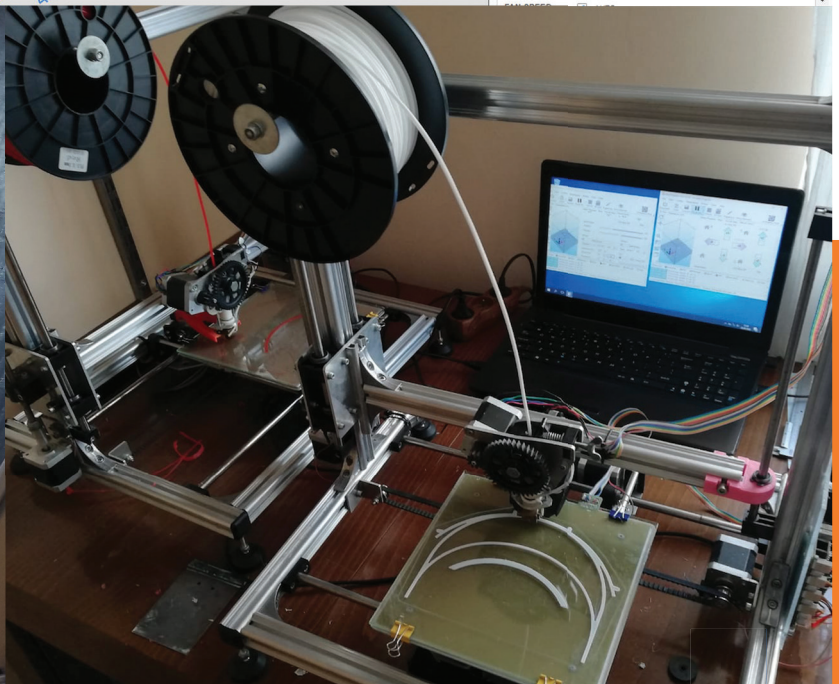
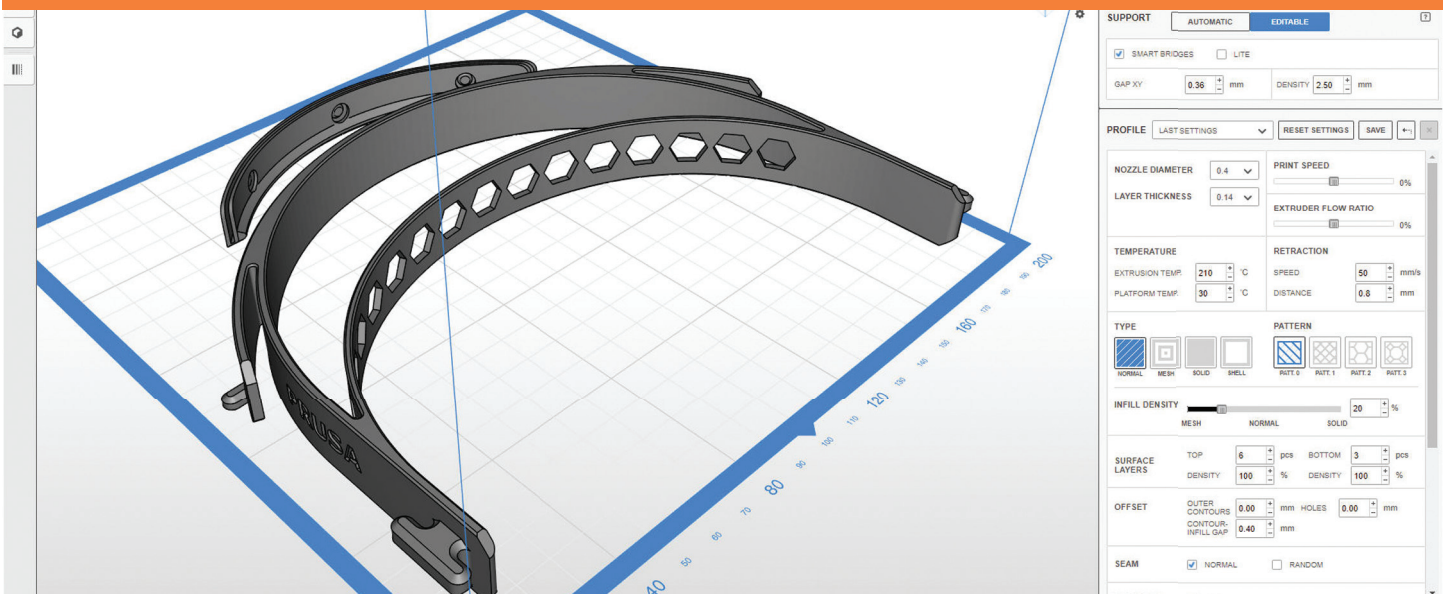


kwartalnik pedagogiczno-społeczny DIALOG EDUKACYJNY



PRZYŁBICE WYKONYWANE W ZESPOLE SZKÓŁ TECHNICZNYCH W MIKOŁOWIE



DIALOG EDUKACYJNY RODniIP "WOM" RYBNIK

Kwartalnik pedagogiczno-społeczny

RODniIP "WOM" RYBNIK

Dyrektor

mgr Sylwia Bloch
kz@wom.edu.pl

Wicedyrektor

mgr inż. Jadwiga Garcorz
prof@wom.edu.pl

Pracownia doskonalenia i dydaktyki:

mgr Alicja Krawczyk
hum@wom.edu.pl
mgr Anna Ogrodnik
eko@wom.edu.pl
mgr Małgorzata Pyszny
m.pyszny@wom.edu.pl
mgr Wioleta Dudziak-Radecka
w.dudziak-radecka@wom.edu.pl
mgr Anna Krzyżanowska
a.krzyżanowska@wom.edu.pl
dr Urszula Warczok
u.warczok@wom.edu.pl
mgr Mirela Szymczak
m.szymczak@wom.edu.pl
mgr Katarzyna Wróbel
k.wrobel@wom.edu.pl
mgr Ewa Majchrzak
e.majchrzak@wom.edu.pl
mgr Sabina Synowiec
s.synowiec@wom.edu.pl
mgr Mirela Pogoda
m.pogoda@wom.edu.pl

Pracownia wspierania kadry kierowniczej i doradztwa metodycznego:

mgr Mariola Gajek-Czapła
pedagogika@wom.edu.pl
mgr Alojzy Zimończyk
geo@wom.edu.pl
mgr Jolanta Grzesiak
wp@wom.edu.pl

Pracownia edukacji informatycznej i nauczania na odległość:

mgr Tomasz Stadnicki
it@wom.edu.pl
mgr Sabina Ficek
s.ficek@wom.edu.pl

Pracownia informacji pedagogicznej i wydawnictw:

dr Edward Karolczuk
e.karolczuk@wom.edu.pl

RODniIP "WOM" RYBNIK

Regionalny Ośrodek Doskonalenia Nauczycieli i Informacji Pedagogicznej "WOM" w Rybniku jest jedną z pięciu w województwie publicznych placówek doskonalenia nauczycieli.

PROMUJEMY INNOWACYJNOŚĆ ...

Promujemy innowacyjność, nowoczesne metody nauczania, techniki i technologie, nowinki edukacyjne i autonomię pracy nauczyciela, pozostając w zgodzie z priorytetami Ministra Edukacji Narodowej, Śląskiego Kuratora Oświaty, standardami Rady Europy, pogłębiając nasze pasje i wytyczając nowe ścieżki.

POMAGAMY NAUCZYCIELOM ...

Pomagamy nauczycielom, dyrektorom szkół, radom pedagogicznym i doradcom metodycznym we wprowadzaniu nowego wymiaru do polskiej edukacji oraz podniesieniu jakości i efektywności nauczania, oferując szkolenia na najwyższym poziomie merytorycznym, dydaktycznym i technicznym.

ZAPEWNIAMY ORGANIZACJĘ ...

Zapewniamy organizację różnorodnych form współpracy oraz wymiany doświadczeń, w tym konferencji i seminariów.

ZASPAKAJAMY I ROZWIJAMY ...

Zaspakajamy i rozwijamy potrzeby czytelnicze nauczycieli i innych pracowników pedagogicznych oraz oświatowych.

DIALOG EDUKACYJNY
Wydawca: Regionalny Ośrodek Doskonalenia Nauczycieli i informacji Pedagogicznej „WOM” w Rybniku
tel. /fax: 032 424 74 72

Redaguje zespół konsultantów RODniIP "WOM"
redaktor prowadzący :
Edward Karolczuk
korekta:
Alicja Krawczyk

Adres redakcji:
RODniIP "WOM" RYBNIK
44-270 Rybnik, ul. Parkowa
4A, tel.: 032 424 73 84, fax:
032 424 74 72, e-mail:
info@wom.edu.pl

Redakcja nie zwraca materiałów niezamówionych i zastrzega sobie prawo dokonywania skrótów w nadesłanych tekstach. Za treść ogłoszeń redakcja nie odpowiada



Szanowni Czytelnicy!

W trakcie prac nad aktualnym numerem naszego kwartalnika „Dialog Edukacyjny”, pojawiły się nowe wyzwania dla edukacji. W związku z ogłoszoną na świecie pandemią i koniecznością zapobiegania rozprzestrzenianiu się koronawirusa, zawieszono zajęcia w szkołach

i pojawił się „uczeń online”.

Nauczyciele jak zawsze stanęli na wysokości zadania i zaczęli prowadzić tzw. zajęcia zdalne. Szybko opanowali sztukę pracy na platformach zdalnego nauczania oraz poznali możliwe do zastosowania metody pracy, a my jako placówka doskonalenia, staraliśmy się ich wspierać. W ten sposób utworzyliśmy na naszej stronie internetowej zakładkę „WSPARCIE DLA NAUCZYCIELI W PRACY ZDALNEJ”, która zawiera liczne materiały (w tym autorskie) naszych nauczycieli – konsultantów i nauczycieli – doradców metodycznych.

W bieżącym numerze kwartalnika przeczytamy zatem o edukacji w czasach pandemii, emocjonalnych kosztach pracy zdalnej, ale poznamy też tajniki indywidualnego planu uczenia się, który ma pomóc opanować kompetencje przyszłości.

W dominującą w tym numerze kwartalnika tematykę wpisał się również artykuł omawiający realizację międzynarodowego projektu realizowanego w ramach programu Erasmus +, w dużej mierze z wykorzystaniem nowoczesnych technologii.

Urząd Marszałkowski Województwa Śląskiego był organizatorem kampanii edukacyjno-informacyjnej „MOGĘ! Zatrzymać SMOG – Przedszkolaku, złap oddech!”, w ramach której odbyło się kilka konkursów dla nauczycieli. Na łamach tego pisma prezentujemy jedną z nagrodzonych prac. Omawiamy również realizowany w naszej placówce projekt „Źródła skutecznej edukacji globalnej.”

W związku z tym, że bez czytania prawie nie jest możliwe zdobywanie wiedzy i uczenie się, w „Dialogu edukacyjnym” znajdujemy także artykuł o lekturach i motywowaniu do czytania wraz ze słowami prof. Ryszarda Koziółka (wykładowcy na organizowanych przez nas konferencjach i osoby, która w trakcie powstawania tego numeru pisma została rektorem Uniwersytetu Śląskiego w Katowicach).

Zapraszamy do lektury oraz dzielenia się z nami przykładami dobrych praktyk edukacyjnych. Chętnie zamieścimy je w naszych zasobach edukacyjnych, promując również Państwa placówkę.

SPIS TREŚCI

Co jest ważne w edukacji zdalnej? Rady praktyków.....	4
Indywidualny plan uczenia się – ucz się na miarę XXI wieku. Refleksje o kompetencjach przyszłości.....	9
Źródła skutecznej edukacji globalnej.....	15
Przyjaźń bez granic program Erasmus+. Edukacja szkolna – partnerstwa strategiczne.....	16
Pandemia. Przyłbice drukowane w Zespole Szkół Technicznych w Mikołowie.....	18
Praca zdalna – koszty emocjonalne.....	19
„Rozbudzamy świadomość”, czyli tydzień rozbudzania świadomości o autyzmie w Szkole Pod Kasztanami.....	20
Kampania „Mogę! Zatrzymać SMOG – przedszkolaku złap oddech” to doskonały sposób na podniesienie świadomości ekologicznej. Kogo? Wszystkich!!! Dzieci, rodziców i nauczycieli... ..	24
Teoretyczne założenia mobilnej rekreacji muzycznej, a ich odzwierciedlenie w praktyce.....	29
Fenomen uniwersytetów trzeciego wieku jak skutecznie nauczać języków obcych nieco starszych uczniów.....	32
Stres – wróg czy sprzymierzeniec?.....	35
Lekturowy zawrót głowy.....	38
W imię przyjaźni - Przedstawienie poświęcone pamięci Alka, Rudego i Zośki	44



M. Pyszny

CO JEST WAŻNE W EDUKACJI ZDALNEJ? RADY PRAKTYKÓW

Sytuacja pandemii, w której znalazła się polska szkoła od 11 marca wymusiła na wszystkich pracownikach oświaty zupełnie nowy sposób działania. Edukacja zdalna stała się od 25 marca koniecznością. Od 25 marca obowiązuje Rozporządzenie MEN z 20 marca 2020r. w sprawie szczegółowych rozwiązań w okresie czasowego ograniczenia funkcjonowania jednostek systemu oświaty w związku z zapobieganiem, przeciwdziałaniem i zwalczaniem COVID-19; Dz.U. z 20 marca, poz. 493.

W myśl rozporządzenia o sposobie organizacji kształcenia na odległość decyduje dyrektor szkoły, który wraz z nauczycielami musi ustalić tygodniowy zakres materiału dla poszczególnych klas, pamiętając przy tym o: równomiernym obciążeniu ucznia zajęciami danego dnia; zróżnicowaniu zajęć; możliwościach psychofizycznych ucznia; określeniu formy kontaktu, również konsultacjach nauczyciela z rodzicami i uczniami; zasadach bezpiecznego korzystania przez uczniów z urządzeń umożliwiających komunikację elektroniczną. Na stronie MEN ukazał się 25 marca 2020r. Poradnik dla szkół - Kształcenie na odległość, zawierający informacje, co należy do obowiązków dyrektorów

i nauczycieli, jak realizować podstawę programową w warunkach domowych, jak zwiększyć efektywność zdalnej nauki, w jaki sposób zaplanować czas dziecka w domu oraz z jakich narzędzi i materiałów korzystać. Głównymi wyznacznikami sposobu organizacji pracy zdalnej powinny być potrzeby uczniów, potencjał kadry, możliwości techniczne, oraz współpraca z rodzicami, dlatego w każdej szkole czy przedszkolu inaczej może wyglądać konkretna sytuacja nauczania zdalnego. Warto też założyć, że system pracy zdalnej będzie podlegał modyfikacjom. Priorytetowo traktowane powinny być:

zdrowie oraz dobrostan uczniów i nauczycieli, ich relacje i kompetencje.

Platformy i komputery nie zastąpią ludzi, dobrej i empatycznej obecności nauczyciela i wychowawcy w życiu dziecka, wspierającego, oddanego szkole dyrektora. Wszystkim pracownikom oświaty, uczniom i ich rodzicom trudno jest odnaleźć się w nowej sytuacji, jest ona nagła i zaskakująca, budzi silne emocje. Ważne jest, byśmy pamiętali, że najważniejsze jest zdrowie, również zdrowie psychiczne. Starajmy się w tej trudnej sytuacji postępować zgodnie z zasadami, których na co dzień uczymy: szacunku, empatii, odwagi, mądrości, lojalności, sprawiedliwości, rzetelności, odpowiedzialności, dobroci i zrozumienia wobec drugiego człowieka. W ramach lekcji wychowawczych i wspólnego spędzania czasu z rodziną w domu polecam skorzystać z propozycji :

- Centrum Edukacji Obywatelskiej - Jak znaleźć grunt pod nogami w czasie pandemii koronawirusa? Sposoby na to, jak się wzmocnić: świadome decyzje, kontakty z innymi, aktywność, czytanie, słuchanie, rozwijanie mocy twórczych, ograniczenie mediów społecznościowych, pomoc, wsparcie i empatia.
- <https://blog.ceo.org.pl/jak-znalezc-grunt-pod->

- nogami-w-czasie-pandemii-koronawirusa/
- Fundacji ABC XXI CPcd - Mądrze razem w domu: czytanie, zabawy w asystenta kuchennego, wirtualne podróże, gimnastyka, rozmowa, relaksacja, wolontariat.
 - <https://calapolskaczyciadzieciom.pl/aktualnosci/madrze-razem-w-domu/>
 - Zatrzymaj się na 4 minuty. Filmowy eksperyment Amnesty International dotyczący budowania poczucia empatii, wspólnoty, solidarności. Zagrożenie koronawirusem pokazuje nam, jak szybko może się zmienić życie, punkt widzenia i postrzeganie świata. <https://amnesty.org.pl/4minuty/>

Profesor Jacek Pyżalski we wstępie do publikacji: Edukacja w czasach pandemii pisze: Trudno jest myśleć w sposób pozytywny w obecnej chwili, a jednak jestem przekonany, że nawet teraz możemy znaleźć rozwiązania edukacyjne, które mają sens i przełożą się na coś wartościowego – dobro naszych podopiecznych i ich rodzin oraz nas samych, a także społeczeństwa rozumianego jako wspólnota. Pierwsze doświadczenia, które mamy już za sobą, uświadomiły, że obraz efektów naszych działań jest niejednoznaczny. Doświadczamy trudności i porażek, popełniamy błędy, ale równocześnie pojawia się poczucie wpływu, sukcesów pedagogicznych i dobrych informacji zwrotnych płynących od uczniów i ich rodzin.

Podczas nauczania zdalnego trzeba dbać o: mądrą dydaktykę, sprawne narzędzia zdalnej edukacji, starać się zachować poprawną współpracę między partnerami szkoły, pamiętać też o nierównych kompetencjach cyfrowych oraz różnym dostępie do sprzętu multimedialnego, zawsze zwracać uwagę na zdrowie oraz zachować dystans do pracy.

Przemek Staroń – Nauczyciel Roku 2018 zachęca, byśmy byli rozsądni w używaniu multimedialnych rozwiązań, bowiem kluczowe w edukacji jest zbudowanie relacji.

Od nauczyciela wymaga się, by był: kreatywny, innowacyjny, dysponował narzędziami TIK, atrakcyj-

nymi materiałami dydaktycznymi, korzystał z wielu możliwości, ale osobowość nauczyciela jest najlepszym narzędziem!

Zespół Centrum Edukacji Obywatelskiej wypracował 10 zasad dobrej edukacji zdalnej, warto się z nimi zapoznać.

1. Edukacja zdalna to przede wszystkim relacja. Ważne jest poczucie bezpieczeństwa uczniów i relacje pomiędzy nauczycielami, uczniami.
2. Priorytety: dobrostan uczniów, relacje oraz rozwój zainteresowań i kompetencji.
3. Podstawa programowa na poziomie wymagań ogólnych.
4. Edukacja zdalna nie musi być online.
5. Zadania problemowe i miniprojekty edukacyjne jako podstawa uczenia się.
6. Godzina wychowawcza i interakcje z klasą oznaką szkolnej wspólnoty. Spotkanie online z wychowawcą to szansa by podtrzymać relacje, wesprzeć uczniów w mierzeniu się z pojawiającymi się teraz emocjami, wytłumaczyć im tę sytuację oraz sprawdzić, czy wszyscy dają sobie radę ze zdalnym nauczaniem.
7. Informacja zwrotna, samoocena i ocena koleżeńska jako wsparcie procesu nauczania.
8. Im mniej narzędzi internetowych, tym lepiej – także po to, by nie wykluczać.
9. Bez dodatkowej dydaktycznej rewolucji.
10. Błędy elementem procesu uczenia się.

Uczniowie, nauczyciele i dyrektorzy dopiero uczą się edukacji zdalnej – pozwólmy sobie na popełnianie błędów i rozmawiajmy o tym, jak poprawiać istniejące koncepcje. Nie oczekujemy idealnych rozwiązań, miejmy wyrozumiałość dla siebie i innych. <https://blog.ceo.org.pl/10-zasad-dobrej-edukacji-zdalnej-wedlug-ceo/>

Aby budować dobre relacje z uczniami w czasie nauczania zdalnego, można wykorzystać różne sposoby: pisać do uczniów maile, przypominać wspólnie przeżyte sytuacje, sukcesy, konkursy, apele, wy-



cieczki, prezentować swą codzienność, np. poprzez przesyłanie linków, zdjęć, filmów. Wychowawca powinien wsłuchiwać się w potrzeby uczniów, ustalać zasady pracy, wspierać i pomagać.

Wychowawca ma podejmować działania, które zespół klasowy będą integrować, podtrzymywać więzi. W relacjach nauczyciel – rodzina ucznia należy uwzględnić: sposoby działania, komunikację, przepływ informacji, udzielanie sobie wsparcia. W tym procesie należy zachować takt, ład, umiar.

W edukacji zdalnej ujawnia się ogromna rola wychowawcy klasy, który wymaga wsparcia innych nauczycieli, a szczególnie szkolnego pedagoga i psychologa.

W nowej sytuacji warto również wspomnieć o utrzymaniu bądź umocnieniu dobrych relacji pomiędzy pracownikami. W wielu placówkach sprawdza się rozwiązanie w postaci codziennego wysyłania przez dyrektora wiadomości mailowej oraz krótkich spotkań online całej rady pedagogicznej, Służyć one powinny definiowaniu potrzeb, udzielaniu wsparcia. Tworzeniu dobrych relacji służy również odpowiednie słownictwo i uwzględnienie w przesyłanych zdalnie informacjach następujących elementów:

- osobisty zwrot do Ucznia/Uczniów czy Rodziców,
- przewidywany czas, jaki powinno zająć uczniowi przeczytanie treści i wykonanie poleceń,
- możliwość zapisania przez ucznia pytań do poleceń lub treści, których nie zrozumiał,
- i odesłania ich do nauczyciela np. mailem lub przez e dziennik,
- sposób odesłania przez uczniów pracy domowej (zdjęcie/skan rozwiązane zadania, praca zapisana w Wordzie i dołączona do maila lub załącznik do wiadomości w e- dzienniku) oraz termin jej wykonania,
- jeśli rodzice sobie tego życzą, to również do nich prześlą wiadomość.

Zapisujemy zawsze w informacji skierowanej do dzieci:

- Temat lekcji np. w tytule maila do ucznia oraz w dzienniku elektronicznym.
- Poprawne odpowiedzi z ćwiczeń z poprzedniej lekcji, omówienie zadania lub sprawdzenie ćwiczeń.
- Cele lekcji, mogą być w formie NA CO BE ZU. Strony z podręcznika lub ćwiczeń, których dotyczy lekcja.
- Linki do polecanych stron w Internecie.
- Polecenia, zadania do wykonania, przeczytania z dokładnym i jasnym omówieniem.
- Najważniejsze treści do zapamiętania i zapisania.
- Zadania, linki dodatkowe dla chętnych.

W poradniku Edukacja w czasach pandemii wirusa Covid 19 dr Jędrzej Witkowski zawarł kilka cennych wskazówek dla nauczycieli i dyrektorów.

Warto pamiętać, że zajęcia z danego przedmiotu nie muszą oznaczać spotkania online z nauczycielem. Dobrym rozwiązaniem może być przekazanie uczniom zadania do wykonania samodzielnie lub w parach. Jeśli istnieje możliwość organizacji spotkań online proponujemy, by w danej klasie nie organizować ich częściej niż dwa razy dziennie i aby były to spotkania nie dłuższe niż 40 minutowe. Jeśli zaś nauczyciel przekazuje uczniom zadania i instrukcje, warto podjąć decyzję, aby młodzi ludzie lub ich rodzice otrzymywali je z jednodniowym wyprzedzeniem, a nie z góry na cały tydzień.

W szczególny sposób należy podejść do realizacji edukacji zdalnej w klasach kończących szkołę (klasy maturalne oraz klasy ósme szkoły podstawowej). W przypadku tych roczników konieczne wydaje się skoncentrowanie pracy dydaktycznej na przygotowaniu do egzaminów.. Z myślą o uczniach tych klas warto przewidzieć dodatkowe konsultacje z nauczycielami przedmiotów egzaminacyjnych, jednocześnie ograniczając intensywność nauki w ramach pozostałych przedmiotów.

W szczególny sposób trzeba również potraktować

uczniów klas 1–3, którzy uczą się pod opieką swoich nauczycieli. W ich przypadku istotne jest zwłaszcza zapewnienie kontaktu z nauczycielem oraz wyznaczenie zadań, które można realizować bez pomocy komputera, a po części również bez pomocy rodziców.

Ruch i aktywność fizyczna mają pozytywny wpływ na nasze samopoczucie, warto więc ustalić z nauczycielami wychowania fizycznego, aby wspólnie przygotowali dla uczniów wszystkich klas dostosowane do wieku dzieci propozycje ćwiczeń.

W przypadku edukacji zdalnej musimy dysponować przestrzenią wirtualną. Każdy nauczyciel zna platformę e-learningową Moodle. Obecnie wiele szkół z powodzeniem wykorzystuje też platformy:

- Microsoft Office 365 dla edukacji wraz z MS Teams,
- G Suit dla Szkół i Uczelni wraz z dodatkiem Google Classroom.

Centrum Edukacji Nauczycieli w Gdańsku wraz z Dariuszem Łukawskim, ekspertem wystąpień medialnych, publicznych oraz wieloletnim redaktorem telewizyjnym, przygotowało poradnik video dla nauczycieli o tym, jak prowadzić lekcje online.

Z pewnością będzie on przydatny dla nauczycieli prowadzących lekcje z użyciem kamery.

Poradnik składa się z dwóch odcinków, jest bezpłatny i dostępny na profilu YouTube, <https://www.youtube.com/watch?v=P3pRIDWrGEU&t=3s>

On-Line. Tu i teraz - Prosto i Atrakcyjnie

<https://www.youtube.com/watch?v=fCcItZ5gYkM>

On-Line. Tu i teraz - Komfort i swoboda

Zajęcia on line muszą być dla ucznia atrakcyjne, motywujące do pracy i najlepiej prowadzone metodami aktywizującymi.

Można wykorzystać: projekt, webquest, platformę Eduelo, posłużyć się też interaktywnymi quizami: Quizlet, LearningAps czy Kahoot. Warto też skorzystać ze sprawdzonych źródeł, których dostarczają: Khan Academy, Niniateka, Wolne Lektury, <https://epodreczniki.pl/>

<https://www.edukator.pl/>

Uczniów niechętnych wobec nauczania zdalnego można próbować zachęcać różnymi sposobami: podkreślanie możliwości spotkania się w ramach lekcji zdalnej z kolegami i koleżankami, docenianie nawet małych sukcesów, wybór zadań czy tematów do realizacji, kształcenie nawyków pracy zdalnej.

W Poradniku dla nauczycieli i dyrektorów– Jak bezpiecznie prowadzić lekcje online? opracowanym przy wsparciu Rzecznika Praw Obywatelskich znajdziemy informacje:

Regulacje dotyczące funkcjonowania szkół w czasie pandemii nic nie mówią o zdalnych lekcjach tylko o kształceniu na odległość. To oznacza, że nauczyciel może, ale nie musi organizować lekcji online.

Można skorzystać z innych form nauczania np.: podcast, czyli plik dźwiękowy, który można pobrać na komórkę i odtworzyć w dowolnym miejscu; krótki film nagrany telefonem komórkowym; blog, na którym można udostępniać uczniom zadania i materiały na poszczególne dni.

Zamiast lekcji online można zaproponować wirtualne konsultacje, podczas których „na żywo” uczniowie będą zadawać pytania.

Autorzy poradnika zwracają również uwagę, by nauczyciele wypracowali zasady zajęć online, zapoznali z nimi uczniów i w razie ich naruszeń korzystali z dostępnych środków.

Można wykorzystać zestaw zasad zawartych w poradniku:

Drogie Uczennice, Drodzy Uczniowie

Zapoznajcie się proszę z zasadami naszych zajęć online.

Zostały przygotowane, aby ułatwić nam wspólną pracę.

Dodajcie zasady, które są ważne dla Was.

Przed każdymi zajęciami wyłączamy wszystko, co mamy na komputerze lub komórce..

Ekran to teraz nasza klasa online – podobnie jak w szkole podczas lekcji, również tutaj NIE odzywamy się do siebie wulgarnie, nie wyśmiewamy in-



nych, nie krytykujemy, nie obrażamy. Logujemy się zawsze swoim imieniem i nazwiskiem, nie podszywamy się pod nikogo innego, nie zmieniamy nicków w czasie lekcji. Dzięki temu będę wiedzieć, że Ty to Ty.

Link i hasło do lekcji online jest indywidualne dla każdej klasy. Dla bezpieczeństwa wszystkich uczestników lekcji nie podajemy nikomu spoza klasy hasła dostępu do naszych zajęć.

Lekcji nie wolno nagrywać, fotografować, robić print screenów i upubliczniać. Złamanie tej ważnej zasady wiąże się nie tylko wykluczeniem z lekcji, ale też z konsekwencjami prawnymi.

Głos na zajęciach zabieramy po kolei. Jest to ustalone przez osobę, która prowadzi zajęcia lub przez Was - poprzez zgłoszenia się do odpowiedzi.

Nie podnosimy na siebie głosu. Ani mówiąc przez komunikator, ani w trakcie aktywności na forach - NIE PISZ CAPS LOCKIEM.

Widzicie coś, co Was niepokoi? Reagujcie i informujcie mnie o tym.

Zajęcia online wymagają od nas wszystkich skupienia. Szanujmy swój czas i koncentrujmy się na tym, co dzieje się na zajęciach.

Edukacja zdalna jest dla wszystkich wyzwaniem! Miejmy nadzieję, że przyniesie spodziewane efekty. Starajmy się działać w zgodzie z maksymą Owidiusza: Cokolwiek czynisz, czyń roztropnie i patrz końca! Dbajmy o swe zdrowie, swój dobrostan, wyznaczmy wyraźnie granicę pomiędzy czasem związanym z pracą a czasem prywatnym, przeznaczonym dla rodziny lub dla siebie.

Niech towarzyszy nam (...) pogoda ducha, abyśmy godzili się z tym, czego nie możemy zmienić, odważa, abyśmy zmieniali to, co zmienić możemy i mądrość, aby odróżnić jedno od drugiego.

Bibliografia :

<https://www.gov.pl/web/edukacja/ksztalcenie-na-odleglosc--nowe-regulacje-prawne>

<https://www.gov.pl/web/edukacja/ksztalcenie-na-odleglosc--poradnik-dla-szkol>

<https://www.rpo.gov.pl/pl/content/jak-prowadzic-lekcje-online-poradnik-dla-nauczycieli-i-dyrektorow>

<https://blog.ceo.org.pl/edukacja-zdalna/>

<https://lekcjaenter.pl/strona/25/materialy-pomocne-w-nauczaniu-online>

<https://zdalnie.edu-akcja.pl/#o-ksiazce>

<https://epodreczniki.pl/>

<https://operon.pl/edukacjazdalna>

<https://www.nowaera.pl/naukazdalna>

<https://calapolskaczytadzieciom.pl/aktualnosci/madrze-razem-w-domu/>

Małgorzata Pyszny

Nauczyciel – konsultant

RODN i IP „WOM” w Rybniku

Anna Ogrodnik

INDYWIDUALNY PLAN UCZENIA SIĘ – UCZ SIĘ NA MIARĘ XXI WIEKU REFLEKSJE O KOMPETENCJACH PRZYSZŁOŚCI

Pechowa konstrukcja systemu edukacji?

Panujący pogląd, że nasz obecny system edukacyjny oparty jest na pruskim modelu sugeruje, że polska szkoła nie ewoluje i nadal tkwi w regresie. Początek rewolucji przemysłowej charakteryzował się dużym zapotrzebowaniem na robotników obsługujących maszyny, nie skarżących się, podporządkowanych zarządcy i nie zadających pytań. Modelem dla tego systemu edukacji była armia pruska. Jej struktura w 80% oparta była na zwykłych żołnierzach (czyli na tzw. „mięsie armatnim”), a w 20% na oficerach, od których zresztą nie wymagano szczególnej kreatywności, a tym bardziej autonomii w podejmowaniu decyzji. Taki model edukacji fabrycznej, standardowo z dużymi liczebnie klasami, miał za zadanie przekazywać masom elementarną wiedzę i egzekwować podstawowe umiejętności. Wykluczyć analfabetyzm aby nie pozostawać w tyle za innymi krajami. Żadnej w tym finexji dla kształcenia umysłów twórczych, kreatywnych, zdolnych osiąść wysokie, specjalistyczne czy analityczne kompetencje. Nie wspominając o indywidualnym rozwoju osoby, jej dobrostanie i poczuciu osobistej satysfakcji z osiągnięć.

Na szczęście obserwujemy wiele postępowych zmian we współczesnej edukacji, pomimo zakotwiczenia jej w pruskim modelu. Działania edukacyjne koncentrują się coraz częściej na takim dostosowaniu warunków i metod nauczania i uczenia się, które sprzyja indywidualnemu rozwojowi osoby uczącej się i daje dużo satysfakcji z osiągniętych sukcesów oraz dobrych relacji międzyludzkich. W największej mierze postępowe zmiany w edukacji zawdzięczamy rozwojowi technologicznemu, informatyzacji i cyfryzacji. Upowszechnienie się technologii informacyjnych i komunikacyjnych wywiera ogromny wpływ na nasze życie, nie pozostając bez znacze-

nia dla edukacji, w tym dla edukacji nauczycieli. To wyraźny trend w doskonaleniu się nauczycieli. Szczególnie mobilizujące są atrakcyjne dla uczniów metody pracy, jak np. quizy, krzyżówki on-line, gry, dynamiczne prezentacje, interaktywne mapy i wiele innych. Niektórzy oświatowi eksperci, którzy mając świeżo w pamięci pracę zdalną uczniów organizowaną w domach w czasie pandemii COVID-19 twierdzą, że nie wykorzystano w wystarczającym stopniu danej edukacji szansy i otrzymaliśmy hybrydę – edukacyjny system pruski 5.0. (opinia z bloga Pruska szkoła 5.0 Jarosława Pytlaka, Szkoła STO w Warszawie na Bemowie¹). W powyższym artykule stwierdzono, że nauczyciele znacznie częściej zadawali dzieciom materiał do samodzielnego zrealizowania w domu, do czego dzieci (zwłaszcza młodsze) nie zostały przygotowane, a zajęcia znacznie częściej przypominały tradycyjne lekcje pod okiem nauczyciela, wg „klasowego” planu i w schematycznych sytuacjach (tyle, że prowadzone na wideo i czacie, na zoomie, skype, messengerze, itp). W artykule przytoczono też wyniki ankiety badania na temat zdalnego nauczania, przeprowadzonego przez portal Librus na grupie 21 tys. rodziców, gdzie po pierwszym miesiącu nauki zdalnej 34% rodziców, którzy wzięli udział w badaniu, przyznało, że ich dzieci nie potrafią uczyć się samodzielnie.

Indywidualny Plan Uczenia się

Nadrzędnym celem edukacji XXI wieku jest rozwój własny osoby i zdobycie przez nią wysokich kompetencji, a co za tym idzie – wysokich kwalifikacji. Metoda Indywidualnego Planu Uczenia się (ang: Personal Learning Action Plan) wywodzi się z wi-

¹ *Wokół Szkoły* – Kwartalnik Pedagogiczno-Społeczny Jarosława Pytlaka, post z 17 IV 2020 r.: <http://www.wokolszkoły.edu.pl/blog/pruska-szkola-5-0.html?fbclid=IwAR1vkzXufhTvtrm-XEShxqXG2s-cdsYo7vcBT-kQ77Dobm4EFTihq8IDn8s>

zjonerskiego przedsięwzięcia lansowanego od 1996 roku w Wielkiej Brytanii przez Królewskie Towarzystwo Sztuk Pięknych, Rzemiosła i Handlu. Bazując na tym pomysle Colin Rose – producent programów i ekspert rozwoju w obszarze języków obcych, opracował metodologię systemu przyspieszonego i skutecznego uczenia się – MASTER Mind². Pomysł indywidualnego planu rozwoju i umiejętnego nim zarządzania wart jest upowszechnienia w edukacji XXI wieku. Obliguje ucznia do zaangażowania się, odpowiedzialności za proces uczenia się, oceny i modyfikacji własnego rozwoju. Strategie bazują na wyznaczaniu, osiąganiu i ewaluacji celów oraz wcześniej wyuczonych skutecznych metodach i technikach uczenia się, specyficznych dla różnych przedmiotów i potrzeb ludzkich. Np. na przedmiotach przyrodniczych przeważają metody naukowe, jak dochodzenie do rozwiązania poprzez obserwację, doświadczenie, eksperyment projekt badawczy. W przedmiotach humanistycznych będą to, np.: analiza tekstu źródłowego, analiza i interpretacja tekstu kulturowego, techniki efektywnego zapamiętywania (technika haków pamięciowych, metoda loci, łańcuchowa metoda zapamiętywania), przyspieszonego czytania, streszczania tekstu, opisu, charakterystyki postaci i wiele innych, które należy skutecznie przyswajać. Warto nauczyć się, jak się uczyć i poznawać nowe techniki.

Ciekawą wersję strategii indywidualnego rozwoju przyjęło nauczanie w szkole NAVIGO, założonej w ostatnich latach przez dr. Łukasza Srokowskiego we Wrocławiu (a powstają następne – w Warszawie i Poznaniu). Jej koncepcja oparta jest na modelu szkoły fińskiej. Kluczem do sukcesu edukacyjnego uczniów są mapy kompetencji. Podstawa programowa rozpisana i wymalowana jest graficznie na cele, przy czym dziecko ma dużą swobodę w wyborze kolejności realizacji celów w danym czasie oraz szuka najlepszych dla siebie sposobów podołania wyzwaniu. Dziecko wie, gdzie szukać pomocy, kiedy jej akurat potrzebuje, bo nauczyciele oraz koleżki i koleżanki są zawsze blisko.

Proces dydaktyczny w odniesieniu do indywidualnego planu edukacji jest elastyczny. To uczniowie sami decydują, jak w przewidzianym czasie rozłożą

² Rose C., Nicholl M. J., *Ucz się szybciej, na miarę XXI wieku*, Oficyna Wyd. Logos, Warszawa 2003.

swoją pracę. Pozwala to na dostosowanie aktywności do potrzeb osób uczących się, ustalenia czasu, w jakim przyswoją one materiał czy indywidualnego ustalenia przerw w nauce, co podczas nauki w tradycyjnej klasie byłoby całkowicie niemożliwe. Nauczyciel wspierający ucznia w zarządzaniu swoim procesem uczenia się sięga po narzędzia coacha, tutora, trenera personalnego. Często zadaje pytania w stylu: Co wpłynęło na to, że rozwiązałaś/eś to zadanie? albo: Dlaczego się nie udało?

„Zadania coacha: Najprościej można powiedzieć, że coach przede wszystkim słucha. Obdarza coachowanego niezakłóconą uwagą. Pyta, by go zrozumieć. Pyta, by podopieczny mógł lepiej zrozumieć siebie. Porządkuje myślenie, skojarzenia, pomysły i plany. Pomaga nazwać cele i dylematy. Inspiruje, uruchamia wyobraźnię. Dzieli się doświadczeniami, założeniami, wyobrażeniami, metaforami, intuicjami. Pomaga wyciągać wnioski z doświadczeń i ustalać kierunki dalszego rozwoju. Udziela informacji zwrotnych. Wspiera i monitoruje ich realizację. Wzmacnia podopiecznego w poszukiwaniu rozwiązań problemów i trudnych sytuacjach. Pokazuje konsekwencje planowanych działań. Docenia, uświadamia wartość tego, co robi coachowany, pokazuje postęp w jego rozwoju, zmiany, jakichdokonyuje”³.

Informacja zwrotna często określana jest jako ocena kształtująca. Pozwala nauczycielom modyfikować proces nauczania zgodnie z potrzebami uczniów i zachęca ich do przejęcia odpowiedzialności za własne uczenie się, dzięki czemu są bardziej zaangażowani.

Informacja zwrotna, która ma kształtującą usprawnić rozwój, powinna zawierać:

- informację o tym, co dziecko zrobiło dobrze.
- docenienie włożonego wysiłku, zaangażowania, pomysłów.
- refleksję, czego brakuje albo co było nietrafione.
- wskazówki – jak i co poprawić i/albo gdzie szukać wsparcia.

Ułatwieniem w procesie indywidualnego uczenia się wg planu rozwoju jest implementacja intencji, która

³ *Wprowadzenie do coachingu – ORE – materiały Szkoły Liderów dla uczestników projektu: Przywództwo i zarządzanie w oświacie*, ORE, Warszawa 2019; pdf: www.ore.edu.pl

do niedawna była techniką wykorzystywaną w profilaktyce i promocji zdrowia, a teraz obecna w doradztwie personalnym. Pomaga zwizualizować cel, określić optymalne zachowanie i skutecznie zaplanować czas oraz poszczególne działania. Pomaga również wykluczyć czynniki rozprasające i utrzymać higienę umysłu.

Mentor – personalny doradca ucznia, pomaga w zarządzaniu emocjami, osiągnięciu równowagi emocjonalnej, radzeniu sobie ze stresem i motywuje do rozwoju bazując na założeniu growth mindset. Racjonalne bowiem się wydaje coraz częściej słyszane twierdzenie, że nauczyciel powinien przemodyfikować swoją dotychczasową rolę sterującego treściami nauczania, na rolę psychologa i eksperta skuteczności: Jak się uczyć i jak myśleć?

Określenie *growth mindset* – uczenie się z nastawieniem na rozwój – wywodzi się z metodologii badań znanej szeroko w świecie profesor psychologii – Carol S. Dweck z Uniwersytetu Stanforda w USA. Aby pomóc uczniowi kierować się nastawieniem na rozwój należy zwracać uwagę i oceniać w działaniach dziecka tylko to, na co dziecko ma wpływ w procesie uczenia się i dochodzenia do rozwiązania. To, nad czym ma kontrolę, co może zmienić, poprawić, dopracować, w czym będzie widać postęp. Przeciwnością *growth mindset* jest *fixed mindset* – nastawienie na stałość, czyli pogląd, że inteligencja należy do cech stałych, przez co nie mamy wpływu na rozwój mózgu i wyższe osiągnięcia. Raczej jesteśmy skazani na odziedziczony ta-

lent. Nastawienie zmienia definicję porażki, która dla jednych jest argumentem do rozwoju, dla innych – do rezygnacji z podejmowania prób. Zachęcam do lektury książki: Nowa psychologia sukcesu, autorstwa Carol S. Dweck (Wyd. Muza, Warszawa 2019).

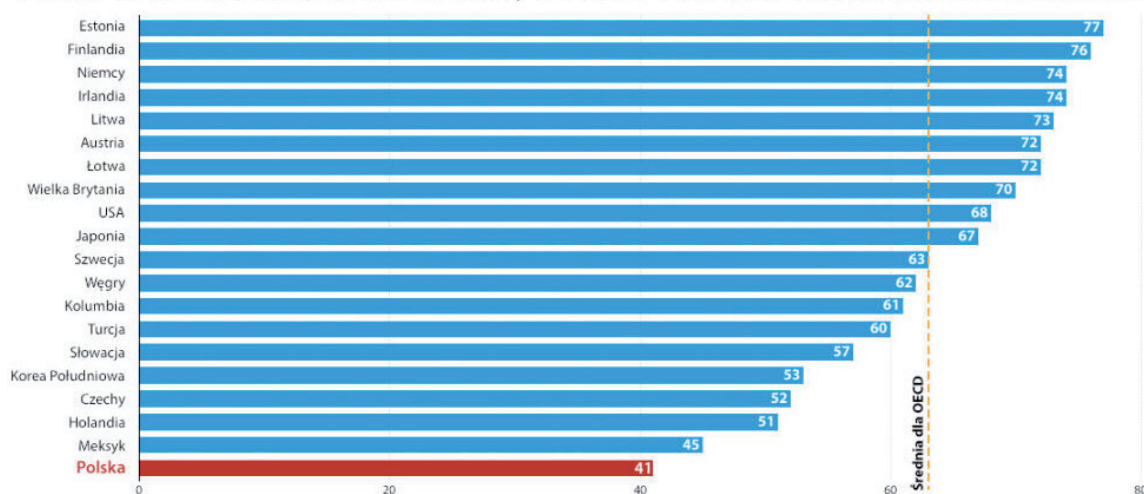
Samoocena poziomu inteligencji dokonywana przez uczniów ma niebagatelny związek z poczuciem kontroli nad własnym rozwojem. W Raportcie PISA (OECD 2019) widać, że tylko 41% polskich uczniów nie zgadza się ze stwierdzeniem: „Twoja inteligencja jest czymś, czego za bardzo nie możesz zmienić”. Oznacza to nastawienie naszych dzieci na stałość, na posiadanie albo brak talentu (czasem geniuszu), od którego ma zależeć edukacyjne powodzenie ucznia.

Kompetencje i kwalifikacje absolwentów a oczekiwania rynku pracy

Które kompetencje będą szczególnie cenione w XXI wieku?

Biura karier polskich uczelni regularnie prowadzą badania kompetencji i szkolenia dla studentów dotyczące kompetencji przyszłości. Ocenia się, że nawet 30 proc. najważniejszych umiejętności, które ceni dzisiejszy pracodawca u pracowników, zmieni się w ciągu kilku lat⁴. Światowe forum ekonomiczne określiło kompetencje najbardziej poszukiwane w 2020 roku. Za najważniejsze uznano umiejętności: krytycznego myślenia, współpracy z innymi

ODSETEK UCZNIÓW, KTÓRZY NIE ZGADZAJĄ SIĘ ZE STWIERDZENIEM: "TWOJA INTELIGENCJA JEST CZYMŚ, CZEGO ZA BARDZO NIE MOŻESZ ZMIENIĆ"



⁴ źródło: <https://www.pulshr.pl/rekrutacja/te-kompetencje-beda-potrzebne-na-ryнку-pracy-juz-za-trzy-lata,44049.html>

i negocjacji.

Porównajmy te założenia z badaniami przeprowadzonymi w USA. W podsumowaniu projektu badawczego pn: Projektanci innowacji wskazano na oczekiwane przez rynek pracy umiejętności: rozwiązywania złożonych problemów, krytycznego myślenia i kreatywności⁵. Dr Frederik Pferdt z Uniwersytetu Stanforda w USA zbadał odczucie przygotowania absolwentów uczelni wyższych do samodzielnego i kreatywnego rozwiązywania problemów. Wnioski:

- 81% pytaných studentów odpowiedziało, że po studiach nadal brakuje im zdolności krytycznego myślenia i kreatywności, a 36% badanych zaznaczyło, że studia w ogóle nie rozwijają tych kompetencji,
- większość badanych stwierdziła, że w strukturze studiów za dużo było wykładów, za mało warsztatów,
- wielu pytaných zwróciło uwagę na postawy wykładowców i wskazało na bardzo częste punktowanie błędów popełnianych przez studentów oraz fakt, że eliminowana była strategia dochodzenia do rozwiązania poprzez eksperymentowanie,
- większość oceniła zaledwie dostatecznie zdobyte przez siebie kompetencje cyfrowe, a jeszcze niżej – kompetencje społeczne i emocjonalne.

Parafrazując myśl przewodnią projektu, która nawiązuje żywo do potrzeb rynków pracy na całym świecie: „Absolwencie, twój przełożony oczekuje konkretnego rezultatu lub w związku z zaistniałą sytuacją staniesz przed konkretnym problemem. Sprecyzuj cel działania, oceń zasoby i braki i sobie radź! Ponadto znajdź rozwiązanie bezkonkurencyjne, oryginalne, twórcze, a najlepiej perfekcyjne. Jeśli ci trudno dojść do niego samodzielnie, to wykorzystaj umiejętności współpracy i wymiany doświadczeń z innymi, wyszukaj źródła wiedzy rzeczowej i inspiracji. Bazuj na poprzednich doświadczeniach. Bądź samodzielny. Przecież do tego wszystkiego miała cię przygotować edukacja”.

John Sculley, były prezes firmy komputerowej Ap-

ple, trafnie ujmuje problem: „W nowym systemie ekonomicznym strategiczne zasoby nie znajdują się już w ziemi. Strategiczne zasoby to koncepcje i informacje pochodzące z naszych umysłów”⁶.

Kompetencje kluczowe ważne dla Europejczyka w procesie uczenia się przez całe życie, dające mu sprawność zarządzania procesem uczenia się i rozwiązywania problemów z różnych dziedzin, zostały wyznaczone w zaleceniach Rady Europy z dnia 22 maja 2018 r.:

1. kompetencje w zakresie rozumienia i tworzenia informacji,
2. kompetencje w zakresie wielojęzyczności,
3. kompetencje matematyczne oraz w zakresie nauk przyrodniczych, technologii i inżynierii,
4. kompetencje cyfrowe,
5. kompetencje osobiste, społeczne i w zakresie umiejętności uczenia się,
6. kompetencje obywatelskie,
7. kompetencje w zakresie przedsiębiorczości,
8. kompetencje w zakresie świadomości i ekspresji kulturalnej.

Na kompetencje kluczowe składają się: wiedza, umiejętności i postawy. Umiejętności twarde – wiążą się z operowaniem wiedzą, faktami, rzeczowymi argumentami, wzorami, zależnościami, mechanizmami, schematami. Umiejętności miękkie: psychologiczne, osiągnięcia dobrostanu dzięki prowadzeniu zdrowego stylu życia, społeczne, w tym umiejętności współpracy i nawiązywania satysfakcjonujących relacji opartych na empatii i pozytywnej komunikacji interpersonalnej. Nabywanie jednych i drugich warunkuje opanowanie kompetencji skutecznego uczenia się.

Wykładnią posiadanych przez młodzież europejską kompetencji mogą być badania PISA, prowadzone przez OECD od 2000 roku. Ostatnie wyniki z badania PISA 2018 przeprowadzonego na populacji 660 tys. uczennic i uczniów, zobrazowały ponad przeciętną pozycję polskich uczniów w 3 kompetencjach – na tle 79 krajów i regionów OECD. Nasi ówczesni gimnazjaliści (z ostatniego już rocznika) zajęli czwarte miejsce pod względem umiejętności czytania ze zrozumieniem, trzecie miejsca w ro-

⁵ Raport 2019: „Kompetencje przyszłości. Jak je kształtować w elastycznym ekosystemie edukacyjnym?”, R. Włoch, K. Śledzińska, w sieci: https://www.delab.uw.edu.pl/wp-content/uploads/2019/09/Kompetencje_przyszlosci_Raport_DELabUW.pdf

⁶ Rose C., Nicholl M., *Ucz się szybciej, na miarę XXI wieku*, Oficyna Wyd. Logos, Warszawa 2003, str.: 13

zumowaniu matematycznym i przyrodniczym. Wg MEN wyniki wykazały wyraźny wzrost na przełomie trzech ostatnich lat.

Czy jednak wyniki pozwalają odpowiedzieć na pytanie: czy i na ile nasza młodzież jest przygotowana do dorosłości i samodzielnego radzenia sobie ze złożonymi problemami zawodowymi? PISA nie opracowało standardów do mierzenie umiejętności praktycznych, wykorzystywania wiedzy teoretycznej w praktyce, co najwyżej rozumowania i zrozumienia.

Badania kompetencji i postaw

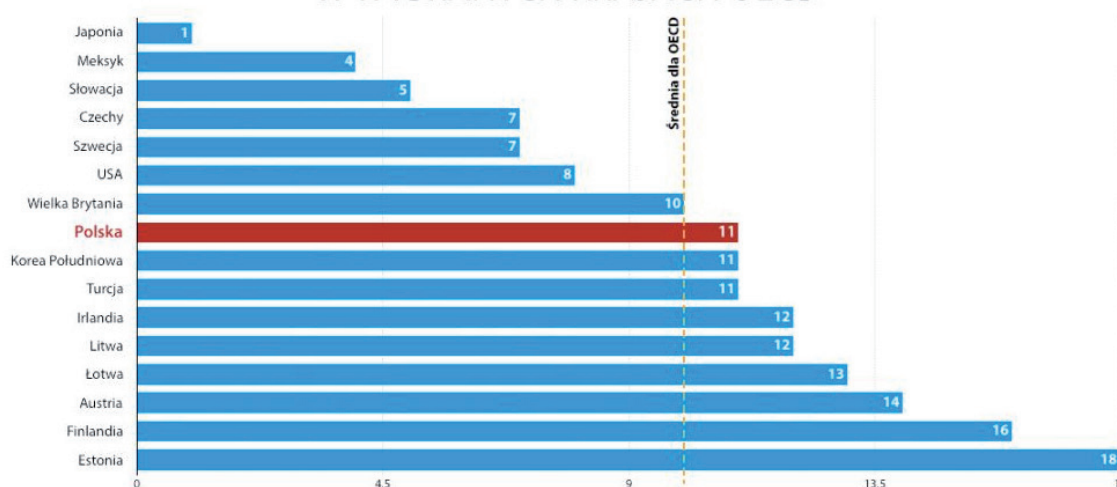
Aktualnie oczekujemy na wyniki dwóch ogólnopolskich badań kompetencji: uczniów i studentów. Obydwa prowadzone były w okresie do maja 2020 r. Badanie skierowane do uczniów klas 5 – 8 szkoły podstawowej zorganizowała Fundacja Naukowa Evidence Institute – Badania dla Edukacji, na zlecenie Biura Edukacji Urzędu m.st. Warszawy oraz samorządowej placówki doskonalenia nauczycieli – Warszawskie Centrum Innowacji Edukacyjno-Społecznych i Szkoleń (WCIES). Tytuł badania: Ogólnopolskie Badanie Umiejętności Uczniów „Kompetencje dla Przyszłości 2020”.

preferencje i postawy uczniów – gdyż takie analizy wraz z wynikami testów z przedmiotów egzaminacyjnych są użytecznym narzędziem dla szkół, uczniów i ich rodziców przy wyborze ścieżki edukacyjnej. W badaniu uczniowie odpowiadali także na pytania dotyczące ich obaw, motywacji i wiedzy na temat skutecznego uczenia się. W ten sposób oceniane są czynniki kluczowe dla sukcesów uczniów.

- do tego tegoroczną nowością były analizy strategii uczenia się, z których wnioski oferują pomoc nauczycielowi i uczniom w wypracowaniu efektywnych sposobów zdobywania wiedzy⁷.

W marcu 2020 r. odbyło się ogólnopolskie badanie kompetencji studentów polskich uczelni. Postaramy się dotrzeć do szczegółowych założeń i wyników, po czym na pewno podzielimy się nimi z Państwem czytelnikami Dialogu Edukacyjnego. Ze szczególnym zainteresowaniem czekamy na analizę odpowiedzi dzieci na pytania dotyczące poczucia zadowolenia z życia, dominujących na co dzień uczuć i nadziei na przyszłość. Będziemy mogli je porównać z wynikami z Raportu PISA 2018, gdzie jedynie 62% polskich 15-latków odczuwa zadowolenie z życia, co stawia nas poniżej średniej – 67% –

ODSETEK UCZNIÓW ZAWSZE CZUJĄCYCH SMUTEK W WYBRANYCH KRAJACH OECD



Badanie obejmowało trzy główne obszary:

- testy online z przedmiotów egzaminacyjnych dla uczniów klas ósmych szkół podstawowych oraz testy online z matematyki dla uczniów klas 5, 6 i 7.

na tle 79 krajów i regionów. 6% dzieci przyznało w badaniu, że są stale smutne (średnia). Na tym tle aż 11% polskich uczniów przyznało się do stałego odczuwania smutku. Kwestia samopoczucia nasto-

⁷ Badanie Kompetencje dla przyszłości 2020, aktualizacja 18 XI 2019 r.: <https://edukacja.warszawa.pl/aktualnosci/21866-ogolnopolnskie-badanie-umiejtnosci-uczniow-kompetencje-dla-przyszlosci-2020-w>

latków jest istotna i ten wynik powinien nas niepokoić⁸. Obraz pesymizmu w postrzeganiu przyszłości przez nasze dzieci stawia je na trudnej linii startu, gdyż kompetencje rozwiązywania złożonych problemów i samodzielność w działaniach na pewno są domeną ludzi zaradnych, skutecznych i optymistycznie nastawionych na rozwój oraz sukces.

Na co więc warto postawić w edukacji XXI wieku?

Wyciągnijmy wnioski z opinii ekspertów edukacji – na co warto postawić aby stworzyć naszym dzieciom szansę na zdobycie tak ważnych w życiu kompetencji kluczowych, a zarazem dać im zapal i samodzielność w podejmowaniu decyzji i działań? Oczywiście są różne koncepcje wartościowych działań edukacyjnych. Jedne koncentrują się usprawnianiu metod nauczania i uczenia się, a tu prym wiodą ostatnio technologie informacyjno-komunikacyjne. W dobie edukacji domowej, w czasie niedawnej pandemii COVID-19, zdalne strategie pracy z jednej strony okazały się zbawienne, a z drugiej obnażyły brak wystarczającego przygotowania nauczycieli, uczniów oraz rodziców do edukacji na bazie kreatywnych aplikacji i narzędzi cyfrowych. Te kreatywne dają szansę na samodzielne podejmowanie wyzwań i dochodzenie do rozwiązania w mozolnym, ale pasjonującym zarazem procesie badawczym (w projektach, doświadczeniach, eksperymentach czy analizach).

W moim przekonaniu rozwijanie metod i technik uczenia się mocno wspiera strategię indywidualnych planów uczenia się, a te dają prawdziwą szansę na świadome, czyli pod własną kontrolą, wywieranie wpływu przez każdego z nas na swoje życie, przyszłość i świat.

Ponieważ jesteśmy zauroczeni fińskim systemem edukacji, to na zakończenie myśl kluczowa z książki Pasi Sahlberga „Lekcje z Finlandii”, „Finom udało się połączyć dwa cele stawiane systemom edukacyjnym, a uznawane za trudne, a czasem wręcz za niemożliwe do pogodzenia: wyrównywanie szans edukacyjnych i wysoką jakość

⁸ Raport z Badania PISA 2018 – Wyniki Badania PISA 2018 w Polsce: <https://pisa.ibe.edu.pl/wp-content/uploads/2019/12/raport-wyniki-badan-pisa-2018.pdf>

kształcenia”⁹.

Polska edukacja również czyni takie starania, z nastawieniem na pełny sukces i pełny rozwój naszych dzieci.

„Nasza samoocena jest prawdopodobnie najważniejszym czynnikiem decydującym o tym, czy dobrze się uczymy – a prawdę mówiąc, czy jesteśmy dobrzy w czymkolwiek”

Colin Rose – brytyjski producent programów przyspieszonego uczenia języków obcych.

Polecane:

1. Wprowadzenie do coachingu – materiały Szkoły Liderów dla uczestników projektu: Przywództwo i zarządzanie w oświacie, ORE, Warszawa 2019 Podrecznik_coaching_dyrektorzy_cz.1.pdf
2. Raport Uniwersytetu Warszawskiego 2019: Kompetencje przyszłości. Jak je kształtować w elastycznym ekosystemie edukacyjnym?, Włoch R., Śledziwska K., w sieci: https://www.delab.uw.edu.pl/wp-content/uploads/2019/09/Kompetencje_przyszlosci_Raport_DELabUW.pdf
3. Księga trendów w edukacji 2.0, Young Digital Planet 2017, w sieci: <http://www.ydp.pl/wp-content/uploads/2017/04/Ksiega-Trendow-w-Edukacji-2.0-YDP.pdf>
4. Danieluk M., TIK w pigułce. Narzędziownik nauczyciela, Centrum Rozwoju Edukacji EDICON, Poznań 2019.
5. Dweck C., Nowa psychologia sukcesu. Muza S.A. wyd. II, 2019.
6. Zimmerman B.J., Bonner S., Kovach R., Poczucie własnej skuteczności ucznia. GWP Sopot, 2005.
7. Brophy J., Motywowanie uczniów do nauki. PWN Warszawa, 2010.
8. Lewowicki T., Siemieniecki B., Media w edukacji. Szanse i zagrożenia, Toruń 2008.

⁹ „O tym jak Finowie reformowali swoje szkolnictwo i dlaczego im się to udało”, Marta Zahorska, w: Krytyka Polityczna 2017, w sieci: <https://krytykapolityczna.pl/swiat/o-tym-jak-finowie-reformowali-swoje-szkolnictwo-i-dlaczego-im-sie-to-udalo/>

Arleta Hoffmann-Piasecka

ŹRÓDŁA SKUTECZNEJ EDUKACJI GLOBALNEJ

Regionalny Ośrodek Doskonalenia Nauczycieli i Informacji Pedagogicznej „WOM” w Rybniku wziął udział w projekcie „Źródła skutecznej edukacji globalnej”, współfinansowanego w ramach programu polskiej współpracy rozwojowej Ministerstwa Spraw Zagranicznych RP w latach 2018-2020.

Projekt obejmował szereg działań mających na celu upowszechnienie i podniesienie jakości edukacji globalnej i skierowany był do dzieci w wieku wczesnoszkolnym (klasy I-III szkoły podstawowej).

Cykl szkoleń składał się z dwóch etapów.

19 listopada 2019 r. odbył się I etap szkolenia, który obejmował m.in.:

- zagadnienia edukacji globalnej, wyjaśniające podstawowe pojęcia związane z globalizacją, pomocą rozwojową itd.,
- kodeks w sprawie obrazów i wiadomości dotyczących krajów Południa oraz język edukacji globalnej,
- prezentację wybranych gier i zabaw o tematyce edukacji globalnej, które można wykorzystać podczas zajęć z dziećmi i młodzieżą.

Uczestnicy podczas pierwszego szkolenia otrzymali wzorcowy pakiet edukacyjny.

7 lutego 2020 r. odbył się II etap szkolenia, który obejmował m.in.:

- zmiany klimatu i jak rozmawiać o nich z dziećmi,
- prezentację teatrzyku kamishibai – jego historię, zasady pokazywania i opowiadania,

- uchodźstwo i migracje – dlaczego reszta świata puka do naszych drzwi?,
- cele zrównoważonego rozwoju,
- krótkie podsumowanie na temat wyników badań w edukacji szkolnej i podręcznikach,
- porady, gdzie szukać pomysłów na edukację globalną.

Po tym etapie wszyscy uczestnicy otrzymali 5 bajek kamishibai wraz z tekturowym teatrzykiem:

opowieść o dostępie do edukacji - „Szkoła Czi-Tam” Joanny Mueller z ilustracjami Jagi Słowińskiej, opowieść o dostępie do wody - „Po drugiej stronie gór” Anny Onichimowskiej z ilustracjami Marianny Sztymy, opowieść o lasach i ich wycinaniu z Puszcą Białowieską i Amazońską w tle - „Dlaczego zwierzaki mieszkają w bloku Maćka?” Tomasza Trojanowskiego z ilustracjami Agnieszki Antoniewicz, opowieść o migracjach i uchodźstwie - „Żyrafa na rowerze” Rafała Witka z ilustracjami Joanny Rusinek, opowieść o dostępie do żywności - „Gadatliwy ptak Narina” Rafała Witka z ilustracjami Magdaleny Koziół-Nowak.

Uczestnicy szkoleń nabyli nowe kompetencje i wiadomości, dzięki którym wzbogacą prowadzone przez siebie lekcje o treści edukacji globalnej.

Arleta Hoffmann-Piasecka
nauczyciel-bibliotekarz

Pedagogiczna Biblioteka Wojewódzka w Rybniku
filia w Raciborzu



Sylwia Smyczek

PRZYJAŹŃ BEZ GRANIC

Program Erasmus+

Edukacja Szkolna – Partnerstwa Strategiczne

„Learn to say what you want”
„Naucz się powiedzieć to, co chcesz”



W 2018 r. pisałam artykuł o początkach współpracy Zespołu Szkolno-Przedszkolnego nr 6 w Rybniku ze szkołami partnerskimi w Niemczech, Turcji, Portugalii oraz na Litwie w ramach programu Erasmus+. Artykuł nazwałam „Okno na świat”, jako że rozpoczęcie tego rodzaju międzynarodowej współpracy, stanowiło duże wyzwanie dla całej naszej społeczności szkolnej i nie wiedzieliśmy, co nas czeka po przejściu przez tytułowe okno.

Zachęteni pierwszym rokiem współpracy, wprowadziliśmy w Zespole kolejny projekt w ramach programu Erasmus+, tym razem skierowany do uczniów klas starszych. Nawiązaliśmy współpracę z krajami tj. Węgry, Włochy, Grecja i Portugalia. Projekt o tytule „Learn to say what you want” miał na celu rozwijanie umiejętności komunikowania się w języku angielskim, wykorzystując nowoczesne technologie. Temat okazał się niezwykle interesujący dla młodzieży, która chętnie umawiała się na zajęcia za pośrednictwem Skype’a, łączyła się na

WhatsAppie, czy przeprowadzała rozmowy wideo na Messengerze. Każde nowoczesne medium zostało wykorzystane do rozwijania umiejętności mówienia w języku obcym, nie tylko angielskim, jak się okazało. Równie interesujący okazał się język włoski i portugalski.

W celu doskonalenia umiejętności przewidzianych w projekcie, uczniowie Zespołu brali udział w regularnych cotygodniowych zajęciach z angielskim native speakerem, który dbał o rozwój płynności w mówieniu i przełamywanie pierwszych lodów. Nowoczesne technologie były wykorzystywane podczas zajęć z nauczycielami języków obcych na lekcjach języka angielskiego oraz podczas kółka w ramach projektu Erasmus+. Uczniowie próbowali łączyć obie umiejętności wyszukując informacje, materiały, przygotowując prezentacje multimedialne, bądź obsługując tablicę interaktywną. Rozwój powyższych umiejętności, kluczowych w dzisiejszych czasach, miał doprowadzić do podniesienia

poziomu językowego oraz kompetencji w zakresie nowoczesnych technologii, co z kolei doprowadzić miało do zdania międzynarodowego egzaminu z języka angielskiego - Euroexam.

W ramach projektu „Learn to say what you want” nauczyciele wzięli udział w wyjazdach szkoleniowych do szkół partnerskich na Węgrzech i w Grecji, gdzie brali udział w licznych warsztatach, szkoleniach i obserwacjach lekcji. Sami również prowadzili zajęcia dla uczniów, przekazując informacje dotyczące polskiej kultury i tradycji. Uczniowie odwiedzili szkoły we Włoszech i Portugalii. Młodzież przedstawiała prezentacje multimedialne, uczestniczyła w lekcjach wraz z ich goszczącymi przyjaciółmi, poznawała zwyczaje i kulturę rodzin goszczących.

Teraz, kiedy nasz pierwszy projekt się zakończył, a drugi właśnie dobiega końca, możemy wyciągnąć wnioski ze współpracy. Niezwykle istotny jest fakt, że podczas trwania dwóch trzyletnich projektów, uczniowie rozwinęli liczne umiejętności i kompetencje, nauczyciele wzięli udział w cennej wymianie doświadczeń, dyrekcja wprowadziła innowację, a rodzice stali się bardziej otwarci na inne kultury. Jednakże korzyścią nadrzędną tego typu przedsięwzięcia jest aspekt emocjonalny. Podczas licznych spotkań, rozmów, czy wymiany korespondencji, zarówno między najmłodszymi uczestnikami, jak i nauczycielami biorącymi udział w projektach, narodziła się prawdziwa głęboka przyjaźń, która nie

zakończyła się z datą zamknięcia projektów, ale trwa nadal. Uczniowie piszą do siebie, wspierają się, uczestniczą w codzienności swoich rówieśników za granicą. Nauczyciele dzielą się nie tylko doświadczeniami zawodowymi, ale wydarzeniami z życia prywatnego. Dzięki nowoczesnym technologiom i licznym komunikatorom, granice zanikają, a odległość przestaje mieć znaczenie.

Podsumowując, projekty międzynarodowe dają uczestnikom znacznie więcej, niż tylko realizację założeń projektu. Rozwijają relacje, dostarczają pozytywnych doznań i wzruszeń. Tworzą przyjaźnie bez granic, które trwają i wzmacniają się z biegiem czasu. Dzięki nim ludzie się jednoczą i tworzą lepszy świat. Przyjaźnie projektowe przypominają nieco tę opisaną w poniższym cytacie. Nie znikają, kiedy kończy się projekt, ale czekają... na sms, wiadomość, relację wideo, że dziś na Litwie spadł śnieg, a w Portugalii wyszło słońce; że syn Silke bierze ślub, a córka Adilli zdała egzamin; że Miguel kupił nowy motocykl, a Katerina upiekła swój pierwszy tort.

- A jeśli pewnego dnia będę musiał odejść? – spytał Krzyś, ściskając Misiową łapkę. – Co wtedy?
- Nic wielkiego – zapewnił go Puchatek. – Posiedzę tu sobie i na ciebie poczekam. Kiedy się kogoś kocha, to ten drugi ktoś nigdy nie znika.

Alan Alexander Milne

Sylwia Smyczek – nauczyciel języka angielskiego w Zespole Szkolno-Przedszkolnym nr 6 w Rybniku, koordynator projektu.



Jadwiga Garcorz

PANDEMIA.

PRZYŁBICE DRUKOWANE W ZESPOLE SZKÓŁ TECHNICZNYCH W MIKOŁOWIE

Rozmawiam telefonicznie z Panią Elżbietą Jabłońską, Dyrektorem Zespołu Szkół Technicznych w Mikołowie, szkoły, która otrzymała ceniony tytuł Brązowej Szkoły. Tym samym szkoła znalazła się wśród najlepszych techników na Śląsku oraz w Polsce i ma prawo używania w tym roku tytułu honorowego „Brązowej Szkoły” 2020 wraz z graficznym znakiem jakości.

- Pani Dyrektor, serdecznie gratuluję tak ważnego wyróżnienia. Pragnę zapytać się, jak szkoła radzi sobie w trudnym okresie pandemii.

- W szkole nie ma uczniów, nie odbywają się zajęcia stacjonarne i tak jak inne szkoły – uczymy zdalnie. Przygotowujemy się też organizacyjnie do przeprowadzenia egzaminów maturalnych i egzaminów zawodowych. Pandemia sprawiła, że są nowe zasady organizacji sal egzaminacyjnych. Pracy więc mamy dużo.

- A mimo to Wasza szkoła włączyła się do walki z pandemią w sposób bardzo konkretny. Jak to się stało?

- Zespół Szkół Technicznych w Mikołowie włączył się w akcję zorganizowaną przez Wydział Inżynierii Biomedycznej Politechniki Śląskiej w zakresie drukowania obręczy do przyłbic ochronnych.

- To interesujące, że średnia szkoła techniczna może w tej sprawie współdziałać z uczelnią wyższą.

- Nasze klasy są objęte patronatem wyższych uczelni: Politechniki Śląskiej i Wyższej Szkoły Technologii Informatycznych. Ta współpraca z uczelniami rozwija się z wielką korzyścią dla naszych uczniów. Teraz w okresie pandemii otrzymaliśmy od pracowników Politechniki Śląskiej projekt i program drukowania przyłbic ochronnych na drukarkach 3D, w które wy-

posażone są nasze pracownie kształcenia zawodowego. Trzech nauczycieli ZST: Norbert Burek, Wojciech Baranowicz i Dariusz Jędrzejek, wykorzystując posiadany przez szkołę filament, wykonało techniką druku 3D około 200 obręczy do przyłbic. To nasz mały wkład w walkę z pandemią koronawirusa.

- Wkład bardzo oczekiwany w społeczeństwie. Dla kogo są przeznaczone przyłbice i jaką mają wartość medyczną?

- Co prawda przyłbice te nie mają atestu medycznego, więc nie mogą być wykorzystywane w szpitalach, ale doskonale sprawdzają się jako zabezpieczenie dla pracowników obsługi szkół, biur, sklepów, DPS-ów.

Część obręczy, które przekazujemy Politechnice Śląskiej w postaci kompletnych przyłbic, uzupełnionych o element frontowy wykonany z PET o grubości 0,5 mm, wraca do Mikołowa. Kilka z nich jest wykorzystywane przez pracowników naszej szkoły, a pozostałe przekazujemy do Wydziału Zarządzania Bezpieczeństwem Starostwa Powiatowego w Mikołowie.

Przyłbice posłużą także nauczycielom i uczniom w czasie egzaminów praktycznych potwierdzających kwalifikacje w zawodzie.

- Pani Dyrektor, ZST w Mikołowie jest naprawdę SZKOŁĄ NA MEDAL. To piękny i jakże użyteczny udział szkoły w życiu społeczeństwa w tak trudnym okresie walki z pandemią koronawirus COVID-19. Dziękuję za rozmowę.

Jadwiga Garcorz - wicedyrektor RODN i IP „WOM” w Rybniku

Sabina Synowiec

PRACA ZDALNA – KOSZTY EMOCJONALNE

Za nami – nauczycielami, pracownikami oświaty – pierwszy, najbardziej intensywny etap organizacji zdalnego nauczania. Dla wielu z nas stanowił nie lada wyzwanie; trzeba było nauczyć się zupełnie innego systemu pracy, nowych narzędzi, zrewidować wykorzystywane pomoce. Nie wszyscy mamy zaszczyt być informatykami.

Daliśmy jednak z siebie wszystko i – szybciej lub wolniej, łatwiej czy nie do końca, dużym bądź jeszcze większym wysiłkiem – poradziliśmy sobie. Powinno być nam już lżej, prawda? Coraz częściej natomiast czujemy narastający stres, napięcie, przeciążenie emocjonalne... Pojawia się pytanie o powody obniżonego samopoczucia i obawy o swoją kondycję – również, a może przede wszystkim psychiczną.

Obowiązkowa izolacja zaskoczyła wszystkich. Nie było jak się na nią przygotować. Szczególnie w zawodach wymagających częstego kontaktu z ludźmi – w naszym przypadku z dziećmi i młodzieżą. Nagła zmiana otoczenia w rozumieniu kontaktów międzyludzkich – z klasy szkolnej na zdalne nauczanie z domu, bez bezpośredniego kontaktu, to dla wielu duży stres. Dlatego też zrozumieliśmy wydaje się fakt reagowania na wspomnianą sytuację szerokim spektrum emocji – od pobudzenia i dekoncentracji, poprzez zmęczenie aż do odczuwalnego obniżenia nastroju. Początkowo wielu z nas było nastawionych zadaniowo – trzeba było szybko i sprawnie zorganizować zajęcia z dziećmi (to był czas intensywnej nauki, poszukiwania rozwiązań). Wraz z upływem czasu i wzrostem poczucia kompetencji w tym obszarze, pojawiła się przestrzeń na inne odczucia: m.in. niepewności co do własnej pracy i przyszłości, zmęczenia samotnością i powtarzalnością zajęć, rozdrażnienia brakiem współpracy ze strony dzieci, dorosłych czy po prostu – sprzętu

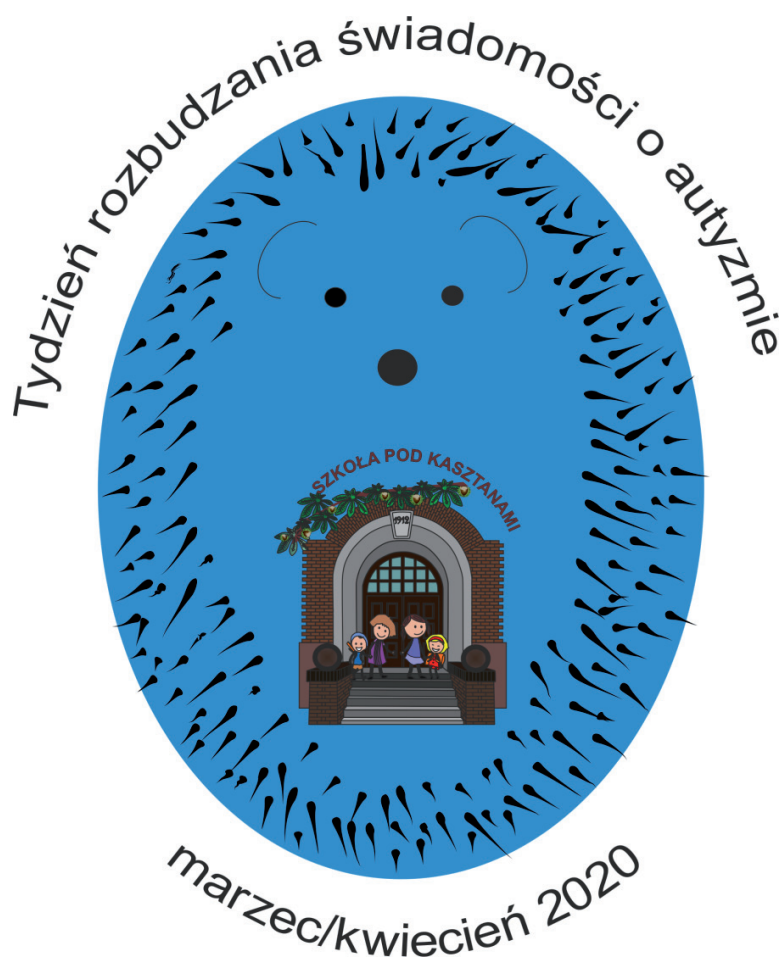
komputerowego. Dodatkowo pojawiły się problemy związane z organizacją codziennego życia rodzinnego (zakupy, lekcje własnych dzieci, ich znudzenie siedzeniem w domu czy pomoc starszym członkom rodziny), nie mówiąc już o zupełnie zrozumieliśmy strachu przed chorobą, mniejszym lub większym, mniej lub bardziej uświadamianym, który odczuwa każdy z nas.

Psycholodzy często powtarzają, że wyjście ze strefy komfortu jest rozwojowe. Jest w tym dużo prawdy, bo np. nabytych nowych umiejętności i kompetencji nikt nam nie odbierze... Warto jednak jednocześnie zadbać o swój dobrostan psychiczny. Nauczyciele są bardzo wymagającą grupą społeczną; oczekują dużo od innych, ale przede wszystkim od siebie. Pracujemy na najwyższych obrotach. Mobilizujemy się. Działamy. Znajdźmy jednak w tym całym zamieszaniu chwilę dla siebie...

Pewne uporządkowanie planu dnia, praca w jasnym i ładnym otoczeniu, kontakt z naturą i systematyczna aktywność fizyczna to niezbywalne elementy komfortu psychicznego. Teraz to szczególnie istotne. Do tego warto pić dużo wody, regularnie i zdrowo się odżywiać, dbać o komfort snu i systematyczne przerwy w pracy, na które „sami sobie musimy pozwolić” - pracoholizm rozumiany jako ucieczka w pracę też nie jest dobry. A przede wszystkim – zamknijmy gdzieś na dnie szafy nasz perfekcjonizm. Pozwalajmy sobie na popełnianie błędów (każdy się czasem myli, a każdy błąd też nas czegoś uczy), zaś w sytuacjach szczególnie trudnych – nie wstydźmy się prosić o pomoc. To nie jest oznaka słabości. Pracownicy naszego „WOM-u” czy Poradni Psychologiczno - Pedagogicznych służą wsparciem. To dla nas wszystkich trudny czas. Będzie dobrze!



„ROZBUDZAMY ŚWIADOMOŚĆ”, CZYLI TYDZIEŃ ROZBUDZANIA ŚWIADOMOŚCI O AUTYZMIE W SZKOLE POD KASZTANAMI



*Spektrum (autyzmu) jest długie i szerokie i wszyscy się na nim znajdujemy.
Kiedy się w to uwierzy, łatwo zobaczyć ile mamy ze sobą wspólnego...*

/Lisa Genova, Kochając syna/

XXI wiek to niezwykle skomplikowany moment ewolucji człowieka. To czas, w którym wszystko, co do tej pory gatunek ludzki osiągnął jest po raz wtóry diagnozowane, weryfikowane, klasyfikowane, opisywane, wielokrotnie podważane. Wydaje się, że nie ma dziedziny życia, która nadal byłaby czysta, pierwotna, nietknięta narzuconym stereotypem, wsadzona w określone ramy, jak należy o niej myśleć. Współczesny człowiek zdefiniował wszystko, ubrał w słowa, dotknął tego, co było w zasięgu jego ręki. Niejednokrotnie przekroczył swoje granice. Pomału wyczerpuje się pojęcie „tajemnica”, bo pytań w życiu codziennym jest coraz mniej. Niemniej, człowiek nadal szuka i docieka. Weryfikuje

dotychczasowe światopoglądy, próbuje kreatywniejszych rozwiązań, szuka nowych inspiracji.

Z całą pewnością jednym z najciekawszych miejsc, które nadal chowa najwięcej tajemnic, a jednocześnie pozwala na tworzenie coraz śmielszych koncepcji jest mózg człowieka.

On, co rusz każe się zadziwić, zastanowić, złączyć elementy na pozór do siebie nie pasujące i znaleźć im wspólny algorytm. Pomaga odnaleźć luki w dotychczasowych opracowaniach. To właśnie te naukowe dziury, pominięte fakty i niedopowiedzenia stają się zalążkami nowych teorii, badań i osiągnięć. Z całą pewnością w dynamicznym tempie docierają do nas nowe poglądy na stare zjawiska.

Odświeżonym tematem, w który tchnięto nowe spojrzenie jest bezdyskusyjnie „autyzm”. Słowo na „A”, o którym każdy coś wie, każdy coś słyszał, wielu się go boi, a jeszcze inni uznają za wymysł, abstrakcję, epidemię XXI wieku. Program edukacyjny „Tydzień rozbudzania świadomości o autyzmie w Szkole Pod Kasztanami” to propozycja cyklu zajęć edukacyjnych rozwijających wiedzę adresatów na temat spektrum autyzmu. Prowadzony w formie zdalnej oparty został na krótkim i treściwym dostarczeniu niezbędnych, podstawowych informacji o autyzmie.

Głównym celem programu jest podniesienie świadomości społeczności szkolnej SP1 w Radlinie (nauczycieli, uczniów, rodziców, sympatyków szkoły) dotyczącej trudności wynikających ze spektrum autyzmu oraz poszerzenie tolerancji dla odmienności. Program był realizowany od 30 marca 2020r. do 2 kwietnia 2020r. w ramach Międzynarodowego Dnia Autyzmu obchodzonego corocznie 2 kwietnia. Z uwagi na sytuację realizacja odbyła się w sposób zdalny za pośrednictwem dziennika elektronicznego Librus Synergia oraz szkolnego profilu na portalu Facebook.

Program realizowany był w oparciu o szczegółowy harmonogram działań.

Przebieg realizacji

Dzień 1 – 30 marca 2020r.

2 kwietnia obchodzony jest Międzynarodowy Dzień Autyzmu. Nasza szkoła miała wziąć udział w pełnym, tygodniowym cyklu zajęć, który miał rozbudzić świadomość

o autyzmie, uczniów Szkoły pod Kasztanami. Pragniemy więc, chociaż w namiastce pokazać Wam trudności, z jakimi osoby autystyczne mierzą się każdego dnia.

Dzisiaj przedstawiamy film. Choć pierwotnym przesłaniem jego twórców nie była tematyka autyzmu, to my dopatrujemy się w nim wielu analogi. Autysta to często jeź w środowisku społecznym. Osoba interesująca, ciekawa, ale równocześnie tworząca barierę umożliwiającą jej poznanie. Tylko wysiłek, zaangażowanie, otwartość i kreatywność osób

z otoczenia może przynieść sukces w postaci włączenia „jeża” w społeczność.

Znakiem rozpoznawczym naszej akcji rozbudzania świadomości stał się więc niebieski jeżyk, którego wytrwale i z uśmiechem będziemy coraz bardziej włączać w społeczność Naszej szkoły. Bo w Naszej szkole „Jest się razem!”



Źródło: <https://www.youtube.com/watch?v=Icx7hBWeULM>

Dzień 2 – 31 marca 2020r.

Już wiesz, że osoba, która jest w spektrum autyzmu jest jak jeź. Chociaż bardzo się stara, nie zawsze jej wychodzi. Można powiedzieć nawet więcej Często nikt nie rozumie, że jej intencje były dobre, ale to co zobaczyła reszta świata zostało źle odebrane. Czym więc jest autyzm? Zapraszam Cię na kolejny film, który pozwoli Ci lepiej poznać świat autyzmu. Jeśli chcesz się chociaż na chwilę przenieść do świata osób z autyzmem zapraszamy Cię do zorganizowania sobie małej próbki w domu. Oto propozycja zadania dla Ciebie: **Ścieżka sensoryczna z pudełek po butach**. Pozwoli Ci utożsamić się z odczuciami osoby ze spektrum autyzmu.

Opis zadania:

Razem z dzieckiem układamy pudełka w linii prostej (można wykorzystać miski zamiast pudełek) – jedno blisko siebie, inne trochę dalej Do każdego z pudełek wkładamy inne rzeczy, wydając dziecku polecenia (wkładamy do pudełek rzeczy/materiały dostępne w domu).

Na przykład:

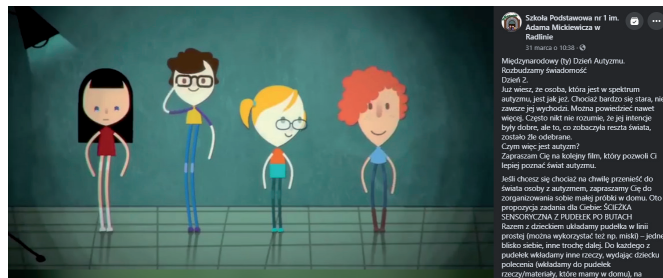
1. Do pierwszego pudełka wsyp piasek
2. Do ostatniego włóż sztuczne futro
3. Do drugiego daj folię bąbelkową
4. Do trzeciego – guziki
5. Do przedostatniego – ryż

6. Do czwartego papier
7. Do szóstego – watę
8. Do piątego – fasolę

Prosimy dziecko, aby zdjęło skarpetki, mówimy, że nasze pudełka to wyspy, a podłoga to morze, w którym pływają rekiny i nie można zamoczyć stóp (wyjść poza pudełka).

Prosimy dziecko, aby przeszło się po ścieżce. Następnie prosimy, aby przeszło ścieżkę tyłem. Kolejno prosimy dziecko, aby uformowało z pudełka kształt litery „S” przeszło po ścieżce. Na koniec mówimy, aby przed wejściem do kolejnego pudełka skrzyżowało nogi. Po zakończeniu zabawy prosimy dziecko, aby odłożyło pudełka na wyznaczone miejsce. Dodatkowo, podczas zabawy możemy zasłonić dziecku oczy, w celu wyostrenia pozostałych zmysłów.

Źródło: <https://www.youtube.com/watch?v=QLv-dvLCgAg>



Dzień 3 – 1 kwietnia 2020r.

Inny, a jednak podobny. Inny, a jednak bliski. Inny nigdy nie znaczy gorszy. Inny nigdy nie znaczy zły. Nie ma na świecie 2 osób, które tak samo myślą, czują i patrzą na świat. Nikt nie ma prawa twierdzić, że to, co czujesz, myślisz i jak odbierasz świat jest złe. Nikt nie jest Tobą. A Ty nie jesteś kimś innym. Pamiętaj więc, że Ty również nie masz prawa mówić komuś, że jest gorszy, bo nie zgadza się z Tobą. Nie każdy może zrozumieć Twój świat. Może więc łatwiej będzie spróbować czasem wejść do czyjegoś świata, niż na siłę wciągać go w swoją rzeczywistość? My zapraszam Cię dzisiaj do świata za niebieskimi drzwiami. Niebieskimi, bo to kolor nadany autyzmowi. Zapraszamy Cię, żebyś spróbował poznać i zrozumieć. Nie musisz lubić. Uszanuj, toleruj, nie utrudniaj. Posłuchaj przy tym piosenki, którą razem z dziećmi z autyzmem nagrali bohaterowie

rowie Ulicy Sezamkowej.

Uwaga! #KONKURS PLASTYCZNY pt. „Więć chodź, pomaluj mój świat (nie)tylko na niebiesko”. Zapraszamy wszystkich chętnych uczniów naszej szkoły do wzięcia udziału w konkursie. Zasady są proste. Wykonaj pracę plastyczną w dowolnym formacie na wyżej podany temat. Swoje dzieło namaluj za pomocą naturalnych farb. Możesz malować stopami, rękoma, pędzlem, na co tylko fantazja Ci pozwoli. Do udziału w konkursie wystarczy tylko Twoje zdjęcie z wykonaną pracą przesłane do pani Justyny Zglejszewskiej. Na uczestników czekać będą słodkie upominki. Na prace czekamy do końca kwietnia! Czasu sporo, a zabawa przednia!

Naturalne farby do malowania.

Składniki:

- Pół szklanki mąki pszennej
- Niewielka ilość przegotowanej wody do rozmieszania mąki (konsystencja według upodobań – bardziej lub mniej gęsta)
- Barwniki spożywcze (można zastąpić barwniki przyprawami: żółty – kurkuma, czerwony – słodka papryka, czarny – pieprz)
- Papierowy talerzyk
- Wykałaczka

Przygotowanie:

Do szklanki z mąką wlewamy tyle wody, aby uzyskać pożądaną konsystencję. Jeśli zależy Ci na gęstej farbie, która ma szybko zaschnąć, dodaj wtedy tylko kilka łyżek wody. Po wymieszaniu papka będzie miała kolor biały. Rozdziel ją na 3 części na papierowym talerzyku, dodaj barwnik spożywczy lub przyprawę i zmieszaj wykałaczką. Farbki nadają się do malowania. Zastygają w ciągu kilku godzin.



Źródło: <https://www.youtube.com/watch?v=VWrg5b9DQbE&t=1s>
Tłumaczenie: praca własna

Niesamowita piosenka

*Każde dziecko jest oryginałem
 Wszyscy jesteśmy jedyni w swoim rodzaju
 Nigdy nie znajdziesz nikogo takiego jak my
 I to czyni nas wspaniałymi
 Jesteśmy tak inni, jak tylko możemy
 Ale na kilka naprawdę ważnych sposobów
 Jesteśmy nadal tacy sami, rozumiesz...
 Wszyscy możemy czuć się szczęśliwi
 Wszyscy możemy się wściekać
 Wszyscy możemy czuć się dobrze
 Wszyscy możemy czuć się źle
 Wszyscy chcemy się śmiać i wszyscy chcemy się bawić
 Wszyscy jesteśmy niesamowici, każdy na swój sposób
 Wszyscy jesteśmy niesamowici
 Każde dziecko jest niesamowite
 Wszyscy jesteśmy niesamowici, każdy na swój sposób
 Dla niektórych z nas jest trudniej
 Wyciągać rękę jak inni
 Ale kiedy tylko przyjrzy się bliżej
 Zobaczysz niesamowite zdumienie
 Każdy z nas ma własne sposoby patrzenia na świat
 I pokaż nam, że nam zależy
 Ale my wiemy
 Mogą być przyjaciółmi, ponieważ łączy nas tak wiele.
 Wszyscy wciąż się rozwijamy
 Wszyscy potrzebujemy dłoni
 Wszyscy potrzebujemy przyjaciela
 Który może nas zrozumieć
 Wszyscy jesteśmy ważni i wszyscy mamy się dobrze
 Wszyscy jesteśmy niesamowici, każdy na swój sposób
 Czasami możemy mieć własne sposoby gry
 I to jest w porządku
 Ponieważ w końcu wszyscy jesteśmy tacy sami na wiele
 różnych sposobów
 Wszyscy możemy się wygłupiać
 Wszyscy możemy być smutni
 Wszyscy możemy czuć się samotni
 Wszyscy możemy się cieszyć
 Wszyscy jesteśmy tylko dziećmi i wszyscy chcemy się bawić
 Wszyscy jesteśmy niesamowici, każdy na swój sposób
 Wszyscy jesteśmy niesamowici, każdy na swój sposób
 Każde dziecko jest niesamowite na swój sposób*

Dzień 4 – 2 kwietnia 2020r.

Niebieska Szkoła pod Kasztanami

Tak należy zatytułować nasze podsumowanie (Tygo)Dnia Rozbudzania Świadomości o Autyzmie. Głęboko wierzymy, że te ziarna informacji, które zasialiśmy w minionych dniach, zakiełkują w Państwa sercach. Wiedza odpędza strach. Wiedza daje siłę, pozwala zrozumieć. Stopień zaangażowania w akcję fotograficzną #2kwietnia JESTEŚMY RAZEM! przerósł nasze oczekiwania. Dziękujemy wszystkim, którzy dołożyli swoją cegiełkę. Jesteśmy Szkołą Pozytywnego Myślenia, która wczoraj rozbłysła na niebiesko. Mamy nadzieję, że ten blask pozostanie w Nas wszystkich jak najdłużej. Pięknie jest widzieć solidarność i jedność wśród tak młodych ludzi. My wiemy, że w Mickiewiczu mamy tych wyjątkowo wyjątkowych. Dziękujemy za Wasze niebieskie serca.

Autorki programu:

Sandra Broda – koordynator programu, nauczyciel współorganizujący proces kształcenia
 Studia o profilu: terapia psychopedagogiczna; pedagogika resocjalizacyjna z profilaktyką społeczną; pedagogika specjalna; wczesne i całonocne wspomaganie rozwoju, edukacja oraz rewalidacja uczniów z Autyzmem i/lub Zespołem Aspergera.

Aleksandra Staniek – nauczyciel współorganizujący proces kształcenia
 Studia o profilu: zintegrowana edukacja wczesnoszkolna i wychowanie przedszkolne; terapia pedagogiczna; oligofrenopedagogika; tyflopädagogika i surdopedagogika; wczesne i całonocne wspomaganie rozwoju, edukacja oraz rewalidacja uczniów z Autyzmem i/lub Zespołem Aspergera.

Justyna Zglejszewska – nauczyciel współorganizujący proces kształcenia
 Studia o profilu: animacja społeczno-kulturalna; pedagogika pracy opiekuńczo-wychowawczej i społecznej; diagnoza i terapia pedagogiczna; pedagogika specjalna; edukacja i wspomaganie osób z autyzmem i Zespołem Aspergera; terapeuta ręki.



Sylwia Bloch, Jolanta Grzesiak

KAMPANIA „MOGĘ! ZATRZYMAĆ SMOG – PRZEDSZKOLAKU ZŁAP ODDECH” TO DOSKONAŁY SPOSÓB NA PODNIESIENIE ŚWIADOMOŚCI EKOLOGICZNEJ. KOGO? WSZYSTKICH!!! DZIECI, RODZICÓW I NAUCZYCIELI...

W gmachu Sejmu Śląskiego odbyło się uroczyste wręczenie nagród w konkursie w ramach kampanii edukacyjno-informacyjnej „MOGĘ! Zatrzymać SMOG – Przedszkolaku, złap oddech”. Uroczystość zaszczyliła swoją obecnością Pani Izabela Domogała, członek Zarządu Województwa Śląskiego. Podkreśliła ona ogromne znaczenie kampanii i przekazała, ku ucieście przedszkolaków wspaniałe nagrody. Celem kampanii było rozwijanie świadomości ekologicznej związanej z zanieczyszczeniem powietrza poprzez:

1. zaktywizowanie nauczycieli przedszkolnych w zakresie tematyki antysmogowej, tj. w szczególności: zagrożeń wynikających z zanieczyszczenia powietrza, sposobów zapobiegania niskiej emisji i unikania ekspozycji na zanieczyszczenia;
2. podniesienie świadomości ekologicznej dzieci w zakresie wpływu zanieczyszczonego powietrza na zdrowie;
3. przekazanie rodzicom i opiekunom dzieci wiedzy o wpływie zanieczyszczonego powietrza na zdrowie.



Kampania swym zasięgiem objęła obszar całego województwa śląskiego. Uczestnikiem kampanii mogło zostać każde publiczne przedszkole którego organem prowadzącym jest gmina położona na terenie województwa śląskiego.

Każda placówka, która zakwalifikowała się do udziału w projekcie pod nazwą „MOGĘ! Zatrzymać SMOG – Przedszkolaku złap oddech” otrzymała oczyszczacze powietrza do sal dydaktycznych.

W konkursie złożono 121 prac. W wyniku oceny formalnej i merytorycznej przeprowadzonej przez Jury Konkursowe wyłoniono laureatów konkursu na najlepszy scenariusz zajęć dla dzieci w ramach kampanii „MOGĘ! Zatrzymać SMOG – Przedszkolaku złap oddech”, na liście tej znalazły się następujące przedszkola:

1. Miejsce I, Przedszkole Miejskie nr 14 z Oddziałami Integracyjnymi w Jaworznie.
2. Miejsce II, Przedszkole nr 55 w Bielsku-Białej.
3. Miejsce III, Przedszkole nr 2 w Kuźni Raciborskiej - przedszkole z naszego okręgu konkursowego



Poniżej prezentujemy scenariusz Przedszkola nr 2 w Kuźni Raciborskiej - laureata III miejsca.

Autorki scenariusza: E. Miera, S. Grzesik, N. Wyka

Temat zajęć: Nie dla smogu.

Cele ogólne:

- powietrze jest potrzebne człowiekowi i zwierzętom do życia,
- przyczyny złego stanu powietrza : spalanie śmieci w gospodarstwach domowych, fabryki i spaliny samochodowe
- czyste powietrze przyczynia się do lepszego samopoczucia i służy naszemu zdrowiu.

Cele szczegółowe:

Dziecko:

- wie, że powietrze jest potrzebne do życia,
- zna przyczyny złego stanu powietrza i potrafi je wymienić,
- potrafi wymienić czynniki wpływające na poprawę stanu środowiska,
- potrafi wymienić sposoby segregacji śmieci.

Metody:

- oparte na aktywności dziecka: swobodna wypowiedź, odpowiedzi na pytania, aktywność ruchowa oraz plastyczna, doświadczeń i eksperymentowania,
- oparte na aktywności nauczyciela: pogadanka, opis, instruktaż, zadawanie pytań.

Formy pracy:

- praca indywidualna jednolita,
- praca zbiorowa jednolita,
- zbiorowa zróżnicowana.

Środki dydaktyczne:

obrazki samochodów dymiących spalinami, fabryki, miasta, rower, spacer, prezentacja multimedialna, Eksperyment: akwarium, spryskiwacz napełniony wodą, pokrywka tekturowa, papier, zapalniczka, balony, odkurzacz, gaza, szarfy, chusteczki dla każdego dziecka, tamburyno, bębenek, nożyczki, klej,

farby, kredki, arkusze szarego papieru, buźki czerwone i zielone.

Wprowadzenie:

Rozdanie dzieciom balonów i poproszenie ich o nadmuchiwanie. Dzieci po nadmuchiowaniu balonów wypuszczają z nich powietrze i muszą zaobserwować kolor powietrza. Wniosek z tego doświadczenia jest taki, że powietrze jest wszędzie i nie ma żadnego koloru.

Nauczyciel zadaje dzieciom pytania:

Czy powietrze można zobaczyć?

Sugerowane odpowiedzi dzieci: Nie

Czy powietrze ma jakiś zapach?

Sugerowane odpowiedzi dzieci: Nie

Część główna:

1. Doświadczenie z odkurzaczem.

Nauczyciel pokazuje dzieciom odkurzacz i gazę. Tłumaczy, że powietrze jest zanieczyszczone przez smog. Normalnie tego nie widzimy, ale postaramy się to zbadać na podstawie tego doświadczenia. Potrzebujemy do tego odkurzacz i gazę. Gazę założę na koniec wylotu odkurzacza, potem włączę odkurzacz i wystawię naszą gazę za okno. Po chwili nauczyciel pokazuje dzieciom naszą gazę na odkurzaczu. I zadaje dzieciom pytania.

Czy gaza jest czysta czy brudna?

Sugerowane odpowiedzi dzieci: Brudna

Co pokazało nam to doświadczenie?

Sugerowane odpowiedzi dzieci: Powietrze jest zanieczyszczone

2. Nauczyciel pokazuje dzieciom przygotowane obrazki:

Samochody ze spalinami

Fabryki

Zadymione miasta

Dom z dymem

Pyta się dzieci:

• Co widzimy na obrazkach?

• Czy dym, który znajduje się wokół nas jest zdrowy, czy nie?



Sugerowane odpowiedzi dzieci: Nie

Dlaczego nie jest zdrowy?

Sugerowane odpowiedzi dzieci: Bo jest brudny

Czy wy wiecie co to jest SMOG?

Sugerowane odpowiedzi dzieci: Nie

Nauczyciel włącza dzieciom prezentację multimedialną wyjaśniającą znaczenie smogu. Po obejrzeniu prezentacji prosi dzieci, aby zastanowiły się co można zrobić dla środowiska, żeby je chronić.

Sugerowane odpowiedzi dzieci:

- można jeździć na rowerze,
- można jeździć autobusem, pociągiem (komunikacja miejska),
- można iść piechotą,
- trzeba segregować śmieci,
- nie wolno palić śmieci w piecu,
- trzeba wymienić piec na ekologiczny.

3. Zabawa ruchowa „Uwaga Smog”.

Dzieci układają szarfy- domki na dywanie. Nauczyciel rozdaje dzieciom chusteczki. Na dźwięk tambury dzieci wychodzą z domków na spacer, kiedy usłyszą dźwięk bębna chowają się przed smogiem w domku i przykładają chusteczkę do buzi.

4. Eksperyment

Nasze miasto w, którym mieszkamy jest położone w dolinie. Przedstawi to poniższy obrazek. Nasze położenie nie jest dla nas korzystne, nie mamy na nie wpływu. Dlatego też w tej dolinie zatrzymuje się SMOG. Zanieczyszczenia powietrza, które są ze spalin samochodów, fabryk, gospodarstw domowych.

Do naszego eksperymentu potrzebne są:

- akwarium,
- spryskiwacz do szyb z wodą,
- tektura trochę większa od akwarium,
- kostki lodu,
- papier,
- zapalniczka.

Krok 1

Spryskujemy ścianki akwarium wodą, aby uzyskać wilgotne powietrze. Następnie przykrywamy akwarium tekturą i kładziemy na nią kostki lodu. Następnie musimy chwilę odczekać, aby powietrze w akwarium się schłodziło.

Krok 2

Następnie podpalamy kawałek papieru i umieszczamy go w akwarium. Przykrywamy tekturą i kładziemy na nią kostki lodu. Następnie musimy poczekać chwilę. W taki sposób powstaje dym czyli nasz smog. Dajemy rękę za tylną szybę akwarium i pytamy się dzieci czy ją widzą. Dym powinien być tak gęsty, że będzie ona wg niewidoczna. Ściągamy tekturę z kostkami lodu z akwarium. W naszym akwarium pozostał smog dlatego, że warstwa chłodniejszego powietrza, która znajduje się niżej jest zatrzymywana przez znajdującą się nad nią warstwę ciepłego powietrza.

Nauczyciel omawia eksperyment z dziećmi.

Nauczyciel zadaje pytania:

- Czy wiecie jakie jest dzisiaj powietrze?

Sugerowane odpowiedzi dzieci: Nie

- Skąd możemy dowiedzieć się jaki jest dzisiaj stan powietrza?

Nauczyciel pokazuje dzieciom aplikację ściągniętą na telefon, która pokazuje stan powietrza. Następnie demonstruje tablicę jakości powietrza- omawia z dziećmi kolory chmurki – czerwona- jakość powietrza bardzo zła, pomarańczowa- jakość powietrza dostateczna, zielona- jakość powietrza dobra. Informuje dzieci, że od dzisiaj dyżurny wraz z nauczycielem będą sprawdzać jakość powietrza w danym dniu, a dyżurny umieści odpowiednią chmurkę na tablicy.

- Czy jeśli jakość powietrza w danym dniu jest bardzo zła powinniśmy wychodzić na podwórko?

Sugerowane odpowiedzi dzieci: Nie

- Dlaczego nie powinniśmy wychodzić?

Sugerowane odpowiedzi dzieci: Możemy się rozchorować. Jest to niebezpieczne dla naszego zdrowia

- Od kilku dni w naszej sali znajduje się białe urządzenie czy wiecie co to jest?

Sugerowane odpowiedzi dzieci: Oczyszczacz powietrza

- Do czego on służy?

Sugerowane odpowiedzi dzieci: czyści powietrze

Nauczyciel wyjaśnia znaczenie i funkcję oczyszczacza powietrza znajdującego się w Sali. Mówi dzieciom, że dzięki niemu będą oddychały czystym powietrzem i będą zdrowsze zwłaszcza gdy na podwórku jakość powietrza będzie zła.

5. Praca plastyczna: „Nie dla smogu”

Zadaniem dzieci jest zrobienie plakatów w małych zespołach przedstawiających zły stan naszego powietrza.

Do tego zadania potrzebne są: arkusze szarego papieru, gazety z obrazkami fabryk, samochodów, domów; nożyczki, klej, mazaki, kredki.

Ewaluacja zajęć:

Nauczyciel rozdaje dzieciom buźki zielone- uśmiechnięte oraz czerwone- smutne. Mówi zdania. Jeśli zdanie jest prawidłowe, dzieci podnoszą zielone buźki, jeśli nie- czerwone.

1. Smog jest naszym przyjacielem.
2. Smog to tylko spaliny samochodowe.
3. Żeby zadbać o środowisko powinniśmy częściej

chodzić piechotą.

4. Żeby było mniej smogu powinniśmy wszystkie śmieci palić w piecu.
5. Kiedy jakość powietrza jest bardzo zła nie powinniśmy wychodzić na podwórko.
6. Smog źle działa na nasz organizm.

KOMENTARZ NAUCZYCIELA:

Przygotowany scenariusz zajęć pozwala dzieciom przybliżyć problem dzisiejszych czasów- SMOG-ZANIECZYSZCZENIE POWIETRZA. Dzięki doświadczeniom oraz eksperymentom można zobaczyć na własne oczy jak bardzo nasze powietrze jest zanieczyszczone. Poznajemy także źródła narastającego SMOGU. Potrafimy także znaleźć i zastosować alternatywne działania, które sprzyjają naszemu środowisku. W ramach działań prozdrowotnych poznajemy aplikację, która pokazuje stan jakości powietrza na dany moment w określonym regionie. Znajdujące się w salach oczyszczacze powietrza, które otrzymaliśmy w ramach kampanii „MOGĘ! ZATRZYMAĆ SMOG – PRZEDSZKOLAKU ZŁAP ODDECH” ułatwiają dzieciom zrozumienie tematyki kampanii i ułatwiają przenoszenie uzyskanych wiadomości prozdrowotnych do domów rodzinnych i najbliższego środowiska. Zdobyte wiadomości zostaną wdrażane teraz i w przyszłości w życie codzienne.

BIBLIOGRAFIA:

- <https://encyklopedia.pwn.pl/haslo/smog;3976775.html>
https://ekokrak.com/skad-ten-smog/?gclid=CjwKCAiA58fvBRAzEiwAQW-hzREvy1OAhL96sfPznbgoKBEMAhOLdGAMvdRfWCw558AOI02cVrutRoCgXgQAvD_BwE
<https://www.floslek.pl/Smog-jak-pokona%C4%87-wroga-naszej-sk%C3%B3ry.html>
<https://zdrowepasje.pl/content/spaliny-samochodowe>
<http://student.agh.edu.pl/~awydra/smog.html>
<https://www.rybnik.com.pl/wiadomosci,no-to-mamy-rekord-smog-w-rybniku-3126-normy,wia5-3266-32350.html>
<http://www.strazgorzow.pl/czym-jest-dym-i-dlaczego-jest-niebezpieczny/>
<http://www.strazgorzow.pl/czym-jest-dym-i-dlaczego-jest-niebezpieczny/>
<http://swiatmotoryzacji24.pl/pojazdy/rower-4/>
<https://kobieta.dziennik.pl/piekna-i-zdrowa/artykuly/579413,dlaczego-warto-spacerowac.html>
<https://zdrowepasje.pl/content/spaliny-samochodowe>
<http://student.agh.edu.pl/~awydra/smog.html>
<https://www.rybnik.com.pl/wiadomosci,no-to-mamy-rekord-smog-w-rybniku-3126-normy,wia5-3266-32350.html>
<http://www.strazgorzow.pl/czym-jest-dym-i-dlaczego-jest-niebezpieczny/>
<http://www.strazgorzow.pl/czym-jest-dym-i-dlaczego-jest-niebezpieczny/>
<https://kobieta.dziennik.pl/piekna-i-zdrowa/artykuly/579413,dlaczego-warto-spacerowac.html>
<http://swiatmotoryzacji24.pl/pojazdy/rower-4/>
<https://slaskie.pl/content/nagrodzono-przedszkola>





<https://zdrowepasje.pl/content/spaliny-samochodowe>



<http://student.agh.edu.pl/~awydra/smog.html>



<https://www.rybnik.com.pl/wiadomosci,no-to-mamy-rekord-smog-w-rybniku-3126-normy,wia5-3266-32350.html>



<http://www.strazgorzow.pl/czym-jest-dym-i-dlaczego-jest-nie-bezpieczny/>



<http://www.strazgorzow.pl/czym-jest-dym-i-dlaczego-jest-nie-bezpieczny/>



<https://kobieta.dziennik.pl/piekna-i-zdrowa/artykuly/579413,dlaczego-warto-spacerowac.html>

<http://swiatmotoryzacji24.pl/pojazdy/rower-4/>



<https://slaskie.pl/content/nagrodzono-przedszkola>

mgr Barbara Gurgoń pedagog - PPP Świętochłowice

TEORETYCZNE ZAŁOŻENIA MOBILNEJ REKREACJI MUZYCZNEJ A ICH ODZWIERCIEDLENIE W PRAKTYCE

Mobilna Rekreacja Muzyczna wywodzi się z doświadczeń jej twórcy – dra Macieja Kieryła, lekarza i muzykoterapeuty. Jest wypadkową wcześniejszych koncepcji teoretycznych i praktycznych wykorzystujących muzykę w pracy z dziećmi. Inspiracją do jej stworzenia była metoda rytmiki E. J. Dalcroze’a, szwajcarskiego kompozytora i pedagoga, który wykorzystywał w niej możliwości do fizycznego doświadczania muzyki poprzez ćwiczenia ruchowe i pozostałe zmysły. Zakładał także, że percepcja muzyki oparta jest na ruchu naturalnym. Źródłem krystalizowania się koncepcji MRM była także metoda niemieckiego kompozytora i dyrygenta Carla Orffa, który opracował własną metodę wychowania muzycznego dzieci, w której głównym elementem jest śpiew i gra na prostych instrumentach perkusyjnych. Przyczynkiem powstania MRM były także sugestie Ch. Schwabe dotyczące terapeutycznego oddziaływania tańca. Jego wykorzystanie w pracy z pacjentami miało przyczynia się do rozwiązywania psychofizycznych napięć, przez co możliwa będzie dynamiczna interakcja członków grupy w znaczeniu społecznym.

Praktyczne działania podejmowane w różnych placówkach przez dra M. Kieryła, próby adaptowania

koncepcji w połączeniu z teoretyczną wiedzą pozwoliły na stworzenie metody Mobilnej Rekreacji Muzycznej. Oparta jest ona na emocjonalnie uporządkowanych etapach: Odreagowania, Zrytmizowania, Uwrażliwienia, Relaksu i Aktywizacji. Jest to zestaw ćwiczeń rytmicznych, ruchowych, wyobrażeniowych, relaksacyjnych stymulowanych muzyką. Ten układ pozwala w efekcie na uporządkowanie emocji uczestnika i wyzwała w nim poczucie wspólnoty z grupą. Teoretyczne założenia metody, tzn. Mobilność – Rekreacja – Muzyka w pełni sprawdzają się w praktycznym działaniu, co pozwala na stwierdzenie, że metoda dra Kieryła zawiera uniwersalne założenia teoretyczne.

W swojej praktyce zawodowej - pedagoga Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej w Świętochłowicach od wielu lat wykorzystuję MRM w trakcie zajęć z dziećmi Przedszkola Miejskiego nr 9 (grupy integracyjne) oraz od roku w Przedszkolu Miejskim nr 1. Proponowane przeze mnie zajęcia są formą zabawy muzycznej ściśle współgrającą z treściami dydaktycznymi realizowanymi przez przedszkole – tematyka kolejnych zajęć jest na bieżąco modyfikowana. Realizowane ćwiczenia służą utrwalaniu materiału programowego w swoisty, niekonwen-

cyjonalny sposób z wykorzystaniem różnych ćwiczeń stymulowanych muzyką. Taka zabawowa forma zajęć pozwala dzieciom na utrwalanie treści, a jednocześnie dzięki formule OZURA przynosi dodatkowe efekty terapeutyczne. Możliwość odreagowania napięć psychoruchowych, wspólna zabawa rytmem, podejmowanie działań w zakresie szeroko pojętego uwrażliwienia, uczenie się sposobów relaksowania i aktywizowania - to praktyczne efekty prowadzonych zajęć w grupach przedszkolnych i założonych celów teoretycznych.

Dzięki mobilności metody spotkania z dziećmi stają się swego rodzaju happeningiem. Wejście do grupy i spontaniczne reakcje dzieci pozwalają na stwierdzenie, że prostota ćwiczeń, dyrektywność osoby prowadzącej inspirującej dzieci do swoistej wędrówki przez muzyczne krainy, do ruchu, do twórczości plastycznej, do relaksu dają uczestnikom możliwość wspólnego tworzenia misterium muzyki, odkrywania swoich emocji. Realizowana potrzeba ruchu i tworzone warunki do odreagowania napięć psychofizycznych sprawiają, że zajęcia są postrzegane przez dzieci jako coś dające im radość, satysfakcję indywidualną i grupową. Pozwala im także odkrywać posiadane zasoby i porządkować otaczającą rzeczywistość.

Podczas realizacji celów edukacyjno-terapeutycznych dzieci nie są oceniane. Podkreślany jest natomiast każdy sukces: dokładne odtworzenie struktur rytmicznych „Echa”, prawidłowo wykonane ćwiczenie oddechowe poprawiające i korygujące tor oddechowy i postawę ciała, ćwiczenie odreagowujące napięcia (dynamicznym ruchem, krzykiem) i rytmiczujące – pozwalające odczuć potęgę wspólnego klaskania, tupania, wspólna zabawa grupowa i współmuzykowanie, działania plastyczne inspirowane różnorodną muzyką czy gotowość udziału w relaksie. Dostrzeżenie zaangażowania dziecka, jego chęci zachęca je do dalszych ćwiczeń, do doskonalenia swoich umiejętności. Podczas zajęć nie jest wymagana od dzieci perfekcyjność wykonania danego ćwiczenia, choć w podtekście do niej dą-

żymy. Bardziej ma tu zastosowanie rekreacyjność metody, wykorzystująca łatwe ćwiczenia ruchowe, które potrafi wykonać każde dziecko. Udział w swoim misterium dźwięku, rytmu, muzyki i ruchu, wspólne realizowanie ćwiczeń działa integrująco na uczestników zajęć – odczuwają dumę z bycia w grupie, radość z współuczestniczenia we wspólnej zabawie. Okazują to na swój sposób – uśmiechem na twarzy, spontanicznym klaskaniem zadowolenia. To zachęca je do dalszego doskonalenia swoich umiejętności. Dla dzieci, które początkowo oporują - ze względu na podwyższony poziom lęku czy trudności adaptacyjne - kierowane do nich słowa uznania (za podjęty wysiłek, ciche współuczestniczenie w zajęciach) pozwala im odczuć sukces związany z uaktywnieniem się, z podjęciem ryzyka wykonania ćwiczenia razem z koleżankami i kolegami.

Proponowane podczas Odreagowania działania mające na celu zniwelowanie napięć psychofizycznych są dla dzieci jednymi z najbardziej preferowanych ćwiczeń. Wyrzucenie z siebie agresji, wewnętrznych lęków w aprobowany sposób (dynamicznym ruchem, okrzykiem) uwolnienie kumulowanych niepokojów, zredukowanie napięcia mięśniowego, pozwala zminimalizować następstwa blokowania szeroko rozumianego stresu.

Etap Zrytmizowania sprzyja usprawnianiu i doskonaleniu percepcji słuchowej oraz koordynacji ruchowej. Maszerowanie, klaskanie, oklepywanie ciała, wspólny taniec czy muzykowanie sprzyjają integrowaniu grupy przez wytworzenie poczucia wspólnoty. Jest to w aspekcie terapeutycznym bardzo ważna wartość dodana, uzyskana przez grupowe współuczestniczenie w zajęciach.

Podczas szeroko rozumianego Uwrażliwienia estetyczno-kulturowego dzieci mają możliwość: odkrycia swoich zdolności plastycznych (malowanie muzyki), poznawania piękna przyrody (oglądanie zdjęć) oraz zwyczajów świątecznych i ludowych (wędrowanie do szopki, śpiewanie kolęd), podróży (po krainach Polski, do lasu, na wiejskie podwórko, w przestrzeń kosmiczną). Podawane in-

strukcje, zagadki kierowane do uczestników mają na celu ukazanie im piękna otaczającej rzeczywistości, która niejednokrotnie z różnych przyczyn jest dla nich nieosiągalna.

Kiedy proponuję dzieciom Relaks chętnie odpowiadają na zaproszenie do odpoczynku. Słuchając spokojnej muzyki oraz sugestii słownych (spania z niedźwiedziem w norze, otulania ziemi jak pierzynka śniegowa, spaceru na łąkę czy sosnowego lasu, opalania się na piaszczystej plaży nad morzem), leżąc rozluźniają swoje ciała, regulują oddech, mają okazję do uporządkowania emocji, pogłębienia odprężenia. Obserwacja ich zachowania wskazuje, że ten etap działa kojąco na ich organizmy – zarówno w sferze fizycznej, jak i psychicznej.

Po chwili wyciszenia następuje Aktywizacja, łagodny powrót do rzeczywistości i aktywności (powolne uruchamianie ciała, spokojny aerobik). Często zajęcia kończy rozmowa podsumowująca – dzieci mogą zwerbalizować swoje odczucia, przeżyte emocje, wskazać prowadzącej, która część zajęć była dla nich szczególnie interesująca i aprobowana. Zebrane informacje zwrotne są wyznacznikiem ukierunkowującym podejmowanie dalszych działań edukacyjno-terapeutycznych.

Podczas bieżących konsultacji czy rozmów z wychowawczyniami grup uzyskuję potwierdzenie zasadności stosowania MRM. W bieżącym kontakcie z wychowankami obserwuję one poprawę umiejętności dzieci w zakresie sprawności i koordynacji ru-

chowej, koncentracji uwagi, zadowolenie ze swoich dokonań, podjętej działalności plastycznej. Spontanicznie dzielą się przeżyciami wpływającymi ze wspólnej zabawy inspirowanej muzyką. Te swoiste sukcesy są w zdecydowanym stopniu możliwe dzięki ścisłej współpracy wychowawczyń (biorących aktywny udział w zajęciach) z prowadzącą. Przy aprobacie dzieci wyrażających chęć i gotowość powrotu do realizowanych ćwiczeń powtarzają je, co wpływa na ciągłą poprawę i rozwijanie umiejętności dzieci. Ponadto proponowane zabawy stanowią dla wychowawczyń inspirację do uatrakcyjnienia realizowanych treści dydaktycznych - poprzez stosowanie w codziennej pracy dydaktyczno-wychowawczej ćwiczeń z modelu OZURA mają dodatkowe możliwości korygowania zachowań i rozwijania zasobów swoich podopiecznych.

Podsumowując - należy potwierdzić zasadność stosowania teoretycznych założeń Mobilnej Rekreacji Muzycznej w pracy z dziećmi. Model OZURA i możliwość dostosowywania go do aktualnej tematyki zajęć oraz preferencji dzieci znajduje odzwierciedlenie w mojej praktyce zawodowej. Stosowanie MRM pozwala „prowadzić” dzieci, pomagać im w minimalizowaniu stresów, w odkrywaniu piękna świata. Spontaniczne reakcje uczestników, wyrażające ich pełną aprobatę do udziału w zajęciach wskazują, że metoda dra Macieja Kieryła stanowi źródło inspiracji do pracy z dziećmi i realizuje ich potrzeby emocjonalne i rozwojowe.

Bibliografia:

1. Ch. Schwabe – „Leczenie muzyką chorych z nerwicami i zaburzeniami czynnościowymi”, PZWL, Warszawa 1972.
2. Zeszyty Naukowe Akademii Muzycznej we Wrocławiu 1990, nr 52, - Wydawnictwo „Żak”, Warszawa 1996..
3. M. Brzozowska-Kuczkiewicz – *Emil Jaques-Dalcroze i jego rytmika*, Warszawa 1991.
4. U. Smoczyńska-Nachtman „Muzyka dla dzieci: umuzykalnianie według koncepcji Carla Orffa”, WSiP, Warszawa 1992.
5. M. Kierył - „Elementy Terapii i Profilaktyki Muzycznej”, Warszawa 2004.
6. M. Kierył – „Muzyczna Apteczka czyli profilaktyka i terapia muzyczna na co dzień”, Warszawa 2004.
7. M. Kierył, B. Gurgoń – „Wykorzystanie muzyki ocenianej przez odbiorców jednoznacznie jako muzyka relaksująca lub aktywizująca” – Zeszyt Naukowy Akademii Muzycznej im. K. Lipińskiego we Wrocławiu: „Muzykoterapia w agresji, lęku i cierpieniu” (praca zbiorowa opracowana z okazji Międzynarodowego Jubileuszowego Sympozjum Muzykoterapii 20 – 21 listopada 1998 r.”, Wrocław 2000.



M. Pogoda

FENOMEN UNIWERSYTETÓW TRZECIEGO WIEKU JAK SKUTECZNIE NAUCZAĆ JĘZYKÓW OBCYCH NIECO STARSZYCH UCZNIÓW?

Na naukę nigdy nie jest za późno ...

Andragogika czyli pedagogika osób dorosłych jasno i wyraźnie podkreśla, iż uczenie się, studiowanie i dokształcanie się w wieku dorosłym przynosi nam wiele korzyści.

Dlatego nieustającym powodzeniem cieszą się uniwersytety dla seniorów dające

możliwość zdobycia wiedzy oraz nowych umiejętności. To z kolei może przyczynić się do otrzymania awansu lub lepszej pracy.

Gdzie i kiedy powstały UTW?

Niewątpliwie placówkami oferującymi kształcenie osób dorosłych są Uniwersytety Trzeciego Wieku, które od wielu lat cieszą się niesłabnącym zainteresowaniem wśród seniorów.

Na czym polega ich fenomen i kiedy doszło do ich powstania?

Pierwszy UTW powstał we Francji w 1973 roku założony przez Pierre'a Vellasa socjologa i prawnika (1924-2005). Głównym założeniem jego projektu było włączenie osób starszych do systemu kształcenia ustawicznego, a co z kolei wynikało z prowadzonych przez niego badań socjologicznych nad starością i samym procesem starzenia się.

Pierwszy w Polsce UTW powstał w 1975 roku w ramach Podyplomowego Centrum Kształcenia Kadr Medycznych w Warszawie. Jego inicjatorką była prof. Halina Szwarc, która przyczyniła się następnie do powstania tego typu placówek w całym kraju.

Obecnie w Polsce działa 640 UTW we wszystkich województwach.

Osoby starsze stanowią prawie 13% polskiego społeczeństwa. Przemiany ekonomiczne, gospodarcze, postęp techniczny i ekonomiczny sprawiły, że to właśnie ta grupa polskiego społeczeństwa najmniej

zyskała na tych przeobrażeniach, jakie dokonywały się na świecie i w Polsce w ostatnich latach. Często osoby te musiały rezygnować z dalszej edukacji, z przyczyn ekonomicznych czy losowych.

W efekcie tego pozostają niezaspokojone:

- potrzeba samokształcenia
- potrzeba poznawania środowiska
- potrzeba poszerzania wiedzy i umiejętności
- potrzeba wykonywania społecznie użytecznych działań
- potrzeba bycia uznanym za część społeczeństwa, grupy
- potrzeba wypełnienia wolnego czasu
- potrzeba utrzymywania więzi towarzyskich
- potrzeba stymulacji psychicznej i fizycznej
- możliwość realizacji młodzieńczych marzeń, które były dotychczas nie do pogodzenia z życiem zawodowym i obowiązkami wobec rodziny.

Czego można się nauczyć?

Zadaniem uniwersytetu trzeciego wieku jest przede wszystkim umożliwienie nabywania i doskonalenia kompetencji kluczowych niezbędnych w społeczeństwie wiedzy, nowych technologii oraz pluralizmu językowo-kulturowego czyli organizowanie i prowadzenie wykładów, seminariów, zajęć regularnych, w tym warsztatów, kursów, kół zainteresowań, a także działalności artystycznej.

Wśród zajęć oferowanych przez Uniwersytety są zarówno kursy językowe, jak i komputerowe, ale również wykłady – z geografii, matematyki, astronomii, ekologii, historii, kulturoznawstwa itd. Osoby zainteresowane konkretnym kierunkiem studiów zawsze mogą znaleźć coś dla siebie.

Języki obce na UTW

Języki obce to zajęcia cieszące się wielkim zainte-

resowaniem studentów. Najczęściej wybieranymi językami są lektoraty z języka angielskiego, niemieckiego, francuskiego, hiszpańskiego, rosyjskiego i włoskiego.

Co motywuje seniorów do nauki języków obcych?

Badania dowodzą, że:

1. chęć porozumiewania się w podróży - seniorzy coraz więcej i chętniej podróżują lub odwiedzają swoje rodziny mieszkające zagranicą,
2. trening umysłu – nauka języka obcego jako ćwiczenie usprawniające pamięć,
3. realizacja marzeń – przy aktywnym życiu zawodowym i rodzinnym nie zawsze ma się czas na realizację tej kompetencji,
4. dowartościowanie siebie – udział w zajęciach pozwala na poczucie bycia potrzebnym i odnalezienia własnego miejsca,
5. chęć spotkania osób w podobnym wieku, z podobnymi problemami,
6. aktywność zastępcza – wraz z przejściem na emeryturę oraz „syndromem pustego gniazda”, kurs językowy stanowi miłą alternatywę do „szarej” rzeczywistości.

Czego oczekują seniorzy ucząc się języków obcych?

Aby optymalizować proces nauczania tej grupy uczniów należy wyodrębnić i dostosować strategie oraz metody nauczania do ich potrzeb. Ważnym elementem wyboru strategii jest dobór tematyki omawianych treści. Dużym błędem jest narzucanie treści adekwatnych do innych grup wiekowych, niekoniecznie interesujących dla seniorów. Stąd też nie do końca swoją rolę będą spełniały podręczniki do nauczania dorosłych czy młodzieży.

Badania na studentach UTW dowodzą, że najciekawszymi tematami na językach obcych są:

- rodzina i przyjaciele,
- wspomnienia z młodości,
- zdrowie, wizyta u lekarza,
- dialogi komunikacyjne w życiu codziennym: w restauracji, w hotelu, w sklepach –robiecie zakupów, pytanie o drogę,

- sposoby spędzania wolnego czasu,
- kultura i cywilizacja kraju nauczanego języka

Efektywne metody w nauczaniu języków obcych na UTW

Wybór odpowiedniej metody jest niezwykle ważny i zależny od wielu czynników. Warto na początku zdefiniować potrzeby grupy względem nauki języka obcego. Jeżeli celem jest umiejętność czytania literatury specjalistycznej w języku obcym, wówczas należy skupić się na gramatyce i tłumaczeniu. Jeśli celem nauki ma być opanowanie prostej komunikacji w celach turystycznych, najlepszym wyborem będzie metoda typowo komunikacyjna.

Kolejnym czynnikiem jest dostosowanie metody do wieku. Małe dzieci nie będą zainteresowane zapamiętywaniem nudnych reguł gramatycznych, młodzież zdaje się cenić zajęcia dynamiczne, z kolei dorosłym nie musi odpowiadać metoda reagowania całym ciałem, która wymaga poczucia humoru i ruchliwości. Dobierając metodę nauczania trzeba też skupić się na cechach osobowościowych oraz możliwości dostępu do nowoczesnych materiałów nauczania.

Istnieje kilka sposobów na to, żeby przyswoić wiedzę. Dla seniorów z pewnością pomocne będą częste powtórki. Sama nauka w szkole językowej może być niewystarczająca, warto dodać do niej także krótkie, samodzielne lekcje w domu. Kilka minut dziennie pozwoli skutecznie zapamiętać dopiero co poznane słówka. Kolejny sposób to wzięcie pod uwagę zainteresowań osoby starszej. Nie należy się także bać zajęć typowo grupowych. Rozmowy seniorów w mniejszych grupach mogą zbudować ich pewność w posługiwaniu się językiem.

Poza tym właściwe nastawienie, poświęcenie czasu, otwieranie się i chęć do nauki pozytywnie wpływają na jej efektywność.

Najbardziej propagowane metody nauki języków to:

- **metoda gramatyczno –tłumaczeniowa** stworzona do nauki języków klasycznych: łaciny,



czy greki. Dominuje w niej nauka reguł gramatycznych, transformacje zdań i tłumaczenia. Metoda jest idealna dla osób chcących czytać literaturę fachową oraz pisać w języku obcym.

- **metoda bezpośrednia**

Typowymi technikami używanymi w tej metodzie są: zapamiętywanie dialogów, pytania i odpowiedzi, uzupełnianie dialogów, przekształcanie zdań, zastępowanie słowa w zdaniu innym słowem oraz zabawy gramatyczne. Gramatyka odgrywa tu minimalną rolę, za to liczy się swoboda wypowiedzi, słownictwo i wymowa.

Metoda bezpośrednia przydatna jest na początkowym etapie nauki języka. Dzięki niej można szybko zacząć mówić w języku obcym, poszerzając przy tym zasób słów oraz poprawiając jakość wypowiedzi.

- **metoda audiolingwalna**

To trzecia z kolei metoda, opierająca się na dialogach, które wykorzystują sytuacje z życia codziennego. Nacisk położony jest na słuchanie. Metoda ta jest uzupełnieniem bezpośredniej i jako kolejna znacznie pomija gramatykę. Pomocne są materiały audio i wideo, które mają za zadanie zapoznać z wymową danego języka.

Metoda audiolingwalna przeznaczona jest dla tych, którzy szybko chcą opanować podstawy języka.

- **metoda audiowizualna**

Jest to właściwie nie metoda, a technika, która wykorzystuje w czasie zajęć liczne pomoce techniczne, takie jak filmy, laboratoria językowe i nagrania dźwiękowe. Polega na powtarzaniu i utrwalaniu zasłyszanych zdań na różnych poziomach zaawansowania. Technika ta powinna być wykorzystywana

jako uatrakcyjnienie zajęć, ponieważ wykorzystywana zbyt często daje nieusystematyzowaną i powierzchowną wiedzę.

- **metoda kognitywna**

To unowocześniona odmiana metody gramatyczno-tłumaczeniowej i zarazem zaprzeczenie audiolingwalnej. Nie uznaje wyuczonych poprzez ciągłe powtarzanie fraz. Celem tej metody jest dogłębne zrozumienie języka obcego oraz samodzielne tworzenie nowych i oryginalnych zdań na podstawie własnej kompetencji językowej. Zdania mają być tworzone tak, jak dzieje się to w przypadku języka ojczystego. Metoda polega na nauce gramatyki i rozumieniu jej, a błąd nie jest postrzegany jako coś złego.

- **metoda komunikacyjna**

Jest to najpopularniejsza obecnie metoda nauczania języków obcych, z którą zgodna jest większość współcześnie wydawanych podręczników. Język traktowany jest w tej metodzie jako narzędzie komunikacji społecznej. Ważna jest praca w grupie i rozmowa. Dlatego też często odgrywane są scenki i dialogi, używane są autentyczne materiały do czytania i słuchania. Ciekawą odmianą metody komunikacji jest tzw. totalne zanurzenie. Polega ono na zorganizowaniu dnia w ten sposób, aby przez wiele godzin dziennie otaczać się danym językiem obcym.

Mirela Pogoda – nauczycielka języka francuskiego w SP Nr 1 i SP Nr 3 w Wodzisławiu Śl.

wykładowca na Wodzisławskim Uniwersytecie Trzeciego Wieku nauczyciel – konsultant RODN 'WOM' w Rybniku

Bibliografia

Raport Instytutu Stosowanych Nauk Społecznych Uniwersytetu Warszawskiego

H. Hrapkiewicz „Uniwersytety trzeciego wieku jako jedna z form kształcenia osób starszych” 2009

E. Skibińska „Proces kształcenia seniorów” 2007

W. Borczyk / Z. Załona „Profesjonalny Uniwersytet Trzeciego Wiek”, 2014

J. Kic-Drgas „Jak skutecznie uczyć języków obcych osoby w wieku senioralnym”?

www.edukacja.senior.pl – „nauka języków obcych, a wiek”

A. Jaroszewska „Nauczanie języków obcych seniorów w Posce”, 2015

M. Szymczak

STRES – WRÓG CZY SPRZYMIERZENIEC?

*„Stres jest jak kajdanki, tyle że noszone w sercu”
- Helmut Qualtinger*

Każdy z nas przynajmniej raz w życiu doświadczył stresu – niestety większość z nas przeżywa go znacznie częściej. Odczuwamy go w pracy i w życiu codziennym, z ważnych powodów, a czasami bez konkretnej przyczyny. Zwykle tak bardzo się śpieszymy, że nie mamy czasu jeść regularnie, odpocząć czy wypaść się. Na początku odczuwamy objawy stresu, z czasem jednak zaczynamy żyć obok tych symptomów i przyzwyczajamy się do nich – wtedy zaczyna się najgorszy etap. Organizm nie wysyła nam sygnałów, ale stres działa.

Pośród wielu definicji stresu trudno znaleźć najlepszą. Możemy określić stres jako reakcję organizmu na wszelkie stawiane mu „żądania”. Bodźce, które go powodują, nazywamy stresorami. Stresory to sytuacje oceniane przez daną osobę jako trudne, jako wyzwanie przekraczające jej możliwości. Warto podkreślić, że stresem nie jest samo wydarzenie, tylko to, jak jest ono odbierane.

Stres jest reakcją organizmu na zewnętrzne bodźce, które wymagają od nas szybkiej adaptacji do aktualnych warunków. Uważany jest za doświadczenie nieprzyjemne, powodujące fizyczny i psychiczny dyskomfort. Stres może towarzyszyć nam w pracy, w domu, podczas kontaktu z bliskimi lub obcymi osobami. Gdy znajdujemy się w tak niekomfortowej sytuacji, nasz organizm zaczyna produkować tzw. hormony stresu. Ich rolą jest mobilizacja wszystkich układów, aby poradzić sobie z trudną sytuacją. Hormony te to adrenalina oraz noradrenalina, które działają na układ krążenia i mięśniowy oraz kortyzol, który wpływa m.in. na stężenie glukozy we krwi i metabolizm białek, tłuszczów i aminokwasów. Stężenie hormonów stresu w organizmie ulega ciągłym przemianom, co jest zjawiskiem naturalnym. Problem pojawia się wówczas, gdy ich wysoki poziom utrzymuje się przez dłuższy czas

Przyczyny stresu są różne i mogą to być: utrata bliskiej osoby, wypadek, utrata pracy czy choroba,

problemy finansowe, ale także przyjemne wydarzenia takie jak: zawarcie związku małżeńskiego, awans czy narodziny dziecka. Stres może pojawić się najczęściej wtedy, gdy pojawia się w naszym życiu coś nowego. Nie możemy odwołać się do naszego doświadczenia życiowego i wypracowanych schematów postępowania. W pracy pojawia się przy niedocenianiu dobrze wykonanych zadań, niejasnych lub zbyt wysokich oczekiwaniach czy przy pracy w środowisku pełnym presji.

Wyróżnia się trzy typy reakcji na stres:

- dystres, czyli reakcję, która pojawia się w odpowiedzi na zagrożenie, utrudnienie lub brak możliwości zrealizowania istotnych celów i zadań,
- eustres, czyli stres pozytywnie mobilizujący do działania,
- neustres, czyli bodziec, który dana osoba odbiera jako neutralny, choć dla innych ludzi może on prowadzić do eustresu lub dystresu.

Najczęściej używa się słowa „stres” kiedy chodzi o negatywne napięcie, czyli tzw. dystres. Stres może być też sprzymierzeńcem - eustres, czyli taki rodzaj stresu, który motywuje do działania. Jest niezbędny do tego, abyśmy działali efektywnie. Mobilizuje nas, poprawia wydajność i pomaga skoncentrować energię na zadaniu, jakie mamy do wykonania. Tak więc: „Stres będzie Ci wrogiem, dopóki nie nauczysz się czerpać z niego siły” (temysli.pl).

Jeśli chodzi o objawy stresu to każdy z nas nieco inaczej zachowuje się w stresującej sytuacji, jednak najczęściej pojawiają się takie objawy jak:

- przyspieszone tętno,
- wzmożone pocenie się,
- suchość w jamie ustnej,
- kołatanie serca,
- poczucie napięcia,
- rozdrażnienie i nerwowość,
- zaburzenia koncentracji uwagi,
- nadpobudliwość ruchowa,

- chaotyczne wypowiedanie się,
- tiki nerwowe.

Mogą występować też nietypowe reakcje na stres, takie jak niekontrolowane ataki śmiechu czy nagłe zastygnięcie w bezruchu. W sytuacjach zagrożenia nasz mózg reaguje na zasadzie 3F czyli ucieczka, walka lub zastygnięcie, zamrożenie.

Symptomy stresu mogą się nasilać, szczególnie przy przewlekłym narażeniu na sytuacje stresowe. To zaś wpływa na cały organizm i odbija się na naszym zdrowiu i samopoczuciu. Przewlekły stres może powodować:

- wzrost ciśnienia tętniczego krwi, co może doprowadzić do rozwoju chorób układu krążenia,
- bóle i zawroty głowy, bóle mięśni i uczucie ciężkiego zmęczenia,
- zmiany skórne (czerwone plamy, trądzik, pokrzywka),
- wypadanie włosów,
- zwiększenie produkcji kwasów trawiennych oraz napięcie śluzówki żołądka i dwunastnicy,
- bóle brzucha, problemy jelitowe,
- osłabienie odporności, co sprzyja częstszym infekcjom,
- zaburzenia snu, nerwowość co wpływa na relacje interpersonalne,
- chroniczne zmęczenie.

Przewlekły stres jest niezwykle groźny dla naszego zdrowia. Nie bez powodu kortyzol nazywany jest „hormonem zabójcą”, szczególnie w połączeniu z wysokim stężeniem adrenaliny. Podwyższony poziom hormonów stresu prowadzić może do rozwoju poważnych schorzeń układu krążenia, w tym zaburzeń tętna, arytmii i częstoskurczów oraz miażdżycy. Towarzyszący im wysoki poziom glukozy we krwi prowadzić może do otyłości i rozwoju insulinooporności, a w dalszej perspektywie cukrzycy typu 2. Częste narażenie na stres negatywnie oddziałuje także na działanie układu immunologicznego, oddechowego, endokrynnego i nerwowego.

Stres sam w sobie nie jest ani zły ani dobry. To w dużym stopniu od nas zależy, jaki on wywrze na nas wpływ, w zależności od tego, jak będziemy go postrzegać i jak będziemy sobie z nim radzić. Możemy zatem kierować się zasadą, że „odwaga nie polega na nieodczuwaniu strachu, ale na umiejętności

działania mimo niego” (Shelagh Brown).

Pozbycie się stresu ze swojego życia jest praktycznie niemożliwe. Można jednak podejmować różne działania, aby zapanować nad stresem lub mocno go ograniczyć.

Recepta na radzenie sobie ze stresem:

- wiara w siebie,
- traktowanie trudności jak wyzwania,
- relaksacja,
- sen i odpoczynek,
- skupienie się na tym, co się kontroluje,
- zmiana stresu w ekscytację,
- wspomnienia o dobrych chwilach np. wakacjach,
- przytulanie się,
- szukanie nowych wyzwań,
- uśmiech,
- poznanie i szanowanie swoich uczuć,
- zróżnicowana dieta,
- aktywność fizyczna np. taniec, jogging, spacer,
- muzykoterapia,
- techniki oddechowe,
- rozmowa z bliską osobą.

Ważna wydaje się także w radzeniu sobie ze stresem koncepcja uważności i życzliwości dla samego siebie. Chodzi o bycie wobec siebie tak empatycznym, jak się jest w stosunku do innych ludzi, wyrozumiałość dla siebie i dawanie sobie prawa do niewiedzy i błędów. NIKT NIE JEST IDEALNY.

Czasami uporczywy stres staje się tak wyczerpujący, że może się przerodzić w kryzys emocjonalny związany z uczuciem przerażenia i bezradności. W takiej sytuacji człowiek wymaga pomocy z zewnątrz - konieczna jest pomoc specjalistów.

Warto więc przyjrzeć się własnemu stresowi i jego przyczynom – dzięki temu łatwiej będzie go „oswoić”. Pomoże w tym Skala Wydarzeń Życiowych dr T. Holmesa i dr R. Rahe’a. Twórcy używali jej głównie do przewidywania ryzyka wystąpienia chorób somatycznych (kardiologicznych, nowotworowych) – można ją jednak potraktować również, jako ogólny wskaźnik narastającego stresu.

Skala wydarzeń życiowych

W celu wykorzystania skali należy określić, jakie wydarzenia życiowe wystąpiły w naszym życiu w ciągu ostatnich 2 lat oraz zsumować przypisane

im punkty w celu obliczenia całkowitego obciążenia stresem.

Jeśli Twój wynik jest poniżej 150 – prawdopodobieństwo, że cierpisz z powodu narastającego stresu jest mniejsze. Jeśli Twój wynik mieści się między w zakresie 150-300 – możesz cierpieć z powodu przewlekłego stresu, w zależności od tego jak spstrzeżałeś określone wydarzenia życiowe i jak sobie z nimi radziłeś. Jeśli Twój wynik wyniósł powyżej 300 punktów – prawdopodobnie doświadczasz niekorzystnych skutków narastającego stresu.

Należy zwrócić uwagę na to, że ilość punktów przypisana poszczególnym wydarzeniom to średnia wartość obciążenia obliczona na podstawie danych pochodzących od wielu badanych osób.

Wydarzenia życiowe i ich przeciętne obciążenie stresem (pkt):

(<https://www.centrumdobrejterapii.pl/materialy/co-to-jest-stres-i-jak-go-mierzyc/>)

1. Śmierć współmałżonka – 100
2. Rozwód – 73
3. Separacja – 65
4. Pobyt w więzieniu – 63
5. Śmierć bliskiego członka rodziny – 63
6. Obrażenia ciała lub choroba – 53
7. Zawarcie małżeństwa – 50
8. Utrata pracy – 47
9. Problemy małżeńskie – 45
10. Przejście na emeryturę – 45
11. Zmiana stanu zdrowia członka rodziny – 44
12. Ciąża – 40
13. Problemy seksualne – 39

14. Pojawienie się nowego członka rodziny – 39
15. Poważne zmiany w pracy – 39
16. Zmiana sytuacji finansowej – 38
17. Śmierć przyjaciela – 37
18. Zmiana rodzaju wykonywanej pracy – 36
19. Zmiana częstości kłótni z partnerem – 35
20. Zaciągnięcie dużego kredytu lub pożyczki (np. na zakup domu) – 31
21. Zajęcie hipoteki – 30
22. Zmiana zakresu odpowiedzialności w pracy – 29
23. Odejście z domu syna/córki – 29
24. Problemy z teściami – 29
25. Wybitne osiągnięcia osobiste – 28
26. Podjęcie lub przerwanie pracy przez współmałżonka – 26
27. Początek lub ukończenie szkoły – 26
28. Zmiana warunków życia – 25
29. Zmiana własnych przyzwyczajzeń – 24
30. Kłopoty z szefem – 23
31. Zmiana godzin lub warunków pracy – 20
32. Zmiana miejsca zamieszkania – 20
33. Zmiana szkoły – 20
34. Zmiana sposobu spędzania wolnego czasu – 19
35. Zmiany w praktykach religijnych – 19
36. Zmiany w życiu towarzyskim – 18
37. Zaciągnięcie mniejszego kredytu lub pożyczki (np. zakup tv lub auta) – 17
38. Zmiana nawyków związanych ze spaniem – 16
39. Zmiana liczby spotkań rodzinnych – 15
40. Zmiana nawyków żywieniowych – 15
41. Urlop – 13
42. Boże Narodzenie – 12
43. Drobne wykroczenie przeciw prawu – 11

Bibliografia

1. Selye H., *Stres okiełznany*, Państwowy Instytut Wydawniczy, Warszawa 1977
2. Reykowski J., *Osobowość w: Tomaszewski T., Psychologia ogólna*, PWN, Warszawa 1992
3. Sęk H., *Wypalenie zawodowe. Przyczyny i zapobieganie*, GWP, Gdańsk 2006
4. *50 teorii psychologii, które powinieneś znać / Adrian Furnham*. – Warszawa : Wydaw. Naukowe PWN, cop. 2010
5. *Stres 2. Auto-wspomaganie jogą podczas radzenia sobie ze stresem / Mukund V. Bhole // W: Psychomotoryka: ruch pełen znaczeń / red. Małgorzata Sekulowicz, Joanna Kruk-Lasocka, Lesław Kulmatycki*. – Wrocław: Wydaw. Naukowe Dolnośląskiej Szkoły Wyższej, cop. 2008.
6. *Ciało a stres : jak uniknąć fizycznych kosztów ukrytego stresu / Gabor Maté*. – Warszawa : „Świat Książki”, cop. 2004
7. *Człowiek w sytuacji stresu: problemy teoretyczne i metodologiczne pod red. Ireny Heszen Niejodek i Zofii Ratajczak*. – Wyd. 2. – Katowice : Wydaw. Uniwersytetu Śląskiego, 2000
8. *Dlaczego zebry nie mają wrzodów? psychofizjologia stresu / Robert M. Sapolsky*. – Warszawa: Wydaw. Naukowe PWN, 2010
9. *Dzieci a stres : istota zagadnienia / Rosemarie Portmann*. – Kielce : „Jedność”, cop. 2007
10. *Humorem pokonam stres! zastosowanie humoru jako metody walki ze stresem w sporcie / Urszula Rudzka, Anna Radomska // w: Psychologia w sporcie : teorie, badania, praktyka / pod red. nauk. Dariusza Parzelskiego*. – Warszawa: Wydaw. Uniwersytetu Warszawskiego, 2006
11. *Inteligencja emocjonalna a style radzenia sobie ze stresem osób zajmujących kierownicze stanowiska / Grażyna E. Kwiatkowska // w: Człowiek w środowisku pracy / pod red. Grażyny E. Kwiatkowskiej i Anny Studem*. – Lublin: Wydaw. Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej, 2011
12. *Jak sobie radzić ze stresem w szkole i w domu? / Maria Moneta-Malewska*. – Warszawa: Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne, 2009
13. *Jak sobie radzić ze stresem? / Joanna Gutmann*. – Kielce : „Jedność”, 2001
14. *Kontrola stresu / Jeff Davidson, Anna Sawicka-Chrapkiewicz*. – Poznań : „Rebis”, 2000
15. *Muzykoterapia: wykorzystanie technik aktywnych i receptywnych w profilaktyce stresu / Małgorzata Kronenberger*. – Łódź : „Global Enterprises”, 2004



M. Pyszny

LEKTUROWY ZAWRÓT GŁOWY

Lektura zasiewa w nas coś, czego w nas nie ma, z czym się nie rodzimy, czego nawet nie przejmujemy przez zwyczaj życia rodzinnego (w domu może nie być książek), i nagle rodzi się czytelnik. Nie jest to istota odwrócona od rzeczywistości ku literom, ale ktoś, kto dzięki czytaniu nadaje życiu intensywność, przestaje traktować życie jako coś zwykłego, co się mu po prostu przydarza, jak każdej żyjącej istocie.

Literatura uczy nas nie przegapiać świata, nie pozwalać mu uchodzić naszej uwadze znikać w procesie niszczącego przemijania.

Jeśli chcemy mówić lepiej, trzeba czytać lub poddać się nauczaniu tych, co czytają.

prof. Ryszard Koziółek

Książki, które lubisz, problemy, które uważasz za ważne dla siebie, niech stanowią istotny punkt twego nauczania. Wtedy bowiem widać to, co w nauczaniu jest bodaj najważniejsze: wiedza nie jest zbiorem faktów, ale skomplikowanym procesem kształtowania postaw i zachowań. Czyli – jednym słowem życia.

prof. Tadeusz Sławek

Od połowy XX wieku przeprowadza się w Polsce regularnie badania czytelnictwa.

Ich wyniki nie są imponujące i uzmysławiają, że od dawna przechodzimy czytelniczy kryzys. Czytanie nie jest modne i nie jest pasją Polaków. W 2018 roku czytanie przynajmniej jednej książki w ciągu roku zadeklarowało 37% respondentów. To, że zainteresowanie czytaniem książek nie rośnie, ma zapewne wiele przyczyn; należą do nich m.in. style życia i sposoby spędzania czasu wolnego, popularyzacja rozrywki cyfrowej, niewielkie przełożenie czytania książek w dorosłym życiu na powodzenie na rynku pracy, a także fakt, że za sprawą przemian w dziedzinie technologii komunikacji książki nie są dziś jedynym źródłem wiedzy. W 16% gospodarstw nie ma żadnych książek, w 15 % są tylko podręczniki i książki kupione na potrzeby dzieci, 80% domowych księgozbiorów zajmuje nie więcej niż trzy półki. W 2015 roku przeprowadzono na zlecenie Biblioteki Narodowej wnikliwe badania na temat stanu czytelnictwa w Polsce. Podobnie jak w poprzednich latach zmienną najsilniej determinującą czytanie książek było wykształcenie – im wyższe, tym wyższy odsetek czytelników. Czytelnictwo jest wyższe wśród kobiet, niż wśród mężczyzn. Największą publiczność mają powieści, szczególnie:

romanse, sensacje, fantastyka oraz literatura faktu. Najczęściej wymieniani autorzy to: Henryk Sienkiewicz, Dan Brown, Stephen King, Katarzyna Michalak, Andrzej Sapkowski, Monika Szwaja, Agata Christie, Nara Roberts.

Praktyki czytelnicze należy traktować jako praktyki społeczne – podkreślają autorzy raportu dotyczącego stanu czytelnictwa w Polsce. Czytanie nie jest kwestią preferencji czy temperamentu, lecz elementem stylu życia. Kolejne edycje sondażu Biblioteki Narodowej pokazują, że kto dorastał wśród książek, ma większe szanse, by stać się czytelnikiem.

Czytanie książek wymaga nabycia odpowiednich kompetencji oraz treningu, czemu sprzyjają szkoła, rodzina, dostęp do biblioteki. W celu wychowania wrażliwego czytelnika warto korzystać z różnych koncepcji, metod, doświadczeń, sięgać do autorytetów, ale i nowych pomysłów. Wiele cennych, metodycznych propozycji można znaleźć w książkach: Stanisława Bortnowskiego *Przewodnik po sztuce uczenia literatury* oraz *Jak zmienić polonistykę szkolną* a także w monografii A. Janus – Sitarz *W poszukiwaniu czytelnika. Diagnozy, inspiracje, rekomendacje*.

Praktyki czytelnicze, jak wskazuje wiele realizowa-

nych w naszych szkołach i przedszkolach projektów, zwracają uwagę nie tylko na tytuł lektury, ale i na elementy towarzyszące czytaniu: miejsce czytania, przedmioty, przestrzeń, fizyczna strona książki, towarzystwo innych ludzi. Doświadczenie czytelnika, od lat realizującego projekty w ramach akcji Cała Polska czyta dzieciom przekonuje, że lektura zaczyna się już podczas czynności do niej przygotowujących. Dlatego tak ważny jest wygląd szkolnej czy miejskiej biblioteki. Lektura bowiem powinna kojarzyć się dzieciom z rozrywką, przyjemnością, a nie z ciężką pracą i obowiązkiem.

Lektura!

Powinna wzbudzać pozytywne skojarzenia.

L - lubię,
E - entuzjazm,
K - kultura,
T - tworzenie,
U - umiejętności,
R - radość,
A - atrakcje.

Istotą pracy z lekturą powinno być: zaciekawienie, odejście od stereotypów, nauka przez zabawę. W nawiązaniu do lektury uczniowie powinni: czytać, rysować, inscenizować, fotografować, maszerować, tworzyć gry, brać udział w konkursach, odgrywać role, bawić się, grać w kalambury, wymieniać się książkami, rozgrywać pojedynki bohaterów literackich, tworzyć żywe napisy i znaki, tworzyć selfie z książką, przyrządzać potrawy na podstawie literackich przepisów, tworzyć memy. Wielu twórczych inspiracji mogą dostarczyć programy: PoczytajMY Centrum Edukacji Obywatelskiej, Między nami czytelnikami Gdańskiego Wydawnictwa Oświatowego czy Wychowanie przez czytanie wspierany przez fundację ABCXXI Cała Polska czyta dzieciom.

Odpowiednio dobrana lektura może zredukować napięcie, stres, niepowodzenie, o tym wiedzą nie tylko miłośnicy książek, ale również dydaktycy i pedagodzy.

Jeśli sprawisz, że uczeń się poczuje jak czytelnik, to się nim stanie.

D. Grave

W świecie silnych bodźców medialnych uwagę dziecka może przyciągnąć tylko taka lektura, która podejmuje sprawy ważne, aktualne, intensywnie przeżywane przez młodego czytelnika.

Uczniowie nie chcą czytać. Jak zmienić tę sytuację? Jak rozbudzić zapał do czytania? Jak podkreślać korzyści płynące z czytania?

Nie ma prostego narzędzia. Nie ma szybkiej odpowiedzi. Żeby zwiększyć nasze szanse na sukces, musimy przedstawić wychowankom wiele powodów, dla których powinni czytać.

Uczniowie często zadają na lekcjach języka polskiego pytania: Po co mam czytać, po co mam się uczyć, w życiu nie będzie mi to potrzebne? Poloniści muszą się tej świadomości uczniów przeciwstawić. Muszą wskazać za Stanisławem Bortnowskim na bezinteresowność kontaktów z kulturą i literaturą, uświadomić młodym ludziom, że sztuka, literatura, filozofia są wartościami wyższymi, wolnymi od korzyści bezpośrednich, nie przekładają się raczej na finanse czy na karierę. One pogłębiają naszą egzystencję, przenoszą nas w sferę ducha, są wartościami absolutnymi, których się nie da zmierzyć ani wyliczyć. A człowiek, który czyta jest mądrzejszy, podejmuje lepsze decyzje, żyje zdrowiej.

Wspaniałe i godne polecenia są akcje zachęcające do czytania podejmowane przez instytucje edukacyjne: Cała Polska czyta dzieciom, Wielka Liga Czytelników, Narodowe Czytanie, Noc Bibliotek, Wychowanie przez czytanie, Pięć minut z lekturą, Urodziny pisarza, PoczytajMY - służą rozwojowi pasji, kreatywności, współpracy w grupie.

Głośne czytanie tekstów na lekcji nie jest czasem straconym, lecz może być zaproszeniem do lektury, sposobem na poszerzanie słownictwa, czy próbą stworzenia atmosfery przyjaznej czytelnictwu.

Czytanie podczas lekcji nie jest marnowaniem czasu – rzeźbi umysł, rozwija język, poszerza wiedzę. Warto też reagować w szkole na bieżące wydarzenia literackie np. Nagrodę Nobla dla Olgi Tokarczuk, wówczas uczniowie będą odczuwać bliskość tekstu kultury z życiem.

Bez lektury, nowej lektury, nowych czytelników, nie ma nadziei na odnowienie dawnych księzek, a bez nich – na odnowienie świata, który- bez literatury – ma skłonność do zastygnięcia w formach znanych i przewidywalnych. Trzeba znów w szkole zacząć czytać książki. To jest najbardziej rewolucyjny postulat dydaktyki lektury.

W samym jądrze kryzysu czytelnictwa w Polsce, w szkole, w której nie trzeba przeczytać żadnej książki, aby zdać kolejne egzaminy, w świecie, który nie ceni ludzi odczytanych – poczytajmy literaturę w szkole.

Czas lektury nie jest czasem innym – wyrwanym życiu lub życie uzupełniającym .

To po prostu jeden, bo innego nie ma, czas życia, tyle że spędzany w towarzystwie .

dr Krystyna Koziółek

Preambuła Podstawy Programowej z 14.02.2017 roku wskazuje na czytanie jako umiejętność rozumienia, wykorzystywania i refleksyjnego przetwarzania tekstów, w tym tekstów kultury, uznając ją jedną z najważniejszych umiejętności zdobywanych przez ucznia w procesie kształcenia. Autorzy podstawy programowej zauważają, że dzieci, które dużo czytają, mają bogaty zasób słownictwa, z łatwością nazywają swoje uczucia i wchodzą w relacje z rówieśnikami, rzadziej sprawiają kłopoty wychowawcze. Nauczyciel w organizowaniu procesu dydaktycznego jest zobowiązany do stosowania rozwiązań metodycznych, które zapewnią integrację kształcenia literackiego, kulturowego i językowego oraz rozwój intelektualny i emocjonalny uczniów o różnym typie inteligencji.

W swej pracy nauczyciel powinien wykorzystywać metody takie jak: dyskusja, debata, drama, projekt edukacyjny, które wspomagają rozwój uczniów. Natomiast uczeń powinien dokonywać odczytywania tekstów poprzez przekład intersemiotyczny (rysunek, drama, spektakl teatralny).

Wykaz lektur dla uczniów klas IV–VIII szkoły podstawowej złożony jest z pozycji obowiązkowych i uzupełniających (do wyboru przez nauczyciela), a jego trzon stanowią wybrane dzieła klasyki polskiej i światowej oraz literatura dla dzieci i młodzieży.

W latach 2020 –2021 na egzaminie po klasie VIII SP będą pojawiały się pytania dotyczące lektur obowiązkowych tylko dla klasy VII i VIII, należą do nich:

- Charles Dickens, Opowieść wigilijna
- Aleksander Fredro, Zemsta
- Jan Kochanowski, wybór fraszek, pieśni i trenów, w tym tren I, V, VII, VIII
- Aleksander Kamiński, Kamienie na szaniec
- Ignacy Krasicki, Żona modna
- Adam Mickiewicz, Reduta Orzona, Śmierć Pułkownika, Świtezianka, II część Dziadów, wybrany utwór z cyklu Sonety krymskie, Pan Tadeusz (całość)
- Antoine de Saint-Exupéry, Mały Książę
- Henryk Sienkiewicz, Quo vadis, Latarnik
- Juliusz Słowacki, Balladyna
- Stefan Żeromski, Syzyfowe prace
- Sławomir Mrożek, Artysta
- Melchior Wańkowicz, Ziele na kraterze (fragmenty), Tędy i owędy (wybrany reportaż).

Od roku 2022 na egzaminie będą pojawiały się pytania dotyczące lektur obowiązkowych dla klas IV–VIII, czyli – poza lekturami dla klas VII i VIII – będą to również następujące teksty:

- Jan Brzechwa, Akademia Pana Kleksa
- Janusz Christa, Kajko i Kokosz. Szkoła latania (komiks)
- René Goscinny, Jean-Jacques Sempé, Mikołajek (wybór opowiadań)
- Rafał Kosik, Felix, Net i Nika oraz Gang Niewidzialnych Ludzi
- Ignacy Krasicki, wybrane bajki
- Clive Staples Lewis, Opowieści z Narnii. Lew, czarownica i stara szafa
- Adam Mickiewicz, Powrót taty, Pani Twardowska, Pan Tadeusz (fragmenty)
- Ferenc Molnar, Chłopcy z Placu Broni
- Bolesław Prus, Katarynka
- Juliusz Słowacki, W pamiętniku Zofii Bobrówny
- John Ronald Reuel Tolkien, Hobbit, czyli tam i z powrotem
- Henryk Sienkiewicz, W pustyni i w puszczy
- Józef Wybicki, Mazurek Dąbrowskiego

Wybrane mity greckie, w tym mit o powstaniu świata oraz mity o: Prometeuszu, Syzyfie, Demeter i Koryzie, Dedalu i Ikarze, Heraklesie, Tezeuszu i Ariadnie, Orfeuszu i Eurydyce.

Biblia: stworzenie świata i człowieka oraz wybrane przypowieści ewangeliczne, w tym o siewcy, o talentach, o pannach roztropnych, miłosiernym Samarytaninie.

Wybrane podania i legendy polskie, w tym o Lechu, Piaście, Kraku i Wandzie.

Wybrane baśnie polskie i europejskie, w tym: Charles Perrault, Kopciuszek, Aleksander Puszkina, Bajka o rybaku i rybce.

Teksty dobierane do pracy w ramach lekcji języka polskiego powinny: być nośnikami mądrości, prezentować wartości, pobudzać myślenie, rozbudzać ciekawość, ułatwiać realizację podstawy programowej.

Zenon Uryga wskazał cztery wymiary języka polskiego (przedmiotu w szkole): instrumentalny- wyposażenie ucznia w takie umiejętności jak: czytanie, pisanie, mówienie; historyczny- zaznajamianie ucznia z dziedzictwem kultury narodowej, wprowadzanie w tradycję i jej przybliżanie; filozoficzny – społeczny, który wiąże się z obecnością na języku polskim problematyki z zakresu filozofii, psychologii, socjologii, na poznawaniu człowieka w różnych wymiarach; estetyczny- dotyczący formowania wrażliwości, tworzenia sytuacji emocjonalnego odbioru dzieł. Działania nauczycieli w szkole powinny uwzględniać wskazane przez Z. Urygę wymiary.

W ramach warsztatów prowadzonych w minionym roku w Regionalnym Ośrodku Doskonalenia Nauczycieli i Informacji Pedagogicznej WOM w Rybniku nauczyciele języka polskiego dzielili się swoimi doświadczeniami dotyczącymi metod pracy z lekturą, wśród aktywizujących metod zaproponowano między innymi: gry dydaktyczne; dramy; inscenizacje; projekty; konkursy literackie; collage dotyczące bohatera literackiego; stworzenie komiksu, memów; konferencje prasowe z bohaterem literackim; wykorzystanie pedagogiki teatru, zainspirowanie się portalem Teatroteka szkolna; wykorzystanie metody storyboard czy Lego Logos; zakładanie facebo-

oka bohatera literackiego; użycie kart z gry Dixit; grę w „czółko”, czyli rozpoznawanie postaci z lektury; debatę oksfordzką. Poloniści zwracali uwagę podczas warsztatów na konieczność atrakcyjnej pracy z książką, unikanie utartych schematów: kartkówka z treści lektury, elementy świata przedstawionego, charakterystyka bohatera, zadanie klasowe z lektury. Podkreślali, że choć nauczyciele mają mały wpływ na dobór lektur, to do nich należy wybór metody pracy. Dlatego, by zachęcić do czytania, warto pracę z lekturą podzielić na trzy etapy.

Propozycje (przed lekturą). Zainteresowanie uczniów cytatem z tekstu, mapą, biografią, ilustracją, okładką, zapachem. Wprowadzenie zagadki – zastanawiamy się na podstawie tytułu - o czym będzie książka. Wychodzimy w teren (również na wirtualny spacer), by wprowadzić odpowiednią dla lektury atmosferę. Przeprowadzamy ankiety wśród kolegów, nauczycieli, rodziców, dziadków czy znających lekturę, co z niej pamiętają.

Podczas czytania warto zachęcić uczniów do zaznaczania fragmentów, które zadziwiają, interesują lub są niezrozumiałe dla czytelnika. Można też prosić dzieci, by po lekturze książki zapisały swe pytania do autora. Młodzież może tworzyć fiszki z informacjami na temat: tytułu, problemów, motywów, cytatów. Ciekawym rozwiązaniem wzbudzającym zainteresowanie językiem lektury, może być również wyszukiwanie i objaśnianie trudnych słówek, tworzenie słowniczka pojęć, drzewa nowych słów. Wszystkie te działania mogą być podstawą konkursu językowego z lekturą w tle.

Godne polecenia są również techniki dramatyczne, wśród nich stopklatka. Uczniowie realizują scenki na określony temat dotyczący lektury, losują tytuł scenki, na hasło „start” uczniowie wchodzi w rolę, na hasło „stop” zatrzymują scenkę w stopklatce, następnie każda z grup kolejno przygląda się efektowi pracy pozostałych grup. Uczniowie odpowiadają na pytania związane z poziomem czynności (Co teraz robicie? W jakiej jesteście sytuacji?); poziomem motywacji (Dlaczego to robicie?); poziomem oczekiwań (Co chcecie osiągnąć przez wykonywanie danej czynności? Co czujecie?); poziomem

modeli i wzorów (Skąd wiesz, że takie zachowanie jest odpowiednie w danej sytuacji?); poziomem przekonania (Jakie są wasze zasady? Jaki jest wasz system wartości?).

W trakcie spotkań warsztatowych w RODNi IP WOM w Rybniku poloniści proponowali konkretne tematy i metody dotyczące lektur obowiązkowych:

Dziady

Skąd wzięła się tradycja dziadów? Inscenizacja fragmentów dramatu. Ankieta – co moi bliscy wiedzą o Dziadach. Zaprojektowanie scenografii dramatu. Stworzenie reklamy lektury. Zapoznanie się z inscenizacją teatralną lub fragmentami Lawy .

Balladyna

Debata korespondencyjna na temat postaw bohaterów lektury. Inscenizacja fragmentów dramatu. Mowa oskarżyciela lub obrońcy.

Pan Tadeusz

Stworzenie profilu Telimeny na FB. Opracowanie numeru gazety „Wieści z Soplicowa”. Komiks – Historia zamku Horeszków. Porównanie- ideał kobiety i mężczyzny dziś i w XIX wieku. Uczymy się tańczyć poloneza. Ilustracje i recytacje – „Zachód słońca”. Negocjacje pomiędzy Stolnikiem a Jackiem Soplicą. Księga przepisów kulinarnych z „Pana Tadeusza”. Przygotowanie kawy zgodnie z opisem z „Pana Tadeusza”. Pokaz mody z Soplicowa. Sędziego nauka o grzeczności jako przykład wywodu argumentacyjnego. Od analizy tekstu literackiego do planu rozprawki. Kto miał rację? Asesor czy Rejent-dyskusja za i przeciw.

Sąd literacki nad Jackiem Soplicą. O wyższości obyczajów rodzimych nad zagranicznymi modami – dyskusja po lekturze książki III Pana Tadeusza.

Mały Książę

Nowa baśń filozoficzna – symboliczna ? Powiastka filozoficzna czy zwykła baśń ?

Jak Mały Książę szukał we wszechświecie przyjaciela – przekład intersemiotyczny. Wypowiedzi argumentacyjne: wszyscy dorośli byli kiedyś dziećmi, lecz mało kto o tym pamięta; bądź przyjacielem, znajdziesz przyjaciela. Gra kahoot w oparciu o cytaty z lektury.

Quo vadis

Wypowiedź argumentacyjna: Quo vadis- bestseller, arcydzieło czy kicz? Prezentacja: jak Sienkiewicz przygotowywał się do napisania Quo vadis? Scenki dramowe: Historia miłości Winicjusza i Ligii. Gra dydaktyczna: obraz Rzymu ukazany na kartach lektury.

Opracowanie numeru gazety starożytnej. Gra Milionerzy dotycząca wiedzy o lekturze i jej autorze.

Kamienie na szaniec

Debata: obrona ojczyzny – prawo czy obowiązek? Praca w grupach: Kamienie na szaniec – przykładem literatury faktu. Opowieść o ludziach, którzy potrafili pięknie żyć

i pięknie umierać- charakterystyka. Dyskusja: akcja pod Arsenalem – porażka czy zwycięstwo Buków. Gra : Wolność, godność, niepodległość <https://niepodlegla.men.gov.pl/#/>

Szyfowe prace

Przypomnienie mitu o Syzyfie. Stworzenie interaktywnej mapy Klerykowa i Kielc.

Dalsze losy Marcina i Biruty z wykorzystaniem metody storyboard. Rusefikacja jako manipulacja językowa (materiały CEO). CV Andrzeja Radka. Zestawienie Dzienników Żeromskiego i Syzyfowych prac. Uczniowie w roli ekspertów (prezentacja historii w powieści). Relacje między uczniami a nauczycielami dawniej i dziś – dyskusja.

Zemsta

Kto się na kim i za co mści? Przekład intersemiotyczny w formie schematycznych rysunków, rzeźb, komiksu, memów. Jak doprowadzić Cześnika i Rejenta do zgody? O sztuce negocjacji. Czy emocje są zawsze dobrym doradcą w działaniach podejmowanych przez człowieka? – debata z wykorzystaniem lektury.

Podsumowanie pracy z lekturą może obejmować nie tylko sprawdzian wiedzy czy napisanie zadania klasowego, ale również wykonanie gry planszowej, lapbooka, przeprowadzenie konkursu, zaprezentowanie inscenizacji czy stworzenie etudy filmowej, słuchowiska lub prezentacji multimedialnej.

W ramach pracy z lekturą warto też wykorzystać konteksty kulturowe: film, teatr, plakat, piosenkę, obraz, słuchowisko, kabaret, muzeum.

Polonista może je potraktować jako: źródło wielu inspiracji dla siebie i uczniów, sposób na wyrażenie emocji, pomoc w budowaniu systemu wartości lub początek nowych przygód.

Pamiętając o tym, że uczniowie chcą czytać i omawiać teksty dotyczące ich świata, nauczyciel może uwspółcześnić tekst lektury, poprzez wykorzystanie propozycji Centrum Edukacji Obywatelskiej z zakresu edukacji globalnej. Czytając mit o Prometeuszu, można wspomnieć o mądrym pomaganiu, altruizmie, pomocy humanitarnej, wolontariacie. Prawa dzieci i najmłodszych obywateli współczesnego świata można omówić w kontekście noweli „Katarynka”. O konsumpcjonizmie, konsumentach i kartach stałego klienta warto mówić w kontekście satyry „Żona modna” Ignacego Krasickiego. Rozmowę na temat ubóstwa w świecie dawniej i dziś sugeruje „Opowieść wigilijna” Karola Dickensa. Miłośnicy książek nie wyobrażają sobie życia bez czytania i jednym tchem mogliby wymienić wszystkie korzyści wypływające z kontaktu z lekturą. Czytanie jest przyjemnością, możliwością intelektualnego rozwoju, sposobem istnienia poza bezpośrednio i konkretnie dotykającą realnością. To głównie na nauczycielach spoczywa ciężar przygotowania ucznia do bycia czytelnikiem. Swym entuzjazmem nauczyciel, który sam jest człowiekiem księgi, powinien zarażać uczniów.

Współczesny polonista powinien zaufać tradycyjnym rozwiązaniom, jednocześnie poszukując

nowych strategii w pracy z lekturą. Najskuteczniejszym sposobem skłonienia młodych ludzi do czytania jest uczynienie lektury osobistym przeżyciem. Może kiedyś jakaś książka sprawi, że nasi uczniowie rozpoczną swoją podróż z książką i zaczną stawiać swoje pytania.

Profesor Anna Janus Sitarz w książce – W poszukiwaniu czytelnika. Diagnozy, inspiracje, rekomendacje zawiera swą dydaktyczną troskę o człowieczeństwo. Autorka pisze: Literatura ma do spełnienia misję. W dzisiejszych czasach (...) ma przypominać o tym, kim jesteśmy, na czym polega nasze człowieczeństwo.

Profesor Ryszard Koziołek w swej książce: Dobrze się myśli literaturą stwierdza:

Dziś znowu uważam, że nic nie zastąpiło literatury i nie jest w stanie jej zastąpić. Ludzie mogą nie czytać, tylko że są wtedy pozbawieni pewnej dyspozycji intelektualnej, której nie sposób nabyć inaczej. Nieczytającym zanika pewien organ. Nie chodzi o to, że jakieś treści są niemożliwe do opowiedzenia w innym medium. Mamy przecież znakomite seriale, kino, komiks. Ale ten rodzaj organizowania świata za sprawą narracji i metafory, sensownego przedstawienia sobie zdarzeń i przeżyć, którego dokonujemy czytając, jest niemożliwy do powtórzenia inaczej niż w języku.

Małgorzata Pyszny

Bibliografia:

- <https://globalna.ceo.org.pl/edukacja-globalna-na-zajeciach-jezyka-polskiego-w-szkole-podstawowej>
<https://www.bn.org.pl/projekty/raporty-bn/stan-czytelnictwa-w-polsce/stan-czytelnictwa-w-polsce-w-2015-r>
<https://www.bn.org.pl/download/document/1587250668.pdf>
<https://calapolskaczytadzieciom.pl/wychowanie-przez-czytanie/>
<https://czytamy.gwo.pl/>
<https://wielka-liga.pl>
<http://teatrotekaszkolna.pl/home/index>
<https://www.ore.edu.pl/2018/06/trendy-2018/>
<https://www.polskizklasa.pl/>
 Bortnowski S. Jak zmienić polonistykę szkolną. Warszawa 2009, Wydawnictwo Stentor.
 Bortnowski S. Przewodnik po sztuce uczenia literatury. Warszawa, Wydawnictwo Stentor.
 Gallagher K. Jak zachęcać do czytania. Minilekcje dla uczniów gimnazjum i liceum. Gdańsk 2007, GWO.
 Koziołek K. Czas lektury. Katowice 2017, Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego.
 Koziołek R. Dobrze się myśli literaturą. Wołowiec 2016, Wydawnictwo Czarne.
 Jarosz B. Puchała I. Wakulak J. Wokół edukacji polonistycznej: diagnozy, dylematy, propozycje. Lublin 2018, Wydawnictwo Uniwersytetu Marii Curie – Skłodowskiej.



W IMIĘ PRZYJAŹNI...

- PRZEDSTAWIENIE POŚWIĘCONE PAMIĘCI ALKA, RUDEGO I ZOŚKI

[Piosenka z teledyskiem „Gdzie jesteście Alku, Rudy, Zośko?”]

SCENA 1

Głos: Uczniu, przyjacielu usiądź, a ja ci opowiem. Słuchaj sercem, w przeciwnym razie usłyszysz tylko brzmienie słów, a nie zakosztujesz ich smaku.

[Na scenie pojawia się Narrator – duch przeszłości, kieruje się w stronę widzów]

Narrator:

Wiesz, co wydarzyło się 76 lat temu, 26 marca 1943 roku pod Arsenalem? Wiesz, po co tu przyszedłeś? Nie... Tobie to znowu obojętne, tak jak wszystko: twoje życie, nauka, rodzina, przyjaciele. Jeśli tu jesteś, to tylko dlatego żeby nie było lekcji, żeby przeczekać, żeby poudawać, że cię to obchodzi, żeby dali ci spokój!

Ich życie – życie Alka, Rudego i Zośki – nie było spokojne. Wchodzili w dorosłe życie pełni radości, marzeń i wspólnych planów, chcieli przenosić góry i przenosili je. Nie, nie byli zgorzkniali tak jak ty. Potrafili korzystać z tego, co ofiarowało im życie i potrafili po prostu się z tego cieszyć.

Ich życie było krótkie, ale prawdziwe. Przerwała je wojna. Odeszli, ale zostawili ślad po sobie, dobrą pamięć o przyjaciółach, którzy przyszli, dawali ra-

Scenariusz opracowała:

Magdalena Kralka

dość, uśmiech, pomoc, a w czasach grozy ojczyzny swojej oddali to, co najcenniejsze – własne życie! Wiem, ciebie już to nudzi, zaczynasz się kręcić, może rozmawiasz. Cóż mogą obchodzić cię ludzie, którzy żyli pół wieku temu, którzy narażając swoje życie, 26 marca 1943 roku pod Arsenalem, odbili z rąk wrogów swojego przyjaciela – Rudego, przecież wojna dawno się skończyła, a Alek, Rudy i Zośka nie byli jedynymi jej ofiarami.

Nic nie rozumiesz, nie chodzi o to, kiedy i jak umarli bohaterowie „Kamieni na szaniec”, ale jak żyli, chodzi o to, że podczas swojego krótkiego życia podjęli i wygrali ważną walkę – walkę o siebie, że podczas tego życia dane im było okazać miarę swojego bohaterstwa i przyjaźni. Tak, właśnie przyjaźni, przyjaźni, w imię której młodzi harcerze zrobili wszystko, co trzeba było, aby ratować przyjaciela.

Dlatego proszę cię usiądź i posłuchaj. Posłuchaj o jednej z akcji Warszawy mej, o ostatnich dniach Alka i Rudego, o.... sobie samym.

Zacznijmy od Zośki i jego wspomnień utrwalonych w pamiętniku.

SCENA 2

Zośka *[notuje w pamiętniku]:*

Przez ostatnie dni dosłownie nie rozstawaliśmy się. Rudy z radością mówił, że jego dni nie znają godzin

zmarowanych, że żyje pełnią życia, że wszystkie jego zajęcia są cudownymi zajęciami. Przyjechał do mojego hufca na kominek, jedyny dobry śpiewak prowadził ognisko.

[Melodia „Płonie ognisko i szumią knieje”]

I... ten ostatni telefon... Dzień przed tym jak... Rudy zadzwonił do mnie. Był ożywiony i pogodny. Rozmawialiśmy o sprawie ostatnio bardzo nas obchodzącej, o tym, jaki mamy wpływ na siebie. Pamiętam jego słowa: Nie mam teraz żadnych zmar-twień. Choćbym nawet chciał, nie mam. Tadeusz, teraz ty musisz zacząć się czymś martwić.

I pożegnaliśmy się, myśląc, wierząc głęboko, że ju-tro, tak jak zwykle, każdy z nas spotka swojego przyjaciela o 8 rano przed Politechniką Warszaw-ską.

Narrator:

Następnego ranka wpadła o świcie do Zośki cudem ocalała siostra Rudego, Dusia, z okrzykiem: Wzięli ojca i Janka!

Zośka:

To straszna była dla mnie chwila. Coś się nagle urwało, skończyło. Lecz natychmiast myśl: jeszcze nie koniec, jeszcze jest szansa, atakujemy samo-chód, odbijemy Janka.

SCENA 3

Narrator:

Tymczasem z gestapo na Szucha przychodzą wie-ści, że Janka katują, katują... a on milczy.

Rudy [siedzi na krześle, z opuszczoną głową]:

A wczoraj całe życie jeszcze stało przede mną otworem: praca, nauka, miłość i przyjaźń dawały mi radość i szczęście. Dziś... wszyscy najbliżsi zo-stali poza rzeczywistością, a rzeczywistość to ból. Dłonie miażdżone obcasami, żebra łamane ude-rzeniami butów. I oprzeć się chęciom, powiedzieć, a przestaną cię bić, choć na chwilę.

Narrator:

To wymaga bohaterstwa, jakiego wyobrazić sobie nie można!

Rudy:

I uderzenia pięścią, pejczem w twarz. I tak mi żal było was opuszczać i swój SAD. I ciężko mi było bez ciebie.

SCENA 4

Narrator:

Przez trzy straszliwe dni chłopcy czekają na rozkaz dowódców, czy wolno rozpocząć akcję. Znów błysk nadziei, znów przypływ energii, czy aby czekają, czy zdążą. Samochód, broń...

I 26 marca (76 lat temu) wreszcie rozkaz: Trza-skać!

[Fragment filmu „Akcja pod Arsenalem”]

Zośka [wraz z innymi harcerzami umieszcza Janka na noszach]:

Ogolona głowa, twarz zielonożółta, strupy i zakrze-pła krew, dłonie czarne, spuchnięte.

Rudy [do Zośki]:

Tadeusz, ach Tadeusz, gdybyś wiedział...

[Piosenka „Ballada o Arsenale”]

SCENA 5

Narrator:

Janek bał się spotkania z matką. Ta, do której przez pół wieku tysiące polskich harcerzy pisało: Czuwaj nasza druhno matulu. Nachyliła się nad białą mu-mią w bandażach, nad swoim dzieckiem i zapytała, jak to matczysko.

Matka Rudego:

Co cię boli, synku?

Rudy:

Tylko ten palec, mamusiu. Dzielna mamusia. Pa-



miętaj, co ci napisałem na zdjęciu, pod choinkę:
Mamusi, żeby wiedziała, że syn jest i zawsze kocha.
[Podnosi się lekko]

Lecz zaklinam, niech żywi nie tracą nadziei
(...)

A kiedy trzeba, na śmierć idą po kolei,
Jak kamienie przez Boga rzucone na szaniec.
Wszyscy zebrani wokół Rudego:
Czy my też będziemy takimi kamieniami?

Narrator:

Ostatnie 24 godziny Rudy męczył się strasznie.

Rudy:

Tadeusz, jak boli, jak strasznie boli. Ratuj!

[Piosenka „Żałobne chylimy sztandary”]

SCENA 6

[Przyjaciele wynoszą ciało Rudego, zapalają znicze umieszczają krzyż]

Narrator:

30 marca, jednego dnia, zmarli Rudy i Alek (postrzelony w czasie akcji pod Arsenalem). I w jednej siedzeli ławce, i w jednej spoczęli mogile. Basia, dziewczyna Alka, przechowuje do dzisiaj, w maleńkim pudełeczku, puszyste bazie, taki bukiet palmowy złożyła na mogile swego chłopca. Mają srebrzysty połysk, są żywe, tak jak słowa z ostatniego jej listu, pisanego, gdy Alka już nie było.

Basia *[przy mogile Alka, czyta list, podkład muzyczny; zdjęcie mogiły Alka i Rudego wyświetlone na ekranie]:*

Kochany, pamiętam, a Ty czy pamiętasz? Wpadłeś jak po ogień, nie zjadłeś obiadu, byłam zła. O Boże! Może gdybym się modliła, to straszne nie stałoby się. Tego dnia miałeś taką śmieszna opadającą na czoło czuprynkę. A potem czekali na Ciebie: i ulica, i deszcz.

Gdzie my idziemy? Szpital. Twoje oczy i usta. Ko-

chany, ostatnia rozmowa, pamiętasz jak, jak powiedziałeś: „Ja mam swojego fiołka”, a ja mam całego wielkiego fioła. A potem głaskałeś palcami jak zwykłe moje usta, miałeś taki niespokojny, urywany oddech. Pocałowałam Cię w czoło. Pokiwałeś mi ręką z bolesno smutnym uśmiechem. Serce umierało z przerażenia.

Kochany, nigdy Ci nie mówiłam o miłości, Ty też mi nie mówiłeś. Tak Ciebie pełno dookoła. Słyszę Twoje kroki... Kocham Cię....

*[Piosenka „Żałobne chylimy sztandary”.
Na scenie, wokół palących się zniczy, pojawiają się przyjaciele Alka i Rudego]*

Zośka:

Odeszli od nas na wieczna wartę. Szczęśliwy jestem, że dane nam było okazać miarę naszego braterstwa i przyjaźni.

[Piosenka „Żałobne chylimy sztandary”]

SCENA 7

Narrator:

A ty, co ty jesteś w stanie zrobić dla swojego przyjaciela? Czy zrobiłeś do tej pory cokolwiek? Czy i tobie dane już było okazać miarę swojego braterstwa i przyjaźni? A twoje życie? Potrafisz o nie walczyć, stać cię na taką odwagę? Co zostanie po tobie, gdy odejdiesz?

Ja wierzę, że drzemią w tobie ogromne pokłady dobroci, radości i ...chęci, chęci, aby zmienić swoje życie, aby wygrać. Bo uwierz, nie ma nic ważniejszego, jak podjąć grę – walkę o swoje życie i... zwyciężyć!

BIBLIOTEKA SŁUŻY KSZTAŁCĄCYM SIĘ I DOSKONALĄCYM

Biblioteka służy kształcącym się i doskonalącym – nauczycielom, studentom, a także wszystkim zainteresowanym sprawami kształcenia i wychowania. Prowadzi działalność biblioteczną i informacyjną niezbędną w procesie kształcenia, doksztalania i doskonalenia kadry pedagogicznej.

Biblioteka posiada księgozbiór naukowy i popularnonaukowy, dostępny w katalogu on-line, ze szczególnym uwzględnieniem:

- pedagogiki, psychologii i nauk pokrewnych,
- publikacji naukowych i popularnonaukowych z różnych dziedzin wiedzy objętych ramowymi planami nauczania,
- literatury pięknej i dzieł klasyki światowej,
- książek z zestawu lektur dla ucznia,
- piśmiennictwa z zakresu bibliotekoznawstwa i informacji naukowej,
- materiałów dotyczących problematyki oświatowej regionu,
- książki dla dzieci i młodzieży zakupione w ramach Narodowego Programu Rozwoju Czytelnictwa.

W czytelni dostępne są czasopisma z zakresu pedagogiki, psychologii, socjologii (numery bieżące i archiwalne). Pełny wykaz znajduje się na stronie internetowej biblioteki.

Oferta edukacyjna biblioteki:

- sieci współpracy i samokształcenia,
- zajęcia z edukacji czytelniczej i medialnej,
- realizacja programu w ramach Cała Polska czyta dzieciom,
- warsztaty z Technologii Informacyjno-Komunikacyjnych,
- szkolenia, zajęcia biblioterapeutyczne,
- zestawienia bibliograficzne zgodnie ze zgłaszanym zapotrzebowaniem,
- wystawy tematyczne i okolicznościowe.

ZAPRASZAMY DO KORZYSTANIA ZE ZBIORÓW I OFERTY ORAZ WSPÓŁPRACY

Pedagogiczna Biblioteka Wojewódzka
w Rybniku
ul. Chrobrego 27,
44-200 Rybnik
tel. 032 422 20 59
e-mail: pbwrybnik@wom.edu.pl
www.wom.edu.pl/rybnik/

Godziny otwarcia:
Pon.-czw. 8.00-18.00
Pt: 8.00-15.00
Sob. 9.00-13.00

Pedagogiczna Biblioteka Wojewódzka
Filia w Raciborzu
ul. Słowackiego 55,
47-400 Racibórz
tel. 032 419 00 02
e-mail: pbwraciborz@wom.edu.pl
www.wom.edu.pl/raciborz/

Godziny otwarcia:
Pon. - czw.: 8.00-18.00
Pt: 8.00-15.00
Sob.: 9.00-13.00



RODNIIP "WOM" RYBNIKU
44-200 Rybnik, ul. Parkowa 4a

tel./fax: 32 424 74 72
info@wom.edu.pl
www.wom.edu.pl

