

UBABALO

LEVEL 1

Ubabalo			
6 – 9 horas			
	TÓPICO	TEMPO	PÁGINA
Level 1	U1.1	Por que Ubabalo?	2
	U1.2	Lição de demonstração do Ubabalo	10
	U1.3	Simulação Prática	17
	U1.4	Habilidades de facilitação de grupos	20
	U1.5	O caminho à frente	23





U1.1

PORQUE UBABALO?

90-120mins

RESULTADO

No final desta sessão, todos devem ter uma ideia básica de por que Ubabalo pode preencher uma necessidade e como Ubabalo funciona usando o poder do esporte, a influência do técnico e os princípios divinos.

PASSOS NA SESSÃO

1. Atividade de Aquecimento
2. Orfandade – Um problema mundial
3. O papel dos pais
4. O papel e influência de um treinador
5. Usando o esporte para moldar vidas
6. Treinamento holístico de vida
7. Sumário de Ubabalo

O QUE VOCÊ VAI PRECISAR

Lousa e caneta
(opcional) Projetor e som para passar vídeos

PORQUE UBABALO? ESBOÇO DA SESSÃO

1. Atividades de Aquecimento

10 min

Jogue o Jogo – Beat the ball

Como Jogar - 'Beat the ball'

Entre em grupos de cerca de 10 pessoas. Cada grupo fica em um grande círculo com cada pessoa em pé a cerca de 3 metros de distância. Para uma pessoa é dada uma bola. Ela é o corredor.

O objetivo do jogo é para o corredor, correr ao redor do exterior do círculo antes das pessoas no círculo passarem a bola ao redor do círculo todo. O corredor começa jogando a bola para a pessoa à sua esquerda. Assim que a bola tenha saído a sua mão, o corredor pode começar a corrida ao redor do círculo. Dê a cada pessoa no círculo uma oportunidade de ser o corredor. Mais tarde, adicionar 2 bolas. Elas

podem ser movidas em direções diferentes para deixar o jogo mais interessante. Ela pode ser passada com as mãos ou tocada com os pés.

O que é necessário para obter um ritmo de passe?

O que aconteceu com o seu foco durante o jogo (por exemplo, quando uma segunda bola foi adicionada)?

Refletir sobre a sua atitude durante o jogo. (Algumas perguntas para estimular a reflexão incluem: Você estava preocupado com si mesmo ou com a pessoa que recebe a bola, você estava ciente da segunda bola chegando em você? Como você lidou com distrações, por exemplo, o corredor??)

Que lições você pode aplicar ao embarcarmos no treinamento Ubabalo?

O quanto você se dedica a esse treinamento determina o quanto você tira dele. Vamos trabalhar juntos para criar um ambiente de aprendizagem que vai nos ajudar a ouvir a Deus e à Sua Palavra, para si e para o treinador.

Ubabalo tem muitos nomes

Essa sessão é sobre um conceito de mentoria para a vida toda chamado Ubabalo. Ubabalo tem nomes diferentes dependendo de onde você vem.

UbabaloeAfrica- Africa
Whole Life Coaching- USA
Football Max- Malaysia
Sportsnet- Singapore
Jamchange- Jamaica

Ubabalo espera fazer 3 coisas:

Transformar as pessoas, comunidades e nações, mudando as visões de mundo atual

Ajudar a disciplinar crianças e adolescentes em formas que podem ser facilmente multiplicadas

Resposta à preocupação global de orfandade

2. Orfandade – Um problema mundial

20min

Com o que a Orfandade se parece?

Veja um vídeo sobre orfandade.

Diga ao grupo: Uma forma de orfandade não é ter um pai. O pai pode ter morrido ou é completamente desligado da família por causa de doença ou divórcio.

Outro tipo de orfandade é sub-paternidade. Sub-paternidade é ter um pai presente na vida da criança, porém o pai é desinteressado de seu papel paterno.

Em ambas as situações as crianças sofrem de orfandade.

As estatísticas de orfandade do mundo

Discuta essas estatísticas sobre orfandade. Mostre as no PPT.

40% de todas as crianças não vivem com seus pais biológicos.

85% das crianças com problemas comportamentais vêm de lares sem pai.

90% das crianças de rua vêm de lares sem pai.

71% das crianças que não terminam a escola vêm de lares sem pai.

63% dos suicídios vêm de lares sem pai.

80% dos estupradores motivados por raiva deslocada vêm de lares sem pai

70% dos jovens em instituições operadas pelo estado vêm de lares sem pai

Fonte: *fathersforlife.org*

Discussão em Grupo

Quais estatísticas vocês acham mais desanimadoras? Por quê?

Que exemplos ou situações de sub-paternidade você pode pensar?

Brainstorm em pequenos grupos

Formar grupos de 4 pessoas. Gastar 5-10 minutos coletando idéias juntos. Anote essas idéias em um mapa mental.

Faça uma lista de todas as conseqüências da orfandade em sua cultura? Por exemplo, violência na adolescência, estupro

Lista os primeiros nomes apenas de algumas crianças ou adolescentes que você conhece que lutam com estas questões.

Ore por esses jovens como um grupo.

O mundo está em apuros, sem pais Divinos

Há muitas crianças e adolescentes desta geração que não tem a orientação e a segurança de um pai. Isso faz da sociedade um lugar muito mais pobre e mais perigoso. Em Malaquias 4:6 diz: "Ele converterá o coração dos pais aos filhos, e o coração dos filhos a seus pais; Ou então eu virei e castigarei a terra com a destruição total"

Sem a orientação dos pais da próxima geração pode ser destruída. Vamos orar e esperar que Deus irá converter os corações dos pais aos filhos e o coração dos filhos aos pais.

3. O papel dos pais

20 min

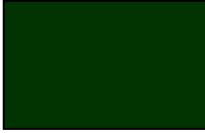
Vídeo engraçado (opcional)

Assista a um vídeo engraçado sobre o papel de um pai. "Pai e filha "torcendo" juntos".

Youtube: <http://www.youtube.com/watch?v=MMqLYZZ48MQ>

OU

Mostrar uma foto de seu pai e compartilhar brevemente sobre o seu relacionamento com ele.



Faça pares e compartilhe

Pense sobre essas perguntas só por 2 minutos e depois forme pares para discutir as respostas.

Se uma pessoa não tem um pai que conhece, então eles podem pensar em uma "figura paterna" significativa em sua vida para responder às perguntas.

Que legado positivo que o seu pai deixou para você?

De que forma você já decidiu não ser como seu pai?

O que a Bíblia diz sobre paternidade?

A idéia de "pais" na Bíblia é muito importante. É tão importante que Deus chama a si mesmo nosso Pai Celestial.

Então, qual é o papel de um pai? Há quatro aspectos diferentes.

Um pai estabelece autoridade

Um pai comunica identidade

Um pai fornece segurança

Um pai vê potencial

Estes quatro aspectos marcam profundamente nossas vidas. Se nós temos tido um bom pai ou um pai negligente, nossas idéias e visão de mundo sobre a autoridade, segurança, identidade e nosso potencial são formados por meio de nosso relacionamento com nosso pai.



Estudo bíblico e discussão

Dividida em 4 grupos. Cada grupo vai olhar para um aspecto diferente da paternidade, conforme descrito. Após 10 minutos reúna os grupos novamente e dê a cada grupo de 2 minutos para informar a todo o grupo.

Grupo 1- Um pai estabelece autoridade

- o Leia Deuteronômio 6:1-2,4-9
- o Como a autoridade de um pai deve ser como a autoridade de Deus?

Grupo 2- Um pai comunica identidade

- o Leia 2 Crônicas 7:14, 1 Pedro 2:9, 10, 1 João 3:1
- o Quais são os aspectos importantes de se comunicar identidade para uma criança?

Grupo 3- Um pai fornece segurança

- o Leia o Salmo 27, e Provérbios 18:10
- o Quais são os tipos de segurança que os pais precisam fornecer para suas famílias?

Grupo 4- Um pai vê potencial

- o Leia João 14:12, 20:21 e 2 Coríntios 5:20, 06:01
- o Por que a opinião do pai é tão importante para uma criança?

4. O papel e influência de um treinador

10 min



Treinador – a próxima melhor coisa

É importante reconhecer que um bom pai nunca pode ser substituído na vida de uma criança. No entanto, muitas crianças e adolescentes não têm pai ou que vivem com um pai desinteressado.

Quem, então, poderia estar em uma posição melhor para ajudar a criança?

Um treinador!

Como um treinador é como um pai?

Eles fornecem autoridade? SIM

Eles comunicam identidade? SIM

Eles fornecem segurança? ÀS VEZES

Eles vêem potencial? ESPERANÇOSAMENTE



Assista ao vídeo- 'Criança vê, criança faz'

Ache o vídeo no Youtube:

<http://www.youtube.com/watch?v=7d4gmdl3zNQ>

O papel de um treinador ou professor é uma responsabilidade enorme. As crianças querem se modelar na vida de alguém que eles admiram. Podemos influenciá-los para o bem ou podemos mostrar-lhes um monte de hábitos muito pobres.

O papel de se tornar um treinador ou professor é uma responsabilidade que não deve ser assumida levemente. Você está pronto para isso?



Faça pares e compartilhe

Compartilhar sobre um professor / treinador que impactou você de maneira positiva.

Compartilhar sobre um professor / treinador quem te influenciou negativamente.

5. Usando o esporte para moldar vidas

25 min

Porque usar o esporte para ajudar a molar jovens vidas?

O esporte é uma linguagem poderosa no mundo inteiro. Crianças e adolescentes adoram ser ativos. Os grandes eventos desportivos capturam os corações e mentes de pessoas em todo o mundo. 3 bilhões de pessoas são estimados para ter assistido a última Copa do Mundo de futebol.

Jovens vidas não são formadas no vácuo. A melhor maneira de um pai para moldar a vida de seu filho é fazendo algo que ambos possam desfrutar juntos. Quando eles vão pescar ou jogar uma bola ou coletar insetos juntos, há oportunidades para o aprendizado e desenvolvimento do caráter. É assim que funciona. Esta é a maneira que Deus projetou para ser!

Assim é o esporte um local ideal para orientação e desenvolvimento de caráter?

A resposta é sim e não!

SIM ... o esporte é bom para ajudar na formação de caráter.

Peça ao grupo para apresentar razões pelas quais o esporte pode ser uma boa maneira de moldar o caráter. Escrever essas idéias em um flip chart.

Algumas idéias podem ser: o esporte é um poderoso motivador, esportes têm regras, treinadores e árbitros para ajudar a orientar as crianças, o esporte pode nos manter em forma...

NÃO ... o esporte pode realmente prejudicar o desenvolvimento do caráter.

O esporte tem uma cultura. É jogado em uma determinada maneira que todos os jogadores entendem. Cultura desportiva inclui as atitudes, valores, conhecimentos e comportamentos que são repassados no esporte. Eu posso ser visto na linguagem, gestos, recompensas e punições. Alguns estudos têm mostrado que pessoas que praticam desporto regularmente podem desenvolver traços muito pobres de caráter e comportamento. Às vezes, essa cultura do esporte pode ser muito feia.

Mostre o vídeo do Youtube onunsportsmanlike behaviour:

<http://www.youtube.com/watch?v=8Phk4tX6EKg&feature=related>

Quais são algumas culturas negativas do esporte que você tem visto? Faça uma lista juntos com um grupo e escreva as idéias acima em um flip chart. (Ex. enganar, violência, ego, provocação, falta de respeito...)

O que o Reino de Deus valoriza? Olhe para o fruto do Espírito em Gálatas 5:22 (amor, alegria, paz, longanimidade, benignidade, bondade, fidelidade, mansidão e auto-controle)

Anote a lista de frutos do espírito como um contraste para a lista negativa de cultura desportiva.

Teatro

Divida o grupo em nove equipes. Cada equipe é dada aleatoriamente um fruto diferente do espírito. (Amor, alegria, paz, longanimidade, benignidade, bondade, fidelidade, mansidão e auto-controle)

Cada equipe tem cinco minutos para falar sobre como o fruto do espírito dado a eles se pareceria no esporte, exemplo, como você vê a paz refletida no campo de esportes? Dê uma situação que mostre isso. Agora faça um teatro curto o irá demonstrar o atributo. O teatro também pode mostrar o oposto à paz para realçá-lo.

Após 5 minutos reúnam-se novamente e dê a cada grupo um minuto para executar o drama. Os demais grupos têm de adivinhar qual fruto do espírito estão representando.

6. Whole life coaching

10 min

Jogo – Classifique as palavras



Divida em grupos de 4. Peça ao grupo para dividir a lista de palavras em categorias. Eles podem decidir as próprias categorias.

Lista de palavras: **igreja, bola, bastão, Bíblia, equipe, treinador, ganhar, campo, orar, amar, praticar, treinar, jejuar, pastor, bondade, competição**

Esta atividade é para mostrar que, muitas vezes, colocamos as coisas em categorias automaticamente. Nós, naturalmente, compartimentalizamos sem muita reflexão ou análise.

Discuta estas questões

O que você percebe sobre como você tem categorizado as coisas?

Qualquer palavra pode entrar em várias categorias?

Compartimentalização

Falamos anteriormente sobre algumas pessoas sendo um tipo de pessoa na vida cotidiana e outra pessoa no campo de esportes. Isso é porque eles têm a sua vida compartimentada. Esporte e espiritualidade foram colocados em compartimentos separados. Estes são os tipos de coisas que fazemos na igreja e com os cristãos, e estes são os tipos de coisas que eu faço com a minha equipe quando pratico esporte. São duas culturas diferentes com dois diferentes conjuntos de regras.

Leia Lucas 2:40

Jesus cresceu em todos os sentidos. Ele cresceu alto e ele cresceu mais forte. Ele cresceu em sabedoria e conhecia seu relacionamento com Deus. Todos estes estão ligados entre si, não são separados um do outro.

Discuta o slide PPT de Desenvolvimento Holístico através do esporte.

A parte espiritual é o centro de tudo. Muitas vezes o lado espiritual de uma pessoa não está focado no treinamento desportivo. Ela é deixada de fora porque é pensado ser irrelevante. Em outras palavras *‘Você joga bem o jogo, porque você treinou duro e desenvolveu habilidades, não porque você é generoso e indulgente.’*

Explique Integração



Quando as habilidades práticas são ensinadas junto com os valores espirituais e morais, há um poder incrível e sinergia nas aulas. A formação prática pode ajudar a esclarecer e fortalecer uma verdade espiritual mais profunda. Por exemplo, você pode praticar a habilidade de passar a bola. Passar a bola é sobre a partilha com os outros. Como a criança aprende a passar a bola melhor eles também podem

aprender o valor da partilha e como isso pode ser eficaz em sua vida cotidiana. Como pode melhorar a partilha de sua vida familiar e escolar. É uma metodologia simples, mas profunda.

Brainstorm de habilidades esportivas ligadas a valores

Divida em grupos com 4 pessoas que treinam, jogam ou gostam do mesmo esporte. Pense em três habilidades que são necessárias nesse esporte. Agora identifique um valor relacionado a cada um. Agora pense em habilidades para a vida e referência bíblica que estão relacionados com o valor e a habilidade esportiva.

Exemplo:

HABILIDADE	Passar a bola
VALOR	Compartilhar
HABILIDADE PARA A VIDA	Se revezar em discussões, compartilhar recursos, outros
REFERÊNCIA BÍBLICA	Usar passagem bíblica apropriada

7. Resumindo Ubabalo

5 min

O que é Ubabalo?

Ubabalo é um conceito de treinamento para a vida toda que pode ser adaptado para qualquer esporte ou mesmo hobby. Destina-se a transformar as comunidades, colaborando com a palavra e poder transformador de Deus.

A falta de bons pais deixaram muitas crianças e adolescentes em todo o mundo sem uma bússola moral boa para ajudá-los a tomar decisões sábias para as suas vidas. Eles muitas vezes vêem partes diferentes de suas vidas como sendo desconectadas e independentes.

Treinamento de vida inteira conecta algo que eles amam fazer, como esporte, poderosamente com a sua vida cotidiana. Cada parte do esporte se torna uma oportunidade de aprendizagem para ajudar o jovem a crescer na pessoa que Deus quer que eles sejam. O treinador se torna um mentor importante, não só para o esporte, mas também suas vidas.

As próximas sessões lhe darão um entendimento mais prático de como funciona e quais habilidades são necessárias para fazê-lo bem.

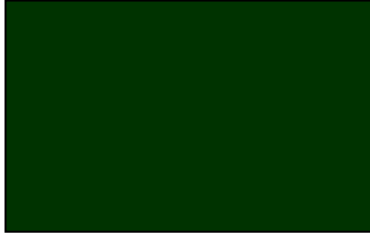
Reflexão

Quais foram as idéias mais importantes nesta sessão?

O que Deus está dizendo para você? Passe algum tempo orando e pensando.

Fim da sessão





U1.2

DEMONSTRE UMA LIÇÃO DE UBABALO

Tempo 100 min

RESULTADO

Participantes serão envolvidos em uma noção de Ubabalo para experienciar em primeira mão, diferentes princípios são modelados para o grupo.

PASSOS NA LIÇÃO

1. Introdução	10 min
2. Demonstre uma lição de Ubabalo	45 min
3. Debrief a lição	20 min
4. Diferentes abordagens	20 min
5. Término	5 min

O QUE VOCÊ VAI PRECISAR

Equipamento esportivo para fazer uma lição de Ubabalo

Projetor

Lousa e marcadores

DEMONSTRANDO UMA LIÇÃO DE UBABALO ESBOÇO DA SESSÃO

Introdução

10 min



Explique a demonstração

Nesta sessão estaremos demonstrando uma sessão de futebol do Ubabalo que é feita em um campo de futebol com crianças ou adolescentes. Portanto, finja que tem 12 anos quando você participar nesta sessão. Esta é a primeira lição de uma série de mais de 100 aulas de futebol. Você pode encontrar lições para outros esportes no Cycas Resource DVD e em www.ubabalo.com

Após a sessão, vamos debrief juntos para nos ajudar a compreender a estrutura e os processos na sessão.

Demonstre uma lição de Ubabalo

45 min

LIÇÃO DE TREINAMENTO DE FUTEBOL: PASSE CURTO

SESSÃO 1 UBABALO

Propósito: Demonstrar o benefício do trabalho em equipe ao invés do esforço individual

Habilidade Para a Vida: Se manter conectado com os outros

Resultados:

1. Ajudar atletas a descobrir o valor da interdependência
2. Encorajar atletas a praticar habilidades inter-relacionais
3. Convencer atletas a jogar como um time e não como indivíduos

Conexão com Treinamento Para a Vida

Hoje vamos praticar como manter a posse da bola dentro da equipe. Isso requer muita prática.

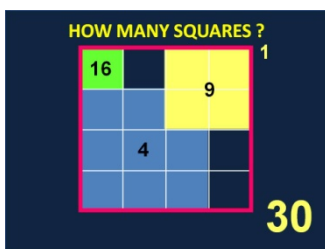
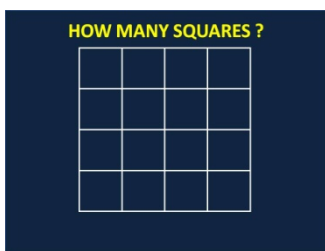
Da mesma forma é preciso muita prática para se manter conectado / em contato com outras pessoas.

A primeira coisa que você precisa acreditar é que "Você poderia se dar muito melhor na vida se você não tentar viver a vida sozinho, mas vivê-la com uma equipe de companheiros".

Preparação Para Atividade de Habilidade Para a Vida

Duplicate o diagrama de quadrados mostrado à esquerda em uma página A4 ou desenhe em um pedaço grande de papel.

Instruções Para Atividade de Habilidade Para a Vida



Mostrar o diagrama para toda a equipe.

Peça a cada jogador para individualmente contar os quadrados. Diga-lhes para não compartilhar a sua resposta.

Em seguida, pedir-lhes para formar grupos de 2 e depois para contar os quadrados. Diga aos grupos que não compartilham sua resposta com outros grupos.

Em seguida, formar grupos de 3 para contar os quadrados. Diga-lhes para não compartilhar a sua resposta com outros grupos.

Pergunte qual o grupo contava com mais de 16 ou 20 ou 24? Eles devem indicar, levantando suas mãos.

Diga-lhes que a resposta correta é 30

Visão e Aplicação da Habilidade Para a Vida

Pergunte e Discuta:

O que podemos aprender com este exercício?

O que podemos aplicar deste exercício para nosso time de futebol?

Se trabalharmos juntos, teremos melhores resultados

O futebol é um esporte de equipe e cada jogador é necessário para fazer uma contribuição durante o jogo

Cada jogador tem um papel na equipe, mesmo os substitutos - vamos mostrar apreciação

Quais são as diferentes formas em que podemos jogar que irão demonstrar o nosso trabalho em equipe?

Nós podemos ser mais conscientes de onde todos estão no campo

Passar a bola para os companheiros de equipe que estão em melhor posição

Defesa pode ser mais estruturada na equipe

Gritar palavras de incentivo para a equipe

Da mesma forma, é importante ficarmos conectados com os membros da nossa família ou entes queridos.

Como pode cada um de vocês melhorar sua conexão com seus familiares ou entes queridos em casa?

Eu posso fazer mais perguntas aos membros da família

Eu posso cumprimentar a todos

Eu posso fazer e manter contato visual enquanto converso

Qual ação você pode tomar (hoje / esta semana) para ficar conectado com seus familiares / entes queridos? Compartilhe com um companheiro de equipe.

No nosso próximo treino, esteja pronto para compartilhar sua experiência com estar conectado.

Indo Mais Fundo (a ser facilitada em uma sessão de acompanhamento dentro ou fora do campo)

Texto Bíblico: Eclesiastes 4:9-12

9-10 Melhor é serem dois do que um

Porque têm melhor paga do seu trabalho

Porque se cair um, o companheiro levanta;

Ai porem do que estiver só, pois, caindo não haverá quem o levante!

11 Também, se dois dormirem juntos eles se aquecerão;

Mas um só como se aquecerá ?

12 Se alguém quiser prevalecer contra um,

Os dois lhe resistirão;

O cordão de três dobras não se rompe facilmente!

Observações:

Nós todos sabemos o fato de que um cavalo pode puxar 2 toneladas, enquanto dois cavalos pode puxar 24 toneladas.

Eclesiastes dá 3 motivos porque “é melhor serem dois do que” (v9).
Eles podem se ajudar
Eles podem se aquecer no inverno
Eles podem se defender quando atacados
Em seguida, o autor conclui que um cabo com três fios é muito mais forte.

Pergunte e Discuta:

Pense duas maneiras em que você e um amigo:
Podem ajudar uns aos outros
Pode manter-se mutuamente espiritualmente quentes
Podem defender a reputação um do outro

1. Como poderia o seu time de futebol, sua família e sua igreja trabalhar mais em conjunto para ser mais eficaz?
2. O que você poderia contribuir nas relações de sua equipe para ser um jogador melhor em equipe (no futebol, em casa, na igreja)?

Discussão em grupo

20 min



Discussão em grupo

Peça ao grupo para refletir sobre essas questões em uma discussão.
Você gostou da sessão de Ubabalo? Por quê?
Como a sessão foi estruturada?
Qual foi o papel do treinador?
Que habilidades em particular o treinador precisou?
Como o tempo foi estruturado na sessão?
Como as perguntas foram estruturadas na sessão?
Como você encoraja a aplicação e prestação de contas?
Que desafios você prevê na aplicação disso com sua equipe?

Abordagens Diferentes

20 min



Explique três abordagens de entrega em Ubabalo.

Existem três diferentes abordagens para a realização de uma sessão de treinamento para a vida Ubabalo.
Abordagem de ajuntamento da equipe.
Intervalo de treinamento ou treinamento integrado de valor
Abordagem de estudo da Bíblia
Todas as abordagens têm vantagens e desvantagens, dependendo da idade e do contexto da equipe, e da experiência do treinador.

Explique a abordagem de ajuntamento da equipe.

Explicar esse método usando o slide PPT

Este é quando o treinador reúne sua equipe em um círculo por 7-12 minutos para facilitar o treinamento para a vida durante a sessão - normalmente após a conclusão de treinos e antes do início de jogos. Esta abordagem é mais adequada para jovens de baixa idade.

Explique a abordagem de intervalo de treinamento

Explicar esse método usando o slide PPT

Intervalo de treinamento é basicamente alternar entre uma atividade de alta intensidade seguidos por um período de recuperação. Esses "conjuntos" são repetidos. Isto simula uma situação de jogo real mais de perto.

Esta abordagem utiliza (alguns ou a maioria) os períodos de recuperação para o treinamento de vida. O treinador poderia fazer uma pergunta e pedir respostas. Ele também poderia fazer uma declaração provocativa e desafiar os jogadores a pensar sobre isso durante a próxima atividade de intensidade alta. Existem muitas maneiras criativas de utilizar os períodos de recuperação para treinamento de vida, mas o objetivo principal é facilitar momentos de ensino.

Este é mais adequado para equipes voltadas ao desempenho (idades mais avançadas, mais competitivo, semi-profissional ou profissional, etc.)

Para mais explicações sobre a abordagem de Intervalo de treinamento:

http://en.wikipedia.org/wiki/Interval_training

Explique a abordagem de estudo da Bíblia

Explicar esse método usando o slide PPT

Isso é adequado para atletas / equipes que estão abertos para estudos bíblicos, ou estão sendo discipulados pelo treinador, ou onde o treinador iniciou o plantio de uma igreja de jovens / pequeno grupo. O estudo bíblico pode ocorrer antes ou depois da sessão de treinamento, ou em um horário separado da sessão de treinamento.

Durante o estudo, o facilitador (treinador ou atleta) irá dizer:

Leia o texto. Agora reescreva, ou recite o texto, ou represente em um esquete.

Pergunte 'O que você entende?' (Compreensão)

Pergunte: "Como você pode obedecer?" (Aplicação)

Perguntar: "Como você pode ensinar os outros a obedecer?" (Multiplicação).

Use o SPECK acróstico para ajudar você a compartilhar com os outros.

Pecado(s) para confessar

Promessa(s) para reivindicar

Exemplo(s) a seguir

Comando(s) a obedecer

Conhecimento que você ganhou do texto

**Reflexão**

Anote as percepções que você teve nesta sessão

1. O que mais te desafiou?
2. Que perguntas você tem?

**Fim da Sessão**

U1.3

SIMULAÇÃO PRÁTICA

Tempo 120-180mins

RESULTADO

Até o final desta sessão os participantes terão uma compreensão de como integrar Whole Life Coaching com Treinamento Esportivo. Eles vão desenvolver a confiança no manual Ubabalo e obter um excelente feedback sobre sua habilidade de facilitação.

PASSOS NA LIÇÃO

1. Explique a sessão Roleplay	10 min
2. Preparação	15 min
3. Vomo dar feedback	15 min
4. Group round robin	105 min
5. Término	10 min

O QUE VOCÊ VAI PRECISAR

Equipamento para jogar os jogos que você escolher
Projektor

SIMULAÇÃO UBABALO

Introdução

10 mins

Explique a sessão prática

Divida o grande grupo em equipes com 7 pessoas em cada. Cada pessoa terá uma chance de ser um treinador, enquanto as outras 6 pessoas serão jogadores.

Cada treinador terá um máximo de 15 minutos para conduzir uma sessão Ubabalo com seu time. Por isso, vai levar o time 1 hora e 45 minutos para que todos possam concluir suas sessões encurtadas. Cada treinador vai liderar uma sessão diferente para que ao final deste tempo todos no grupo tenham experimentado 7 lições diferentes Ubabalo, 6 através da participação e 1 como um líder.

Tempo será dada no final da sessão de cada pessoa para a equipe para dar feedback.

Essa é a tabela de tempo aproximada para cada sessão:

Opção 1: Ajuntamento da equipe

1 min	Aquecimento / Exercício
4 min	Atividade de habilidade para a vida
7 min	Percepção e aplicação da habilidade para a vida
3 min	360° feedback e avaliação no fim da sessão
15 min TOTAL	Repetir essa seqüência mais seis vezes

Option 2: Intervalo de treinamento

2 min	Introdução a sessão
3 min	Atividade esportiva 1
2 min	Percepção de habilidade para a vida
3 min	Atividade esportiva 2
2 min	Percepção de habilidade para a vida
3 min	Resumo de habilidade para a vida
15 min TOTAL	Repetir essa seqüência mais seis vezes

Preparação

15 min

Tempo de preparação pessoal e perguntas de esclarecimento

Permitir um tempo para cada equipe para se sentar juntos. Alocar para cada pessoa da equipe uma aula diferente de Ubabalo. Lembrá-los para não gastar todo o seu tempo realizando o aquecimento, que é a tendência por causa de sua familiaridade com ele.

Dê-lhes 15 minutos para se preparar para a lição de modo que eles estarão prontos para conduzi-la com o resto de sua equipe.

Diga ao grupo qual equipamento está disponível para cada equipe.

Os facilitadores precisam circular em torno das equipes para responder perguntas e esclarecer os passos na tarefa.



Orientações para 360º feedback

Após cada sessão prática há 3 minutos para completar o balanço de 360 graus em conjunto.

Em primeiro lugar permitir que a pessoa que liderou a sessão para fazer alguns comentários sobre como se sentiram sobre a aula e o que eles perceberam. Em seguida, permitir que as pessoas da equipe comentem e, em seguida, o facilitador pode fazer alguns comentários, se houver tempo.

2 perguntas básicas são respondidas no tempo de balanço.

O que foi feito bem?

O que deve ser feito diferente na próxima vez?

Manter a sessão se movendo rapidamente. É fácil sair do foco e ficar sem tempo dando feedback. Certifique-se sempre que pessoas diferentes tenham a chance de comentar. Às vezes, 1 ou 2 pessoas parecem fazer toda a contribuição.



Explique como dar feedback

Veja o slide PPT e explique como dar um bom feedback aos colegas.

Trate as pessoas da maneira que você quer ser tratado.

Seja sincero e respeitoso. Fale com amor.

Seja claro e específico. Fique no "aqui e agora".

Concentre-se em fatos. O que você pode ver, ouvir e sentir?

Evite ficar pessoal, culpando ou acusando.



Tenha uma pessoa falando de cada vez. Explique como receber feedback

Veja o PPT e discuta. Não importa quão bom o feedback é, se não for recebido no espírito correto, então não vai ser eficaz.

Começar com auto-avaliação

Ouçã abertamente e seja receptivo a novas ideias

Coloque o ego de lado

Mantenha as emoções sob controle

Se comprometa a fazer melhorias

Explique o procedimento

Cada equipe de 7 sairá para o campo de jogo ou o espaço interior grande, com alguns equipamentos.

Um apito é soado cada 15 minutos para manter cada uma das equipes no tempo. Isto marcará o momento em que um novo líder inicia uma sessão em cada equipe.

Balanco Geral

10 min



Término

Como um grande grupo refletir sobre algumas dessas questões juntos.

O que você aprendeu com esta sessão?

O que você acha que é mais desafiador sobre liderar uma lição Ubabalo?

Como você acha que a lição precisa ser modificada para o seu contexto?



FIM da Sessão



U1.4

HABILIDADES DE FACILITAÇÃO DE GRUPOS

Tempo 90 minutos

RESULTADO

Até o final desta sessão os participantes terão uma compreensão clara do papel de um facilitador. Eles também irão praticar as habilidades de ouvir, questionar e resolver problemas em grupo

PASSOS NA LIÇÃO

1. Atividade de aquecimento	10 min
2. O que é Facilitação	25 min
3. Habilidades de facilitação – ouvir e questionar	25 min
4. Problemas de facilitação	20 min
5. Término	15 min

O QUE VOCÊ VAI PRECISAR

Equipamento para jogar os jogos que você escolheu
Projektor
Lousa e marcadores

HABILIDADES DE FACILITAÇÃO DE GRUPO NOTAS DA SESSÃO

Atividade de aquecimento

10 min

Jogo de Aquecimento - 'Abra sua mão'

Divida o grupo em pares. Faça os ficar de frente um para o outro.

Diga-lhes o objetivo do jogo: Abra o punho do seu parceiro quantas vezes for possível. Cada vez que você abrir o punho, dê-se um ponto. Quanto maior sua pontuação maior as suas chances de sua vitória.

Cada pessoa se revezará fechando o punho para que o seu parceiro tente abri-lo. Eles têm 1 minuto para marcar pontos. Aviseo momento em que você quer que eles comecem a jogar. Cada pessoa se lembra de sua própria pontuação.

Você verá que a maioria das pessoas estão lutando para abrir os punhos uns dos outros. Ao final de cinco minutos você ouve pontuações

que são baixas e desequilibradas. Isso é, o parceiro mais forte tem a maior pontuação

Discussão em grupo

Use um quadro para marcar as pontuações. Só que, a surpresa vem quando você grava as pontuações dos pares como um, em vez de dividi-los.

Assim, começa a despontar sobre os participantes que se eles tivessem parado para interpretar as instruções com uma mentalidade de facilitador ao invés de uma mentalidade competitiva, eles teriam marcado como um par e não como indivíduos.

Use a discussão deste jogo para chamar a atenção do grupo para a sua mentalidade que os obriga a se comportar de forma competitiva, ao invés de facilitadora

Falar sobre como cada par poderia ter pontuado alto se eles tivessem apenas peddo para seu parceiro abrir seus punhos ao invés de tentar força-lo.

Chamar a atenção para a maneira pela qual eles poderiam ter:

Achado a solução com mútuo ganho acima.

Pontuado alto, certificando-se de que ambos os parceiros se revezavam para vencer.

Acreditado na necessidade de o outro vencer, além de uma vitória própria

O que é facilitação

25 min



Brainstorm de facilitação

Comece com uma breve brainstorm perguntando ao grupo, "Quais são algumas coisas que um Facilitador faz?" Algumas das tarefas incluirão ensinar, organizar, ajudar...



Explique o processo de facilitação

O dicionário diz que um facilitador 'torna as coisas fáceis. "

Facilitação é o processo de ajudar os participantes a aprender a partir de uma atividade. É ajudar alguém de onde estão para onde eles podem chegar.

Explique estes problemas.

Como um facilitador, você é responsável pela Preparação e implementação de todos os aspectos do treinamento.

O facilitador serve como um coordenador e organizador dos pequenos grupos, e assegura que todos estão participando e permanecendo na tarefa. Um facilitador nunca impõe uma solução para o grupo.

É fundamental para o facilitador ter a capacidade de desenvolver o respeito mútuo entre todos os participantes. Isto irá ajudar todos a crescer e aprender.

Um facilitador tem considerável conhecimento e experiência. As pessoas vão ver você como um especialista no assunto que você está facilitando. Certifique-se que você está bem informado sobre o tema e se sinta confortável com as pessoas questionando suas fontes de informação.

O que faz um bom facilitador- “Bola de nove”

Membros do grupo escrevem respostas anônimas à questão, "Quais são as características de um bom facilitador que eu conheço?". Escreva uma resposta por papel. Amassar os papéis e jogar no meio da sala. Peça ao grupo para ir e pegar o maior número possível. Peça-lhes para ler em voz alta um de cada vez. Faça uma lista em um quadro de todas as características. Quando características se repetirem manter um registro delas. Discutir os resultados da pesquisa.

Liderando com a ponta do dedo.

1. Divida o grupo em pares.
2. Dê aos parceiros os nomes A e B.
3. Peça os para estender seus dedos indicadores e tocarem a ponta do dedo indicador de seus parceiros.
4. Instrua os a lembrar se são A ou B, seguir as instruções e usar somente a ponta dos dedos.
5. Suas instruções para essa facilitação serão basicamente: “A conduza B” e “B conduza A”. Primeiro repita essas instruções devagar. Depois aumente a velocidade.
6. O que começa como um simples exercício de andar, acaba virando uma dança, onde cada parceiro se reveza conduzindo o outro com apenas um dedo.

Discuta a atividade

Você gostou mais de liderar ou seguir? Por quê?

Como você notou como esta atividade evoluiu?

Como isso é como facilitação?

A partir deste jogo de facilitação, traçar paralelos com a facilitação como um processo que é gentil, oferece oportunidade para o outro e acredita na capacidade do parceiro, mesmo que seu papel esteja limitado à ponta do seu dedo.

Habilidades de facilitação – Ouvir e questionar

25 min

Ouvindo – pronto para ouvir; tardio para falar.

Discuta o versículo da Bíblia Thiago 1:19 Portanto, meus amados irmãos, todo o homem seja pronto para ouvir, tardio para falar.'

Por isso é importante quando se trabalha em grupo?



Explique habilidades para ouvir

Escolha ouvir – esteja pronto e interessado

Preste atenção – Livre-se de distrações e até tome notas

Compreenda – faça perguntas de acompanhamento e reflita sentimentos apropriados

Filtre o que é dito – tente entender a intenção e motivação deles

Expresse uma resposta - verifique se você compreendeu corretamente parafraseando e sugerindo conselho



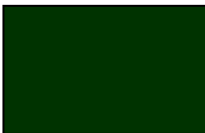
Explique parafrasear e ouvir ativamente

Parafrasear reafirma a idéia principal de comunicação.

Não muda o significado.

Ela permite que o ouvinte para esclareça o que foi dito e mostra que o ouvinte entendeu o que foi dito.

veja o slide PPT sobre exemplos de paráfrase. Discutir quais as frases que você achou ser mais útil.



Atividade para ouvir ativamente

Divida o grupo em pares. Uma pessoa é o ouvinte e uma o orador. O orador é então dado uma situação, que ele fala sobre enquanto o ouvinte escuta ativamente a ele, por exemplo, Qual é o maior problema que enfrento em minha vida cotidiana? Após o orador terminar (60 segundos), o ouvinte tenta reformular o discurso na forma como ele entendeu e depois tenta oferecer soluções ou comentários para o alto-falante. Eles podem então analisar o desempenho de cada um e trocar de papéis.



Explique resumir quando ouvir ativamente

Um facilitador precisa dominar a arte de resumir. Resumindo coloca todas as idéias-chave juntos em uma nova maneira lógica e fácil de entender. Muitas vezes, uma discussão em grupo irá abranger um número tópicos. Vai parecer muito incompleta, a menos que as idéias sejam relacionadas de volta para a idéia-chave. Este resumo irá ajudar o grupo a avançar para a próxima fase.

Peça a um voluntário para resumir a sessão até agora. Depois de terem feito isso pergunte ao grupo essas questões.

O que eles incluíram?

Será que eles deixam de fora nada de importante?



Atividade de aquecimento

Divida em pares. Diga ao grupo para chegar a tantas perguntas para esta resposta possível. A resposta é azul. Então, quais poderiam ser todas as perguntas? Liste o maior número possível em 60 segundos. O mais inusitado e criativo, melhor. Por exemplo, Que cor eu fico quando prendo a respiração?

Propósito das questões

As perguntas são utilizadas para fins diferentes. Deste modo, diferentes tipos de perguntas serão utilizados dependendo da finalidade.

Para obter e manter questões de interesse use, perguntas divertidas, interessantes, chocantes

Para orientar o pensamento – perguntas de um novo tópico, questões mais profundas

Para avaliar ou resumir - "Quais são as principais questões aqui? 'Ou' O que é mais importante aqui?"

Para determinar a atitude do participante 'Como a sua atitude é diferente agora? "

Para desenvolver o tema 'Há alguma coisa que está faltando? "Ou" Você pode pensar em um exemplo disso? "

Técnicas para questionar

Perguntas fechadas têm apenas uma resposta. Eles não criam ou encorajam a discussão. Elas fecham a discussão. Por exemplo todas as perguntas com a resposta "azul" foram fechadas. Eles tinham apenas uma resposta.

Perguntas para achar fatos são frequentemente fechadas por exemplo .- "Quantas pessoas foram apanhadas?" Ou "Quem era o patrão?"

Perguntas abertas têm muitas respostas possíveis. Elas tendem a incentivar a discussão, porque muitos podem contribuir com algo diferente.

Há uma série de técnicas de interrogatório aberto. Estes são apenas alguns exemplos.

Perguntas sobre sentimentos 'Como você se sentiu sobre? "

Perguntas 'conte-me mais' - estas são perguntas de acompanhamento, que mostram a escuta ativa. "Isso é interessante, como você chegou a tomar essa decisão?"

Pergunta 'Melhor/ pior' - Esta técnica prioriza idéias. "Qual foi a melhor função neste jogo? Pior função?"

Perguntas sobre terceiros - são perguntas para ajudar quem responde a dar a sua opinião pessoal sem se sentir envergonhado, julgado ou inseguro. "O que seus colegas pensam sobre a eutanásia? 'Ou' O que seus amigos pensam sobre a abstinência como uma solução para HIV / AIDS?" Sinta-se livre para escolher um tema controverso de seu contexto.

Perguntas 'varinha mágica' - estas perguntas ajudam as pessoas a sonhar sem limites. "O que você faria com o resto da sua vida se você tivesse US \$ 10 milhões?"

Perguntas de sondagem - 'O que quer dizer?', 'Você elabora mais? "

Grupos de trabalho de solução de problemas

Se dividem em três grandes grupos. Peça a cada grupo para chegar a cinco exemplos específicos de questões desafiadoras para um facilitador faces nas seguintes áreas:

Grupo 1- Desafios relacionados com o ambiente / contexto (tais como tempo, espaço, sala, interior / exterior, distrações, clima, etc)

Grupo 2- Desafios relacionados com participantes individuais motivação / participação, o desinteresse, o tédio, habilidades diferentes, estilos de aprendizagem

Grupo 3- Desafios relacionados com a dinâmica de grupo (tais como cliques, argumentos, timidez, prepotência, interrupções, raça, diferenças culturais)

Dê a cada grupo folhas limpas de papel colorido para registrar o desafio específico (um por folha).

Depois de alguns minutos, faça cada grupo compartilhar o que descobriram.

Agora, faça cada um dos três grupos dividirem pequenos grupos de 4 ou 5 pessoas. Cada pequeno grupo irá tomar uma questão específica que foi escrita e discutir como um facilitador poderia melhor resolver a questão ou usar o assunto para ajudar a reforçar o aprendizado.

Agora faça um esquete curto para demonstrar como isso pode ser feito. Cada pequeno grupo tem apenas 5 minutos para preparar o esquete.

Dependendo do tempo, peça a quantos grupos possíveis para realizar suas esquetes para o resto do grupo.

Atitudes

Sua atitude para com o grupo vai determinar tudo sobre sua interação com esse grupo. Como você se vê como um facilitador irá determinar o quanto bem sucedido o grupo é.

Discussão em grupo. Você vê os seus jogadores como garrafas de água ou sementes?

Uma Garrafa de água é algo para preencher. O professor preenche com o que eles acham que é melhor para a pessoa. A pessoa está vazia e o professor sabe o que é melhor para a pessoa aprender.

Uma Semente cresce. O facilitador cria o ambiente certo e ajuda a planta nova a crescer. Eles ajudam, dando-lhe água e sol e preparando o solo. A semente vem com todo o potencial dentro dela.

Como um facilitador é melhor ver os participantes do seu grupo como semente. Seu trabalho é simplesmente ajudá-los a crescer. Portanto, desenvolva essas atitudes como um facilitador:

Os jogadores podem e vão agir com responsabilidade por suas decisões.

Os jogadores serão mais comprometidos com um plano se eles ajudaram a criá-lo.

Opinião de todos é de igual valor.

O processo irá obter bons resultados se for bem desenhado e aplicado honestamente.

Os jogadores vão aprender de maneiras diferentes, mas todos podem ter sucesso.



FIM da sessão



U1.5

O CAMINHO À FRENTE

Flexível

RESULTADO

Esta sessão é destinada para que você possa planejar com antecedência e estabelecer metas individualmente e em equipes de diferentes regiões.

O CAMINHO À FRENTE IDÉIAS DA SESSÃO

Ubalalo é...



Explique algumas idéias-chave de Ubalalo

Ubalalo é muito adaptável. Ele trabalha com muitos esportes diferentes e hobbies. Ele será um pouco diferente dependendo de onde você é, quem está treinando, a idade das crianças, etc. Esta é a beleza de Ubalalo.

No entanto, há um 'coração' particular que atravessa todos os jogadores, treinadores, e programas de treinamento.

Proclamar o evangelho com PAIXÃO

Fazer discípulos CAPAZES

Servir a igreja local com SANTIDADE

Dentro e através do esporte para todos os países, todas as cidades com
ESTRATÉGIA e CRIATIVIDADE

Vivemos como servos com HUMILDADE

Nós trabalhamos em equipes com INTERDEPENDÊNCIA

Construímos parcerias com DIVERSIDADE

Somos obedientes à Bíblia com INTEGRIDADE

Ubalalo não é...



Não é uma organização. É uma maneira para que as igrejas locais possam servir sua comunidade.

Não é um programa de desenvolvimento desportivo - É um programa de treinamento para a vida que usa o esporte.

Não é um evento ou um organizador de eventos-É um treinamento da vida em curso. Equipes se reúnem semanalmente.

Não é uma denominação- é um ministério da igreja ou agência local

Ubabalo não é uma série de lições morais - Em primeiro lugar Ubabalo revela que você e eu não podemos salvar a nós mesmos, apesar das nossas melhores intenções e esforços. Podemos tentar viver em total obediência dos valores bíblicos, mas nós sempre falhamos de alguma maneira. Em última análise, precisamos de um salvador - Jesus. Só ele pode salvar e libertar-nos da condenação como somos incapazes de nos salvar. Assim, Ubabalo torna-se como a "lei para apontar o nosso pecado" (Romanos 3:20) e para nos lembrar que só podemos ser "salvos pela graça mediante a fé" (Efésios 2:8). Em segundo lugar, é uma maneira de conectar a paixão de um jovem (desporto ou hobbies) ao engajamento da bíblia. Ele ajuda a mostrar como a Bíblia é relevante para o esporte, assim como a vida, para nos ensinar valores divinos e competências de vida útil.

Quem é a estrela nesse time



Opção 1:

Se estiver disponível, mostrar o vídeo ou uma revista ou uma foto de (qualquer) grande jogador

Dizer: "Todo mundo sempre se concentra nos jogadores estrelas. Agora assista a este vídeo "



Se estiver disponível, mostrar o vídeo de 'Quem é a estrela da equipe 1'. Em seguida, mostrar o vídeo 'Quem é a estrela da equipe 2'. Peça-lhes para observar como os jogadores comemoram.

Compartilhar sobre como as pessoas se concentram nas estrelas do jogo, mas não percebem que a estrela do time deve ser o TIME.

Opção 2:

Use uma atividade de física de teambuilding que utiliza TODOS os membros da equipe, a fim de concluir uma tarefa.

Enfatizar que uma pessoa não pode completar a tarefa sozinho, cada membro da equipe é crucial para o sucesso da equipe.

O ponto é que sempre achamos que a estrela da equipe é o 'atacante' ou o 'cara no palco " ou o " facilitador global'. Mas, na realidade, a estrela da equipe é o 'time'. Isto é apenas para orientar os participantes a se apropriar do Ubabalo .

Desenvolvimento do treinador – Aprendizado contínuo



Plano de desenvolvimento do treinamento para vida Ubabalo

Aprendizado contínuo é importante.

Como o aprendizado é um processo, ele necessita de uma abordagem multi-facetada - sala de aula (teórica), campo/trabalho (ativa/pragmática), mentoria-treinamento (reflexiva).

Treinamento introdutório de ubabalo é apenas o primeiro passo. Aplique o que aprender. Seja orientado. Retorne para mais treinamento .

Se você for fiel com pouco, mais será adicionado. A plano de desenvolvimento para treinamento pra vida ajuda a progredir como um treinador pra vida.

O objetivo final é ajudar você a:

Transformar as pessoas, comunidades e nações, mudando as visões de mundo atual

Ajudara discipular crianças e adolescentes de formas que podem ser facilmente multiplicados

Responder à preocupação global de orfandade

Tempo de discussão e perguntas

Convide os participantes a fazer perguntas para esclarecer o seu pensamento.

Definindo Objetivos



Explique objetivos INTELIGENTES

Quando você começa a definir metas é importante seguir alguns princípios.

Específico- *'Eu quero montar um time de futebol na minha vila'*

Mensurável- *'com 18 garotos entre 12-14 anos'*

Alcançável- *'está dentro da minha capacidade realizá-lo'*

Realístico- *'e eu acredito que pode ser feito'*

Com prazos- *'data, mês, ano'*

Discussão em grupos regionais

Reúna-se em pequenos grupos de pessoas da sua aldeia ou vila ou cidade ou região.

Discuta essas questões.

Como você poderia implementar Ubabalo no seu contexto?

Quais são os desafios e problemas que você vai encontrar?

Próximos passos



Tire algum tempo para pensar sobre essas coisas sozinho. Quais são os próximos passos para você fazer algo com Ubabalo?

Como treinador?

Como membro de uma igreja local e e de uma comunidade?

Coloque o PPT com idéias diferentes sobre iso.

Culto de comissionamento

Inclua estes elementos em seu serviço. Ser criativo.

Encerre a devoção com a Bíblia. Use a sua passagem preferida.

Oração de comissionamento

Distribua certificados (se preparado)

Dar tempo para as pessoas a fazerem comentários

Foto em grupo



FIM da Sessão
