



Warsztat Stowarzyszenia E-learningu Akademickiego pt. „Fitness Informacyjny”

Prowadzący: dr Andrzej Wodecki

Miejsce: Nałęczów, Hotel Termy Pałacowe-Nałęczowianka

<http://spanaleczow.pl/oferta,termy-palacowe-naleczowianka.html>

Cele i korzyści

Żyjemy w czasach przeładowania informacją. Jak w tym natłoku i tempie znaleźć te najlepsze i nauczyć się sztuki ich kontemplacji?

Wiele lat pracy zarówno z ciałem, jak i umysłem, utwierdziło mnie w przekonaniu o istnieniu wielu analogii pomiędzy odżywianiem i ćwiczeniami fizycznymi a uczeniem się i ćwiczeniami umysłu. Warsztat ten ma na celu podzielenie się tymi doświadczeniami oraz wspólną pracę nad udoskonaleniem systemu, który roboczo nazwałem Fitnesssem Informacyjnym.

Zajęcia będą prowadzone w formule prac w podgrupach. Po warsztatach uczestnicy:

1. będą znali wiele inspirujących, ciekawych i praktycznych:
 - a. źródeł wiedzy i informacji
 - b. narzędzi umożliwiających gromadzenie, porządkowanie i rozpowszechnianie wiedzy i informacji
 - c. systemów wspomagających ćwiczenia umysłu
2. opracują własny system fitnessu informacyjnego (FI), korzystając z metod zaprezentowanych na warsztacie oraz najlepszych praktyk własnych i innych uczestników
3. będą potrafili:
 - a. zdiagnozować własny system zarządzania wiedzą
 - b. wypracować wizję i cele własnego systemu FI
 - c. opracować strategię wdrożenia w praktyce takiego systemu.

Program

Dzień 1.

16.00 – 17.30. **Rozgrzewka**

Andrzej opowie o własnych doświadczeniach z fitnesssem: zwykłym i informacyjnym. Będzie to historia bohaterskiej podróży po zakamarkach ciała i umysłu, lekko przyprawiona refleksją, czasem przerażająca, ale w zdecydowanej większości zabawna. Zobaczycie, jak się zdrowo odżywiać informacjami, jak je gotować i przyrządzać, jak się odchudzić i dbać o kondycję (ciała i głowy). Wspólnie pobawimy się analogiami pomiędzy jedzeniem a wiedzą, kaloriami za zawartością informacji czy odżywkami a... (wpadnijcie > zobaczycie).

17.30-17.45. **Kawa**

17.45-19.15. **Mój obecny system zarządzania wiedzą. Diagnoza i wymiana doświadczeń.**

1. Wprowadzenie
2. Praca w grupach (4 grupy po 4-5 osób):
 - a. diagnoza własnego systemu zarządzania wiedzą
 - b. wymiana doświadczeń i najlepszych praktyk
 - c. co można by usprawnić? Poprawić?
3. Prezentacja wyników prac, dyskusja

19.15. **Kolacja**

Dzień 2.

09.00-10.30. **Co i dlaczego chcę osiągnąć? Wizja i cele mojego fitnessu informacyjnego**

1. Wprowadzenie
2. Praca w grupach (4 grupy po 4-5 osób):
 - a. wizja korzyści i motywacja
 - b. cele systemu
 - c. scenariusze użycia: w jakich sytuacja i po co będą mi przydatne wiedza/informacje?
3. Prezentacja wyników prac, dyskusja.

10.30-10.45. **Kawa**

10.45-12.15. **Mój codzienny fitness informacyjny. Strategia realizacji i pierwsze kroki**

1. Wprowadzenie
2. Praca w grupach (4 grupy po 4-5 osób):
 - a. dobór źródeł wiedzy
 - b. system klasyfikacji treści
 - c. dobór narzędzi

- d. ćwiczenia
 - e. rytmy: dzień, tydzień, miesiąc
3. Prezentacja wyników prac, dyskusja.

12.15-12.30. **Kawa**

12.30-13.30. **Podsumowanie i dyskusja**

13.30-14.30. **Obiad**

14.30-15.30. **Sprawy różne SEA. Goodbye :)**