



Έργο: AGE - Η Εποχή της Μάθησης. Διαγενεακή μάθηση για να δεσμευτούμε μαζί ως πολίτες του XXI αιώνα

Η ΜΑΘΗΣΙΑΚΗ ΗΛΙΚΙΑ

Εκπαιδευτικό υλικό για νέους



**Co-funded by
the European Union**

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του/των συγγραφέα/ων και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές.



Εγκαταστάσεις

Το περιεχόμενο που ακολουθεί είναι το αποτέλεσμα της γνώσης και της εμπειρίας των εταίρων του προγράμματος Erasmus+ "Η εποχή της μάθησης" κατά τη διάρκεια των ετών με νέους και ηλικιωμένους χρήστες των δραστηριοτήτων των οργανισμών τους. Ο συγγραφέας κάθε ενότητας έχει οριστεί με σεβασμό στην εμπειρογνωμοσύνη κάθε εταίρου.

Η πρώτη έκδοση της κατάρτισης για παραδόθηκε για πρώτη φορά στο πλαίσιο του έργου AGE μεταξύ Απριλίου και Μαΐου 2023, από τις Fundacja Autokreacja και Stowarzyszenie Szukamy Polski στην Πολωνία, Team 4 Excellence στη Ρουμανία, Fundación Rondilla y Asociación Deses-3 στην Ισπανία. Σε κάθε οργανισμό συμμετείχαν 5 νέοι και νέοι ενήλικες μεταξύ 14 και 30 ετών από την τοπική κοινότητα, και έθεσαν τις βάσεις για τις συναντήσεις μεταξύ των γενεών στη συνέχεια, όπου η ψηφιοποίηση των ηλικιωμένων συμμετεχόντων είχε ως επίκεντρο την επικοινωνία και τη φιλία.



Ευρετήριο

<i>Ενότητα 1: Ανδραγωγική. Ποιος είναι ο ανώτερος;</i>	<i>5</i>
Εισαγωγή	5
Μαθησιακοί στόχοι.....	5
Θέματα.....	5
Τι είναι η Ανδραγωγική;	6
Ιστορία και ανάπτυξη της Ανδραγωγικής.....	6
Οφέλη της Ανδραγωγικής για τους ανώτερους μαθητές.....	7
Η διαδικασία γήρανσης και ο αντίκτυπός της στις μαθησιακές ανάγκες των ηλικιωμένων	8
Περαιτέρω ανάγνωση	8
Βιβλιογραφία	8
<i>Ενότητα 2: Εργασία ενσυναίσθησης με τον ανώτερο</i>	<i>10</i>
Εισαγωγή	10
Μαθησιακοί στόχοι.....	10
Θέματα.....	10
Ορισμός της ενσυναίσθησης.....	11
Κύριες δυσκολίες που αντιμετωπίζουν οι ηλικιωμένοι στη μάθηση.....	12
Δραστηριότητες για την εξάσκηση της ενσυναίσθησης κατά την εργασία με ηλικιωμένους	14
Περαιτέρω ανάγνωση	15
Βιβλιογραφία	15
<i>Ενότητα 3: Διαγενεακή συν-μάθηση.....</i>	<i>17</i>
Εισαγωγή	17
Μαθησιακοί στόχοι.....	17
Θέματα.....	17
Ορισμός της διαγενεακής συνεκπαίδευσης.....	18
Οφέλη από τη διαγενεακή συνεκπαίδευση.....	19
Πώς να δημιουργήσετε εκδηλώσεις ή προγράμματα διαγενεακής συν-μάθησης.....	20
Περαιτέρω ανάγνωση	21
Βιβλιογραφία	21
<i>Ενότητα 4: Βασικές πτυχές των εργαλείων που πρέπει να χρησιμοποιηθούν για το κανάλι Lean to Learn</i>	<i>22</i>
Εισαγωγή	22
Μαθησιακοί στόχοι.....	22
Θέματα.....	22



Learn to Learn Διαγενεακή πλατφόρμα συν-μάθησης	23
Μια εισαγωγή στο κανάλι YouTube	23
Πώς να βιντεοσκοπήσετε από ένα κινητό τηλέφωνο	24
Πώς να επεξεργαστείτε ένα βίντεο χρησιμοποιώντας την εφαρμογή Splice	25
Περαιτέρω ανάγνωση	27
Βιβλιογραφία	27
Ενότητα 5: Παραγωγή περιεχομένου βίντεο.....	28
Εισαγωγή.....	28
Μαθησιακοί στόχοι.....	28
Θέματα.....	28
Λεξικό βίντεο	29
Λήψη βίντεο	30
Επεξεργασία βίντεο.....	32
Περαιτέρω ανάγνωση	33
Ενότητα 6: Μεταπαραγωγή ενός διαδικτυακού βίντεο.....	34
Εισαγωγή.....	34
Μαθησιακοί στόχοι.....	34
Θέματα.....	34
Πώς να χρησιμοποιήσετε την εφαρμογή CapCut App.....	35
Παρουσίαση της διεπαφής CapCut.....	35
Πώς να κάνετε βασική επεξεργασία στο CapCut	36
Πώς να χρησιμοποιήσετε τις επικαλύψεις στο CapCut.....	44
Πώς να επεξεργαστείτε κείμενο στο CapCut	47
Πώς να επεξεργαστείτε ήχο στο CapCut.....	49
Πώς να εφαρμόσετε προηγμένη επεξεργασία στο CapCut.....	51
Πώς να εξαγάγετε το βίντεο από το CapCut.....	53
Πώς να ανεβάσετε ένα βίντεο στο κανάλι YouTube	53
Περαιτέρω ανάγνωση	57
Βιβλιογραφία	57



Ενότητα 1: Ανδραγωγική. Ποιος είναι ο ανώτερος;

Εισαγωγή

Η ανδραγωγική, ή θεωρία της μάθησης ενηλίκων, είναι ένας τομέας μελέτης που επικεντρώνεται στην κατανόηση των αναγκών και των στρατηγικών για τη διδασκαλία των ενηλίκων. Καθώς ο πληθυσμός μας συνεχίζει να γερνάει, είναι όλο και πιο σημαντικό να κατανοήσουμε τις ανάγκες των ηλικιωμένων μαθητών και να αναπτύξουμε αποτελεσματικές στρατηγικές για τη διδασκαλία και την εμπλοκή τους σε δραστηριότητες δια βίου μάθησης. Σε αυτή τη διδακτική ενότητα, θα διερευνήσουμε την έννοια της ανδραγωγικής και θα συζητήσουμε ποιος είναι ο ηλικιωμένος μαθητής, με ορισμένη εστίαση στην ψηφιακή μάθηση.

Οι ηλικιωμένοι μαθητές είναι ένας μοναδικός πληθυσμός που απαιτεί ειδικές προσαρμογές και στρατηγικές για να διασφαλιστεί η επιτυχία τους. Οι ηλικιωμένοι μαθητές φέρνουν στην τάξη έναν πλούτο γνώσεων, εμπειριών και προοπτικών, αλλά χρειάζονται ειδικές διατάξεις για να διασφαλιστεί η επιτυχία τους. Είναι σημαντικό να κατανοήσουμε τις ανάγκες των ηλικιωμένων μαθητών και να παρέχουμε τις απαραίτητες ρυθμίσεις για να εξασφαλίσουμε την επιτυχία τους στην τάξη, καθώς και στο διαδικτυακό περιβάλλον όπου λαμβάνουν χώρα πάντα περισσότερες από τις δραστηριότητές τους.

Μαθησιακοί στόχοι

- Προσδιορίστε τα βασικά στοιχεία της ανδραγωγικής και πώς αυτή εφαρμόζεται στη διδασκαλία των ανώτερων μαθητών.
- Περιγράψτε τις φυσικές και γνωστικές αλλαγές που συμβαίνουν με τη διαδικασία της γήρανσης και τον αντίκτυπό τους στη μάθηση.
- Προσδιορίστε τις ανάγκες των ηλικιωμένων μαθητών στην τάξη ή στο διαδίκτυο και αναπτύξτε στρατηγικές για τη διδασκαλία και τη συμμετοχή τους.
- Να αποκτήσετε την ικανότητα να δημιουργείτε ένα ελκυστικό μαθησιακό περιβάλλον για τους ανώτερους εκπαιδευόμενους.
- Εξηγήστε πώς να αξιοποιήσετε την τεχνολογία για να ενισχύσετε την εμπλοκή των ανώτερων μαθητών.

Θέματα

- Ορισμός της Ανδραγωγικής, η ιστορία της και τα οφέλη της για τους τελειόφοιτους
- Κατανόηση των αναγκών του ανώτερου μαθητή

Εκτιμώμενη διάρκεια παράδοσης της μονάδας: 2 ώρες.



Τι είναι η Ανδραγωγική;

Η ανδραγωγική είναι μια έννοια που αναπτύχθηκε από τον Γερμανό εκπαιδευτικό και θεωρητικό Alexander Kapp στα τέλη της δεκαετίας του 1800 και αναφέρεται στη μελέτη της μάθησης των ενηλίκων. Αναπτύχθηκε ως απάντηση στις παραδοσιακές παιδαγωγικές μεθόδους διδασκαλίας των παιδιών, τις οποίες ο Kapp θεωρούσε ανεπαρκείς για τη διδασκαλία των ενηλίκων. Η ανδραγωγική βασίζεται στην παραδοχή ότι οι ενήλικες είναι αυτοκατευθυνόμενοι, αυτοτροφοδοτούμενοι και απαιτούν διαφορετικές προσεγγίσεις στη μάθηση από ό,τι τα παιδιά.

Με τους απλούστερους όρους, η ανδραγωγική είναι η μελέτη του τρόπου με τον οποίο οι ενήλικες μαθαίνουν καλύτερα. Είναι μια θεωρία που προσπαθεί να κατανοήσει πώς οι ενήλικες μαθαίνουν διαφορετικά από τα παιδιά και πώς οι εκπαιδευτικοί μπορούν να ασχοληθούν καλύτερα με τους ενήλικες εκπαιδευόμενους. Η ανδραγωγική αποτελεί επέκταση της παιδαγωγικής, της μελέτης της διδασκαλίας των παιδιών, και εστιάζει στις ανάγκες των ενήλικων εκπαιδευομένων.

Η ανδραγωγική βασίζεται στην ιδέα ότι οι ενήλικες είναι αυτοκατευθυνόμενοι και αυτόνομοι εκπαιδευόμενοι που είναι ικανοί να λαμβάνουν αποφάσεις και να αναλαμβάνουν την ευθύνη για τη δική τους μάθηση. Βασίζεται στην πεποίθηση ότι οι ενήλικοι εκπαιδευόμενοι παρακινούνται να μάθουν από τους εσωτερικούς τους στόχους, τις ανάγκες και τα ενδιαφέροντά τους.

Επιπλέον, η Ανδραγωγική βασίζεται επίσης στην ιδέα ότι οι ενήλικες είναι πλούσιοι σε γνώσεις και φέρνουν πλούσια εμπειρία στη διαδικασία της μάθησης. Αυτή η εμπειρία μπορεί να χρησιμοποιηθεί για την ενημέρωση της μαθησιακής διαδικασίας και μπορεί να αξιοποιηθεί για την παροχή ουσιαστικών μαθησιακών εμπειριών.

Οι ανδραγωγικές μέθοδοι διδασκαλίας είναι συνήθως πιο μαθητοκεντρικές και διαδραστικές από τις παραδοσιακές μεθόδους διδασκαλίας. Οι εκπαιδευτές χρησιμοποιούν συχνά τη συζήτηση, τη συνεργατική μάθηση, τις βιωματικές δραστηριότητες και την επίλυση προβλημάτων για να εμπλέξουν τους ενήλικες εκπαιδευόμενους. Αυτές οι τεχνικές έχουν σχεδιαστεί για να βοηθήσουν τους ενήλικες εκπαιδευόμενους να αναπτύξουν κριτική σκέψη και δεξιότητες επίλυσης προβλημάτων.

Συμπερασματικά, η ανδραγωγική είναι ένα σημαντικό πεδίο μελέτης που χρησιμοποιείται εδώ και αιώνες. Βασίζεται στην ιδέα ότι οι ενήλικες είναι αυτόνομοι μαθητές και για το λόγο αυτό οι εκπαιδευτικοί πρέπει να βρίσκουν ποικίλα εργαλεία και πόρους για να εμπλέκουν συνεχώς τους ενήλικες μαθητές τους σε σημαντικές μαθησιακές εμπειρίες.

Ιστορία και ανάπτυξη της Ανδραγωγικής

Όπως αναφέρθηκε εν συντομία, ο όρος Ανδραγωγική επινοήθηκε για πρώτη φορά το 1833 από τον Γερμανό εκπαιδευτικό Alexander Kapp για να περιγράψει τη μελέτη της εκπαίδευσης ενηλίκων και έκτοτε χρησιμοποιείται για να αναφερθεί στη θεωρία και την πρακτική της εκπαίδευσης ενηλίκων. Η ανδραγωγική εξελίχθηκε με την πάροδο των ετών και σήμερα θεωρείται πολύτιμο μέρος της εκπαιδευτικής διαδικασίας.

Η ιστορία της ανδραγωγικής ανάγεται στα τέλη του 19ου αιώνα, όταν ο Alexander Kapp ανέπτυξε την έννοια της ανδραγωγικής για να αντιμετωπίσει τις μοναδικές ανάγκες των ενήλικων εκπαιδευομένων. Ο



Καρρ πίστευε ότι οι ενήλικες είχαν διαφορετικές ανάγκες και τρόπους μάθησης από ό,τι τα παιδιά και προσπάθησε να δημιουργήσει ένα πλαίσιο διδασκαλίας που θα σέβεται αυτές τις διαφορές. Το έργο του προσαρμόστηκε τελικά από τον Αμερικανό εκπαιδευτικό Malcolm Knowles στις δεκαετίες του 1950 και 1960, ο οποίος ανέπτυξε την ιδέα των "ανδραγωγικών αρχών" που θα γινόταν η βάση της σύγχρονης ανδραγωγικής.

Η ανάπτυξη της ανδραγωγικής από τότε έχει επηρεαστεί από διάφορους παράγοντες, όπως η άνοδος της τεχνολογίας και οι μεταβαλλόμενες απαιτήσεις του σύγχρονου εργασιακού χώρου. Καθώς η τεχνολογία έχει εξελιχθεί, έχει εξελιχθεί και η δυνατότητα παροχής εκπαιδευτικού περιεχομένου με καινοτόμους τρόπους που ανταποκρίνονται καλύτερα στις ανάγκες των ενήλικων εκπαιδευομένων.

Επιπλέον, οι μεταβαλλόμενες απαιτήσεις του σύγχρονου εργασιακού περιβάλλοντος έχουν ωθήσει τους εκπαιδευτικούς να επικεντρωθούν περισσότερο στη διδασκαλία δεξιοτήτων που είναι εφαρμόσιμες στον πραγματικό κόσμο, όπως η επίλυση προβλημάτων και η κριτική σκέψη. Αυτό έχει οδηγήσει σε μεγαλύτερη έμφαση στις ανδραγωγικές μεθόδους που εστιάζουν σε μαθητοκεντρικές και διαδραστικές μαθησιακές εμπειρίες.

Σήμερα, η Ανδραγωγική χρησιμοποιείται σε ποικίλα περιβάλλοντα, από μαθήματα επαγγελματικής ανάπτυξης μέχρι αίθουσες διδασκαλίας σε πανεπιστήμια, και ποικίλες βιομηχανίες την αξιοποιούν επίσης, από την υγειονομική περίθαλψη μέχρι τις επιχειρήσεις, για να παρέχουν στους εργαζομένους τις γνώσεις και τις δεξιότητες που χρειάζονται για να επιτύχουν.

Οφέλη της Ανδραγωγικής για τους ανώτερους μαθητές

Η ανδραγωγική έχει πολλά οφέλη για τους ηλικιωμένους μαθητές, ειδικά για εκείνους που επιθυμούν να παραμείνουν δεσμευμένοι και να συνεχίσουν να μαθαίνουν. Ένα από τα κύρια οφέλη της ανδραγωγικής για τους ηλικιωμένους εκπαιδευόμενους είναι η ευκαιρία να αισθάνονται άξιοι και ικανοί να κάνουν κάτι: η συνήθης στάση των ηλικιωμένων ανθρώπων είναι να αισθάνονται ότι δεν είναι πλέον σε θέση να συμβαδίζουν με τις τελευταίες γνώσεις και δεξιότητες. Η ανδραγωγική παρέχει έναν τρόπο στους ηλικιωμένους να εξακολουθούν να συμμετέχουν στη μάθηση με δραστηριότητες προσαρμοσμένες στους μαθητές.

Η ανδραγωγική παρέχει επίσης στους ηλικιωμένους την ευκαιρία να αναπτύξουν νέες ικανότητες. Με την εκπαίδευση ενηλίκων οι ηλικιωμένοι μπορούν να αισθάνονται ενήμεροι για τα νέα, την τεχνολογία και τις τάσεις σε διάφορους τομείς, συμβαδίζοντας με τον μεταβαλλόμενο κόσμο.

Τέλος, η ανδραγωγική ωφελεί επίσης τους ηλικιωμένους με την ευκαιρία να συνδεθούν με άλλους μαθητές. Καθώς συχνά μπορεί να απομονωθούν από την ευρύτερη μαθησιακή κοινότητα, η Ανδραγωγική παρέχει στους ηλικιωμένους έναν τρόπο να συνδεθούν με άλλους μαθητές και να συμμετάσχουν σε ουσιαστικές συζητήσεις, προωθώντας την ένταξη. Αυτό μπορεί να βοηθήσει τους ηλικιωμένους να αισθάνονται συνδεδεμένοι και υποστηριζόμενοι, γεγονός που μπορεί να συμβάλει στη βελτίωση της συνολικής τους ευεξίας.



Η διαδικασία γήρανσης και ο αντίκτυπός της στις μαθησιακές ανάγκες των ηλικιωμένων

Καθώς οι άνθρωποι γερνούν, το σώμα και το μυαλό τους υφίστανται μια σειρά αλλαγών που μπορεί να έχουν βαθύτατο αντίκτυπο στη μάθησή τους. Η διαδικασία της γήρανσης μπορεί να προκαλέσει σωματικές αλλαγές, όπως μειωμένη ακοή ή όραση, βραδύτερες αντιδράσεις και αυξημένο κίνδυνο τραυματισμού ή ασθένειας. Μπορεί επίσης να προκαλέσει γνωστικές αλλαγές, όπως μειωμένο εύρος προσοχής και δυσκολία στην εκμάθηση νέων δεξιοτήτων ή εννοιών.

Στην τάξη, οι ηλικιωμένοι μαθητές μπορεί να δυσκολεύονται να ακολουθήσουν το ρυθμό της διδασκαλίας ή να δυσκολεύονται να κατανοήσουν πολύπλοκο υλικό. Μπορεί να χρειάζονται περισσότερο χρόνο για να ολοκληρώσουν τις εργασίες ή να χρειάζονται πρόσθετη βοήθεια για να κατανοήσουν το υλικό. Επιπλέον, μπορεί να δυσκολεύονται με σωματικές δραστηριότητες, όπως η ορθοστασία ή το περπάτημα, που απαιτούνται σε ορισμένες μαθησιακές δραστηριότητες.

Είναι σημαντικό να αναγνωρίσουμε τον αντίκτυπο της διαδικασίας γήρανσης στους ηλικιωμένους μαθητές και να λάβουμε μέτρα για να ανταποκριθούμε στις ανάγκες τους. Για να γίνει αυτό, οι εκπαιδευτικοί πρέπει να αναπτύξουν και να εξασκήσουν την ενσυναίσθηση (θέμα της ενότητας 2) με τους ηλικιωμένους μαθητές τους, ειδικά όταν τα μέσα που χρησιμοποιούνται ή το θέμα που πραγματεύονται σχετίζονται με την τεχνολογία. Ως μη ψηφιακοί ιθαγενείς μπορεί να χρειαστεί επιπλέον υποστήριξη για την παροχή των κατάλληλων ικανοτήτων.

Επιπλέον, πρέπει να αναγνωριστεί ότι η διαδικασία της γήρανσης μπορεί επίσης να έχει συναισθηματικό αντίκτυπο στους ηλικιωμένους μαθητές. Μπορεί να αισθάνονται συγκλονισμένοι ή απογοητευμένοι από τις αλλαγές στο σώμα ή το μυαλό τους. Μπορεί επίσης να αισθάνονται απομονωμένοι ή μοναχικοί καθώς οι συνομηλικοί τους προχωρούν σε διαφορετικά στάδια της ζωής τους. Για αυτό, είναι σημαντικό να παρέχουν ένα υποστηρικτικό περιβάλλον, δείχνοντας ευαισθησία και προσαρμόζοντας τον εξοπλισμό της τάξης στις ανάγκες τους.

Περαιτέρω ανάγνωση

Θεωρία της Εκπαίδευσης Ενηλίκων | Οι 6 παραδοχές του Knowles για τους ενήλικες εκπαιδευόμενους.
<https://www.youtube.com/watch?v=SArAggTULLU>

Βιβλιογραφία

Knowles, M. S. (1970). Η σύγχρονη πρακτική της εκπαίδευσης ενηλίκων: Ανδραγωγική έναντι παιδαγωγικής. Νέα Υόρκη: Association Press.

Merriam, S. B., & Bierema, L. L. (2014). Εκπαίδευση ενηλίκων: Συνδέοντας τη θεωρία με την πράξη. Σαν Φρανσίσκο: Jossey-Bass.



Smith, M. K. (2013). Κατανόηση και προώθηση της μετασχηματιστικής μάθησης: Ένας οδηγός για εκπαιδευτές ενηλίκων. Σαν Φρανσίσκο: Jossey-Bass.

Taylor, E. W., & Kroth, M. (Eds.). (2009). Διδασκαλία και μάθηση για τον εικοστό πρώτο αιώνα: Εκπαιδευτικοί στόχοι, πολιτικές και αποτελέσματα. Νέα Υόρκη: Routledge.

Tisdell, E. J. (2015). Διδασκαλία ενηλίκων: Ένας πρακτικός οδηγός για νέους εκπαιδευτικούς. San Francisco: San Francisco: Jossey-Bass.



Ενότητα 2: Εργασία ενσυναίσθησης με τον ανώτερο

Εισαγωγή

Συμπάσχεις με κάποιον σημαίνει ότι διαθέτεις τον εαυτό σου να φορέσει τα παπούτσια κάποιου και να είσαι σε θέση να καταλάβεις, παρά το χάσμα ή την αναντιστοιχία μεταξύ εσένα και του ατόμου που συμπάσχεις, για γενεαλογικούς, συναισθηματικούς ή κοινωνικούς λόγους.

Με αυτή τη διδακτική ενότητα, οι νέοι, οι οποίοι θα συναντήσουν ηλικιωμένους και θα συνεργαστούν μαζί τους για να τους διδάξουν σχετικά με τα κινητά τηλέφωνα, τις κινητές εφαρμογές, τη δημιουργία βίντεο και την έκδοση περιεχομένου, θα μάθουν περισσότερα για την έννοια της ενσυναίσθησης, πώς να βελτιώσουν αυτή τη δεξιότητα και να καθιερώσουν υγιή επικοινωνία. Ως εκ τούτου, οι μελλοντικοί συντονιστές των δραστηριοτήτων θα κατανοήσουν τις σωματικές και γνωστικές δυσκολίες που μπορεί να αντιμετωπίζουν οι ηλικιωμένοι στην προσπάθειά τους να μάθουν. Τέλος, μέσω δύο δραστηριοτήτων, στο τέλος αυτής της ενότητας, οι νέοι διαμεσολαβητές έχουν την ευκαιρία να προετοιμαστούν για συναντήσεις με ηλικιωμένους και να εφαρμόσουν στην πράξη τις πολύτιμες συμβουλές για το πώς να εκπαιδεύσουν την ενσυναίσθηση στην εργασία με ηλικιωμένους.

Μαθησιακοί στόχοι

- Γνωρίζοντας τα χαρακτηριστικά της ενσυναίσθησης, τα οφέλη της και πώς να τη βελτιώσετε
- Κατανόηση του είδους των δυσκολιών που μπορεί να έχουν οι ηλικιωμένοι στη μάθηση
- Απόκτηση της ικανότητας να αλληλεπιδράσετε σωστά με έναν ανώτερο μαθητή.

Θέματα

- Ορισμός της ενσυναίσθησης
- Κύριες δυσκολίες που αντιμετωπίζουν οι ηλικιωμένοι στη μάθηση
- Δραστηριότητες για την εξάσκηση της ενσυναίσθησης κατά την εργασία με ηλικιωμένους

Εκτιμώμενη διάρκεια παράδοσης της μονάδας: 2 ώρες.



Ορισμός της ενσυναίσθησης

Η ενσυναίσθηση ορίζεται ως "η ικανότητα να μοιράζεσαι τα συναισθήματα ή τις εμπειρίες κάποιου άλλου με το να φαντάζεσαι πώς θα ήταν να βρίσκεσαι στη θέση αυτού του ατόμου" (Cambridge Dictionary). Αυτή η ικανότητα σχετίζεται αυστηρά με την ευαίσθητη στάση ενός ατόμου απέναντι σε ένα άλλο άτομο που μπορεί να ταυτίζεται με αυτό, παρά τη διαφορετική κατάσταση ή συναισθηματική κατάσταση που ζει το άτομο αυτό. Η ενσυναίσθηση είναι πράγματι μια πολύ σημαντική κοινωνική δεξιότητα που επιτρέπει σε κάποιον να αναπτύξει συναισθηματική νοημοσύνη, ενεργή ακρόαση, καλύτερη επικοινωνία και μια συνολική αίσθηση ευεξίας που καθορίζει την αυτοεκτίμηση και τη συνείδηση.

Ένα άτομο με ενσυναίσθηση είναι συνήθως κάποιος που είναι:

- ανοχή και σεβασμό απέναντι στις διαφορές που μπορεί να υπάρχουν με το άτομο με το οποίο συμπάσχουν ,
- πιστεύοντας στην αξιοπιστία των ανθρώπων,
- την κατανόηση του νοήματος μετά τις χειρονομίες, τα βλέμματα και όλα τα άλλα αξιόπιστα σημάδια που συνιστούν τη μη λεκτική επικοινωνία. Δεν είναι πάντα ένα άτομο με ενσυναίσθηση εξωστρεφές, αλλά σίγουρα είναι καλός ακροατής και προσεκτικός παρατηρητής,
- μιλώντας πολύ προσεκτικά, για να μην πληγώσουν την ευαισθησία του ατόμου που έχουν μπροστά τους,
- ικανός να επιλύει συγκρούσεις και να αντιμετωπίζει ζητήματα χωρίς προκαταλήψεις ή προκαταλήψεις.

Δεν λέγεται ότι όλοι οι άνθρωποι έχουν ενσυναίσθηση στον ίδιο βαθμό ή ότι έχουν καθόλου ενσυναίσθηση, αλλά ως κοινωνική δεξιότητα, αυτή μπορεί να εκπαιδευτεί και να βελτιωθεί ακολουθώντας μια σειρά από βήματα:

- γνωρίστε τον εαυτό σας. Θα μπορέσετε να βοηθήσετε κάποιον άλλον μόνο αν βοηθήσετε πρώτα τον εαυτό σας. Οι διαθέσεις και οι πράξεις σας είναι ενδείξεις για το τι χρειάζεστε και το να μάθετε πώς να ανταποκρίνεστε σε αυτές τις συναισθηματικές ανάγκες είναι απαραίτητο για τη βελτίωση της γνώσης των συναισθημάτων σας, την εξωτερίκευση αυτών και τη συνολική επικοινωνία με τους άλλους,
- παρατηρήστε το ανείπωτο. Τις περισσότερες φορές, τα λόγια δεν αντικατοπτρίζουν την πραγματική κατάσταση ενός ατόμου. Είναι σημαντικό να συλλαμβάνουμε όλες τις πτυχές της συναισθηματικής κατάστασης, ακόμη και τις πιο ανεπαίσθητες που μπορεί να ενσωματώνει μια χειρονομία ή μια όψη ή μια σωματική στάση. Όπως και να έχει, είναι ζωτικής σημασίας να κάνετε τον άλλον να νιώσει άνετα να μιλήσει τη δική του αλήθεια ή την πραγματικότητα που τον επιβαρύνει, ξεπερνώντας τον εαυτό σας με έναν ήρεμο και καθησυχαστικό τόνο φωνής και μια ανοιχτή σωματική στάση,
- μάθετε να ακούτε . Η πράξη της ακρόασης δεν είναι ποτέ μια παθητική ενέργεια, αφού προϋποθέτει την ανταπόδοση αυτής της ενέργειας με τη μορφή ανατροφοδότησης, τροφοδοτώντας την αμοιβαιότητα που είναι απαραίτητη στον κύκλο της επικοινωνίας (πομπός - μήνυμα - δέκτης - ανατροφοδότηση - πομπός). Η εκδήλωση ενδιαφέροντος κατά την ακρόαση



αποτελεί μέρος της συνολικής διαδικασίας κατανόησης. Μόνο με αυτόν τον τρόπο μπορείτε να έχετε ενσυναίσθηση.

Στην προσπάθειά σας να είστε ενσυναισθητικοί, είναι σημαντικό να γνωρίσετε ποιον ενσυναισθητικό έχετε απέναντί σας, για να καταστήσετε τη συνολική διαδικασία κατανόησης και επικοινωνίας αποτελεσματική. Όπως αναφέρθηκε παραπάνω, συνήθως, η πράξη της ενσυναίσθησης απαιτεί την προσπάθεια να νιώσεις αυτό που νιώθει κάποιος άλλος, οπότε αν ένας νέος πρέπει να δουλέψει πάνω στην ενσυναίσθηση με έναν ηλικιωμένο, ο πρώτος πρέπει να ξεπεράσει το χάσμα των γενεών και να γνωρίσει πώς είναι να είσαι ένας ηλικιωμένος.

Κύριες δυσκολίες που αντιμετωπίζουν οι ηλικιωμένοι στη μάθηση

Όταν συμπάσχετε με τους ηλικιωμένους και εργάζεστε μαζί τους, είναι σημαντικό να αποκτήσετε κάποιες γνώσεις σχετικά με το πόσο διαφορετικές ή ασθενέστερες μπορεί να είναι οι σωματικές και πνευματικές τους επιδόσεις. Από αυτή την άποψη, το πρώτο πολύ σημαντικό πράγμα που πρέπει να έχετε κατά νου είναι ότι τα στερεότυπα σχετικά με τη γήρανση πρέπει να ξεχαστούν και να αντικατασταθούν από χρήσιμες συμβουλές που λαμβάνουν με σεβασμό υπόψη ορισμένες δυσκολίες που μπορούν να εντοπιστούν σε υψηλότερο ή χαμηλότερο επίπεδο. Τη στιγμή της ανάπτυξης μαθησιακών δραστηριοτήτων, που μπορεί να περιλαμβάνουν τη γνώση κάτι νέου, κάτι που δεν ήταν μητρική τους, όπως μια ξένη γλώσσα ή η λειτουργία μιας ψηφιακής συσκευής (ο κύριος σκοπός αυτής της εκπαίδευσης), υπάρχουν μια σειρά από πράγματα που πρέπει να εξεταστούν προσεκτικά.

Στο τελευταίο σενάριο, το οποίο είναι εν συντομία προχωρημένο και αφορά την παροχή ψηφιακής εκπαίδευσης σε μια ομάδα ηλικιωμένων, οι κύριες δυσκολίες που πρέπει να λάβει υπόψη του ο εκπαιδευτής ή ο συντονιστής μαθησιακών δραστηριοτήτων μπορούν να απαριθμηθούν και να κατηγοριοποιηθούν ως εξής.

Δυσκολίες συμπεριφοράς:

- σκέφτομαι ότι είναι πολύ αργά για να μάθω αυτή την τεχνολογία,
- να μην είναι σε θέση να το εκμεταλλευτεί ή να μάθει,
- να φοβάσαι μήπως κάνεις λάθος και το χαλάσεις,
- να αισθάνεται ανησυχία για το τι θα σκεφτούν οι άλλοι για το μαθησιακό αποτέλεσμα.

Θέματα κινητήρα:

- πιθανή δυσκολία χειρισμού του φορητού πληκτρολογίου λόγω μεγέθους ή τρόμου.

Αισθητηριακές δυσκολίες:

- πιθανά προβλήματα στη θέαση αντικειμένων στην οθόνη,
- δυσκολίες στην ακρόαση των οδηγιών του εκπαιδευτή.

Γνωστικά προβλήματα:



- να ξεχνάτε τις πληροφορίες και τα βήματα που ακολουθήθηκαν κατά την προσπάθεια με τον εκπαιδευτή,
- ξεχνώντας τη θέση των εφαρμογών κινητής τηλεφωνίας και άλλα,
- δυσκολίες με τη βραχυπρόθεσμη μνήμη για την παρακολούθηση οδηγιών,
- Προβλήματα στην κατανόηση πολύπλοκων διαδικασιών και εξηγήσεων,
- να φοβάται ότι τα σημερινά γραφικά λειτουργικά συστήματα δεν είναι τόσο διαισθητικά όσο νομίζαμε.

Χωρικός προσανατολισμός:

- δυσκολία στην κίνηση στην οθόνη,
- χρειάζεστε βοήθεια για την κατανόηση της επικάλυψης των παραθύρων, του σχήματος φακέλων των εφαρμογών κ.λπ.

Λαμβάνοντας υπόψη όλους τους παραπάνω πιθανούς περιορισμούς, είναι σημαντικό να μάθουμε πώς να παρακινήσουμε τους ηλικιωμένους να εργάζονται σε κάτι άγνωστο. Τις περισσότερες φορές, η εμπλοκή των ηλικιωμένων σε δύσκολες δραστηριότητες δεν είναι τόσο δύσκολη όσο φαίνεται: το κλειδί βρίσκεται στην καθυσύχασση του ατόμου που συμμετέχει στη μαθησιακή διαδικασία και στη δημιουργία ενός αξιόπιστου περιβάλλοντος όπου ο ηλικιωμένος έχει ακούσει, και ο εκπαιδευτής προσεκτικός να τροποποιήσει τη δική του διδακτική απόδοση στην προσπάθεια δημιουργίας αμοιβαιότητας και ενεργού συνεργασίας.

Πιο αναλυτικά, η συμμετοχή ενός ηλικιωμένου συμμετέχοντα σε μαθησιακές δραστηριότητες μπορεί να εξαρτάται από τον βαθμό ανεξαρτησίας που μπορεί να του παρέχουν οι αποκτηθείσες ικανότητες (σκεφτείτε όλες τις ιατρικές ημερομηνίες, το διοικητικό προσωπικό και τις δραστηριότητες αναψυχής που θα μπορούν να χειριστούν τα άτομα αυτά γνωρίζοντας πώς να χρησιμοποιούν ψηφιακές συσκευές και εφαρμογές), καθώς και την παρέα που φέρνει μαζί της η δραστηριότητα αυτή. Παρ' όλα αυτά, ο συντονιστής της δραστηριότητας θα πρέπει πάντα να είναι διατεθειμένος στην ενεργητική ακρόαση - ως κύρια ικανότητα ενσυναίσθησης - και να ενσαρκώνει αυτή τη συμβουλευτική σειρά συμπεριφορών όταν έχει να κάνει με ένα ανώτερο κοινό:

- τους παρακινεί να έχουν εμπιστοσύνη στις ικανότητές τους και να μη φοβούνται να κάνουν λάθος,
- να έχετε θετική στάση και να προσπαθείτε να τη μεταδίδετε,
- να μιλάτε καλά και να μετράτε το ρυθμό της εξήγησης,
- να χρησιμοποιείτε λεξιλόγιο με το οποίο μπορείτε να γίνετε κατανοητοί, να είστε προσεκτικοί με τους τεχνικούς όρους,
- έχουν στενή και στοργική στάση,
- να σέβεστε το ρυθμό μάθησης του ακροατηρίου και να θέτετε ρεαλιστικούς μαθησιακούς στόχους,
- να είστε παρατηρητικοί και δημιουργικοί και να προσαρμόζετε στις ανάγκες του ατόμου που έχετε απέναντί σας,



- να είστε προσεκτικοί και λεπτομερείς στις εξηγήσεις σας, υποστηρίζοντάς τες με πρακτικά παραδείγματα,
- να ανταποκρίνεται στα ενδιαφέροντα του μαθητή σας ή να είναι σε θέση να τα αναζητήσει,
- να είστε περιέργοι και να ανανεώνετε τις δεξιότητες και τις ικανότητές σας,
- να προσανατολίζει και να καθοδηγεί, αλλά όχι να κάνει για τους άλλους. Πρέπει να βοηθήσετε την αυτονομία των μαθητών σας.

Συνοψίζοντας, η ενσυναίσθηση ενός ηλικιωμένου που μαθαίνει σημαίνει την παροχή υποστήριξης, την ενεργητική ακρόαση όλου του χρόνου και την ανακατεύθυνση των εκπαιδευτικών επιδόσεων με τρόπο που μπορεί να γίνει καλύτερα κατανοητός από όλους. Το να εργάζεσαι με ενσυναίσθηση με έναν ηλικιωμένο σημαίνει επίσης να είσαι σε θέση να κάνεις τις σωστές ερωτήσεις και να σέβεσαι τη συναισθηματική επιβάρυνση που μπορεί να επηρεάσει τη διαδικασία μάθησης.

Τέλος, η ενσυναίσθηση μπορεί να εκφραστεί με κάποια προσοχή όσον αφορά τη δημιουργία του χωροταξικού και φυσικού φιλόξενου περιβάλλοντος για τον ηλικιωμένο:

- βεβαιωθείτε ότι κατά την άσκηση της όρασης, τα φώτα είναι αναμμένα και χρησιμοποιείτε οπτικά βοηθήματα,
- ελέγξτε τη θερμοκρασία της τάξης ώστε να είναι η βέλτιστη για κάθε μαθητή,
- βεβαιωθείτε ότι η φωνή σας είναι δυνατή και καθαρή για όλους τους μαθητές που κάθονται σε διαφορετική απόσταση από εσάς,
- εάν η δραστηριότητα αναπτύσσεται διαδικτυακά, βεβαιωθείτε ότι όλοι οι ενδιαφερόμενοι έχουν τα μέσα και τις σωστές οδηγίες για να αλληλεπιδρούν μέσω των ψηφιακών μέσων.

Δραστηριότητες για την εξάσκηση της ενσυναίσθησης κατά την εργασία με ηλικιωμένους

Η ακόλουθη προτεινόμενη δραστηριότητα έχει σκοπό να κάνει τον νεαρό διαμεσολαβητή να νιώσει πώς είναι να είσαι ηλικιωμένος, σωματικά και γνωστικά μιλώντας. Για την άσκηση αυτή, κάθε χρησιμοποιούμενο υλικό πρέπει να προσομοιάζει μια κατάσταση:

- ωτοασπίδες που μειώνουν την ικανότητα σωστής ακοής,
- μικρές πέτρες στα παπούτσια για να τα κάνουν να αισθάνονται άβολα ενώ περπατούν,
- ελαστικές ταινίες που τοποθετούνται γύρω από τους δύο αστραγάλους για να κάνουν ακόμη πιο δύσκολο το περπάτημα,
- οφθαλμικές ταινίες ή μάσκες που μπορεί να τους εμποδίζουν εντελώς ή εν μέρει να βλέπουν,
- μπαστούνια για περπάτημα ή οτιδήποτε μπορεί να προσομοιάζει σε ένα μπαστούνι για περπάτημα και να είναι άβολο.



Η προτεινόμενη δραστηριότητα είναι ένα παιχνίδι ρόλων όπου εξετάζονται διάφορες προσομοιωμένες καταστάσεις γύρω από τη γνωριμία των ηλικιωμένων με τις ψηφιακές συσκευές και τις κινητές εφαρμογές. Οι λύσεις στα ακόλουθα σενάρια καταστάσεων καλύπτονται από το θεωρητικό μέρος αυτής της ενότητας.

- Απευθύνεστε σε έναν ηλικιωμένο που δεν έχει πειστεί για τη χρησιμότητα του κινητού τηλεφώνου και του διαδικτύου. Ποια επιχειρήματα του δίνετε για να τον παρακινήσετε να ψηφιοποιηθεί;
- Εξηγείτε αρκετές φορές κάποια χρησιμότητα και λειτουργία του κινητού τηλεφώνου σε έναν ηλικιωμένο μαθητή, αλλά παρόλα αυτά δεν είναι σε θέση να την αφομοιώσει. Τι κάνετε;
- Ασχολείστε με μια εξήγηση σε ένα ζευγάρι ανθρώπων και ένας από αυτούς διακόπτει συνεχώς, προσπαθώντας να τραβήξει την προσοχή σας και μην αφήνοντας τους άλλους συμμετέχοντες. Πώς διαχειρίζεστε αυτή την κατάσταση;
- Αφού οργανώσετε την ομάδα των μεγαλύτερων σε ζευγάρια, ώστε να εξασκηθούν σε μια συγκεκριμένη λειτουργία του τηλεφώνου, παρατηρείτε ότι σε ένα από τα ζευγάρια, ο ένας δεν αφήνει τον άλλον να εφαρμόσει στην πράξη όσα έχουν μάθει, παίρνοντας τη συσκευή και κάνοντας τα πάντα μόνος του. Πώς να το αντιμετωπίσετε;
- Ένας από τους ηλικιωμένους απαιτεί συνεχώς την προσοχή σας, κατηγορώντας σας ότι δεν της δίνετε σημασία και ότι αργείτε πολύ να την εξυπηρετήσετε. Πώς να την ευχαριστήσετε χωρίς να την κάνετε να αισθανθεί άσχημα;
- Ένας από τους μαθητές επιμένει να γράφει όλες τις εξηγήσεις σας και σας διακόπτει συχνά για να σας ζητήσει να επαναλάβετε μια συγκεκριμένη διαδικασία, σπάζοντας το ρυθμό της εξήγησης και προκαλώντας τη δυσανεμία των υπόλοιπων συμμαθητών του. Τι προτείνετε;
- Μία από τις μαθήτριες λατρεύει να χρησιμοποιεί το WhatsApp, αλλά δυσκολεύεται πολύ να πληκτρολογήσει στο πληκτρολόγιο. Προσφέρετε κάποια εναλλακτική λύση;

Περαιτέρω ανάγνωση

Ενσυναίσθηση για όλους; Η επίδραση της ηλικίας κατά την αξιολόγηση ενός εικονικού πράκτορα.

<https://acortar.link/OO6NeP>

Βιβλιογραφία

Acomi, N. (2021) Υποστήριξη των ηλικιωμένων. A Practitioner's Guide: A Practitioner's Guide. Διαθέσιμος στη διεύθυνση: <https://zenodo.org/record/5594887>.

"Cambridge Dictionary | English Dictionary, Translations & Thesaurus" (2023). Διαθέσιμο στη διεύθυνση: <https://dictionary.cambridge.org/>.

Online, P. (2019) ¿Qué es la empatía y cómo desarrollarla? Διαθέσιμο στο:



<https://www.psicoglobal.com/blog/empatia-desarrollo>.

Rondilla, A. (χωρίς ημερομηνία) Mayores Apptivados: Formación en el uso de dispositivos móviles e internet para mayores. Διαθέσιμο στη διεύθυνση: <https://rondilla.org/post/mayores-apptivados-formacion-en-el-uso-de-dispositivos-moviles-e-internet-para-mayores/>.



Ενότητα 3: Διαγενεακή συν-μάθηση

Εισαγωγή

Μεγάλα γεγονότα και καταστροφικά γεγονότα φαίνεται να έχουν αρκετές διαφορές από τη μια γενιά στην άλλη. Σήμερα, η τεχνολογία φαίνεται επίσης να οδηγεί το κύριο χάσμα μεταξύ ενός ανιψιού και ενός παππού ή μιας γιαγιάς σε αυτό που αναγνωρίζεται ως ψηφιακό χάσμα. Παρ' όλα αυτά, η δια βίου μάθηση προσφέρει την ευκαιρία να δημιουργηθούν συνέργειες και συνδέσεις μεταξύ των νεότερων και των ηλικιωμένων, δείχνοντας την αίσθηση του ανήκειν σε μια κοινότητα και μια κοινωνία που μπορεί να δημιουργήσει αξία σε όλα τα στάδια της ζωής των ατόμων.

Σε αυτή τη διδακτική ενότητα, οι μελλοντικοί νέοι διαμεσολαβητές που θα λάβουν μέρος σε διαγενεακές συναντήσεις με θέμα τις τεχνολογίες, τις ΤΠΕ και την έκδοση ψηφιακού περιεχομένου, θα μάθουν τι κάνει τις γενιές να διαφέρουν μεταξύ τους, τι είναι η διαγενεακή συν-μάθηση και πώς να οργανώνουν αποτελεσματικά τέτοιου είδους εκδηλώσεις και δραστηριότητες με σαφές εκπαιδευτικό όφελος.

Μαθησιακοί στόχοι

- Γνωρίζοντας τα χαρακτηριστικά μιας γενιάς και τι καθιστά τη μάθηση διαγενεακή
- Κατανόηση της έννοιας της συνεκπαίδευσης
- Απόκτηση δεξιοτήτων και στάσεων για τη διοργάνωση εκπαιδευτικών εκδηλώσεων/προγραμμάτων μεταξύ των γενεών.

Θέματα

- Ορισμός της διαγενεακής συνεκπαίδευσης
- Οφέλη από τη διαγενεακή συνεκπαίδευση
- Πώς να δημιουργήσετε εκδηλώσεις ή προγράμματα διαγενεακής συν-μάθησης.

Εκτιμώμενη διάρκεια παράδοσης της μονάδας: 2 ώρες.



Ορισμός της διαγενεακής συνεκπαίδευσης

Τι καθορίζει μια γενιά; Πώς αλλάζει; Έχει βιολογικό ή κοινωνικό λόγο ύπαρξης;

Αρχικά, ως γενιά αναφέρεται μια ομάδα ανθρώπων με κάτι κοινό. Αν ληφθεί υπόψη ο βιολογικός παράγοντας, η γενιά είναι ένας τρόπος υπολογισμού της ηλικίας της ανθρωπότητας με βάση το γενετικό υλικό που διαιωνίζεται από τον ένα οικογενειακό ρόλο στον άλλο, με κυκλικό τρόπο. Αλλά, αν αναφερθούμε στο κοινωνικό φαινόμενο, μια γενιά μπορεί να ανιχνεύσει την πρόοδο της ανθρωπότητας, μέσα από την προφανή εξέλιξη της επιστήμης και της τεχνολογίας και της ιστορίας, με συγκεκριμένα σημαίνοντα γεγονότα που ομαδοποιούν τα άτομα για τον τρόπο ζωής, συμπεριλαμβανομένων των καταναλωτικών συνηθειών, όπως:

- Σιωπηλή γενιά (1928 - 1945) με τη Μεγάλη Ύφεση και τον Δεύτερο Παγκόσμιο Πόλεμο,
- Οι baby boomers (1946 - 1964) ήταν μάρτυρες της έναρξης της μεγάλης οικονομικής ευημερίας,
- Η γενιά X (1965 - 1980) υπογράφεται από το τέλος της προσγείωσης στη Σελήνη και το τέλος του Ψυχρού Πολέμου,
- Millennials (1981 - 1996) με την υπογραφή της 11ης Σεπτεμβρίου και της τεχνολογικής επανάστασης που εξελίσσεται με μεγάλη πρόοδο,
- Γενιά Z (1997 - 2012) με την εφεύρεση της κοινωνικής δικτύωσης και όλων των υποστηρικτικών ΤΠΕ,
- Η γενιά Alpha ή Echo boomers (2013 - μπροστά) είναι μάρτυρες μιας μεγάλης ανάγκης για βιωσιμότητα σε έναν άκρως ψηφιοποιημένο κόσμο.

Έτσι, όταν ένας όρος συνοδεύεται από το επίθετο "διαγενεακή", αυτό σημαίνει ότι εμπλέκονται διαφορετικές ηλικιακές ομάδες ανθρώπων, με διαφορετικό κοινωνικό και ιστορικό υπόβαθρο και διαφορετικές συνήθειες.

Αν η έννοια αυτή εφαρμοστεί στη μάθηση, αυτό προϋποθέτει την έννοια της ανταλλαγής μεταξύ ανθρώπων που έχουν γεννηθεί σε ένα διαφορετικό κοινωνικό πλαίσιο, ιδίως ψηφιακό. Από τη γενιά των Millennials και μετά, ο ψηφιακός μετασχηματισμός έχει επηρεάσει κάθε πτυχή της καθημερινής ζωής.

Η τελευταία γενιά είναι αυθεντικοί ψηφιακοί ιθαγενείς, και έτσι είναι ειδικοί σε κάθε πτυχή της ενασχόλησης με την τεχνολογία. Από την άλλη πλευρά, οι Baby boomers και οι οπαδοί της Gen X είναι αυτοί που μπορείτε να έχετε την πολυτέλεια να αντλήσετε από τη δική τους εμπειρία ζωής, ιδίως όσον αφορά την απόδοση στην εργασία και την οικογενειακή συμβίωση. Στην προσπάθεια να μάθει ο ένας από τον άλλον, η διαγενεακή συνεκπαίδευση φαίνεται να αντιμετωπίζει αρκετά ζητήματα της τρέχουσας ιστορικής στιγμής, τόσο στη διαβίωση μάθηση των ηλικιωμένων - που έχουν ανάγκη να αναγνωρίσουν τον ψηφιακό μετασχηματισμό που επηρεάζει την καθημερινή τους ζωή και τον βαθμό ανεξαρτησίας τους - όσο και των νέων, που πάντα πλήττονται περισσότερο από την πρόωρη εγκατάλειψη του σχολείου και την ανεργία.



Οφέλη από τη διαγενεακή συνεκπαίδευση

Παρά τον δύσκολο χαρακτήρα της, η διαγενεακή συνεκπαίδευση ενισχύει μια σειρά από οφέλη για τις δύο γενιές που συμμετέχουν σε αυτήν, όπως η αύξηση της αλληλεγγύης και η συνεισφορά και ανταλλαγή γνώσεων, αξιών και εμπειριών. Συγκεκριμένα, οι ηλικιωμένοι μπορούν να επωφεληθούν από τη διαγενεακή συν-μάθηση με τους ακόλουθους τρόπους:

- βελτίωση της αυτοεκτίμησης και της διάθεσης, χάρη στη διατήρηση των κοινωνικών σχέσεων και την εγκατάσταση συντροφικότητας με άλλες γενιές,
- μεγαλύτερη ζωτικότητα και αυξημένη δραστηριότητα και ενέργεια για να συνεχίσουν να απολαμβάνουν την καθημερινή ζωή με θετική στάση και μεγαλύτερο όραμα για το μέλλον τους,
- μειωμένο αίσθημα μοναξιάς καθώς αυξάνονται οι κοινωνικές σχέσεις και η δραστηριότητα,
- ενσωμάτωση και αίσθηση του ανήκειν, νιώθοντας ότι είναι σημαντικό μέλος μιας κοινότητας,
- συνεχής μάθηση, καθώς οι γνώσεις διευρύνονται χάρη στην ανταλλαγή που πραγματοποιείται μεταξύ των γενεών.

Όσον αφορά τις νεότερες γενιές, η διαγενεακή συνεκπαίδευση σημαίνει:

- να αλλάξουν την αντίληψή τους για ένα ανώτερο άτομο. Η γνωριμία και η απόλαυση του χρόνου με τους ηλικιωμένους προκαλεί μεγάλη αλλαγή στον τρόπο με τον οποίο έβλεπαν έναν ηλικιωμένο μέχρι εκείνη τη διαφωτιστική στιγμή του μοιράσματος,
- δυνατότητα πρόσβασης σε δίκτυα υποστήριξης. Χάρη σε αυτού του είδους τις σχέσεις, τα δίκτυα υποστήριξης τους διευρύνονται και δεν περιορίζονται σε άτομα της ίδιας γενιάς,
- γνωρίζοντας τα θέματα που αφορούν τους ηλικιωμένους. Οι νέοι γνωρίζουν τις κύριες ανησυχίες των ηλικιωμένων και εξοικειώνονται με το πώς θα είναι το μέλλον τους,
- την αύξηση της κοινωνικής ευθύνης, της ενεργού πολιτειότητας, της ενσυναίσθησης ή της αυτοεκτίμησης. Με τις διαγενεακές σχέσεις, τις αξίες και την αύξηση του πολιτικού ακτιβισμού,
- συνεχής μάθηση και αύξηση των γνώσεων των νέων με βάση λιγότερο επιστημονικούς και δομημένους τρόπους μάθησης, όπως οι μεθοδολογίες άτυπης και μη τυπικής εκπαίδευσης που προκύπτουν χάρη στις ανταλλαγές μεταξύ των γενεών.

Έτσι, αν ένας ηλικιωμένος που αλληλεπιδρά με έναν νεότερο επιτρέπει στον πρώτο να αποκτήσει δεξιότητες, για έναν νέο που αλληλεπιδρά με έναν ηλικιωμένο σημαίνει ότι βρίσκει ένα έμπειρο μοντέλο που μπορεί να ακολουθήσει για να εξελιχθεί στη ζωή του.

Συνολικά, η διαγενεακή μάθηση συμβάλλει σε τεράστιο βαθμό στην ποικιλομορφία των προοπτικών που εμφανίζονται τόσο, καθώς και δημιουργεί μια συνθήκη αντιμετώπισης τόσων πολλών διαφορετικών θεμάτων που προορίζονται να καλύψουν τα κενά και να λείπει το ένα από το άλλο. Με αυτόν τον τρόπο, ενδυναμώνοντας μια ομάδα ανθρώπων διαφορετικών ηλικιών με ξεχωριστές δεξιότητες και γνώσεις, μια ολόκληρη κοινότητα μπορεί να προκύψει ενδυναμωμένη, δημιουργώντας σχετικό κοινωνικό κεφάλαιο, βασισμένο στη συνεργασία. Με αυτόν τον τρόπο σε ένα συγκεκριμένο πρόβλημα ή ανάγκη, οι διαφορετικές γενιές μπορούν να καλύψουν τις ελλείψεις και να παράγουν αξία, από κοινού.



Η έννοια της ίδιας της κοινότητας, της οποίας κύριος στόχος είναι να αναπτύσσεται στο πλαίσιο ενός διαρκώς εξελισσόμενου κόσμου, καθιστά δυνατή την εφαρμογή της διαγενεακής συν-μάθησης σε διάφορες πτυχές της ζωής, ξεκινώντας, για παράδειγμα, από τη δημιουργία μιας μακρόχρονης μνήμης λαογραφίας, παραδόσεων, κληρονομιάς και πολιτισμού, την οποία οι ηλικιωμένοι είναι θεματοφύλακες. Για να μην ξεχνάμε τις δράσεις που αφορούν το σεβασμό του περιβάλλοντος και τη συμμετοχή των πολιτών στη δημοκρατική ζωή, οι οποίες σίγουρα επιτρέπουν στους νεότερους να επιστρέψουν σε μια απλή και πιο βιώσιμη ζωή. Από την άλλη πλευρά, αρκετές εκπαιδευτικές δραστηριότητες που απαιτούνται από τα κέντρα εκπαίδευσης ενηλίκων προσανατολίζονται στο να εξοικειωθούν οι ενήλικες και οι ηλικιωμένοι με τις ξένες γλώσσες και τις ψηφιακές συσκευές, καθώς έχουν ανάγκη να γνωρίσουν αυτόν τον παγκοσμιοποιημένο πλανήτη, απέναντι στον οποίο είναι ζωτικής σημασίας να αποκτήσουν μια στάση κριτικής σκέψης.

Πώς να δημιουργήσετε εκδηλώσεις ή προγράμματα διαγενεακής συν-μάθησης

Μπορεί ο σκοπός της διαγενεακής εκδήλωσης ή του προγράμματος να είναι η δημιουργία ενός αστικού κήπου, ένα εργαστήριο για τις ψευδείς ειδήσεις ή ένα άλλο για το πώς να κλείσετε μια επίσκεψη στο γιατρό μέσω μιας εφαρμογής για κινητά, αυτού του είδους οι δραστηριότητες χρειάζονται μια ορισμένη προετοιμασία και μια συνολική οργάνωση για την επιτυχή υλοποίησή τους.

Λαμβάνοντας υπόψη τον σκοπό της κοινωνικοποίησης μιας τέτοιας εμπειρίας συν-μάθησης και την ανάπτυξη διαπροσωπικών σχέσεων μεταξύ ηλικιωμένων και νέων, θα πρέπει να ζητηθεί από τους τελευταίους να αναλάβουν την προετοιμασία μιας ετερογενούς ομάδας ηλικιωμένων για μια εκδήλωση/πρόγραμμα συν-μάθησης μεταξύ των γενεών για την εκπαίδευση στην υπευθυνότητα και την απόκτηση χρήσιμης εμπειρικής σοφίας σχετικά με αυτήν. Η έμφαση θα δοθεί στην εποικοδομητική χρήση του ελεύθερου χρόνου των ενηλίκων και των ηλικιωμένων και στην εθελοντική διαδικασία μάθησης, μαζί με την εμπειρία ζωής και την επαγγελματική εμπειρία που οι ηλικιωμένοι μπορούν να αποτελέσουν πρότυπα για τη νεότερη γενιά. Στην προσπάθεια εκπλήρωσης μιας τέτοιας οργάνωσης, είναι σημαντικό να δοθεί έμφαση στην κοινωνικοποίηση και να δημιουργηθεί μια σαφής βάση για τις επερχόμενες απαιτητικές δραστηριότητες.

Προσδιορισμός των στόχων και καθορισμός των πλεονεκτημάτων της μεθόδου που θα εφαρμοστεί: πριν από την έναρξη της διαδικασίας οργάνωσης, κάθε διοργανωτής, μαζί με την ομάδα προγράμματος/εκδήλωσης, πρέπει να γνωρίζει το κίνητρο για το οποίο δημιουργείται μια δραστηριότητα και τους στόχους που επιδιώκονται μετά την ανάπτυξή της. Θα πρέπει να σημειωθεί ότι κάθε μέλος της ομάδας κατανοεί πλήρως τον σκοπό της μεθόδου και τα οφέλη της για την κοινότητα στην οποία ανήκει.

Αρμοδιότητες της νέας, προηγούμενης εκπαιδευμένης ομάδας: ο διοργανωτής θα μπορούσε να φροντίσει για όλα εκείνα τα θέματα υλικοτεχνικής υποδομής που κάνουν τη διαφορά μεταξύ μιας καλής και μιας όχι και τόσο καλής δραστηριότητας. Για το σκοπό αυτό, θα πρέπει να ληφθούν υπόψη οι ανθρωπinoι πόροι και οι εμπλεκόμενοι που πρέπει να διαχειριστούν κατά τη διάρκεια της εκδήλωσης/του προγράμματος.

Επιλογή της τοποθεσίας για τη διοργάνωση της εκδήλωσης: απαιτείται μια ευρύχωρη τοποθεσία όπου θα αισθάνεστε χαλαροί. Πρέπει να υπάρχουν αρκετά τραπέζια και καρέκλες και ενδεχομένως



υποστηρικτικός εξοπλισμός, όπως ένας βιντεοπροβολέας, ένας υπολογιστής και μια οθόνη όπου θα γίνεται η προβολή. Ως εκ τούτου, συνιστάται ένας ανοιχτός χώρος που παρέχει εικόνα σε όλους τους συμμετέχοντες στην εκδήλωση και όπου οι τελευταίοι μπορούν να αποφασίσουν να καθίσουν και να συνομιλήσουν.

Υλοποίηση της εκδήλωσης/δραστηριότητας του προγράμματος: πριν από τις τεχνικές συνεδρίες, θα ήταν χρήσιμο να σπάσει ο πάγος μέσω σύντομων δυναμικών ομάδων που αποσκοπούν στη γνωριμία μεταξύ τους ή στην υπενθύμιση των ονομάτων, εάν δεν πρόκειται για μια μοναδική εκδήλωση. Επομένως, μετά από ένα ζευγάρι παιγνιώδεις ομαδικές δραστηριότητες, θα ήταν καλό να ξεκινήσει η προτεινόμενη δραστηριότητα για τη συγκεκριμένη συνάντηση με μεγάλη ενέργεια, λαμβάνοντας υπόψη τη διακοπή και αφήνοντας χρόνο για την ανταλλαγή απόψεων κάθε μισή ώρα.

Αξιολόγηση: μετά το πέρας της εκδήλωσης/δραστηριότητας προτείνεται μια ομαδική δυναμική μεταξύ όλων των συμμετεχόντων. Οι αρχικά καθορισμένοι στόχοι πρέπει να αποδειχθεί ότι έχουν εκπληρωθεί. Για να γίνει αυτό, προτείνεται μια δυναμική αξιολόγησης, ένα παιχνίδι ή ένα κουίζ (για παράδειγμα, Kahoot). Συνιστάται επίσης να προβλεφθεί χώρος για προτάσεις βελτίωσης της επόμενης δραστηριότητας του προγράμματος ή της προγραμματισμένης εκδήλωσης.

Περαιτέρω ανάγνωση

Ted Talk "What baby boomers can learn from millennials at work and vice versa"
https://www.ted.com/talks/chip_conley_what_baby_boomers_can_learn_from_millennials_at_work_and_vice_versa

Βιβλιογραφία

Η έκθεση 2021 του Δείκτη Ισχύος των Γενεών. Visual Capitalist Canada (2021). Διαθέσιμο στη διεύθυνση: <https://www.visualcapitalist.com/wp-content/uploads/2021/05/generational-power-index-2021-1.pdf>

Schmidt-Hertha, Bernhard, curatore. (2014) "Learning across Generations in Europe: Learning across Generations in Europe: ". Διαθέσιμο στη διεύθυνση: <https://www.um.edu.mt/library/oar/bitstream/123456789/1429/1/SchmidtHertha%2C%20Krasovec%2C%20and%20Formosa%20-%20Learning%20across%20generations%20in%20Europe.pdf>.



Ενότητα 4: Βασικές πτυχές των εργαλείων που πρέπει να χρησιμοποιηθούν για το κανάλι Lean to Learn

Εισαγωγή

Σε αυτή τη διδακτική ενότητα, οι μελλοντικοί νέοι διαμεσολαβητές που θα λάβουν μέρος σε διαγενεακές συναντήσεις με άτομα μεγαλύτερης ηλικίας σχετικά με τα θέματα των τεχνολογιών, των ΤΠΕ και της έκδοσης ψηφιακού περιεχομένου, θα μάθουν για θέματα, χρήσιμα για το τι θα κάνουν μαζί.

Το πρώτο θέμα είναι η πλατφόρμα "Μάθε να μαθαίνεις", το δεύτερο θέμα είναι μια εισαγωγή στο YouTube, ενώ το τρίτο θέμα αφορά την εγγραφή βίντεο με τη χρήση κινητών τηλεφώνων. Το τελευταίο θέμα της ενότητας αφορά την επεξεργασία των βίντεο με τη χρήση της εφαρμογής Splice για κινητά τηλέφωνα. Η τελευταία θα είναι μία μόνο από τις λίγες εφαρμογές κινητών τηλεφώνων που συμβουλεύονται για τους σκοπούς αυτού του σχεδίου, με στόχο να καταστήσουν τη διαδικασία καλύτερη, ευκολότερη και πιο ευχάριστη για την ομάδα-στόχο.

Μαθησιακοί στόχοι

- Χρήση των συσκευών κινητών τηλεφώνων για την καταγραφή βίντεο
- Έκδοση και προσαρμογή των καταγεγραμμένων βίντεο μέσω μιας εφαρμογής για κινητά τηλέφωνα
- Προσέγγιση της μάθησης ως επίλυση προβλημάτων και δημιουργικότητα.

Θέματα

- Μάθε να μαθαίνεις Διαγενεακή πλατφόρμα συνεκπαίδευσης
- Εγγραφή βίντεο (κινητό τηλέφωνο)
- Εργαλεία επεξεργασίας (εφαρμογή Splice Android/iOS)
- Κανάλι YouTube

Εκτιμώμενη διάρκεια παράδοσης της μονάδας: 2 ώρες.



Learn to Learn Διαγενεακή πλατφόρμα συν-μάθησης

Στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus+ "Η εποχή της μάθησης" στον τομέα της εκπαίδευσης ενηλίκων, αναπτύχθηκε μια πλατφόρμα με στόχο τη δημιουργία και την υποστήριξη μιας διεθνούς και διαγενεακής κοινότητας εκπαιδευτών και των ενήλικων εκπαιδευομένων τους. Στην πλατφόρμα φιλοξενούνται επιτυχημένα έργα και προγράμματα (καλές πρακτικές) στη μεθοδολογία της διαγενεακής συνεκπαίδευσης, τα οποία κατηγοριοποιούνται σε 6 κλάδους: πολιτισμός, ιδιότητα του πολίτη, κριτική σκέψη, περιβάλλον, υγεία/ευεξία και τεχνολογίες. Στην πλατφόρμα έχει επίσης ενεργοποιηθεί ένα φόρουμ για τη δημιουργία μιας κοινότητας, για να συζητηθούν οι καλές πρακτικές και να συνδεθούν διεθνώς στο θέμα της εκπαίδευσης ενηλίκων και ηλικιωμένων.

Μέσω της παροχής αυτής της κατάρτισης για τους νέους ενήλικες, θα ακολουθήσει μια σειρά από διαγενεακές συναντήσεις, και το κύριο αποτέλεσμα αυτών θα είναι η δημιουργία ενός καναλιού οπτικοακουστικής αναπαραγωγής της διαγενεακής συν-μάθησης στο YouTube, "LEARN TO LEARN" (<https://trainingclub.eu/age/>) . Κύριοι χαρακτήρες των βίντεο θα είναι οι ηλικιωμένοι, παρέχοντας σεμινάρια ή βίντεο για πολύ διαφορετικά θέματα: οικογένεια και αξίες, ιθαγένεια και υπευθυνότητα, αγορά εργασίας και επαγγελματική σταδιοδρομία, εκπαίδευση, υγεία, περιβάλλον και οικονομία. Οι εμπειρίες ζωής θα προσανατολίζουν τις ιδέες των κύριων βίντεο, το τελικό αποτέλεσμα των οποίων θα είναι διαθέσιμο στην πλατφόρμα διαγενεακής μάθησης "Learn to Learn".

Το έργο έχει ως αντικείμενο την παροχή μιας διαγενεακής αναφοράς σχετικά με τη διαγενεακή συνεκπαίδευση. Η πλατφόρμα θα είναι διαθέσιμη σε ιδρύματα, φορείς, ομάδες και επαγγελματίες που εργάζονται με ηλικιωμένους ενήλικες και έχει ως στόχο να καλύψει τις ανάγκες τους και να τους παρέχει διάφορα εργαλεία και πόρους σε επίπεδο διαγενεακής μάθησης για τη βελτίωση του έργου τους.

Μια εισαγωγή στο κανάλι YouTube

Το YouTube είναι ένας δωρεάν ιστότοπος ανταλλαγής βίντεο που επιτρέπει στους χρήστες του να ανεβάζουν το δικό τους περιεχόμενο βίντεο δημιουργώντας ένα κανάλι, αλλά και να παρακολουθούν, να κάνουν like και να σχολιάζουν το οπτικοακουστικό υλικό άλλων. Προς το παρόν, πρόκειται για μια δωρεάν υπηρεσία, και ρυθμίζεται ευρέως βάσει του GDPR, ο οποίος προστατεύει το πιο εύαλωτο κοινό από ακατάλληλο περιεχόμενο, όπως τα παιδιά, και τα πνευματικά δικαιώματα, τα οποία αποφεύγουν την κοινοποίηση περιεχομένου χωρίς τη συγκατάθεση τρίτων.

Τα κύρια οφέλη του καναλιού YouTube είναι η ευκαιρία να δημιουργήσετε κάτι δικό σας και να το μοιραστείτε ευρέως, για καλύτερη αναγνώριση του πρωτότυπου περιεχομένου. Σε ορισμένες περιπτώσεις, οι χρήστες στρέφονται στο YouTube για να ενημερωθούν για τα τελευταία νέα ή απλώς για να μάθουν για ένα θέμα της τάσης. Για περιεχόμενο όπου η ακρίβεια και η αξιοπιστία είναι κρίσιμες, όπως ειδήσεις, πολιτικές, ιατρικές και επιστημονικές πληροφορίες, ο ίδιος ιστότοπος του YouTube χρησιμοποιεί συστήματα μηχανικής μάθησης για να δίνει προτεραιότητα στις πληροφορίες από αξιόπιστες πηγές και να παρέχει πλαίσιο, ώστε οι χρήστες να μπορούν να λαμβάνουν τεκμηριωμένες αποφάσεις.



Για το λόγο αυτό, η κοινοπραξία "Η ηλικία της μάθησης" επέλεξε αυτόν τον ιστότοπο για να ξεκινήσει ένα διαγενεακό κανάλι συνεκπαίδευσης, όπου οι ηλικιωμένοι θα μάθουν αρχικά για το YouTube και στη συνέχεια θα παρέχουν με εμπειρίες ζωής τα σενάρια των βίντεο και την ηχογράφηση των δικών τους δημιουργιών, ενώ οι νέοι ενήλικες, στους οποίους έχει παρασχεθεί αυτή η εκπαίδευση, θα βοηθήσουν τους ηλικιωμένους να επεξεργαστούν τα παραγόμενα βίντεο.

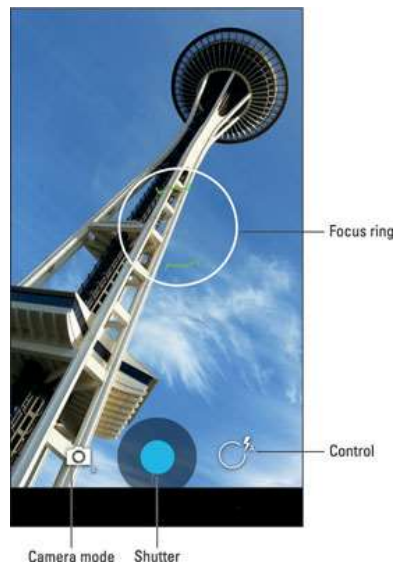
Πώς να βιντεοσκοπήσετε από ένα κινητό τηλέφωνο

Η παροχή πλούσιων διαδραστικών εργαλείων είναι το βασικό χαρακτηριστικό της μαθησιακής εμπειρίας, επιτρέποντας στους εκπαιδευόμενους να έχουν πρόσβαση σε εργαλεία που υποστηρίζουν τις μαθησιακές τους δεξιότητες. Η χρήση διαφορετικών αλλά απλών εργαλείων που σχετίζονται με βίντεο καθιστά δυνατή τη βελτίωση των γνώσεών τους με διάφορους τρόπους και διευκολύνει διάφορες μορφές αλληλεπίδρασης με τους εκπαιδευόμενους. Επιπλέον, η χρήση βασικών πτυχών των εργαλείων επεξεργασίας ενθαρρύνει τους εκπαιδευόμενους να εκπαιδευτούν περισσότερο, παρέχοντας τους δικούς τους πόρους για να διασφαλίσουν ότι έχουν τις δεξιότητες να παρέχουν πλούσιο και ελκυστικό περιεχόμενο. Κατά τη διάρκεια αυτών των εμπειριών, όλα αυτά τα εργαλεία έχουν γίνει διαθέσιμα για τη δημιουργία και την καταγραφή του διαδικτυακού περιεχομένου των ιδίων των μαθητών χρησιμοποιώντας καθημερινή, προσβάσιμη τεχνολογία.

Πάνω απ' όλα, το κινητό τηλέφωνο φαίνεται να έχει γίνει το προνομιακό μέσο για την αποτύπωση της καθημερινής πραγματικότητας. Τις περισσότερες φορές βρίσκεται στην τσέπη μας, έτοιμο να χρησιμοποιηθεί σε περίπτωση που κάτι τραβήξει την προσοχή μας και πρέπει να καταγραφεί, ενίοτε να επεξεργαστεί και να μοιραστεί με τους αγαπημένους μας για σχόλια.

Ακολουθούν μερικές συμβουλές για την εγγραφή βίντεο από κινητό τηλέφωνο.

- Για να τραβήξετε κινούμενες εικόνες ή βίντεο με το τηλέφωνο Android, αλλάξτε τη λειτουργία κάμερας στην εφαρμογή Κάμερα σε εγγραφή βίντεο. Το ίδιο εικονίδιο χρησιμοποιείται για την εναλλαγή μεταξύ ακίνητων και κινούμενων εικόνων.
- Όταν είναι ενεργή η λειτουργία βίντεο, η οθόνη της εφαρμογής Κάμερα αλλάζει: Το εικονίδιο κλείστρου γίνεται εικονίδιο εγγραφής. Αγγίξτε αυτό το εικονίδιο για να ξεκινήσετε την εγγραφή βίντεο.
- Κατά τη διάρκεια της εγγραφής βίντεο, το εικονίδιο Record (Εγγραφή) αλλάζει σε εικονίδιο Pause (Παύση) ή Stop (Διακοπή). Στην οθόνη αφής εμφανίζεται ένα χρονόμετρο, το οποίο υποδεικνύει πόση ώρα διαρκεί η εγγραφή βίντεο. Αγγίξτε το εικονίδιο Παύση ή Διακοπή για να διακόψετε ή να σταματήσετε την εγγραφή, αντίστοιχα.
- Όπως συμβαίνει και με τη λήψη φωτογραφιών, το βίντεο που καταγράφεται από την εφαρμογή Κάμερα διατηρείται στον εσωτερικό αποθηκευτικό χώρο του τηλεφώνου. Μπορείτε να δείτε τα βίντεο χρησιμοποιώντας την εφαρμογή Γκαλερί.
- Ο δακτύλιος εστίασης ενδέχεται να μην εμφανίζεται κατά τη λήψη βίντεο.



- Η εγγραφή βίντεο χρησιμοποιεί τις ίδιες τεχνικές ζουμ με την εγγραφή φωτογραφιών.
- Ορισμένες εκδόσεις της εφαρμογής Κάμερα μπορεί να σας επιτρέπουν να τραβήξετε μια ακίνητη εικόνα ενώ το τηλέφωνο πραγματοποιεί εγγραφή. Απλώς αγγίξτε την οθόνη, και η εικόνα τραβιέται και αποθηκεύεται.
- Κρατηθείτε σταθερά! Η κάμερα εξακολουθεί να λειτουργεί όταν κουνάτε την ταμπλέτα, αλλά οι γρήγορες κινήσεις θα επηρεάσουν την ποιότητα του βίντεο.
- Το βίντεο αποθηκεύεται σε μορφή αρχείου βίντεο MPEG-4 και έχει την επέκταση αρχείου mpg. Τα αρχεία βρίσκονται στον εσωτερικό αποθηκευτικό χώρο του τηλεφώνου.

Πώς να επεξεργαστείτε ένα βίντεο χρησιμοποιώντας την εφαρμογή Splice

Στις επόμενες σελίδες, περισσότερο από μια απλή εφαρμογή για την επεξεργασία βίντεο. Όλες οι περιγραφές των εφαρμογών είναι βήμα προς βήμα, αλλά θα μπορούσε να χρειαστεί επιπλέον υποστήριξη στην προσπάθεια μετάδοσης δεξιοτήτων και στάσεων σχετικά με τη σωστή χρήση τέτοιων εργαλείων.

Αυτά είναι τα στάδια που είναι απαραίτητα για τη χρήση της εφαρμογής Splice App.

- Βήμα 1: Ξεκινήστε ένα νέο έργο. Βεβαιωθείτε ότι έχετε εγκαταστήσει την εφαρμογή Splice για Android στη συσκευή σας. Αφού ξεκινήσετε, μεταβείτε στην οθόνη της εφαρμογής και πατήστε το κουμπί "+". Στη συνέχεια, μπορείτε να δώσετε στο έργο σας ένα όνομα πριν συνεχίσετε με κάποιες άλλες ρυθμίσεις του έργου. Αυτές περιλαμβάνουν την επιλογή της μετάβασης, τον προσανατολισμό του έργου, τις επιλογές περιγράμματος κ.λπ. Στη συνέχεια, πατήστε το κουμπί "Done" (Τέλος) για να επιβεβαιώσετε τις επιλογές σας.
- Βήμα 2: Ξεκινήστε το έργο σας. Ξεκινήστε τη δημιουργία του έργου σας και επιλέξτε το σκοπό του βίντεο σας. Εισάγετε τον τίτλο του έργου σας και, στη συνέχεια, συνεχίστε να ορίζετε χώρο για τις φωτογραφίες ή τα βίντεό σας. Μπορείτε επίσης να ορίσετε τις επιλογές κειμένου και ζουμ.



- Βήμα 3: εισάγετε τα βίντεο σας. Στη συνέχεια, προσθέστε το κουμπί "+" στη δεξιά πλευρά του τίτλου. Ομοίως, προσθέστε το κουμπί βίντεο για να μπορέσετε να συμπεριλάβετε τα βίντεο για την ένωση. Θα πρέπει να παρατηρήσετε ότι ανοίγει η οθόνη του άλμπουμ. Τώρα, επιλέξτε τα βίντεο που θέλετε να προσθέσετε στο έργο από την οθόνη του άλμπουμ. Βεβαιωθείτε ότι τα τοποθετήσατε με τη σειρά που θέλετε να εμφανιστούν μετά τη συρραφή. Στη συνέχεια, υποδείξτε τη μετάβαση που θα εφαρμοστεί στα βίντεό σας και περιμένετε να μεταφορτωθούν τα επιλεγμένα βίντεο στο έργο. Η εφαρμογή Splice σας επιτρέπει να προβάλετε το έργο σας πριν από την εξαγωγή του.
- Βήμα 4: επεξεργασία και εξαγωγή. Το πιο σημαντικό είναι να επεξεργαστείτε το βίντεό σας και να το κάνετε υπέροχο για τους θεατές σας. Για να το κάνετε αυτό, κάντε κλικ στο κουμπί "Μολύβι" για να απελευθερώσετε άλλες επιλογές επεξεργασίας. Μεταξύ των επεξεργασιών που μπορείτε να κάνετε περιλαμβάνονται η περικοπή, η προσαρμογή της ταχύτητας, η περικοπή και πολλά άλλα. Ομοίως, χρησιμοποιήστε τα σημεία ολίσθησης για να επεξεργαστείτε τα σημεία έναρξης και λήξης του βίντεο σας. Μπορείτε επίσης να επεξεργαστείτε τον ήχο και να ρυθμίσετε τις εντάσεις όπου χρειάζεται.
 - Περικοπή βίντεο: στο χρονοδιάγραμμα, πατήστε το κλιπ που θέλετε να περικόψετε: γίνεται μπλε. Στη συνέχεια, χρησιμοποιήστε μία από τις ακόλουθες μεθόδους:
 - Στην προεπισκόπηση, μεγεθύνετε ή σμικρύνετε χρησιμοποιώντας μια χειρονομία τσιμπήματος για να επιτύχετε το επιθυμητό αποτέλεσμα. Μόλις ξεκινήσετε, θα εμφανιστεί ένα πλέγμα που θα σας βοηθήσει στην ευθυγράμμιση του κάδρου.
 - Επιλέξτε Περικοπή από τη γραμμή εργαλείων επεξεργασίας της οθόνης για να προσαρμόσετε το αποτέλεσμα πατώντας Γέμισμα ή Προσαρμογή.
 - Ρύθμιση ταχύτητας:
 - Στο χρονοδιάγραμμα, πατήστε στο βίντεο του οποίου την ταχύτητα θέλετε να αλλάξετε: γίνεται μπλε.
 - Επιλέξτε Speed (Ταχύτητα) από τη γραμμή εργαλείων επεξεργασίας.
 - Ρυθμίστε την ταχύτητα χρησιμοποιώντας το ρυθμιστικό κάτω από τη γραμμή χρόνου.
 - Το κουμπί Ταχύτητα θα εμφανιστεί στη γραμμή εργαλείων επεξεργασίας μόλις πατήσετε το βίντεο σας στη γραμμή χρόνου.
 - Ισχύει για όλους. Για να εφαρμόσετε την ίδια ταχύτητα σε όλα τα βίντεο, πατήστε τα μπλε σημάδια ελέγχου στην κάτω δεξιά γωνία.
 - Κόψτε το βίντεο:
 - Στο χρονοδιάγραμμα, πατήστε στο βίντεο σας: γίνεται μπλε.
 - Πατήστε στο Trim από τη γραμμή εργαλείων επεξεργασίας.
 - Επιλέξτε το κομμάτι που θέλετε να κρατήσετε χρησιμοποιώντας τις λευκές λαβές περιποίησης > πατήστε Τέλος.



Περαιτέρω ανάγνωση

Εφαρμογή Slice. [Κοπή κλιπς](#)

Εφαρμογή Slice. [Ταχύτητα βίντεο και διάρκεια φωτογραφίας](#)

Εφαρμογή Slice. [Splice: Slice: Τα βασικά](#)

Βιβλιογραφία

Αναρωτηθήκατε ποτέ πώς λειτουργεί το YouTube; (χωρίς ημερομηνία). Διαθέσιμο στη διεύθυνση: https://www.youtube.com/intl/ALL_en/howyoutubeworks/.



Ενότητα 5: Παραγωγή περιεχομένου βίντεο

Εισαγωγή

Η βιντεοσκόπηση με μια φωτογραφική μηχανή ή ένα smartphone μοιάζει με μια εύκολη και διασκεδαστική δραστηριότητα. Ωστόσο, πρόκειται για μια λανθασμένη αντίληψη. Η προετοιμασία υλικού βίντεο: αποσπάσματα και σύντομες αναφορές δεν είναι απλώς ηχογράφηση. Η αφήγηση μιας ιστορίας μέσω εικόνων σε συνδυασμό με ήχο απαιτεί την τήρηση ορισμένων κανόνων που δεν είναι ούτε προφανείς ούτε διαισθητικοί. Πρόκειται για μια εντελώς διαφορετική γλώσσα.

Σε αυτή την ενότητα, παρουσιάζουμε τους βασικούς όρους που σχετίζονται με τη δημιουργία οπτικού υλικού, τις αρχές οργάνωσης της εργασίας στη δημιουργία βίντεο, τις αρχές του μοντάζ. Στην πράξη, είναι δύσκολο για έναν ερασιτέχνη κινηματογραφιστή να ακολουθήσει όλους αυτούς τους κανόνες. Πολλά εξαρτώνται από τον εξοπλισμό, τον χρόνο, την εμπειρία. Ωστόσο, είναι καλό να γνωρίζετε αυτές τις αρχές. Έστω και μόνο για να αποφύγετε βασικά λάθη.

Μαθησιακοί στόχοι

- Να γνωρίζετε τους σημαντικότερους όρους που σχετίζονται με την κινηματογραφική παραγωγή
- Τα βασικά στοιχεία των δραστηριοτήτων του παραγωγού
- Τοποθέτηση των διαφόρων τμημάτων της ταινίας στη σωστή σειρά.

Θέματα

- Λεξικό βίντεο
- Βιντεοσκόπηση
- Επεξεργασία βίντεο.

Εκτιμώμενη διάρκεια παράδοσης της μονάδας: 2 ώρες.



Λεξικό βίντεο

Όπως ακολουθεί, θα παρουσιαστεί η σημασία των πιο σημαντικών όρων κατά τη δημιουργία μιας ταινίας μικρού μήκους. **"Εκατό ή άλλο όνομα 100%"** - είναι μια συνομιλία με τον/τους ήρωα/ες της ταινίας, ένα τέτοιο πλάνο όταν βλέπουμε και ακούμε τον συνομιλητή.

Υπάρχουν δύο μορφές καταγραφής εκατοντάδων - η πρώτη, όταν δεν βλέπουμε το πρόσωπο που διεξάγει τη συζήτηση, αλλά, για παράδειγμα, το μικρόφωνο είναι ορατό- ο συνομιλητής είναι ελαφρώς στραμμένος προς την πλευρά του συνομιλητή, στέκεται σε ορισμένη γωνία. Με αυτόν τον τρόπο, επιτυγχάνεται ένα τρισδιάστατο αποτέλεσμα, το πρόσωπο του συνομιλητή που κοιτάζει κατευθείαν στο μάτι της κάμερας θα ήταν "επίπεδο". Συνιστούμε αυτή τη μορφή συνεντεύξεων. Για να μην αποσπάται η προσοχή του αποδέκτη, δεν υπάρχουν επίσης ερωτήσεις, αλλά μόνο απαντήσεις.

Ως εκ τούτου, είναι απαραίτητο να διασφαλίσουμε ότι ο συνομιλητής απαντά με μια ολοκληρωμένη πρόταση και δεν αξίζει να ξεκινάμε τις ερωτήσεις μας με το "Είναι ...;".



Εάν υπάρχουν πολλοί καλούντες, αλλάζουμε τις πλευρές στις οποίες τους καταγράφουμε. Εάν ο πρώτος ήταν στα αριστερά, ο επόμενος πρέπει να είναι στα δεξιά. Το μικροσκοπικό μικρόφωνο που συνδέεται στην ασύρματη θύρα μικροφώνου είναι εξαιρετικής ποιότητας και πολύ άνετο στη χρήση. Είναι επίσης πολύ φθηνότερο από ό,τι πριν από μερικά χρόνια. Μια άλλη επιλογή είναι να χρησιμοποιήσετε τα ακουστικά του iPad ως μικρόφωνο, η ποιότητα εγγραφής είναι πολύ καλή.



"Off" - μια ηχογράφιση πίσω από το κάδρο, διαφορετικά μια φωνή. Αφού προετοιμάσουμε το σενάριο για επεξεργασία, το voiceover ηχογραφείται σε ένα στούντιο ηχογράφησης από έναν επαγγελματία αναγνώστη ή το κάνουμε σε μια πιο λειτουργία.

Μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε ένα ειδικό μικρό μικρόφωνο για smartphone ή iPhone. Είναι μικρό, στο μήκος του δείκτη του χεριού. Το βάζουμε στο τηλέφωνο, ψάχνουμε για ένα ήσυχο μέρος - η Amy Winehouse ηχογράφησε το πρώτο της άλμπουμ στην ντουλάπα. Επειδή εκεί υπήρχε μεγάλη ηχομόνωση, πολλά ρούχα που κατέστειλαν τον θόρυβο και έβγαζαν έναν όμορφο ήχο.



Για ηχογράφιση σε εξωτερικούς χώρους, όταν φυσάει άνεμος, μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε ένα κάλυμμα πίσω από την τεχνητή γούνα, το οποίο προστατεύει από το θόρυβο.

Για εγγραφές εκτός, συνιστούμε τη χρήση ενός μικρού τρίποδα - το ύψος του είναι το μήκος τριών δεικτών του χεριού. Δίνει μια αίσθηση ασφάλειας και η εγγραφή είναι σταθερή.

Το τρίποδο είναι πτυσσόμενο, καταλαμβάνει λίγο χώρο και είναι πολύ φθηνό.

Λήψη βίντεο

Οι εργασίες για την ταινία μπορούν να χωριστούν σε τρία βασικά στάδια: προπαραγωγή, παραγωγή και μεταπαραγωγή. Η προ-παραγωγή είναι το οργανωτικό στάδιο που αποτελείται από όλες τις ρυθμίσεις και



όλες τις δραστηριότητες που πρέπει να γίνουν για να προετοιμαστεί πλήρως η έναρξη της ηχογράφησης. Η παραγωγή είναι η καταγραφή του υλικού, συμπεριλαμβανομένου του ήχου, η λεγόμενη πρώτη ύλη. Το post-production είναι το κομμάτι της επεξεργασίας.

Κατά την επεξεργασία του **σεναρίου**, κατά τη φάση της προπαραγωγής, καθορίζεται ο σκοπός της ταινίας, οπότε σε αυτό το στάδιο όλα τα εμπλεκόμενα μέρη πρέπει να σκεφτούν σε ποιον απευθύνεται η ταινία. Κάθε ταινία, όπως και το δημοσιογραφικό υλικό, θα πρέπει να δίνει στον θεατή απαντήσεις στα ακόλουθα ερωτήματα: **ΤΙ, ΠΟΙΟΣ, ΠΟΤΕ, ΠΩΣ, ΠΩΣ και ΓΙΑΤΙ ΕΙΝΑΙ ΑΥΤΟ ΣΗΜΑΝΤΙΚΟ;**

Το βίντεο, για να μην κουράζει, θα πρέπει να διαρκεί το πολύ 5 λεπτά, και η σκέψη για μια ενδιαφέρουσα μορφή παρουσίασης του θέματος θα μπορούσε να είναι χρήσιμη: η αίσθηση του χιούμορ και η χαρούμενη διάθεση της ταινίας συνιστώνται ανεπιφύλακτα.

Η παραγωγή είναι η οργάνωση και η καταγραφή υλικού με ήχο, ή αυτό που είναι γνωστό ως ακατέργαστο υλικό. Τα βασικά στοιχεία των δραστηριοτήτων του παραγωγού είναι τα εξής:

- επίσημες και νομικές ρυθμίσεις,
- προετοιμασία του συνομιλητή/των συνομιλητών, διευκρίνιση του σκοπού, του θέματος της συνομιλίας, συμφωνία σχετικά με τον χρόνο καταγραφής, επίσης με τον εικονολήπτη,
- προετοιμασία του χώρου ηχογράφησης - σε ένα κτίριο ή σε εξωτερικό χώρο, έλεγχος των συνθηκών, του φωτισμού και του ήχου (αν το δωμάτιο είναι άδειο, μπορεί να υπάρχει υψηλή αντήχηση).

Η λήψη γίνεται συνήθως από τον χειριστή:

- ο εικονολήπτης πρέπει να γνωρίζει το σενάριο, τον προγραμματισμένο χρόνο της ταινίας για να καταγράψει όλα τα στοιχεία της ταινίας,
- ελέγχοντας τον φωτισμό, αξίζει να φροντίσετε για μια επιπλέον λάμπα στο δωμάτιο ή ένα μπλέντερ, το οποίο είναι μια οθόνη φίλμ που αντανακλά το φως, που χρησιμοποιείται στο πλατό- αυτό είναι ιδιαίτερα χρήσιμο για την εξωτερική εγγραφή σε έντονο ηλιακό φως- αξίζει να θυμάστε ότι ο καλύτερος φωτισμός το καλοκαίρι στην ύπαιθρο είναι νωρίς το πρωί ή αργά το απόγευμα πριν από τη δύση του ήλιου- ποτέ μην τραβάτε ενάντια στο φως, ενάντια σε ένα παράθυρο ή ενάντια στον ήλιο,
- ηχογράφηση ήχου, έλεγχος του μικροφώνου εκ των προτέρων, εάν ηχογραφείτε με φωτογραφική μηχανή ή κινητό τηλέφωνο, φροντίστε να έχετε ένα πρόσθετο μικρόφωνο, κατά προτίμηση ένα πυκνωτικό μικρόφωνο που συλλέγει το θόρυβο του περιβάλλοντος- η ηχογράφηση μόνο με το μικρόφωνο της συσκευής θα προκαλέσει την ενόχληση του συνεντευξιαζόμενου από το θόρυβο του περιβάλλοντος, τη συζήτηση ή τα διερχόμενα αυτοκίνητα.

Τα βασικά λάθη που αποφεύγονται εύκολα σε πολλές ερασιτεχνικές ηχογραφήσεις είναι:

- πηδώντας από μοτίβο σε μοτίβο,



- μικρά, τραβηγμένα πλάνα από την πιο απροσδόκητη οπτική γωνία,
- γρήγορο ζουμ και ζουμ της φωτογραφικής μηχανής, πολύ ασταθείς εικόνες - δυστυχώς, αυτή είναι συχνά η πραγματικότητα που καταγράφεται με μια φωτογραφική μηχανή από κάποιον που δεν γνωρίζει τις βασικές αρχές της γλώσσας του φιλμ.

Επεξεργασία βίντεο

Το μοντάζ, ή post-production, είναι το έργο της τοποθέτησης των διαφόρων τμημάτων της ταινίας στη σωστή σειρά. Είναι επίσης η χρωματική διόρθωση της ταινίας και η ρύθμιση του ήχου. Αυτά είναι τα πιο χρονοβόρα μέρη της εργασίας σε ένα βίντεο. Στο μοντάζ είναι επίσης που ενδεχομένως προστίθενται ειδικά εφέ και πρόσθετοι ήχοι, συμπεριλαμβανομένης της μουσικής. Προστίθεται επίσης ένα voiceover - δηλαδή ήχος από το off (έξω από το καρέ). Είναι σημαντικό να βεβαιωθείτε ότι ο ήχος είναι συγχρονισμένος με την εικόνα. Όταν βλέπετε την κίνηση του στόματος ενός ηθοποιού στην οθόνη που δεν ταιριάζει με τον ήχο που ακούτε, αυτό είναι γνωστό ως ασυγχρονισμός.

Είναι επίσης σημαντικό να προετοιμάσετε ένα σενάριο για το μοντάζ της ταινίας με ένα **timecode**, μια ένδειξη του χρόνου ενός συγκεκριμένου πλάνα που εμφανίζεται σε λεπτά και δευτερόλεπτα. Πρόκειται για πληροφορία για τον μοντέρ, ποιο τμήμα του πλάνα πρόκειται να χρησιμοποιηθεί: αν γράψουμε τον αριθμό αρχείου του πλάνα, π.χ. 7655, και προσδιορίσουμε τον χρόνο, δηλαδή τότε είναι σαφές ποιο τμήμα θέλουμε να χρησιμοποιήσουμε. Για παράδειγμα, από το 0: 23 (ή 23 δευτερόλεπτα) από τις λέξεις: "...a long time ago" έως 0:51 (δηλ. 51 δευτ.,) στις λέξεις "I'm not complaining".

Συμβαίνει συχνά να μην υπάρχουν αρκετά φιλικά πλάνα και να μην υπάρχει υλικό για στίξη. Τότε μπορείτε να ξελασπώσετε με δωρεάν φωτογραφίες PNG υψηλής ανάλυσης που διατίθενται στο Διαδίκτυο. Ανοιχτές πηγές φωτογραφιών στο Διαδίκτυο europeana.eu, flickr.com, pixabay.com, pexels.com, unsplash.com.

Όπως ακολουθεί, μια χρήσιμη άσκηση που βοηθάει στο κομμάτι της μετα-παραγωγής ενός βίντεο.

Χωρίστε το φύλλο χαρτί στη μέση - στο αριστερό γράψτε "ΤΙ ΒΛΕΠΕΤΕ", στο δεξί "ΤΙ ΑΚΟΥΣΤΕ".

Τι βλέπετε;

BINTEO Τι ακούτε;

AUDIO

1. κοντινό πλάνο: στα χέρια της γυναίκας (8 δευτερόλεπτα) - απαλή μουσική (ακούγεται
2. μακρινό σχέδιο - γυναίκα στον αργαλειό, πόρτα αχυρώνα ανοιχτή, αν και όλη η ταινία)
ορατά δέντρα και χωράφια (10 δευτερόλεπτα),
3. λεπτομέρεια - μοτίβο υφάσματος σε κοντινό πλάνο,
4. τίτλος της ταινίας: "Mistress - Teresa Pryzmont, υφάντρα",
5. κοντινό πλάνο σε μια γυναίκα που αρχίζει να μιλάει - Off: ο λέκτορας διαβάσει τον τίτλο
100% - η δήλωση της γυναίκας
(60 δευτερόλεπτα) Λεζάντα - Teresa Pryzmont, - 100% γυναικεία δήλωση (60 δευτερόλεπτα)
weaver (λόγος καλυμμένος με σημεία στίξης),
6. μακρινό σχέδιο - που δείχνει το σπίτι και



γιάρδα (12 δευτερόλεπτα),

7. επίδειξη της τεχνικής της υφαντικής - Off: Ο λέκτορας διαβάζει τη βιογραφία της υφάντρας.

5 τρυπήματα - κλειστό σχέδιο (60 δευτερόλεπτα),

8. 100% συνέντευξη με εθνογράφο

(60 δευτερόλεπτα) κοντινό σχέδιο + μακρινό σχέδιο και σημεία στίξης,

9. τίτλοι τέλους - πίσω λογότυπο του

συγγραφείς που προετοιμάζουν την ταινία, Erasmus+

και τα λογότυπα της ΕΕ, το έτος της ταινίας

δημιουργία και διεύθυνση του δικτυακού τόπου

όπου μπορείτε να δείτε και άλλες ταινίες.

Περαιτέρω ανάγνωση

Δωρεάν εφαρμογές επεξεργασίας βίντεο: Movavi Video Editor: Windows Movie Maker και Movavi Video Editor:

<https://www.movavi.com/adv/windows-movie-maker-review.html>



Ενότητα 6: Μεταπαραγωγή ενός διαδικτυακού βίντεο

Εισαγωγή

Σε αυτή τη διδακτική ενότητα, οι μελλοντικοί νέοι διαμεσολαβητές, οι οποίοι θα λάβουν μέρος σε διαγενεακές συναντήσεις με άτομα μεγαλύτερης ηλικίας σχετικά με τα θέματα των τεχνολογιών, των ΤΠΕ και της έκδοσης ψηφιακού περιεχομένου, θα μάθουν για τη μεταπαραγωγή οπτικοακουστικού περιεχομένου που θα καταλήξει στο διαδίκτυο. Οι πληροφορίες που παρέχονται είναι πολύ πρακτικές και η περιγραφή βήμα προς βήμα εύκολη στην παρακολούθηση και την προσαρμογή σε ένα ηλικιωμένο ακροατήριο.

Το πρώτο θέμα αφορά τη χρήση του εργαλείου CapCut, ενώ στο δεύτερο θέμα θα εξηγηθεί πώς να ανεβάσετε ένα βίντεο σε ένα κανάλι στο Youtube.

Μαθησιακοί στόχοι

- Επεξεργασία και προσαρμογή εγγεγραμμένων βίντεο
- Οργανώστε ένα κανάλι στο YouTube ανεβάζοντας έτοιμα βίντεο
- Μαθαίνοντας με την πράξη

Θέματα

- Εργαλεία επεξεργασίας (CapCut App)
- Ανέβασμα βίντεο στο YouTube (Android)

Εκτιμώμενη διάρκεια παράδοσης της μονάδας: 2 ώρες.

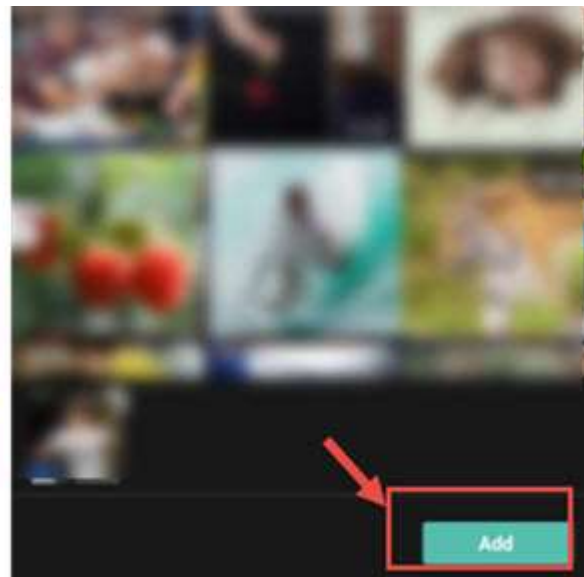
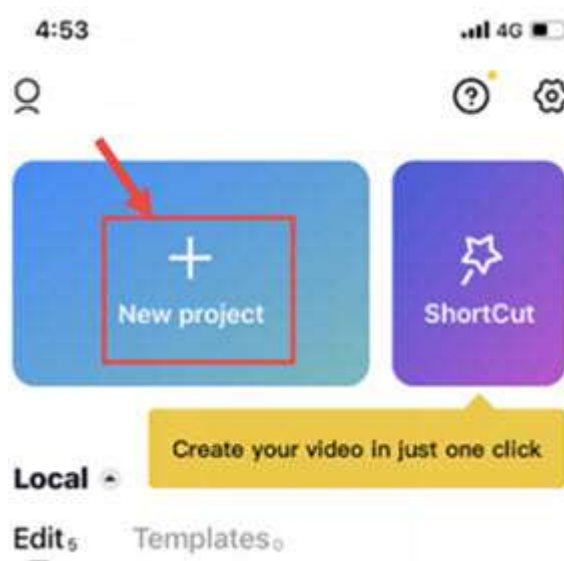


Πώς να χρησιμοποιήσετε την εφαρμογή CapCut App

Το CapCut είναι ένας δωρεάν επεξεργαστής βίντεο που αναπτύχθηκε από την ίδια εταιρεία που δημιούργησε την εφαρμογή TikTok. Μετά την παγκόσμια κυκλοφορία της τον Απρίλιο του 2020, αυτή η εύχρηστη εφαρμογή επεξεργασίας βίντεο κατέλαβε σύντομα μεγάλο μερίδιο στην αγορά επεξεργασίας. Εξάλλου, η μεγάλη βάση χρηστών του TikTok συμβάλλει στην ανάπτυξη της εφαρμογής CapCut.

Πώς μπορείτε λοιπόν να χρησιμοποιήσετε το CapCut για να δημιουργήσετε εύκολα βίντεο για κοινή χρήση ή απλά για διασκέδαση; Συγκεντρώσαμε τον πλήρη οδηγό για να κάνετε καλά μοντάζ χρησιμοποιώντας το CapCut, καλύπτοντας τα πάντα, από τη δημιουργία ενός νέου έργου, την εφαρμογή βασικών μοντάζ, την απόπειρα για προχωρημένες λειτουργίες, μέχρι την εξαγωγή του βίντεο.

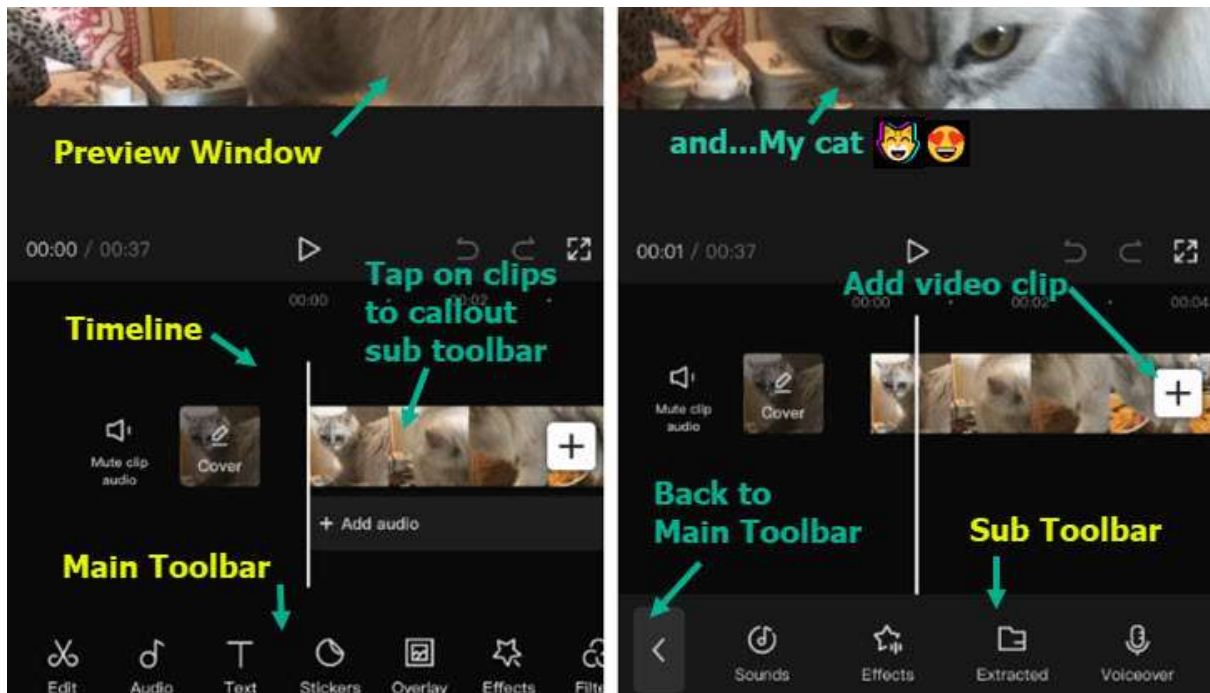
- Βήμα 1. Εγκαταστήστε την εφαρμογή CapCut και ανοίξτε την.
- Βήμα 2. Πατήστε το εικονίδιο "Νέο έργο" για να δημιουργήσετε ένα έργο.
- Βήμα 3. Πατήστε για να επιλέξετε ένα ή περισσότερα βίντεο κλιπ και πατήστε Προσθήκη.
- Βήμα 4. Ξεκινήστε την επεξεργασία στο χρονοδιάγραμμα.



Συμβουλές:

- Το CapCut θα αποθηκεύσει αυτόματα το προσχέδιο του έργου. Μπορείτε να διακόψετε και να συνεχίσετε την επεξεργασία ανά πάσα στιγμή.
- Για αυτόματη γρήγορη επεξεργασία, μπορείτε επίσης να χρησιμοποιήσετε τη λειτουργία ShortCut για να δημιουργήσετε βίντεο με 1 κλικ.

Παρουσίαση της διεπαφής CapCut

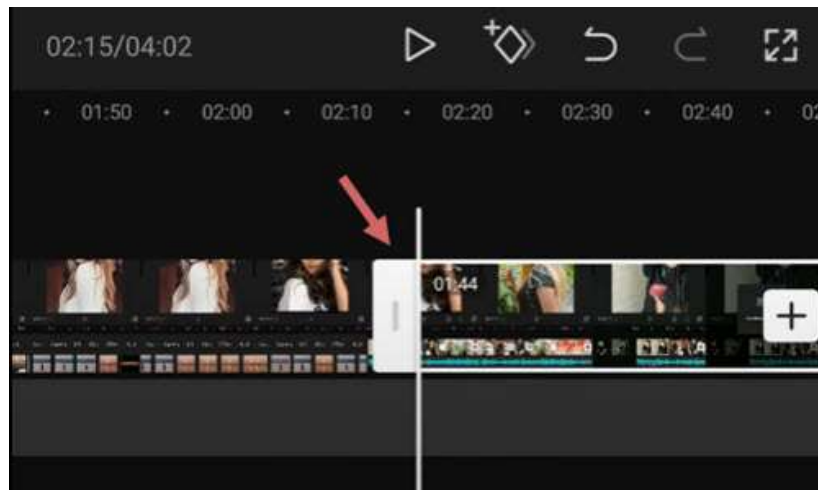


- Παράθυρο προεπισκόπησης: Μπορείτε να αναπαράγετε βίντεο, ή να τσιμπήσετε, να σύρετε, να περιστρέψετε και να αλληλεπιδράσετε με τα κλιπ απευθείας στο ίδιο το παράθυρο προεπισκόπησης.
- Χρονολόγιο : Μπορείτε να συγκεντρώσετε, να οργανώσετε και να εφαρμόσετε επεξεργασίες σε κομμάτια βίντεο, ήχου, επικάλυψης, εφέ και κειμένου.
- Κύρια γραμμή εργαλείων: Εδώ θα βρείτε όλα τα εργαλεία που χρειάζεστε. Η Κύρια γραμμή εργαλείων εμφανίζεται όταν δεν υπάρχει επιλεγμένο κλιπ στη γραμμή χρόνου.
- Υπο γραμμή εργαλείων: Είναι γραμμές εργαλείων αφιερωμένες σε διαφορετικά κομμάτια και κλιπ στη γραμμή χρόνου. Για παράδειγμα, υπάρχουν επιμέρους γραμμές εργαλείων για κλιπ βίντεο, κείμενο, ήχο, επικαλύψεις και ούτω καθεξής.

Μπορείτε επίσης να παρακολουθήσετε το παρακάτω βίντεο.

Πώς να κάνετε βασική επεξεργασία στο CapCut

Πώς να κόψετε βίντεο στο CapCut



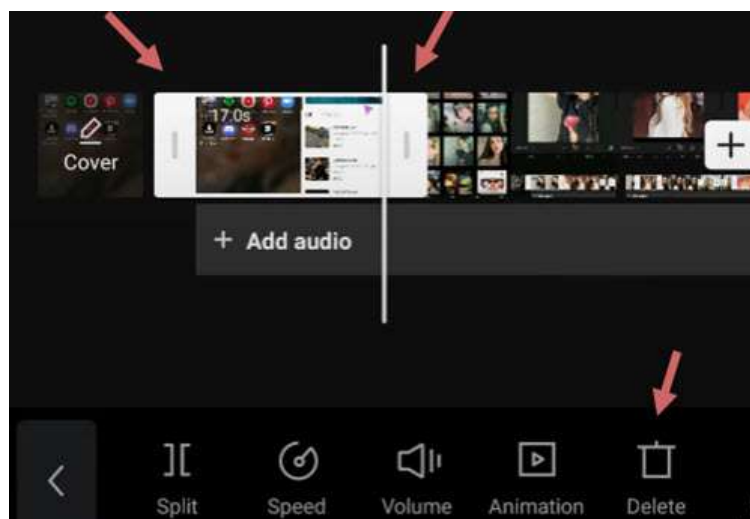
Αφού προσθέσετε βίντεο στο χρονοδιάγραμμα, ακολουθήστε αυτά τα βήματα για να κόψετε βίντεο στο CapCut:

- πατήσετε το βίντεο κλιπ, θα δείτε λευκά πλαίσια γύρω του,
- πατήστε παρατεταμένα το λευκό άκρο και σύρετέ το για να κόψετε το βίντεο,
- μπορείτε επίσης να σύρετε την αντίθετη θέση για να ανακτήσετε τα κομμένα μέρη.

Όταν κόβετε βίντεο σύροντας τις άκρες, τα γειτονικά κλιπ θα μετακινούνται μαζί. Με αυτόν τον τρόπο, δεν θα υπάρχουν κενά (και συνεπώς μαύρες οθόνες) στο έργο σας.

Αν θέλετε να κόψετε ένα τμήμα στη μέση, πρέπει να χωρίσετε το υλικό και να διαγράψετε το κλιπ στη μέση. Διαβάστε παρακάτω.

Πώς να χωρίσετε κλιπ στο CapCut



Για να χωρίσετε ένα βίντεο κλιπ στο CapCut, ακολουθήστε τα παρακάτω βήματα:

- πατήστε το βίντεο κλιπ για να βεβαιωθείτε ότι είναι επιλεγμένο,
- πατήστε το εικονίδιο Split στο κάτω μέρος του CapCut.



Διαχωρίζοντας το βίντεο, μπορείτε να εκτελέσετε τις ακόλουθες επεξεργασίες:

- προσθέστε μεταβάσεις στο ενδιαμέσο μετά τη δημιουργία του διαχωρισμού,
- αφαιρέστε τα ανεπιθύμητα μέρη πατώντας το διαχωρισμένο κλιπ και πατήστε το εικονίδιο Διαγραφή στο κάτω μέρος της οθόνης,
- εισαγωγή νέων κλιπ μεταξύ δύο βίντεο κλιπ.

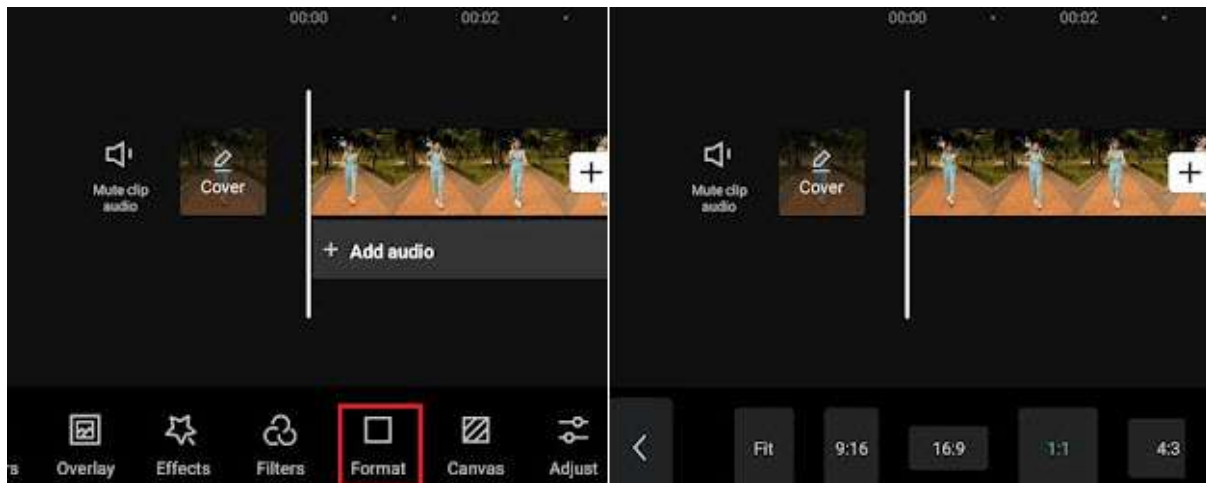
Πώς να αλλάξετε το μέγεθος βίντεο στο CapCut

Όταν προσπαθείτε να μοιραστείτε βίντεο σε ορισμένες κοινωνικές πλατφόρμες, το αρχικό βίντεο που δημιουργήσατε για μια άλλη πλατφόρμα μπορεί να μην ταιριάζει. Η αλλαγή μεγέθους των βίντεο στο CapCut μπορεί να κάνει το βίντεό σας να ταιριάζει καλύτερα στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης και να προσφέρει καλύτερες εμπειρίες προβολής για τους οπαδούς σας.

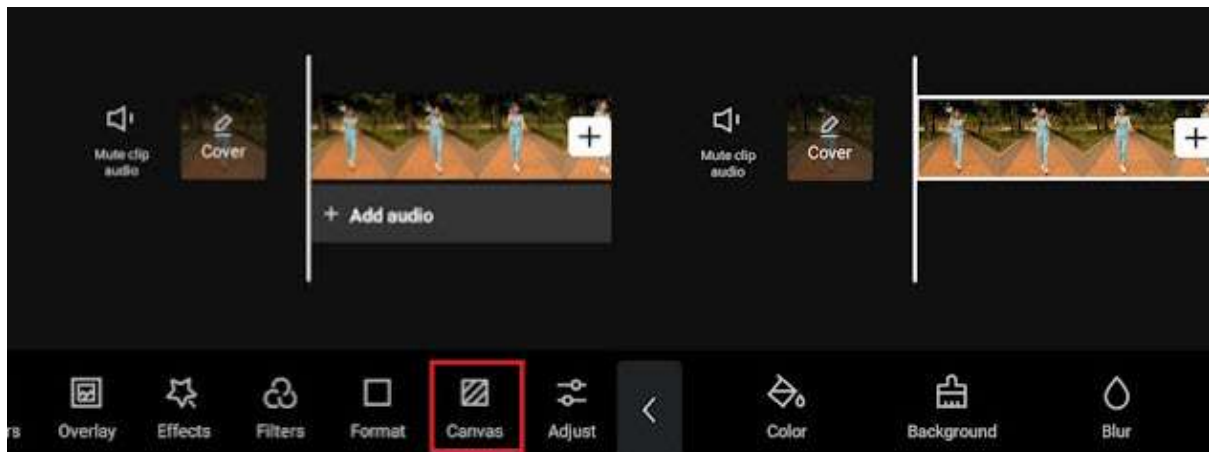
Για να αλλάξετε το μέγεθος των βίντεο στο CapCut, ακολουθήστε τα παρακάτω βήματα:

- πατήστε το βίντεο κλιπ που θέλετε να αλλάξετε μέγεθος,
- πατήστε το εικονίδιο Μορφοποίηση στο κάτω μέρος του επεξεργαστή,
- επιλέξτε μια διαφορετική αναλογία διαστάσεων.

Για παράδειγμα, αν θέλετε να μετατρέψετε τα οριζόντια βίντεο σε κάθετα, ώστε να ταιριάζουν καλύτερα στο TikTok, μπορείτε να χρησιμοποιήσετε τη διάσταση 9:16.



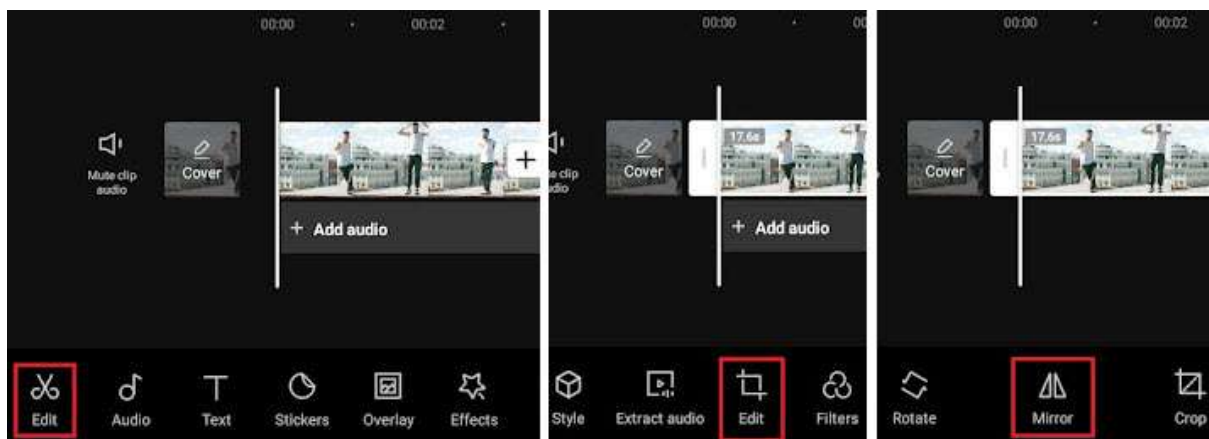
Όταν αλλάζετε το μέγεθος του βίντεο, είναι αναπόφευκτο ότι ορισμένα τμήματα μπορεί να περικοπούν ή να περιβάλλονται από μαύρες μπάρες. Σε μια τέτοια περίπτωση, μπορείτε να χρησιμοποιήσετε τη λειτουργία Καμβά για να γυαλίσετε το βίντεο.



- Αφού αλλάξετε τη μορφή, πατήστε το εικονίδιο Καμβάς στη γραμμή εργαλείων στην κάτω οθόνη,
- πατήστε το εικονίδιο Χρώμα για να αλλάξετε το χρώμα φόντου,
- χρησιμοποιήστε τη λειτουργία Φόντο για να προσθέσετε εικόνες ως φόντο βίντεο.

Πώς να καθρεφτίζετε βίντεο στο CapCut

Ο καθρέφτης ενός βίντεο είναι ένας τρόπος για να αναποδογυρίσετε το βίντεο οριζόντια ή για να δημιουργήσετε ένα ενδιαφέρον εφέ όταν δύο βίντεο τοποθετούνται το ένα δίπλα στο άλλο, ενώ το καθένα καθρεφτίζεται στο άλλο στον οριζόντιο άξονα.



Για να κατοπτρίσετε ένα βίντεο οριζόντια στο CapCut, ακολουθήστε τα παρακάτω βήματα:

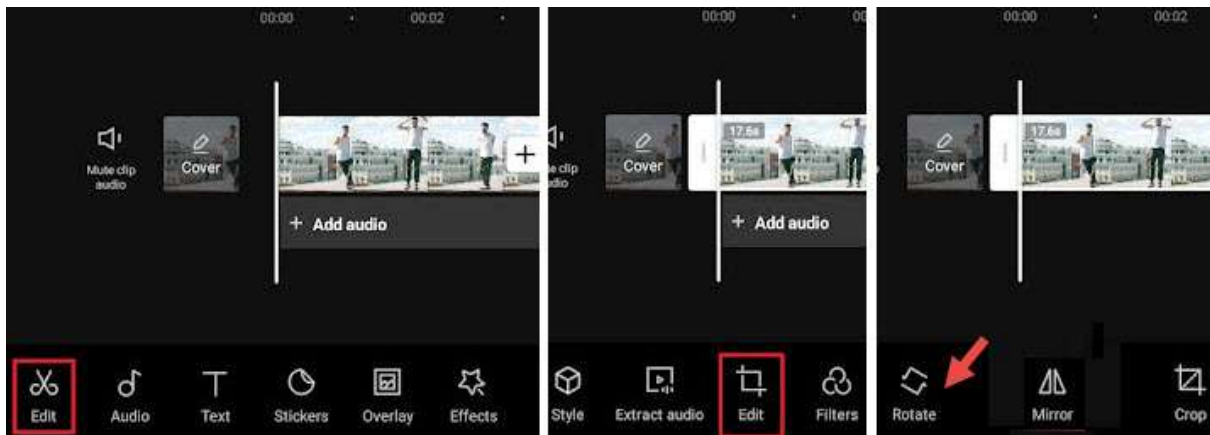
- μετά την εισαγωγή των βίντεο κλιπ στο CapCut
- θα δείτε τη γραμμή εργαλείων να εμφανίζεται στο κάτω μέρος, πατήστε το μενού Επεξεργασία.
- Εδώ θα υπάρχει μια άλλη επιλογή Επεξεργασία ακριβώς ανάμεσα στο εργαλείο Εξαγωγή ήχου και Φίλτρα, πατήστε την,
- πατήστε το εργαλείο Mirror μέσα στην επιλογή Edit.

Πώς να περιστρέψετε βίντεο στο CapCut



Στο CapCut, μπορείτε να περιστρέψετε το βίντεο για να διορθώσετε λανθασμένους προσανατολισμούς ή να δημιουργήσετε τα μοντέρνα εφέ περιστροφής που διαθέτουν ζουμ και περιστροφή βίντεο σε κινούμενα σχέδια.

- Περιστρέψτε το βίντεο στο CapCut για να αλλάξετε προσανατολισμό,

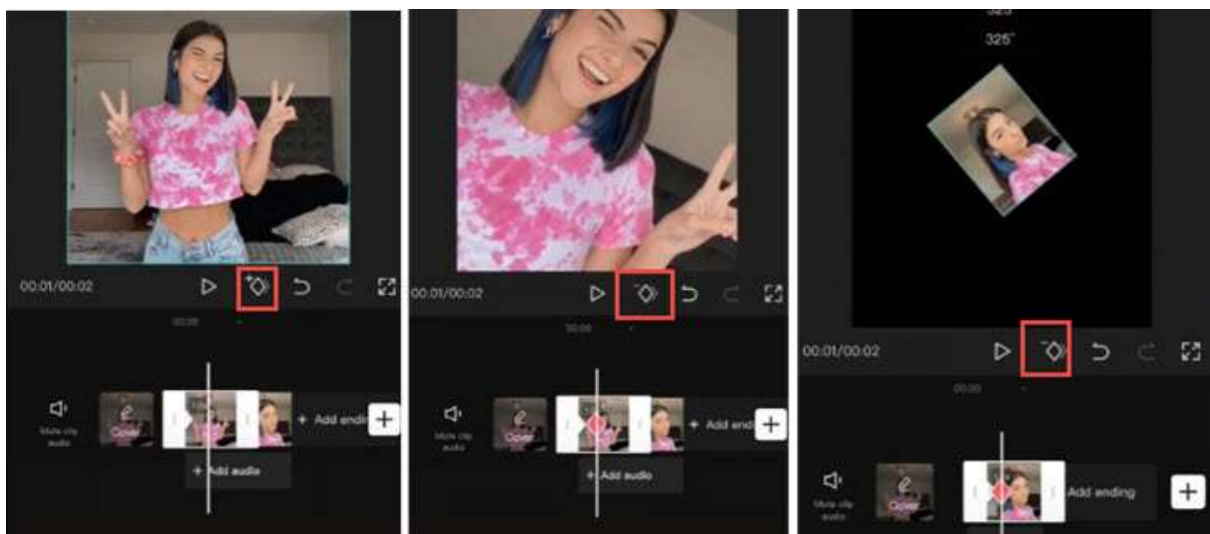


- δημιουργήστε ένα νέο έργο, προσθέστε βίντεο κλιπ από το ρολό της κάμεράς σας και πατήστε το κουμπί Προσθήκη,
- στη συνέχεια, πατήστε το πρώτο κουμπί Επεξεργασία για να μεταβείτε στη γραμμή εργαλείων επεξεργασίας βίντεο,
- πατήστε το δεύτερο κουμπί Επεξεργασία και πατήστε Περιστροφή.

Σημείωση:

Αν θέλετε να περιστρέψετε μέρος του βίντεο αντί για ολόκληρο το βίντεο κλιπ, πατήστε στο υλικό και χωρίστε το πριν χρησιμοποιήσετε τη λειτουργία περιστροφής.

- Περιστροφή βίντεο στο CapCut χρησιμοποιώντας καρέ-κλειδιά για τη δημιουργία εφέ κίνησης.





Αν προσπαθείτε να δημιουργήσετε εφέ περιστροφής βίντεο, όπως αυτά τα μοντέρνα βίντεο που περιστρέφουν βίντεο και φωτογραφίες selfies, ακολουθήστε τα παρακάτω βήματα:

- εισαγωγή βίντεο κλιπ ή εικόνων στο CapCut,
- πατήστε στο κλιπ και πατήστε το εικονίδιο Keyframe για να προσθέσετε ένα Keyframe. Το εικονίδιο Keyframe βρίσκεται κάτω από το παράθυρο προεπισκόπησης (βλ. εικόνες παραπάνω), δίπλα στο κουμπί Play,
- πατήστε στο κλιπ και σύρετε προς τα δεξιά για να μετακινηθείτε σε μια νέα θέση, πατήστε ξανά το κουμπί Keyframe για να προσθέσετε άλλο ένα Keyframe.
- Παραμένοντας στο δεύτερο Keyframe, βάλτε δύο δάχτυλα στο παράθυρο προεπισκόπησης για να τσιμπήσετε και να μετακινήσετε το κλιπ,
- στη συνέχεια , επαναλάβετε το βήμα 3 για να μετακινηθείτε προς τα εμπρός και να δημιουργήσετε το τρίτο καρέ κλειδιών και επαναλάβετε το βήμα 4 για να τσιμπήσετε και να περιστρέψετε το κλιπ. Μπορείτε να το περιστρέψετε σε 360 μοίρες, 180 μοίρες ή σε οποιαδήποτε γωνία θέλετε.

Αναπαραγωγή και θα δείτε το κλιπ να περιστρέφεται σε κίνηση. Μπορείτε επίσης να κάνετε τις ανάλογες προσαρμογές μέχρι να είστε ευχαριστημένοι με το αποτέλεσμα.

Μια μικρή εξήγηση εδώ, αν είστε περίεργοι για το πώς λειτουργεί το Keyframe: για το πρώτο Keyframe, διατηρεί την αρχική κατάσταση του κλιπ, χωρίς άλλη περιστροφή ή μεγέθυνση, στη συνέχεια, στο δεύτερο Keyframe, περιστρέφουμε το κλιπ. Επομένως, από το Keyframe 1 στο Keyframe 2, το βίντεο αρχίζει να κινείται από την αρχική κατάσταση σε μια άλλη κατάσταση με διαφορετική γωνία περιστροφής και κλίμακα, με αποτέλεσμα να δημιουργείται animation.

Πώς να αλλάξετε ταχύτητα στο CapCut

Το CapCut προσφέρει δύο λειτουργίες για την αλλαγή της ταχύτητας: Κανονική ή Καμπύλη. Η επιλογή Κανονική σας επιτρέπει να επιταχύνετε ή να επιβραδύνετε το βίντεο με σταθερή ταχύτητα, όπως 2x, 4x, 8x κ.λπ., ενώ η επιλογή Καμπύλη σας δίνει περισσότερες δυνατότητες επεξεργασίας, με την ταχύτητα να αλλάζει μη γραμμικά για να δημιουργήσετε εντυπωσιακά εφέ αύξησης της ταχύτητας.



Για να χρησιμοποιήσετε τον τροποποιητή σταθερής ταχύτητας στο CapCut, ακολουθήστε τα παρακάτω βήματα:

- πατήστε το βίντεο κλιπ στη γραμμή χρόνου και πατήστε το εικονίδιο Speed (Ταχύτητα),
- πατήστε την επιλογή Κανονική για να αλλάξετε την ταχύτητα με σταθερό ρυθμό,
- σύρετε το ρυθμιστικό για να επιβραδύνετε το βίντεο στο 0,1x ή να το επιταχύνετε στο 100x.

Μπορείτε να ενεργοποιήσετε την επιλογή Pitch για να αποφασίσετε αν θα αλλάζει το βήμα του ήχου όταν αλλάζει η ταχύτητα του βίντεο.

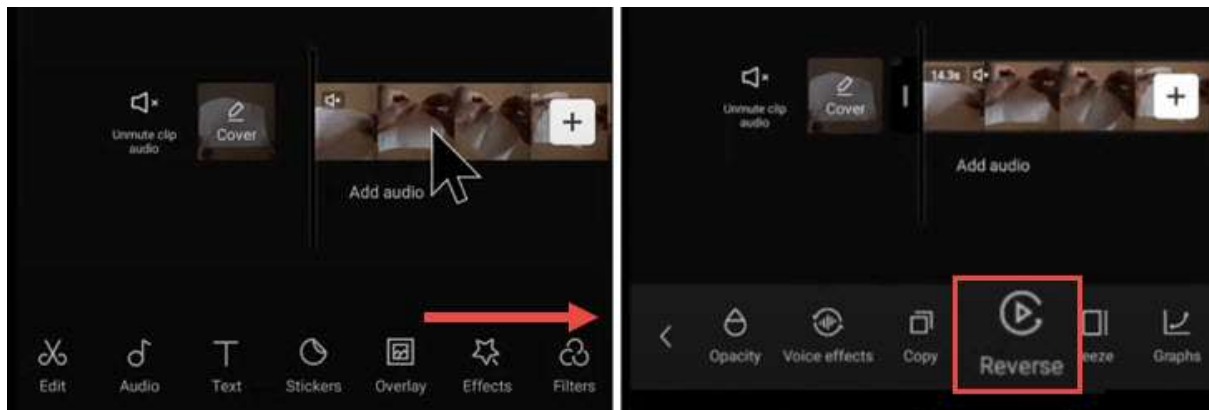
Για να χρησιμοποιήσετε τις καμπύλες ταχύτητας στο CapCut, μπορείτε να διαβάσετε τον λεπτομερή οδηγό για την κατασκευή εφέ ταχύτητας, συμπεριλαμβανομένων των εφέ αυτόματης ταχύτητας.

Για να διευκολύνετε την ταχύτητα κατά τη δημιουργία μεταβάσεων, εφέ τρισδιάστατου ζουμ ή τη χρήση πλαισίων κλειδιών, μπορείτε να χρησιμοποιήσετε τη λειτουργία γραφικών παραστάσεων στο CapCut.

Με τον τροποποιητή ταχύτητας στο CapCut, μπορείτε να φτιάξετε ένα ενδιαφέρον βίντεο Slomo (αργή κίνηση) για να τονίσετε μια σημαντική στιγμή, όπως για παράδειγμα να δημιουργήσετε τα εφέ bullet time.

Πώς να αντιστρέψετε ένα βίντεο στο CapCut

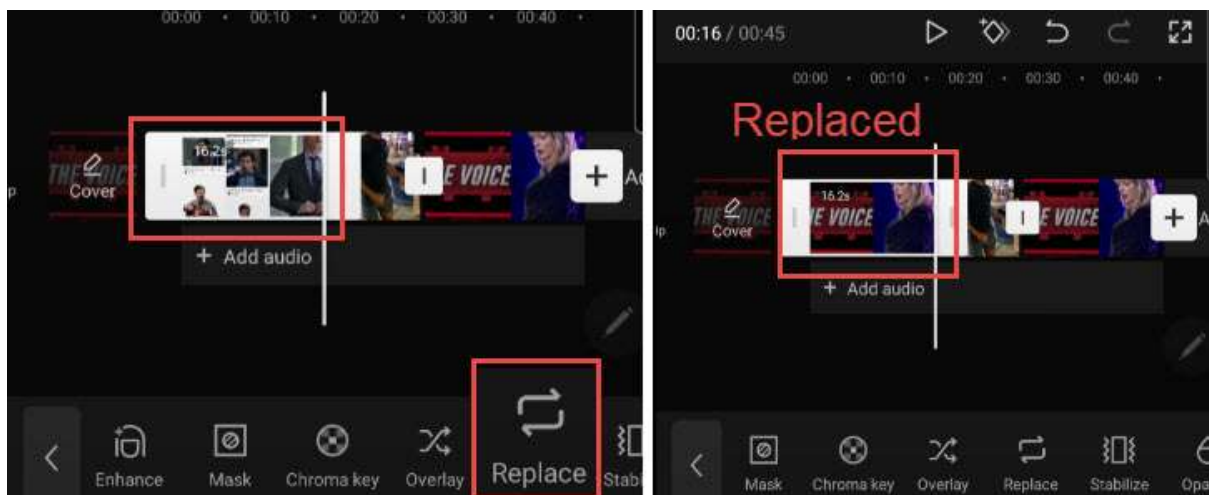
Η αντιστροφή ενός βίντεο μπορεί να δημιουργήσει ενδιαφέροντα εφέ, όπως η αποκατάσταση σπασμένων γυαλιών ή η συγχώνευση σκισμένων χαρτιών σε ένα.



- Προσθέστε βίντεο στο έργο στο CapCut.
- Πατήστε στο βίντεο κλιπ και σύρετε τη γραμμή εργαλείων στο κάτω μέρος.
- Σύρετε το δάχτυλό σας προς τα δεξιά μέχρι να δείτε το εικονίδιο Reverse.
- Πατήστε το για να αντιστρέψετε το βίντεο.

Πώς να αντικαταστήσετε ένα κλιπ στο CapCut

Η αντικατάσταση βίντεο ή εικόνων στο CapCut είναι μια εύχρηστη λειτουργία. Με αυτήν, δεν χρειάζεται να περνάτε από την ταλαιπωρία του κοψίματος και της ρύθμισης του μήκους του νεοπροστιθέμενου βίντεο κλιπ για να το κάνετε να χωρέσει ή να εφαρμόσετε ξανά εφέ. Το βίντεο κλιπ που αντικαθίσταται έχει την ίδια διάρκεια και τα ίδια εφέ με το αρχικό κλιπ.



- Πατήστε στο βίντεο κλιπ που θέλετε να αντικαταστήσετε. Αν προτιμάτε να αντικαταστήσετε μέρος του υλικού, μπορείτε να χρησιμοποιήσετε το εργαλείο Διαχωρισμός για να κόψετε το υλικό και να πατήσετε το τμήμα που θέλετε να αντικαταστήσετε.
- Πατήστε και σύρετε τη γραμμή εργαλείων στο κάτω μέρος, προς τα δεξιά, μέχρι να δείτε το εικονίδιο Αντικατάσταση.
- Πατήστε Αντικατάσταση και βρείτε το βίντεο κλιπ που θέλετε να προσθέσετε.

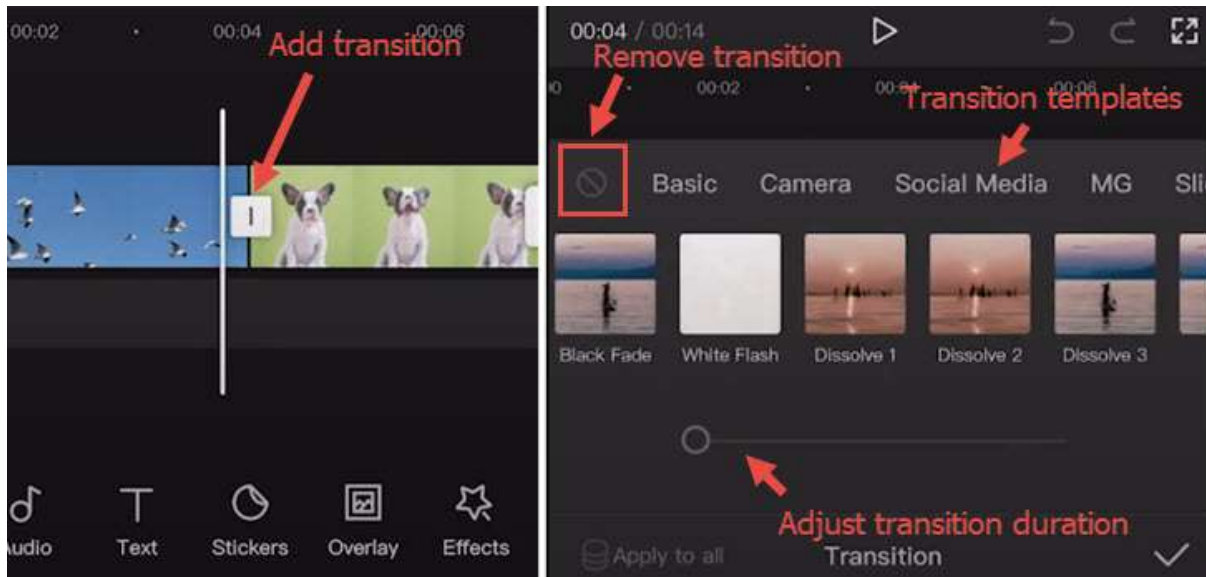
Σημείωση:



Η διάρκεια έχει οριστεί να είναι το ίδιο μήκος για να γεμίσει την υποδοχή, ωστόσο μπορείτε να σύρετε το υλικό μπρος-πίσω για να βεβαιωθείτε ότι τα μέρη που θέλετε περιλαμβάνονται στην καθορισμένη διάρκεια.

Πώς να προσθέσετε μεταβάσεις βίντεο στο CapCut

Πολλές μοντέρνες μεταβάσεις στο TikTok είναι πρότυπα 1 κλικ στο CapCut Video Editor. Με αυτά τα πρότυπα, μπορείτε να δημιουργήσετε δροσερές μεταβάσεις χωρίς εμπειρία στο μοντάζ.



- Εισάγετε δύο ή περισσότερα βίντεο στο έργο CapCut ή χωρίστε ένα βίντεο μεγάλης διάρκειας σε δύο μέρη.
- Κάντε κλικ στο εικονίδιο ανάμεσα σε δύο κλιπ για να εισέλθετε στον πίνακα μεταβάσεων.
- Εφαρμόστε πρότυπα μετάβασης και αναπαραγωγής για να βρείτε αυτό που σας αρέσει.

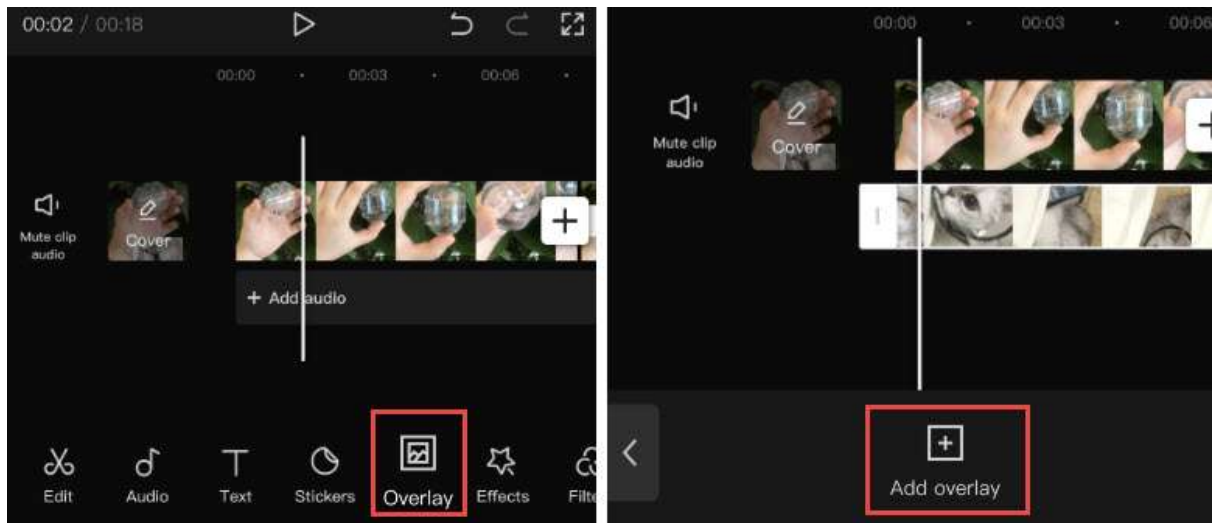
Σημείωση:

Μπορείτε να πατήσετε ξανά το εικονίδιο μετάβασης για να προσαρμόσετε ή να διαγράψετε μεταβάσεις.

- Σύρετε το ρυθμιστικό για να ρυθμίσετε το χρόνο μετάβασης.
- Πατήστε το απαγορευμένο εικονίδιο για να σταματήσετε την εφαρμογή οποιασδήποτε προεπιλεγμένης μετάβασης.

Πώς να χρησιμοποιήσετε τις επικαλύψεις στο CapCut

Χρησιμοποιώντας τη λειτουργία επικάλυψης στο CapCut, μπορείτε να προσθέσετε βίντεο, εικόνες και κείμενο πάνω από το κύριο κλιπ, δημιουργώντας έτσι εφέ εικόνας σε εικόνα, ειδικά εφέ τίτλων ή να το χρησιμοποιήσετε σε συνδυασμό με εφέ πράσινης οθόνης και άλλα. Για να προσθέσετε επικαλύψεις στο CapCut, ακολουθήστε τα παρακάτω βήματα:

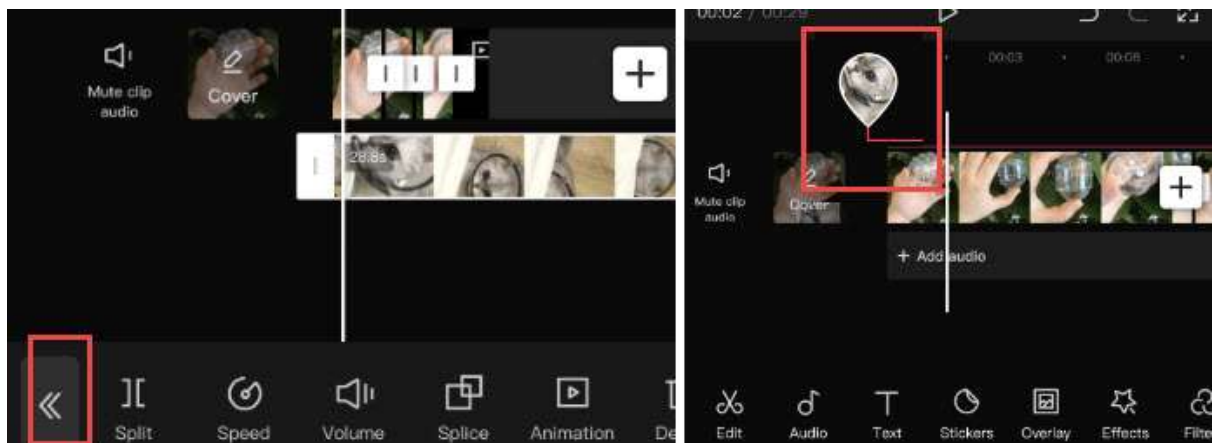


- εισαγωγή βίντεο ή εικόνας στο έργο ως το κύριο κλιπ,
- κάντε κλικ στο εικονίδιο Επικάλυψη στη γραμμή εργαλείων. Εάν δεν μπορείτε να βρείτε το εικονίδιο Επικάλυψης, βεβαιωθείτε ότι δεν έχετε πατήσει το κύριο βίντεο κλιπ,
- στο νέο παράθυρο, πατήστε Προσθήκη επικάλυψης,
- και στη συνέχεια αναζητήστε τα αρχεία βίντεο ή εικόνων και επιλέξτε ένα για να το προσθέσετε.

Σημείωση:

Μπορείτε να επαναλάβετε τα βήματα για να προσθέσετε περισσότερες επικαλύψεις στο χρονοδιάγραμμα.

Για να επεξεργαστείτε τις επικαλύψεις στο CapCut, ακολουθήστε τα παρακάτω βήματα:



- πατήστε στο κομμάτι Επικάλυψη και θα δείτε τα εργαλεία επεξεργασίας. Μπορείτε να χωρίσετε, να περικόψετε, να αλλάξετε την ένταση του ήχου κ.ο.κ. με τον ίδιο τρόπο που επεξεργάζεστε το κύριο κλιπ,
- πατήστε το εικονίδιο με το διπλό βέλος μόλις ολοκληρώσετε την επεξεργασία του κλιπ επικάλυψης. Αυτό θα σας μεταφέρει πίσω στο κύριο χρονοδιάγραμμα,



- για να επιστρέψετε στον πίνακα επεξεργασίας Επικάλυψης, κάντε κλικ στη μικρογραφία σε σχήμα σταγόνας νερού.

Συμβουλές:

- αν η επικάλυψη είναι μεγαλύτερη από το κύριο κλιπ, το υπόλοιπο βίντεο θα εμφανίζει μαύρες οθόνες μόνο με τις επικαλύψεις,
- μπορείτε να πατήσετε το κλιπ επικάλυψης και να το χωρίσετε ή να το κόψετε,
- για να αλλάξετε τη θέση του κλιπ επικάλυψης στη γραμμή χρόνου, μπορείτε να πατήσετε και να συνεχίσετε να πατάτε το κλιπ επικάλυψης για να το μετακινήσετε.

Πώς να τοποθετήσετε δύο βίντεο δίπλα-δίπλα στο CapCut (ή να δημιουργήσετε το εφέ διαχωρισμένης οθόνης)

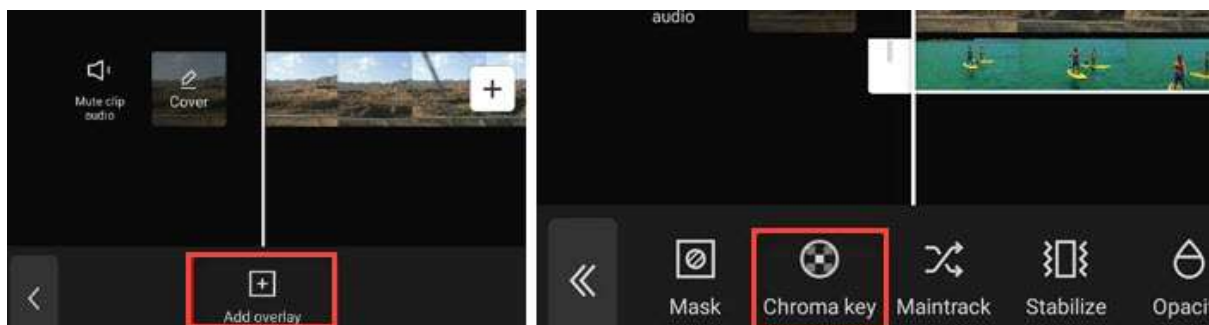
Όταν προσθέτετε δύο ή περισσότερα κλιπ σε διαφορετικά κομμάτια στη γραμμή χρόνου και τα ευθυγραμμίζετε στη γραμμή χρόνου, τα κλιπ αυτά θα εμφανίζονται στο παράθυρο προεπισκόπησης ταυτόχρονα στην ίδια οθόνη.

Μπορείτε να περικόψετε ή να χρησιμοποιήσετε τις λειτουργίες διαχωρισμένης οθόνης για να αποφασίσετε τα τμήματα που θα εμφανίζονται και θα αποκρύπτονται ή να αλλάξετε τα σχήματα της διαχωρισμένης οθόνης. Το βίντεο με το σεμινάριο που ακολουθεί είναι εύκολο να το ακολουθήσετε.

Για να ξεκινήσετε, προσθέστε το κύριο βίντεο στη γραμμή χρόνου και πατήστε Επικάλυψη για να προσθέσετε βίντεο επικάλυψης.

- Πατήστε το εικονίδιο Μάσκα στον κάτω πίνακα.
- Πατήστε το εικονίδιο Διαχωρισμός και μετακινήστε τη γραμμή διαχωρισμού στο παράθυρο προεπισκόπησης.
- Μπορείτε επίσης να προσθέσετε περισσότερα βίντεο δίπλα-δίπλα επαναλαμβάνοντας τα παραπάνω βήματα.
- Εκτός από τη χρήση του προτύπου Split, μπορείτε επίσης να χρησιμοποιήσετε το πρότυπο Filmstrip κ.ο.κ.

Πώς να χρησιμοποιήσετε πράσινη οθόνη στο CapCut

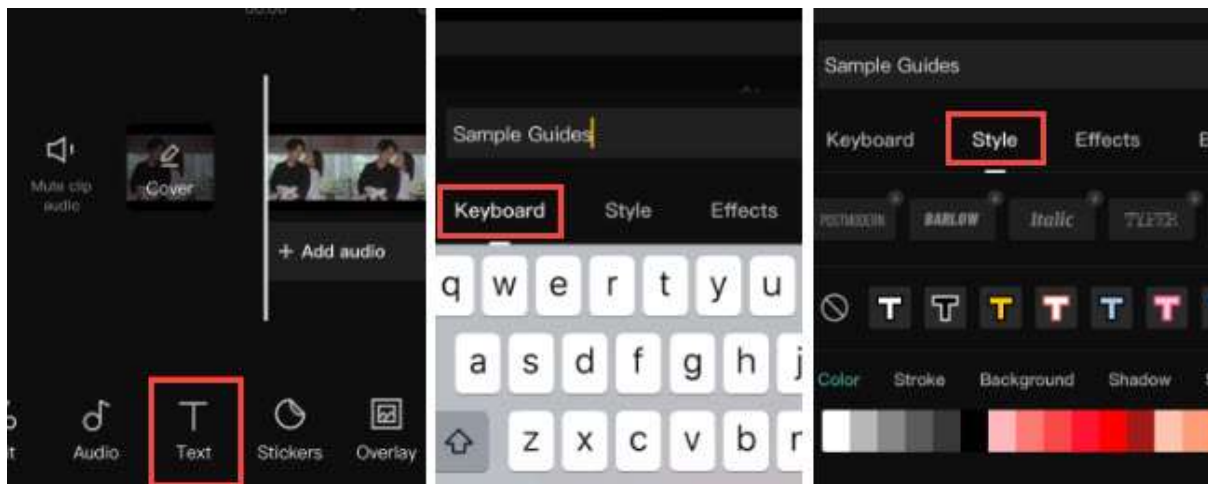


Το CapCut προσφέρει τη λειτουργία Chroma Key για την αφαίρεση χρωμάτων όπως η πράσινη οθόνη.



- Εισάγετε το κύριο βίντεο στο έργο και προσθέστε επικαλύψεις πάνω στο βίντεο.
- Βρείτε το εικονίδιο Chroma Key στη γραμμή εργαλείων επεξεργασίας του βίντεο επικάλυψης.
- Χρησιμοποιήστε τον επιλογέα χρωμάτων για να προσδιορίσετε το χρώμα που θέλετε να αφαιρέσετε.

Πώς να επεξεργαστείτε κείμενο στο CapCut



Η προσθήκη κειμένου είναι εύκολη και γρήγορη στο CapCut:

- δημιουργήστε ένα Νέο Έργο και εισάγετε βίντεο, ήχο, εικόνες όταν χρειάζεται,
- πατήστε το εικονίδιο Κείμενο στην κάτω γραμμή εργαλείων,
- πληκτρολογήστε το κείμενο όπως θέλετε και ρυθμίστε το χρώμα, τις γραμματοσειρές, τη σκιά κ.λπ,
- μετά την προσθήκη κειμένου στο χρονοδιάγραμμα, μπορείτε να σύρετε την άκρη του για να το κάνετε μακρύτερο ή μικρότερο, ανάλογα με το πόσο θέλετε να παραμείνει στην οθόνη.

Εκτός από την καρτέλα Στυλ για το κείμενο, μπορείτε επίσης να εφαρμόσετε εφέ, φυσαλίδες και κινούμενα σχέδια στο κείμενο. Δεδομένου ότι πρόκειται για προκαθορισμένες ρυθμίσεις, δεν χρειάζεστε προχωρημένες δεξιότητες επεξεργασίας για να ασχοληθείτε με τις ρυθμίσεις.

Πώς να κάνετε το κείμενο διαφανές στο CapCut

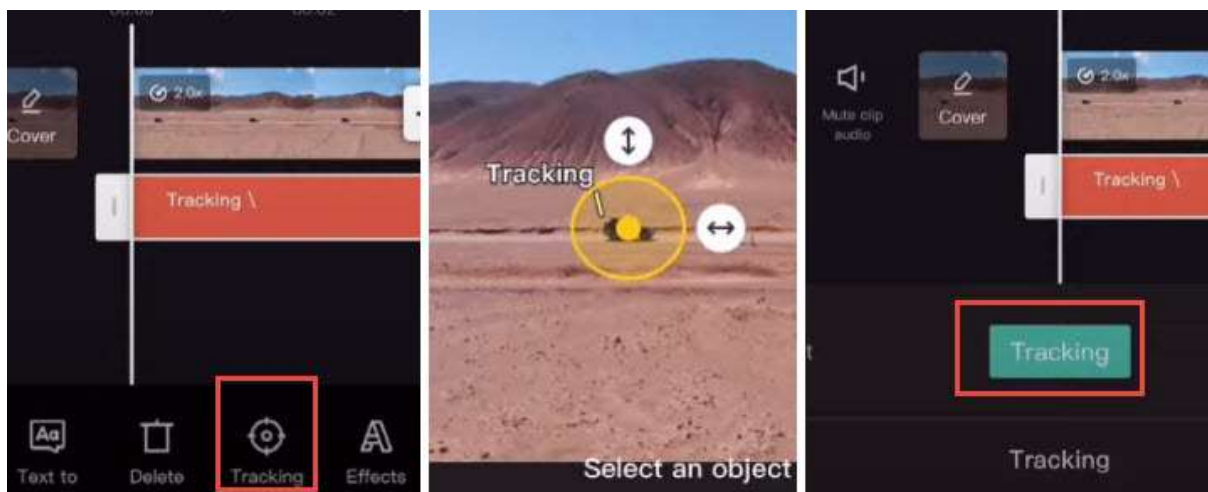


Αφού προσθέσετε κείμενο στο βίντεο στο CapCut, μπορείτε να ρυθμίσετε τη διαφάνειά του για να δημιουργήσετε ωραία στυλ. Για παράδειγμα, μπορεί να χρησιμοποιηθεί ως ένας τρόπος για να προσθέσετε υδατογραφήματα στα βίντεο στο CapCut.

- Πατήστε το εικονίδιο Κείμενο, πληκτρολογήστε το κείμενο όπως θέλετε και πατήστε το κουμπί επιβεβαίωσης,
- Στην καρτέλα στυλ, σύρετε το ρυθμιστικό Αδιαφάνεια για να αλλάξετε τη διαφάνεια του κειμένου και των τίτλων.

Πώς να χρησιμοποιήσετε την παρακολούθηση κειμένου στο CapCut

Η λειτουργία παρακολούθησης κειμένου στο CapCut μπορεί να κινεί αυτόματα το κείμενο, με τρόπο ώστε το κείμενο να ακολουθεί ένα κινούμενο αντικείμενο στο βίντεο που έχετε ορίσει εσείς.



- Εισάγετε βίντεο στο έργο CapCut και πατήστε το εικονίδιο Κείμενο.
- Προσθέστε κείμενο στο βίντεο και πατήστε το κλιπ κειμένου.
- Σαρώστε την κάτω γραμμή εργαλείων μέχρι να δείτε την Παρακολούθηση.
- Περιορίστε την περιοχή παρακολούθησης του αντικειμένου σύροντας το βέλος και τοποθετήστε την άγκυρα στο κεντρικό τμήμα του κινούμενου αντικειμένου.

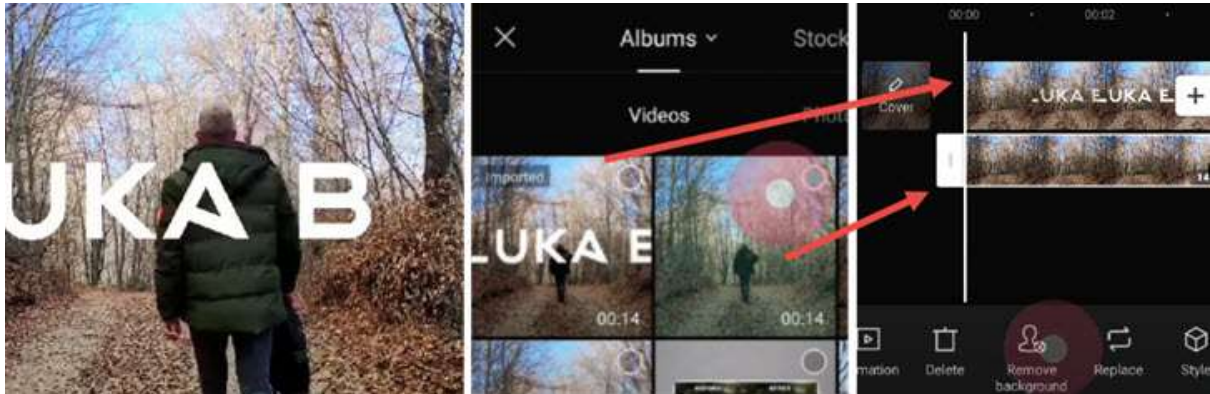


- Πατήστε το πράσινο κουμπί Παρακολούθηση για να ξεκινήσει η αυτόματη παρακολούθηση.

Όταν γίνει αυτό, θα δείτε το κείμενο να κινείται μαζί με το επιλεγμένο αντικείμενο.

Σημείωση: Μπορείτε να διευκολύνετε και να διευκολύνετε την κίνηση παρακολούθησης εφαρμόζοντας τη λειτουργία γραφικών παραστάσεων.

Πώς να δημιουργήσετε το εφέ "Κείμενο πίσω από πρόσωπο"

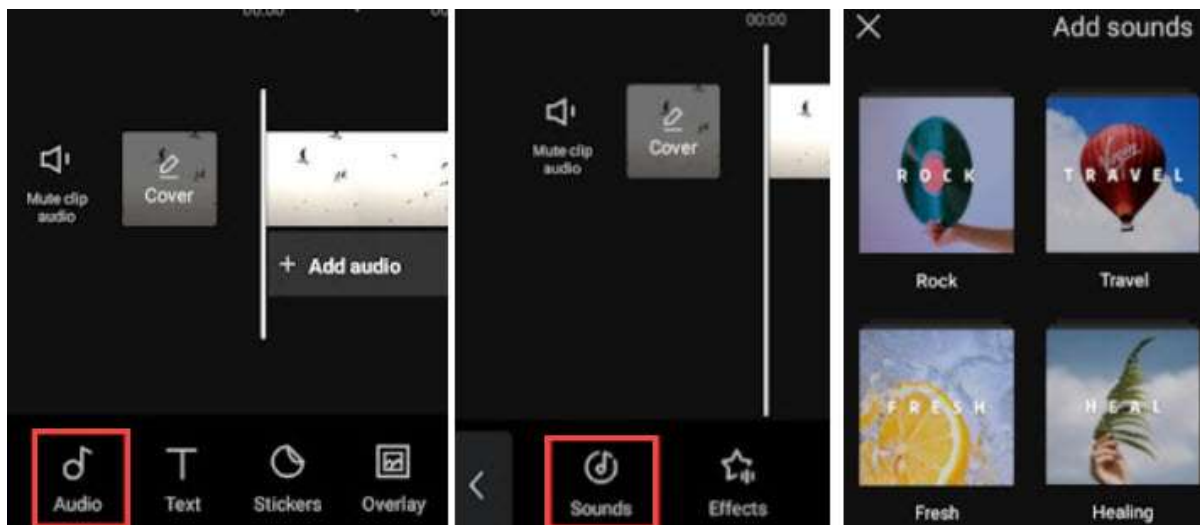


Όταν συνδυάζετε την επεξεργασία κειμένου με άλλες λειτουργίες του CapCut, μπορείτε να δημιουργήσετε μοντέρνα εφέ κειμένου όπως άλλοι δημιουργοί. Η τοποθέτηση του κειμένου πίσω από ένα πρόσωπο είναι ένα τέτοιο παράδειγμα.

- Προσθέστε κείμενο στο βίντεο, όπως κάνετε συνήθως, και εξάγετε αυτό το βίντεο κλιπ.
- Δημιουργήστε ένα νέο έργο και εισαγάγετε αυτό το βίντεο ως κύριο κομμάτι βίντεο.
- Πατήστε επικάλυψη για να εισαγάγετε το ακατέργαστο βίντεο (χωρίς κείμενο) ως κομμάτι επικάλυψης.
- Χρησιμοποιήστε τη λειτουργία Μετακίνηση φόντου για να αφαιρέσετε το φόντο και είναι έτοιμο.

Για έναν λεπτομερή οδηγό, μπορείτε να παρακολουθήσετε το βίντεο με το σεμινάριο του Luka, που φαίνεται παρακάτω.

Πώς να επεξεργαστείτε ήχο στο CapCut



Μπορείτε να προσθέσετε μουσική υπόκρουση, ηχητικά εφέ και άλλο ήχο στο βίντεο χρησιμοποιώντας τη βιβλιοθήκη ήχου του CapCut. Αυτά τα αρχεία πολυμέσων αρχείου είναι δωρεάν, πράγμα που σημαίνει ότι μπορείτε να ανεβάσετε το βίντεο στο YouTube και σε άλλες κοινωνικές πλατφόρμες χωρίς παραβίαση πνευματικών δικαιωμάτων.

Εκτός από τη χρήση μουσικής από το απόθεμα, μπορείτε επίσης να χρησιμοποιήσετε το CapCut για να εξαγάγετε μουσική από τα αγαπημένα σας βίντεο. Με αυτή τη μέθοδο, μπορεί να μην είστε σε θέση να μοιραστείτε το βίντεο στο κοινό, αλλά μόνο για προσωπική κοινή χρήση.

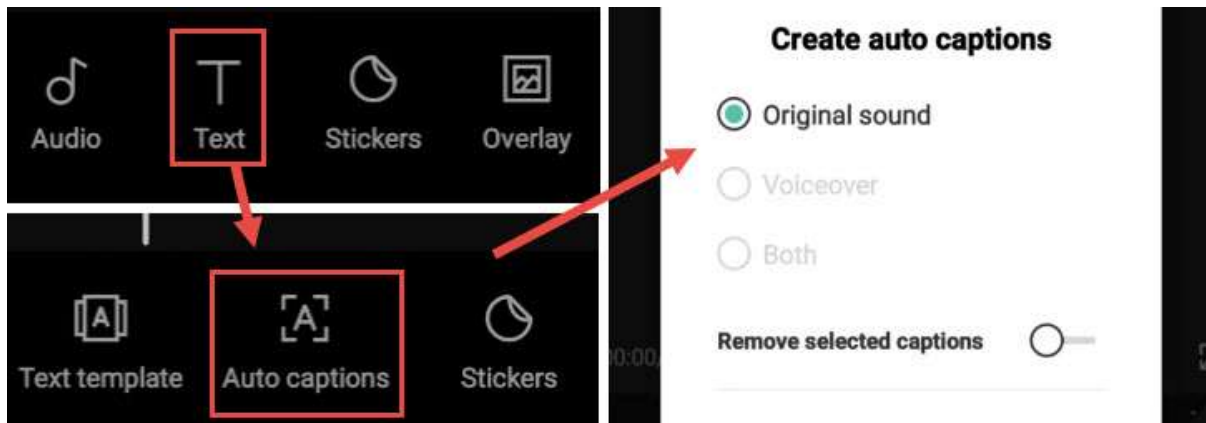
- Προσθέστε το υλικό σε ένα νέο έργο και πατήστε το εικονίδιο ήχου στη γραμμή εργαλείων.
- Πατήστε Ήχοι για να ανοίξετε τη βιβλιοθήκη αποθεμάτων και επιλέξτε το αγαπημένο σας κομμάτι για να το προσθέσετε.
- Μπορείτε να πατήσετε στο κλιπ ήχου που προστέθηκε για να το περικόψετε, να το χωρίσετε ή να αλλάξετε την ταχύτητά του.

Πώς να αλλάξετε την ένταση ήχου στο CapCut

Για να κάνετε το βίντεο πιο δυνατό ή να το κάνετε σίγαση, μπορείτε να χρησιμοποιήσετε την επιλογή έντασης ήχου στην επεξεργασία ήχου.

- Για τη μουσική υπόκρουση και τον ήχο του περιβάλλοντος μέσα στο βίντεο, μπορείτε να πατήσετε στο κομμάτι του βίντεο και να πατήσετε το εικονίδιο Ένταση ήχου για να αλλάξετε την ένταση του ήχου.
- Μπορείτε επίσης να πατήσετε στο βίντεο και να πατήσετε το κουμπί Απόσπασμα για να διαχωρίσετε τον ήχο στην ειδική ηχογράφηση. Στη συνέχεια, μπορείτε να πατήσετε το κλιπ ήχου και να χρησιμοποιήσετε το εργαλείο έντασης ήχου σε αυτό.

Πώς να χρησιμοποιήσετε την αυτόματη λεζάντα στο CapCut



Αν αγαπάτε τη λειτουργία ομιλίας σε κείμενο στο TikTok, το πιθανότερο είναι ότι θα χρειαστείτε επίσης τη λειτουργία ομιλίας σε κείμενο. Χρησιμοποιώντας το CapCut, μπορείτε να μετατρέψετε τον ήχο του βίντεο σε λεζάντες αυτόματα, εξοικονομώντας έτσι χρόνο, καθώς δεν θα χρειάζεται να προσθέσετε χειροκίνητα λεζάντες.

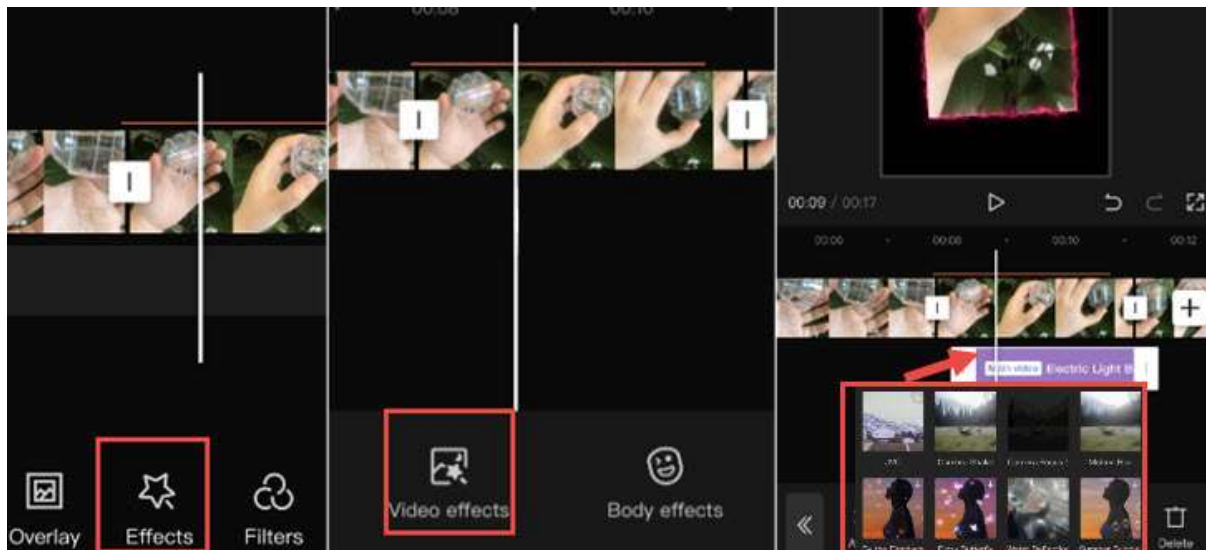
- Δημιουργήστε ένα νέο έργο και προσθέστε το βίντεο.
- Πατήστε το εικονίδιο Κείμενο από τη γραμμή εργαλείων. Μην πατήσετε στο βίντεο, διαφορετικά θα μεταφερθείτε στη γραμμή εργαλείων επεξεργασίας βίντεο, όπου δεν θα δείτε το εικονίδιο Κείμενο.
- Πατήστε Auto Captions. Βρίσκεται μεταξύ του προτύπου κειμένου και των χαρακτηριστικών αυτοκόλλητων.
- Επιλέξτε να δημιουργήσετε αυτόματες λεζάντες από τον αρχικό ήχο του βίντεο, από τη φωνή ή και από τα δύο.
- Περιμένετε να ολοκληρώσει η εφαρμογή την ανάλυση και να προσθέσει το κείμενο ως λεζάντες.

Μπορείτε να κάνετε αναπαραγωγή και να ελέγξετε αν η λεζάντα είναι ακριβής. Αν προτιμάτε να κάνετε προσαρμογές, πατήστε το εικονίδιο Επεξεργασία παρτίδας για να καλέσετε το πληκτρολόγιο και να διορθώσετε τη λέξη όταν χρειάζεται.

Πώς να εφαρμόσετε προηγμένη επεξεργασία στο CapCut

Πώς να προσθέσετε εφέ στο CapCut

Το CapCut διαθέτει πολλά έτοιμα προς χρήση εφέ για να βελτιώσετε εύκολα το βίντεό σας. Περιλαμβάνει τόσο εφέ βίντεο για να προσθέσετε μαγνητικά FX όσο και εφέ σώματος για να γυαλίσετε το δέρμα σας, την εικόνα σας και ούτω καθεξής.



- Πατήστε σε ένα βίντεο κλιπ και πατήστε το εικονίδιο Effects σε σχήμα αστεριού.
- Πατήστε Εφέ βίντεο ή Εφέ σώματος.
- Χρησιμοποιήστε τις προεπιλογές για να γυαλίσετε το βίντεο κλιπ. Τα εφέ θα εμφανίζονται ως μοβ κλιπ κάτω από το κύριο βίντεο.

Σημείωση:

Μόλις επιστρέψετε στο κύριο χρονοδιάγραμμα, δεν θα δείτε το μοβ κλιπ, αλλά μια χρωματιστή γραμμή γύρω από το βίντεο κλιπ, που υποδεικνύει ότι στο τμήμα αυτό έχουν εφαρμοστεί εφέ. Μπορείτε πάντα να επιστρέψετε και να επεξεργαστείτε ή να αφαιρέσετε τα εφέ πατώντας ξανά το εικονίδιο εφέ σε σχήμα αστεριού.

Πώς να κάνετε μια εικόνα να κινηθεί στο CapCut

Για να κάνετε μια εικόνα να κινηθεί στο CapCut, πρέπει να χρησιμοποιήσετε τις λειτουργίες Keyframe. Μπορείτε να κάνετε keyframe τη θέση, την κλίμακα, τη γωνία περιστροφής, το ποσοστό περικοπής και πολλές άλλες παραμέτρους στο CapCut, έτσι ώστε το κλιπ να μετατραπεί από την κατάσταση 1 στο Keyframe 1 στην κατάσταση 2 στο Keyframe 2, δημιουργώντας έτσι την επιθυμητή κίνηση.

- Αφού προσθέσετε την εικόνα ως επικάλυψη πάνω από το βίντεο, πατήστε στο κλιπ εικόνας.
- Σύρετε το κλιπ για να τοποθετήσετε την κεφαλή αναπαραγωγής στο σημείο όπου θέλετε να αρχίσει να κινείται η εικόνα.
- Πατήστε το εικονίδιο Keyframe κάτω από το παράθυρο προεπισκόπησης για να προσθέσετε το πρώτο Keyframe.
- Μετακινήστε την εικόνα σε άλλη θέση στο παράθυρο προεπισκόπησης και πατήστε ξανά το εικονίδιο Keyframe για να προσθέσετε το δεύτερο keyframe.

Αν αναπαράγετε το βίντεο, θα δείτε την εικόνα να μετακινείται από τη θέση 1 στη θέση 2. Μόλις αποκτήσετε το κολάι της επεξεργασίας με το CapCut, μπορείτε επίσης να αυξήσετε το παιχνίδι σας και να



μάθετε πώς να προσθέτετε εφέ τρισδιάστατης μεγέθυνσης στο CapCut. Για γρήγορη επεξεργασία και για να συμβαδίζετε με την τάση, μπορείτε επίσης να χρησιμοποιήσετε πρότυπα CapCut για να διασκεδάσετε.

Θα χάσω τα πάντα αν διαγράψω το CapCut;

Ναι, τα έργα και τα προσχεδιά σας θα διαγραφούν μαζί με την εφαρμογή. Εάν είστε σε iOS, μπορείτε να επιλέξετε να "ξεφορτώσετε" την εφαρμογή, γεγονός που θα διαγράψει την ίδια την εφαρμογή, διατηρώντας όμως τα έγγραφα και τα δεδομένα μέσα σε αυτήν. Ωστόσο, δεν είναι εγγυημένο ότι όλα θα παραμείνουν ανέπαφα.

Πώς να εξαγάγετε το βίντεο από το CapCut



Αφού επεξεργαστείτε το βίντεο, μπορείτε να κάνετε κλικ στο κουμπί Εξαγωγή στην επάνω δεξιά γωνία.

CapCut υποστήριξη εξαγωγής βίντεο μέχρι 4K, εδώ είναι οι ρυθμίσεις εξαγωγής για να τσιμπήσετε με:

- Ψήφισμα: ανάλυση: 480p, 720p, 1080p, 2K/4K,
- Ρυθμός καρέ: 24, 25, 30, 50, 60;
- Smart HDR: Επιλογή για τη μετατροπή βίντεο σε "έξυπνο" βίντεο HDR.

Πώς να ανεβάσετε ένα βίντεο στο κανάλι YouTube

Το ανέβασμα βίντεο στο YouTube είναι εφικτό με μερικά εύκολα βήματα. Χρησιμοποιήστε τις παρακάτω οδηγίες για να ανεβάσετε τα πρωτότυπα βίντεό σας από υπολογιστή ή από κινητή συσκευή. Πρέπει να σημειωθεί ότι η μεταφόρτωση ενδέχεται να μην είναι διαθέσιμη με εποπτευόμενες εμπειρίες στο YouTube.

Εάν επιθυμείτε να ανεβάσετε ένα βίντεο από το κινητό σας τηλέφωνο, μπορείτε να χρησιμοποιήσετε την **εφαρμογή YouTube Android App**, εγγράφοντας ένα νέο βίντεο ή επιλέγοντας ένα υπάρχον. Επιπλέον,



θα μπορούσε να είναι ενδιαφέρον να μάθετε τα τελευταία νέα, τις ενημερώσεις και τις συμβουλές στο κανάλι YouTube Creators.

- Ανοίξτε την εφαρμογή YouTube.
- Πατήστε Δημιουργία Ανεβάστε ένα βίντεο.
- Επιλέξτε το αρχείο που θέλετε να μεταφορτώσετε και πατήστε ΕΠΟΜΕΝΟ.
 - ο Εάν το βίντεο σας είναι διάρκειας 60 δευτερολέπτων ή λιγότερο και έχει τετράγωνη ή κάθετη αναλογία διαστάσεων, θα μεταφορτωθεί ως Σύντομο.
 - ο (Προαιρετικά) Εάν το βίντεο είναι μεγαλύτερο από 60 δευτερόλεπτα και έχει τετράγωνη ή κάθετη αναλογία διαστάσεων, μπορείτε να πατήσετε "Επεξεργασία σε μικρού μήκους" για να περικόψετε το βίντεο και να το ανεβάσετε ως μικρού μήκους.

Αν κλείσετε την εμπειρία μεταφόρτωσης πριν ολοκληρώσετε την επιλογή των ρυθμίσεών σας, το βίντεο θα αποθηκευτεί ως προσχέδιο στη σελίδα Περιεχομένου σας.

Προσθέστε σημαντικές λεπτομέρειες στο βίντεό σας.

Μικρογραφία	Η εικόνα που θα δουν οι θεατές πριν κάνουν κλικ στο βίντεό σας.
Τίτλος	Ο τίτλος του βίντεο σας.
Περιγραφή	Πληροφορίες που εμφανίζονται κάτω από το βίντεό σας. Για τις αναφορές βίντεο, χρησιμοποιήστε την ακόλουθη μορφή: Για μορφοποιημένο κείμενο στις περιγραφές σας, χρησιμοποιήστε την ακόλουθη μορφή: [Όνομα καναλιού][Τίτλος βίντεο][Αναγνωριστικό βίντεο]. Για μορφοποιημένο κείμενο στις περιγραφές σας, χρησιμοποιήστε την ακόλουθη μορφή: • *Παράδειγμα* για έντονο κείμενο. • _Παράδειγμα_ για κείμενο με πλάγια γράμματα. • -Δείγμα- για κείμενο με διαγράμμιση.
Ορατότητα	Επιλέξτε τις ρυθμίσεις απορρήτου του βίντεό σας για να ελέγξετε πού μπορεί να εμφανίζεται το βίντεό σας και ποιος μπορεί να το παρακολουθεί. Εάν είστε μέλος του προγράμματος συνεργατών του YouTube, μπορείτε να ρυθμίσετε το βίντεό σας σε μη καταχωρημένο ή ιδιωτικό μέχρι να ολοκληρωθούν οι έλεγχοι. Για να λάβετε ειδοποίηση μόλις ολοκληρωθούν οι έλεγχοι, μπορείτε να επιλέξετε να λάβετε ειδοποίηση στην εφαρμογή YouTube Studio. Σημείωση: Αναπτύσσουμε σιγά-σιγά αυτή τη λειτουργία.
Τοποθεσία	Εισάγετε την τοποθεσία όπου γυρίστηκε το βίντεο.
Λίστα αναπαραγωγής	Προσθέστε το βίντεό σας σε μια από τις υπάρχουσες λίστες αναπαραγωγής ή δημιουργήστε μια λίστα αναπαραγωγής.



Κάντε κλικ στο ΕΠΟΜΕΝΟ για να επιλέξετε το κοινό σας.

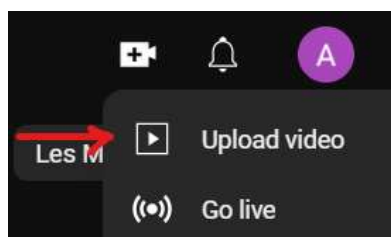
Κοινό	Για να συμμορφωθείτε με τον νόμο περί προστασίας της ιδιωτικής ζωής των παιδιών στο διαδίκτυο (COPPA), είστε υποχρεωμένοι να μας πείτε αν τα βίντεό σας είναι φτιαγμένα για παιδιά.
Περιορισμός ηλικίας	Περιορίστε την ηλικία των βίντεο που ενδέχεται να μην είναι κατάλληλα για όλα τα ακροατήρια.

Αν επιθυμείτε, αντίθετα, να ανεβάσετε ένα βίντεο από έναν φορητό υπολογιστή, ακολουθήστε τις παρακάτω οδηγίες:

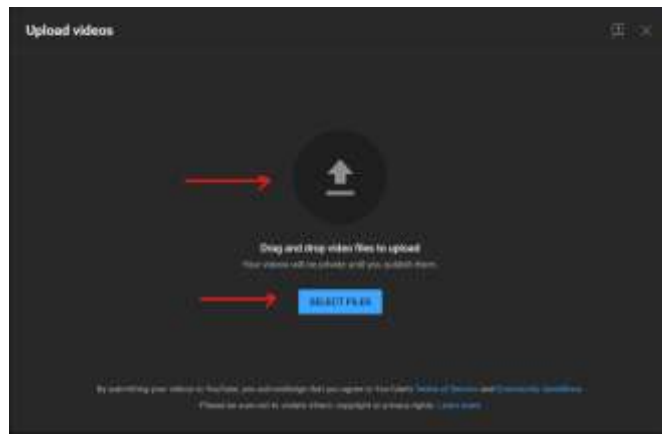
- πηγαίνετε στο <http://youtube.com>,
- στην επάνω δεξιά γωνία, κάντε κλικ στο ΕΙΣΟΔΟΣ εάν δεν έχετε ήδη συνδεθεί στο λογαριασμό σας.
- Εάν δεν έχετε λογαριασμό, παρακαλούμε δημιουργήστε έναν,
- μόλις συνδεθείτε στο λογαριασμό σας, κάντε κλικ στην κάμερα με το εικονίδιο με το σύμβολο συν (+) στην επάνω δεξιά πλευρά της οθόνης σας.



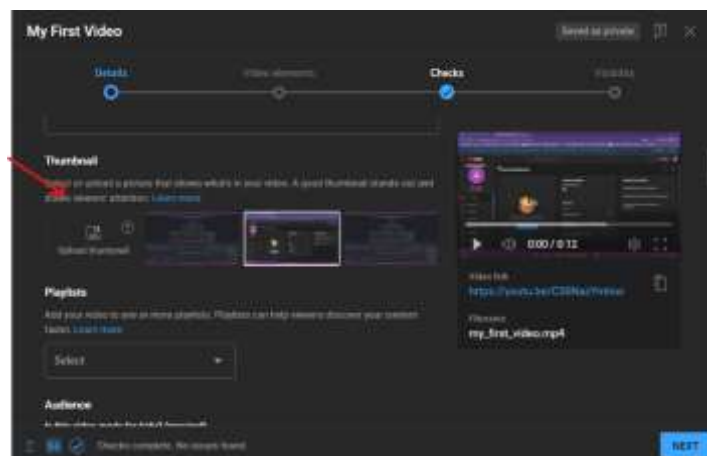
- Κάντε κλικ στην επιλογή upload video.



- Θα εμφανιστεί η οθόνη Upload Video. Για να ανεβάσετε ένα βίντεο μπορείτε είτε να σύρετε και να αποθέσετε το βίντεο από τον υπολογιστή σας είτε να κάνετε κλικ στο ΕΠΙΛΟΓΗ ΑΡΧΕΙΟΥ για να εντοπίσετε το βίντεο από τα αρχεία σας.



- Εάν επιλέξετε την επιλογή ΕΠΙΛΟΓΗ ΑΡΧΕΙΟΥ, θα εμφανιστεί μια οθόνη εξερεύνησης αρχείων. Εντοπίστε το αρχείο σας και, στη συνέχεια, κάντε κλικ στην επιλογή Άνοιγμα.
- Στη συνέχεια, θα εμφανιστεί η οθόνη προόδου της μεταφόρτωσης. Αυτή η διαδικασία θα διαρκέσει μερικά λεπτά ανάλογα με τη διάρκεια του βίντεο σας.
- Μπορείτε να προσθέσετε τον τίτλο του βίντεο, μια περιγραφή και μια μικρογραφία. Μπορείτε είτε να επιλέξετε μια μικρογραφία από τις διαθέσιμες εικόνες είτε να ανεβάσετε τη δική σας.



- Πριν προχωρήσετε στο επόμενο βήμα, είναι υποχρεωτικό να επιλέξετε την επιλογή αν το βίντεο είναι φτιαγμένο για παιδιά ή όχι. Μπορείτε να βρείτε τις επιλογές κοινού μετά την επιλογή της μικρογραφίας.
- Παραλείψτε τα στοιχεία βίντεο και τους ελέγχους κάνοντας κλικ στο κουμπί Επόμενο.
- Στην περιοχή Ορατότητα, επιλέξτε την προτιμώμενη επιλογή για το βίντεο σας. Τα ιδιωτικά βίντεο είναι ορατά σε εσάς και σε άτομα που έχετε επιλέξει, τα μη καταχωρημένα βίντεο είναι ορατά σε οποιονδήποτε με έναν σύνδεσμο και τα δημόσια βίντεο είναι ορατά σε όλους.
- Όταν ολοκληρώσετε όλες τις ρυθμίσεις σας, κάντε κλικ στο κουμπί Αποθήκευση.
- Έχετε πλέον ανεβάσει το βίντεό σας στο YouTube.
- Το βίντεό σας θα εμφανιστεί στο κανάλι σας, στην καρτέλα Περιεχόμενο.



Περαιτέρω ανάγνωση

Χρήσιμα σεμινάρια στο YouTube:

<https://www.wix.com/blog/2019/02/how-to-upload-video-youtube-guide/>

https://www.youtube.com/watch?v=JeEzkb1X554&ab_channel=TheFigCo

Βιβλιογραφία

Digiarty Software (χωρίς ημερομηνία). Διαθέσιμο στη [διεύθυνση: https://www.videoproc.com/video-editapp+CapCutor/how-to-use-capcut.htm](https://www.videoproc.com/video-editapp+CapCutor/how-to-use-capcut.htm).

Ανέβασμα βίντεο στο YouTube - Υπολογιστής - Βοήθεια YouTube (χωρίς ημερομηνία). Διαθέσιμο στη [διεύθυνση: https://support.google.com/youtube/answer/57407?hl=en](https://support.google.com/youtube/answer/57407?hl=en).



Περισσότερες πληροφορίες:

Δικτυακός τόπος του έργου: <https://trainingclub.eu/age/>

Δικτυακός τόπος του συντονιστή του έργου: <https://www.asociaciondeses3.com/thelearningage>