

«Μάθηση σε 5 Λεπτά: Δημιουργώντας εμπειρίες μικρομάθησης (Microlearning) για τον/τη σύγχρονο/η επαγγελματία»

Καθαρή διάρκεια: 24:00

Έναρξη: 19/05/2026



Περιγραφή προδιαγραφής:

Η σύγχρονη εργασία απαιτεί συνεχή μάθηση, ευελιξία και ικανότητα μετάδοσης γνώσης με τρόπο σύντομο, ουσιαστικό και ελκυστικό. Το επιμορφωτικό πρόγραμμα «Μάθηση σε 5 Λεπτά: Δημιουργώντας εμπειρίες μικρομάθησης (Microlearning) για τον/τη σύγχρονο/η επαγγελματία» καθοδηγεί επαγγελματίες από κάθε τομέα στο πώς να σχεδιάζουν και να δημιουργούν microlearning μαθήματα — μικρές, στοχευμένες μαθησιακές εμπειρίες που μετατρέπουν τη γνώση σε πράξη. Οι συμμετέχοντες/ουσες θα εκπαιδεύονται στο να αναλύουν περιεχόμενο, να σχεδιάζουν σαφείς μαθησιακούς στόχους, να αξιοποιούν τεχνικές μικρο-αφήγησης και οπτικοποίησης, και να δημιουργούν σύντομες και διαδραστικές ενότητες με τη βοήθεια δωρεάν ή freemium εργαλείων. Το πρόγραμμα ολοκληρώνεται με την ανάπτυξη ενός προσωπικού microlearning project, έτοιμου να εφαρμοστεί σε εκπαιδευτικά, εταιρικά ή δημόσια περιβάλλοντα.

Ανάγκη Κατάρτισης:

Στο σύγχρονο επαγγελματικό περιβάλλον, όπου ο χρόνος είναι περιορισμένος και η πληροφορία αδιάκοπη, η ανάγκη για ευέλικτες και αποτελεσματικές μορφές μάθησης είναι πιο επιτακτική από ποτέ. Οι εργαζόμενοι, οι εκπαιδευτές και τα στελέχη οργανισμών καλούνται να μεταδίδουν γνώση γρήγορα, απλά και με ουσία, είτε πρόκειται για εκπαίδευση προσωπικού, ενημέρωση πελατών, είτε για ανάπτυξη δεξιοτήτων.

Η Μικρομάθηση (Microlearning) προσφέρει ακριβώς αυτή τη λύση: σύντομες, ελκυστικές μαθησιακές εμπειρίες που προσαρμόζονται στους ρυθμούς του σύγχρονου επαγγελματία και ενισχύουν την απομνημόνευση και την εφαρμογή της γνώσης στην πράξη. Ωστόσο, η δημιουργία αποτελεσματικών microlearning μαθημάτων απαιτεί ειδικές δεξιότητες σχεδιασμού, ψηφιακής αφήγησης, οπτικοποίησης και αξιολόγησης — δεξιότητες που συχνά λείπουν από την υπάρχουσα επαγγελματική κατάρτιση.

Το πρόγραμμα «Μάθηση σε 5 Λεπτά: Δημιουργώντας εμπειρίες μικρομάθησης (Microlearning) για τον/τη σύγχρονο/η επαγγελματία» έρχεται να καλύψει αυτό το κενό, παρέχοντας πρακτική, βιωματική εκπαίδευση για όσους επιθυμούν να γίνουν δημιουργοί σύντομων, αποτελεσματικών και ποιοτικών μαθησιακών εμπειριών.



ΑΝΟΙΚΤΟ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ
ΚΥΠΡΟΥ
www.ouc.ac.cy



ΚΕΔΜΑ
Κέντρο Επαγγελματικής
και Διά Βίου Μάθησης



Αρχή Ανάπτυξης
Ανθρώπινου
Δυναμικού
Κύπρου

ΣΤΟΧΟΙ ΚΑΤΑΡΤΙΣΗΣ:

Σε επίπεδο γνώσεων :

- Περιγράφουν τα βασικά χαρακτηριστικά, τα πλεονεκτήματα και τις παιδαγωγικές αρχές της μικρομάθησης (Microlearning).
- Απαριθμούν τις κύριες μορφές μικρομάθησης (Microlearning) περιεχομένου.
- Κατονομάζουν τα στάδια σχεδίασης ενός μαθήματος μικρομάθησης (Microlearning).
- Εξηγούν τις γνωστικές αρχές που επηρεάζουν τη μάθηση.
- Διαχωρίζουν τη μικρομάθηση (Microlearning) από τις παραδοσιακές μορφές εκπαίδευσης και e-learning.
- Κατατάσσουν και ταξινομούν διαφορετικές προσεγγίσεις μικρομάθησης (Microlearning) ανάλογα με τον σκοπό, τη διάρκεια και το κοινό-στόχο.
- Συσχετίζουν τις τεχνικές αφήγησης και οπτικοποίησης με τη διατήρηση της προσοχής και την ενεργοποίηση του εκπαιδευόμενου.
- Συγκρίνουν διαθέσιμα εργαλεία και πλατφόρμες για μικρομάθηση (Microlearning) ως προς τη λειτουργικότητα, την ευκολία χρήσης και την παιδαγωγική τους αξία.

Σε επίπεδο δεξιοτήτων :

- Αναπτύσσουν μικρομαθησιακές ενότητες που ανταποκρίνονται σε συγκεκριμένες ανάγκες μάθησης.
- Σχεδιάζουν και οργανώνουν τη δομή ενός μαθήματος μικρομάθησης (Microlearning), από τον καθορισμό στόχων έως την αξιολόγηση.
- Επιλέγουν κατάλληλα εργαλεία, μορφές και τεχνικές για την παρουσίαση και διάχυση της γνώσης.
- Επεξηγούν και τεκμηριώνουν τις επιλογές τους ως προς το περιεχόμενο, το ύφος και τη μεθοδολογία σχεδίασης.
- Χρησιμοποιούν αποτελεσματικά ψηφιακά εργαλεία για τη δημιουργία περιεχομένου.
- Εφαρμόζουν τεχνικές αφήγησης, οπτικοποίησης και ενεργοποίησης για τη βελτίωση της μαθησιακής εμπειρίας.
- Ελέγχουν και επαληθεύουν την αποτελεσματικότητα των δικών τους μαθημάτων μικρομάθησης (Microlearning), μέσα από δραστηριότητες αξιολόγησης και ανατροφοδότησης.
- Διορθώνουν και βελτιώνουν το περιεχόμενό τους βάσει δεδομένων, σχολίων ή παρατηρήσεων των εκπαιδευομένων.
- Αποδεικνύουν ικανότητα δημιουργίας ολοκληρωμένου project δημιουργίας μαθήματος μικρομάθησης (Microlearning) που συνδυάζει θεωρία, τεχνολογία και δημιουργικότητα.

ΣΤΟΧΟΙ ΚΑΤΑΡΤΙΣΗΣ:

Σε επίπεδο στάσεων :

- Υιοθετούν θετική στάση απέναντι στη συνεχή μάθηση, την καινοτομία και την απλότητα στη μετάδοση γνώσης.
- Υποστηρίζουν την αξία της συνεργατικής μάθησης και της ανταλλαγής εμπειριών σε κοινότητες πρακτικής.
- Εκτιμούν τη σημασία της ενσυνείδητης και υπεύθυνης χρήσης της τεχνολογίας και της Τεχνητής Νοημοσύνης στην εκπαίδευση.
- Συνεργάζονται δημιουργικά με άλλους για τη βελτίωση και ανατροφοδότηση μαθημάτων μικρομάθησης (Microlearning).
- Ενθαρρύνουν και παροτρύνουν την εφαρμογή της μικρομάθησης (Microlearning) στους επαγγελματικούς τους χώρους ως πρακτική αποτελεσματικής εκπαίδευσης.
- Αμφισβητούν παραδοσιακές μορφές εκπαίδευσης όταν δεν εξυπηρετούν τη σύγχρονη ανάγκη για ευελιξία και προσβασιμότητα.
- Αποδέχονται την αρχή ότι «λιγότερο είναι περισσότερο» στη σχεδίαση μαθησιακών εμπειριών, εστιάζοντας στην ουσία και τη σαφήνεια.



ΑΝΟΙΚΤΟ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ
ΚΥΠΡΟΥ
www.ouc.ac.cy



ΚΕΔΜΑ
Κέντρο Επαγγελματικής
και Διά Βίου Μάθησης



Αρχή Ανάπτυξης
Ανθρώπινου
Δυναμικού
Κύπρου

ΣΤΟΧΟΙ ΚΑΤΑΡΤΙΣΗΣ:

Σε επίπεδο γνώσεων :

- Περιγράφουν τα βασικά χαρακτηριστικά, τα πλεονεκτήματα και τις παιδαγωγικές αρχές της μικρομάθησης (Microlearning).
- Απαριθμούν τις κύριες μορφές μικρομάθησης (Microlearning) περιεχομένου.
- Κατονομάζουν τα στάδια σχεδίασης ενός μαθήματος μικρομάθησης (Microlearning).
- Εξηγούν τις γνωστικές αρχές που επηρεάζουν τη μάθηση.
- Διαχωρίζουν τη μικρομάθηση (Microlearning) από τις παραδοσιακές μορφές εκπαίδευσης και e-learning.
- Κατατάσσουν και ταξινομούν διαφορετικές προσεγγίσεις μικρομάθησης (Microlearning) ανάλογα με τον σκοπό, τη διάρκεια και το κοινό-στόχο.
- Συσχετίζουν τις τεχνικές αφήγησης και οπτικοποίησης με τη διατήρηση της προσοχής και την ενεργοποίηση του εκπαιδευόμενου.
- Συγκρίνουν διαθέσιμα εργαλεία και πλατφόρμες για μικρομάθηση (Microlearning) ως προς τη λειτουργικότητα, την ευκολία χρήσης και την παιδαγωγική τους αξία.

Σε επίπεδο δεξιοτήτων :

- Αναπτύσσουν μικρομαθησιακές ενότητες που ανταποκρίνονται σε συγκεκριμένες ανάγκες μάθησης.
- Σχεδιάζουν και οργανώνουν τη δομή ενός μαθήματος μικρομάθησης (Microlearning), από τον καθορισμό στόχων έως την αξιολόγηση.
- Επιλέγουν κατάλληλα εργαλεία, μορφές και τεχνικές για την παρουσίαση και διάχυση της γνώσης.
- Επεξηγούν και τεκμηριώνουν τις επιλογές τους ως προς το περιεχόμενο, το ύφος και τη μεθοδολογία σχεδίασης.
- Χρησιμοποιούν αποτελεσματικά ψηφιακά εργαλεία για τη δημιουργία περιεχομένου.
- Εφαρμόζουν τεχνικές αφήγησης, οπτικοποίησης και ενεργοποίησης για τη βελτίωση της μαθησιακής εμπειρίας.
- Ελέγχουν και επαληθεύουν την αποτελεσματικότητα των δικών τους μαθημάτων μικρομάθησης (Microlearning), μέσα από δραστηριότητες αξιολόγησης και ανατροφοδότησης.
- Διορθώνουν και βελτιώνουν το περιεχόμενό τους βάσει δεδομένων, σχολίων ή παρατηρήσεων των εκπαιδευομένων.
- Αποδεικνύουν ικανότητα δημιουργίας ολοκληρωμένου project δημιουργίας μαθήματος μικρομάθησης (Microlearning) που συνδυάζει θεωρία, τεχνολογία και δημιουργικότητα.

Σε επίπεδο στάσεων :

- Υιοθετούν θετική στάση απέναντι στη συνεχή μάθηση, την καινοτομία και την απλότητα στη μετάδοση γνώσης.
- Υποστηρίζουν την αξία της συνεργατικής μάθησης και της ανταλλαγής εμπειριών σε κοινότητες πρακτικής.
- Εκτιμούν τη σημασία της ενσυνείδητης και υπεύθυνης χρήσης της τεχνολογίας και της Τεχνητής Νοημοσύνης στην εκπαίδευση.
- Συνεργάζονται δημιουργικά με άλλους για τη βελτίωση και ανατροφοδότηση μαθημάτων μικρομάθησης (Microlearning).
- Ενθαρρύνουν και παροτρύνουν την εφαρμογή της μικρομάθησης (Microlearning) στους επαγγελματικούς τους χώρους ως πρακτική αποτελεσματικής εκπαίδευσης.
- Αμφισβητούν παραδοσιακές μορφές εκπαίδευσης όταν δεν εξυπηρετούν τη σύγχρονη ανάγκη για ευελιξία και προσβασιμότητα.
- Αποδέχονται την αρχή ότι «λιγότερο είναι περισσότερο» στη σχεδίαση μαθησιακών εμπειριών, εστιάζοντας στην ουσία και τη σαφήνεια.

Σε ποιους απευθύνεται:

- **Στελέχη Ανθρώπινου Δυναμικού** (HR Officers, Training Managers) που σχεδιάζουν προγράμματα κατάρτισης προσωπικού.
- **Επαγγελματίες μάρκετινγκ, επικοινωνίας, πωλήσεων και εξυπηρέτησης πελατών** που δημιουργούν σύντομα ενημερωτικά ή εκπαιδευτικά μαθήματα.
- **Project Managers, Team Leaders και Business Trainers** που επιμορφώνουν ομάδες.
- **Λειτουργούς οργανισμών και στελέχη επιμόρφωσης** που χρειάζονται ευέλικτους τρόπους εκπαίδευσης και ενημέρωσης.
- **Υπεύθυνους επικοινωνίας ή εκπαίδευσης προσωπικού** που θέλουν να μεταδώσουν διαδικασίες, οδηγίες ή νέες πολιτικές με απλό και ελκυστικό τρόπο.
- **Coaches, συμβούλους, επιμορφωτές και δημιουργούς περιεχομένου** που επιθυμούν να αναπτύξουν μικρά διαδικτυακά μαθήματα.
- **Επιχειρηματίες και startupper** που θέλουν να παράγουν εκπαιδευτικά ή ενημερωτικά μικρομαθήματα για το κοινό ή τους πελάτες τους.
- **Εκπαιδευτικούς όλων των βαθμίδων** , εκπαιδευτές ενηλίκων, επιμορφωτές και ακαδημαϊκούς.
- **Σχεδιαστές μάθησης**, στελέχη Κέντρων Διά Βίου Μάθησης, προγραμμάτων e-learning και Πανεπιστημίων.

ΔΟΜΗ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

- Τι είναι η Μικρομάθηση;

ΑΝΑΚΑΛΥΠΤΟΝΤΑΣ ΤΗ ΔΥΝΑΜΗ ΤΗΣ ΜΙΚΡΟΜΑΘΗΣΗΣ: ΠΩΣ ΜΑΘΑΙΝΟΥΜΕ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΙΚΑ ΣΕ 5 ΛΕΠΤΑ

- Η Μικρομάθηση στο πλαίσιο της Εκπαίδευσης Ενηλίκων
- Ανακεφαλαίωση και αναστοχασμός

ΑΠΟ ΤΗ ΓΝΩΣΗ ΣΤΗ ΔΡΑΣΗ: ΜΕΤΑΤΡΕΠΟΝΤΑΣ ΠΟΛΥΠΛΟΚΟ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΣΕ ΣΤΟΧΕΥΜΕΝΕΣ ΜΙΚΡΕΣ ΕΝΟΤΗΤΕΣ

- Ανάλυση Περιεχομένου (Δομική Αποσύνθεση)
- Διαμόρφωση Μικροστόχων
- Σχεδίαση Σεναρίου Μαθήματος (Storyboard)
- Παρουσίαση σεναρίων και αναστοχασμός

Η ΤΕΧΝΗ ΤΗΣ ΜΙΚΡΟ-ΑΦΗΓΗΣΗΣ: ΔΗΜΙΟΥΡΓΩΝΤΑΣ ΙΣΤΟΡΙΕΣ ΠΟΥ ΕΜΠΝΕΟΥΝ ΚΑΙ ΕΝΕΡΓΟΠΟΙΟΥΝ

- Η αφήγηση στη μάθηση
- Δημιουργία μικροσεναρίων
- Οπτικοποίηση και Οπτική Αφήγηση
- Συζήτηση και ανατροφοδότηση

ΑΠΟ ΤΗΝ ΙΔΕΑ ΣΤΗΝ ΟΘΟΝΗ: ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ ΜΙΚΡΟΜΑΘΗΜΑΤΩΝ ΜΕ ΨΗΦΙΑΚΑ ΕΡΓΑΛΕΙΑ

- Επισκόπηση εργαλείων
- Εργαστήριο δημιουργίας περιεχομένου
- Υποστήριξη με Παραγωγική Τεχνητή Νοημοσύνη
- Πρώτη έκδοση μικρομαθημάτων: Παρουσίαση και ιδέες για βελτίωση

ΚΡΑΤΩΝΤΑΣ ΤΟ ΚΟΙΝΟ ΜΑΣ ΕΝΕΡΓΟ: ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΚΑΙ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ ΣΤΗ ΜΙΚΡΟΜΑΘΗΣΗ

- Τεχνικές ενεργοποίησης εκπαιδευομένων
- Διαμορφωτική αξιολόγηση και ανατροφοδότηση
- Ανάλυση αποτελεσματικότητας και ποιότητας
- Αναστοχασμός – Προσωπική ανασκόπηση

ΠΑΡΟΥΣΙΑΖΟΝΤΑΣ, ΣΥΖΗΤΩΝΤΑΣ ΚΑΙ ΕΦΑΡΜΟΖΟΝΤΑΣ: ΤΑ ΔΙΚΑ ΜΑΣ MICROLEARNING ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΣΕ ΔΡΑΣΗ

- Παρουσίαση Μικρομαθημάτων και ετεροαξιολόγηση
- Ομαδική Ανατροφοδότηση · Τελικός αναστοχασμός και εφαρμογή
- Τελικός αναστοχασμός και εφαρμογή



ΑΝΟΙΚΤΟ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ
ΚΥΠΡΟΥ
www.ouc.ac.cy



ΚΕΔΜΑ
Κέντρο Επαγγελματικής
και Διά Βίου Μάθησης



Αρχή Ανάπτυξης
Ανθρώπινου
Δυναμικού
Κύπρου

ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΗΣ:

Δρ. Άντρη Αβρααμίδου

Η Δρ. Άντρη Αβρααμίδου είναι Λειτουργός στο Εργαστήριο Εκπαιδευτικού Υλικού και Μεθοδολογίας (ΕΕΥΜ) του Ανοικτού Πανεπιστημίου Κύπρου, με εξειδίκευση στον μαθησιακό σχεδιασμό και στον σχεδιασμό εμπειριών μάθησης και μικρομάθησης (microlearning) σε συμβατικά και εξ αποστάσεως περιβάλλοντα. Είναι κάτοχος Διδακτορικού (Ph.D.) στον τομέα της Μαθηματικής Σκέψης και των Ψηφιακών Παιχνιδιών (University of Leeds, 2017), Μεταπτυχιακού στις Τεχνολογίες Πληροφορίας και Επικοινωνίας (ΤΠΕ) στην Εκπαίδευση (University of Leeds, 2008), μεταπτυχιακού τίτλου στη Διοίκηση Επιχειρήσεων (Ανοικτό Πανεπιστήμιο Κύπρου, 2020) και Πτυχίου Επιστημών της Αγωγής (Πανεπιστήμιο Κύπρου, 2003). Μέσα από τη μακρόχρονη επαγγελματική της πορεία ως ερευνητική συνεργάτιδα στο Παιδαγωγικό Ινστιτούτο Κύπρου σε θέματα ΤΠΕ στην εκπαίδευση, ως σχεδιάστρια μαθησιακής εμπειρίας στο CARDET, ως Συνεργαζόμενο Εκπαιδευτικό Προσωπικό στο Πανεπιστήμιο Λευκωσίας και ως Λειτουργός στο ΕΕΥΜ, έχει αναπτύξει τεκμηριωμένη εμπειρογνωμοσύνη στον σχεδιασμό ευέλικτων, ψηφιακών μαθησιακών εμπειριών, στην ενσωμάτωση ψηφιακών εργαλείων και στη δημιουργία προγραμμάτων επιμόρφωσης επαγγελματιών σε θέματα ψηφιακών δεξιοτήτων, σχεδιασμού και ανάπτυξης εξ αποστάσεως μαθησιακών εμπειριών και αξιοποίησης νέων τεχνολογιών. Επιπλέον, έχει συμμετάσχει σε χρηματοδοτούμενα από την Ευρωπαϊκή Ένωση έργα, μέσω των οποίων έχει εμβαθύνει στην ενδοϋπηρεσιακή εκπαίδευση εκπαιδευτικών στις ΤΠΕ, στις μεθοδολογίες οπτικοποιημένου μαθησιακού σχεδιασμού στον σχεδιασμό μαθησιακής εμπειρίας, καθώς και στη χρήση ePortfolios και eAssessment για την υποστήριξη μάθησης βασισμένης σε αυθεντικές, σύντομες και στοχευμένες μαθησιακές δραστηριότητες.

ΑΞΙΑ ΚΑΙ ΚΟΣΤΟΣ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ:

Εργοδότες

οι οποίοι δυνητικά μπορούν να λάβουν επιχορήγηση από την ΑνΑΔ:

Αρχικό κόστος: €720

Επιχορήγηση ΑνΑΔ: €480

Καθαρό κόστος: €240

Μη Δικαιούχοι

της ΑνΑΔ δύναται να υποβάλουν αίτηση για εγγραφή και παρακολούθηση του Προγράμματος, με κόστος συμμετοχής:

Κόστος:
€720+ ΦΠΑ

Φοιτητές & Απόφοιτοι

του ΑΠΚΥ δικαιούνται 30% έκπτωση στο κόστος συμμετοχής. Η έκπτωση εφαρμόζεται στο αρχικό κόστος και έπειτα υπολογίζεται ο ΦΠΑ:

Αρχικό κόστος: €504

Τελικό κόστος: €599,76

(Το κόστος συμμετοχής μετά την έκπτωση ανέρχεται σε €504 + €95,76 ΦΠΑ (19%))

Άνεργοι

Οι άνεργοι που πληρούν τις προδιαγραφές σχετικά με το κοινό που απευθύνεται το πρόγραμμα, μπορούν να συμμετάσχουν δωρεάν, πλήρως επιχορηγούμενοι από την ΑνΑΔ:

Δωρεάν



ΑΝΟΙΚΤΟ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ
ΚΥΠΡΟΥ
www.ouc.ac.cy



ΚΕΔΜΑ
Κέντρο Επαγγελματικής
και Διά Βίου Μάθησης



Αρχή Ανάπτυξης
Ανθρώπινου
Δυναμικού
Κύπρου

ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ



Ώρες διεξαγωγής :

08:30 - 16:30

(19 / 05 / 2026)

08:30 - 15:15

(26 / 05 / 2026)

08:30 - 14:45

(21 & 28 / 05 / 2026)



Ημερομηνίες διεξαγωγής:

19 / 05 / 2026

21 / 05 / 2026

26 / 05 / 2026

28 / 05 / 2026



Γεωργία Κυριακίδου

Τηλ.: +357 22 411698

e -mail: kedma@ouc.ac.cy



ΑΝΟΙΚΤΟ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ
ΚΥΠΡΟΥ
www.ouc.ac.cy



ΚΕΔΜΑ
Κέντρο Επαγγελματικής
και Διά Βίου Μάθησης



Αρχή Ανάπτυξης
Ανθρώπινου
Δυναμικού
Κύπρου