

 <p style="text-align: center;"><b>PLANUL LECȚIEI 3</b> <b>AUTOMOTIVAȚIA, IONA</b> <b>ȘI MONTY ROBERTS</b></p> <p style="text-align: center;">PARTEA A: METODOLOGIA LECȚIEI</p>	
CALITATEA	Automotivația
DESCRIEREA GENERALĂ A CALITĂȚII	<p>Conform <a href="#">Merriam Webster dictionary</a> automotivația este:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● a fi condus de propriile dorințe și ambiții;</li> <li>● a fi motivat de sine.</li> </ul> <p>Conform <a href="#">Oxford dictionary</a>, automotivația este calitatea de a fi capabil de muncă și efort din greu, fără a fi nevoie de presiunea altora.</p> <p>Automotivația este, în cea mai simplă formă, forța care te determină să faci lucruri. Dar ce este auto-motivarea? Când ești motivat de tine însuși, faci mai mult decât să bifezi lucrurile de pe lista de sarcini. A fi automotivat înseamnă și a avea suficientă conștiință de sine pentru a ști ce funcționează pentru tine și ce nu. În loc să depinzi de ceilalți pentru a-ți oferi un motiv pentru a face, simțul tău de motivație vine din interior. Dorința ta vine din interesele, valorile și pasiunile tale, nu din lista de verificare a altcuiva (BetterUp).</p> <p>Dar să te motivezi este mai ușor de spus decât de făcut. În unele zile, ai impresia că încerci să te legi de orice lucru care să te ajute să duci la bun sfârșit lucrurile. Mai ales după pandemia de COVID-19, sentimentele de epuizare și de oboseală au devenit larg răspândite. De la mai puțin timp afară, până la mai mult timp online, ultimii doi ani au avut un impact asupra bunăstării noastre (BetterUp).</p>

Veștile bune? Învățarea semnificației automotivării poate ajuta tinerii să-și îmbunătățească starea mentală și să înceapă să-și atingă obiectivele. De fapt, automotivația ar putea fi cheia pentru a te simți mai bine atât în viața personală, cât și în cea profesională (BetterUp).

Automotivația este o trăsătură extrem de dorită în societatea noastră. Mulți indivizi sunt conectați chiar și la o vârstă fragedă pentru a merge continuu înainte și a duce vieți pline de scop. Cum pot tinerii să fie automotivați? Una dintre opțiuni este încrederea în ceea ce fac, sprijinul în acțiunile lor și un premiu (Gallup). Cu toate acestea, cum se exprimă automotivația în tinerețe? Iată câteva sfaturi pentru a înțelege mai bine principiile automotivării la tinerii noștri:

- Parenting și învățare responsabilă.
- A ajuta tinerii să-și stabilească obiective.
- A mentora tinerii pentru construirea încrederii.
- A oferi oportunități.
- Insuflarea autodeterminării și a credinței în sine (MyGov).

Biblia are mai multe versete care inspiră la automotivație. Cele mai populare pentru ei:

Isaia 41:10

*‘Deci nu te teme, căci Eu sunt cu tine; nu te speria, căci Eu sunt Dumnezeuul tău. Te voi întări și te voi ajuta; Te voi sprijini cu dreapta Mea mână dreaptă’.*

Filip 4:6–7

*‘Nu vă îngrijorați de nimic, ci în orice situație, prin rugăciune și cerere, cu mulțumire, prezentați cererile voastre lui Dumnezeu. Și pacea lui Dumnezeu, care depășește orice înțelegere, vă va păzi inimile și mințile în Hristos Iisus.*

Psalm 34:4–5, 8

*„Am căutat pe Domnul și El mi-a răspuns și m-a izbăvit de toate temerile mele. Ferice de omul care se adăpostește în El!’*

Roman 8:28

*‘Și știm că pentru cei care îl iubesc pe Dumnezeu toate lucrează împreună spre bine, pentru cei chemați după planul Său’.*

	<p>Unul dintre cele mai strălucitoare personaje ale Bibliei în ceea ce privește automotivația este Iona, care a trebuit să găsească o mare automotivație în sine pentru a face ceea ce i s-a cerut să facă și ceea ce nu a fost dispus să facă, dar a fost lucrul corect. Desigur, mulți dintre noi ne-am confruntat cu aceeași problemă, iar tinerii trebuie uneori să se confrunte cu această problemă în fiecare zi când, de exemplu, nu vor să meargă la școală sau la orice alte activități extrașcolare. Lipsa automotivării este unul dintre cei mai mari factori ai abandonului școlar în educația vocațională și non-formală și reprezintă, de asemenea, o mare amenințare cu abandonul școlar la mijlocul adolescenței. Prin urmare, echipa de proiect a văzut o mare necesitate de a promova această calitate printre alte calități incluse în proiectul MoPYL.</p> <p>Vedeți ce au de spus tinerii înșiși, conform cercetării efectuate de echipa MoPYL a proiectului, despre automotivație, mai jos în capitolul „Dilemă”.</p>
DESCRIEREA GENERALĂ A LECȚIEI	Lecția constă din trei părți – partea introductivă (~ 10% din timp), partea principală (~ 75% din timp) și partea finală (~ 15% din timp). Partea introductivă constă în: a) legături cu alte lecții; b) introducere. Partea principală constă în părți teoretice și practice (individual, pereche, grup). Partea finală constă într-un rezumat al lecției și concluzii, feedback, întrebări și răspunsuri.
SCOPUL LECȚIEI	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) să învețe caracteristici pozitive ale automotivației, cum ar fi dorința personală pentru atingere, angajamentul față de obiective, inițiativa, optimismul sau rezistența;</li> <li>2) a pune în practică trăsăturile pozitive ale automotivării prin situații de viață.</li> </ol>
METODE EDUCATIONALE NONFORMALE	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) pregătire teoretică,</li> <li>2) discuții, dezbateri, învățare a învăța, observare, feedback, întrebări și răspunsuri etc.</li> </ol>
GRUPA DE VĂRSTĂ	13-15 ANI
AȘTEPTĂRILE LECȚIEI	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) trăsături pozitive ale automotivației, cum ar fi dorința personală de a atinge reușite, angajamentul față de obiective, inițiativa, optimismul sau reziliența învățată și percepută;</li> <li>2) trăsături pozitive ale automotivației prin situații de viață puse în practică.</li> </ol>
<b>PARTEA B: DESCRIEREA LECȚIEI</b>	

SLOGAN	<p>Ori de câte ori te confrunți cu o provocare, nu te întreba <i>De ce eu</i>, pentru că Dumnezeu dă provocări doar celor care sunt capabili să realizeze ceva.</p> <p style="text-align: right;"><u><a href="#">The Dark Secrets</a></u></p>
DILEMĂ	<p>Calitățile proiectului promovate de acest plan de lecție împreună cu <u>automotivarea</u>, sunt de asemenea <u>răbdarea</u>, arătată de Jonah când a fost forțat să reziste la soarele arzător și la planta ofilită și de Monty când a trebuit să rămână neclintit și să meargă cu răbdare înainte pentru visul său. În plus, planul de lecție acoperă <u>autocontrolul</u> pe care Jonah a fost silit să-l ia asupra lui la sfârșitul povestirii</p> <p>Conform Raportului de Cercetare MoPYL, în Letonia, automotivația (8,2), urmată de responsabilitate (7,8) și conducere (7,6) a obținut cea mai mare medie de punctuație. Românii au obținut din nou scoruri mult mai mici decât celelalte țări, iar toate elementele au fost la un nivel similar între 5,5 și 5,6. În cele din urmă, în Spania, responsabilitatea (8,5) și automotivația (8,3) au obținut cele mai mari scoruri, urmate de leadership (7,8) și apartenență (7,3) (pagina 13).</p> <p>Valorile instrumentale privind automotivarea au fost grupate în următorul rezumat (pagina 14):</p> <ul style="list-style-type: none"><li>● Capacitatea de a se bucura.</li><li>● Spiritul de auto-îmbunătățire.</li><li>● Curiozitate.</li><li>● Imaginație, creativitate.</li></ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Senzație motivată.</li> </ul> <p>În Letonia, participanții au considerat 1) tinerii ca fiind devotați; 2) a fi voluntar presupune să te dăruiești altora, dar și să primești lecții valoroase; 3) ar fi interesant ca un număr mai mare de tineri să fie implicați în activități de voluntariat, atingând o importanță ridicată – toate peste 3 puncte din 4 maxim. Participanții din România au păstrat și principiul egalității, dar cu o valoare mai mică variind între 2,39 și 2,54 puncte. În același timp, spaniolii au subliniat că „a fi voluntar înseamnă a te oferi altora, dar și a primi o lecție valoroasă”, cele mai mari puncte dintre toate ajungând la 3,26 (pagina 16).</p> <p>În cadrul Focus Group-urilor proiectului MoPYL a fost menționată automotivația în contextul promovării voluntariatului în rândul tinerilor afirmând că printre beneficii, se numără capacitatea de a comunica (mai ales după acești doi ani de izolare), respectul față de ceilalți, autoperfecționarea, și automotivarea (pagina 4 a focus-grupurilor).</p> <p>Rezultatele Raportului de cercetare MoPYL au ajutat consorțiul de proiect să decidă asupra cantității de valori ale automotivării care urmează să fie promovate prin planurile de proiect.</p> <p>Vedeți raportul de cercetare complet al proiectului MoPYL pe pagina de start a proiectului <a href="http://www.mopyl.eu">www.mopyl.eu</a>.</p>		
MATERIALE NECESARE PENTRU LECȚIE	Proiector, ecran, computer, acces la Wi-Fi sau internet mobil		
DURATA LECȚIEI	1 oră de învățare, adică 45 de minute		
<u>PARTEA INTRODUCȚIVĂ</u>	Set anticipator	3 minute	<ul style="list-style-type: none"> <li>• salutul, binecuvântarea și implicarea studenților</li> <li>• legătura cu lecția anterioară – reflecții, feedback, discuții</li> <li>• explicația materialului lecției curente</li> </ul>

			<ul style="list-style-type: none"> <li>● explicarea sarcinilor pentru elevi</li> <li>● legătura cu viitoarea învățare</li> </ul>
	Introducerea noului material	2 minute	<ul style="list-style-type: none"> <li>● instrucțiuni directe despre conținutul</li> <li>● modelarea noilor abilități – automotivația</li> <li>● verificarea înțelegerii elevilor</li> </ul>
<u>PARTEA PRINCIPALĂ</u>	Practică ghidată: liderilor de tineret li se oferă două opțiuni pentru această parte: partea A este o lecție creștină; partea B este o lecție laică. Ambele lecții se bazează pe calități egale.	28 minute	<p>TITLUL A AUTOMOTIVAȚIA ȘI IONA</p> <p style="text-align: center;"><u>ȘI</u></p> <p>TITLUL B AUTOMOTIVAȚIA ȘI MONTY ROBERTS</p>
	<p><u>PARTEA A</u></p> <p>Iona este un bun reprezentant al necesității de automotivare. Marea misiune a lui Iona la Ninive ni l-a descoperit nouă; și cine poate spune cât de mult s-a dezvoltat prin această misiune? Povestea lui Jonah este spusă în cartea biblică a lui Iona. Povestea balenei lui Iona va fi spusă de profesor însuși urmand capitolele 1 – 4 din Cartea lui Iona din Scripturi sau afișand episodul 1 din Superbook din sezonul 2 <a href="#">HERE (episode 201)</a> Odată ce v-ați autentificat, înregistrarea este obligatorie pentru a putea viziona episoadele din Superbook. Durata episodului – 24 de minute. Înregistrare online gratuită pentru a viziona episoadele Superbook în toate sezoanele <a href="#">HERE</a>.</p>		
PRACTICA DE GRUP PARTEA A	10 minute		

	<p>La început, profesorul întreabă dacă există întrebări legate de povestea lui Iona. Profesorul răspunde și explică toate problemele conexe. Înainte de a da răspunsuri, profesorul îi încurajează pe ceilalți cursanți să răspundă.</p> <p>Profesorul întreabă dacă clasa poate numi o persoană similară a timpului nostru. Pot lega acțiunile lui Iona de orice persoană celebră, sau poate nu faimoasă – poate cineva își poate numi părinții, prietenii, rudele etc., care a avut nevoie de încurajare pentru a se automotiva să facă ceva?</p> <p>Dacă nimeni nu poate menționa un model, profesorul leagă povestea lui Iona de oamenii de astăzi. Iona este faimos pentru că însumează un amestec de o varietate de caracteristici – sinceritate severă, un om cu imaginație, un om cu griji egoiste, un om cu temperament irascibil și, în același timp, rămas credincios lui Dumnezeu și a fost slujitorul Său. Luând în considerare calitățile „umaniste” ale lui Iona, adesea văzute la diferiți oameni, va fi ușor să găsiți o poveste de viață cu unele trăsături similare cu cea a lui Jonah.</p>
<p>SITUAȚIA</p>	<p><u>Partea B</u></p> <p>Am un prieten pe nume Monty Roberts care deține o fermă de cai în San Isidro. Mă lăsase să-i folosesc ferma de cai pentru a organiza evenimente de strângere de fonduri pentru a strânge bani pentru programele pentru tinerii aflați în situații de risc. Ultima dată când am fost acolo, m-a prezentat spunând: „Vreau să vă spun de ce v-am lăsat să folosiți ferma mea de cai. Totul se întoarce la o poveste despre un tânăr care era fiul unui antrenor itinerant de cai care mergea din grajd în grajd, din pistă de curse în pistă, de la fermă la fermă și de la cursa la cursa, antrenând cai. Drept urmare, cariera de liceu a băiatului a fost întreruptă continuu. Când era în vârstă, i s-a cerut să scrie o lucrare despre ceea ce își dorea să fie și să facă când va fi mare.”</p> <p>„În noaptea aceea a scris o lucrare de șapte pagini în care își descrie scopul de a deține într-o zi o fermă de cai. A scris despre visul său în detaliu și chiar a desenat o diagramă a unei ferme de 200 de acri, arătând locația tuturor clădirilor, grajdurilor și pistei. Apoi a desenat un plan detaliat pentru o casă de 4.000 de metri pătrați care ar fi așezat pe o fermă de vis de 200 de acri.</p> <p>Și-a pus mult din inimă în proiect și a doua zi i l-a predat profesorului său. Două zile mai târziu și-a primit hârtia înapoi. Pe prima pagină era un F roșu mare cu o notă pe care scria „Ne vedem după curs”.</p>

	<p>Băiatul cu visul s-a dus la profesor după oră și a întrebat: „De ce am primit un F?”</p> <p>Profesorul a spus: „Acesta este un vis nerealist pentru un băiat ca tine. Nu ai bani. Proveniți dintr-o familie itinerantă. Nu ai resurse. A deține o fermă de cai necesită mulți bani. Trebuie să cumperi terenul. Trebuie să plățiți pentru stocul de reproducție inițial și mai târziu va trebui să plățiți taxe mari de herghelie. Nu ai cum să o faci vreodată.” Apoi profesorul a adăugat: „Dacă vei rescrie această lucrare cu un scop mai realist, îți voi reconsidera nota.”</p> <p>Băiatul a plecat acasă și s-a gândit mult la asta. L-a întrebat pe tatăl său ce ar trebui să facă. Tatăl lui i-a spus: „Uite, fiule, trebuie să te hotărâți în privința asta. Cu toate acestea, cred că este o decizie foarte importantă pentru tine.’ În cele din urmă, după ce a stat cu ea timp de o săptămână, băiatul a predat aceeași hârtie, fără să facă nicio schimbare.</p> <p>El a spus: „Poți păstra F și eu îmi voi păstra visul”.</p> <p>Monty s-a întors apoi către grupul adunat și a spus: „Îți spun această poveste pentru că stai în casa mea de 4.000 de metri pătrați, în mijlocul fermei mele de cai de 200 de acri. Mai am hârtia aia de școală înrămată peste șemineu.” El a adăugat: „Cea mai bună parte a poveștii este că în urmă cu două veri aceeași profesoară a adus 30 de copii în tabără la ferma mea timp de o săptămână.” Când profesorul pleca, el a spus: „Uite, Monty, pot să-ți spun asta acum. Când eram profesorul tău, eram un fel de fură de vise. În acei ani am furat o mulțime de vise de copii. Din fericire, ai avut destulă îndrăzneală ca să nu renunți la a ta” (Povestiri Morale).</p>
MORAL	<p><i>Nu lăsa pe nimeni să-ți fure visele. Urmează-ți inima, indiferent de ce. Niciun vis nu este prea mare sau prea mic atunci când cineva muncește din greu pentru a-l trăi și este automatizat. Ar trebui să încercați întotdeauna să faceți visele să devină realitate.</i></p>
PRACTICA DE GRUP PARTEA B	<p>10 minute</p> <p>La început, profesorul întreabă dacă există întrebări legate de poveste. Profesorul răspunde și explică toate problemele conexe. Înainte de a da răspunsuri, profesorul îi încurajează pe ceilalți cursanți să răspundă. Profesorul întreabă dacă clasa poate numi o persoană sau o poveste similară, în care cineva nu a renunțat și nu a cedat obiecțiilor altora, a rămas ferm și a continuat să spere în visele sale?</p>



	<p>Visele reprezintă un teren larg pentru discuții – toată lumea are cel puțin unul, mai ales în copilărie. Adolescența este perioada de varsta în care tinerii încep să-si piardă visele din cauza presiunii regulilor societății. Aceasta este o temă în care profesorul are posibilitatea de a promova visarea pozitivă.</p> <p>O sarcină pe care profesorul o poate folosi este o „listă de dorințe” de patru coloane. Prima sarcină este să puneți pe o hârtie sau pe dispozitivele lor mobile cel puțin 3 vise într-o coloană unu (dacă pe hârtie). În continuare, în a doua coloană, cursanții sunt rugați să menționeze ce pot începe să facă astăzi pentru a-și îndeplini visele? În a treia coloană, cursanții sunt rugați să menționeze care sunt pașii care consideră că ar trebui să fie făcuți în viitor pentru a-și îndeplini visele. Și profesorul întreabă grupul – ce vom pune în ultima coloană? După răspunsurile grupului. Profesorul explică faptul că a patra coloană trebuie păstrată goală. Aceasta este coloana pe care nu o cunoaștem și o vom completa doar atunci când se întâmplă un lucru cert (neprevăzut) și atunci ar trebui pus în ea. Acest lucru se datorează faptului că uneori pașii viselor noastre se desfășoară într-un mod diferit decât am prevăzut în mintea noastră.</p>	
<p><u>PARTEA FINALĂ</u></p>	<p>12 minute</p>	<p>Scurt rezumat al lecției, discuții despre lecțiile învățate, dezbateri dacă cursanții ridică întrebări neclare. Feedback al cursanților pentru cele mai bune practici care urmează să fie aplicate în viitor.</p>
<p>REFERINȚE</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Better Up. 2022. Învață cum să fii cel mai bun aliat al tău pentru a-ți atinge obiectivele. Accesat: 14.03.2022. <a href="https://www.betterup.com/blog/what-is-self-motivation">https://www.betterup.com/blog/what-is-self-motivation</a>.</li> <li>2. Versiunea standard în engleză a Bibliei. <i>Biblie</i>. Accesat: 14.03.2022. <a href="https://www.biblestudytools.com/esv/">https://www.biblestudytools.com/esv/</a>.</li> <li>3. Erasmus+ Project. 2022. <i>Program mobil pentru tineri care învață. Raport de cercetare MoPYL</i>. Disponibil la: <a href="http://www.mopyl.eu">www.mopyl.eu</a>.</li> <li>4. Gallup. 2004. Majoritatea adolescenților își găsesc motivația în ei înșiși. Accesat: 14.03.2022. <a href="https://news.gallup.com/poll/10561/most-teens-find-motivation-within-themselves.aspx">https://news.gallup.com/poll/10561/most-teens-find-motivation-within-themselves.aspx</a>.</li> <li>5. MyGov. 2020. <i>Motivarea tinerilor să devină ambasadorii mărcii Noii Indii</i>. Accesat: 14.03.2022. <a href="https://blog.mygov.in/motivating-youth-to-become-the-brand-ambassadors-of-new-india/">https://blog.mygov.in/motivating-youth-to-become-the-brand-ambassadors-of-new-india/</a>.</li> <li>6. Dicționar Merriam Webster. <i>Automotivarea</i>. Accesat: 14.03.2022. <a href="https://www.merriam-webster.com/dictionary/self-motivated">https://www.merriam-webster.com/dictionary/self-motivated</a>.</li> <li>7. Povești morale. <i>Păstrează-ți visele</i>. Accesat: 14.03.2022. <a href="https://www.moralstories.org/keep-your-dream/">https://www.moralstories.org/keep-your-dream/</a>.</li> </ol>	



Agency for International  
Programs for Youth  
Republic of Latvia



Co-funded by the  
European Union

# MOPYL

Mobile Program for Youth Learners

- |  |  |
|--|--|
|  | <ol style="list-style-type: none"><li>8. Oxford Learner's Dictionaries. <i>Automotivarea</i>. Accesat: 14.03.2022. <a href="https://www.oxfordlearnersdictionaries.com/us/definition/english/self-motivation">https://www.oxfordlearnersdictionaries.com/us/definition/english/self-motivation</a>.</li><li>9. Superbook. Episode 201: <i>Jonah</i>. Accesat: 14.03.2022. <a href="https://us-en.superbook.cbn.com/episode_player?v=4515331494001">https://us-en.superbook.cbn.com/episode_player?v=4515331494001</a>.</li></ol> |
|--|--|