Паркури за иднината

Водич за обнова

Co-funded by the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

Содржина

Содржина 2

Преглед на сите станици 3

Обнова на Паркурите 4

Физички Паркури 6

Станица 1: Минимизирање на јаглеродниот отпечаток на мензата 6

Станица 2: Нека возот на твојата иднина тргне! 8

Станица 3: Направи го работното место климатски прифатливо 10

Станица 4: Добри вести од добри работни места 11

Станица 5: Практикувај одржливо управување со вода 13

Станица 6: Направи промени во другите делови од светот! 15

Станица 7: Различни занимања за различни луѓе 18

Дигитални Станици 19

Станица 8: Дигитален скок: отклучи ги вештините! (диг.) 19

Станица 9: Темната страна на паметниот телефон (диг.) 19

Станица 10: Активно за планетата (диг.) 20

Станица 11: Жени за паметење: игра на меморија (диг.) 20

Станица 12: Кариерен компас: заврти ги вредностите (диг.) 20

Станица 13: Подеми и падови: реалното кариерно патешествие (диг.) 20

Станица 8: Зачекори во утрешнината (диг.) 20

Список на материјали 21

CC BY SA

Оваа лиценца им овозможува на корисниците да ја ремиксираат, адаптираат, надградуваат и дистрибуираат работата од нашиот проект во кој било формат или медиум, сè додека даваат признание на „PAFF – Parcours for the Future“ и ги лиценцираат новите ресурси и материјали под идентични услови.

Co-funded by the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

Преглед на сите станици

Паркур се состои од 7 физички **(физ.)** и 7 дигитални **(диг.)** станици

	Станица	Начин на размислување
1	Минимизирање на јаглеродниот отпечаток на мензата **(физ.)**	Бидете одржливи на работа: влијанието што можете да го имате како професионалци е огромно!
2	Нека возот на твојата иднина тргне! **(физ.)**	Патот не е еден, прифати го целоживотното учење и неправолиниските кариери!
3	Направи го работното место климатски прифатливо **(физ.)**	Постојат повеќе начини професионалниот живот да стане климатски прифатлив.
4	Добри вести од добри работни места **(физ.)**	Одржливата акција е возможна на секое работно место!
5	Практикувај одржливо управување со вода **(физ.)**	Одржливоста е сложена и понекогаш тешко достижна.
6	Направи промени во другите делови од светот! **(физ.)**	Одржливоста на твоето идно работно место има позитивни ефекти на глобално ниво.
7	Различни занимања за различни луѓе. **(физ.)**	Надминувањето на родовите клишеа е неопходно ако сакате да го пронајдете својот вистински пат.
8	Дигитален скок: отклучи ги вештините! **(диг.)**	Одржливоста е сложена и понекогаш тешко достижна (дилема).
9	Темната страна на паметниот телефон **(диг.)**	Дигитализацијата може да ја унапреди одржливоста, но не го прави тоа автоматски.
10	Активно за планетата **(диг.)**	Светот поминува низ одржлива трансформација, а кариерите во стручното образование и обука (СОО) се во сржта.
11	Жени за паметење: игра на меморија **(диг.)**	Надминувањето на родовите клишеа носи правичност и богатство за општеството во целост.
12	Кариерен компас: заврти ги вредностите **(диг.)**	Спознавањето на сопствените вредности е важно кога сакаш да го пронајдеш својот професионален пат.
13	Подеми и падови: реалното кариерно патешествие **(диг.)**	Патот не е еден, прифати го целоживотното учење и неправолиниските кариери!
14	Зачекори во утрешнината **(диг.)**	Треба да ја замислиш алтернативната иднина, тогаш ќе можеш чекор по чекор да ја доближиш до реалноста.

Co-funded by the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

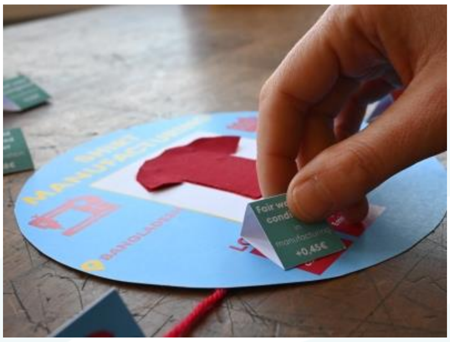
PARCOURS FOR THE FUTURE

Обнова на Паркурите

Овој прирачник Ви дава насоки како да го обновите „Паркури за иднината“! За Паркурите да бидат разиграни и да придонесат кон живо искуство, содржат разни тродимензионални, хаптички материјали. Овој прирачник содржи информации за сите неопходни материјали и поединечни чекори за создавање на секоја од станиците на Паркурите. За какви било информации за содржината и дополнителни образовни информации, Ве молиме користете го образовниот прирачник. И образовниот, како и прирачникот за обнова се исто така достапни на германски, англиски, италијански и романски јазик. За прирачниците и сите дополнителни информации, Ве молиме посетете го веб-сајтот на PAFF: https://paffproject.net.

Паркурите се состојат од два дела: дигитални и физички. Можат да се користат на заеднички курс/работилница, при што секоја станица опфаќа различна тема. Сепак, овој прирачник воглавно се однесува на физичките Паркури, бидејќи за овој дел неопходно е поставување на станиците.

Општи препораки



Препорачуваме користење на еколошки материјали при изградба на Паркурите. Ова значи да се даде предност на еколошки произведени материјали, рециклирани или употребени. Може на пример да биде употребена хартија, пенкала, или материјали што треба да се набават, како што се стази за играње, чаши, кујнска вага и многу други. Исто така, давање предност на издржливи материјали наместо лесно кршливи ќе помогне да се заштедат ресурси, бидејќи ќе можете да ги користите подолго. Затоа и препорачуваме цврсти хартиени материјали, бидејќи тоа помага да се намали потребата од нивно повторно печатење.

Важно: Обновата може да потрае, затоа ако планирате да ги користите Паркурите, започнете со обновата навреме. Купувањето/набавката на материјали и поставувањето на специфичните материјали за станицата одземаат време.

Физички Паркури

Физичките Паркури се состојат од седум физички станици. Секоја содржи упатства кои ја претставуваат задачата и работните материјали за дадената станица.

Упатства: Секоја станица има конзистентна структура на упатства. Постои знак за упатства, во формат „А4“, кој помага да се разбере

Co-funded by the European Union

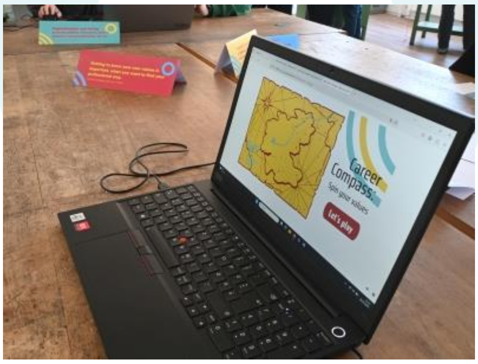
Bildung Umwelt Chancengleichheit · GOETHE INSTITUT · Alfa · Şcoala de Valori

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

сценариото зад секоја станица. Исто така, го прикажува начинот на размислување зад станицата. Потоа, упатства по метод „чекор по чекор“, со преклопени знаци во формат „А5“ кои ги водат корисниците низ станиците.

Материјали: Секоја станица содржи специфични предмети и материјали. Се состојат од материјали со слики и текстови што треба да се испечатат и физички предмети што некако мора да се набават. Постојат и трајни материјали и материјали за една употреба (вторите се воглавно работни листови).

Дигитални Паркури



За седумте дигитални станици, неопходна е WLAN мрежа и компјутери/таблети. Можете исто така да ги испечатите сценариата, аналогно на првата страница од упатствата за физичките станици.

Овој прирачник

На следните страници ќе најдете:

- Преглед на сите станици и начини на размислување.
- Упатства за поставување на секоја станица, едно по едно, придружени со графички прикази и фотографии.
- Целосен список на материјали, за купувањето/набавувањето да биде полесно.

Ве молиме да имате предвид

Графичките материјали и фотографиите што ги придружуваат станиците ја претставуваат англиската верзија на Паркурите. Исто така, некои од сликите претставуваат поранешни чекори од развојот на станиците на Паркурите и затоа може да се појават мали промени во сегашните (вистински) материјали на Паркурите.

Co-funded by the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

Физички Паркури

Станица 1: Минимизирање на јаглеродниот отпечаток на мензата

Неопходни материјали

Што	Спецификација/инфо
Кујнска вага	Доколку е можно, со опсег на мерење помеѓу 2 и 2000 грама.
Тежини: на пр. железни плочки на пр. пластелин на пр. картон	Тежините ги претставуваат реалните емисии на CO_2 од состојките за производство на бургер. За конкретните тежини, видете ја табелата подолу. Може и друг тежок материјал: важно е да се одразат тежините (колона „д“)
Пенкало	• Пенкала во боја за цртање на бургерот • Обично пенкало за испишување на менито
Ножици и сенаменско лепило	
Машина за ламинирање и листови	на пр. листови од 80 микрони
Печатење	1. Упатства на дебела хартија, на пр. 250 г/м^2, формат „А4“ 2. Материјали, еднострано печатење, формат „А4“ • Состојките на бургерот на дебела хартија, на пр. 250 г/м^2 • Менито, еден лист по група, на обична хартија (80 г/м^2)

Поставување

Упатства

- Следете го прирачникот за печатење во „PDF“ документот.
- Ќе добиете целосно упатство во формат „А4“.
- Упатствата за чекорите во формат „А5“ се печатат на половина страница за да се превиткаат. Ве молиме да ги исечете маргините на печатачот.

Состојки на бургерот

- Состојките испечатете ги на дебела хартија, исечете ги и ламинирајте ги.
- Залепете ги на горната и долната страна од тежините, претворајќи ја секоја тежина во една состојка за бургер.
- За тежините следете ја табелата подолу. Последните две колони ја прикажуваат вкупната тежина на секоја состојка и висината на челичниот круг со дијаметар од 10 цм, со густина од 7,85 т/м^3 и предлог кој материјал да се користи за секоја состојка.

Co-funded by the European Union

Bildung Umwelt Chancengleichheit · GOETHE INSTITUT · Alfa · Şcoala de Valori

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

Табела со состојки на бургерот, вистинска тежина на емитуваниот CO_2 по порција[1]

а) состојка	б) спецификација	в) тежина по порција во грамови (г.)	г) CO2/кг од состојката	д) грам CO2 по порција	ѓ) материјал/висина на металот
Плескавица	Говедско, длабоко замрзнато	120	9	1080	1,75 цм метал
	Пилешко	120	5,5	660	1,07 цм метал
	Соја	120	1,1	132	0,21 цм метал
Лепче	Две парчиња бел леб	40	0,7	28	Картон, пластелин
Зеленчук	Домат, бесплатно	10	0,8	8	Картон
	Домат, стаклена градина	10	2,9	29	Картон, пластелин
	Салата, измиена	5	0,4	2	Картон
	Кромид	5	0,2	1	Картон
Сос	Мајонез	20		111	0,18 цм метал
	Кечап	20	2,6	52	0,08 цм метал
Кашкавал	Вистински кашкавал	20	7,2	144	0,23 цм метал
	Веганско растително сирење на база на маст од какао	20	2	40	Картон, пластелин

Слики

Вага и состојки за бургер

Работен материјал

[1] Бројките се базирани на: https://www.umweltbundesamt.de/sites/default/files/medien/6232/dokumente/ifeu_2020_oekologische-fussabdruecke-von-lebensmitteln.pdf, https://apps.carboncloud.com/climatehub/product-reports/id/121922188761, https://foodfootprint.nl/en/foodprintfinder/mayonnaise/; пресметана големина на порција врз основа на сопствено интернет истражување, на пр. веб-сајтови за готвење

Co-funded by the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

Станица 2: Нека возот на твојата иднина тргне!

Неопходни материјали

Што	Спецификација/инфо
Шини	Молиме да користите дрвени шини играчки. Можат да се најдат на старо. Но, препорачуваме да ги купите, бидејќи скретниците на шините треба да се поставаат праволиниски и затоа треба да имаат идентични спојки и простор за текст. Потребно е: • една праволиниска шина • 7 тринасочни скретници, со исти спојки на краевите
Вагони	• Една локомотива • Најмалку 7 вагони Треба да соодветствуваат на шините.
Торба или кошница	Да не биде проѕирна, за да не знаете однапред по која шина се движите.
Коцки	За обрасците за печатење не помали од 2 x 2 x 2 цм. 4 зелени коцки 4 жолти коцки 4 сини коцки
Самолеплива фолија за печатење, непроѕирна	
Велкро лента	Самолеплива
Машина за ламинирање и листови	на пр. Листови од 80 микрони
Печатење во боја	1. Упатства на дебела хартија, на пр. 250 г/м², формат „A4“ 2. Материјали, формат „A4“, еднострано печатење • Текст за коцките и скретниците на самолеплива фолија за печатење • Компетенциите на обична хартија

Поставување

Упатства

- Следете го прирачникот за печатење во „PDF“ документот.
- Ќе добиете целосно упатство во формат „A4“.
- Упатствата за чекорите во формат „A5“ се печатат на половина страница за да се превиткаат. Ве молиме да ги исечете маргините на печатачот.

Co-funded by the European Union

Bildung Umwelt Chancengleichheit · GOETHE INSTITUT · Alfa · Școala de Valori

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

Скретници

- Исечете ги опциите за шините на самолепливата фолија.
- Ставете го текстот на крстосниците на пругата.

Коцки

- Исечете ги полињата со текст и ставете ги на коцките.

Вештини

- Отпечатете го листот со вештини.
- Исечете ги картичките.
- Ставете една страна од велкро лентата на секоја од картичките.

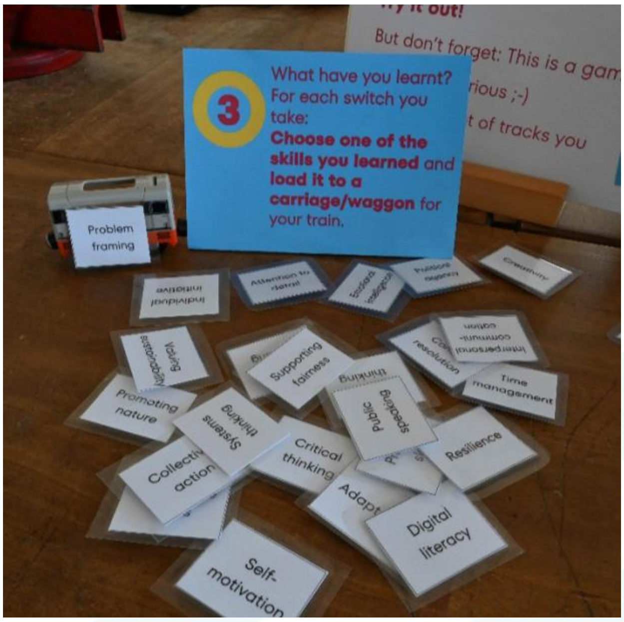
Вагони

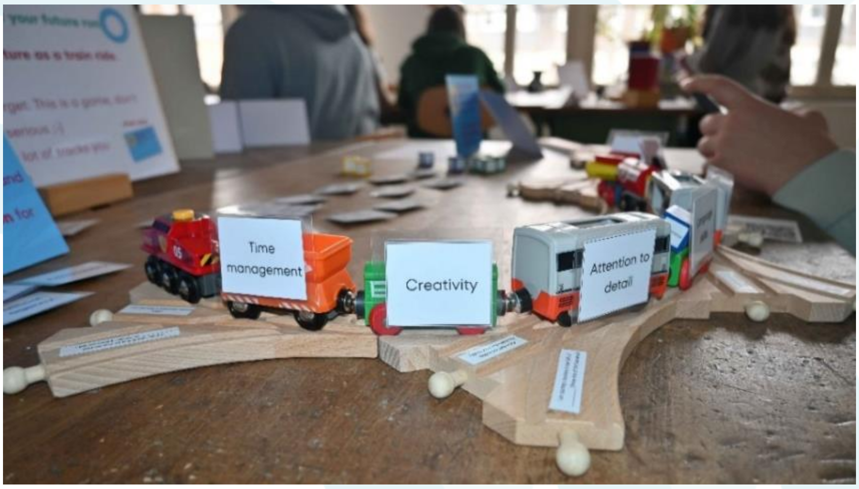
- Ставете ја другата страна од велкро лентата на вагоните.

Слики

Торба со шини и коцки

Картички со вештини





Шини и вагони со картички со вештини

Co-funded by the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

Станица 3: Направи го работното место климатски прифатливо

Неопходни материјали

Што	Спецификација/инфо
Секач за хартија/ножици	Ќе Ви треба секач за хартија за да ги исечете отпечатените полигони.
Пенкало	Молив или пенкало
Џебен дигитрон	Опционално, апликација за дигитрон на паметен телефон
Печатење во боја	1. Упатства на дебела хартија, на пр. 250 г/м², формат „A4“ 2. Материјали, еднострано печатење - Канцелариски полигони, вклучувајќи информации за канцеларијата, пр. 250 г/м², формат „A4“ - неколку копии од табелата за евалуација (80 г/м²), формат „A3“ (!)

Поставување

Упатства

- Следете го прирачникот за печатење во „PDF“ документот.
- Ќе добиете целосно упатство во формат „A4“.
- Упатствата за чекорите во формат „A5“ се печатат на половина страница за да се превиткаат. Ве молиме да ги исечете маргините на печатачот.

Канцелариски полигони, вклучувајќи информации за канцеларијата

- Испечатете и ламинирајте.
- Потоа исечете ги долж линијата и подредете ги полигоните по боја.

Табела за евалуација

- Испечатете неколку копии по работилница, ова е материјал што треба да се искористи.
- Количина: 3-4 примероци по работилница од 25 лица (со тимови од двајца); причина: 4 колони им овозможуваат на 4 тимови на ученици да ги документираат наодите.

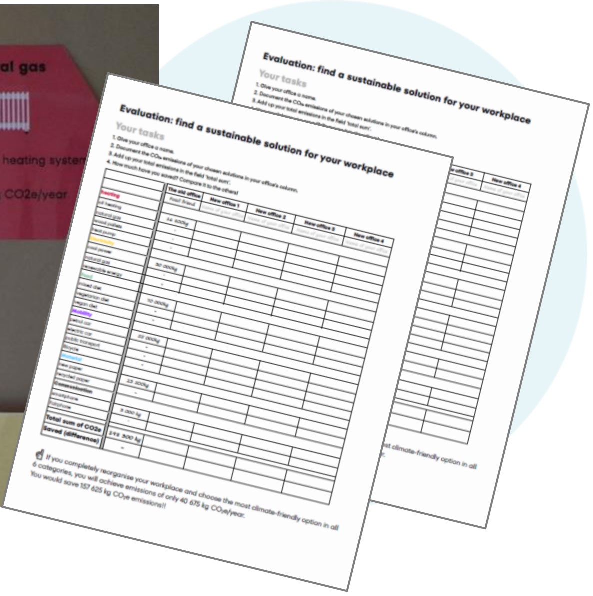
Co-funded by the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

Слики

Упатства и канцелариски полигони

Табела за евалуација



Станица 4: Добри вести од добри работни места

Неопходни материјали

Што	Спецификација/инфо
2 таблета + WLAN	Таблетите мора да ги скенираат QR кодовите на предметите.
30 џамлии	Или други мали работи за анкетата.
5 мали чаши	Тие претставуваат садови за џамлиите во анкетата; секоја со дијаметар од околу 3-4 цм.
Предмети што ги претставуваат работните места	5 предмети, погледнете во табелата подолу. Секој предмет мора да ја претставува својата тема.
Сенаменско лепило	За да се залепат бројките и QR кодовите на предметите, доколку не користите лепенки.
Печатење во боја	1. Упатства на дебела хартија, на пр. 250 г/м², формат „А4“ 2. Материјали, формат „А4“, еднострано печатење • 5 QR кодови + бројки: обична/леплива хартија • Знак „Живописна анкета“: испечатен на дебела хартија, пр. 250 г/м² • лепенка „на старо“ да се стави на мебелот за кукли/предмет 3 (табелата подолу)

Co-funded by the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

Поставување

Упатства

- Следете го прирачникот за печатење во „PDF“ документот.
- Ќе добиете целосно упатство во формат „A4“.
- Упатствата за чекорите во формат „A5“ се печатат на половина страница за да се превиткаат. Ве молиме да ги исечете маргините на печатачот.

Предмети со QR кодови

- Залепете ги бројките со QR кодовите на соодветните предмети.

Чаши и живописна анкета

- Залепете ги поединечните бројки на чашите (по еден број за секоја) за анкетата. Чашите треба да стојат на знакот „Живописна анкета“ и да соодветствуваат со големината на круговите.

Преглед на предметите

Оваа табела прикажува идеи за предметите што го претставуваат секое одржливо решение и занимање.

Бр.	Предмет	Одржливо решение	Занимање
1	Пченка	Органско земјоделство	Земјоделец/ка
2	Чаша со храна	Продажба на неспакувана храна	Продавач/ка на мало
3	Мебел за кукли, пр. кауч	Продажба на искористени работи	Менаџер на филијала
4	Лажни пари, сеф	Социјална инвестиција	Кредитен службеник
5	Парче дрво, мала цигла…	Одржливо градење	Градежен инженер

Слики

Таблети и предмети со QR кодови

Co-funded by the European Union

Bildung Umwelt Chancengleichheit
GOETHE INSTITUT
Alfa
Școala de Valori

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

Станица 5: Практикувај одржливо управување со вода

Неопходни материјали

Што	Спецификација/инфо
1 пар ножици	Ножици за хартија се доволни.
1 тенок перманентен маркер	Перманентниот маркер се користи за обележување на чашите, за да не се избришат линиите за време на играта.
4 проѕирни чаши	Да се високи барем 10-12 цм, по можност со иста издолжена форма.
Шише, сад	За користење со вода од чешма.
Машина за ламинирање и листови	пр. листови од 80 микрони.
Сенаменско лепило	Потребно за етикетите да се залепат на коцките, ако користите обична хартија наместо самолеплива фолија.
Коцка	Обична или малку поголема коцка (пр. должина на работ 1-3 цм).
Печатење во боја	1. Упатства на дебела хартија, на пр. 250 г/м², формат „А4“ 2. Материјали, формат „А4“, следете ги упатствата при печатење на материјалите • Картички со улоги и картички со засегнати страни, дебела хартија • Лепенки за водената коцка (може да се испечати на самолеплива хартија)

Поставување

Упатства

- Следете го прирачникот за печатење во „PDF“ документот.
- Ќе добиете целосно упатство во формат „А4“.
- Упатствата за чекорите во формат „А5“ се печатат на половина страница за да се превиткаат. Ве молиме да ги исечете маргините на печатачот.

Co-funded by the European Union

Bildung Umwelt Chancengleichheit · GOETHE INSTITUT · Alfa · Școala de Valori

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

Картички со засегнати страни

- Следете го водичот за печатење во „PDF“ (печатете двострано, превртете на подолгиот раб).
- Ламинирајте и исечете да добиете 4 картички.

Водена коцка

- Испечатете ги бројките и залепете ги на шесте страни на коцката.

Подгответе чаши и шише

- Нацртајте ја истата скала на секоја од чашите. Направете 9 линии на постојано растојание (бидејќи максималната количина вода потребна за една чаша е 9 нивоа)
- На пример, за чаша од 12 цм: започнете 1 цм од дното на чашата и бележете на секој 1 цм од едната страна, направете 10 линии, една над друга.
- За секоја чаша означете ја минималната количина потребна за 3 години и напишете „мин.“.
  - фарма за добиток: 6 нивоа
  - жители: 6 нивоа
  - мочуриште: 6 нивоа
  - фабрика за автомобили: 9 нивоа

Слики

Картички со улоги

Картички со засегнати страни и чаши

Co-funded by the European Union

Bildung Umwelt Chancengleichheit · GOETHE INSTITUT · Alfa · Școala de Valori

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

Станица 6: Направи промени во другите делови од светот!

Неопходни материјали

Што	Спецификација/инфо
Црвен конец	Отприлика во должина од 100 цм
Пенкало и маркер	
Печатење во боја	1. Упатства на дебела хартија, на пр. 250 г/м², формат „А4“ 2. Материјали, еднострано печатење • Тркалезни значки и транспортни знаци, дебела хартија, формат „А4“ • Картички за напредок на дебела хартија, формат „А4“ • Поделете листови, обична хартија, формат „А3“
По желба:	Материјал што ќе ги направи фазите од синџирот на снабдување опипливи, за повпечатливо искуство. Ова не е задолжително.
Памук	*Може: памук за третман на рани или цветови од памук достапни во цвеќарниците.*
Ткаенина	*Црвена памучна ткаенина.*
Мали маички	*Исечоци од црвената ткаенина во форма на маица.*
Двострана самолеплива лента	

Co-funded by the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

Поставување

Упатства

- Следете го прирачникот за печатење во „PDF" документот.
- Ќе добиете целосно упатство во формат „А4".
- Упатствата за чекорите во формат „А5" се печатат на половина страница за да се превиткаат. Ве молиме да ги исечете маргините на печатачот.

Тркалезни значки и транспортни знаци

- Ве молиме исечете ги тркалезните значки. Доколку хартијата не е доволно дебела, залепете ја на картонот пред да ја исечете. Потоа исечете ги тркалезните значки заедно со картонот.
- Поврзете го црвениот конец со последната значка- „Вашата персонализирана работна облека" со селотејп на задната страна.
- Исечете ги транспортните знаци и свиткајте ги на половина.

Картички за напредок

Има два начина да ги исечете картичките. Важно е картичките да бидат ергономски и опипливи, затоа треба да се дебели.

Co-funded by the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

Можете да ги залепите картичките на подебел картон и да ги исечете само зелените картички.	Можете да искористите подебела хартија за печатење и сечење на деловите за преклопување и да ги залепите за да добиете 3D предмет.

По желба: Фазите од синџирот на снабдување да бидат опипливи за повпечатливо искуство

Опипливото искуство можете да го подобрите со тоа што нема да обезбедите само печатен материјал. Можете да го вклучите вистинскиот материјал од фазите на синџирот. Затоа земате двострана самолеплива лента и ставате слики од материјалите. Таму го лепите „вистинскиот" и опиплив материјал.

Синџирот со опиплив материјал

Производство на памук	**Производство на ткаенина**	**Производство на маици**
Тука можете да користите памук за третман на рани (кој можете да го набавите во аптека). Ова е сиров памук со помалку масти. Или, пак, земате цвет од памук, кој понекогаш можете да го најдете во цвеќарниците.	Тука можете да искористите малку ткаенина за да ја претставите следната фаза по предењето, ткаењето и боењето.	За двете можете од црвената ткаенина да исечете маица во големина на маицата на фотографијата и да ја залепите преку неа. За производството можете со тенок маркер на маицата да го додадете фиктивното лого на „PAFF Inc." што го има на печатените значки.

Co-funded by the European Union

Bildung Umwelt Chancengleichheit · GOETHE INSTITUT · Alfa · Şcoala de Valori

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

Станица 7: Различни занимања за различни луѓе

Неопходни материјали

Што	Спецификација/инфо
Ножици	Ножици за хартија се доволни.
Машина за ламинирање и листови	на пр. листови од 80 микрони.
Печатење во боја	1. Упатства на дебела хартија, на пр. 250 г/м², формат „A4“ 2. Материјали, упатства за следење, формат „A4“ • Картички со занимања и луѓе, дебела хартија • работен лист „различна кариера“, обична хартија

Поставување

Упатства

- Следете го прирачникот за печатење во „PDF“ документот.
- Ќе добиете целосно упатство во формат „A4“.
- Упатствата за чекорите во формат „A5“ се печатат на половина страница за да се превиткаат. Ве молиме да ги исечете маргините на печатачот.

Картички со занимања и личности

- Печатете двострано, завртете на долгиот раб.
- Исечете ги картичките и ламинирајте ги.
- Ова е употреблив материјал. Испечатете по еден за секој учесник на работилницата.

Co-funded by the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

Слики

Кариерен лист на различноста	Картички со занимања и личности	
	одзади	однапред

Дигитални Станици

За 7-те дигитални Паркур станици ќе Ви треба по еден лаптоп/таблет. Можете и да го испечатите упатството/начинот на размислување.

Упатства за поставување
Печатете на дебела хартија формат „А4" (на пр. 250 г/м²):

Поставете ги лаптопите/компјутерите
Обезбедете пристап до станиците. Линк со пристап до сите станици: https://escoaladevalori.ro/paffprojects/

Станица 8: Дигитален скок: отклучи ги вештините! (диг.)

Линк за пристап до станицата: https://escoaladevalori.ro/paffprojects/mkd/digital-powerup-mkd/

Станица 9: Темната страна на паметниот телефон (диг.)

Линк за пристап до станицата: https://escoaladevalori.ro/paffprojects/mkd/darkside-smartphone-mkd/

Co-funded by the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

Станица 10: Активно за планетата (диг.)

Линк за пристап до станицата: https://escoaladevalori.ro/paffprojects/mkd/hands-on-planet-mkd/

Станица 11: Жени за паметење: игра на меморија (диг.)

Линк за пристап до станицата: https://escoaladevalori.ro/paffprojects/mkd/women-toRemember-mkd/

Станица 12: Кариерен компас: заврти ги вредностите (диг.)

Линк за пристап до станицата: https://escoaladevalori.ro/paffprojects/mkd/careercompass-mkd/

Станица 13: Подеми и падови: реалното кариерно патешествие (диг.)

Линк за пристап до станицата: https://escoaladevalori.ro/paffprojects/mkd/twist-turns-mkd/

Станица 14: Зачекори во утрешнината (диг.)

Линк за пристап до станицата: https://escoaladevalori.ro/paffprojects/mkd/step-into-tomorrow-mkd/

Co-funded by the European Union

Bildung Umwelt Chancengleichheit · GOETHE INSTITUT · Alfa · Școala de Valori

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

Список на материјали

Општи материјали, потребни за сите/многу станици

Што	Спецификација	Белешки	Проверка
Машина за ламинирање			☐
Ножици	за сечење (дебела) хартија		☐
Дебела хартија формат „А4“	пр. 250 $г/м^2$		☐
Обична хартија формат „А4“	80 $г/м^2$		☐
Листови за ламинирање	пр. 80 микрони		☐
Печатач во боја			☐
Пенкала	пенкала во боја, пенкала		☐
Маркери	тенок перманентен маркер, маркер за подвлекување		☐
Сенаменско лепило	за лепење на материјали за дрво, стакло...		☐
Самолеплива фолија за печатење	непросирна		☐

Специфични материјали

Список на дополнителни материјали потребни за конкретни станици

Што	Спецификација/инфо	Проверка
Станица 1: Минимизирање на јаглеродниот отпечаток на мензата		☐
Кујнска вага	Доколку е можно, со опсег на мерење помеѓу 2 и 2000 грама.	☐
Тежини: на пр. железни плочки на пр. пластелин на пр. картон	Тежините ги претставуваат реалните емисии на CO_2 од производството на состојките на бургерот. За конкретните тежини, видете ја табелата подолу. Може и друг тежок материјал: важно е да се одразат тежините (колона „д“)	☐
Станица 2: Нека возот на твојата иднина тргне!		☐
Шини	Молиме да користите дрвени шини играчки. Можат да се најдат на старо. Но, препорачуваме да ги купите, бидејќи скретниците на шините треба да се постават праволиниски и затоа треба да имаат идентични спојки и простор за	☐

Co-funded by the European Union

Bildung Umwelt Chancengleichheit · GOETHE INSTITUT · Alfa · Şcoala de Valori

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

	текст. Потребно е: • една праволиниска шина 7 тринасочни скретници, со исти спојки на краевите	
Вагони	• Една локомотива • Најмалку 7 вагони Треба да соодветствуваат на шините.	☐
Торба или кошница	Да не биде проѕирна, за да не знаете однапред по која шина се движите.	☐
Коцки	За обрасците за печатење не помали од 2 x 2 x 2 цм. 4 зелени коцки. 4 жолти коцки. 4 сини коцки.	☐
Велкро лента	Самолеплива.	☐
Станица 3: Направи го работното место климатски прифатливо		☐
Џебен дигитрон	Опционална апликација за дигитрон на паметен телефон.	☐
Станица 4: Добри вести од добри работни места		☐
2 таблета + WLAN	Таблетите мора да ги скенираат QR кодовите на предметите.	☐
30 џамлии	Или други мали работи за анкетата.	☐
5 мали чаши	Тие претставуваат садови за џамлиите во анкетата; секоја со дијаметар од околу 3-4 цм.	☐
Предмети што ги претставуваат работните места	5 предмети, погледнете во табелата подолу. Секој предмет мора да ја претставува својата тема, пр. Пченка, Чаша со храна, мебел за кукли, пр. кауч, Лажни пари, сеф, Парче дрво, мала цигла...	☐
Станица 5: Практикувај одржливо управување со вода		☐
4 проѕирни чаши	Да се високи барем 10-12 цм, по можност со иста издолжена форма.	☐
Шише, сад	За користење со вода од чешма.	☐
Коцка	Обична или малку поголема коцка (пр. должина на работ 1-3 цм).	☐
Станица 6: Направи промени во другите делови од светот!		
Црвен конец	Отприлика во должина од 100 цм.	☐
По желба:	Материјал што ќе ги направи фазите од синџирот на снабдување опипливи, за повпечатливо искуство. Ова не е задолжително.	☐
Памук	*Може: памук за третман на рани или цветови од памук достапни во цвеќарниците.*	☐

Co-funded by the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

Ткаенина	*Црвена памучна ткаенина.*	☐
Мали маички	*Исечоци од црвената ткаенина во форма на маица.*	☐
Двострана самолеплива лента		☐
Станица 7: Различни занимања за различни луѓе		
Нема специфични материјали		
Станици 8-14: Дигитални станици		☐
7 лаптопи/компјутери		☐
Продолжни кабли	Доколку е потребно: кабли за поврзување на сите лаптопи/таблети со струја.	☐

Co-funded by the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.