, służące wzmacnianiu wiedzy i motywacji. Zawierają wskazówki, inspiracje i doświadczenia związane z rozwijaniem konkretnych kompetencji i nawyków.

ODPOWIEDZIALNOŚĆ: Przydzielanie dziecku konkretnego zadania sprawia, że zdaje sobie ono sprawę z tego, że funkcjonowanie rodziny zależy także od niego samego oraz wykonanego przez nie obowiązku – czegoś co ma wpływ na jakość życia wszystkich. **Dzieci uczą się na poziomie podświadomości, że ich działania mają wpływ na innych, podobnie jak niewykonanie zadania. Poczucie odpowiedzialności wobec innych kształtuje dobrego obywatela.**

PORZĄDEK: Mając konkretne zadania do wykonania, dziecko uczy się porządkować i organizować swój czas. Dzieci nie mogą mieć długiej listy rzeczy do zrobienia, niemniej odpowiednio dopasowane obowiązki pomogą im zwalczyć lenistwo i nauczą wykonywania pracy przed odpoczynkiem (a nie po).

Źródło:
https://www.akademiafamilijna.pl/artykuly/103-obowiazki-domowe-sa-zapowiedzia-sukcesu

KOMPETENCJA: ODPOWIEDZIALNOŚĆ

100 przykładowych obowiązków lub zadań domowych Leader100 (uporządkowanych według wieku):

BIBLIOTEKA ARYSTOTELESA
– dodatkowe narzędzia Programu Leader100, służące wzmacnianiu wiedzy i motywacji. Zawierają wskazówki, inspiracje i doświadczenia związane z rozwijaniem konkretnych kompetencji i nawyków.

OD 1-2 ROKU ŻYCIA

1. Wyrzucam swoją pieluszkę do kosza.
2. Odkładam rzeczy do kosza.
3. Odkładam gąbkę na miejsce.
4. Przygotowuję buty na następny dzień.
5. Sprzątam zabawki.
6. Wyłączam światło w pokoju.
7. Wyjmuję ciastka rano.
8. Pomagam schować płatki śniadaniowe.

OD 3-4 ROKU ŻYCIA

9. Zdejmuję mundurek, kurtkę, buty i odkładam je na swoje miejsce.
10. Ścielę łóżko.
11. Sprzątam zabawki kiedy skończę grać.
12. Pomagam nakryć stół do posiłku.
13. Jestem odpowiedzialny za utrzymanie porządku w przedpokoju.
14. Gaszę światło - jestem odpowiedzialny, żeby światło paliło się tylko wtedy, kiedy jest taka potrzeba.
15. Wkładam talerze (lub tylko sztućce) do zmywarki.
16. Wykładam talerze (lub tylko sztućce) ze zmywarki.
17. Przynoszę pieluszki dla młodszego rodzeństwa, wynoszę brudne pieluszki.
18. Pomagam w sprzątaniu zabawek po młodszym rodzeństwie.
19. Zbieram owoce.
20. Smaruję chleb masłem i dżemem.
21. Porządkuję książki według wielkości.
22. Układam moje maskotki na łóżku i półkach.
23. Przygotowuję ubranie na następny dzień.

OD 5-6 ROKU ŻYCIA

24. Porządkuję szczoteczki do zębów wszystkich domowników.
25. Układam buty wszystkich członków rodziny na półce.
26. Dbam, żeby papier toaletowy i czysty ręcznik zawsze był w toalecie.
27. Podlewam kwiaty.
28. Pomagam w opróżnieniu zmywarki.
29. Myję się i ubieram samodzielnie.
30. Odkładam piżamę na miejsce.
31. Odkładam brudne ubrania do kosza.
32. Przygotowuję pościel do prania.
33. Przed praniem oddzielam kolorowe ubrania od białych.
34. Pilnuję, aby nie brakowało w łazience pasty do zębów, mydła i szamponu.
35. Przygotowuję wodę dla psa lub innego zwierzątka domowego.
36. Chowam czyste ubrania do szafy.
37. Podaję smoczek młodszemu bratu/młodszej siostrze.
38. Daję pieniądze na ofiarę podczas niedzielnej mszy.
39. Odkładam korespondencję pocztową oraz gazetę na swoje miejsce.
40. Jestem odpowiedzialny za to, aby przed obiadem wszyscy domownicy odłożyli do koszyka swoje telefony komórkowe lub iPady i stawiam go daleko od stołu.
41. Zamiatam/odkurzam/myję podłogę (obręcz barkowa – przygotowuje do nauki pisania).
42. Wyciągam ubrania z pralki.
43. Piorę bieliznę w rękach (aby polepszyć umiejętności motoryczne).
44. Segreguję ubrania (uczę się matematyki).
45. Pomagam rodzicom w robieniu zakupów.
46. Myję garnki (obręcz barkowa – przygotowuje do nauki pisania).
47. Ścieram kurz z mebli (obręcz barkowa – przygotowuje do nauki pisania).
48. Sprzątam w ogrodzie – grabię liście, zrywam chwasty, wywożę je na taczce.
49. Myję lustra (obręcz barkowa – przygotowuje do nauki pisania).

W WYCHOWANIU KLUCZEM DO SUKCESU JEST DOBRY PRZYKŁAD RODZICÓW!

Kompetencja: ODPOWIEDZIALNOŚĆ (poziom Senior-Leader)

OD 7-8 ROKU ŻYCIA

50. Pomagam w myciu auta.
51. Nakrywam stół do posiłku i sprzątam po posiłku.
52. Pakuję plecak na następny dzień.
53. Przygotowuję prosty posiłek (śniadanie lub podwieczorek).
54. Co noc czytam młodszemu rodzeństwu.
55. Rozpakowuję i chowam zakupy.
56. Porządkuję szafki w kuchni.
57. Wkładam uprzednio przygotowane ubrania do pralki, mama lub tata zajmują się jej włączeniem.
58. Odbieram telefon.
59. Karmię zwierzątka domowe.
60. Pomagam w przygotowaniu deseru – wyrabiam ciasto, robię ciasteczka/rogaliki, itp. (aby polepszyć umiejętności motoryczne).
61. Odkładam przeczytane książki na miejsce.
62. Podciągam i spuszczam rolety.

OD 9-11 ROKU ŻYCIA

63. Odkładam mój plecak oraz plecak mojego młodszego rodzeństwa na swoje miejsce.
64. Poleruję buty swoje i reszty domowników.
65. Robię listę zakupów.
66. Sprzątam swój pokój.
67. Prowadzę wieczorną modlitwę.
68. Ściągam suche pranie.
69. Sprawdzam czy z żadnego kranu nie kapie.
70. Porządkuję półkę z książkami.
71. Pomagam w rozwieszaniu prania.
72. Myję drzwi i klamki.
73. W weekend pomagam przygotować śniadanie dla wszystkich.

OD 12-14 ROKU ŻYCIA

74. Przygotowuję kanapki do szkoły.
75. Wyprowadzam psa na spacer.
76. Rozwieszam pranie.
77. Podlewam ogród.
78. Opiekuję się młodszym rodzeństwem
79. Prasuję ubrania.
80. Odkurzam i myję samochód.
81. Wynoszę śmieci.
82. Robię drobne zakupy.
83. Piekę ciasto lub biszkopt.
84. Wytrzepię dywany i wycieraczki w weekendy.
85. Przygotowuję śniadanie dla wszystkich.
86. Zamiatam chodnik, zbieram liście i wyrzucam je do odpowiedniego pojemnika.

OD 15-16 ROKU ŻYCIA

87. Pomagam przy zakupach internetowych.
88. Naoliwiam drzwi, które skrzypią.
89. Jestem odpowiedzialny za przygotowanie obiadu.
90. Robię zakupy.
91. Pomagam dziadkom.
92. Myję okna.
93. Koszę trawnik.
94. Sprzątam łazienkę.

OD 17-18 ROKU ŻYCIA

95. Wybieram filmy do obejrzenia z rodzicami.
96. Wymieniam przepalone żarówki w domu.
97. Inicjuję i biorę odpowiedzialność za projekty, które służą mojej rodzinie i ludziom wokół mnie.
98. Organizuję i planuję rodzinny weekend: gry, wycieczki, sport, piknik itp.
99. Pomagam rodzeństwu w nauce.
100. Koordynuję Program Leader100 w domu.

W WYCHOWANIU KLUCZEM DO SUKCESU JEST DOBRY PRZYKŁAD RODZICÓW!

KOMPETENCJA: ODPOWIEDZIALNOŚĆ

BIBLIOTEKA ARYSTOTELESA
– dodatkowe narzędzia Programu Leader100, służące wzmacnianiu wiedzy i motywacji. Zawierają wskazówki, inspiracje i doświadczenia związane z rozwijaniem konkretnych kompetencji i nawyków.

ZOBOWIĄZANIE

Zobowiązanie to coś więcej niż wypełnienie obowiązku. Jest to zaangażowanie wszystkich naszych możliwości, aby wywiązać się z tego, co zostało nam powierzone.
Osoba zaangażowana to taka, która wypełnia swoje obowiązki, robiąc odrobinę więcej niż od niej oczekiwano, aby nas mile zaskoczyć. Żyje ona, myśli i marzy o tym, aby doskonalić swoją rodzinę, pracę, studia i wszystko to, czym się zajmuje.
Wszyscy mamy zobowiązania różnego typu, w zależności od naszych ról (jako rodziców, dzieci, pracowników, uczniów itd.). Pomimo tego są osoby, które uważają, że aby zaistniało zobowiązanie potrzebny jest kontrakt, obietnica albo nieunikniona konsekwencja, tak jak to ma miejsce na przykład w przypadku małżeństwa, podpisania umowy o pracę, zapisania się do szkoły albo narodzin dziecka.
Formalna akceptacja zobowiązania zakłada, że zna się wszystkie jego aspekty, zakres oraz obowiązki, jakie ze sobą niesie. W rzeczywistości staramy się je wypełniać z zapałem, dostosowując się do planu dnia, otrzymując pensję, uczęszczając do szkoły oraz przebywając jakiś czas w domu. Zazwyczaj brak zobowiązań jest przypisywany zaniedbywaniu wielu czynników, ale przede wszystkim przypisuje się go lenistwu, wygodnictwu i egoizmowi..
Nie wystarczy wywiązywać się z tego, co jest łatwe do przewidzenia, uzgodnione, oczywiste... każde zobowiązanie ma wpływ na różne aspekty naszego życia. Pomyślmy przez chwilę o tych, które są dla nas najważniejsze:
Bycie głową rodziny: nie wystarczy zapewnienie środków materialnych, dzieci potrzebują ojców, którzy poświęcą im swój czas, aby się z nimi bawić, rozmawiać i uczyć. Ile razy zrezygnowaliśmy z osobistego zobowiązania, aby móc być ze swoją rodziną? Zazwyczaj dzieje się rzecz odwrotna. Częścią zobowiązania bycia ojcem jest rozwijanie przyjaźni ze swoimi dziećmi.
Bycie małżonkiem: wychodząc od wierności, która jest niezbędna, należy również ożywiać miłość i zrozumienie, dbać o wygląd zewnętrzny tak samo, jak przed ślubem, robić małe prezenty w postaci kwiatka, słodyczy, płyty CD z muzyką, która najbardziej podoba się naszemu partnerowi, wychodzić razem do kina albo na kolację, kończyć małe kłótnie pocałunkiem i przytuleniem... i wiele, wiele innych szczegółów, o których zapomina się wraz z upływem czasu.
Bycie dzieckiem: poza szczerością, posłuszeństwem, pomocą w domu i wysiłkiem wkładanym w naukę, co jeszcze robisz? Rodzice również potrzebują, aby o nich dbać, okazywać im czułość i wykonywać dla nich drobne czynności, o które nie proszą, ale z pewnością byliby bardzo wdzięczni, gdyby je dla nich zrobiono. W tym miejscu wypada również zrobić odniesienie do środowiska szkolnego, w którym trzeba uczyć się wszystkich przedmiotów ze zrozumieniem i dogłębnie, dostarczając wszystkie prace, o które proszą nauczyciele – niezależnie od własnych gustów i preferencji.
Bycie pracownikiem: bardzo znaczący jest sposób, w jaki realizuje się plan dnia (w ekstremalnych przypadkach jest to na przykład sztywna godzina przyjścia i wyjścia z pracy, a w twoim przypuszczalnie: spóźnienia). Czy jesteś w stanie poświęcić więcej swojego czasu, jeśli jest taka potrzeba? Częścią naszych zobowiązań w pracy jest również bycie na bieżąco z wiadomościami, które zapewnią nam rozwój zawodowy.
Bycie przyjacielem: czy nasze przyjaźnie są interesowne? To znaczy, czy pamiętamy o przyjaciołach jedynie wtedy, gdy mogą nam coś zaoferować. Przyjaźń trzeba pielęgnować, to znaczy dzwonić, pamiętać, wysyłać maile i spotykać się z osobami, które darzymy odwzajemnionym uczuciem, być na bieżąco w ich sprawach osobistych i rodzinnych.
Bycie obywatelem: należy unikać obojętności, nie możemy skarżyć się na obecną sytuację naszego kraju, nie robiąc niczego, aby to zmienić, należy brać udział w wyborach, uczestniczyć w kampaniach ku wspólnemu dobru: w dziedzinie zdrowia, pracy, ustawodawstwa... Najgorsze co może się nam przytrafić, to uwierzyć, że jesteśmy w stanie niewiele zrobić, tak jakbyśmy byli wyalienowani. Działania na rzecz bezpieczeństwa, czystości, tworzenia miejsc, gdzie można w zdrowy sposób spędzać wolny czas oraz podstawowych usług tam, gdzie żyjemy, są sposobami na wywiązanie się z zobowiązań wobec naszego społeczeństwa i narodu.
We wszystkich tych przypadkach istnieje ważny obowiązek, aby dbać o dobre imię osób, instytucji i firm, z którymi mamy kontakty. Smutno jest patrzeć na ucznia, który odrzuca własną szkołę, na ludzi, którzy lubują się w wychwalaniu korzyści oferowanych przez inne kraje albo w skarżeniu się na swojego współmałżonka przed osobami postronnymi, które z powodu niedostosowania pragną pracować w innej firmie lub chcą mieć innego szefa ...
Ileż jest tych zobowiązań i na ile rzeczy one wpływają! Jeśli jednak wydaje nam się to dużo, to do tej pory żyliśmy z oczyma zamkniętymi na odpowiedzialność i liczyliśmy jedynie na własne korzyści, bojąc się dać coś więcej od siebie. Bądźmy szczerzy, nie chodziło o strach, ale o egoizm.
Osoba zaangażowana jest hojna, stara się dawać więcej uczucia, czułości, wysiłku i polepszać życie innych... innymi słowy: idzie dalej niż wymaga od niej powzięty obowiązek. Jest zadowolona z tego, co robi do tego stopnia, że nie postrzega swojego zobowiązania jako brzemienia, ale jako idealny środek, aby się doskonalić poprzez pracę na rzecz innych.

KOMPETENCJE: Odpowiedzialność | Uczciwość, sprawiedliwość | Odwaga

Wiek: 14-15

BIBLIOTEKA ARYSTOTELESA
– dodatkowe narzędzia Programu Leader100, służące wzmacnianiu wiedzy i motywacji. Zawierają wskazówki, inspiracje i doświadczenia związane z rozwijaniem konkretnych kompetencji i nawyków.

FILM: „Prosta historia"

Przebieg warsztatów DKF (Dyskusyjnego Klubu Filmowego):

1. Jeden z uczestników przedstawia krótką charakterystykę filmu (podstawowe informacje znajdują się w tytule: „O filmie" na końcu tego dokumentu).
2. Oglądanie filmu z przygotowaną wcześniej tabelą na kartce papieru, podzieloną na 4 części: 1. Minuta filmu, 2. Opis sceny, 3. Moje komentarze (np. zachowania pozytywne lub negatywne), 4. Komentarze pozostałych uczestników.
3. Po obejrzeniu filmu poświęcamy krótką chwilę na uzupełnienie tabeli oraz na wydanie własnej oceny na temat filmu: a) jakość techniczna filmu w skali od 0 do 10, b) czy film podobał mi się czy też nie, c) wartości pozytywne lub negatywne, które według mnie wyróżniają się w filmie, d) inne własne uwagi.
4. Każdy z uczestników wyraża swoją ocenę (zob. punkt 3.)
5. Wzbogacająca dyskusja/refleksje/konwersacja na temat filmu.

KINO
Film jest językiem obrazu. Jest narzędziem do szerzenia kultury, idei, zachowań, ideałów. Czasem jest wykorzystywany do szerzenia propagandy. Sceny z filmu chce się naśladować. Nie tylko odzwierciedla on rzeczywistość, ale także wpływa na nią pozytywnie lub negatywnie.
Amerykanie, świadomi potęgi kina, wykorzystują filmy do rozpowszechniania wartości, które mogą mieć szczególne znaczenie dla ludzi: wysiłek, dzięki któremu osiągamy własne cele; siła woli i wytrwałość; miłość do ojczyzny; silne pragnienie, by spełnić marzenia , które wydają się nierealne. Słynny amerykański sen: jeśli spróbujesz i będziesz wytrwały, marzenia się spełnią.

„O FILMIE"
Tytuł wersji polskiej i oryginału:
„Prosta historia" / „The Straight story" /
Reżyseria: David Lynch
Rok: 1999
Jakość techniczna: 8
Uwagi: -
Czas trwania filmu: 112 min.
Produkcja: amerykańska, francuska, angielska
Gatunek: biograficzny, przygodowy, dramat obyczajowy
Muzyka: Angelo Badalmaneti

FABUŁA:
Co robi człowiek, gdy się przewróci? Wstaje. Aż z biegiem lat przychodzi moment, że człowiek nie może podnieść się sam. Alvin Straight leży na podłodze swojego małego domku i przygląda się, jak jego córka Róża, sąsiadka i przyjaciel miotają się, nie wiedząc, co robić.
Po prostu pomóżcie mi wstać – mówi w końcu. Teraz już wiemy – stary Alvin niewiele już może zwojować.
Ta scena z filmu Davida Lyncha „Prosta historia" ma realistyczny, nieco nawet komediowy charakter. Powoli jednak, w trakcie opowieści, nabiera metafizycznego wymiaru.
To Bóg powalił Alvina Straighta, aby dać mu do zrozumienia, że jego czas zbliża się do kresu. Wiadomość o tym, że jego brat Lyle poważnie zachorował jest decydującym impulsem. Stary człowiek chodzący o dwu laskach, z psującym się od cukrzycy wzrokiem, wyrusza samotnie w drogę.

Zagadnienia do dyskusji w trakcie DKF:
- rodzina (dziewczyna)
- młodzież (cykliści)
- przyjaciele (małżeństwo)
- śmierć i religia (cmentarz i ksiądz)
- potrzeba refleksji i równowagi
- cechy osobowości i skutki, które prowadzą do sporów rodzinnych: gniew, pycha, alkohol

KOMPETENCJE: Odpowiedzialność | Szacunek, postawa obywatelska | Obywatelstwo cyfrowe

Wiek: 15-16

FILM: „Obrońcy skarbów”

Przebieg warsztatów DKF (Dyskusyjnego Klubu Filmowego):

1. Jeden z uczestników przedstawia krótką charakterystykę filmu (podstawowe informacje znajdują się w tytule: „O filmie” na końcu tego dokumentu).
2. Oglądanie filmu z przygotowaną wcześniej tabelą na kartce papieru, podzieloną na 4 części: 1. Minuta filmu, 2. Opis sceny, 3. Moje komentarze (np. zachowania pozytywne lub negatywne), 4. Komentarze pozostałych uczestników.
3. Po obejrzeniu filmu poświęcamy krótką chwilę na uzupełnienie tabeli oraz na wydanie własnej oceny na temat filmu: a) jakość techniczna filmu w skali od 0 do 10, b) czy film podobał mi się czy też nie, c) wartości pozytywne lub negatywne, które według mnie wyróżniają się w filmie, d) inne własne uwagi.
4. Każdy z uczestników wyraża swoją ocenę (zob. punkt 3.)
5. Wzbogacająca dyskusja/refleksje/konwersacja na temat filmu.

KINO

Film jest językiem obrazu. Jest narzędziem do szerzenia kultury, idei, zachowań, ideałów. Czasem jest wykorzystywany do szerzenia propagandy. Sceny z filmu chce się naśladować. Nie tylko odzwierciedla on rzeczywistość, ale także wpływa na nią pozytywnie lub negatywnie. Amerykanie, świadomi potęgi kina, wykorzystują filmy do rozpowszechniania wartości, które mogą mieć szczególne znaczenie dla ludzi: wysiłek, dzięki któremu osiągamy własne cele; siła woli i wytrwałość; miłość do ojczyzny; silne pragnienie, by spełnić marzenia , które wydają się nierealne. Słynny amerykański sen: jeśli spróbujesz i będziesz wytrwały, marzenia się spełnią.

„O FILMIE”

Tytuł wersji polskiej i oryginału:
„Obrońcy skarbów”/„The Monuments Men”
Reżyseria: George Clooney
Rok: 2014
Jakość techniczna: 7
Uwagi: -
Czas trwania filmu: 118 min.
Produkcja: amerykańska
Gatunek: dramat, wojenny
Muzyka: Alexandre Desplat

BIBLIOTEKA ARYSTOTELESA
– dodatkowe narzędzia Programu Leader100, służące wzmacnianiu wiedzy i motywacji. Zawierają wskazówki, inspiracje i doświadczenia związane z rozwijaniem konkretnych kompetencji i nawyków.

FABUŁA:

Alianccy żołnierze i cywilni specjaliści łączą siły, by odzyskać skradzione przez nazistów dzieła sztuki, zanim zostaną one zniszczone w wyniku działań wojennych.

DO PRACY W GRUPIE – instrukcja

PRACA W GRUPIE
Podczas pracy w grupie, dzięki interakcji z innymi, otwierają się nowe horyzonty oraz nowe spojrzenia na ten sam problem, bo „w grupie raźniej". Warto korzystać z tej metodologii.

WSTĘP:
Ogólnie rzecz biorąc, materiały Leader100 do Pracy w Grupie składają się z trzech części: a) historyjka -*case*- lub opowiadanie związane z konkretną kompetencją, b). pytania dotyczące historyjki, kompetencji lub nawyku i c) kilka przykładowych wniosków osób, które pracowały nad historyjką (*case-m*).

JAK PRACOWAĆ W GRUPIE?
Grupa powinna składać się przynajmniej z 6 uczestników w podobnym wieku. Oczywiście, jeśli nie jest to możliwe, można zaprosić innych członków rodziny i znajomych do pracy w grupie, dostosowując się do sugestii oraz instrukcji materiałów do Pracy w Grupie. Praca w Grupie trwa 30-40 minut.

Dla uczniów do 10 roku życia, każdy materiał do Pracy w Grupie zawiera instrukcje dla prowadzącego.

Dla uczniów od roku życia, jeśli dokument nie zawiera innych wskazówek, praca w grupie będzie realizowana zgodnie z metodą analizy przypadku (ang. *case method*). Według tej metody, przed dniem spotkania każdy uczestnik czyta **historyjkę** i sam zastanawia się nad tematami poruszonymi w pytaniach.

W dniu realizacji Pracy w Grupie za pomocą metody analizy przypadku (*case method*):

- Ustalamy, kto będzie moderatorem spotkania; może nim być coach, wychowawca klasy, opiekun grupy, zaproszony gość, a także jeden/jedna z kolegów/koleżanek z grupy.
- Jeśli nie zrobiono tego przed spotkaniem, czytamy pytania, krótko się nad nimi zastanawiamy, a następnie czytamy tekst historyjki, mając na uwadze wcześniejsze pytania. Moderator dba, aby na następne czynności zostało około 30 minut.
- Potem, aby dobrze przygotować się do pracy w dużej grupie, przystępujemy do pracy w 3-4 osobowych małych grupach:
  - ›› każdy wyraża swoje zdanie w małej grupie, udzielając odpowiedzi na każde pytanie; UWAGA: mała grupa nie musi ustalać wspólnej odpowiedzi na każde pytanie; koncepcja jest taka, żeby w małej grupie wyrażać własne zdanie i zobaczyć, jak inni reagują na moje zdanie.
  - ›› dyskusja w małych grupach trwa ok. 5-10 minut i w tym czasie moderator chodzi między podgrupami i zachęca do udzielania pełnych odpowiedzi, aby uczniowie nie tylko mówili co i jak, ale też dlaczego, w jakim celu, itp.
- Łączymy małe grupy z powrotem w jedną dużą grupę. Jeśli to możliwe, siadamy w kole i patrzymy na tablicę/flipchart.
- Moderator dzieli tablicę na 4 KOLUMNY (I. Fakty, II. Problemy, III. Rozwiązania i IV. Wnioski):
  - ›› Opisujemy bohaterów historyjki i fakty związane z nimi i historią. Moderator zapisuje je na tablicy w I KOLUMNIE „Fakty", tzn. historyjka jest źródłem faktów *case method*.
  - ›› Następnie przechodzimy do omówienia Problemów i moderator zapisuje w II KOLUMNIE, jakie są według nas możliwe „problemy" każdego bohatera historyjki. Moderator zapisuje je w formie pytań dotyczących kwestii, które bohater ma do rozwiązania. „Problem" jest sytuacją, w której dla jednej kwestii możliwe są różne rozwiązania i trudno jest wybrać to najlepsze. Np. problemem dla trenera drużyny piłki nożnej jest „jaką najlepszą jedenastkę wybrać, jeśli mam około 20 dobrych graczy w klubie". Następnie szukamy Problemu Przewodniego, który związany jest w największym stopniu z nawykiem, który chcemy utrwalać. Bardzo często problem ten znajduje się na końcu historyjki.
  - ›› W III KOLUMNIE przedstawiamy różne opcje Rozwiązań, które według nas pomogą rozwiązać Problem Przewodni i dyskutujemy o nich (wypisujemy i analizujemy sugestie rozwiązań, grupujemy je i nadajemy im priorytety);
  - ›› W ostatniej, IV KOLUMNIE zapisujemy Wnioski dla nas (czyli rozwiązania lub zachowania, które wynikają z zapisów na tablicy i dyskusji), które warto zapamiętać oraz potencjalne błędy, których warto unikać. Jeśli jest to możliwe i potrzebne, moderator może uzupełnić wnioski, komentując konkluzje innych osób, które również pracowały nad tą historyjką. Cała Praca w Grupie i wszystkie wnioski pomogą nam w rozwijaniu kompetencji i nawyku danego miesiąca oraz mogą być inspiracją w ulepszeniu mojego Planu Treningu, np. poprzez dodanie nowych Celów i Zadań.

MATERIAŁ DO PRACY W GRUPIE
Nawyk: Odpowiedzialnie zajmuję się powierzoną mi grupą osób

PYTANIA DO TEKSTU

1. **Jak skuteczna okaże się taktyka Agnieszki w prowadzeniu klubu „Italiano"?**
2. **Jak Agnieszka rozumie swój nowy obowiązek polegający na uczeniu swoich kolegów i koleżanek nowego języka?**
3. **Myślisz, że Agnieszka traktuje zbyt poważnie naukę języka włoskiego? Dlaczego?**

HISTORIA:
„KLUB ITALIANO"

Agnieszka znana była z tego, że świetnie mówiła po włosku. Spędziła we Włoszech kilka lat dzieciństwa, ponieważ jej tata pracował w Mediolanie. Była to umiejętność na tyle oryginalna, że koleżanki nie kryły zazdrości z tego powodu, a zwłaszcza Monika i Aneta, które planowały najbliższe wakacje spędzić we Włoszech. Któregoś dnia przyjaciółki wpadły na pomysł zorganizowania lekcji włoskiego. Agnieszka nie miała nic przeciwko temu i w ten sposób, po przyłączeniu się Marysi, powstała grupa czterech koleżanek, które nazwały swoje przedsięwzięcie „Klub italiano", co samo w sobie już wydawało im się sukcesem godnym pochwalenia się kolegom i koleżankom ze szkoły. Zgodnie z przewidywaniami „Klub italiano" robił odpowiednie wrażenie. Nieoczekiwanie dla założycielek, ogromne zainteresowanie lekcjami włoskiego zadeklarował Marcin, Janek i Paweł. Powstało zasadnicze pytanie: czy mamy przyjąć do klubu chłopaków? Agnieszka, znając zdystansowany stosunek niektórych kolegów do nauki czegokolwiek, nie była przekonana do pomysłu poszerzenia składu grupy, jednak gorące „tak" ze strony koleżanek skłoniło ją do wyrażenia zgody. Zajęcia zasadniczo miały odbywać się raz w tygodniu – w soboty – u Agnieszki lub mieszkającej bardzo blisko Anety.

Mama Agnieszki, gdy dowiedziała się o nowym pomyśle córki nie zwlekała z podzieleniem się swoimi wątpliwościami:

– Przecież to jest duża odpowiedzialność. Moja droga, to nie jest takie proste jak ci się wydaje. Zobaczysz, że po kilku lekcjach zacznie się marudzenie, ale rób jak uważasz. Ja tylko uprzedzam, żebyś nie była zawiedziona, gdy skończy się entuzjazm i stwierdzisz, że nie jesteś taką fajną nauczycielką.

– Ja wiem, ale to oni sami chcieli się uczyć, więc ja tylko daję im szansę. Zamierzam potraktować te lekcje poważnie.

Przestrogi mamy dały Agnieszce wiele do myślenia. Do tej pory nie myślała o tym, że w rzeczywistości podejmuje się roli nauczycielki i że będzie musiała być tak samo wymagająca dla wszystkich uczestników klubu oraz sprawdzać zadania domowe. Z drugiej strony wydało jej się oczywiste, że nauczenie czegokolwiek Marcina, Janka albo Pawła nie będzie takie proste. Postanowiła sprawdzić ich zapał do nauki już na pierwszej lekcji. Taktyka była prosta: sprawdzić kto jest gotowy do wysiłku i nauki, a kto miał nadzieję tylko na regularne towarzyskie spotkania w miłym gronie.

Na pierwszym spotkaniu, ku zaskoczeniu swoich świeżutkich uczniów, Agnieszka zakończyła pogawędki i żarty, wyjmując przygotowane wcześniej materiały. Oświadczyła również, że jeśli ktoś się spóźni więcej niż trzy razy, lepiej będzie, żeby więcej nie przychodził.
Na zadanie domowe Agnieszka zadała ćwiczenia na odmianę czasowników oraz poznane na lekcji słownictwo i zwroty do nauczenia na następną sobotę, co ostatecznie zakończyło atmosferę radosnego pikniku. Agnieszka z trudem ukrywała zdziwienie tym, że nikt nie protestował. Marcin, Janek i Paweł patrzyli po sobie porozumiewawczo, jednak zachowywali wyraz twarzy godny najlepszych pokerzystów. Przyjmowali kolejne zobowiązania z takim spokojem, jakby właśnie ukończyli intensywny kurs języka chińskiego i byli w pełni gotowi do nauki kolejnych, łatwiejszych przecież języków.

Po skończonej pierwszej lekcji wszyscy z uśmiechem pożegnali się i gdy wyszli Agnieszka została sama z Anetą.

MATERIAŁ DO PRACY W GRUPIE

Nawyk: Odpowiedzialnie zajmuję się powierzoną mi grupą osób

ciąg dalszy

– O kurczę, nie wiedziałam, że będzie tego tak dużo – powiedziała Aneta.
– Specjalnie tak zrobiłam. Teraz zobaczymy, kto naprawdę chce się czegoś nauczyć.
– Jak Paweł się zniechęci to będzie klapa.
– Nie Aneto, żadna klapa, spotkacie się w kinie albo gdzieś indziej.
– Łatwo powiedzieć.... Nauka to nauka.
– Tak, nauka to nauka, ale mówić dobrze w jakimś języku obcym to nie to samo co być odpowiedzialnym za grupę, która chce się go nauczyć. Aneto, co według ciebie jest najważniejsze, jeśli chodzi o odpowiedzialne zajmowanie się powierzoną grupą osób?

Patrząc przez okno jak Janek, Marcin i Paweł szli ulicą głośno śmiejąc się i żartując, Aneta zastanawiała się co odpowiedzieć Agnieszce.

KILKA PRZYKŁADOWYCH WNIOSKÓW OSÓB, KTÓRE PRACOWAŁY NAD HISTORYJKĄ *:

1. Odpowiedzialność za innych może przybierać różne formy, np. mamy obowiązki jako rodzeństwo, jako przyjaciele, jako dzieci naszych rodziców, jako członkowie drużyny piłkarskiej itd. Jednak zawsze powinniśmy mieć świadomość, że nie jesteśmy sami i to, co i jak robimy ma wpływ – dobry lub zły – na bliskie nam osoby.
2. Powinniśmy poważnie traktować nasze zobowiązania, również te, których podejmujemy się wobec kolegów i koleżanek, nawet jeśli nic wielkiego nie grozi nam za ich niedotrzymanie. Przez szacunek do siebie i innych osób powinniśmy dotrzymywać słowa i obietnic.
3. Każda forma przywództwa lub kierowania grupą jest związana z odpowiedzialnością. Będąc kapitanem drużyny, przewodniczącym klasy czy starszym bratem/siostrą, spełniam bardzo ważną rolę i moim obowiązkiem jest stanąć na wysokości zadania.

*** Dodatkowe wnioski lub sugestie dotyczące tej historyjki można wysłać mailem na adres leadersto@leader100.pl. Dziękujemy.**

PYTANIA I SUGESTIE DLA RODZICÓW

Nawyk: Odpowiedzialnie zajmuję się powierzoną mi grupą osób

PYTANIA I SUGESTIE DLA RODZICÓW
W zadaniach, jakie stoją przed uczestnikami Programu Leader100, bardzo istotna jest rola ich rodziców, którzy mogą korzystać z przeznaczonych dla nich materiałów.

A. Poniżej przedstawione zostały inspirujące pytania, które mają na celu pomóc rodzicom we wspólnej i prywatnej samoocenie na temat wychowania dzieci w wyżej wymienionym nawyku i zastanowić się w jakim stopniu są dla nich przykładem w tym obszarze:

1. Czy dbamy o to, aby wprowadzić w życie sugestie programu Leader100 dla rodziców? Czy omawiamy je z naszymi dziećmi i ich nauczycielami lub coachami?
2. Czy czujemy się odpowiedzialni za osiągnięcia całej grupy przyjaciół naszych dzieci i rozmawiamy o tym z innymi rodzicami lub nauczycielami jeśli jest taka potrzeba?
3. Czy jako rodzice dajemy dobry przykład rzetelnego wypełniania własnych obowiązków: przygotowywanie się do pracy, sprawowanie opieki nad dziećmi, udział w zebraniach szkolnych, dotrzymywanie terminów wizyt lekarskich, staranne wykonywania obowiązków domowych itd.?

B. Oprócz dobrego przykładu, ważne są czyny ukazujące rodzinne wsparcie dziecka w jego pracy nad rozwojem poszczególnych nawyków i kompetencji. Poniższe sugestie wskazują, w jakich działaniach związanych z danym nawykiem, potrzebne jest osobiste zaangażowanie ze strony rodziców:

1. Warto zlecać dzieciom odpowiedzialne zadania, takie jak gotowanie, sprzątanie czy robienie zakupów, pomimo ryzyka niewłaściwego wykonania tych zadań i czasu, który będziemy musieli poświęcić na ich wytłumaczenie i kontrolę ich wykonania. Warto zwrócić uwagę dzieci na to, że realizując te zadania, działają dla dobra innych.
2. Warto akceptować decyzje naszych dzieci. Nawet te niewłaściwe (pod warunkiem, że nie są zbyt poważne) są wspaniałą okazją do nauki. Kiedy dzieci popełnią błąd, możemy dać im do zrozumienia, że muszą zachować się odpowiedzialnie i być gotowe, aby ponieść konsekwencje swoich decyzji. Warto zachęcać dzieci do przemyślenia swoich wyborów, aby podejmowały lepsze decyzje w przyszłości.
3. Poprosić dzieci, aby stosownie do ich wieku oraz możliwości, przygotowały plan na weekend dla całej rodziny: wycieczka, zwiedzanie nowych miejsc itd. Zachęcić je, aby ich propozycja zawierała elementy atrakcyjne dla całej rodziny.

Oprócz tego, co zostało wspomniane powyżej, rodzice mogą jeszcze raz przeczytać dokument „Jak to działa" oraz:

a. **porozmawiać** na osobności (najważniejsze jest słuchanie) **z dzieckiem** o jego planie rozwoju osobistego i zaoferować wsparcie w jego realizacji (dokument „Realizacja Planu Treningu")
b. **porozmawiać z coachem** swojego dziecka, by bardziej skutecznie i profesjonalnie wspierać plan rozwoju ucznia (dokument z sugestiami dotyczącymi „Rozmowy Rodzice – Coach"),
c. zobaczyć, jakie zadania proponuje Program w „Planie Treningu Ucznia" i **pomagać dziecku w ich realizacji**, głównie służąc własnym dobrym przykładem,
d. **znaleźć dobre inspiracje** do innych działań (np. oglądanie filmu w rodzinie) i odpowiedzi na wiele pytań wychowawczych, czytając materiały z „Biblioteki Arystotelesa" Programu Leader100,
e. zorganizować coś w stylu „Szkoły Rodziców" związanej z kompetencją i nawykiem, nad którymi dzieci pracują. „Szkoła Rodziców" to **spotkania rodziców**, których dzieci są na tym samym poziomie w Programie Leader100. Podczas tych spotkań rodzice wymieniają się doświadczeniami, organizują wykłady i warsztaty, analizują przypadki („case"), polecają książki, artykuły lub filmy itp. Oczywiście rodzice mogą liczyć na wsparcie coacha w organizacji tych spotkań.
f. **Wysłać swoje sugestie**, opinie, komentarze lub doświadczenia dotyczące Programu i materiałów Leader100 na adres mailowy: leader100@leader100.pl. Z góry bardzo dziękujemy.

Kompetencja:
ODPOWIEDZIALNOŚĆ
(poziom Senior-Leader)

SUGESTIE DLA NAUCZYCIELI I SZEROKO ROZUMIANEGO OTOCZENIA WYCHOWUJĄCEGO UCZNIA

Nawyk: Odpowiedzialnie zajmuję się powierzoną mi grupą osób

WSTĘP:
W zadaniach, jakie stoją przed uczniami uczestniczącymi w Programie Leader100 (**www.leader100.pl**), istotna jest także rola wszystkich osób, które wpływają słowem lub przykładem na proces wychowawczy ucznia: nauczycieli prowadzących zajęcia szkolne lub pozaszkolne, starszego rodzeństwa, bliskich dorosłych krewnych (dziadków, wujków itp.), osób prowadzących zajęcia pozalekcyjne, trenerów sportowych, instruktorów, wychowawców lub opiekunów (np. w harcerstwie, w parafii) etc.
Wszyscy oni mają interakcję wychowawczą z uczniem, dlatego też powinni wiedzieć, że uczestniczy on w Programie rozwoju nawyków i kompetencji Leader100 (można wysłać im do przeczytania dokument „Jak to działa").
Powinni otrzymać również bieżący dokument, by mogli bardziej aktywnie wspierać plan rozwoju ucznia w wyżej wymienionej kompetencji i nawyku.

SUGESTIE DLA NAUCZYCIELI I SZEROKO ROZUMIANEGO OTOCZENIA WYCHOWUJĄCEGO UCZNIA
Wykorzystując poniższe sugestie, można skuteczniej pomagać uczniowi w jego pracy nad sobą oraz utrwalaniu określonego nawyku.

INSTRUKCJE:
Celem poniżej przedstawionych sugestii jest ukazanie osobistej możliwości wsparcia ucznia w pracy nad rozwojem poszczególnych nawyków i kompetencji.
Poniższe propozycje wskazują, w jakich zadaniach związanych z danym nawykiem, potrzebne jest osobiste zaangażowanie ze strony osób, które słowem lub przykładem wpływają na proces wychowawczy ucznia:

1. Zlecanie chętnym uczniom zadań dotyczących całej klasy lub grupy, takich jak zbiórka funduszy na określony cel, przygotowanie wstępnego planu wycieczki, przygotowanie prezentacji, przypomnienie całej klasie o ważnym wydarzeniu.

2. Stosowanie pracy w kilkuosobowych zespołach. Wyznaczanie funkcji szefa zespołu (np. co tydzień innej osobie) odpowiedzialnego za koordynację pracy członków zespołu i za efekt wspólnych wysiłków.

3. Zachęcenie uczniów do sumiennego wypełniania obowiązków w szkole, w domu, etc. Uświadomienie im, że ich zaniedbanie często może zostać odebrane jako brak odpowiedzialności, profesjonalizmu oraz może spowodować utratę zaufania osób z otoczenia.

4. Zachęcenie uczniów do oferowania pomocy w nauce rodzeństwu, kolegom i koleżankom.

OOprócz tego, co zostało wspomniane powyżej, można jeszcze raz przeczytać dokument „Jak to działa" oraz:

a. porozmawiać z rodzicami ucznia lub z koordynatorem Programu Leader100, by bardziej skutecznie i profesjonalnie wspierać plan rozwoju każdego ucznia, który uczestniczy w Programie,

b. znaleźć dobre inspiracje do innych działań (np. oglądanie filmu w grupie) i odpowiedzi na wiele pytań wychowawczych, czytając materiały z „Biblioteki Arystotelesa" Programu Leader100 oraz

c. wysłać swoje sugestie, opinie, komentarze lub doświadczenia dotyczące Programu i materiałów Leader100 na adres mailowy: leader100@leader100.pl. Z góry bardzo dziękujemy.

EWALUACJA NAWYKU I KOMPETENCJI

W 29. dniu realizacji Programu albo po zakończeniu okresu ćwiczenia nawyku należy ocenić, jak udało się zrealizować podjęte postanowienia. Taka ewaluacja dostarczy wniosków pomocnych w rozwoju kolejnych nawyków i kompetencji. Ewaluację można zrobić samemu, razem z coachem lub w grupie/klasie.

Zanim wybierzesz następną kompetencję i nawyk do rozwijania, ważne jest, aby poświęcić trochę czasu na realizację sumiennej i uporządkowanej ewaluacji ostatniego miesiąca, co da Ci przewagę w następnym okresie pracy nad sobą. Jeśli jest taka możliwość, wymień się dobrymi doświadczeniami dotyczącymi rozwoju nawyku i kompetencji z coachem lub kolegami również uczestniczącymi w Programie.

W ostatnich tygodniach, plan był następujący:
Rozwinąć kompetencję
Odpowiedzialność
utrwalając nawyk: „Odpowiedzialnie zajmuję się powierzoną mi grupą osób"

1 Czy jestem osobą odpowiedzialną? (zaznacz w skali od 0 do 10)

☐ 0 ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐ 6 ☐ 7 ☐ 8 ☐ 9 ☐ 10

2 Czy jestem osobą, która odpowiedzialnie zajmuje się grupą osób, która została jej powierzona? (zaznacz w skali od 0 do 10)

☐ 0 ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐ 6 ☐ 7 ☐ 8 ☐ 9 ☐ 10

3 Jaka była twoja odpowiedź na pytanie 1 kiedy wypełniałeś Samoocenę? (możesz zapytać coacha)

4 Jaka była twoja odpowiedź na pytanie 2 kiedy wypełniałeś Samoocenę? (możesz zapytać coacha)

5 Odpowiedz na następujące pytania:

Czy Twoje cele i zadania do codziennej realizacji były konkretne?	Tak / Nie	Czy codziennie starałeś się zrealizować wszystkie cele i zadania?	Tak / Nie	Czy każdego dnia uzupełniałeś Tabelę Postępów?	Tak / Nie
Czy Twój *motywator* „M" dotyczył bardziej innych niż Ciebie samego?	Tak / Nie	Czy odbyłeś rozmowę coachingową?	Tak / Nie	Czy udało Ci się przeczytać lub skorzystać z któregoś z materiałów Biblioteki Arystotelesa?	Tak / Nie
Czy otrzymałeś w domu wsparcie dzięki temu, że rodzice wdrożyli sugestie Programu dla nich?	Tak / Nie	Czy otrzymałeś wsparcie poza domem dzięki temu, że coach, nauczyciele i opiekunowie wdrożyli sugestie Programu dla nich?	Tak / Nie	Czy udało Ci się współpracować z rówieśnikami (rozmowy nt. Programu, Praca w Grupie, DKF)?	Tak / Nie

Do przemyślenia: Odpowiedzi z powyższej tabeli wyjaśnią zapewne dlaczego w ostatnich tygodniach daną kompetencję udało Ci się rozwinąć bardziej lub mniej, utrwalając odpowiedni nawyk. Dostarczą Ci również wniosków pomocnych w rozwoju kolejnych nawyków i kompetencji.

6 Czy myślisz, że są inne czynniki, które pozytywnie lub negatywnie wpływały na realizację twojego planu rozwoju: TAK / NIE. Jakie?

7 Jakie masz sugestie dot. materiałów Programu Leader100?

Prosimy wskazać nazwę dokumentu: Samoocena, Plan Treningu, Praca w Grupie, etc. oraz konkretne uwagi lub sugestie. Można to zrobić po drugiej stronie kartki lub na tablicy, jeśli ewaluacja jest realizowana w grupie. Prosimy o wysłanie zdjęcia tych sugestii mailem na adres leader100@leader100.pl

8 Oczywiście nie ma problemu, jeśli oprócz odpowiedzi na pytanie 7, wysłane zostaną (np. przez coacha), także zdjęcia odpowiedzi na pytania 1-6. tej anonimowej ewaluacji. Pomoże to uczniom, którzy dzięki Wam, w przyszłości będą mogli pracować z jeszcze lepszymi materiałami Programu.

CO DALEJ? – PRACA NAD NOWĄ KOMPETENCJĄ I NAWYKIEM

Po wypełnieniu ewaluacji należy rozpocząć pracę nad nową kompetencją i nawykiem.

Dla uczniów, którzy uczestniczą w Programie Leader100 w grupie lub w klasie, kolejność kompetencji i nawyków jest już ustalona na cały rok. Uczniowie, ich rodzice, coachowie, opiekunowie i nauczyciele mają co miesiąc dostęp do nowych materiałów dla danej grupy/klasy przez platformę internetową Leader100.

Gdy uczeń realizuje Program samodzielnie to do momentu, kiedy będzie mógł dołączyć do jakiejś grupy (rzecz bardzo rekomendowana, bo łatwiej będzie współpracować z rówieśnikami) sam, z rodzicami lub z coachem może decydować o kolejności kompetencji i nawyków. Ma następujące opcje:

LISTA KOMPETENCJI I NAWYKÓW
Poziom Senior-Leader (dla uczniów w wieku 14-16 lat)

KOMPETENCJA	NAWYK POZIOMU SENIOR-LEADER
01. Ciekawość poznawcza	Jestem na bieżąco z otaczającą mnie rzeczywistością (kultura, sztuka, media, polityka, finanse, etc.)
02. Szczerość	Mówię całą prawdę i jestem przejrzysty
03. Odpowiedzialność	Odpowiedzialnie zajmuję się powierzoną mi grupą osób
04. Męstwo	Dzielnie znoszę długotrwałe wysiłki
05. Obywatelstwo cyfrowe	W sposób odpowiedzialny zabieram głos w Internecie oraz innych środkach masowego przekazu
06. Uczciwość, sprawiedliwość	Przebaczam i proszę o przebaczenie
07. Umiarkowanie	Notuję osobiste wydatki i wyzbywam się tego co zbędne
08. Wdzięczność, transcendencja	Jestem wierzący praktykujący
09. Porządek	Potrafię rozplanować rzeczy w czasie
10. Solidarność, pomoc innym	Orientuję się w bieżących problemach społecznych (ubóstwo, samotność, choroby, etc.) i usiłuję im zaradzić
11. Przyjaźń	Pracuję nad swoim charakterem: jestem uprzejmy, bezinteresowny, asertywny itd.
12. Hojność	Pomagam osobom w niekorzystnej sytuacji, poświęcając im swój czas, pieniądze itd.
KOMPETENCJA STAŁA: NAUKA, CZYTANIE, PRACOWITOŚĆ	
Nauka, czytanie, pracowitość (Rok szkolny)	Stosuję zaawansowane metody uczenia się
Nauka, czytanie, pracowitość (Wakacje)	Dbam o koncentrację podczas czytania lub nauki

LISTA KOMPETENCJI I NAWYKÓW
Poziom Senior-Leader (dla uczniów w wieku 14-16 lat)

KOMPETENCJA	NAWYK POZIOMU SENIOR-LEADER
01. Szacunek, postawa obywatelska	Szanuję różnorodność i przykładam wagę do pozytywnych relacji z ludźmi innych środowisk, krajów, kultur, etc.
02. Radość, optymizm	Działam z "duchem sportowym" - od nowa podejmuję walkę po porażce
03. Roztropność, posłuszeństwo	Obserwuję i oceniam z dystansu trendy na świecie
04. Inteligencja i równowaga emocjonalna	Panuję nad uczuciami i seksualnością
05. Praca zespołowa	Potrafię dążyć do porozumienia unikając konfliktów
06. Komunikacja	Czynnie uczestniczę w dyskusjach, wyrażając swoją opinię w sposób kulturalny i przejrzysty
07. Otwartość na innych, empatia	Buduję miłą atmosferę i sprawiam radość innym ludziom
08. Samodoskonalenie	Otaczam się dobrym towarzystwem i umiem korzystać z rad dorosłych i coachingu
09. Profesjonalizm	Podejmując się realizacji inicjatyw i projektów, trzymam się planu i dążę do celu
10. Odwaga	Swobodnie występuję publicznie: przedstawienia, śpiew, dowcipy, etc.
11. Kreatywność, inicjatywa twórcza	Potrafię znaleźć wyjście z sytuacji skomplikowanych i złożonych
12. Wielkoduszność, ideały	Solidaryzuję się z ludźmi i angażuję się w rozwiązywanie ich problemów
KOMPETENCJA STAŁA: NAUKA, CZYTANIE, PRACOWITOŚĆ	
Nauka, czytanie, pracowitość (Rok szkolny)	Stosuję zaawansowane metody uczenia się
Nauka, czytanie, pracowitość (Wakacje)	Dbam o koncentrację podczas czytania lub nauki

Sugerujemy, aby w każdym miesiącu uczeń rozwijał jedną kompetencję poprzez pracę nad konkretnym nawykiem.

Równolegle warto dbać o kształtowanie stałej kompetencji ***Nauka***, która służy polepszaniu pracowitości.

Kiedy uczeń uczestniczy w **Programie Leader100** w grupie/klasie, może w grupie koncentrować się nad rozwojem kompetencji danego miesiąca, nad rozwojem kompetencji ***Nauka*** pracować w domu, licząc na wsparcie rodziców.

Zapotrzebowanie na materiały dotyczące konkretnych kompetencji i nawyków można zgłosić pisząc na adres mailowy **leader100@leader100.pl** Na ten adres można również napisać jeśli potrzebny jest dostępdo e-learningowej platformy internetowej Leader100, przydatny do pracy w grupie. Znajdują się tam wszystkie materiały dla uczniów, ich rodziców i opiekunów.

Bardzo dziękujemy za współpracę i za skorzystanie z wiedzy i doświadczeń Leader100-Fundacji Edukacyjnej. Życzymy powodzenia w pracy z materiałami!

Zespól Leader100

© Leader 100 – www.leader100.pl – leader100@leader100.pl