



KUJAWSKO-POMORSKI
PRZEGŁĄD OŚWIATOWY

UczMy

ISSN 2300-830X

III - IV 2020

Nr 2(34)



ŻYĆ BEZ ... UZALEŻNIEŃ



KUJAWSKO-POMORSKIE CENTRUM EDUKACJI NAUCZYCIELI WE WŁOCŁAWKU

MIEJSCEM ODKRYWANIA TALENTÓW

termin nadsyłania prac:
do 15 maja 2020 r.



ODKRYWAMY TALENTY 2020

Konkurs dla nauczycieli wszystkich typów szkół
z województwa kujawsko-pomorskiego



promowanie nauczycielskich inicjatyw w zakresie odkrywania
i rozwijania uzdolnień dzieci i młodzieży



upowszechnianie innowacyjnych metod i form pracy w szkołach
i instytucjach je wspierających



kształcenie umiejętności dokumentowania podejmowanych
przez nauczycieli działań z wykorzystaniem technologii
informacyjno-komunikacyjnych

szczegóły: **WWW.CEN.ORG.PL**



KUJAWSKO-POMORSKIE CENTRUM EDUKACJI NAUCZYCIELI WE WŁOCŁAWKU
AKREDYTOWANA WOJEWÓDZKA PLACÓWKA DOSKONALENIA

ul. Nowomiejska 15A, 87-800 Włocławek, tel. 54 231 33 42, fax. 54 412 10 98, e-mail. kpcen@cen.info.pl

Koordinator:

Michał Babiarz
Urząd Marszałkowski Województwa
Kujawsko-Pomorskiego

Redaktorzy:

Dorota Łańcucka
KPCEN we Włocławku

Danuta Potręć
KPCEN w Toruniu

Anna Rupińska
KPCEN w Bydgoszczy

Zespół redakcyjny:

Ewa Kondrat
Anna Puścińska
Ilona Zduńczuk
Tadeusz Wański
(projekt okładki)

Korekta:

Anna Rupińska

Opracowanie graficzne i skład:

Monika Lis

Wydanie cyfrowe:

Krzysztof Kosiński

Przyjmowanie materiałów:

e-mail: d.lancucka@cen.info.pl
e-mail: Danuta.Potręc@kpcen-torun.edu.pl
e-mail: anna.rupinska@cen.bydgoszcz.pl

Wydawca:

Kujawsko-Pomorskie Centrum
Edukacji Nauczycieli w Bydgoszczy
Kujawsko-Pomorskie Centrum
Edukacji Nauczycieli w Toruniu
Kujawsko-Pomorskie Centrum
Edukacji Nauczycieli we Włocławku

Skład i druk:

Kujawsko-Pomorskie Centrum
Edukacji Nauczycieli w Bydgoszczy
ul. Jagiellońska 9, 85-067 Bydgoszcz

*Redakcja zastrzega sobie prawo
adiustowania i skracania tekstów
oraz niezwracania materiałów*

Na okładce:

„Złe nawyki”

Autor zdjęcia:

Witold Wański



Czasopismo UczMy

ŻYC... BEZ UZALEŻNIEŃ

Anna Puścińska	
<i>Ucieczka z sieci e-uzależnień</i>	5
Katarzyna Zawacka	
<i>Strategie działań w szkolnej profilaktyce uzależnień</i>	7
Joanna Duszyńska	
<i>Profilaktyka pozytywna zachowań ryzykownych dzieci i młodzieży a doskonalenie umiejętności wychowawczych rodziców</i>	9
Monika Głowacka	
<i>Uwaga, pająk tka coraz większą sieć!</i>	11
Anna Pokorska	
<i>Jak żyć bez uzależnień?</i>	13
Hanna Kaźmierczak	
<i>Jak najdalej od uzależnień - stawiamy na aktywność</i>	14
Justyna v. Styp Rekowska	
<i>Bawmy się na zdrowie!</i>	16
Jakub Krzewiński	
<i>Krzyk młodego pokolenia z neologizmem w tytule</i>	18
Karolina Sulicka	
<i>Vaping - nowa moda wśród polskich uczniów</i>	19
Anna Wiligalska	
<i>Lepiej zapobiegać - seminarium</i>	20
Robert Grzybowski	
<i>Uzależnienie od... Kresów (tych wileńskich)</i>	22

REGIONALNE OKNO

Agata Niedźwiecka, Jarosław Przybył	
<i>W Kujawsko-Pomorskiem - Mówisz masz</i>	26
Anna Rupińska	
<i>Doradcy metodyczni w KPCEN w Bydgoszczy</i>	28

OBLICZA EDUKACJI

Danuta Potręć	
<i>Zdrowie psychiczne dzieci i młodzieży - konferencja naukowa w Toruniu</i>	29
Monika Głowacka, Dorota Łańcucka	
<i>W stronę potrzeb nowoczesnej szkoły - konferencja Wielokulturowość w edukacji</i>	30
dr Dominika Wojtasińska	
<i>Edukacja przyszłości</i>	31
dr Krzysztof Rochowicz, Małgorzata Trzeciak	
<i>Warsztaty przyrodnicze w pracowni PASCO KPCEN w Toruniu</i>	33
Agnieszka Majek, Hanna Sztuka	
<i>Szkoły partnerskie - toruńska podstawówka i moldawskie liceum</i>	34
Wiesława Tomasiak-Wyszyńska	
<i>Asertywność - ważna umiejętność społeczna</i>	36
Danuta Frankowska	
<i>Co nowego przyniosło rozporządzenie o opiece zdrowotnej nad uczniami?</i>	38
dr Kazimierz Mikulski	
<i>Rok 2020 Rokiem Fizyki</i>	41
dr Kazimierz Mikulski	
<i>Wybrane badania własne w kontekście proksemiki</i>	44
Ewa Jastrzębska	
<i>100-lecie Szkoły w Skępem</i>	49
Maria Kowalewska	
<i>Zespół Szkół im. Romualda Traugutta w Lipnie - szkoła z tradycjami i sukcesami</i>	52

Z PRAKTYKI NAUCZYCIELA

Bożena Ciesielska, Dorota Łańcucka	
<i>O rozwijaniu pasji i talentów słów kilka</i>	56
Anna Osak	
<i>Niecodzienne zajęcia matematyczne - czyli o rogalikowym szaleństwie</i>	60
Beata Basmann	
<i>Matematyka z rodzicami</i>	60
Marek Grzywna	
<i>Aby szkoła nie stała się antytechnologiczną enklawą</i>	62
Justyna v. Styp Rekowska	
<i>Spotkania z muzyką</i>	63
Małgorzata Kowalska-Tuszyńska, Joanna Lewandowska	
<i>Grywalizacja ze słowami - o magii rzeczy niemożliwych</i>	64

BIBLIOTEKI PEDAGOGICZNE DLA EDUKACJI

Anna Wiligalska	
<i>Profilaktyka uzależnień</i>	66

Szanowni Państwo

Teoretycznie nasze życie jest coraz łatwiejsze. Praktycznie każdego roku pojawiają się kolejne nowinki technologiczne, które mają spowodować, że będziemy mieli więcej wolnego czasu i łatwiej będziemy się mogli skomunikować się z innymi ludźmi.

W rzeczywistości coraz to nowsze elektroniczne gadżety zamiast zbliżyć do bliźnich, zamykają nas w nierealnym, wirtualnym świecie. Jak słusznie zauważyła, w swoim, zamieszczonym w tym numerze „UczMy”, artykule Anna Puścińska najbardziej narażone na uzależnienie od tego typu urządzeń są dzieci i młodzież.

Z racji spędzania większości czasu ze wzrokiem wbitym w ekran smartfona, tabletu czy komputera młodych ludzi ochrzczono mianem „pokolenia pochylonych głów”. Pytanie brzmi, co zrobić, by podnieśli (w przenośni i dosłownie) głowę i spostrzegli otaczający ich, realny świat oraz żyjących obok ludzi?

Skoro owe elektroniczne cuda z olbrzymią siłą wciągają w wirtualną rzeczywistość, to co może je pokonać, musi być równie, a nawet bardziej, potężne. Tym czymś, a dokładnie kimś, jest człowiek – rodzic, nauczyciel, czasem rówieśnik. Ale tylko wtedy, gdy ma w sobie pasję i prawdę.

Myślę, że każdy z nas, wspominając swoje czasy szkolne, przypomina sobie jakiegoś nauczyciela „pozytywnie zakręconego” na punkcie turystyki, teatru, muzyki, sportu, modelarstwa lub harcerstwa. I choć może w czasach szkolnych czasem z lekkim pobłażaniem traktowaliśmy takiego „wariata”, dziś, po latach okazuje się, że przy tej postaci zbladły wspomnienia wymagającego matematyka czy chemika, przed którą drżało się na lekcjach.

Bowiem, jak napisała, wspomniana tu już Anna Puścińska: „tylko człowiek jest zdolny do wychodzenia poza schematy i nieszablonowe myślenie”. Dlatego zachęcam do zapoznania się z kolejnym numerem „UczMy” choćby po to, by przeczytać o tym, jak Anna Pokorska z SP nr 3 w Chełmży „postanowiła zarazić uczniów miłością do muzyki” i czym się to skończyło.

*Piotr Całbecki
Marszałek Województwa Kujawsko-Pomorskiego*

**W następnym numerze
Aktywne uczenie się**

Ucieczka z sieci e-uzależnień

Pojęcie „uzależnienia” jeszcze pod koniec ubiegłego stulecia odnosiło się w powszechnej świadomości do nałogu tytoniowego i alkoholizmu. Trudno w to uwierzyć, ale w pochodzącej z 1976 roku Encyklopedii Powszechnej PWN terminy „uzależnienie” oraz „nałóg” w ogóle się nie pojawiają. Natomiast wydany w tym samym czasie Słownik języka polskiego podaje wyjaśnienie słowa „uzależniać”: „czynić zależnym od kogoś, czegoś, czynić podległym, podporządkowanym komuś”. I „uzależniać się”: „stawać się zależnym od kogoś, czegoś; przykład: Rezygnując z pracy, uzależniła się materialnie od męża”. „Nałóg” w wyżej wymienionym słowniku to: „1. zły, szkodliwy dla zdrowia nawyk; nałóg palenia papierosów, picia wódki, 2. zakorzenione przyzwyczajenie, przywyknienie do czegoś;

przykład: „Czytanie przed snem weszło mu w nałóg”. Możemy potraktować to kuriozalne (z naszego punktu wi-

Technologie mogą być pomocne, ale nie zastąpią pierwiastka ludzkiego, bo tylko człowiek jest zdolny do wychodzenia poza schematy i nieszablonowe myślenie, a na tym opiera się kreatywność.

dzienia) odkrycie jako ślad propagandy socjalistycznej zakłamującej i zaklinającej rzeczywistość. Jest powszechnie wiadomym, że alkoholizm był w czasach PRL-u poważnym problemem społecznym, a pośród ówczesnie żyjących dorosłych mężczyzn trudno było znaleźć „niepalącego”. Paliło też coraz więcej kobiet (nawet ciężarnych), a niektórzy rodzice wychowywali swoje dzieci w oparach papierosowego dymu. Problem zażywania narkotyków został „wyciągnięty na światło dzienne” i nagłośniony wraz z działalnością Marka Kotańskiego i pojawieniem się tworzonych przez niego ośrodków Monaru w latach 80-tych ubiegłego wieku.

Dziś mało kto nikotynizm, alkoholizm czy narkomanię postrzega wyłącznie w kategoriach „słabości charakteru”. To choroby polegające na uzależnieniu od wprowadzanych do organizmu substancji wywołujących określone reakcje chemiczne i fizjologiczne. Po zażyciu w dość krótkim czasie występują objawy mające łatwy do zidentyfikowania charakter. Nieuchronny i szybko postępujący destrukcyjny wpływ na życie człowieka mają zwłaszcza alkohol i narkotyki. Palacze, a także bierni palacze, śmiertelnie niebezpieczne skutki zażywania nikotyny odczuwają po kilku-kilkunastu latach.

Równie silne są objawy odstawienia, gdyż takie uzależnienia mają dwutorowy charakter: fizjologiczny i psychiczny. Osoba uzależniona odczuwa brak substancji w postaci dolegliwości o charakterze fizjologicznym (ból, drżenie kończyn, kołatanie serca), a także w postaci naglącej psychicznej potrzeby wykonywania określonych nawykowych czynności związanych z ich przyjmowaniem (niepokój, nerwowość, drażliwość, skoncentrowanie wyłącznie na potrzebie zażycia substancji). Wyzwolić się od nałogu jest bardzo trudno, choć istnieje wiele sposobów na wyleczenie. Powszechna i coraz bardziej skuteczna jest psychoterapia, stosowane jest również odtruwanie organizmu czy leczenie farmakologiczne.

Plagą XXI wieku stały się uzależnienia behawioralne. Pojawili się oczywiście o wiele wcześniej. Z historii i literatury znamy postaci nałogowych hazardzistów i pokerzystów, którzy tracili całe majątki, rujnowali swoje życie, kariery, małżeństwa i rodziny. O uzależnieniu behawioralnym możemy mówić, kiedy pojawia się problem z ograniczeniem bądź rezygnacją z zachowań niezwiązanych wprawdzie z zażywaniem konkretnych substancji psychoaktywnych, ale w podobny sposób zakłócających człowiekowi dobrostan i właściwe postępowanie. Mamy z nim do czynienia wówczas, gdy ktoś nie potrafi oprzeć się takiemu zachowaniu, które choć na krótką metę zaspokaja jakąś głęboką potrzebę psychiczną, jednak w dłuższej perspektywie wyrządza poważne szkody. Co ciekawe – psychologiczne mechanizmy rozwoju tych uzależnień są bardzo podobne do rozwijania się alkoholizmu czy narkomanii, chociaż sam proces przebiega wolniej. Wzrost liczby takich problemów obserwujemy współcześnie równolegle z upowszechnianiem się Internetu i nowych technologii. Coraz więcej osób wpada w pułapkę e-uzależnień, a najbardziej liczną grupę stanowią tu dzieci i młodzież – nasi uczniowie i wychowankowie. Młodzi ludzie są w grupie szczególnego ryzyka, ponieważ w przeciwieństwie do dorosłych brak im mechanizmów samokontroli, chroniących przed zachowaniami prowadzącymi do uzależnienia.

Mówiąc o e-uzależnionych dzieciach, myślimy

zwłaszcza o nastoletnich chłopcach nałogowo grających w gry komputerowe. Szczególnie na popularności zyskują gry online skupiające wokół siebie społeczności graczy, zazwyczaj tworzących drużyny, klany lub gildie. Zatrzymajmy się przy nich na chwilę. Podstawowa struktura takich gier to: poszukiwania, misje i relacje graczy, między którymi nawiązują się sojusze i przyjaźnie wspominane podczas gry i poza nią. Adam Alter, autor książki *Uzależnienia 2.0. Dlaczego tak trudno oprzeć się nowym technologiom?*, zwraca uwagę, iż szybkie internetowe łącza ułatwiają komunikację pomiędzy graczami w czasie rzeczywistym. To właśnie ten czynnik, który nazwał „czynnikiem społecznym”, badacz uznał za kluczowy i odpowiadający za uzależnianie od internetowych gier. Zaspokaja poczucie przynależności i budzi odpowiedzialność za losy rozgrywki. Uzależniające gry online są z premedytacją tak konstruowane, aby trudno było się od nich oderwać. W przeciwieństwie do tych w świecie rzeczywistym gra internetowa toczy się bez przerwy. Po drugiej stronie ekranu nieustannie siedzi ktoś nowy, z kim można i należy się zmierzyć lub zawrzeć sojusz. Graczowi, który już zaangażował się w realizację epickiej misji, trudno pogodzić się z tym, że jakiś jej element zostanie zrealizowany bez jego udziału. W ostatnich latach pojawiło się też sporo gier, których tematyka jest skierowana do dziewczynek. W ten sposób to uzależnienie przestało być męską domeną.

Psychologowie ostrzegają również przed przedkładaniem sieciowych przyjaźni nad te realne. Relacje między ludźmi, zwłaszcza bliskie, serdeczne i intymne, opierają się na empatii. Przebywając w gronie rodzinnym, a później w grupie rówieśniczej, dziecko uczy się z drobnych zmian w wyrazie twarzy, tonie głosu, postawie rozpoznawać emocje, intencje, uczucia innych ludzi. Tymczasem – mówi Alter – badania naukowców dowodzą, że nastolatki między dziesiątym a piętnastym rokiem życia grające ponad trzy godziny dziennie są mniej zadowolone z życia, mniej zdolne do empatii i mają mniejszą wiedzę na temat tego, jak radzić sobie z emocjami. Alter nie wyjaśnia wprawdzie, co jest w tym stanie rzeczy skutkiem, a co przyczyną. Być może nałogowi gracze uciekają w gry, bo nie radzą sobie w kontaktach w prawdziwym świecie? Z psychologii rozwojowej wiemy, że standardy interakcji dziecka ze światem i zdolność do budowania relacji kształtują się już u dwulatków. Wtedy na uzależnienie należy spojrzeć jak na skutek wyżej wymienionych deficytów, a nie ich przyczynę.

Uzależnienia od gier stanowią tylko jedno z e -uzależnień. Ich mniej lub bardziej nasilone przejawy obserwujemy na co dzień i to nie tylko wśród dzieci. Kilka tygodni temu uczestniczyłam w kilkuosobowym spotkaniu nauczycieli. Spotkanie miało

charakter oficjalny. Podczas kularowych rozmów, gdy zasady dobrego wychowania przewidują co najmniej grzecznościowy *small-talk*, jeden z młodych nauczycieli zdawał się całkowicie nie przejmować towarzystwem innych osób. Z nonszalancko założoną nogą na nogę siedział, wpatrując się w swój telefon komórkowy, stukając palcem w ekran. Lekceważenie? Brak kindersztuby? A może niezwykle ważna rozmowa online, której sieciowy *savoir vivre* nie pozwalał przerwać? Podczas kolejnego spotkania sytuacja niestety się powtórzyła.

I jeszcze jeden przykład z życia wzięty. W kawiarce na lotnisku w Zurychu siedziałam w gronie (a jakże!) nauczycieli. Nasze telefony były tym razem schowane. Rozmawialiśmy i śmialiśmy się, mam nadzieję, że nie hałaśliwie, bo obsługa lokalu patrzyła na nas z sympatią i życzliwie. Przy stoliku obok – japońska rodzina: rodzice, może 17-letnia córka i 14-15-letni chłopiec. Bardzo cichutka grupa – wszyscy wpatrzeni w swoje smartfony.

Dobrze znamy to zjawisko, zyskało już nawet swoją nazwę – „pokolenie pochyłonych głów”. Kiedy korzystanie z takich urządzeń jest normą, a kiedy już uzależnieniem? Trudno w to uwierzyć, ale ponoć przeciętny użytkownik smartfona spędza 3 godziny dziennie, sprawdzając maile, SMS-ując, surfując po Internecie, mediach społecznościowych. W którym momencie takie zachowania stają się obsesją tak wielką, że nie można żyć bez wiedzy o tym, kto polubił nasze ostatnie zdjęcie na Instagramie? Te narzędzia uzależniają od siebie powoli i podstępnie. Trudno im się oprzeć, bo stanowią część codziennego życia, upowszechniają doświadczenia, którym łatwo się poddać. Świat dwuwymiarowych ekranów to ograniczona wersja świata rzeczywistego. Psychologowie ostrzegają, że nawet wtedy, gdy życie towarzyskie online kwitnie, formy interakcji społecznej nie są w nim wbrew pozorom tak intensywne. Więcej rzeczy otrzymuje się „na tacy” i nie ma tyle miejsca na wyobraźnię, samodzielne poszukiwanie, kreatywność. Nie bez przyczyny „wielcy” świata nowoczesnych technologii, sami twórcy gier i społecznościowych portali, którzy na internetowym surfowaniu innych zarabiają krocie, własnym dzieciom ograniczają dostęp do e -świata najdłużej jak to możliwe, a później skrupulatnie wyliczają czas spędzany w rzeczywistości online.

Nie możemy pozwolić, aby nasi uczniowie postrzegali świat wirtualny jak miejsce ucieczki od rzeczywistości, problemów, poczucia osamotnienia. W tym świecie jest przestrzeń do nowoczesnej edukacji. W naszych fachowych mediach i literaturze coraz częściej spotykamy natomiast dwojakiego rodzaju stanowiska. Z jednej strony czytamy o uzależnieniu od gier komputerowych, Internetu, mediów społecznościowych, fonoholizmie, zespole FOMO.

Zjawiska te coraz częściej postrzegane są jak jednostki chorobowe. Tak jak kiedyś leczono narkomanów w ośrodkach Monaru, tak dzisiaj powstają ośrodki leczenia uzależnionych od gier i Internetu. Na drugim biegunie mamy zagorzałych zwolenników używania w edukacji nowoczesnych technologii: narzędzi, aplikacji, programów komputerowych oraz smartfonów i iPadów. Ci twierdzą, że dobry nauczyciel zawsze powinien być tam, gdzie jego uczeń i nie należy się wirtualnego świata obawiać.

Czy te dwa stanowiska wzajemnie się wykluczają? Jak rozsądnie zrównoważyć przeciwieństwa? Rozwijanie kompetencji cyfrowych uczniów stanowiło w ubiegłym roku szkolnym 2018/2019 jeden z podstawowych kierunków polityki oświatowej państwa. W tym roku pojawiło się ponownie w brzmieniu: „rozwijanie kreatywności, przedsiębiorczości i kompetencji cyfrowych uczniów, w tym bezpieczne i celowe wykorzystywanie technologii informacyjno-komunikacyjnych w realizacji podstawy programowej kształcenia ogólnego”. Kluczem – w moim przekonaniu – jest słowo **celowe** wykorzystanie technologii, czyli sprzyjające rozwijaniu kreatywności uczniów.

Jak rozpoznać, że użycie TIK na lekcji zwiększa

szanse osiągnięcia jej **celów**? Można przyjąć następujące wskaźniki:

Uczniowie korzystający z TIK na lekcji:

- koncentrują się na celach uczenia się, a nie narzędziach
- szybciej osiągają cele
- ich poziom wiedzy, umiejętności i świadomości jest wyższy
- są bardziej aktywni intelektualnie i zaangażowani w uczenie się.

Narzędzia technologii są intrygującymi gadżetami, ale za wyznaczanie i osiąganie przez wychowanków celów edukacji odpowiedzialny jest nauczyciel będący profesjonalistą w swojej dziedzinie. Samodzielność i kreatywność uczniów rozwijamy, zachęcając ich do działania, stawiając przed nimi zadania, które mają odpowiedni poziom trudności, pozwalając im popełniać błędy, brać odpowiedzialność za podejmowane decyzje. Technologie mogą być pomocne, ale nie zastąpią pierwiastka ludzkiego, bo tylko człowiek jest zdolny do wychodzenia poza schematy i nieszablonowe myślenie, a na tym opiera się kreatywność.

Katarzyna Zawacka
KPCEN we Włocławku

Strategie działań w szkolnej profilaktyce uzależnień

We współczesnej szkole ważne jest podejmowanie takich działań wychowawczych, edukacyjnych i profilaktycznych, dzięki którym uczniowie będą mieli możliwość rozwijania zdolności umożliwiających zrozumienie otaczającego ich świata na drodze samoświadomości i sprawczości dotyczącej własnych zachowań oraz rozwijania umiejętności komunikacyjnych, umożliwiających dialog z innymi i z samym sobą. Działalność szkoły powinna zmierzać w kierunku wzmocnienia u uczniów postaw pożądanych społecznie i akceptowalnych powszechnie zachowań. Do realizacji tych założeń konieczne zbudowanie jest takiego programu wychowawczo-profilaktycznego, który ukierunkowałby ucznia w jego dążeniach, pomógł zbudować społecznie akceptowaną hierarchię wartości, nauczyłby realizowania własnych potrzeb z poszanowaniem drugiego człowieka.

Wiedza na temat czynników sprzyjających zacho-

waniom, które stanowią zagrożenie dla zdrowia i prawidłowego rozwoju dzieci i młodzieży, jest jednym z filarów współczesnej profilaktyki, której celem jest zapobieganie pojawianiu się lub rozwojowi niekorzystnych zjawisk w konkretnej społeczności.

Profilaktyka to kompleksowa interwencja kompensująca niedostatki wychowania, obejmująca równoległe trzy nurty działania:

- wspomaganie dziecka w radzeniu sobie z trudnościami zagrażającymi prawidłowemu rozwojowi i zdrowemu życiu
- ograniczanie i likwidowanie czynników ryzyka, które zaburzają prawidłowy rozwój i dezorganizują zdrowy styl życia
- inicjowanie i wzmocnianie czynników chroniących, które sprzyjają prawidłowemu rozwojowi i zdrowemu życiu. (Z. B. Gaś, 2003).

Skuteczność działań profilaktycznych w szkole

zwiększa się, jeśli prowadzone są na różnych poziomach z wykorzystaniem wielu strategii profilaktycznych.

Profilaktyka uniwersalna, czyli realizacja programów profilaktycznych, a także dbanie o dobry klimat placówki adresowana jest do wszystkich uczniów w określonym wieku, bez względu na stopień ryzyka wystąpienia zachowań problemowych lub zaburzeń psychicznych i dotyczy znanych, w znacznym stopniu rozpowszechnionych zagrożeń. W tych działaniach profilaktycznych wykorzystywana jest ogólna wiedza na temat zachowań ryzykownych, czynników ryzyka i chroniących, jak również danych epidemiologicznych (są to głównie wyniki badań naukowych, dotyczące między innymi palenia papierosów, picia alkoholu, informacje o wieku inicjacji, itp.).

Celem takich działań jest opóźnianie inicjacji, przeciwdziałanie pierwszym próbom podejmowania zachowań ryzykownych, tworzenie wspierającego, przyjaznego klimatu szkoły, który pozytywnie wpływa na zdrowie psychiczne i poczucie wartości, motywację do osiągnięć uczniów i nauczycieli oraz czynny udział rodziców w życiu szkoły.

Profilaktyka selektywna ukierunkowana na grupy zwiększonego ryzyka wymaga dobrego rozpoznania w społeczności szkolnej grup uczniów zachowujących się ryzykownie lub znajdujących się w specyficznej sytuacji społecznej, rodzinnej. Informacje o uczniach szkoła gromadzi w toku codziennego procesu edukacji, szczególnie dotyczy to uczniów z deficytami poznawczymi, z rodzin dysfunkcyjnych itp. Dla dzieci i młodzieży znajdujących się w grupie podwyższonego ryzyka (np. z rodzin z problemem alkoholowym) organizowane powinny być indywidualne lub grupowe działania profilaktyczne (terapia pedagogiczna, treningi umiejętności społecznych, socjoterapia).

Profilaktyka wskazująca, czyli indywidualne interwencje oraz współpraca z PPP i innymi placówkami jest profilaktyką na rzecz jednostki wysokiego ryzyka. Są to działania polegające na interwencji, terapii dzieci i młodzieży, przejawiających symptomy zaburzeń i wymagających specjalistycznego przygotowania do ich udzielania. Na tym poziomie w profilaktykę szkolną częściej angażowane są różne instytucje zewnętrzne, przygotowane do prowadzenia pomocy psychologicznej lub medycznej.

Na wszystkich poziomach profilaktyki można stosować w szkole różne strategie, które mają za zadanie zwiększenie skuteczności podejmowanych przez szkołę działań.

Strategie informacyjne dostarczają adekwatnych informacji na temat skutków zachowań ryzykownych i tym samym umożliwiają dokonywanie racjonalnego wyboru. U podstaw tej strategii leży przekonanie,

że ludzie, zwłaszcza młodzi, zachowują się ryzykownie, ponieważ zbyt mało wiedzą o mechanizmach i następstwach takich zachowań. W związku z tym dostarczenie informacji o skutkach palenia tytoniu, picia alkoholu czy odurzania się narkotykami ma spowodować zmianę postaw, a w końcu niepodjęcie zachowań ryzykownych.

Strategie edukacyjne mają pomóc w rozwijaniu u uczniów ważnych umiejętności psychologicznych i społecznych takich, jak: umiejętności nawiązywania kontaktów z ludźmi, radzenie sobie ze stresem, umiejętności rozwiązywania konfliktów czy opierania się naciskom ze strony otoczenia itp. U podstaw tych strategii leży przekonanie, że ludzie, nawet dysponujący odpowiednią wiedzą, podejmują zachowania ryzykowne z powodu braku wielu umiejętności niezbędnych w życiu społecznym. Deficyty te uniemożliwiają im budowanie głębszych, satysfakcjonujących związków z ludźmi, odnoszenie sukcesów, np. zawodowych. Szukają więc chemicznych, zastępczych sposobów radzenia sobie z trudnościami.

Kolejnymi strategiami stosowanymi w profilaktyce są **strategie działań alternatywnych**. Celem strategii działań alternatywnych jest pomoc w zaspokojeniu ważnych potrzeb (np. sukcesu, przynależności) oraz osiąganie satysfakcji życiowej przez stwarzanie możliwości zaangażowania się w działalność pozytywną (artystyczną, społeczną, sportową itp.). U podstaw tych strategii leży założenie, że wielu ludzi nie ma możliwości zrealizowania swej potrzeby aktywności, podniesienia samooceny poprzez osiąganie sukcesów, czy też rozwoju zainteresowań. Dotyczy to zwłaszcza dzieci i młodzieży zaniedbanej wychowawczo.

W działaniach profilaktycznych szkoły mogą sięgać również po **strategie interwencyjne**. Głównym celem tych działań jest pomoc osobom mającym trudności w identyfikowaniu i rozwiązywaniu ich problemów oraz wspieranie w sytuacjach kryzysowych. Interwencja obejmuje towarzyszenie ludziom w krytycznych momentach ich życia. Podstawowe techniki interwencji to poradnictwo, telefon zaufania, sesje interwencyjne czy doradztwo.

Strategie zmian środowiskowych nakierowane są na identyfikację i zmienianie tych czynników środowiska społecznego i fizycznego, które sprzyjają zachowaniom problemowym. Mogą one obejmować: modyfikacje środowiska, miejsca przebywania osoby dysfunkcyjnej, zmianę postaw społecznych wobec osób dysfunkcyjnych. Ze względu na szeroki zakres interakcji nauczycieli z uczniami oraz możliwości nawiązania kontaktów z rodzicami i społecznością lokalną, szkoła może pełnić rolę swoistego, środowiskowego centrum profilaktyki.

W działaniach profilaktycznych szkoły wybór stosowanych strategii i poziomów profilaktycznych

uzależniony od potrzeb szkolnego środowiska, które każda placówka musi zdiagnozować i opisać je w programie wychowawczo-profilaktycznym dedykowanym tej placówce. **Dobrze rozpoznane potrzeby środowiska szkolnego, a także dostosowanie do nich działań wykorzystujących różne strategie profilaktyczne pozwolą na bardziej skuteczne zapobieganie pojawianiu się zachowań problemowych i ryzykownych wśród dzieci i młodzieży.**

Joanna Duszyńska

Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Toruniu

Profilaktyka pozytywna zachowań ryzykownych dzieci i młodzieży a doskonalenie umiejętności wychowawczych rodziców

Zagadnienie profilaktyki można omawiać w różnorodnych kontekstach. Moje refleksje dotyczą tego obszaru profilaktyki, który – rozumiany jako profilaktyka pozytywna – ma być strefą oddziaływań stanowiących dla dzieci, młodzieży i młodego dorosłego swoistą osłonę przed niebezpieczeństwami niesionymi przez świat. Mam na myśli ochronę przed podejmowaniem zachowań ryzykownych, które przyciągają młodego człowieka swą atrakcyjnością, a które bywają też przez niego postrzegane jako antidotum na trudy wieku dorastania. Pamiętać też trzeba, że zachowania ryzykowne mają funkcję rozwojową, są sposobem na adaptację wśród rówieśników i pozwalają młodemu człowiekowi odczuwać subiektywny przyrost osobistej kontroli nad środowiskiem. Spełniają też jeszcze jedną ważną funkcję – gdy brak jest możliwości podejmowania działań podnoszących poziom adrenaliny akceptowanych przez dorosłych, zachowania ryzykowne je rekompensują. Wszystko to sprawia, że szeroka gama tego typu zachowań jest tym, co pociąga młodego człowieka.

Profilaktyka pozytywna rozwija mocne strony, zasoby, daje odporność na działanie czynników ryzyka, przygotowuje do życia w świecie zagrożeń. Obejmuje ona rozwijanie umiejętności społecznych, poznawczych i emocjonalnych oraz wiary w swoje możliwości

Bibliografia:

Gaś. B. Z., Szkolny Program Profilaktyki: istota, konstruowanie, ewaluacja, Ministerstwo Edukacji Narodowej i Sportu, Warszawa 2004

Macander D., Profilaktyki uzależnień w szkole - e-poradnik, ORE, Warszawa

Ostaszewski K., Zachowania ryzykowne nastolatków, Aspra, Warszawa 2003

Szymańska J., Programy profilaktyczne. Podstawy profesjonalnej psychoprofilaktyki, Centrum Metodyczne Pomocy Psychologiczno-Pedagogicznej, Warszawa 2002.

i w przyszłość, kształtowanie pozytywnej identyfikacji, wspieranie więzi z rodziną i ze szkołą, kształtowanie psychicznej odporności. Nie usuwa ona samych zagrożeń, jednak wzmacnia to, co daje młodym ludziom większą odporność na zagrożenia. Gdzie zaczyna się profilaktyka pozytywna? W domu rodzinnym. Kiedy? Od początku procesu wychowywania dziecka. Rodzice wspierając swe dzieci w rozwoju, dbają o ich zdrowie, edukację, rozwój zainteresowań i talentów. Jedni dokładają wszelkich możliwych starań, inni mniejszych. Tak jest i analizowanie przyczyn mogłoby być przedmiotem odrębnych, niezwykle obszernych rozważań. W procesie wychowania między rodzicem a dzieckiem tworzy się relacja i to ona jest kluczowa w rozwoju dziecka. Istnienie dobrej relacji rodzic-dziecko ma wartość niebagatelną, bowiem staje się ona czynnikiem chroniącym. Czynniki chroniące w ekologicznym modelu profilaktyki są tym, co jest w stanie pomóc młodemu człowiekowi dać odpór czynnikom ryzyka. Czynnikiem chroniącym w postaci dobrej relacji z rodzicami daje młodemu człowiekowi umiejętność rezyliencji – umiejętności dostosowywania się człowieka do zmieniających się warunków, adaptacji do otoczenia, uodporniania się na działanie czynników szkodliwych, a także zdolności do odzyskiwania utraconych lub osłabionych sił

i odporności na działanie szkodliwych czynników.

Ważnym zatem staje się pytanie, jak postępować ma rodzic, by wytworzyć z dzieckiem pozytywną relację, która wyposaży je w przywołane wyżej kluczowe dla dobrostanu dziecka, a potem dorosłego człowieka umiejętności. Banalnie brzmi, ale jest prawdą, że nikt nie rodzi się, umiejąc wychowywać dzieci. Jednak coraz częściej rodzice uświadamiają sobie jedno i drugie – czyli znaczenie tego, że ich postępowanie, a w jego wyniku ukształtowane relacje z dzieckiem mają tak dużą wagę, i po wtóre, że umiejętności rodzicielskie trzeba, i na szczęście można, wykształcić. W wiedzę i umiejętności dotyczące wychowania wyposażyć się można, studiując właściwie dobraną literaturę, dzieląc się doświadczeniem z innymi rodzicami, spotykając się ze specjalistami, ale nade wszystko – uczestnicząc w formach warsztatowych. Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Toruniu, której działalnością kieruję, do swej oferty wprowadza więc warsztaty umiejętności wychowawczych skierowane do rodziców dzieci i młodzieży w każdym wieku.

Dla rodziców dzieci najmłodszych (od urodzenia do 6 roku życia) oferujemy cykl zajęć „Kurs dla rodziców” (5 spotkań po 2,5 godziny). Został on stworzony po to, by pomóc rodzicom małych dzieci w wieku 0–6 lat rozpoznawać potrzeby swoich dzieci, wyznaczać jasne granice, uczyć dzieci budowania zdrowych relacji, ustalać długoterminowy cel wychowywania, odkryć „język miłości” dziecka. Podczas spotkań zgłębiane są obszary tematyczne w blokach: mocne fundamenty, rozpoznawanie potrzeb dzieci, wyznaczanie granic, nauka zdrowych relacji, spojrzenie w przyszłość.

Dla grupy rodziców dzieci w wieku przedszkolnym (od 3 do 6 roku życia) kierujemy zajęcia „Jak z szacunkiem i miłością wyznaczać dziecku granice – bez klapsa” (6 spotkań po 2 godziny). Dzięki udziałowi w warsztatach rodzice stają się bardziej świadomi swoich uczuć, myśli, przekonań i potrzeb, lepiej rozpoznają motywy swoich działań, rozwijają umiejętność rozpoznawania własnych emocji i ich kontroli, poszerzają swoje umiejętności, które pomogą im wyznaczać dziecku granice, poznają i mają możliwość ćwiczenia nowych, sprzyjających dziecku wzorców zachowań. Warsztaty podzielone są na trzy bloki tematyczne: „Nie dla klapsa”, „Uczucia”, „Zamiast klapsa”. Przybliżana jest rodzicom perspektywa dziecka w różnych trudnych sytuacjach, gdy jego granice są przekraczane, np. gdy stosowane są niekonstrukttywne metody wychowania. Uczestnicy poszukują i uczą się sposobów postępowania z dzieckiem, które zachęca je do współpracy i nauczą ponosić konsekwencje swojego zachowania.

Rodziców nastolatków zapraszamy wspólnie z nimi na zajęcia „Programu Wzmacniania Rodziny”

(7 spotkań po 2 godziny). Uczestnicy zyskują lepsze zrozumienie, z jakimi problemami zmagają się dzieci w okresie dojrzewania oraz poprawę jakości życia rodzinnego, w tym wzajemnych relacji, komunikacji, ograniczenia złości i agresji. Warsztatowi poddawane są problemy związane z obowiązkami szkolnymi, domowymi, z pierwszymi próbami stosowania używek przez młodzież, stawianie granic, wymagań, formułowanie i wyciąganie konsekwencji, wzmacnianie u dzieci oczekiwanych zachowań, ich radzenie sobie z presją rówieśników oraz poznanie swoich mocnych stron.

Dla rodziców dzieci i młodzieży w każdym wieku adresujemy zajęcia cyklu „Szkoła dla Rodziców i Wychowawców” (10 spotkań po 3 godziny). Celem tych zajęć jest uczenie uczestników umiejętności budowania prawidłowych relacji z dziećmi opartych na wzajemnym szacunku oraz lepszego radzenia sobie z codziennymi problemami w kontaktach z podopiecznymi. Podczas spotkań prowadzący i uczestnicy zajmują się umiejętnościami z zakresu stawiania i przestrzegania granic w rodzinie, rozpoznawania uczuć jako ważnego narzędzia w komunikacji z dziećmi, zachęcania dzieci do współpracy, do samodzielności, analiza systemów motywowania dzieci, doskonalenie umiejętności rozwiązywania problemów i konfliktów.

W wyniku prowadzonego badania potrzeb środowiska rodziców prowadzimy w toruńskiej poradni także inne zajęcia warsztatowe dla rodziców dzieci, które dedykowane są węższym grupom rodziców, m.in. rodzicom dzieci, którym funkcjonowanie utrudnia zespół nadpobudliwości psychoruchowej („Szkoła dla Dobrych Rodziców”) lub dotyczących umiejętności motywowania dzieci („Jak motywować swoje dziecko do nauki?”).

Przedstawione cykle zajęć prowadzone są w formie warsztatów, podczas których uczestnicy przede wszystkim zapoznawani są z nowymi metodami komunikacji z dziećmi. Zawsze omawiane jest to, jaki wpływ na rozwój dziecka ma wybór metody wychowawczej. W prowadzeniu zajęć wykorzystywane są aktywne metody pracy - ćwiczenia w parach, odgrywanie scenek, burze mózgów, dyskusje na forum grupy, ale również prace domowe zadawane rodzicom na czas pomiędzy spotkaniami, podczas realizacji których wdrażają oni poznane sposoby postępowania.

Rodzice, którzy mają świadomość potrzeby rozwijania swoich umiejętności rodzicielskich, w tym wychowawczych, szukają specjalistów i miejsc, które mogą im w tym pomóc. Takimi miejscami są publiczne poradnie psychologiczno-pedagogiczne, w których obszarze zadań pozostaje udzielanie pomocy psychologiczno-pedagogicznej rodzicom dzieci i młodzieży, w tym wspieranie rodziców w wychowy-

waniu dzieci. Zadaniem poradni jest rozpoznawać potrzeby rodziców, ale także popularyzować niezwykłą wagę tego, by rodzice doskonalili się w swych rodzicielskich rolach. Rodzice, którzy będą mieli z dziećmi dobre, wzmacniające relacje, będą też poprzez nie mieć stałą czujność i kontrolę nad swymi pociechami, która pozwoli na natychmiastowe reagowanie w momencie, gdy pojawi się zagrożenie wystąpienia zachowań ryzykownych u ich dziecka. Pomoc, której wówczas będą chcieli udzielić swemu dziecku, zostanie też wówczas przez nie lepiej przyjęta, bowiem dzięki dobrej relacji dziecko będzie ufało swemu rodzicowi. Zadziała rezyliencja, być może nawet ratując życie młodego człowieka.

Monika Głowacka

Miejskie Centrum Kulturalne w Lipnie

Uwaga, pająk tka coraz większą sieć!

Dodzwonić się do mądrości serca, czyli lepiej zapobiegać niż leczyć

Właśnie nadszedł TEN moment. Mój dziesięcioletni syn oznajmił mi wielkimi literami dwie rzeczy. Po pierwsze, że już za pół roku, gdy skończy 11 lat, stanie się nastolatkiem: *No wiesz, mamo, końcówka „naście”*. Po drugie, że już nie może żyć dłużej BEZ SMARTFONA, bo WSZYSCY w klasie mają, a on MA zebrane pieniądze, więc NIE MAM go powstrzymywać. Wiedziałam, że brązowooki mądrała MA rację. Czułam, że ten moment zamiany telefonu na smartfona nieuchronnie się zbliża i byłam przygotowana, a jednak przyjął apel z lekkim drżeniem serca. Czy tak mają rodzice, których nastolatki oceniają jako „przestraszonych, szurniętych i nieświadomych”? (określenie z wywiadów przeprowadzonych przez Catherine Steiner-Adair). O zgrozo, jakże zależy mi, by moje dzieci klasyfikowały mnie do drugiej grupy rodziców: „realistycznych, świadomych, spokojnych, dostępnych dla dziecka”. Paradoksalnie wiedza i przeczytane stopy mądrych książek nie ułatwiają rodzicielskich zmagani. Oczywiście jest, że komputery, laptopy, smartfony mają nad nami potężną władzę: wpływają nie tylko na to, co robimy, ale i na to, kim jesteśmy. „Nasze serca biją w rytm kliknięć, a internet jest jak kokaina” – uważa prof. Peter Whybrow, neurolog z Los Angeles. „Lajki stały się niepostrzeżenie pierwszym cyfrowym narkotykiem, który zawładnął naszą kulturą” – pisze Rameet Chawla (twórca apli-

Bibliografia:

J. Mazur i wsp., *Czynniki chroniące młodzież 15-letnią przed podejmowaniem zachowań ryzykownych. Raport z badań HBSC 2006*, Instytut Matki i Dziecka, Warszawa 2008.

K. Ostaszewski, A. Rustecka-Krawczyk, M. Wójcik, *Czynniki chroniące i czynniki ryzyka związane z zachowaniami problemowymi warszawskich gimnazjalistów*, Instytut Psychiatrii i Neurologii w Warszawie, Pracownia Profilaktyki Młodzieżowej „Pro-M”, Warszawa 2008.

M. Wojcik, A. Rustecka-Krawczyk, *Indywidualne czynniki zachowań problemowych młodzieży gimnazjalnej*, „Remedium” 2009, nr 3, s. 10-11.

Resilience. Teoria – badania – praktyka, red. W. Junik, Warszawa 2011.

J. McWhirter i wsp., *Zagrożona młodzież*, Warszawa 2005.

kacji Lovematically). „Smartfon jest jak puszka Pandory z emocjami” – dodaje Catherine Price, autorka książki „Jak zerwać ze swoim smartfonem”. Już widzę oczami wyobraźni, jak mój syn w kontakcie z siecią i niebieskim ekranem doznaje w ciągu kilku minut całej gamy sprzecznych doznań: szczęścia i smutku, ekscytacji i frustracji, poczucia ważności i samotności. Niepokoję się, bo dziesięciolatek nie ma świadomości, że **specjaliści od projektowania aplikacji i gier chcą go wciągnąć do wirtualnego świata za pomocą chwytów i strategii**: soczystości, wymyślnego cyklu nagród, pętli przyjemnościowych, a uwolnienie dopaminy w mózgu daje złudzenie uwalniania się od bólu psychicznego: samotności, rozczarowania i cierpienia. Wiem, że pająka, który tka tę sieć, nie mogę zatrzymać i wcale nie o zatrzymanie tu chodzi.

Cyfrowy świat i nowe technologie na dobre wkroczyły do naszej codzienności. Internet to podstawowe źródło wiedzy, rozrywki i komunikacji. Skoro tak, to dlaczego wielu specjalistów od nowych technik komunikacji ogranicza dostęp do interaktywnych urządzeń własnym dzieciom? Steve Jobs nie pozwalał korzystać ze swojego wynalazku – iPada, a założyciel Microsoft Bill Gates i jego żona Melinda dali dzieciom telefony dopiero, gdy ukończyły czternaście lat. Wiedzieli to, co dziś powinien wiedzieć każdy świadomy rodzic i wychowawca, a mianowicie, że te

urządzenia niosą ryzyko uzależnień. W odróżnieniu od wcześniejszych technologii smartfona mamy stale pod ręką, także gdy wychodzimy z domu lub idziemy spać. Rzecz w tym, by mieć świadomość zagrożeń i pamiętać, że **fonoholizm, czyli uzależnienie od telefonu komórkowego**, jest podstępny uzależnieniem behawioralnym i może dotknąć każdego, także nas lub nasze dzieci.

TOWARZYSZYĆ DZIECKU W CYFROWEJ INICJACJI

Otrzymanie pierwszego smartfona jest ważnym momentem w życiu dziecka. Z uwagi na kształtowanie osobowości chyba nawet istotniejszym niż pierwszy pocałunek czy pierwszy papieros. **Dorośli rzadko towarzyszą dzieciom w tej inicjacji, a przecież w XXI wieku to właśnie smartfon determinuje wejście na nową ścieżkę świadomości.** W różnych kulturach świata istnieją bramy do dorosłości: rytuały inicjacyjne. Przetrawanie próby charakteru czyni z dziecka prawdziwego mężczyznę lub pełnoprawną kobietę. Na przykład w Kenii przed rytuałem obrzezania nastolatek z plemienia Bukusu tańczy całą noc wśród gości przed domem ojca, a starsi przekazują mu nakazy moralne i mówią, co to znaczy być mężczyzną. A co musi zrobić dziecko w kulturze zachodniej, zanim wkroczy w świat Facebooka, Instagrama czy internetowych gier, nierzadko naszpikowanych przemocą? Najczęściej nic bardziej wymagającego wysiłku niż odpakowanie urodzinowego czy świątecznego prezentu. Tymczasem jest to także doskonała **okazja do wyznaczenia zasad i stworzenia cyfrowych nawyków.** Dzieci są szczególnie podatne na uzależnienie, ponieważ w przeciwieństwie do dorosłych brak im na przykład mechanizmu odraczania gratyfikacji i dopiero uczą się świata. Tym większa odpowiedzialność spoczywa na nas: rodzicach, wychowawcach i pedagogach. Pamiętajcie wysiłek i satysfakcję, gdy uczyliscie mycia zębów, sznurowania butów, pierwszych literek, a potem pisemnych działań matematycznych albo godzenia się po kłótni z kolegą na przerwie? Współczesny świat postawił przed nami kolejne wyzwanie: **konieczność zaangażowania się w profilaktykę cyberuzależnień.** Fundacja Dbam o Mój Z@sięg opublikowała ogólnopolskie wyniki badań dotyczące używania smartfonów przez młodzież w wieku 12-18 lat. Nadmierne korzystanie z Internetu i telefonu komórkowego w opinii 84% - 88% nauczycieli stanowi poważny problem w życiu uczniów. 82,1% młodzieży twierdzi, że od korzystania z telefonu można się uzależnić, 76,5% zna przynajmniej jedną osobę uzależnioną w taki sposób, a 22,7% uważa, iż sama jest uzależniona.

Nie ma innego wyjścia. Aby zminimalizować ryzyko uzależnienia od telefonu komórkowego, trzeba

wprowadzić dziecko w cyfrowy świat, a później, gdy bez wątpienia nas wyprzedzi, pozwolić mu dzielić się z nami nowościami i czasem zamieniać się w ucznia. Jak zanurzyć się w świat technologii i świat dziecka, skoro my – dorośli mamy wciąż mało czasu? Od czego zacząć? Postanawiam przejść tę drogę i podzielić się pomysłami oraz wnioskami na łamach artykułu do „UczMy”. Być może przydadzą się nauczycielom i rodzicom.

Krok pierwszy: cierpliwie słucham **opowieści o wymarzonym telefonie** i „super fajnych” grach.

Krok drugi: oglądamy animowany **wideoklip**, w którym **Moby& the Void Pacific Choir** pyta: „**Are You Lost in the World Like Me?**” Opowiadając o zagubieniu w bezdusznej cywilizacji głów pochyłonych nad smartfonami, wykonawca Moby wcale nie czuje się lepszy. W jednym z wywiadów powiedział: „Nie jestem bez winy, wiem, że sam w tym jestem po uszy. Wybraną przeze mnie trucizną jest Instagram. Gdy tylko mam 5 minut nudy lub dyskomfortu, pomaga mi odpędzić otchłań”.

Teledysk robi na synu wrażenie, podobnie jak **piosenka „Sieć”** zespołu Małe TGD, w której dzieci śpiewają: „Czy to ja mam sieć?/Czy to sieć ma mnie?/Kto silniejszy jest: ja czy ona?/Czy to ja mam sieć?/Czy to sieć ma mnie?/Jak oderwać się od smartfona?”

Krok trzeci: zachęcam syna do podjęcia artystycznego wyzwania. Na dużym arkuszu przygotowuje **moodboard** (kolaż nastrojowo-emocjonalny), który jest twórczą ilustracją odpowiedzi na pytania: Jaki ma być mój wymarzony smartfon? Co mówi on do mnie? Czego ja potrzebuję od niego? (Powiedz mu o tym!) Czego smartfon nie może mi dać?

Ważne jest tu odkrycie, że telefon ma być źródłem rozrywki i pomocy w nauce, ale trzeba mu wyznaczyć granice, choćby ciągle „zachęcał” do kontaktu. Najważniejsze, by dziecko uświadomiło sobie, iż smartfon nie zapewni mu przyjaźni, poczucia bezpieczeństwa, bliskości czy pocałunku na dobranoc od mamy lub taty. Dlatego jest tylko dodatkiem do realnego świata.

Krok czwarty: zaglądamy do **szkatułki uczuć**, by syn pamiętał, że może to zrobić, gdy poczuje wewnętrzną pustkę, będąc sam na sam ze smartfonem. Szkatułką uczuć nazywam zwyczajne-niezwykajne pudełko tekturowe, które moje dzieci podarowały sobie wzajemnie na urodziny. Własnoręcznie sprawiły, że kartonik zamienił się w barwną szkatułkę i tu wkładają swoje skarby: zdjęcia, pamiątki z wakacji, listy i kartki z życzeniami. To tam zaglądamy, gdy czujemy trudne emocje, a chcemy odzyskać dobry humor i nadzieję, co z kolei jest ważne w profilaktyce różnych form uzależnień.

Krok piąty: otwieram stronę Fundacji Orange i przechodzę **kurs internetowy „Bezpiecznie tu i tam”** dla rodziców i opiekunów (<https://www.orange.pl/kurs>)

ge.pl/bezpiecznie-tu-i-tam.phtml).

Krok szósty: Gramy całą rodziną w **karcianą grę edukacyjną** (do pobrania na stronie www.fundacja.orange.pl/strefa-wiedzy/materiały-edukacyjne-dla-rodziców

Krok siódmy: zapoznajemy się z internetowym **Magazynem Sieciaki – Poznaj Bezpieczny Internet** (do pobrania na stronie www.sieciaki.pl), ustalamy zasady korzystania ze smartfona i podpisujemy umowę.

Krok ósmy: korzystamy z bogactwa strony www.sieciaki.pl (quizów, komiksów, audycji, gier i teledysków nie zabraknie synowi do edukacji i rozrywki przez całe ferie).

Krok dziewiąty: idziemy do sklepu po wymarzonego smartfona.

Te wszystkie kroki wymagają poświęcenia czasu, ale warto by nauczyciele wprowadzili niektóre elementy na lekcjach informatyki lub godzinach wychowawczych oraz zachęcali rodziców do ustalania z dzieckiem reguł korzystania z telefonu i sieci.

KOCHAM CIĘ, WIĘC JESTEM W TWOIM ZASIĘGU

Jesteśmy dopiero na początku ery uzależnień behawioralnych. Pierwsze pokolenie ludzi posługujących się od dziecka iPhone'em ma dopiero osiem, dziewięć lat. Jakimi będą nastolatkami? Jak będą funkcjonować społecznie jako dorośli ludzie? Według Microsoftu przeciętny czas koncentracji uwagi u złotej rybki to dziewięć sekund, a człowiek, odkąd pojawiły się smartfony, wypada coraz gorzej. Czy mój syn połączony z nowym cyfrowym towarzyszem będzie osiągał słabszy wynik od złotej rybki? Czy będzie miał

gorsze oceny? Czy pojawią się ataki płaczu lub szału, gdy zabronię mu z ważnego powodu używać telefonu przez kilka dni? Czy słabsze będą jego umiejętności społeczne? Dowiem się dopiero z czasem. Na razie powinien być czujna, a zarazem otwarta na nowości. I jedną sprawę muszę załatwić po staremu, bez aplikacji, póki mój dziesięciolatek jeszcze mi na to pozwala. Idę w realu pocałować syna na dobranoc, by do serca dopłynęła dzienna dawka witaminy miłości.

Bibliografia:

Książki:

1. Gry i hazard: uzależnienia dzieci w okresie dorastania/ Mark Griffiths. - Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2004.
2. Jak zerwać ze swoim smartfonem / Catherine Price . - Katowice: Wydawnictwo Sonia Draga, 2018.
3. Patologia fonoholizmu: przyczyny, skutki i leczenie uzależnienia dzieci i młodzieży od telefonu komórkowego / Stanisław Kozak. - Warszawa: Difin, 2013.
4. Uzależnienia 2.0: dlaczego tak trudno się oprzeć nowym technologiom / Adam Alter. - Kraków: Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, 2018.

Artykuły z czasopism:

1. Dbam o mój zasięg / Maciej Dębski. - 2017. // Meritum 2017, nr 3, s. 91-98
2. Fonoholizm: bagatelizowany problem / Maciej Dębski. - 2017. // TIK w Edukacji 2017, nr 1, s. 17-19
3. Fonoholizm: choroba XXI wieku / Maciej Frasunkiewicz. - 2019. // Dyrektor Szkoły 2019, nr 3, s. 48-51
4. Nie udawajmy, że problemu nie ma: fonoholizm i siecioholizm realnie istnieją i stanowią zagrożenie dla życia i prawidłowego rozwoju dzieci i młodzieży / Maciej Dębski. - 2018. // Życie Szkoły 2018, nr 11, s. 38-39

Anna Pokorska

Szkoła Podstawowa nr 3 w Chełmży

Jak żyć bez uzależnień?

Jestem nauczycielem z 13-letnim stażem. Swoją pracę zaczęłam w Gimnazjum nr 1 w Chełmży. Okres ten wspominam jako dobrze wykorzystany czas, podczas którego zebrałam wiele doświadczeń związanych z problemami młodzieży. Tę wiedzę miałam okazję zdobywać, pełniąc funkcję pedagoga szkolnego, a także będąc wychowawcą klasy gimnazjalnej.

Z pewnością mogę stwierdzić, że uzależnienia to duży problem, który rozpoczyna się w okresie szkolnym, szczególnie podczas dorastania, gdy pojawiają się pierwsze trudności związane z brakiem akceptacji

w grupie, niespełnioną miłością, nadmiarem nauki, niewłaściwymi relacjami z rodzicami.

Brak umiejętności poradzenia sobie z tymi problemami oraz chęć odreagowania, ciekawość i nuda, są przyczyną sięgania po różnego rodzaju środki, które są metodą na rozwiązanie wszystkich kłopotów młodego człowieka.

Moje obserwacje i wnioski z nich płynące mówią, że aby żyć bez uzależnień, niezbędna jest umiejętność radzenia sobie z problemami, wsparcie rodziny, bliskich, przyjaciół, akceptacja siebie i realizacja swoich pasji.

W pewnym momencie swojego życia postanowiłam зараzić moich uczniów miłością do muzyki i rozpocząłam w mojej szkole działalność chóru szkolnego. Dla uczniów jest to wspaniały sposób na aktywne spędzania czasu i akceptację w grupie, a także rozwój talentów.

Opiekunem chóru szkolnego jestem już czwarty rok. Spotykam się z dziećmi co tydzień i śpiewamy różne piosenki, przygotowujemy się do występów w szkole oraz w środowisku lokalnym. Z pewnością jest to okazja do miłego spędzania czasu w towarzystwie osób, które dzielą wspólną pasję. W naszym gronie znajdują miejsce wszyscy, którzy chcą śpiewać. Były wśród nas także osoby, które nie mogły sobie poradzić z wieloma trudnościami w szkole, miały kłopoty z właściwym zachowaniem, też takie, których dotyczył problem uzależnień, bądź takie, które były blisko do tego, aby wkroczyć na złą drogę. Uważam, że muzyka jest dobrym lekarstwem na problemy, nieśmiałość, samotność. W naszym chórze czujemy jedność, wspieramy się nawzajem, wspólnie przeżywamy nasze sukcesy, cieszymy się z każdego występu. Te pozytywne uczucia z pewnością mają bardzo dobry wpływ na każdego z nas. Żeby nie wpaść w złe towarzystwo, alkohol, papierosy czy narkotyki, trzeba czuć się akceptowanym, mieć poczucie, że jest się wartościową osobą, mieć grono ludzi wokół siebie, którzy służą pomocą i radą, są z nami na dobre i złe.

Moje poszukiwania dobra w życiu nie zakończyły się tylko na muzyce, gdyż od tego roku postanowiłam zająć się wolontariatem w szkole. Od początku zdawałam sobie sprawę, że będzie to duże, ale bardzo ciekawe wyzwanie dla mnie i dla dzieci.

I znowu powracając do głównego tematu uzależnień, uważam że to kolejna okazja, aby pokazać dzieciom ciekawą, inną formę aktywnego spędzania wolnego czasu. Jest to także okazja do ujrzenia, że są wśród nas inni, którzy mają znacznie gorszą sytuację od nas, a jednak żyją, uśmiechają się i często dzielnie walczą o swoje życie i zdrowie. Zajęliśmy się m.in. zbiórką zabawek i potrzebnych rzeczy dla dzieci ze szpitala onkologicznego w Bydgoszczy. Odczuwaliśmy wówczas autentyczną radość z tego, że oddając swój czas i poświęcenie możemy spowodować uśmiech na twarzy innych dzieci i ich rodziców. Wierzę w to, że nasi wolontariusze i inni, którzy aktywnie włączają się w tego typu akcje, poddają się refleksjom i może nie sięgną po środki na poprawę nastroju, a spożytkują swój czas i energię na pomoc innym ludziom.

Uważam, że aby żyć bez uzależnień, trzeba mieć pasję, rozwijać swoje zainteresowania, otaczać się życzliwymi ludźmi, którzy nas wspierają, są z nami na dobre i złe. Należy także czynić dobro dla innych, czerpać radość z każdej chwili w życiu, a jako nauczyciel wspierać młodzież, poświęcić jej swoją uwagę i uśmiech każdego dnia.

Hanna Kaźmierczak

Szkoła Podstawowa im. Marii Danilewicz-Zielińskiej w Stawkach

Jak najdalej od uzależnień – stawiamy na aktywność

W obecnych czasach należy być świadomym faktu, iż uzależnić można się praktycznie od wszystkiego. Mówiąc o uzależnieniu, mamy na myśli uporczywe powtarzanie pewnych czynności, w tym korzystanie bez kontroli z komputera, telefonu i Internetu jak również zażywanie różnych substancji psychoaktywnych. Objawy uzależnienia od określonych czynności są do siebie bardzo podobne. Problem pojawia się wówczas, gdy jednostka manifestuje potrzebę stałego wykonywania danej czynności każdego dnia, tracąc jednocześnie zapal do wykonywania innych czynności i wcześniejszych zainteresowań. W momencie braku możliwości wykonywania określonej czynności odczuwa lęk, przygnębienie, podwyższone napię-

cie emocjonalne. Do destrukcji dochodzi wówczas, kiedy człowiek zaniedbuje lub całkowicie rezygnuje z szeregu ważnych czynności społecznych, zawodowych i rodzinnych.

Szkoła powinna być swego rodzaju bezpiecznikiem i oazą wspierającą ucznia w jego rozwoju. Dlatego tak bardzo ważna jest profilaktyka, czyli różnorodne oddziaływania, których celem jest zapobieganie chorobom i zaburzeniom zachowania oraz ich skutkom. O wadze i znaczeniu wychowania, a także profilaktyki nie trzeba nikogo przekonywać. Trudno jest oddzielić od siebie te dwa obszary, bowiem uzupełniają się nawzajem. Istnieje wiele strategii działań profilaktycznych.

W naszej szkole opieramy się głównie na strategii działań alternatywnych. Według Z. Gasia („Profilaktyka w szkole”) jest to „(...)uczestnictwo dzieci i młodzieży w działaniach, które wzmacniają pozytywną świadomość siebie i innych oraz umożliwiają osiągnięcie zadowolenia i uzyskiwania pozytywnych wzmocnień bez uciekania się do zachowań problemowych”. Staramy się stwarzać warunki do aktywności społecznej w taki sposób, aby młody człowiek budował poczucie własnej wartości i czerpał satysfakcję ze swojego zaangażowania i odpowiedzialności.

Wychodząc temu naprzeciw, w naszej szkole podejmujemy wiele działań, aby przede wszystkim zapobiegać negatywnym zachowaniom. Co roku szkoła, przy wsparciu samorządu lokalnego, jest organizatorem **Kujawskiego Maratonu Profilaktyki**. Cele tego przedsięwzięcia są następujące: wskazanie alternatywnych form spędzania wolnego czasu, dostarczenie wiedzy na temat uzależnień i substancji uzależniających, ich negatywnego wpływu na życie człowieka oraz prawnych i moralnych skutków używania tych środków, kształcenie umiejętności dokonywania wyborów, promocja zdrowego stylu życia, tworzenie i realizowanie projektów młodzieżowych wraz z integracją środowiska lokalnego.



Kolejną cykliczną imprezą są obchody związane z rocznicą ustanowienia *Konwencji o Prawach Dzieci*

ka. Przy tej okazji staramy się uświadomić naszym uczniom, że są tak samo ważni jak dorośli, że mają swoje prawa, dzięki którym mogą się rozwijać i poszerzać swoje horyzonty wolni od uzależnień. Wspólnie z UNICEF Polska oraz z udziałem władz samorządowych braliśmy udział w światowych obchodach Międzynarodowego Dnia Praw Dziecka. Na znak solidarności z dziećmi z całego świata w szkole zagościł kolor niebieski. Uczniowie mieli w tym kolorze stroje i pomalowane twarze. Sala i korytarz udekorowane były niebieskimi balonami. Odbył się uroczysty apel, na którym uczniowie zostali zapoznani z historią praw dziecka. Następnie młodzież z klas VI - VIII wzięła udział w quizie, za pomocą aplikacji Kahoot, dotyczącym praw dziecka. Nie mogło zabraknąć słodyczy i galaretek – również w kolorze niebieskim. Na zakończenie obchodów, wspólnie z przedstawicielami władz samorządowych, z niebieskimi balonami, transparentami, na których widniały hasła z prawami dziecka, przeszliśmy ulicami naszej miejscowości.

Od zeszłego roku w szkole odbywają się **Noce profilaktyczne z Unplugged** - programem zapobiegania uzależnieniom od używek. Okazuje się, że uczniowie lubią spędzać czas w szkole nawet nocą. W czasie warsztatów młodzież zdobywa informacje m.in. na temat różnych czynników wpływających na sięganie po używki oraz skutków palenia i picia czy zażywania narkotyków. Nie zabrakło też zabawy i dobrego filmu. Uczniowie wczuli się w role detektywów, którzy musieli rozwiązać zagadkę – „Na tropie uprzedzeń...” - dzięki tej grze młodzież odkryła, jakie założenia i przekonania kryją się za ich wyborami. W bieżącym roku szkolnym nasza szkoła bierze udział w ogólnopolskim konkursie pod hasłem „**Stop uzależnieniom! Uczeń wolny od uzależnień**”. Celem tego projektu jest zwrócenie uwagi na niebezpieczeństwo, jakie niosą za sobą uzależnienia. W związku z tym uczniowie angażują się w realizację wytyczonych zadań. Między innymi próbują w formie wypracowania odpowiedzieć na pytanie: „Kiedy kończy się zabawa a zaczyna uzależnienie?”. Kolejne zadanie to nagranie krótkiego filmu pt. „**Uzależnieniom mówię NIE**”. W szkole odbył się także rajd rowerowy pod hasłem „Jestem wolny od uzależnień”. Ponadto uczniowie uczestniczą w konkursach plastycznych o tematyce profilaktycznej.

Od dawna wiadomo, że sport to idealna profilaktyka życia bez uzależnień. Od 2016 roku nasza szkoła w swojej ofercie ma klasy sportowe i usportowione, które cieszą dużym zainteresowaniem. Dzięki codziennym treningom siatkarskim i piłkarskim prowadzonym przez wykwalifikowanych trenerów, drużyny osiągają wysokie wyniki. Ogromnym sukcesem uczennic z naszej szkoły było

zdobycie tytułu mistrza województwa kujawsko-pomorskiego w siatkówce młodzieckiej w sezonie 2017/2018 oraz IV miejsca w finale mistrzostw wojewódzkich „Kinder+Sport” w kategorii trójek. Chłopcy natomiast reprezentują nas w różnego rodzaju turniejach piłkarskich. Trzy lata z rzędu awansowali do finału wojewódzkiego „Z podwórka na stadion o puchar Tymbarku”. Nasi uczniowie w tym roku uzyskali również tytuł mistrza III Ligi Młodzika D1 podokręgu włocławskiego w GSK Start Stawki, co dało im awans do II Ligi Wojewódzkiej Kujawsko-Pomorskiego Związku Piłki Nożnej. Osiągamy suk-

cesy nie tylko w piłce nożnej i siatkówce, ale również w unihokeju – w dyscyplinie tej uczennice awansowały do półfinału gimnazjady.

Jako pedagodzy pracujący na co dzień z uczniami i ich rodzicami coraz częściej obserwujemy, iż problem uzależnienia może dotyczyć także naszych wychowanków. Dlatego jako szkoła chcemy zapewnić im jak najwięcej alternatywnych rozwiązań. W naszej placówce sprawdza się takie rozwiązanie, a kolejne sukcesy naszych uczniów motywują nas do dalszej pracy.

Justyna v. Styp Rekowska

Zespół Szkół nr 26 w Toruniu

Bawmy się na zdrowie!

Problem wolnego czasu istniał zawsze. Mamy go za mało. Pozornie żyje się nam wygodniej, ale często jest to tylko powierzchowne wrażenie. Zdarza się, że mamy poczucie zmarnowanego czasu i z perspektywy żałujemy minionych chwil, wyrzucając sobie, że przecież mogliśmy więcej, lepiej... Jako rodzice uważamy, że dzieci są dla nas najważniejsze. Pracujemy dużo, by dużo zarobić, by naszym dzieciom niczego nie brakowało. Dodatkowo starannie wybieramy zajęcia pozalekcyjne wspierające, rozwijające czy kształtujące preferowane przez nas dziedziny. Modne ubrania, reklamowane gry, zabawki, elektroniczne gadżety, wymyślnie zorganizowane imprezy urodzinowe i wszechobecny Internet. Trudno się oprzeć atrakcyjnej ofercie. Zagospodarowujemy dzieciom każdą wolną godzinę. Gdy zostajemy sami – nie wiemy, co robić.

Najprostszą profilaktyką uzależnień dzieci i młodzieży jest uważne bycie obok, rozmowa, wspólny spacer, tworzenie rytuałów rodzinnych – wspólnie spędzony czas, choćby raz w tygodniu. Taki rodzinny relaks nawet przy sprzątaniu, robieniu zakupów, ale koniecznie bez pośpiechu i stresu. Rodzina to baza, na której dzieci mogą budować swoje życie, ostoja i zarzewie wartości, do których mogą wrócić nawet, jeśli nas już nie będzie.

INTEGRACJA SENSORYCZNA

Dobra zabawa winna być przyjemna dla każdego uczestnika. Możemy bawić się przy pieczeniu ciasta, mieszać pachnące składniki, wlewać ciasto do foremek, cierpliwie czekać na efekt, wreszcie wspólnie sprzątać po pracy. Właściwie terapię, a raczej miłą,

sensowną wspólną spędzenie czasu, mamy na wyciągnięcie ręki. Terapia SI (ang. Sensory Integration) to najogólniej ukierunkowana zabawa, w której dziecko ma możliwość wyboru aktywności z kilku proponowanych przez terapeutę. Metoda SI jest stale modyfikowana i uzupełniana. Pierwotna definicja integracji sensorycznej za p. dr J. Ayres brzmi: „Integracja sensoryczna jest procesem, w którym mózg przyjmuje informacje ze zmysłów, a także je przesiewa, eliminuje, rozpoznaje, interpretuje oraz integruje z już posiadanymi – wszystko po to, by odpowiedzieć właściwą reakcją ruchową. Integracja sensoryczna stanowi formę organizacji zmysłów, z których czerpiemy informacje o stanie fizycznym naszego ciała oraz otaczającego nas środowiska. Bodźce zmysłowe nieustannie działają na receptory wzroku, słuchu, dotyku, smaku, węchu, propriocepcji i równowagi”¹. W terapii SI bazuje się na wewnętrznej potrzebie ruchu dziecka i tendencji do poszukiwania różnorodnych bodźców zmysłowych przez interakcje z otoczeniem. Największy nacisk w pierwszym okresie ćwiczeń kładzie się na rozwój i doskonalenie reakcji motorycznych. Przy opracowaniu programu integracji sensorycznej uwzględniane są różne rodzaje ruchu, które wiążą się ze zmianą jego prędkości i przyspieszenia oraz pozycji ciała w przestrzeni². Terapia SI powoduje optymalizowanie poziomu pobudzenia ośrodkowego układu nerwowego dzięki zmniejszeniu lęku przed określonymi bodźcami sensorycznymi. Terapia SI opiera się przede wszystkim na kontrolowanych aktywnościach układu przedsionkowego, dotykowego i czucia głębokiego (propriocepcji)³. Dla mnie najbliższe jest fizjoterapeutyczne podejście do terapii integra-

cji sensorycznej. Ważne, by nie zaszkodzić. Zabawy i ćwiczenia powinny być wykonywane zgodnie z aktualną wiedzą fizjoterapeutyczną (prawidłowa postawa, prawidłowy wzorzec ruchu). Pragnę również zwrócić uwagę na społeczny aspekt niżej przytoczonych zabaw. Wspólne aktywności budują więź między uczestnikami spotkań, zwłaszcza gdy spotkania odbywają się systematycznie i są radosnym wydarzeniem dla wszystkich zaangażowanych osób. Słabość metody integracji sensorycznej upatruje się głównie w braku rzetelnych badań nad skutecznością tej metody⁴. Myślę, że sporo racji ma dr Marcin Szczeciński – aby mieć wyniki, należy uczyć wprost tych umiejętności, których dziecku brakuje⁵. Może zatem należy kłaść nacisk na to, co wymaga korekty lub wyćwiczenia i tak skonstruować program terapeutyczny, aby dziecko „niepostrzeżenie” samo wybierało atrakcyjnie przygotowane ćwiczenia. A taka właśnie jest terapia integracji sensorycznej: kolorowa, pachnąca, dynamiczna. Pięknie wyposażone gabinety zachęcają do skorzystania z oferty terapeutycznej. Dla większości dzieci terapia ta pozostaje po prostu zabawą.

ZMYSŁY I NATURA

Za oknem robi się coraz piękniej. Wiosna już puka do drzwi... A może by tak wyjść z zamkniętych gabinetów, pooddychać świeżym powietrzem i pobawić się razem z dziećmi w jakimś jednym z wielu ładnych zakątków naszego miasta: parku na Bydgoskim Przedmieściu, na terenach rekreacyjnych nad Wisłą, w „Ogrodzie Muzyków”, w „Piernikowym Miasteczku”, wybrać się na Barbarkę lub do Zamku Dybowskiego? W plenerze możemy tworzyć tory przeszkód – przeskakiwać przez kałuże lub w nie wskakiwać uzbrojeni w kalosze. Naturalne sytuacje są zawsze ciekawsze i prawdziwsze. Mokniemy naprawdę, czujemy, widzimy, dotykamy i słyszymy krople. Po takim spacerze wspaniale smakuje ciepła herbata z prawdziwym sokiem. Skarby znalezione w lesie, parku, sadzie można wykorzystać w domu na rozliczne sposoby – tworząc swoje indywidualne dzieła sztuki, prezenty dla najbliższych. Nie wszystko musimy zabrać ze sobą. Chrońmy i szanujmy przyrodę. Dotykajmy mchy, wachajmy konwalie, ale ich nie zrywajmy. Zabierajmy to, co jest nam potrzebne: grzyby, jagody, maliny.

W parku, na leśnej polance, na orliku czy własnym ogródku możemy⁶:

- Grać w piłkę w pozycji „pajaka” (fiksacja wzroku na przedmiocie, ćwiczenia obustronnej koordynacji ruchowej, ćwiczenie propriocepcji, stymulacja dotykowa różnymi fakturami, ćwiczenia równoważne, ćwiczenie dysocjacji w obrębie kończyn dolnych i górnych oraz noga miednica).
- Przeciągać linę (stymulacja dotykowa, współpraca

w grupie, ćwiczenia przedsionkowe i proprioceptywne, ćwiczenia chwytu, ćwiczenia rotacji, ustawienie nadgarstka w linii pośredniej).

- Chodzić z kijkami (ćwiczenia obustronnej koordynacji ruchowej, ćwiczenia różnicowania stron prawolewo, stymulacja dotykowa, ćwiczenia równoważne i proprioceptywne, kształtowanie prawidłowej postawy, ćwiczenia wzroku, w tym widzenie dalekie i bliskie).
- Skakać na skakance (ćwiczenie obustronnej koordynacji ruchowej, ćwiczenie melodii ruchowej, stymulacja dotykowa, stymulacja proprioceptywna i przedsionkowa, kształtowanie toru oddechowego, poprawa postawy ciała).
- Jeździć na hulajnodze (ćwiczenia równowagi, przenoszenie ciężaru ciała, doskonalenie widzenia centralnego i peryferyjnego, dysocjacja obręczy barkowej z biodrową, stymulacja przedsionkowa i proprioceptywna, planowanie motoryczne).
- Grać w gumę (kształtowanie orientacji przestrzennej, rozwijanie percepcji słuchowej, koncentracja uwagi, stymulacja dotykowa, w tym czucie głębokie, kształtowanie schematu własnego ciała, rotacja na zewnątrz).
- Łapać bańki mydlane (fiksacja wzroku na przedmiocie, ćwiczenia ruchów gałek ocznych, kształtowanie prawidłowej pozycji ciała, łączenie w linii środkowej ciała, stymulacja przedsionkowa i dotykowa).
- Pobawić się w żołnierzy: „Baczność! Spocznij!” (ćwiczenia prawidłowej postawy, ćwiczenia napięcia posturalnego, przenoszenie ciężaru ciała, ćwiczenia równoważne).
- Kopać turlającą się piłkę (przenoszenie ciężaru ciała, ćwiczenia równowagi, doskonalenie widzenia centralnego, ćwiczenia ruchów gałek ocznych oraz widzenie górno-oczne i dolno-oczne, doskonalenie koncentracji uwagi).
- Pobawić się w Ciuciubabkę (stymulacja przedsionkowa i proprioceptywna, słuchowa, dotykowa, kształtowanie prawidłowej równowagi i postawy ciała, kształtowanie słuchu fonemowego, pamięci trwałej, doskonalenie uwagi, uczenie zaufania i współdziałania w grupie, czekanie na swoją kolej).

Trąca myszką? Stare zabawy wracają do łask! My, dorośli, znamy je ze swojego dzieciństwa. Nie potrzeba do nich specjalnych pomocy i co najważniejsze ciągle podobają się dzieciom. Pamiętajmy, żeby młodego człowieka traktować z szacunkiem i życzliwością. Dla dzieci stanowimy przecież do pewnego czasu wzór, który naśladują, a nawet się z nim utożsamiają. Nie zaprzepaśćmy szansy bycia razem, bo czas szybko i nieubłaganie ucieka. Po wiośnie przyjdzie kolejne lato, pozwólmy sobie na odrobinę zasłużonego lenistwa, np. na złotej ciepłej plaży. Bądźmy razem z naszymi pociechami!

A teraz już kończę, bo za rękaw ciągnie mnie synek. Pora wyjść z domu...

Bibliografia:

1. D. Jodzis, *Dysfunkcje integracji sensorycznej a sprawność językowa dzieci w młodszym wieku szkolnym*, Harmonia, Gdańsk 2013, s. 25.
2. B. Odowska-Szlachcic, *Integracja sensoryczna w autyzmie*, Harmonia, Gdańsk 2018, s. 91.

3. Tamże, s. 93.

4. J. Szmalec, *Efektywność terapii integracji sensorycznej w usprawnianiu rozwoju ruchowego i kształtowaniu gotowości szkolnej dzieci 5-6-letnich*, Difin, Warszawa 2019.

5. <https://kursy.operon.pl/Blogi/Blog-dra-Marcina-Szczerbinskiego/Integracja-Sensoryczna-jest-nieskuteczna--Wiec-co-w-zamian>

6. E. Wieczór, J. Szmalec, G. Brzuzy, *Terapeutyczne zabawy w integracji sensorycznej*, Dyfin, Warszawa 2019.

Jakub Krzewiński

Liceum Ogólnokształcące im. S. Staszica w Ciechocinku

Krzyk młodego pokolenia z neologizmem w tytule

Jak żyć bez uzależnień? Uprawiaj sport, preferuj zdrowy i aktywny tryb życia, rozwijaj swoje pasje, znajdź sobie odpowiednie towarzystwo, unikaj używek. Czy tych kilka, trafnych zresztą, wskazówek jest w stanie uchronić pokolenie dzisiejszych nastolatków przed potencjalnymi zagrożeniami współczesnego świata? Gdyby zapytać o to rapera o pseudonimie Mata, odpowiedź byłaby pewnie przecząca.

Mata, a właściwie Michał Matczak, to dwiętnastoletni warszawski raper, pochodzący z zamężnej rodziny prawniczej. W grudniu 2019 roku szerszą rozpoznawalność przyniósł mu utwór pt. *Patointeligencja*, który w ciągu trzech tygodni swojej obecności w sieci zanotował zawrotną liczbę wyświetleń – ponad 14 milionów. Tekst utworu poświęcony jest w całości problemom tzw. bananowej młodzieży. Tak niektórzy zwykli nazywać bogatych nastolatków, wywodzących się z dobrych domów, żyjących w luksusie, lubiących markowe ubrania, huczne imprezy czy szybkie samochody. W teledysku Maty, będącego niedawnym absolwentem jednego z wiodących warszawskich liceów, występuje duża grupa jego kolegów ze szkoły. Sam klip wywołał olbrzymie kontrowersje, ponieważ został on nakręcony na dziedzińcu elitarnego ogólniaka, a występujący w nim raperzy, ubrani w mundurki tejsze szkoły, popijając piwo, dzielą się ze słuchaczami panującymi w niej realiami. Do codzienności, według Maty, należy zażywanie narkotyków, w tym amfetaminy i heroiny oraz spożywanie alkoholu, także podczas przerw. Po lekcjach często ma dochodzić do kontaktów seksualnych między uczniami, będących

powodem niechcianych ciąż, do hazardu czy nawet prób samobójczych. Do wystąpienia wszystkich tych patologii znacznie mają przyczyniać się pieniądze rodziców, ale w tym wypadku, nie ich brak, jak to ma najczęściej miejsce w podobnych sytuacjach, lecz nadmiar. Stwarza on bowiem niemal nieograniczone możliwości wszelkiego rodzaju konsumpcji, która w tym wypadku wydaje się mieć charakter przede wszystkim degradacyjny.

Utwór stanowi z jednej strony swoisty rodzaj spowiedzi, szczerego wyznania, przepełnionego żalem, z drugiej zaś jest głośnym krzykiem, protestem. Muzyka z gatunku rapi hip-hop tematyzuje zazwyczaj problem biedy, nierówności społecznych czy wykluczenia.

W przypadku *Patointeligencji* jest dokładnie odwrotnie. Do wystąpienia patologii, w tym uzależnień od alkoholu, narkotyków, nikotyny, hazardu nie dochodzi tu wskutek braku perspektyw wśród młodych ludzi, a wręcz przeciwnie, może to być efektem zwiększonych wymagań stawianych wobec nich przez dom i co za tym idzie przez szkołę. Środowisko Maty to wyróżniający się uczniowie, otrzymujący dobre stopnie, często laureaci olimpiad i konkursów przedmiotowych. Wymienione w utworze patologie, w tym uzależnienia, są ceną, którą muszą oni zapłacić za spełnienie oczekiwań stawianych im przez społeczeństwo. Sam raper nazywa siebie i swoje środowisko patointeligencją. Termin ten kilkakrotnie pojawia się także w refrenie utworu.

Takie przedstawienie realiów funkcjonowania dzieci wielkomiejskich elit wywołało falę komentarzy w mediach. Wielu komentujących oburza wulgarny

ton przekazu Maty, zwracają oni uwagę na ogólne zepsucie i zdemoralizowanie tych środowisk. Dla ludzi oświaty *Patointeligencja* stanowić może jednak coś więcej. To rodzaj sygnału ostrzegawczego, który

trzeba sprawnie odczytać i wyciągnąć odpowiednie wnioski. To wołanie o pomoc, które należy usłyszeć i właściwie zareagować. To wreszcie bardzo cenna lekcja, na którą nie wypada nam się spóźnić...

Karolina Sulicka

Zespół Szkół Ogólnokształcących im. Bronisława Malinowskiego w Grudziądzu

Vaping - nowa moda wśród polskich uczniów

Wapowanie, vaping to terminy coraz częściej pojawiające się na ustach osób związanych z kształceniem i wychowaniem dzieci i młodzieży, z uwagi na eskalację zjawiska. W Polsce coraz częściej obserwuje się uczniów szkół podstawowych, do niedawna szkół gimnazjalnych i szkół ponadpodstawowych, którzy z „namiętnością” bawią się dymem puszczanym z elektronicznych urządzeń przypominających e-papierosa. Chociaż produkty z założenia sprzedawane są osobom pełnoletnim, to nie trzeba wiele trudu by zakupić sprzęt do vapingu przez Internet. Przypuszczam również, że z uwagi na niedostateczną pedagogizację współczesnych rodziców, ci sami przyzwalają swoim dzieciom na zakup modnego gadżetu. Wydaje się, że dorośli myślą, iż nie stanowi zagrożenia dla zdrowia pociechy szczególnie, gdy olejek nie zawiera nikotyny.



Wapowanie, a więc potocznie mówiąc „puszczanie dymka”, to wręcz modne zajęcie, które może kreować pewien prestiż wśród młodzieży i starszych dzieci. Z moich obserwacji wynika, że im ciekawszy design urządzenia, im wyższa cena tego sprzętu, tym wzrasta renoma danej osoby. Do tego umiejętności vapingu, a więc jak największa objętość wydychanej

pary, tworzenie różnych kształtów, które robią wrażenie na kolegach i koleżankach. W Internecie można odszukać ponadto wiele vlogów stanowiących niejako instrukcję prawidłowego wapowania, zachęcających do tworzenia mgiełki, jako zajęcia uciążliwego na przykład stanie na przystanku autobusowym.

Wiele sklepów stacjonarnych i internetowych oferuje szeroki wybór smaków olejków, kształtów i kolorów e-urządzeń z różnymi parametrami technicznymi. Właściciele e-sklepów od razu informują klienta, że produkty sprzedają wyłącznie osobom dorosłym. Jednakowoż deklarując ukończone 18 lat, użytkownik Internetu może złożyć zamówienie. Jest to niewątpliwie niepokojąca sytuacja, ponieważ nie zabezpiecza nieletnich przed zakupem wyrobów szkodliwych dla ich zdrowia.

Obecnie nauka nie dysponuje wystarczającymi dowodami empirycznymi na temat skutków zdrowotnych wapowania beznikotynowego. Nie mniej jednak należy zwrócić uwagę na sam mechanizm vapingu, który jest zbliżony do palenia papierosów. Stwarza to warunki do sięgania przez dzieci i młodzież po produkty zawierające nikotynę, która ma przecież właściwości silnie uzależniające. Ponadto dyskutuje się o wpływie innych substancji, zawartych w olejkach (tzw. kartridży) i innych roztworach chemicznych do wapowania, na zdrowie człowieka. Kolejne zagrożenie stanowi same urządzenie. Znane są przypadki, w których e-papieros wybuchł w ustach. Z amerykańskich publikacji wynika, że na dzień 27 grudnia 2019 roku zgłoszono ponad 2,5 tysiąca przypadków, w których nastąpił uraz płuc lub zgon w wyniku użycia „długopisu” do palenia

e-papierosa lub vapingu. Odsyłam w tym miejscu do raportów Centers for Disease Control and Prevention [1].

Zachęcam Was, koleżanki i kolegów, do diagnozy występowania vapingu wśród starszych uczniów szkoły podstawowej i młodzieży w swoim miejscu zatrudnienia. W tym celu można opracować kwestionariusz ankiety dla uczniów, wykorzystać obserwacje pedagogów, wychowawców, rodziców. Wówczas uzyskamy zarys występowania problemu w konkretnej społeczności uczniowskiej. Wyniki badania środowiskowego pozwolą nam zastanowić się nad konkretnymi działaniami i rozwiązaniami, które czekają na wdrożenie. Jestem przekonana, że badanie diagnostyczne oraz włączenie oddziaływań profilaktycznych,

w tym edukacyjnych, informacyjnych i naprawczych, jest dziś potrzebne w każdej szkole. Zachęcam tym samym do dzielenia się wynikami swoich badań. Jako nauczyciele, pedagodzy powinniśmy zasięgać informacji z publikacji naukowych i poszerzać wiedzę o vapingu, aby móc zrozumieć to zjawisko i skutecznie mu przeciwdziałać.

Bibliografia:

[1] https://www.cdc.gov/tobacco/basic_information/e-cigarettes/severe-lung-disease.html

*zdjęcie pochodzi ze strony: https://serwisy.gazetaprawna.pl/zdrowie/artykuly/1430176_szkola-e-papierosy-gis-wapowanie-zdrowie-trump.html (dostęp dnia 15.11.2019).

Anna Wiligalska

Biblioteka Pedagogiczna im. gen. bryg. prof. Elżbiety Zawackiej

Lepiej zapobiegać – seminarium

W Bibliotece Pedagogicznej im. gen. bryg. prof. Elżbiety Zawackiej w Toruniu 22 października 2019 roku odbyło się seminarium zatytułowane *Lepiej zapobiegać: profilaktyka uzależnień*.

Celem seminarium było omówienie problemów związanych z uzależnieniami dzieci i młodzieży, m.in. poprzez zwrócenie uwagi na różne symptomy uzależnień, metody i formy pracy z uczniami uzależnionymi oraz prezentację programów profilaktycznych.

Ministerstwo Edukacji Narodowej, dostrzegając wagę problemu uzależnień wśród młodych ludzi i formułując podstawowe kierunki realizacji polityki oświatowej państwa na rok szkolny 2019/2020, za pierwszy z nich uznało profilaktykę uzależnień w szkołach i placówkach oświatowych.

Seminarium skierowane było do nauczycieli, nauczycieli bibliotekarzy, pedagogów i psychologów z województwa kujawsko-pomorskiego, a także innych zainteresowanych tymi coraz powszechniejszymi wśród młodych ludzi patologiami.

Na wstępie głos zabrała Aldona Zawałkiewicz – kierownik Wydziału Informacyjno-Bibliograficznego (odpowiedzialnego za przygotowanie seminarium). Powitała ona, w imieniu dyrektora Doroty Komen-dzińskiej, przybyłych słuchaczy oraz prelegentki reprezentujące cztery instytucje.

Zwróciła także uwagę obecnych na wystawę towarzyszącą seminarium pt. „Zrozumieć FAS – o Pło-

dowym Zespole Alkoholowym” przygotowaną przez studentów – członków Koła Naukowego Młodych Pedagogów Specjalnych UMK.

Jako pierwsza głos zabrała Joanna Roch, pedagog specjalny, reprezentująca Wojewódzki Ośrodek Terapii Uzależnień i Współuzależnienia, Całodobowy Młodzieżowy Oddział Leczenia Uzależnień.

Wystąpienie nosiło tytuł *Potrzeby, wartości, przyszłość – drogowskazy dla działań profilaktycznych w pracy z młodzieżą. Podejście Skoncentrowane na Rozwiązaniach*. Joanna Roch mówiła o podstawowych założeniach Podejścia Skoncentrowanego na Rozwiązaniach (PSR) i różnych obszarach jego stosowania. Podkreśliła, że istotą tego podejścia nie jest geneza problemu, ale obecne życie klienta i jego plany na przyszłość. Przedstawiła amerykańskich prekursorów PSR. Omówiła czynniki decydujące o skuteczności tej metody terapii. Przedstawiła założenia filozofii centralnej PSR – „jeśli coś działa, rób tego więcej”, „jeśli coś nie działa, nie rób tego więcej”, „jeżeli coś się nie zepsuło – nie naprawiaj tego”. PSR koncentruje się na pozytywach, bazuje na zasobach i mocnych stronach klienta. Prelegentka zwróciła uwagę na fakt, że zachowania ryzykowne mogą mieć związek z potrzebami młodzieży. Podała dziesięć bardzo różniących się definicji uzależnienia, sformułowanych z różnych perspektyw. Mówiła także o zagrożeniu związanym ze

stygmatyzacją uzależnionych. Omówiła również trzy typy profilaktyki – uniwersalnej, selektywnej i wskazującej. W pracy z zagrożoną uzależnieniami klasą polecała wzmacnianie pozytywnych wyjątków. Na koniec zaakcentowała, że skuteczność terapii w dużym stopniu (ok. 30%) zależy od relacji terapeuty z klientem. Skuteczny terapeuta powinien być autentyczny, umieć słuchać, darzyć klienta szacunkiem i zrozumieniem. Podkreśliła rolę nauczyciela – jego osobowości, autorytetu – nie do przecenienia w budowaniu pozytywnych postaw wśród młodych ludzi. Wskazała też na bariery działań profilaktycznych, jakimi są: polaryzacja, etykietowanie, stateczna ocena i nadmierna pewność siebie terapeuty.

Wystąpienie drugie *Współczesne trendy w używaniu narkotyków. Rozpoznawanie problemu narkotykowego przez rodziców na podstawie doświadczeń pracy Poradni Profilaktyczno-Społecznej Towarzystwa „Powrót z U”* zaprezentowała Magda Pawlak – specjalista terapii uzależnień pracująca w Kujawsko-Pomorskim Towarzystwie Rodzin i Przyjaciół Dzieci Uzależnionych „Powrót z U”. Prelegentka mówiła o młodzieży i rodzicach trafiających do poradni. Dla młodych ludzi charakterystyczne jest stwierdzenie, że kontrolują oni zażywanie narkotyków. Magda Pawlak podkreśliła wielką rolę rodziców w stawianiu granic w wychowaniu, przy równoczesnym utrzymywaniu partnerskich relacji, byciu wiarygodnym i stanowczym. Prelegentka w pracy profilaktycznej kładzie nacisk na pracę z rodzicami i uzmysłowieniu im potrzeby nakładania na dzieci obowiązków domowych. Magda Pawlak mówiła także o powodach używania narkotyków. Jedną z przyczyn jest ich duża dostępność, postawa rodziców często bagatelizujących problem, niedopuszczających do siebie wiedzy na temat zagrożenia, chcących za wszelką cenę wierzyć własnym dzieciom. Współczesny charakter narkomanii charakteryzuje się tym, że towarzyszy ona kulturze młodzieżowej, ciągle pojawiają się nowe rodzaje substancji uzależniających, ich używanie jest modne, młodzież ignoruje niebezpieczeństwa związane z używaniem narkotyków, trendy legalizacyjne „usprawiedliwiają” zażywających substancje uzależniające, a ceny narkotyków czynią je powszechnie dostępnymi. Prelegentka mówiła również o skali zjawiska, wieku inicjacji narkotykowej, zachowaniach dzieci, które powinny zaniepokoić rodziców i objawach fizjologicznych towarzyszących zażywaniu narkotyków.

Wystąpienie trzecie – *Konteksty wychowawcze w profilaktyce uzależnień. Prezentacja rekomendowanego Programu Wzmacniania Rodziny* przedstawiła Marzena Tomaszewska-Gdak, realizator programów profilaktycznych z Kujawsko-Pomorskiego Towarzy-

stwa Rodzin i Przyjaciół Dzieci Uzależnionych „Powrót z U”. Prelegentka przedstawiła założenia i sposób realizacji Programu Wzmacniania Rodziny. Jest on realizowany w Polsce od 2010 roku i skierowany do rodzin, w których uzależnienie nie występuje. Jego uczestnikami mogą być rodzice wraz z dziećmi w wieku 10–14 lat. Celem programu jest podniesienie kompetencji wychowawczych rodziców. Marzena Tomaszewska-Gdak przedstawiła czynniki ryzyka, które mogą pojawiać się w rodzinach i właściwe im obszary, które należy wzmacniać zarówno u rodziców, jak i u dzieci. Sposób realizacji jednego cyklu programu to siedem cotygodniowych dwugodzinnych spotkań przeznaczonych dla maksymalnie dziesięciu rodzin. Tematem przewodnim spotkań jest miłość i stawianie granic w procesie wychowania. Kolejne spotkania w trakcie realizacji programu poświęcone są ustalaniu zasad obowiązujących w domu rodzinnym, promowaniu dobrego zachowania, wyciąganiu konsekwencji, budowaniu mostów i ochronie przed używaniem substancji psychoaktywnych. Ewaluacja programu polega na zebraniu opinii rodziców na temat jego przydatności.

Wystąpienie czwarte *Uzależnienia od Internetu, telefonu i nowych mediów* zaprezentowała dr Magdalena Cyrklaff-Gorczyca – psycholog zdrowia i mediów, trener biznesu, trener FRIS® – reprezentująca Uniwersytet Mikołaja Kopernika. We wstępie prelegentka zaprezentowała definicje uzależnień substancjonalnych i behawioralnych. Podkreśliła, że nowe technologie przejmują kontrolę nad człowiekiem, a uzależnienia behawioralne są równie groźne jak te związane z zażywaniem substancji psychoaktywnych. Działa tutaj ten sam mechanizm – dostarczenia wzmocnienia pozytywnego. Dr Magdalena Cyrklaff-Gorczyca zapoznała obecnych z podtypami uzależnienia od Internetu. Należą do nich erotomania internetowa, uzależnienie od internetowych kontaktów społecznych (niekontrolowane korzystanie z chat-roomów, poczty elektronicznej, grup dyskusyjnych, mediów społecznościowych). Inne podtypy uzależnienia od Internetu to uzależnienie od sieci internetowej (np. gry sieciowe, hazard internetowy), przeciążenie informacyjne i uzależnienie od komputera. Następnie prelegentka omówiła poszczególne etapy uzależnienia (etap odkrywania, eksperymentowania, nasilenia, wewnętrznego przymusu i stan beznadziei). Zwróciła uwagę, że uzależnienia związane z niekontrolowanym korzystaniem z nowych technologii przyczyniają się także do problemów zdrowia fizycznego (ból kręgosłupa, zespół cieśni nadgarstka, problemy ze wzrokiem). Uzależnienie te niosą ze sobą także negatywne skutki społeczne (m.in. zaniedbywanie realnych kontaktów z najbliższymi). Dr Magdalena

Cyrklaff-Gorczyca zwróciła także uwagę obecnych na psychologiczne skutki uzależnienia od Internetu (agresję, depresję, lęk społeczny, zanik wartości, zaburzenia osobowości i impulsywność).

Na zakończenie prelegentka omówiła uzależnienie od telefonu. Może objawiać się ono jako „zespół wyłączonego telefonu”, uzależnienie od smsów, gier, a nawet uzależnienie od nowych modeli telefonów. Swoje wystąpienie dr Magdalena Cyrklaff-Gorczyca zakończyła apelem o edukowanie młodych ludzi pod kątem racjonalnego korzystania z najnowszych technologii.

Wystąpienie piąte *Dopalacze – jakie niosą za sobą zagrożenia?* zaprezentowała Beata Coghen, pracująca w Zespole ds. Profilaktyki i Komunikacji Społecznej Straży Miejskiej w Toruniu. Prelegentka przedstawiła historię dopalaczy. Omówiła: łatwość dostępu (sklepy internetowe, niskie ceny), rodzaje dopalaczy, leki stosowane jako dopalacze zastępcze oraz objawy zażywania niektórych dopalaczy. Omówiła akty prawne nakładające sankcje na osoby zajmujące się produkcją

i handlem dopalaczami. Beata Coghen zwróciła uwagę na łagodne kary grożące za posiadanie dopalaczy i powolne tempo wprowadzania kolejnych substancji uzależniających na listy substancji zabronionych.

Na zakończenie dyrektor Dorota Komendzińska podziękowała wszystkim występującym za bezinteresownie poświęcony czas i przygotowanie interesujących, mających wymiar praktyczny, wystąpień. Seminarium zostało poprzedzone opublikowanymi na stronie biblioteki w kilkudniowych odstępach pięcioma plakatami przygotowanymi z wykorzystaniem aplikacji Canva, a prezentującymi literaturę i strony WWW dotyczące poszczególnych uzależnień.

W seminarium wzięło udział czterdziestu uczestników. W większości byli to pedagodzy i psycholodzy oraz nauczyciele i nauczyciele bibliotekarze. Dominowały osoby w wieku 46–60 lat. Uczestnicy ocenili seminarium, wypełniając anonimową ankietę ewaluacyjną. Średnia ocena w skali pięciopunktowej wyniosła 4,67.

Robert Grzybowski

Zespół Szkół nr 5 Mistrzostwa Sportowego w Bydgoszczy
KPCEN w Bydgoszczy

Uzależnienie od... Kresów (tych wileńskich)

Pomyślałam bez pretensji, że moją ojczyznę ma teraz ktoś inny [...], kto odbudowując Trzy Krzyże, zniszczone przez Sowietów, i przelewając krew pod wieżą telewizyjną, udowodnił swoje prawa do tego miasta – to refleksja Józefy Hennelewej (rocznik 1925). Trzy Krzyże to jeden ze znaczących symboli Wilna, na równi z kopułą u św. Kazimierza, Katedrą, Rossą czy finezyjną w gotyckim duchu św. Anną. Trzy Krzyże Antoniego Wiwulskiego okupant sowiecki zniszczył siedemdziesiąt lat temu, 30 V 1950 roku. Obecne są rekonstrukcją i do tego wyższą od oryginału.

Z czego wynika moje uzależnienie od Kresów (tych wileńskich)? Bo takie są, po kądzieli, moje korzenie. „Jak u Pana Tadeusza?” – zapyta ktoś. Zaiste. Odniesień do Wieszcza znalazłbym wiele. Jak choćby to, że skoligacony jestem z dwoma odnogami rodów: Wereszczaków i Mickiewiczów. Kiedy czytam opis dworu Sędziego w Soplicowie, to mam wrażenie, że

jestem w dworku moich pradziadów Klary i Józefa Głębockich w zaścianku Trepałowo:

*Na pagórku niewielkim, we brzozowym gaju,
Stał dwór szlachecki, z drzewa, lecz podmurowany;
Świeciły się z daleka pobielane ściany,
Tym bielsze, że odbite od ciemnej zieleni
Topoli, co go bronią od wiatrów zieleni.*

Ks. I 24 – 28

Te same topole i lipy stanowiły klejnot tych dwóch gniazd: literackiego i rzeczywistego. To dlatego taką estymą darzę naszą epopeję narodową. Problemy, jakie wpisano w fabułę dziejów rodu Sopliców, Dobrzyńskich, są po prostu moimi. Nobilituję tu sam siebie? Nie, nie muszę. Królowie nobilitowali moich kresowych przodków, m. in. Zygmunt III Waza potwierdzał nadania Stefana Batorego za walki pod Polockiem. I części z nich wydarło szlachectwo. Proszę znów zerknąć do *Pana Tadeusza*.

*Dziś nam szlachectwa przeczą, każą nam drabować /
Papiery i szlachectwa papierem próbować. A dalej:
Ale ja z kniaziów! pytać u mnie o patenta,
Kiedym został szlachcicem? sam Bóg to pamięta!
Niechaj Moskal w las idzie pytać się dębiny,
Kto jej dał patent rosnąć nad wszystkie krzewiny.*

Ks. IV 341-344

Dlaczego dotykam tego wątku? Co on ma wspólnego z moim pojmowaniem kresowości? Bo pośród rodzinnych opowieści była i taka, że jednego z prapradziadów wylegitymowano ze szlachectwa. Ale drugiemu szlachectwa zaprzeczono. Mam na to dwa dokumenty: akt ślubu prapradziadów i akt zgonu praprababki Anny. W tym pierwszym występuje, jako *dwarianka* (szlachcianka), a drugim już *grażdan-ka* (mieszczanka). Nie, nie przeniosła się do Wilna czy Petersburga. To jest ślad, jak szlachectwo odebra-no carskim ukazem. Jeżeli komu Mickiewicza mało, to cytuję: (...) *trwaliśmy przy swoich gnieździech większych czy mniejszych i dotrwaliśmy do tej pory. Teraz szlachectwo pradedziadów zdjęte z nas zostało; chłopami nazywamy się i jesteśmy... Ale o to bynajmniej. Wszyscy my kolki jednego płota i stworzenia czasowe. A to? Anzelm Bohatyrowicz. Nad Niemnem i Eliza Orzeszkowa. Kolejna literacka rzadkość, która ostała się jako lektura i mogła kresowym rozbitkom przywrócić świat lat dziecinnych. Od dawna irytowało mnie, kiedy ktoś rzucał (nieomal z pogardą): a, to ci zza Bugu?. Zwykłem poprawiać: nie, zza Niemna. Od zawsze słyszałem opowieści o Wilii. Mogłem w niej ręce zamoczyć w 1976 roku.*

*Wszystko w kupie, jak bywa u szlachty zwyczajnie;
Wszystko nadzwyczaj stare, zgniłe; domu dachy
Świeciły się, jak gdyby od zielonej blachy,
Od mchu i trawy, która buja jak na łące.*

Ks. VI 336-339

Umarł termin *zaścianek*. Utrwalił się tylko *zaściankowy*, czyli przestarzały, zacofany. Memu sercu bliskie jest określenie: szlachta *zaściankowa* (zagrodowa), bo sam chociaż po kądzieli się z niej wywodzę. Moja mama (rocznik '35) jest ostatnią *zaściankową* szlachcianką, bo jako ostatnia urodziła się w *zaścianku* Trepałowo, nieopodal Starej Wilejki. Nikt mnie nie uczył takich pojęć, jak: *herby, heraldyka, herbarz*. Słyszałem o rodowych klejnotach. Wchodziło samo do głowy. Pojęcia, których nikt dziś nie rozróżnia, jak: okolica szlachecka.

*Póki szlachta z zaścianków, święte przodki moje,
Byli panom potrzebni na sejmy i boje,
Głaskali nas, poili w uprzejmej postaci
I nosiliśmy imię: miłościowych braci –
Minęły stare czasy, a wśród różnej zmiany
I braterstwo i miłość zapominały pany.*

Tym razem już nie A. Mickiewicz, a Władysław Syrokomla. Zapomniany lirnik litewski. Nie identy-

fikowałbym się z jego poezją, gdybym tylko skazany był na zapis w podręczniku w szkole średniej. Jak pamiętam zamieszczono tam jakiś marny akapicik. Proszę wrócić do czasopisma, jakie KPCEN w Bydgoszczy wydało przed laty, tam mój artykuł poświęcony temu poecie. Pewnie, to rzadka przypadłość, ale chwilami myślę Syrokomlą. Wtedy wracam do wiersza *Wspomnienie z gór*:

*Próżno w złudzenia bawić się jak dzieci,
Albo z cieniami puszczać się w gonitwy,
Okiem nie dojrzę, jakże głos doleci?
Piersi rozedrę... sto mil stąd do Litwy!
A choćbym włożył moje pozdrowienie
W chłodną pierś wiatru lub na ptaszka ramię,
To nim przeleci ogromne przestrzenie,
Wiatr się unuży, ptak skrzydła potamie.*

Dla mnie to wiersz na równi z *Inwokacją z Pana Tadeusza*. Dwa kresowe serca biły. Dwie tęsknoty popychały do działania. Chciałbym wiedzieć, jak obaj poeci pochylali się nad kartkami papieru i kładli słowo za słowem. Będąc w szkole średniej (rok szkolny 1982/83), ba! klasie maturalnej, a trwał przypomnę stan wojenny, wyrysowałem na klapie raportówki fragment mapy II Rzeczypospolitej i okrasilem cytatem, a jakże z Syrokomli:

*Ze starej Lidy, ze starej Oszmiany,
Z Trok Kiejstutowych, z Wilejki i z Dzisny,
Kwiat naszej szlachty (...)
To z Wyzwolenia włościan.*

Skazany na wileńszczyznność. Tak, to było owo uzależnienie, które prowadziło do dwoistości nauczania i poznawania historii. *Pragnąc dowieść Polakom, że rząd nasz się ich nie obawia, zająłem się niezwłocznie rozpatrzeniem wyroków na ważniejszych przestępców. Zatwierdziłem je i kazałem natychmiast wykonać w Wilnie na placu targowym, w samo południe, ogłaszając egzekucję całemu miastu przy odgłosie bębnów. Zacząłem od księży, jako od główni działaczy buntu; w ciągu tygodnia rozstrzelano dwóch księży. Polacy nie wierzyli, że na to zdecyduję, ale gdy dostrzegli dokonania w miejsce słów, opanował ich strach – to wypowiedź samego Michała Murawjowa, osławionego „Wiesza-tiela”, kata Litwy. Utopił w morzu krwi powstanie styczniowe na tym terenie. Opowieść o tymże znam od dawien dawna. Z dziadkowych przewijały się m. in. zsyłki na Sybir (1940), ekspatriacja (z uporem wciąż pisze się o... repatriacji). Każda z nich kończyła się ostrzeżeniem: nie wolno o tym w szkole mówić. I tak się mówiło.*

Wybiła godzina dziejowa. Barbarzyńskie hordy hitlerowskie w poptochu uchodzą. (...) Zwycięska Armia Sowiecka idzie w ślad za odchodzącymi Niemcami jako sprzymierzeniec naszych wielkich Aliantów. Wierzmy, że uszanuje nasze umiłowanie Ojczyzny, Jej Wolność, Niepodległość i Niepodzielność. Spotykamy Armie So-

wiecką jako sprzymierzeńca, naszych Aliantów [...] – to fragment rozkazu dowódcy Okręgu Wileńskiego i Nowogrodzkiego „Wilka”. Każdy, komu bliskie są wileńskie Kresy, wie że chodzi o generała Aleksandra Krzyżanowskiego. Nie rozumiem logiki dowództwa AK, że po wcześniejszych doświadczeniach z partyzantką sowiecką naiwnie wierzono, że Sowieci są wiarygodnym sojusznikiem? Zapłacono za to bardzo krwawą cenę. Dlaczego poruszam ten wątek? Bo w okolicach Oszmiany, jako żołnierze AK, walczyli bracia Mieczysław i Rafał Maculewicz („Mac” i „Brzoza”). Ten pierwszy był dowódcą IX Brygady AK z Łopoci. Za walkę o polskość Kresów po 1944 roku pojęmani przez Sowieców i zesłani na Kołymę. Dlaczego akurat wspominam tych dwóch żołnierzy? Bo jesteśmy potomkami tego samego prapradziadka (dla nich dziadka). Opowieści o nich były żywe w rodzinnych przekazach, na równi z tymi o zsyłkach z 1940 roku. Taki był dom moich wileńskich dziadków, w którym również dorastałem, na którego ścianie wisiało (obecnie w moim posiadaniu) wyobrażenie ołtarza z Ostrej Bramy. Nie dość na tym, książka, z której zapożyczyłem cytaty z „Wilka”, mogła wyjść dopiero w wolnej Polsce, a ja znałem jej londyńskie wydanie. Na szczęście mój ojciec chrestny był absolwentem Batorego w Wilnie i od czasu do czasu podsuwał mi takie perełki.

Do 1989 roku w dowodach osobistych Polakom urodzonym na Kresach wpisywano „urodzony/a w ZSRR”. Jak bardzo było to krzywdzące rozumieją tylko ci zza Niemna czy Bugu (i ich potomkowie). Bolało. I to bardzo. Kiedy w tym pamiętnym roku przemian zmarł bliski mi krewniak, prawdziwy kresowy żubr, napisałem w nekrologu „syn ziemi wileńskiej”. I stała się rzecz niezwykła. Na pogrzeb przyszli całkiem obcy ludzie i to ze względu na ów dopisek. Żegnali, sami od siebie, swojaka.

Kiedy w 1991 roku połała się krew w sowieckim jeszcze wtedy Wilnie, przyszły do mnie uczennice klasy V (Dorota i Joanna) i zapytały o... barwy flagi litewskiej. Na moje pytanie, po co im to, odpowiedziały, że chcą uszyć flagę litewską. Faktycznie, kilka dni później wróciły z trójkolorową flagą. Wisiała ona potem na gmachu przy ul. Hutniczej 89. Dziś stanowi cenną pamiątkę po moich uczniach. Śmiem twierdzić, że bez mego kresowego myślenia flaga nie zaistniałaby w szkolnej przestrzeni.

Po 1989 roku mogły się wreszcie pojawić książki o Kresach, o Wilnie i ziemi wileńskiej. Często były to reprinty wydań sprzed 1939 roku, np. T. Łopalewskiego *Między Niemnem a Dźwiną. Ziemia wileńska i nowogrodzka*, W. Zahorskiego *Podania i legendy wileńskie* czy J. Rymera *Wilno*. Na mojej półce mogło się pojawić wiele cennych publikacji dotyczących historii Kresów (tych wileńskich), Wilna, Armii Krajo-

wej, kultury Wielkiego Księstwa Litewskiego. Ważne miejsce zajmuje Tomas Venclova. To w jego książce czytamy: *W tej części Europy zachowało się niemało średniowiecznych miast, jednakże Wilno jest niepodobne do swoich sąsiadów. [...] Architektura kształtuje przestrzeń, a przestrzeń kształtuje życie ludzi i ich sposób życia. Wilno jest pełne kontrastów, w pewnym sensie jest miastem teatralnym.*

Nie wiem, czy wileńskości da się nauczyć. Bo ona jednak wypływa z serca, z duszy, z jakiejś tradycji. W moim przypadku nigdy to nie była jakaś edukacyjna nachalność. Po prostu wiedziało się, skąd mój ród (choć po kądzieli). Matka Boska Ostrobramska nie wisiała jako ozdoba. To dlatego, gdy jestem u kogoś i widzę Jej wizerunek (jakżeż często teraz pojawiający się na nagrobkach bydgoskich cmentarzy), to pytam czy to wileńskość domu, czy tylko podziw dla urody boskiego oblicza. Ostrą Bramę mogłem dopiero ujrzeć latem 2004 roku. Smutne, że to tak ważne dla wilnian (polskich i litewskich) miejsce staje się świadkiem prowokacyjnych zachowań, jak wtedy kiedy kibole „Lecha” Poznań swoim rykiem profanowali nie tylko miejsce, ale i tekst *Mazurka Dąbrowskiego*. Nie możemy wybiórczo traktować wyroków historii: nie zmienimy mapy Europy.

Mnie też nie odpowiada, że groby moich przodków leżą za granicą. Jak czulibyśmy się w Gdańsku, Szczecinie, Bydgoszczy czy we Wrocławiu, gdyby niemieccy kibole śpiewaliby *Deutschland, Deutschland über alles...* Smutnym dopełnieniem stało się pojawienie na trybunie tegoż „Lecha” potężnego banera z napisem: LITEWSKI CHAMIE, KLĘKNIJ PRZED POLSKIM PANEM. Trudno, aby podobne akty szowinizmu budowały dobre i zdrowe relacje z braćmi Litwinami.

Wiem, polskie poczucie wileńskości, nie jest zbieżne z litewskim. Szczególnie odczuwalne jest to w muzeach, na kartach historii. Różni nas już choćby ocena roli Władysława Jagiełły. T. Venclova zestawia go z Witoldem Kiejstutowiczem i tak pisze na ten temat: *Jagiello nie posiada takiej aureoli, jego imienia nie nadaje się dzieciom. W okresie międzywojennym, kiedy Polska rządziła Wilnem, a Litwa usiłowała go odebrać, władca, który doprowadził do połączenia obu krajów, stał się dla Litwinów niemalże archetypem zdrajcy.* Wspomina o... symbolicznym sądzie nad Jagiełłą. Skazano monarchę na karę śmierci.

Trochę zboczyłem od tematu? Nie sędzę. Wileńskość stawia nas wobec i takich problemów. Historia dzieli. Nie tylko tu nad Wisłą. Musimy delikatnie postępować. Nie dać się wpuścić w swoisty kanał. Wileńskość powinna przybliżać historię kresowości, a nie tworzyć podziały. Te powinny być zasypywane, a nie sztucznie reanimowane. Zachowania kibiców/kiboli tego na pewno nie ułatwiają. Bliska nam po-

winna być postawa Józefa Ignacego Kraszewskiego, o której w swojej monografii tak pisała przed laty Małgorzata Stolzman: *Choć stale w Wilnie nie mieszkał, związany był z nim licznymi nitkami i być może właśnie pewien dystans, z którego spoglądał na miasto, przynosi widzenie trafniejsze i bardziej autortatywne.*

I ja wzrastałem w kulcie dla Wilna. Topografii ścisłego, historycznego centrum nauczyłem się z... mapki XVIII wieku. Wzbudziło to zaskoczenie rodowitych wilnian, bo niby skąd Robert widział, jak poruszać się po Wielkiej, Zamkowej, jak trafić na plac Ratuszowy, kiedy nad Wilią nie był. Klimat budowały rodzinne opowieści, cudem zachowane zdjęcia, zaśpiew w brzmieniu wypowiedzianych słów, zabawne w tym regionie rusycyzmy. Wiem, że rodziny kresowe różnie ustosunkowują się do filmu *Sami swoimi*. Warto sięgnąć po gawędy Stanisława Bielikowicza: *Win-cuk gada* lub *Fanaberie ciotki Onufrowej*. Cudownie przenoszą nas w świat kresowości, którą tak naprawdę już utraciliśmy. Jeszcze na przełomie lat 70 i 80-tych XX wieku na targowisku we Wrocławiu można się było poczuć, jak na placu Łukiskim w Wilnie, w czasie kaziuków. Na oczach dwóch pokoleń ten świat bezpowrotnie odszedł. Potrafię zaciągać, robię to bardzo dobrze, aliści jest to już tylko odtwórcze. Byłem godnym słuchaczem mego wileńskiego dziadka, kresowego szlachetki z zaścianka Domanowo nad Wilią.

Wilno jest pełne legend. Jedna z nich dotyczy miłości tyle żarliwej, co niewychowawczej, jaka połączyła JKM Zygmunta II Augusta z Barbarą Gasztołdową (zwaną uparcie: Radziwiłłówną): *I oto z wśród obłoków kadzideł zarysowała się postać niewiasty i zaczęła przybierać coraz wyraźniejsze kształty, aż przed oczyma Zygmunta ukazała się Barbara. Biała, niemal przezroczysta stała z opuszczonymi rękami, łagodnym smutkiem znaczoną twarz miał zwróconą ku małżonkowi, a oczy jej miłośnicie nań patrzyły.* Ducha zmarłej królowej wywołał sam mistrz Twardowski, a ten, jak wiemy, jest godnie w Bydgoszczy upamiętniony. Wystarczy pójść na Stary Rynek o godzinie 13.13.

Wiem, że przytoczyłem argumenty za wyjątkowym uzależnieniem. Mnie ono determinowało. I w nim trwam. Kiedy na UMK wybierałem seminarium magisterskie, to znalazłem się na takim, które prowadził śp. prof. S. Alexandrowicz. Specyficzne. Historia Wielkiego Księstwa Litewskiego. Kiedy Profesor poprosił nas o motywację, podszedłem do wiszącej na ścianie mapy ówczesnych republik sowieckich (białoruskiej i litewskiej) i machnąłem ręką od Wilna, przez Osmianę, Wilejkę, Mołodeczno, Głębokie, Mińsk po Homel, dopowiedziałem, że stamtąd mój ród. Nie dość na tym, akurat wtedy o wol-

ną niepodległą Białoruś dobijał się Zianon Pazniak, z oszmiańskich Pożniaków, z których i ja (choć po kądzieli) się wywodzę. Nić porozumienia z promotorem stała się faktem od pierwszego rozmawiania.

Rozumiem wzruszenie niemieckich turystów (często w bardzo zaawansowanym wieku), kiedy odwiedzają Wrocław (Breslau), Gdańsk (Gdanzig), Chełmżę (Culmsee) czy Bydgoszcz (Bromberg). Jadąc za Niemen czy nad Wilię kresowiaczy i ich potomkowie doznają tych samych wzruszeń: odwiedzają groby, fotografują się na tle domów, wydobywają kamienie lub fragmenty cegieł z fundamentów, zabierają garść ziemi z dawnej ojcowizny. Starsze pokolenie zostaje już na zawsze w Polsce, tej nowej. Jak to Cz. Miłosz określił „kraju pierwszej emigracji”.

Od kresowości (tej wileńskiej) nie da się uciec. Ja z mojej jestem bardzo dumny. Ona ułatwia mi przelewać w umysły swoich uczniów to, co cennego miała w sobie Rzeczpospolita Obojga Narodów: była domem wielu kultur, religii, nacji. Jeśli ktoś dziś wznosi hasła „Polska dla Polaków!”, „Jestem 100% Polakiem”, to dobitnie znaczy, że nie odrobił lekcji historii własnego państwa i niczego się z niej nie nauczył. Starczy wyczytać się w brzmienie naszych nazwisk, przyjrzeć, jak wyglądamy, aby każdy przejaw nacjonalizmu mierzył nas i odrzucał.

Bibliografia:

- Erdman J., Droga do Ostrej Bramy, PWN, Warszawa 1990, s. 322
 Grochowska M., Wytrąceni z milczenia, Wydawnictwo Czarne, Wołowiec 2013, s. 263
 Mickiewicz A., Pan Tadeusz, Czytelnik, Warszawa 1982, s. 10; dalsze cytaty 112, 183
 Murawjow M., Wspomnienia, tłumaczenie Zb. Podgórzec, Wydawnictwo Zebra, Warszawa 1990
 Orzeszkowa E., Nad Niemnem, Wydawnictwo GREG, Kraków 2003, s. 109
 Stolzman M., Nigdy od ciebie miasto..., Wydawnictwo POJEZIERZE, Olsztyn 1987, s. 110
 Syrokomla W., Wybór poezji, Ludowa Spółdzielnia Wydawnicza, Warszawa 1957, s. 253, 142, 144
 Venclova T., Opisać Wilno, tłum. A. Kuzborska, Zeszyty Literackie, Warszawa 2006, s. 44
 Zahorski W., Podanie i legendy wileńskie, Graf Oficyna Wydawnicza, Gdańsk 1991, s. 74-75

Strony internetowe:

- <https://www.youtube.com/watch?v=owO91hBEOJU>
<https://www.youtube.com/watch?v=ZXnvkeEyjsw>

Agata Niedźwiecka, Jarosław Przybył

Departament Kultury i Edukacji Urzędu Marszałkowskiego Województwa Kujawsko-Pomorskiego

W Kujawsko-Pomorskiem - Mówisz masz

Chcesz nauczyć się języka obcego oraz potwierdzić swoje umiejętności certyfikatem honorowanym w Unii Europejskiej? Teraz masz taką szansę. Zgłoś się do jednego z największych projektów edukacyjnych w województwie kujawsko-pomorskim. W ramach projektu pt. „W Kujawsko-Pomorskiem Mówisz – masz – certyfikowane szkolenia językowe” mamy dla was jeszcze ponad 6 000 miejsc szkoleniowych.



Trwa rekrutacja do projektu szkoleń językowych pt. „W Kujawsko-Pomorskiem Mówisz-masz-certyfikowane szkolenia językowe” realizowanego w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Kujawsko-Pomorskiego na lata 2014-2020. W ofercie znajdują się darmowe kursy z zakresu języka angielskiego, francuskiego lub niemieckiego, organizowane przez Urząd Marszałkowski Województwa Kujawsko-Pomorskiego we współpracy z Regionalnym Ośrodkiem Edukacji Ekologicznej w Przysieku i firmą Training House. Ze 180-godzinnych kursów od początku realizacji projektu skorzystało już ponad 3000 osób z województwa kujawsko-pomorskiego. Zajęcia odbywają się Bydgoszczy, Toruniu, Inowrocławiu, Włocławku, Szubinie oraz Nakle nad Notecią. W najbliższym czasie planowane jest uruchomienie grup zajęciowych w Grudziądzu,

Kowalu (powiat włocławski), Radziejowie, Lipnie i Włocławku. Zajęcia mogą odbywać się w każdym z miast powiatowych, jeśli zbierze się minimalna liczba chętnych, czyli 9 osób.

O poziomie, na jaki zostanie zakwalifikowany uczestnik, zadecyduje wynik testu. Uczestnicy w czasie 3 modułowego szkolenia przygotowują się do egzaminu językowego, po którym otrzymają certyfikat potwierdzający zdobycie określonego poziomu biegłości językowej (zgodnie z Europejskim Systemem Opisu Kształcenia Językowego), np. TOEIC, WiDaF, TFI. Udział w kursach i egzaminach jest darmowy, uczestnicy zobowiązani zostaną jedynie do pokrycia części kosztów zakupu podręczników w wysokości 150 zł.

Przedsięwzięcie jest skierowane do osób w wieku od 18 lat, które z własnej inicjatywy są zainteresowane nabyciem, uzupełnieniem lub podwyższeniem kwalifikacji z zakresu języków obcych. Osoby w wieku powyżej 65 lat dodatkowo wypełniają deklarację gotowości do podjęcia zatrudnienia po zakończeniu realizacji projektu.

W szkoleniach mogą wziąć udział osoby o niskich kwalifikacjach posiadające wykształcenie na poziomie do ISCED 3 włącznie zgodnie z Międzynarodową

Klasyfikacją Standardów Edukacyjnych ISCED, tj. wykształcenie ponadgimnazjalne (liceum profilowane, liceum ogólnokształcące i uzupełniające liceum ogólnokształcące, technikum, technikum uzupełniające, zasadnicza szkoła zawodowa). Uczestnikami mogą być także osoby z niepełnosprawnościami bez względu na wykształcenie oraz osoby, które ukończyły 50 lat bez względu na wykształcenie. Z udziału w szkoleniach wyłączone są osoby, które prowadzą działalność gospodarczą.

Zgodnie z kryteriami uczestnictwa zapraszamy nauczycieli wszystkich szczebli kształcenia, którzy ukończyli 50 lat oraz pełnoletnich uczniów szkół branżowych I i II stopnia, techników i liceów. Do projektu mogą zgłosić się także studenci pierwszego i drugiego roku studiów licencjackich oraz jednolitych studiów magisterskich, którzy nie uzyskali jesz-

cze tytułu magistra.

Dodatkowe informacje o projekcie można uzyskać pod adresem mailowym zapisy@mowiszmasz.pl lub numerem telefonu 507 927 366.

Zapraszamy do udziału w jednym z największych projektów edukacyjnych w naszym regionie!

Szkolenia finansowane są ze środków Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Kujawsko-Pomorskiego i budżetu województwa. Projekt Urzędu Marszałkowskiego realizuje Regionalny Ośrodek Edukacji Ekologicznej w Przysieku i firmą Training House. Całkowita wartość przedsięwzięcia wynosi 29,2 miliony złotych, a dofinansowanie ze środków unijnych w ramach Regionalnego Progra-

mu Operacyjnego Województwa Kujawsko-Pomorskiego na lata 2014-2020 to 26,3 miliony złotych.

Szkolenia językowe w liczbach:

- 10 tysięcy osób skorzysta z bezpłatnych kursów do końca 2021 roku
- 234 grupy szkoleniowe
- ponad 3 tysiące osób skorzystało lub korzysta ze szkoleń
- 180 godzin trwa kurs kończący się egzaminem, po którym uczestnik otrzymuje certyfikat potwierdzający zdobycie określonego poziomu biegłości językowej
- 4 godziny lekcyjne zajęć w tygodniu
- 29,2 miliony złotych to całkowita wartość projektu.



Rzeczpospolita
Polska



Województwo
Kujawsko-Pomorskie

Unia Europejska
Europejski Fundusz Społeczny



Szkolenie językowe. Sprawdź, czy także dla Ciebie

Chcesz nauczyć się języka angielskiego, francuskiego lub niemieckiego, a może podwyższyć swoje umiejętności w zakresie tych języków? Jest to możliwe dzięki darmowym kursom, organizowanym przez Urząd Marszałkowski w współpracy z Regionalnym Ośrodkiem Edukacji Ekologicznej w Przysieku i firmą Training House. Aby wyrazić chęć uczestnictwa, należy wypełnić formularz zgłoszeniowy, znajdujący się na stronie internetowej www.projektmowiszmasz.pl.

Projekt skierowany jest do osób pełnoletnich zamieszkujących, pracujących lub uczących się na terenie województwa kujawsko-pomorskiego, które z własnej inicjatywy są zainteresowane nabyciem, uzupełnieniem lub podwyższeniem kwalifikacji z zakresu języków obcych i przynależą do minimum jednej z grup:

- osoby o niskich kwalifikacjach (tj. maksymalnie średnie wykształcenie)
- osoby z niepełnosprawnościami (bez względu na poziom wykształcenia)
- osoby po 50 roku życia (bez względu na poziom wykształcenia).

Do uczestnictwa zapraszamy również osoby w wieku powyżej 65. roku życia, o ile zadeklarują gotowość do podjęcia zatrudnienia po zakończeniu udziału w projekcie. Z udziału w projekcie wyłączone są osoby prowadzące działalność gospodarczą.

Z kursów skorzysta dziesięć tysięcy osób z województwa kujawsko-pomorskiego. Będą one trwały 180 godzin. Uczestnicy w tym czasie przygotowują się do egzaminu językowego, po którym otrzymają certyfikat potwierdzający zdobycie określonego poziomu biegłości językowej (zgodnie z europejskim Systemem Opisu Kształcenia Językowego), np. TOEIC, WiDaF, TFI.

Udział w kursach i egzaminach jest darmowy, uczestnicy zobowiązani zostaną jedynie do pokrycia kosztów zakupu podręczników.

Dodatkowe informacje o projekcie można uzyskać pod adresem mailowym zapisy@projektmowiszmasz.pl lub pod numerem telefonu: biuro projektu 507-927-366, Koordynator Projektu Agata Niedźwiecka 571-293-082 adres mailowy: a.niedzwiecka@kujawsko-pomorskie.pl

Anna Rupińska
KPCEN w Bydgoszczy

Doradcy metodyczni w KPCEN w Bydgoszczy

Nauczyciele konsultanci i doradcy metodyczni z KPCEN w Bydgoszczy skutecznie wspierają nauczycieli.

W KPCEN w Bydgoszczy zostało zatrudnionych 7 doradców metodycznych, którzy wspierają nauczycieli różnych specjalności.

mgr Joanna Betscher

joanna.betscher@cen.bydgoszcz.pl

Wspiera nauczycieli języka obcego i zespoły nauczycielskie szkół ponadpodstawowych z terenu miasta Bydgoszczy oraz powiatów bydgoskiego, inowrocławskiego, mogileńskiego, nakielskiego, sępoleńskiego, świeckiego, tucholskiego i żnińskiego.

Miejsce dyżurów:

Zespół Szkół im. Stanisława Staszica w Nakle nad Notecią.

mgr Małgorzata Zofia Chludzińska-Kopińska

malgorzata.chludzinska-kopinska@cen.bydgoszcz.pl

Wspiera nauczycieli języka obcego i zespoły nauczycielskie szkół podstawowych z terenu powiatów sępoleńskiego, świeckiego i tucholskiego.

Miejsce dyżurów:

Szkoła Podstawowa nr 2 im. Arkadego Fiedlera w Nowem.

mgr Ewa Grzanka

ewa.grzanka@cen.bydgoszcz.pl

Wspiera nauczycieli edukacji wczesnoszkolnej i zespoły nauczycielskie szkół podstawowych z terenu powiatów bydgoskiego, inowrocławskiego i mogileńskiego.

mgr Ewa Korpusińska-Prusak

ewa.korpusinska-prusak@cen.bydgoszcz.pl

Wspiera nauczycieli biologii i zespoły nauczycielskie szkół podstawowych z terenu m. Bydgoszczy oraz powiatów bydgoskiego, inowrocławskiego, mogileńskiego, nakielskiego, sępoleńskiego, świeckiego, tucholskiego i żnińskiego.

Miejsce dyżurów:

Szkoła Podstawowa Integracyjna w Inowrocławiu.

mgr Ewa Kujawa

ewa.kujawa@cen.bydgoszcz.pl

Wspiera nauczycieli języka polskiego i zespoły nauczycielskie szkół podstawowych z terenu powiatów inowrocławskiego, mogileńskiego, nakielskiego i żnińskiego.

Miejsce dyżurów:

Szkoła Podstawowa nr 5 w Żninie.

mgr Halina Murawska

halina.murawska@cen.bydgoszcz.pl

Wspiera nauczycieli matematyki i zespoły nauczycielskie szkół podstawowych z terenu powiatów bydgoskiego, sępoleńskiego, świeckiego i tucholskiego.

Miejsce dyżurów:

Szkoła Podstawowa im. Polskich Olimpijczyków w Osielesku.

mgr Elżbieta Zmarzłak

elzbieta.zmarzlak@cen.bydgoszcz.pl

Wspiera nauczycieli języka polskiego i zespoły nauczycielskie szkół podstawowych z terenu powiatów bydgoskiego, sępoleńskiego, świeckiego i tucholskiego

Miejsce dyżurów:

Szkoła Podstawowa w Serocku.

Zadania doradców metodycznych zostały określone w Rozporządzeniu MEN z dnia 28 maja 2019 r. w sprawie placówek doskonalenia zawodowego nauczycieli (Dz. U. z 2019, poz. 1045).

Zgodnie z § 24 do zadań doradcy metodycznego należą:

- 1) rozwijanie umiejętności metodycznych,
- 2) planowanie, organizowanie i badanie efektów procesu dydaktyczno-wychowawczego, z uwzględnieniem zróżnicowanych potrzeb uczniów,
- 3) opracowywanie dóbr i adaptacja programów nauczania,
- 4) podejmowanie działań innowacyjnych.

Nauczyciel-doradca metodyczny realizuje zadania przez:

- 1) udzielanie indywidualnych konsultacji,
- 2) prowadzenie zajęć edukacyjnych, zajęć otwartych oraz zajęć warsztatowych,
- 3) organizowanie innych form doskonalenia wspomagających pracę dydaktyczno-wychowawczą nauczycieli,
- 4) organizowanie i prowadzenie sieci współpracy i samokształcenia dla nauczycieli.

Zadania doradcy metodycznego powierza nauczycielowi kurator oświaty.

Nadzór pedagogiczny nad realizacją zadań nauczyciela-doradcy metodycznego sprawuje dyrektor KPCEN w Bydgoszczy.

Zdrowie psychiczne dzieci i młodzieży – konferencja naukowa w Toruniu

Kujawsko-Pomorskie Centrum Edukacji Nauczycieli w Toruniu i Medyczo-Społeczne Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego w Toruniu były organizatorami Wojewódzkiej Konferencji Naukowej „Wieloaspektowe spojrzenie na zdrowie psychiczne młodzieży”, która odbyła się 13 listopada 2019 roku w Urzędzie Marszałkowskim w Toruniu. Patronat honorowy nad konferencją sprawował UNICEF.

Uczestników powitała dyrektor Medyczo-Społecznego Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego w Toruniu, Adrianna Szyperska-Ślaska, która przedstawiła cele konferencji:

1. Promowanie zdrowia psychicznego w szkołach wśród dyrektorów i nauczycieli.
2. Edukacja w zakresie zdrowia psychicznego – wiedza, postawy, zachowanie.
3. Prawidłowa interwencja w przypadkach problemów psychicznych.

O specyfice zachowań samobójczych młodzieży mówił dr hab. Adam Czabański, suicydolog, kierownik Pracowni Socjologii Zdrowia i Patologii Społecznych KNIiH Uniwersytetu Medycznego w Poznaniu. Profesor podawał przerażające dane na temat liczby samobójstw młodych osób w Polsce. Zwracał uwagę na zachowania i zapowiedzi podjęcia prób samobójczych przez młodzież. Zapoznał uczestników konferencji z przyczynami samobójstw.



dr hab. Adam Czabański podczas wystąpienia

Dr Olga Olszewska, specjalista psychiatra oraz

psychiatra dzieci i młodzieży w swoim wystąpieniu zajęła się depresją młodzieńczą, próbami samobójczymi i okaleczeniami. Słuchacze dowiedzieli się m.in., jakie są objawy depresji, która może być jednocześnie przyczyną i skutkiem niepowodzeń szkolnych. Przejawy depresji w okresie dzieciństwa i młodości są niedojrzałe i niecharakterystyczne. Często przypominają przejawy innych stanów i zaburzeń. Rozpoznanie ich wymaga dużego wysiłku.



dr Olga Olszewska podczas wystąpienia

Natomiast problem depresyjności dzieci i młodzieży przedstawiła dr Kinga Mickiewicz-Stopa, psycholog, psychoterapeuta i socjoterapeuta. Prelegentka rozwinęła temat depresyjności u najmłodszych na przykładach pracy z nimi.

Konferencja zgromadziła około 160 dyrektorów szkół, nauczycieli, pedagogów, psychologów i zainteresowanych tematyką osób pracujących z dziećmi i młodzieżą. Temat okazał się bardzo aktualny w kontekście dużej liczby samobójstw i podjętych prób samobójczych przez młodzież i dzieci w Polsce. Komenda Główna Policji podaje, że w 2018 roku 746 nastolatków w wieku od 13 do 18 lat próbowało popełnić samobójstwo. Skala objawów depresyjnych nawet u małych dzieci jest olbrzymia, dlatego im wcześniej zacznie się pracować z dzieckiem, tym szansa na poradzenie sobie z problemem jest większa. Problem jest ważny w kontekście społecznym, zdrowia społeczeństwa.

Konferencję uświetnił występ artystyczny studentki Akademii Muzycznej w Bydgoszczy.

Monika Głowacka, Dorota Łańcucka
KPCEN we Włocławku

W stronę potrzeb nowoczesnej szkoły - konferencja *Wielokulturowość w edukacji*

Konferencja *Wielokulturowość w edukacji* zorganizowana 24 października 2019 roku przez Kujawsko-Pomorskie Centrum Edukacji Nauczycieli we Włocławku okazała się sukcesem frekwencyjnym i cennym doświadczeniem merytorycznym. **Dyrektor Grażyna Troszyńska** powitała znakomite grono nauczycieli, dyrektorów szkół i placówek, wychowawców, bibliotekarzy, pracowników poradni psychologiczno-pedagogicznych, muzeów, instytucji kultury, organizacji pozarządowych (w tym przedstawicieli Unii Europejskich Federalistów z Łodzi) oraz przedstawicieli jednostek samorządu terytorialnego. **Wydarzenie swoim patronatem objęli Marszałek Województwa Kujawsko-Pomorskiego Piotr Całbecki oraz Muzeum Historii Żydów Polskich POLIN.**



Konferencja „Wielokulturowość w edukacji”

We wstępie prowadząca konferencję **Dorota Łańcucka** podkreśliła, jak ważne jest kształtowanie kompetencji międzykulturowych, a więc takich kompetencji kluczowych, jak: kompetencje obywatelskie, społeczne i osobiste. We współczesnym świecie porozumienie i dialog, znajomość innych kodów kulturowych czy światopoglądów, wymiana doświadczeń i czerpanie z różnorodności ułatwiają funkcjonowanie w wielokulturowych środowiskach, m.in.

na globalnym rynku pracy. W świecie pełnym nowych wyzwań, kształtowanie odpowiedzialnych i zaangażowanych w działania postaw pozwoli efektywniej współdziałać z innymi w tak ważnych dzisiaj kwestiach, jak na przykład zmiany klimatyczne, przeciwdziałanie nietolerancji, nienawiści czy społecznemu wykluczeniu.

Wszyscy prelegenci podzielili się wiedzą i doświadczeniem oraz zaprezentowali konkretne narzędzia przydatne m.in. w pracy z dziećmi i młodzieżą. Podczas interesującego wykładu **Tomasz Wąsik, Kierownik Działu Historycznego w Muzeum Ziemi Kujawskiej i Dobrzyńskiej we Włocławku**, wspierając się starymi zdjęciami przedstawił wielokulturowość Włocławka na przestrzeni wieków. Następnie **Dominika Cieślukowska, psycholog międzykulturowy, członkini Towarzystwa Edukacji Antydyskryminacyjnej, autorka wielu publikacji**, w dynamicznym i inspirującym wystąpieniu udowodniła, że kompetencje międzykulturowe sprzyjają rozwijaniu kreatywności, pomagają tworzyć nową jakość w relacjach, prowadzą do zbliżenia, kształtują odwagę i gotowość

do wychodzenia poza to, co znane, a tym samym ułatwiają podejmowanie trudnych decyzji. Z kolei **Julia Godorowska, reprezentująca Centrum Edukacji Obywatelskiej z Warszawy**, przybliżyła projekt *Rozmawiajmy o uchodźcach*. Inicjatywa ta pokazuje, jak rozmawiać w szkolnych klubach dobrej rozmowy o migracjach ludności, jak rozmawiać o wielokulturowości z uczniami oraz dlaczego warto, a nawet trzeba o tych problemach dyskutować w obliczu zmian, które sprawiają, że szkoły zmieniają się w placówki wielokulturowe.

Czwarta prezentacja przygotowana przez **Annę Szajerską, anglistkę w Zespole Szkół Technicznych w Lipnie, trenerkę, autorkę programów szkoleń i współautorkę materiałów szkoleniowych ORE**, dotyczyła rozwoju kompetencji w środowisku wielokulturowym na przykładzie Erasmusa „All together learning at school”. W ramach trzyletniej współpracy szkoły partnerskie biorące udział w projekcie w różnych częściach Europy pracowały za pomocą różnorodnych innowacyjnych aktywności, takich jak: *mindfulness* (trening uważności), *gymkhana* (gra miejska), *projekty międzyprzedmiotowe*, *metoda VO-CES8* (łączenie muzyki z nauką liczenia, czytania, pisanie oraz języków obcych), *flashmob* (przygotowanie układu choreograficznego z elementami narodowymi przy wtórze piosenki nowoczesnej). W ostatnim wystąpieniu zatytułowanym *Wielokulturowość w systemie edukacji hiszpańskiej na przykładzie Andaluzji* Dyrektor KPCEN **Grażyna Troszyńska** podzieliła się refleksjami z wizyty studyjnej. Podczas wizyty pracownicy placówki odwiedzili dwie szkoły podstawowe, uniwersytet w Sewilli oraz Fundację Malaga Acoge – organizację pozarządową wspierającą imigrantów w Maladze. Przyjemnością było zapoznanie się z zasadami panującymi w szkole podstawowej i przedszkolu San Jose Obero w Sewilli. Podczas zwiedzania na każdym kroku uwidaczniały się kompetencje niezbędne w pracy w wielokulturowej placówce: poszanowanie różnorodności, otwartość, komunikacja i elastyczność. Uatrakcyjnieniem wystąpienia dyrektor Grażyny Troszyńskiej było przybliżenie idei międzynarodowego projektu „Jak brzmi twoja szkoła”, w wyniku którego powstał utwór muzyczny będący mieszanką dźwięków z różnych kultur.

dr Dominika Wojtasińska
KPCEN w Toruniu

Edukacja przyszłości

Nauczyciel i uczeń w przyszłości – jaki nauczyciel i uczeń, w jakiej przyszłości? Proste pytania, trudniejsze odpowiedzi. Konferencję *Nauczyciel i uczeń w przyszłości* zorganizowaliśmy 14 listopada 2019 roku we współpracy z Toruńskim Ośrodkiem Doradztwa Metodycznego i Doskonalenia Nauczycieli. W auli TODMiDN zgromadziło się ok. 120 osób zainteresowanych edukacją przyszłości. Gości – m.in. Marię Mazurkiewicz, kujawsko-pomorskiego kura-

Po przerwie kawowej i poczęstunku w ramach ostatniego punktu programu odbyły się dwa warsztaty. Zajęcia pod hasłem: *Jedna Polska, wiele kultur. II Rzeczpospolita w pamięci świadków* prowadziła **Monika Koszyńska, Kierowniczka Sekcji Programów dla Nauczycieli z Działu Edukacji w Muzeum Historii Żydów Polskich POLIN w Warszawie**. Druga grupa warsztatowa zrealizowała temat *Czego oczekują nie widzą, czyli ekspresowy kurs kompetencji międzykulturowych* pod kierunkiem pomysłodawczyni, **Dominiki Cieślakowskiej**.

Organizatorów konferencji, prelegentów i zaproszonych gości z różnych środowisk połączyła piękna myśl sformułowana przez przedstawiciela Fundacji Malaga Acoge: „**Mamy jeden świat, który należy do nas wszystkich**”.

Gospodarzem spotkania był **Zakład Aktywności Zawodowej we Włocławku**. Tematy zaprezentowane przez doświadczonych prelegentów wpisały się w jeden z podstawowych kierunków polityki oświatowej państwa na bieżący rok szkolny: *Wychowanie do wartości przez kształtowanie postaw obywatelskich i patriotycznych*, priorytet Kujawsko-Pomorskiego Kuratora Oświaty: *Kształtowanie odpowiedzialności i postaw obywatelskich uczniów poprzez działania wynikające z inicjatyw uczniowskich*, a także w jeden z ośmiu rekomendowanych przez Kuratorium Oświaty w Bydgoszczy obszarów w pracy placówek doskonalenia zawodowego nauczycieli: *Kształtowanie postawy poszanowania godności drugiego człowieka jako podstawy budowania właściwych relacji i klimatu szkoły, m.in. z wykorzystaniem umiejętności komunikacji*.

tora oświaty i Krzysztofa Bylickiego, dyrektora delegatury KO w Toruniu – przywitała dyrektor TODMiDN, Joanna Waczyńska razem ze Sławomirem Żebrowskim, dyrektorem KPCEN w Toruniu i Witoldem Anusiakiem, wicedyrektorem TODMiDN.

Konferencja podzielona była na dwie części: z prelekcjami i warsztatami. Część z wystąpieniami rozpoczął Sławomir Żebrowski (KPCEN) z tematem *Jakiej szkoły potrzebują współcześni uczniowie?* W in-

interesujący sposób przedstawił oczekiwania młodzieży, wychowywanej w dynamicznie zmieniającym się świecie, pełnym nowoczesnych technologii. Jak być nauczycielem tu i teraz, a wyposażyć uczniów w kompetencje pomagające im funkcjonować w przyszłości? Czego szkoła nie uczy, a uczyć powinna? Rekonesans prelegenta ujawnił m.in. takie potrzeby uczniów: nauka organizacji czasu, kreatywności, podstaw psychologii, umiejętności negocjacji, jak zarządzać pieniędzmi i... płacić podatki. Prawdopodobne zawody przyszłości, dziś brzmiące oryginalnie, to np. inżynier tkanek, kontroler GMO, programista genów, doradca ds. opieki zdrowotnej oraz osobisty kurator cyfrowy. Czy obecna szkoła nadąża za tymi prognozami i oczekiwaniami?



Sławomir Żebrowski, dyrektor KPCEN w Toruniu podczas swojego wystąpienia

Jolanta Serocka (TODMiDN) przybliżyła zbranym wątek *Pokolenie X, Y, Z w edukacji*. Przedstawiła charakterystykę każdego z pokoleń i umowną cezurę czasową dla urodzeń w każdym z nich. Jak pokolenia X, Y, Z i „Google kids” (dzisiejsze przedszkolaki) mogą odnaleźć wspólny język? Prelegentka omówiła wpływ charakterystycznych cech każdego z pokoleń na funkcjonowanie w szkole i życiu zawodowym. Zaznaczyła różnice w oczekiwaniach, ambicjach i predyspozycjach.

Jako trzeci wystąpił Tomasz Kocur, domykając pierwszą część konferencji tematem *Rewolucja technologiczna 4.0 a edukacja przyszłości*. Od XVIII

wieku – mechanizacji produkcji przez elektryfikację aż do technologii współczesnej, umożliwiającej sieć miliardów inteligentnych połączeń: rzeczy, ludzi... Zadaniem nauczyciela jest, między innymi, nauczenie swoich podopiecznych mądrego poruszania się w tym świecie i umiejętnego wykorzystywania możliwości dostarczanych przez technologię oraz świadomości zagrożeń.

Po krótkiej przerwie uczestnicy wzięli udział w dwóch wcześniej wybranych przez siebie warsztatach, prowadzonych w większości przez konsultantów KPCEN w Toruniu i doradców metodycznych TODMiDN. Wybór był szeroki:

• *Jak przygotować uczniów do nadchodzących zmian?* Elżbieta Kwiecińska (TODMiDN) i Grażyna Szabłowicz-Zawadzka (KPCEN) zwróciły uwagę,

że w przyszłości zniknie wiele zawodów, zostaną zastąpione zupełnie nowymi, zmieni się charakter pracy, pracodawcy oczekiwać będą innych kompetencji – wspólnie z uczestnikami zajęć próbowały znaleźć odpowiedzi, jak przygotować uczniów do funkcjonowania w tej dynamicznie rozwijającej się rzeczywistości.

• *Gra symulacyjna jako metoda nauczania* – Agnieszka Przybyszewska i Zofia Spalińska (KPCEN Toruń) zaproponowały warsztaty w formie gry symulacyjnej, rozwijającej kompetencje społeczne, matematyczne i przedsiębiorczość, czyli umiejętności przydatne we współczesnym świecie i w czekającej uczniów przyszłości.

• *Kompetencje kluczowe a nauczanie przedmiotowe* – Maria Klaban (TODMiDN) na zajęciach przedstawiła kompetencje kluczowe, ich elementy składowe i odniosła je do podstawy programowej. Zwróciła uwagę, że zalecenia Rady UE dotyczące kompetencji kluczowych są odpowiedzią na wyzwania przyszłości.

• *Nauczanie XXI wieku – praca zespołowa* – Michał Szymczak (TODMiDN) pokazał,

jak projektować lekcje umożliwiające uczniom pracę w zespole – umiejętność bardzo pożądaną przez przyszłych pracodawców.

• *Wykorzystanie technologii geoinformacyjnych na lekcjach geografii* – warsztaty Rafała Kota (UMK Toruń) pokazały, jak systemy informacji geograficznej wymagają od użytkownika integracji wiedzy i praktycznego wykorzystania umiejętności.

• *Tutoring – wybrane narzędzia wspierania ucznia w rozwoju* – Dominika Warska (ZSMEiE Toruń) przedstawiła rolę tutora i jego pracę podczas indywidualnych spotkań z uczniem, mającą na celu ukie-
runkowanie jego rozwoju osobistego.

- *Piktogramy i kody QR – szybka sonda i podchody* to warsztaty Tomasza Kocura (TODMiDN), który zaproponował pracę z aplikacją Plickers do przeprowadzenia i analizowania sondy uczniowskiej. Na zajęciach poruszył także wątek wykorzystania kodów QR oraz oceniania kształtującego z technologią IT.
- *Strategia wyprzedzająca w nauczaniu* – Barbara Iwanowska (KPCEN Toruń) poprowadziła warsztaty metodą lekcji odwróconej. Wykorzystała dwa krótkometrażowe filmiki, przeprowadziła quiz i zaaranżowała dyskusję, a także pokazała sposoby wykorzystania kodów QR w edukacji.
- *Mapy myśli* – Elżbieta Tomaszewska (TODMiDN) pokazała, jak tworzyć notatki ułatwiające porządkowanie myśli i zapamiętywanie informacji.
- *Nowy wymiar edukacji – Microsoft Teams* – warsztaty Michała Szymczaka (TODMiDN) przybliżyły nauczycielom narzędzie Microsoft, dzięki któremu łatwiej jest przydzielać prace domowe, zlecać krótkie zadania, mieć wgląd w zeszyty uczniowskie i przeprowadzać odwrócone lekcje.
- *Praca metodą projektu – WebQuest* – Aleksandra

Pietkiewicz-Graczyk (TODMiDN) zwróciła uwagę na zalety pracy metodą projektu, m.in. na integrację wiedzy z różnych obszarów i pokazała etapy pracy.

- *Notatka graficzna w szkole* – na zajęciach u Ewy Kondrat (KPCEN Toruń) uczestnicy zapoznali się z zasadami tworzenia notatek graficznych, w praktyce stosowali proste schematy rysunkowe i dowiedzieli się, jak wykorzystać je w pracy z uczniami.

Nauczyciele uznali wystąpienia za inspirujące, a warsztaty za pomocne i otwierające na kreatywne myślenie o edukacji i zachęcające do wykorzystywania nowych technologii.

„Słaby nauczyciel opowiada. Dobry nauczyciel wyjaśnia. Bardzo dobry nauczyciel demonstruje. Genialny nauczyciel inspiruje” – stwierdził William Arthur Ward. Trzeba być prekursorem zmian, podejmować wyzwania, nieustannie się doskonalić, żeby być dla swoich uczniów kompanami w poznawaniu teraźniejszości i zdołać dać im kompas do poruszania się w przyszłości. Zainteresowanie i zaangażowanie uczestników konferencji dowodzi, że są gotowi sprostać temu wyzwaniu.

dr Krzysztof Rochowicz
KPCEN w Toruniu/UMK
Małgorzata Trzeciak
KPCEN w Toruniu

Warsztaty przyrodnicze w pracowni PASCO KPCEN w Toruniu

Pracownię PASCO w toruńskim KPCEN 28 listopada 2019 roku odwiedzili nauczyciele przedmiotów przyrodniczych polskich szkół z Białorusi, Czech, Litwy i Ukrainy. Ich przyjazd zorganizowany został przez Kujawsko-Pomorski Oddział Stowarzyszenia „Wspólnota Polska”. Gości przywitał dyrektor KPCEN Sławomir Żebrowski i Agnieszka Przybyszewska, wicedyrektor. Dyrektor KPCEN zaprosił nauczycieli do udziału w warsztatach, które przygotowali konsultanci Małgorzata Trzeciak i dr Krzysztof Rochowicz. Zajęcia pokazały, jak wykorzystując pracownię Pasco, innowacyjnie uczyć przedmiotów przyrodniczych.

Zaprezentowaliśmy nauczycielom nowoczesne metody i narzędzia wykorzystywane w nauczaniu w polskich szkołach, korzystających z pracowni mobilnych PASCO. Krzysztof Rochowicz, specjalista KPCEN w Toruniu, przedstawił krótko ogólne zało-

żenia i cele projektu, zaprezentował wykorzystywane oprogramowanie (każdy z uczestników samodzielnie poznawał podstawy działania programu SparkVue dzięki prowadzonym na bieżąco pomiarom zmian temperatury) i omówił przykłady zastosowania czujników w nauczaniu przedmiotów przyrodniczych. Czujnik ruchu to doskonałe narzędzie do zabawnego, a także pouczającego wprowadzenia podstaw kinematyki (program „Dopasuj wykres”), jak i bardziej szczegółowej analizy zmian prędkości i przyspieszenia w różnych przykładach ruchu (prostoliniowy na torze, harmoniczny na sprężynie). Dzięki czujnikowi dwutlenku węgla szybko poznajemy nie tylko nowe jednostki pomiaru (ppm – tj. części na milion), ale przede wszystkim szybko i naocznie uzmysławiamy sobie problemy zanieczyszczenia powietrza – zarówno te lokalne (w sali lekcyjnej, gdzie w ciągu kilku minut w niewietrzoną pomieszczeniu przekroczo-

ny zostaje poziom 1000 ppm, uznawany przez Światową Organizację Zdrowia za górną granicę czystości powietrza w pomieszczeniu przeznaczonym do pracy), jak i globalne (stały wzrost stężenia CO₂ w atmosferze). Czujnik CO₂ sprawdza się też doskonale jako narzędzie badawcze w procesie fotosyntezy – nauczyciele byli pod wrażeniem, że w ciągu kilku minut tak jasno i klarownie można przedstawić w praktyce podstawy tego zjawiska. Wśród innych doświadczeń, które wykonywali uczestnicy warsztatów było też m.in. badanie procesu ogrzewania i temperatury wrzenia wody słodkiej i słonej, badanie siły wyporu (prawa Archimedes’a) oraz wskaźnika pH różnych substancji (wody w kilku wariantach, coli i nieróżniącego się od niej pod tym względem kwasu octowego oraz mydła w płynie).

Z kolei Małgorzata Trzeciak, konsultantka KPCEN ds. nowoczesnych technologii w przedmiotach przyrodniczych, przygotowała bardzo ciekawe przykłady wykorzystania mikroskopów cyfrowych w nauczaniu oraz możliwość zmierzenia poziomu promieniowania jonizującego przy pomocy prostego urządzenia (Smart Geiger) podłączanego do gniazda smartfona. Tu też nauczyciele podkreślali zalety tego typu rozwiązań – szybkie i efektywne wyniki, możliwość obejrzenia pod mikroskopem dowolnych obiektów bez konieczności

żmudnego przygotowywania preparatów – oraz wykazali się pomysłowością i kreatywnością, proponując własne pomysły i na bieżąco je sprawdzając.



Wykorzystanie pracowni Pasco

Na zakończenie dyrektor KPCEN Sławomir Żebrowski oprowadził gości po placówce i opowiedział o pracy wszystkich pracowników KPCEN i konsultantów. Spotkanie przebiegło w miłej atmosferze, a przedstawiciele zamawiającego je Stowarzyszenia podkreślali, jak duże ma ono znaczenie edukacyjne dla nauczycieli w krajach, w których nowoczesne technologie zaczynają być wprowadzane do szkół.

Agnieszka Majek, Hanna Sztuka
Szkoła Podstawowa nr 34 w Toruniu

Szkoły partnerskie – toruńska podstawówka i mołdawskie liceum

„Wszyscy Polacy to jedna rodzina” – o prawdziwości słów tej piosenki mogliśmy przekonać się z autopsji. Współpraca szkół partnerskich „Razem dla Edukacji” – „Rodzina Polonijna” Szkoły Podstawowej nr 34 im. T. Halika w Toruniu oraz mołdawskiej - Liceum im. M. Gogola w Kiszyniowie w ramach porozumienia ze Stowarzyszeniem „Wspólnota Polska” – „Razem dla Edukacji” umożliwiła wyjazd do Mołdawii i spotkanie tamtejszego środowiska polonijnego.

W wizycie studyjnej w Mołdawii (17–23.09.2019) brało udział 5 nauczycieli i 5 uczniów z najstarszych klas z Polski. Zostaliśmy powitani bardzo serdecznie i gościnnie, zaprezentowano nam mały program koncertowy. Uczniowie z liceum w Kiszyniowie, do którego uczęszczają dzieci i młodzież w wieku: 7–18 lat, recytowali z podziałem na role i w przebraniu wiersz Jana Brzechwy *Na straganie*, prezentując swoją doskonałą znajomość języka polskiego z lekkim śpiewnym akcentem i charakterystyczną miękkością

w wymawianiu spółgłosek. Niektórzy śpiewali, grali na fletach, akordeonach, gitarach... Poczuliśmy się wzruszeni i wyróżnieni. Zostały „przełamane pierwsze lody”.

W Kiszyniowie prowadzone są tzw. klasy polskie, czyli takie, które uczą się języka polskiego. Najczęściej są to grupy językowe w konkretnych klasach, pół klasy doskonalili język polski, a pół język niemiecki. Okazuje się, że nasz ojczysty język wybierają nie tylko potomkowie Polaków, ale i osoby, które wiążą swoją przyszłość z Polską, na przykład chcą u nas dalej się kształcić lub pracować.



Goście z Mołdawii na warsztatach pieczenia piernika

Mieliśmy możliwość obserwowania kilku lekcji w szkole w języku rosyjskim. Najważniejszym i budzącym najwięcej emocji elementem wyjazdu dla uczniów wydawał się moment pobytu w mołdawskim domu i gra miejska w Kiszyniowie, kiedy to mogli zacieśnić swoje więzy z nowo poznanymi kolegami i koleżankami. Taki indywidualny kontakt zawsze zbliża najbardziej ludzi z różnych kultur.

Ciekawym doświadczeniem była też wizyta w Ambasadzie Rzeczypospolitej Polskiej w Mołdawii i spotkanie z ambasadorem Bartłojem Zduniukiem, który wyjaśnił uczniom, na czym polega jego praca i z jakimi problemami się spotyka, zwrócił uwagę na to, jak ważna jest nauka i wiedza, którą zdobywają i którą potem będą mogli wykorzystać w różnych sytuacjach życiowych.

W Biłcach odwiedziliśmy Dom Polski, gdzie

prowadzony jest kurs języka polskiego dla osób dorosłych oraz wydaje się gazetę „Polonia Mołdawska”. W Styrczy, zwanej „Małą Warszawą”, uczestniczyliśmy we mszy świętej w kościele polskim (w języku polskim i rosyjskim) oraz zwiedziliśmy muzeum z pamiątkami po pierwszych rodakach tu osiadłych. Jako ciekawostkę zaliczyliśmy wizytę w Tyraspolu, stolicy Naddniestrza, państwa, którego nie ma na mapach...

Na każdym kroku przekonywaliśmy się, jak ważne są same spotkania z ludźmi ze środowiska polonijnego, poczucie jedności, uścisk dłoni, wymiana doświadczeń, wspomnienia. Nasi rodacy, którzy są poza granicami dzisiejszej Polski, chcą czuć, że ojczyzna o nich pamięta i ich wspiera, choćby mentalnie. Oni marzą o Polsce i znają ją z opowieści dziadków, pradziadków.

Rewizyta naszych gości z Mołdawii odbyła się z kolei 25.10–31.10.2019 roku. Z Liceum im. M. Gogola w Kiszyniowie przyjechało również 5 nauczycieli i 5 uczniów ze starszych klas. Zanim dotarli do Torunia, zwiedzili jeszcze naszą dawną stolicę – Kraków (Stare Miasto, Smoczą Jamę, Wawel, Uniwersytet Jagielloński, Kościół Mariacki).

Zachwylił ich też Toruń i jego osobliwości, które mogli poznać, uczestnicząc w grze miejskiej „Śladami toruńskich legend”, biorąc udział w warsztatach pieczenia piernika w Toruńskim Muzeum Piernika, kręcenia lizaków w Manufakturze Cukierków w Manufakturze Czekolady czy oglądając seans w Planetarium.

Zapoznali się też ze Szkołą Podstawową im. T. Hallika nr 34 w Toruniu, obejrzeli tu program artystyczny, prezentację z miasta i kontaktu polsko-mołdawskiego oraz kilka lekcji. Uczestniczyli w warsztatach językowych z języka polskiego „W Szczepreszynie chrząszcz brzmi po polsku”. Jeden dzień spędzili z polskimi rodzinami, co zaowocowało większą integracją i udoskonaleniem porozumiewania się w języku polskim czy nawiązaniem przyjaźni. Niektórzy zadeklarowali się, że przyjadą do Polski na studia.

Projekt „Razem dla Edukacji” przyniósł oczekiwane efekty i obopólny zysk. Uczniowie z Mołdawii zobaczyli kraj swoich przodków, a ci z Polski poczuli się krzewicielami polskości, gdzie indziej tak pożądanej. Może poczuli się nawet większymi patriotami? Obie strony polubiły się, nawiązały kontakt w języku polskim, także poprzez komunikatory internetowe, a obecnie czekają na wspólną „zieloną szkołę”.

Asertywność - ważna umiejętność społeczna

Asertywność to umiejętność pełnego wyrażania siebie w kontakcie z innymi osobami. Zachowanie asertywne oznacza bezpośrednie, uczciwe i jednoznaczne wyrażenie swoich uczuć, postaw, opinii lub potrzeb, ale w taki sposób, który nie naruszy dóbr, praw czy interesów innych osób. Jest więc przeciwieństwem zachowania agresywnego, ponieważ oznacza korzystanie z osobistych praw. Asertywność związana jest z poczuciem własnej godności i szacunkiem dla samego siebie. Nie jest umiejętnością wrodzoną. Wynika z nauczania się w różnych sytuacjach określonego sposobu przeżywania i reagowania. Asertywność jest zmienna. Zależy od sytuacji i osób, z którymi mamy kontakt.

Do podstawowych umiejętności asertywnych zalicza się takie, jak:

- obrona swoich praw
- wyrażanie uczuć pozytywnych i negatywnych
- przyjmowanie uczuć i opinii innych osób
- stanowienie swoich praw
- wyrażanie osobistych opinii i przekonań
- zabieranie głosu na szerszym forum (występy publiczne)
- asertywna reakcja na własne poczucie krzywdy lub winy (wg M. Król-Fijewska).

Asertywność ma wpływ na wszystkie aspekty naszego życia, począwszy od codziennych obowiązków, a na ważnych życiowych decyzjach kończąc. Przynosi bardzo wiele korzyści.

Zachowując się asertywnie:

- umacniasz swoją pewność siebie
- sprawiasz, że inni naprawdę cię rozumieją
- czujesz się lepiej, wyrażając otwarcie swoje uczucia
- jesteś otwarty na ludzi, mówiąc o swoich uczuciach
- twoje związki z ludźmi opierają się na prawdzie i szczerości
- nie boisz się podejmowania ryzyka
- potrafisz akceptować swoje słabości i korzystać ze swoich mocnych stron
- nawet jeśli nie osiągasz zamierzonego celu, samo podejmowanie próby daje ci satysfakcję (wg E. Gillibrand, J. Mosley).

Osoba asertywna:

- uważnie słucha swoich rozmówców
- zwraca uwagę na potrzeby i pragnienia innych osób
- jasno i szczerze wyraża swoje uczucia i przedstawia pomysły
- szanuje siebie i innych
- bez obaw zadaje pytania

- jest uczciwa wobec siebie i innych
- nie jest uzależniona od akceptacji otoczenia
- jest świadoma własnych praw
- respektuje prawa innych
- zdaje sobie sprawę z odpowiedzialności za swoje czyny i decyzje.

Osoba asertywna posługuje się między innymi takimi sformułowaniami:

- chciałabym...
- myślę, że...
- co myślisz o ...
- czy zgodziłbyś się, aby...

Język ciała osoby asertywnej:

- bezpośredni kontakt wzrokowy z rozmówcą
- spokojny, opanowany głos
- swobodne ruchy.

Swoją asertywność należy rozwijać w taki sposób, który najbardziej pasuje do naszej osobowości. Należy także pamiętać o tym, że asertywne zachowanie wcale nie gwarantuje otrzymywania zawsze tego, czego się chce. Jednakże umiejętność przejawiania postawy asertywnej pomaga nam kontrolować swoje zachowanie, a otwarte wyrażanie jasno sprecyzowanych własnych opinii przyczynia się do podniesienia samooceny.

Zdaniem Eileen Gillibrand i Jenny Mosley bazą do rozwoju asertywności powinna być świadomość własnych praw i praw innych ludzi. Częste wracanie do nich z reguły wzmacnia i pomaga w nauce asertywnego zachowania.

Twoje prawa:

- mam prawo być sobą
- mam prawo być traktowana na równi z innymi
- mam prawo mieć swoje zdanie
- mam prawo wyrażać swoje uczucia
- mam prawo dokonywać wyboru
- mam prawo nie mieć racji
- mam prawo oświadczyć, że czegoś nie rozumiem,
- mam prawo prosić o to, czego pragnę.

Niezwykle istotnym elementem asertywnego zachowania jest komunikacja asertywna. Autorki wymieniają pięć najważniejszych elementów takiej komunikacji:

- zwracaj się bezpośrednio do osoby, z którą rozmawiasz i jasno precyzuj, co chcesz jej przekazać
- z przekonaniem komunikuj, co myślisz i czujesz
- mów, czego naprawdę pragniesz
- pytaj o zdanie osobę, z którą rozmawiasz i wysłuchaj, co ma ci do powiedzenia

- szukaj kompromisowego wyjścia z sytuacji.

Trudne i skomplikowane? Sądzę, że nie. Wymaga po prostu racjonalnej oceny sytuacji, odwołania się do własnej inteligencji emocjonalnej (jak to ze mną jest?), włączenia samokontroli, uważności i ćwiczeń.

Z reguły wiemy, że nie należy „przyklejać etykiet i łatek”, że jest to wychowawczym grzechem, ale czy zawsze tę wiedzę stosujemy? Spróbuj to zmienić. Najprościej powiedzieć osobie, w której zachowaniu coś ci się nie podoba, co to konkretnie jest: że nie sprząta po sobie (że jest leniem – zakazane), że bywa arogancki (że arogant – zakazane), że buty są brudne (że fletuch – zakazane). Zawsze nazywaj sedno sprawy – złe zachowanie. Dołóż starań, aby mówić treściwie i krótko.

Nie daj się ponieść emocjom. Spokojnie powiedz, że złości cię złe zachowanie, a nie sama osoba („złości mnie siorbanie zupy”).

Efektywności rozmowy ani działania nigdy nie podnosi robienie aluzji, sugestie, narzekanie czy agresja. Bardziej prawdopodobne jest spełnienie twojej prośby lub pragnienia, jeśli je po prostu nazwiesz i o nie wprost poprosisz.

Aby komunikacja miała sens, potrzebne jest zrozumienie, wsłuchiwanie się w wypowiedzane słowa, niewerbalne dawanie do zrozumienia, że jesteś wszystkim zainteresowana, że starasz się zrozumieć punkt widzenia rozmówcy. Nie musi to jednak oznaczać, że całkowicie z nim się zgadzasz.

Nie zostawiaj problemów nierozwiązanych. Staraj się dojść z rozmówcą do kompromisu. Upewnij się jednak, że wspólnie powzięte rozwiązanie jest dobre dla obu stron.

Dość złożone jest asertywne reagowanie na złość i agresję innych. Nie możesz bowiem wpływać na zachowanie ludzi, ale możesz kontrolować reakcje własne na takie zachowania i minimalizować ich negatywny wpływ na twoją psychikę. Ważne jest to, aby w sytuacji, w której masz do czynienia z agresją (wściekły rodzic), nie brać do serca wypowiedzanych w złości słów. Należy też zdawać sobie sprawę z tego, że agresja, którą jesteś dotknięta, najprawdopodobniej ma podłoże całkowicie niezwiązane z twoją osobą. Może być także przejawem niskiego poczucia własnej wartości, ukrywanego braku poczucia bezpieczeństwa. Dobrze być świadomym źródła agresji, z którą masz do czynienia, łatwiej wówczas na nią zareagować, ale nie zawsze jest to możliwe. Reagowanie agresją na agresję, stwarza szansę na jej pogłębienie i zaostrzenie sytuacji. Wybuch wściekłości może stworzyć ci poczucie dużego dyskomfortu i złości na siebie. Pasywna reakcja na agresję innych może być najrozsądniejszym rozwiązaniem. Istnieje jednak niebezpieczeństwo, że unikanie konfrontacji i ukrywanie uczuć może stać się nawykowym sposobem rozwiązywania trudnych problemów i doprowadzić do utraty umiejętności asertywnego komunikowania swoich uczuć.

Aby opanować nerwy, będąc przedmiotem agresji, można wykorzystać następujące wskazówki (wg Eileen Gillibrand i Jenny Mosley):

- weź głęboki oddech - stosuj techniki relaksacyjne, myśl pozytywnie, dasz radę
- słuchaj uważnie - utrzymuj kontakt wzrokowy, nie uśmiechaj się, ogranicz gesty
- upewnij się, że rozumiesz rozmówcę i znasz motyw, jakimi się kieruje – zadawaj pytania, proś o wyjaśnienie. Twój głos musi być opanowany
- powiedz, co myślisz i czujesz – np. nie mogę się z tobą zgodzić co do...
- jeśli reakcje na twoje wypowiedzi są w dalszym ciągu negatywne, ogranicz je do minimum, niech będą krótkie, treściwe i stanowcze. Zaakcentuj swoje negatywne uczucia wywołane tą sytuacją
- jeśli rozmówca nadal jest agresywny, powiedz, jakie będą konsekwencje takiego zachowania – mów spokojnym, stanowczym głosem (Aniu, jeśli nie potrafisz o tym rozmawiać, nie podnosząc głosu, może spotkamy się innym razem).

Zarówno w życiu prywatnym, jak i zawodowym bardzo ważnym elementem komunikacji jest asertywna odmowa, mówienie „nie”. A oto korzyści, jakie przynosi ze sobą szczere, proste i bezpośrednie powiedzenie „nie”:

- zajęcie się tym, co naprawdę chcesz czy musisz zrobić
- zyskanie podziwu i zaufania ludzi, którzy rozumieją twoje uczucia i decyzję
- zwiększenie pewności siebie koniecznej przy podejmowaniu decyzji
- wzrost szacunku dla siebie
- rozwijanie opartych na szczerości i otwartości związków z ludźmi, zarówno na płaszczyźnie zawodowej, jak i prywatnej.

Bywa tak, że osoba, której mówimy „nie” czuje się osobiście dotknięta. Wykażmy wówczas zainteresowanie jej uczuciami, dając tym samym możliwość na wyrażenie ich oraz uświadamiając jej, że nie myślimy wyłącznie o sobie i własnym samopoczuciu. Można także zaproponować alternatywne rozwiązanie. Jeśli odmawiając asertywnie, czujesz pewien dyskomfort, pomyśl o tym, że ćwiczenie czyni mistrza i z czasem będzie to zupełnie łatwym zadaniem.

Stosując zachowania asertywne, zyskujesz zdolność wprowadzania różnorodnych zmian w poszczególnych aspektach swojego życia prywatnego i zawodowego, a także zdecydowanie zwiększasz swoje szanse na realizację wszystkich zamierzeń i wyznaczonych celów. Spróbuj. Do odważnych świat należy.

Bibliografia:

1. E. Gillibrand, J. Mosley, Do odważnych (kobiet) świat należy. Poradnik rozwoju profesjonalnego i osobistego, wyd. finansowane z funduszy Programu PHARE Unii Europejskiej-Program TERM, 1995
2. M. Król-Fijewska, Trening asertywności, IPZiT, Warszawa 1992

Danuta Frankowska
KPCEN w Bydgoszczy

Co nowego przyniosło rozporządzenie o opiece zdrowotnej nad uczniami?

Od 12 września 2019 roku obowiązuje ustawa o podstawowej opiece zdrowotnej nad uczniami. Jest ona niezwykle ważna dla zdrowia polskich dzieci i młodzieży. Dzięki niej każda szkoła podstawowa i ponadpodstawowa w całym kraju będzie mieć do dyspozycji lekarza dentystę oraz pielęgniarkę środowiskową nauczania i wychowania lub higienistkę szkolną.



Nowe przepisy kładą również bardzo duży akcent na zapewnienie bezpiecznego środowiska szkolnego sprzyjającego zdrowiu:

- promocję zdrowia
- działania profilaktyczne
- edukację zdrowotną.

Wdrożone regulacje podnoszą rangę promocji zdrowia, profilaktyki i edukacji zdrowotnej.

Dla zachowania zdrowia wprowadzono działania wzmacniające rolę opieki zdrowotnej nad uczniami w szkole, obejmującej również profilaktyczną opiekę zdrowotną i stomatologiczną. Opieka zdrowotna ma na celu ochronę zdrowia uczniów oraz kształtowanie postaw prozdrowotnych i odpowiedzialności za własne zdrowie. Realizowana i sprawowana w szkole nad uczniami będzie do ukończenia 19 roku życia, a w przypadku uczniów posiadających orzeczenie o potrzebie kształcenia specjalnego – do ukończenia szkoły ponadpodstawowej. Podobnie jest z opieką stomatologiczną. Przed objęciem uczniów przewlekłe chorych lub niepełnosprawnych opieką wyma-

gana jest pisemna zgoda rodziców albo pełnoletnich uczniów. Opieka zdrowotna nad uczniami jest sprawowana we współpracy z ich rodzicami oraz pełnoletnimi uczniami i finansowana ze środków publicznych. Określono również, iż opiekę zdrowotną nad uczniami w szkole będą sprawować: pielęgniarka środowiska nauczania i wychowania albo higienistka szkolna oraz lekarz dentysta. W edukacji zdrowotnej i promocji zdrowia jamy ustnej może uczestniczyć również higienistka stomatologiczna w ramach współpracy z lekarzem dentystą udzielającym świadczeń stomatologicznych finansowanych ze środków publicznych.

ORGANIZACJA OPIEKI ZDROWOTNEJ NAD UCZNIAMI

W obecnych przepisach jednoznacznie została ustalona odpowiedzialność organu prowadzącego szkołę i dyrektora szkoły za zapewnienie w szkole warunków do realizacji profilaktycznej opieki zdrowotnej oraz stomatologicznej nad uczniami.

ORGAN PROWADZĄCY SZKOŁĘ

Organ prowadzący szkołę, czyli odpowiednia władza samorządowa, zapewnia uczniom możliwość korzystania z gabinetów: profilaktyki zdrowotnej oraz stomatologicznego.

Gabinety powinny co do zasady działać w każdej szkole, pierwszy prowadzony przez pielęgniarkę środowiska nauczania i wychowania lub higienistkę szkolną, a drugi przez lekarza dentystę, w tym przypadku może on również funkcjonować w gabinecie dentystycznym poza szkołą albo dentobusie. Podmioty świadczące opiekę zdrowotną w czasie udzielania świadczeń zdrowotnych są zobowiązane do zachowania w tajemnicy informacji związanych ze stanem zdrowia uczniów, z uwzględnieniem poszanowania ich intymności i godności. Ponadto profilaktyczna opieka zdrowotna i opieka stomatologiczna jest obowiązana do przestrzegania praw pacjenta (*Ustawa o prawach pacjenta i Rzecznika Praw Pacjenta z dnia 8 listopada 2008 r. ; Dz. U. z 2017 r. poz. 1318 z późn. zm.*).

Natomiast świadczenia zdrowotne w zakresie promocji zdrowia, edukacji zdrowotnej i profilaktyki będą mogły być udzielane w sytuacji braku sprzeciwu rodziców oraz pełnoletnich uczniów. Z zastrzeżeniem obowiązku przekazywania tym osobom informacji o zakresie opieki zdrowotnej oraz prawa zgłoszenia sprzeciwu. O prawie do wyrażania sprzeciwu rodzice dowiadują się na pierwszym zebraniu rodziców a pełnoletni uczniowie na pierwszych zajęciach z wychowawcą. Dodatkowo informacja o zakresie opieki zdrowotnej udzielanej uczniom będzie umieszczana w miejscu ogólnodostępnym w szkole (np. na stronie internetowej szkoły, w bibliotece, w sekretariacie szkoły, w gablotach rady rodziców, samorządu uczniowskiego, informacjach ogólnych szkoły...).

DYREKTOR SZKOŁY

Rola dyrektora szkoły w organizacji opieki zdrowotnej nad uczniami:

- jest podmiotem zapewniającym warunki organizacyjne tej opieki
- nadzoruje poprawność przekazania rodzicom uczniów lub pełnoletnim uczniom na początku roku szkolnego informacji o zakresie opieki zdrowotnej oraz o prawie do wyrażenia sprzeciwu względem sprawowanej nad uczniami profilaktycznej opieki zdrowotnej oraz opieki stomatologicznej w zakresie profilaktycznych świadczeń stomatologicznych dla dzieci i młodzieży do ukończenia 19 roku życia, w tym prowadzonej w dentobusie
- nadzoruje umieszczenie ww. informacji w miejscu ogólnie dostępnym w szkole
- wskazuje rodzicom uczniów lub pełnoletnim uczniom na związek opieki stomatologicznej w zakresie świadczeń ogólnodostępnych dla dzieci i młodzieży do ukończenia 18 roku życia, z wymaganą ich pisemną zgodą na ten fakt, wyrażoną przed udzieleniem świadczenia zdrowotnego, po uzyskaniu od lekarza przystępnej informacji o stanie zdrowia pacjenta, rozpoznaniu, proponowanych oraz możliwych metodach diagnostycznych i leczniczych, dających się przewidzieć następstwach ich zastosowania albo zaniechania, wynikach leczenia oraz rokowaniu (odwołanie do zapisu art. 9 ust. 2 ustawy o prawach pacjenta)
- współpracuje z podmiotami sprawującymi opiekę zdrowotną nad uczniami oraz z rodzicami w przypadku wystąpienia problemów zdrowotnych lub higienicznych, w oparciu o procedury organizacyjne postępowania
- wyraża zgodę na obecność pielęgniarki środowiska nauczania i wychowania lub higienistki szkolnej lub opiekuna faktycznego podczas transportu ucznia przez zespół ratownictwa medycznego do szpitala (do czasu przybycia rodziców), po podjęciu decyzji przez kierownika zespołu ratownictwa medycznego o obecności jednej z wymienionych osób podczas

tego transportu ucznia

- uczestniczy, we współpracy z pielęgniarką środowiska nauczania i wychowania albo higienistką szkolną, nauczycielami i pedagogiem szkolnym przy podejmowaniu działań w zakresie edukacji, zdrowotnej i promocji zdrowia, z uwzględnieniem potrzeb zdrowotnych uczniów oraz rozpoznanych czynników ryzyka dla zdrowia uczniów szkoły
- przyjmuje doradztwo pielęgniarki środowiska nauczania i wychowania albo higienistki szkolnej w sprawie warunków bezpieczeństwa uczniów, organizacji posiłków i warunków sanitarnych w szkole
- wnioskuję o przedstawienie przez pielęgniarkę środowiska nauczania i wychowania lub higienistkę szkolną zagadnień z zakresu opieki zdrowotnej i promocji zdrowia uczniów na zebraniu rady pedagogicznej z zachowaniem tajemnicy o stanie zdrowia uczniów
- uczestniczy, we współpracy z innymi podmiotami (lekarz podstawowej opieki zdrowotnej, rodzice, pełnoletni uczniowie, pracownicy szkoły), koordynowanej przez pielęgniarkę środowiska nauczania i wychowania lub higienistkę szkolną, w zapewnieniu właściwej opieki nad uczniami niepełnosprawnymi lub przewlekle chorymi w szkole
- zapewnia pracownikom szkoły szkolenia lub inne formy zdobycia wiedzy na temat sposobu postępowania wobec uczniów przewlekle chorych lub niepełnosprawnych, odpowiednio do potrzeb zdrowotnych tych uczniów.

PIELĘGNIARKA ŚRODOWISKA NAUCZANIA

I WYCHOWANIA LUB HIGIENISTKA SZKOLNA

Pielęgniarka środowiskowa nauczania i wychowania lub higienistka szkolna według założeń nowych przepisów pełnią rolę koordynującą. Ustawa wyznacza pielęgniarkom i higienistkom szkolnym bardzo odpowiedzialne zadanie – to profilaktyczna opieka nad uczniami, ale też integracja wszelkich działań podejmowanych dla zdrowia dzieci. Osoby te powinny dobrze i sprawnie współpracować z osobami i instytucjami, które sprawują opiekę nad uczniami, np. lekarzami, rodzicami, nauczycielami, pedagogiem, dyrektorem szkoły, władzami samorządowymi.. Współdziałanie ma służyć zdrowiu dzieci, promocji zdrowia i edukacji zdrowotnej. Warto podkreślić, że pielęgniarka środowiska nauczania i wychowania lub higienistka szkolna współpracuje z dyrektorem oraz z jego pracownikami, pomimo że nie jest pracownikiem szkoły. Do jej zadań również należy współpraca z rodzicami oraz dorosłymi uczniami. Polega ona na przekazywaniu informacji o stanie zdrowia i rozwoju psychofizycznym ucznia, terminach i zakresie udzielania świadczeń, możliwościach i sposobie kontaktowania się w sprawach związanych z opieką medyczną. Ponadto ich rolą jest wspieranie rodziców lub pełnoletnich uczniów w organizacji korzystania z profilak-

tycznych badań lekarskich, badań przesiewowych, przeglądów stomatologicznych czy szczepień ochronnych. Należy też do ich zadań czuwanie nad realizacją zaleceń lekarza podstawowej opieki zdrowotnej oraz dentysty.

MONITOROWANIE, DOKUMENTOWANIE ZADAŃ Z ZAKRESU OPIEKI ZDROWOTNEJ NAD UCZNIAMI

Podmioty sprawujące opiekę zdrowotną nad uczniami prowadzą dokumentację medyczną zgodnie z odrębnymi przepisami. Dokumentacja ta jest przechowywana odpowiednio przez: pielęgniarkę środowiska nauczania i wychowania lub higienistkę szkolną w gabinecie profilaktyki zdrowotnej w szkole lub miejscu udzielania świadczeń przez świadczeniodawcę, przez okres pobierania przez ucznia nauki w danej szkole, lekarza dentystę.

W przypadku zmiany szkoły przez ucznia dokumentacja medyczna jest przekazywana, za pokwitowaniem, pielęgniarce środowiska nauczania i wychowania albo higienistce szkolnej w szkole przyjmującej ucznia. Po zakończeniu kształcenia przez ucznia pielęgniarka środowiska nauczania i wychowania albo higienistka szkolna przekazuje, za pokwitowaniem, indywidualną dokumentację medyczną absolwenta zespołowi podstawowej opieki zdrowotnej, który sprawuje nad nim opiekę zdrowotną. Podmioty sprawujące opiekę zdrowotną nad uczniami w szkole prowadzą sprawozdawczość z realizacji tej opieki zgodnie z przepisami o statystyce publicznej. Zadania w zakresie monitorowania opieki zdrowotnej nad uczniami wykonują: wojewodowie, Instytut Matki i Dziecka w Warszawie – na zlecenie ministra właściwego do spraw zdrowia.

POMOC W STANACH ZAGROŻENIA ZDROWIA

Najważniejszym zadaniem w szkole jest zapewnienie uczniom bezpieczeństwa. Dlatego należy systematycznie uaktualniać, weryfikować wewnętrzne procedury istniejące w szkole. Według przepisów BHP szkoła musi posiadać apteczkę w różnych pomieszczeniach, a nauczyciele i pozostali pracownicy muszą być przeszkoleni z zasad udzielania pierw-

szej pomocy. W nowej ustawie o opiece zdrowotnej znajdują się zapisy mówiące, iż w stanach nagłego zagrożenia zdrowotnego podczas transportu ucznia przez zespół ratownictwa medycznego do szpitala oraz w szpitalu do czasu przybycia rodziców może być obecna pielęgniarka środowiska nauczania i wychowania albo higienistka szkolna albo opiekun faktyczny (czyli ktoś, kto bez obowiązku ustawowego sprawuje opiekę nad uczniem). Decyzję o obecności jednej z tych osób podczas transportu podejmuje kierownik zespołu ratownictwa medycznego po uzyskaniu zgody dyrektora szkoły. Pielęgniarka środowiska nauczania i wychowania albo higienistka szkolna może służyć wsparciem dyrektorowi szkoły w opracowaniu procedur w zakresie bezpieczeństwa uczniów. Szkoły w swoich procedurach mogą na podstawie najczęściej występujących problemów zdrowotnych u uczniów stworzyć symulacje, w jakich po udzieleniu pierwszej pomocy sytuacjach wzywają Zespół Ratownictwa Medycznego, np.

- utrata przytomności
- złamanie kończyny
- atak epilepsji u dziecka, co do którego nie było wiedzy o takim problemie zdrowotnym.

W sytuacjach, które nie stanowią zagrożenia życia, np. przeziębienie, rozcięcie skóry, krwawienie z nosa, od szkoły wymaga się udzielenia dziecku pierwszej pomocy.

PODSTAWA PRAWNA

Ustawa z dnia 12 kwietnia 2019 r. o opiece zdrowotnej nad uczniami (Dz. U. z 2019 r., poz. 1078)

Ustawa z dnia 6 listopada 2008 r. o prawach pacjenta i Rzeczniku Praw Pacjenta (Dz. U. z 2009 r. poz. 417)

*Ustawa z dnia 14 grudnia 2016 r. Prawo oświatowe (Dz. U. z 2018 r. poz. 996 z późn. zm.) *Rozporządzenie MENiS z dnia 31 grudnia 2002 r. w sprawie bezpieczeństwa i higieny w publicznych i niepublicznych szkołach i placówkach (Dz. U. z 2003 Nr 6, poz. 69) Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z 31 października 2018 r. zmieniające rozporządzenie w sprawie bezpieczeństwa i higieny w publicznych i niepublicznych szkołach i placówkach (Dz. U. z 2018 poz. 2140).*

Rok 2020 Rokiem Fizyki

W Monitorze Polskim, jako Dzienniku Urzędowym Rzeczypospolitej Polskiej w dniu 4 listopada 2019 r. poz. 1043, umieszczono uchwaloną na ostatnim posiedzeniu Senatu IX kadencji **Uchwałę Senatu Rzeczypospolitej Polskiej z dnia 18 października 2019 r. ustanawiającą rok 2020 Rokiem Fizyki**.¹

W uchwale zapisano, że Senat Rzeczypospolitej Polskiej ustanawia rok 2020 Rokiem Fizyki, w 100-lecie powstania Polskiego Towarzystwa Fizycznego. Czytamy także: *Jednocześnie Senat pragnie w ten sposób podkreślić zasługi polskich fizyków dla światowej nauki oraz przypomnieć niezwykle rozwój fizyki polskiej, jaki nastąpił po odzyskaniu przez Polskę niepodległości w roku 1918*.² Ustanawiając rok 2020 Rokiem Fizyki, wskazano na cel, jakim jest *uhonorowanie polskich fizyków i ich osiągnięć, a także docenienie cywilizacyjnego znaczenia tej dziedziny nauki*.³

Jak wskazano w uchwale, mimo kolosalnych zniszczeń osobowych i materialnych podczas II wojny światowej i okupacji fizyka w Polsce szybko się odrodziła, w efekcie: *W 1952 r. Marian Danysz i Jerzy Pniewski z Zakładu Fizyki Doświadczalnej Uniwersytetu Warszawskiego odkryli nowy rodzaj materii – hiperjądra, zawierające obok protonów i neutronów także hiperony. Powstała w ten sposób nowa gałąź fizyki jądrowej – fizyka hiperjądrowa. W 1962 r. w Warszawie odkryto także pierwsze hiperjądro podwójne, zawierające dwa hiperony lambda. Za to wielkie osiągnięcie Danysz i Pniewski byli kilkakrotnie nominowani do Nagrody Nobla z fizyki. Tak napisano w treści uchwały*.⁴ W dalszej części czytamy: *Chcemy, aby Rok Fizyki przyniósł jeszcze większe uznanie w naszym społeczeństwie dla roli nauki, w szczególności fizyki oraz jej*

wkładu w rozwój gospodarki i wpływu na nasze życie codzienne. Zainteresowanie fizyką, niezwykle ciekawą nauką eksperymentalną, przekłada się na wzrost umiejętności w tym zakresie kolejnych pokoleń. Podejmowana działalność naukowa i zawodowa w tym obszarze jest szczególnie ważna w czasie budowy społeczeństwa informacyjnego i gospodarki opartej na wiedzy. Tak głosi uchwała.⁵

Nazwiska polskich fizyków okresu dwudziestolecia międzywojennego, którzy osiągnęli naukowe wyniki wielkiej wagi, tworzą długą listę. Na jej czele znajdują się na pewno:

- **Wojciech Rubinowicz** - uzupełnił i rozwinął teorię dyfrakcji światła – obecnie powszechnie jest ona znana jako teoria Younga-Rubinowicza
- **Aleksander Jabłoński** - podał schemat poziomów energii, który jest obecnie podstawowym narzędziem badania cząsteczek (powszechnie znany dziś jako *diagram Jabłońskiego*)
- **Marian Mięśowicz** - odkrył anizotropię lepkości ciekłych kryształów i wyznaczył odpowiednie współczynniki, znane dziś pod nazwą współczynników Mięśowicza
- **Mieczysław Wolfke**, który wraz z Holendrem Willemem Keesomem odkrył hel-2, pierwszą ciecz kwantową o niezwykłych właściwościach
- **Henryk Niewodniczański i Jan Blaton** odkryli bardzo rzadki rodzaj promieniowania atomów: dipolowe promieniowanie magnetyczne
- **Jan Czochralski** (23.10.1885 – 22.04.1953) – ojciec epoki krzemowej. Bez niego i jego metody nie byłoby współczesnej elektroniki półprzewodnikowej, technologii i techniki. Codziennie na świecie otrzymuje się kilkadziesiąt ton monokryształów hodowanych jego metodą. Jest autorem szeroko cytowanych publikacji oraz wielu patentów.⁶ Przez wielu uważany za *ojca elektroniki*.⁷

W naszym województwie to właśnie Jan Czochralski i Aleksander Jabłoński zasługują na przypomnienie.

6. Ibidem

7. Polacy w fizyce współczesnej - Justyna Chojnacka http://dydaktyka.fizyka.umk.pl/FWs_fragmenty/Polacy.pdf

8. Szanowany jako wynalazca, zapomniany jako człowiek. Kim był Jan Czochralski? Co pozostawił w nauce? O tym pisze w „Jan Czochralski i jego rok 2013”, Fizyka w Szkole nr 4, lipiec/sierpień 2013, s. 4-7

1. <http://prawo.sejm.gov.pl/isap.nsf/download.xsp/WMP20190001043/O/M20191043.pdf>

2. <http://www.ptf.net.pl/>

3. Treść http://g.ekspert.infor.pl/pl_dane/akty_pdf/MPO/2019/194/1043.pdf#zoom=90 [dostępne 2020-01-02]

4. <http://naukawpolsce.pap.pl/aktualnosci/news%2C79083%2Csenat-ustanowil-rok-2020-rokiem-fizyki.html?fbclid=IwAR35dKy3yX-g-QItViuSSHz4z4cgbOZuKclEgd09E6RwIPg-VT2S3kSqQpY>

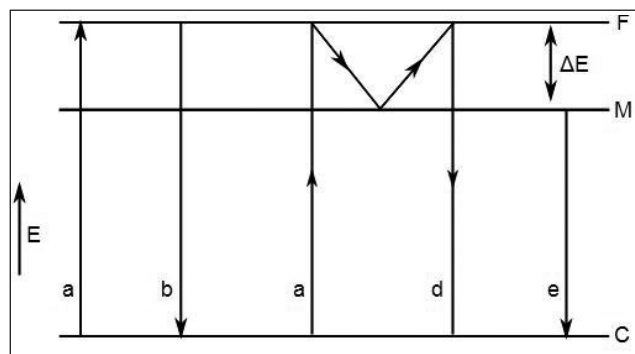
5. <http://naukawpolsce.pap.pl/aktualnosci/news%2C79083%2Csenat-ustanowil-rok-2020-rokiem-fizyki.html?fbclid=IwAR35dKy3yX-g-QItViuSSHz4z4cgbOZuKclEgd09E6RwIPg-VT2S3kSqQpY>



Fotografia 1. Profesor Aleksander Jabłoński (1898 – 1980) i karykatura z 1978 r. autorstwa matematyka toruńskiego prof. dr Leona Jeśmianowicza (1904-1989)

Źródło:

https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/c/cc/Aleksander_Jab%C5%82o%C5%84ski.jpg
http://www.faj.org.pl/files/home_faj/A_Jablonski_biografia.pdf
<https://www.ifiz.umk.pl/nauka/wyklady-im-aleksandra-jablonskiego/aleksander-jablonski-1898-1980/>
https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/1/1c/Diagram_jablonskiego.svg
https://pl.wikipedia.org/wiki/Aleksander_Jab%C5%82o%C5%84ski



Rysunek 1. Pierwsze *Diagramy Jabłońskiego* z 1933 roku.

W 1938 roku w „Nature” ukazała się jego praca, przedstawiająca wyniki pomiarów zależności szerokości linii widmowych od temperatury, wykonanych wspólnie z Henrykiem Horodniczym. Ogólną teorię ciśnieniowego poszerzenia linii widmowych opisał w latach 1944-1945 i opublikował w 1945 roku w „Physical Review”. Jest uważany za twórcę „toruńskiej szkoły fizyki”. Był promotorem doktoratów m.in. prof. Kazimierza Antonowicza (1914-2003) i prof. Stanisława Łęgowskiego (1931-2015). W jego zespole pracowali także Marian Kryszewski, Wanda Hanusowa, Stanisław Dembiński, a także jego córka Danuta Jabłońska-Frąckowiak i jej mąż Mieczysław Frąckowiak.

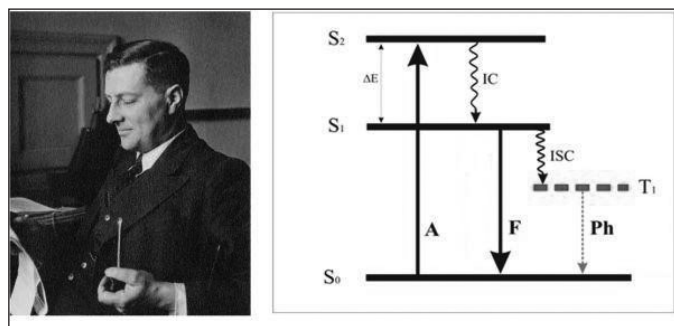
Na XXXV Zjeździe Fizyków Polskich w Białymstoku prof. Andrzej Kajetan Wróblewski (Instytut Fizyki Doświadczalnej UW) przedstawił referat nt. „**Fizyka w Polsce wczoraj, dziś i jutro**”, w którym zaprezentował krótką charakterystykę fizyki w Polsce XX wieku. Przedstawił wskaźniki bibliometryczne, liczby dotyczące stopni i tytułów naukowych oraz liczby studentów fizyki. W podsumowaniu ocenił wkład Polaków do światowej fizyki XX wieku, wyodrębniając przede wszystkim – poza Marią Skłodowską-Curie - czterech fizyków, którzy dokonali odkryć na miarę Nagrody Nobla: Mariana Smoluchowskiego⁹, Mariana Danysza, Jerzego Pniewskiego i Karola Olszewskiego. Wśród osiemnastu mniej zasłużonych, którzy jednak wnieśli bardzo poważny wkład do rozwoju fizyki i w pewnym okresie należeli do liderów światowej fizyki (których nazwiska są wymieniane w syntetycznych obcojęzycznych historycznych opracowaniach) znalazł się prof. Aleksander Jabłoński^{9, 10}

W tym miejscu warto przypomnieć diagramy

9. Piszę o tym w „Rok 2017 rokiem Mariana Smoluchowskiego w 100-lecie śmierci, w 190-lecie odkrycia ruchów Browna”, Fizyka w Szkole z Astronomią nr 3, maj/czerwiec 2017, s.4-8

10. https://pl.wikipedia.org/wiki/Aleksander_Jab%C5%82o%C5%84ski

Jabłońskiego ewaluowanie których następowało na przełomie lat. Rysunek 1 przedstawia pierwszy diagram. Natomiast poniżej wskazuję na kolejne, przedstawiające wzbudzone stany elektronowe o różnych wartościach całkowitego spinu. Po raz pierwszy termin ten (*the Jabłoński diagram*) wprowadził do literatury w 1941 roku wybitny amerykański fizykochemik Gilbert N. Lewis i jego współpracownicy D. Lipkin i T.T. Magel w ich słynnej pracy [1], w której w oparciu o ten diagram przeprowadzili analizę wyników swoich doświadczeń dotyczących fluorescencji i fosforescencji cząsteczek organicznych¹¹.



Rysunek 2. Uproszczony schemat poziomów energetycznych Jabłońskiego przedstawiający wzbudzone stany elektronowe o różnych wartościach całkowitego spinu: 0 – stan singletowy (S) i 1 – stan trypletowy (T). Przejścia między stanami S a T są *zabronione*. Strzałki proste ilustrują procesy promienne, a strzałki faliste procesy bezpromienne. Literami oznaczono poszczególne procesy fizyczne. A – **Absorpcja**, F – **Fluorescencja** (fotoluminescencja natychmiastowa), Ph – **Fosforescencja** (fotoluminescencja opóźniona), IC – konwersja wewnętrzna, ISC – konwersja interkombinacyjna (międzysystemowa).

Na zdjęciu na lewo – profesor Jabłoński z nieodłączną fajką.

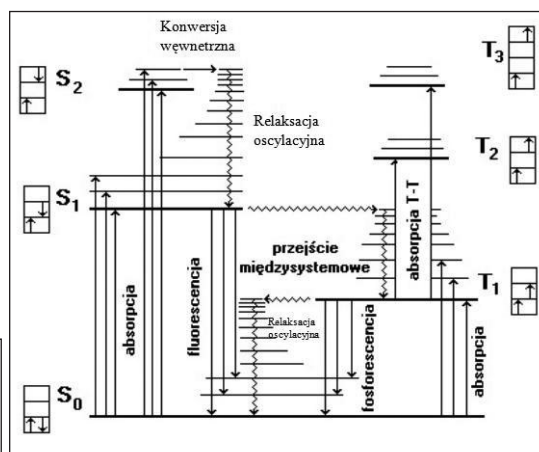
Źródło: na podstawie opracowania prof. dr hab. Józef Szudy pt. ALEKSANDER JABŁOŃSKI (1898 – 1980) TWÓRCA TORUŃSKIEJ SZKOŁY FIZYKI http://www.faj.org.pl/files/home_faj/A_Jablonski_biografia.pdf

11. Andrzej Kajetan Wróblewski Fizyka w Polsce wczoraj, dziś i jutro, <http://labfiz.uwb.edu.pl/ptf/echa/html/akw.html>

12. http://www.faj.org.pl/files/home_faj/A_Jablonski_biografia.pdf

http://dydaktyka.fizyka.umk.pl/Pokazy_2012/33.html

Poniżej jeszcze jedna wersja *diagramów Jabłońskiego*



Rysunek 3. Współczesny Diagram Jabłońskiego. Jeżeli cząsteczka znajdującej się w elektronowym stanie podstawowym dostarczymy odpowiednią energię, to cząsteczka ta ulegnie wzbudzeniu do wyższego stanu elektronowego opisanego inną krzywą energii potencjalnej.

Źródło: **Absorpcja światła** Daniel T. Gryko *Instytut Chemii Organicznej PAN*

Omówienie na stronie WWW pod adresem <https://notatek.pl/diagram-jablonskiego-omowienie>

W związku z **Rokiem Fizyki** warto byłoby zaprezentować *wspomnienia lub doświadczenia* nauczycieli fizyki z naszego regionu.

Bibliografia:

G.N. Lewis, D. Lipkin, T.T. Magel, Reversible photochemical processes in rigid media: A study of the phosphorescent state, *Journal of American Chemical Society*, 63, 3005 (1941).

<https://www.senat.gov.pl/download/gfx/senat/pl/senat-druki/10472/druk/1282.pdf>

<http://pf.ptf.net.pl/PF-2008-4/docs/PF-2008-4.pdf>

Współczesna wersja diagramu Jabłońskiego

https://pl.wikipedia.org/wiki/Diagram_Jab%C5%82o%C5%84skiego

dr Kazimierz Mikulski
Kuratorium Oświaty w Bydgoszczy

Wybrane badania własne w kontekście proksemiki

Widzieć bowiem znaczy wiedzieć
Olga Tokarczuk

Realizowane na przełomie lat 2013-2019 badania związane z proksemiką podczas zajęć, w trakcie których stosowano technologię informacyjno-komunikacyjną oraz nauczanie programowania, a także robotyki w edukacji, dają delegacje do poinformowania chociażby tylko o wybranych zagadnieniach, występujących w trakcie badań i ujętych w kilku opracowaniach książkowych.

Należy zdawać sobie sprawę, że ujęcie wybranych wyników badań w jednym porównaniu, mimo innych obszarów tematycznych, nie narusza samej idei porównania. Śmiało można zauważyć, że zarówno TIK jak i nauka programowania oraz elementy robotyki w edukacji stanowią zagadnienia z obszaru informatyki, która stała się jednym z priorytetów nauczania w polskiej oświacie.

WPROWADZENIE

Zainteresowanie elementami informatyki, czyli technologią informacyjno-komunikacyjną oraz nauką programowania, zwłaszcza w kontekście proksemiki, przyczyniły się do przeprowadzenia badań oraz ich opracowaniem w postaci monografii¹. Na przestrzeni lat 2013–2019 powstały i zostały pomyślnie wydane następujące książkowe pozycje:

1. *Proksemika cyfrowej szkoły*, Wydawnictwo Adam Marszałek, Toruń 2014
2. *Nauczyciel cyfrowej przestrzeni w kontekście proksemiki*, Wydawnictwo Adam Marszałek, Toruń 2017
3. *Nauka programowania w kontekście proksemiki*, Wydawnictwo Adam Marszałek, Toruń 2018
4. *Robotyka w edukacji w kontekście proksemiki*, Wydawnictwo Adam Marszałek, Toruń (w druku).

Pierwsza z powyższych pozycji książkowych powstała po zakończeniu programu rządowego *Cyfrowa*

wa szkoła. Opracowanie wyników zawartych w tej monografii poprzedzono badaniami pilotażowymi na 100-osobowej populacji nauczycieli z powiatu bydgoskiego i miast Włocławka oraz Torunia w celu doprecyzowania treści pytań ankietowych. Wnioski wypływające z dokonanej analizy ilościowej przemawiały za koniecznością pogłębienia dotychczasowych badań nad tematem i przeprowadzenia analizy jakościowej.

CO WIEMY O PROGRAMIE „CYFROWA SZKOŁA”?

Rządowy program rozwijania kompetencji uczniów i nauczycieli w zakresie stosowania technologii informacyjno-komunikacyjnych (zwany krótko) „Cyfrowa szkoła”, był realizowany w okresie od 4 kwietnia 2012 do 31 sierpnia 2013 roku. W jego ramach 402 szkoły podstawowe w całej Polsce otrzymały dofinansowanie o łącznej wartości niemal 44 mln zł na zakup nowoczesnego sprzętu multimedialnego. Celem programu było także sprawdzenie, jak najskuteczniej wykorzystać nowoczesne technologie w edukacji młodzieży.²

Wszelkie działania w tym temacie zostały zainicjowane Rozporządzeniem Rady Ministrów z dnia 3 kwietnia 2012 r. w sprawie warunków, form i trybu realizacji przedsięwzięcia dotyczącego rozwijania kompetencji uczniów i nauczycieli w zakresie stosowania technologii informacyjno-komunikacyjnych³. Projekt *Cyfrowa Szkoła* składał się z czterech uzupełniających się komponentów: *e-szkola*: zaopatrzenie ponad 400 szkół w niezbędną infrastrukturę w zakresie TIK, czyli nowoczesnych pomocy dydaktycznych oraz wyposażenie (doposażenie) szkół podstawowych w sprzęt komputerowy (do wykorzystania w szkole), *e-uczeń*: zapewnienie uczniom z tych szkół dostępu do nowoczesnych pomocy dydaktycznych w domu oraz zakup urządzeń cyfrowych dla uczniów, z prze-

1. Definicja monografii obowiązująca od 2017 r. (na podstawie Rozporządzenia MNiSW z dnia 12. grudnia 2016 r. w sprawie przyznawania kategorii naukowej jednostkom naukowym i uczelniom, w których zgodnie z ich statutami nie wyodrębniono podstawowych jednostek organizacyjnych - Dz. U. 2016, poz. 2154 - § 11.1)
http://www.biblioteka.pswbp.pl/index.php?option=com_content&view=article&id=245 [dostęp 2018-03-30].

2. <https://www.spdulowa.one.pl/programy-i-projekty/projekt-pilotazowy-cyfrowa-szkola/> [dostęp 2018-03-30].

3. <http://prawo.sejm.gov.pl/isap.nsf/DocDetails.xsp?id=W-DU20120000411> [dostęp 2018-03-30].

znaczeniem do wykorzystania w szkole i w domu, e-nauczyciel; rozwijanie umiejętności nauczycieli z zakresu wykorzystania TIK na realizowanych przez nich razem z uczniami lekcjach, wraz z przeszkoleniem 40 „e-trenerów” i 1200 „e-moderatorów” oraz 19 tysięcy e-koordynatorów szkolnych w zakresie stosowania technologii informacyjno-komunikacyjnych (TIK), e-zasoby edukacyjne (w tym e-podręcznik): stworzenie publicznych elektronicznych zasobów edukacyjnych, w tym bezpłatnych e-podręczników oraz przygotowanie 18 nieodpłatnych e-podręczników i 2500 otwartych zasobów edukacyjnych, dostępnych na wolnej licencji Creative Commons, które będą umieszczone na otwartym publicznym portalu edukacyjnym dla uczniów i nauczycieli.⁴

Cyfrowa Szkoła był to pilotażowy projekt poprzedzający planowany wieloletni program rozwijania kompetencji uczniów i nauczycieli w zakresie stosowania technologii informacyjno-komunikacyjnych (TIK) w edukacji. Opierał się on na dwóch założeniach:

- 1) jednym z podstawowych zadań współczesnej szkoły jest rozwijanie takich kompetencji uczniów, które przygotowują ich do życia we współczesnym społeczeństwie informacyjnym, gdzie korzystanie z nowoczesnych technologii jest podstawową umiejętnością,
- 2) rozwój kompetencji uczniów powinien dokonywać się poprzez działania kompetentnych nauczycieli, świadomych korzyści edukacyjnych z wykorzystania TIK.

Celem krótkoterminowym projektu (2-3 lata), było zwiększenie wiedzy nauczycieli i uczniów na temat wykorzystania TIK w edukacji oraz stworzenie e-podręcznika (podręczników) w ciągu 2 lat.

Celem na następne 5-7 lat było przyzwyczajanie uczniów do korzystania z wartościowych materiałów edukacyjnych oraz zaszczerpienie im zasady, że komputer służy nie tylko do rozrywki, ale także do edukacji, zarówno tej formalnej jak i nieformalnej.

Najlepiej poznanymi komponentami były e-szkoła i e-uczeń, w ramach których organy prowadzące szkoły wybrane do pilotażu otrzymały dotacje celowe na zakup nowoczesnych pomocy dydaktycznych (e-szkoła) oraz komputerów do korzystania przez uczniów na zajęciach lekcyjnych (e-uczeń). Wyposażenie szkół w nowoczesny sprzęt to jednak dopiero połowa drogi do unowocześnienia edukacji i rozwinięcia kompetencji uczniów i nauczycieli. Celem programu *Cyfrowa Szkoła* było wprowadzenie do polskich szkół nie tylko nowoczesnego sprzętu, ale przede wszystkim innowacyjnych metod nauki z jego

wykorzystaniem.⁵

Za program odpowiedzialne były Ministerstwo Edukacji Narodowej oraz Ministerstwo Administracji i Cyfryzacji. Projekt e-nauczyciel i e-podręczniki realizowane były przez agendę Ministerstwa Edukacji Narodowej – Ośrodek Rozwoju Edukacji⁶.

Ankiety w przeprowadzonym badaniu przekazane były bezpośrednio do każdego nauczyciela biorącego udział w obradach Rady Pedagogicznej swojej szkoły, która realizowała ten program w naszym województwie, a następnie odbierane przez dyrektora i przesyłane badającemu. Wstępna analiza, uzyskanych ankiet z 25 szkół w województwie kujawsko-pomorskim, które zostały wybrane i przystąpiły do realizacji Programu rządowego *Cyfrowa szkoła*, pozwoliła ostatecznie zrealizować analizę empiryczną 333 kwestionariuszy.

Badający spotkał się z życzliwym zainteresowaniem tematem badań ze strony samych nauczycieli i kadry kierowniczej szkół, która zdecydowanie przyjmowała postawę wpierającą w całym procesie badawczym. Jest to o tyle istotne, że już sam przebieg badania oznaczał pewną akceptację dla podjętego tematu i przedmiotu badań. Za co BARDZO DZIĘKUJĘ.

Drua monografia, którą także uwzględniono w działaniu informacyjnym, to *Nauczyciel cyfrowej przestrzeni w kontekście proksemiki*. W celu przeprowadzenia badań ankietowaniem objęto ponad 500 nauczycieli z województwa kujawsko-pomorskiego, z różnego typu szkół, nie tylko podstawowych, ale gimnazjalnych i ówczesnych ponadgimnazjalnych.

Opracowanie, jako kolejna monografia, zrealizowano w związku z nowymi zapisami dotyczącymi kształcenia informatycznego. Nie bez znaczenia było zaprezentowanie już 17 grudnia 2015 roku przez Radę ds. Informatyzacji Edukacji przy Ministrze Edukacji Narodowej propozycji zmian w obowiązującej podstawie programowej z przedmiotów informatycznych⁷.

Propozycja modyfikacji i poszerzenie zapisów w obowiązującej podstawie programowej dotyczyła ogólnych celów kształcenia oraz przedmiotów zajęcia komputerowe (nowa nazwa: *informatyka*) i informatyka, pod kątem kształcenia w zakresie informatyki (w tym także programowania), spójnego na wszystkich etapach edukacyjnych i adresowanego do wszystkich uczniów.

Ministerstwo Edukacji Narodowej informowało,

5. <https://men.gov.pl/ministerstwo/programy-i-projekty/czym-jest-program-cyfrowa-szkola.html> [2018-03-30].

6. <http://www.cyfrowaszkola.org/kat/news> [dostęp 2018-03-30].

7. <https://men.gov.pl/wp-content/uploads/2016/05/propozycje-zmian-do-projektu-nowej-podstawy-programowej-1.pdf> [dostęp 2018-03-30].

4. <http://www.etwinning.pl/cyfrowa-szkola-program-men/> [dostęp 2018-03-30].

że do 15 września 2016 roku chęć udziału w pilotażowym wdrożeniu nauki programowania w edukacji formalnej w oparciu o innowacje pedagogiczne w szkołach zgłosiły 1 592 placówki szkolne z całej Polski.

To podpisane 30 stycznia 2018 roku przez Ministra Edukacji Narodowej Rozporządzenie w sprawie *Nowa podstawa programowa kształcenia ogólnego dla czteroletniego liceum ogólnokształcącego, pięcioletniego technikum i dwuletniej branżowej szkoły II stopnia podpisana*⁸, zawiera zapis odzwierciedlający kluczowe cele i założenia reformy oświaty, w tym między innymi: *rozwijania wśród uczniów przedsiębiorczości i kreatywności oraz kształtowania umiejętności sprawnego posługiwania się technologiami informacyjno-komunikacyjnymi nie tylko w procesie kształcenia, lecz również w codziennym życiu, czemu będzie służyć szersze uwzględnienie w podstawie programowej wszystkich przedmiotów technologii informacyjno-komunikacyjnych oraz wprowadzenie powszechnej nauki programowania*. W uzasadnieniu do powyższego rozporządzenia zapisano: *podstawa programowa uwzględnia postulat środowiska oświatowego dotyczące kształtu i treści tego dokumentu, które zostały zgłoszone w toku prowadzonych w Ministerstwie Edukacji Narodowej w okresie luty-czerwiec 2016 r. debat i dyskusji, poświęconych szczegółowemu przeglądowi i analizie aktualnej podstawy programowej wychowania przedszkolnego i kształcenia ogólnego, takie jak (między innymi): szersze uwzględnienie w podstawie programowej poszczególnych przedmiotów technologii informacyjno-komunikacyjnych (TIK), co umożliwi kształcenie kompetencji i umiejętności cyfrowych uczniów również w ramach innych przedmiotów*⁹.

NAUKA PROGRAMOWANIA NOWYM ELEMENTEM EDUKACJI¹⁰

Sama technologia się nie liczy.

*To co jest ważne, to wiara w to,
że ludzie są dobrzy i mądrzy,
i że jeśli damy im nowoczesne narzędzia,
będą w stanie z nimi czynić prawdziwe cuda.*

Steve Jobs¹¹

Edukacja cyfrowa, przygotowująca do świadomego korzystania z możliwości, jakie dają nowe

media, jest jednym z obszarów działania obszernego gremium instytucji, partnerów wchodzących np. w skład Szerokiego Porozumienia na rzecz Umiejętności Cyfrowych¹². Partnerzy dążą do tego, by wspierać inicjatywy przygotowujące dzieci i młodzież, ale również dorosłych, do świadomego i kreatywnego korzystania z technologii cyfrowych¹³.

Aktualna propozycja nowej podstawy programowej kształcenia informatycznego (*przedmiotu informatyki*), przedstawiona w grudniu 2015 roku przez Radę ds. Informatyzacji Edukacji w Polsce działającej przy Ministrze Edukacji Narodowej, ma służyć rozwijaniu umiejętności programowania od najmłodszych lat pobytu uczniów w szkole.¹⁴ Programowanie jest tutaj elementem procesu rozwiązywania problemów z pomocą komputerów na drodze od sytuacji problemowej przez abstrakcje i nowe pojęcia, wprowadzenie metody rozwiązywania (algorytmu), aż wreszcie po program będący komputerową realizacją rozwiązania. Już na wstępie podstawy programowej, w części dotyczącej szkoły podstawowej, przedstawiono cele kształcenia informatycznego wraz z wymaganiami ogólnymi. Otóż dla wszystkich etapów edukacyjnych i wszystkich typów szkół cele kształcenia informatycznego i wymagania ogólne są takie same. Ich interpretacja dla poszczególnych etapów kształcenia jest zapisana w postaci wymagań szczegółowych¹⁵. Ogólnie w punkcie II tego dokumentu zapisano: *Programowanie i rozwiązywanie problemów z wykorzystaniem komputera oraz innych urządzeń cyfrowych: układanie i programowanie algorytmów, organizowanie, wyszukiwanie i udostępnianie informacji, posługiwanie się aplikacjami komputerowymi*. Ma to swoje rozwinięcie w wymaganiach szczegółowych, które dla etapu I – szkoła podstawowa (klasy I-III, informatyka) mają postać:

II. Programowanie i rozwiązywanie problemów z wykorzystaniem komputera i innych urządzeń cyfrowych. Uczeń: 1) Programuje wizualnie: a. proste sytu-

8. <https://men.gov.pl/ministerstwo/informacje/nowa-podstawa-programowa-dla-liceum-technikum-i-branzowej-szkoly-ii-stopnia-podpisana.html> [dostęp 2018-03-30].

9. <https://men.gov.pl/wp-content/uploads/2018/01/uzasadnienie.pdf> [dostęp: 2018-03-30].

10. W oparciu o tekst: Mikulski K., Nauka programowania nowym wyzwaniem (zadaniem) edukacji, [w]: A. Kozubska (red), R. Maciąk (red), P. Ziółkowski (red), Edukacja – Rodzina – Społeczeństwo 2/2017, Zeszyty Naukowe WSG w Bydgoszczy t. 29, s. 273-292.

11. Europejskie Forum Nowych Technologii i Innowacji w Edukacji 2016 <http://efntie.pl/wp-content/uploads/2016/03/PROGRAM-EFNTIE-2016-v31082016-ALFA.pdf>

12. <http://umiejtnoscicyfrowe.pl/wp-content/uploads/2013/07/Inauguracja-Szerokiego-Porozumienia-na-rzecz-Umiejtnosci-Cyfrowych-w-Polsce.pdf>; <https://mc.gov.pl/projekty/szerokie-porozumienie-na-rzecz-umiejtnosci-cyfrowych/opis-projektu> Więcej informacji na temat Szerokiego Porozumienia na rzecz Rozwoju Umiejętności Cyfrowych można uzyskać na stronie Porozumienia <http://umiejtnoscicyfrowe.pl/>

13. <https://www.facebook.com/Szerokie-Porozumienie-na-Rzecz-Umiejtnosci-Cyfrowych-w-Polsce-1441699342719418/>

14. Podstawa powstała na bazie propozycji podstawy programowej dla przedmiotów informatycznych z dnia 14 grudnia 2015 roku opracowanej przez Radę ds. Informatyzacji Edukacji przy Ministrze Edukacji Narodowej. <https://men.gov.pl/wp-content/uploads/2016/11/podstawa-programowa-z-informatyki-szkola-podstawowa.pdf>

15. <https://men.gov.pl/wp-content/uploads/2016/11/podstawa-programowa-z-informatyki-szkola-podstawowa.pdf>

acjel/historijki według pomysłów własnych i pomysłów opracowanych wspólnie z innymi uczniami, b. pojedyncze polecenia lub ich sekwencje sterujące robotem lub obiektem na ekranie komputera, bądź innego urządzenia cyfrowego. 2) Rozwijają podstawowe umiejętności: pisanie, czytanie, rachowanie i prezentowania swoich pomysłów korzystając z przystosowanych do swoich możliwości i potrzeb aplikacji komputerowych, wykazując przy tym umiejętności tworzenia: a. prostych rysunków, posługując się dostępnymi narzędziami, w tym również kształtami i paletą kolorów, b. prostych dokumentów tekstowych i dokumentów łączących tekst z grafiką, takich jak: zaproszenia, dyplomy, ogłoszenia, kopiując, wklejając i usuwając elementy graficzne i tekstowe.

3) Zapisuje efekty swojej pracy we wskazanym miejscu.¹⁶

W treści wskazanego dokumentu można się zapoznać z celami szczegółowymi dla pozostałych etapów kształcenia.

Pilotaż nowej podstawy programowej w formie innowacji pedagogicznej rozpoczął się w roku szkolnym 2016/2017, a od roku szkolnego 2017/2018 zaplanowano regularne zajęcia informatyczne, z wbudowanym nauczaniem programowania, we wszystkich szkołach. Powinno to skłonić szkoły, uważa profesor M.M. Sysło, na każdym etapie edukacyjnych do podjęcia działań mających na celu wdrożenie nowej podstawy programowej kształcenia informatycznego. W wielu swoich wystąpieniach M. M. Sysło uzasadniał planowane działania, przedstawiał strukturę proponowanej podstawy programowej i wskazywał metodykę jej realizacji¹⁷. Podczas seminarium z cyklu *Kształcenie informatyczne* zatytułowanym *Budowanie kompetencji cyfrowych – obligatoryjna nauka programowania w szkole*, jak informują organizatorzy, zaprezentowano standardy przygotowania i szkoleniach nauczycieli, wzorcowe programy nauczania, materiały dla uczniów i dla nauczycieli.

Nowa podstawa programowa kształcenia informatycznego, uważa M.M. Sysło¹⁸, której wprowadzenie nastąpiło od roku szkolnego 2017/2018 do obligatoryjnej nauki programowania we wszystkich typach szkół jako element budowania kompetencji cyfrowych albowiem:

- programowanie rozwija kreatywność i umiejętność logicznego myślenia

- programowanie powinno być adresowane do wszystkich uczniów, przez wszystkie lata w każdym typie szkoły

- powinno być umieszczone w szerszym kontekście kształtowania pojęć i poznawania informatycznych metod rozwiązywania problemów za pomocą komputerów

- dzisiaj środowisko programowania to współczesne środowisko aplikacji komputerowych

- umiejętność programowania jest przydatna w innych dziedzinach

- zalecana metodyka obejmuje w swoim zakresie następujące kroki postępowania: sytuacja problemowa - abstrakcja i pojęcia - algorytm, metoda rozwiązywania – program

- pilotaż jako innowacja jest wstępem do objęcia programowaniem wszystkich uczniów i można to traktować jako zaproszenie płynące do wszystkich szkół.

Także Jarosław Drapała pisze o nauce programowania jako elemencie kształcenia podstawowego¹⁹. Uważa on, że nauczanie programowania należy traktować jako umiejętności zawodowe, a także nauczanie programowania jako umiejętności podstawowej, obok pisanie, czytanie i liczenie oraz nauczanie programowania jako droga do rozwijania zdolności intelektualnych. Jest także propagatorem oryginalnej idea: *Nauczanie programowania służy aktywnemu zdobywaniu wiedzy o mechanizmach funkcjonowania świata*, czyli: podkreślenie roli prostoty języka, z której wyłania się program wykonujący skomplikowane działania. Możliwe i celowe jest sprzęgnięcie nauki programowania z innymi działami wiedzy, a programowanie symulacji komputerowych daje możliwość samodzielnej weryfikacji nabywanej wiedzy, w tym świadomość założeń stojących u jej podstaw. Umiejętność programowania Deptuła uważa za narzędzie do samodzielnego wytwarzania nowej wiedzy, której dobrym przykładem jest realizacja idei w ramach projektu *Język Maszyn*²⁰, której jest współautorem.

Analphabetami XXI wieku będą ci, którzy nie umieją się uczyć, oraz ci, którzy nie są w stanie oduczyć się tego, czego już się nauczyli i uczyć się na nowo.

Alvin Toffler²¹

Działanie, jakim jest nauka programowania na poszczególnych etapach kształcenia, współcześnie staje się nowym wyzwaniem, zadaniem, a wręcz elementem edukacji w Polsce.

Czy mamy do czynienia z kompleksowym kształceniem informatycznym w formie Kompetencji Cyfrowych

16. Ibidem

17. Na przykład podczas Wojewódzkiej Konferencji Toruniu, 31 maja 2016, pt. „Wdrażanie nauczania programowania do edukacji formalnej”, zrealizowanej przez Kujawsko-Pomorskiego Kuratora Oświaty <http://www.kuratorium.bydgoszcz.uw.gov.pl/main.php?szukaj=Sys%B3o&gdzie=0&menu=1&item=5400&page=6427&pnr=1>

18. Prof. dr hab. Maciej Marek Sysło, Uniwersytet Wrocławski, Uniwersytet Mikołaja Kopernika w Toruniu, Członek Rady ds. Informatyzacji Edukacji przy Ministrze Edukacji Narodowej

19. dr Jarosław Drapała, Instytut Informatyki, Politechnika Wrocławska, http://akademia.wroc.pl/pl/?page_id=137

20. <https://www.wroclaw.pl/jezyk-maszyn> [2017-11-14].

21. Źródło: <http://efntie.pl/wp-content/uploads/2016/03/PROGRAM-EFNTIE-2016-v31082016-ALFA.pdf>

poprzez *Obligatoryjną naukę programowania w szkole?*

W raporcie autorstwa A. Mazgał i A. Tarkowskiego już na wstępie czytamy: *Programowanie z pewnością wpisuje się najszerzej w model umiejętności praktycznych, jednak rosnąca rola technologii sprawia, że i użytkownicy w coraz większej mierze będą musieli zdobyć tego rodzaju kompetencje, zwłaszcza w zawodach kreatywnych oraz w innowacyjnych przedsięwzięciach, gdzie dostępne oprogramowanie może nie tylko być dopasowywane do nowych lub specyficznych potrzeb.*²² Autorzy dostrzegają naukę programowania jako wyzwanie w kontekście nierówności społecznej, będącej barierą w dostępie do edukacji. W następnym zdaniu dostrzegają rolę szkoły w zmniejszeniu tych barier, ale pod warunkiem działań podjętych na poziomie systemowym, które powinny nastąpić po zakończonym etapie pilotażu, czyli realizacji programu *Cyfrowa szkoła*.²³

Prawie ćwierć wieku temu Kazimierz Denek, Henryk Gąsior i Janusz Gnitecki pisali: *Czy i w jakim stopniu jest możliwe zwiększenie efektywności procesu kształcenia w drodze zastosowania rozwiązań metodycznych, jakie niesie z sobą programowanie dydaktyczne? Dotychczasowe spojrzenie na ten istotny dla dydaktyki problem wyznacza właściwy punkt wyjścia dalszych badań i poszukiwań innowacyjnych. Na tle osiągnięć nowego nurtu dydaktyki wiemy, że nie można się tylko ograniczać do prób fragmentarycznego programowania dydaktycznego i to zwłaszcza w doborze układu czy struktury treści kształcenia. Jakkolwiek treści kształcenia stanowią istotny wyznacznik efektywności procesu dydaktycznego, to jednak nie przesądzają one o jego końcowych rezultatach.*²⁴

W literaturze przedmiotu, także w wymienionych opracowaniach, autor dodaje, że modernizacja procesu kształcenia wymaga kompleksowego spojrzenia na wszystkie elementy składowe wraz z osiągnięciami tradycyjnej dydaktyki, szczególnie podczas stosowania nauczania problemowego. I to co najważniejsze, rozpoczynając naukę programowania, pisze Piotr Szawdyński, należy zdawać sobie sprawę, że to nie jest coś, co można opanować w kilka dni czy też ty-

godni²⁵. Realizację programowania należy rozpocząć od wyjaśnienia, przybliżenia znaczenia słowa „programowanie”. A w następnym kroku należy także uwzględnić aktualny trend w informatyce, czyli nauczanie robotyki w edukacji.

Jako autor uważam, iż należy poinformować koleżanki i kolegów nauczycieli o tych pozycjach książkowych, które niosąc nowe spojrzenie na edukację informatyki (jej elementów) odnoszą się do kontekstu proksemiki w edukacji. Każda z tych pozycji zawiera w treści określenie proksemiki i związane z tym wyniki badań.

W jednej z recenzji wydawniczych napisano: *Książka Kazimierza Mikulskiego bardzo dobrze wpisuje się w nurt modernizacji dydaktyki szkolnej. Jest ona pierwszą w Polsce publikacją tak szeroko omawiającą znaczenie wiedzy z zakresu proksemiki dla nauki programowania. Autor zadał sobie wiele trudu, aby ukazać zarówno tło dyskursu o roli i miejscu programowania w szkole, jak i możliwości wykorzystania wiedzy z dziedziny proksemiki w praktycznym działaniu edukacyjnym. Prezentacja obszaru nauczania programowania została ujęta w sposób syntetyczny, co należy uznać za cenne, ponieważ stanowi kontekst dla głównego problemu, jakim jest zastosowanie proksemiki w procesie kształcenia.*²⁶

Kończąc przegląd najnowszych opracowań z zakresu elementów nauczania informatyki w kontekście proksemiki, zwracam się z PROŚBĄ do czytelników o udział w ankiecie związanej z kompetencjami cyfrowymi w kontekście proksemiki, treść której jest umieszczona na platformie edukacyjnej EDUPOLIS pod adresem <https://tinyurl.com/tzwt4oe>. Zajmie to Państwu kilka minut, a poznane spojrzenie na kompetencje kluczowe będzie miało swoje przełożenie na podniesienie jakości kształcenia na każdym etapie edukacyjnym i podczas realizacji podstawy programowej każdego przedmiotu realizowanego z uczniami. Już teraz BARDZO DZIĘKUJĘ za wypełnienie ankiety.

22. Mazgał A., Tarkowski A., Nauka programowania w szkołach. Czas na upgrade – perspektywa 2014, Warszawa 2014 <http://centrumcyfrowe.pl/czytelnia/nauka-programowania-w-szkołach-czas-na-upgrade-%E2%80%92-perspektywa-2014/>

23. Ibidem, s. 6

24. Denek K., Gąsior H., Gnitecki J., Programowanie dydaktyczne w szkole ogólnokształcącej i zawodowej. Prace naukowe Uniwersytetu Śląskiego nr 514, Katowice 1982, s. 7

25. Szawdyński P., Podstawy programowania - teoria i terminologia <http://cpp0x.pl/kursy/Kurs-C++/Poziom-1/Podstawy-programowania-teoria-i-terminologia/5>

26. Fragment recenzji wydawniczej prof. zw. dr. Hab. Bronisława Siemienieckiego <https://marszalek.com.pl/sklep/pl/glowna/4078-nauka-programowania-w-kontekście-proksemiki.html>

100-lecie Szkoły w Skępem

Historia szkolnictwa podstawowego na terenie Skępego ma tradycję sięgającą XVII wieku. Wtedy to zakonnicy klasztorni zorganizowali szkołę, a w 1637 roku kapituła prowincjonalna w Poznaniu postanowiła utworzyć w Skępem studium gramatyki i seminarium dla kleryków zakonnych. W latach 1793-1807 zakonnicy utrzymywali szkołę elementarną podniesioną następnie do stopnia szkoły podwydziałowej. Szkoła w pierwszych latach nie była dużą jednostką organizacyjną. W 1870 roku uczyło się w niej 43 uczniów w oddziale męskim oraz 18 uczennic w oddziale żeńskim. Z każdym rokiem liczba uczniów powiększała się i w 1905 roku wzrosła do 120. Do szkoły uczęszczały dzieci ze Skępego i okolic, ponieważ była to jedyna taka placówka. Nauka odbywała się w jednej izbie. Nazywano ją „Gminnoje Ucziliszczje” i w jej skład wchodziły 4 oddziały: oddział wstępny zwany oddziałem „oślaków”, oddział pierwszy, drugi i trzeci. Dzieci oddziału wstępnego uczone były przez uczniów oddziału trzeciego w grupach 3-4-osobowych. Przedmioty, jakich uczono w owym czasie, to przede wszystkim język rosyjski i historia Rosji, a także język polski, historia Polski, matematyka, geografia i religia.

Po skończeniu nauki w trzecim oddziale każdy uczeń składał egzamin komisyjny w Lipnie, a po jego zdaniu otrzymywał świadectwo ukończenia szkoły. Większość absolwentów kończyła naukę na tym etapie, co w głównej mierze spowodowane było bardzo trudnymi warunkami materialnymi rodzin. Niewielu spośród absolwentów kontynuowało naukę w Seminarium Nauczycielskim w Wymyślinie. Czterooddziałowy typ szkoły utrzymał się do wybuchu pierwszej wojny światowej. W 1914 roku Skępe znalazło się pod okupacją niemiecką i szkoła przestała działać.

We wrześniu 1919 roku utworzono w Skępem szkołę powszechną o nazwie Siedmioklasowa Publiczna Szkoła Powszechna. W związku z wprowadzeniem obowiązku nauki oraz jej bezpłatnością ustanowioną Dekretem z dnia 7 lutego 1919 roku nie wystarczyła jedna izba lekcyjna. Do celów nauczania przystosowano więc drewniany budynek sądu przy ulicy Dobrzyńskiej w Skępem. W budynku tym było pięć izb lekcyjnych. W związku z tym, iż liczba izb lekcyjnych nadal była niewystarczająca, wynajmowano dodatkowo izbę w domu prywatnym państwa Szulczewskich na ulicy Kościelnej oraz państwa Motylińskich przy dawnym Placu Bieruta obecnie ulicy

Rynek. Kolejne dwie izby lekcyjne mieściły się w budynku na Rynku, gdzie ówczesnie istniało Państwowe Przedszkole w Skępem. Kierownikiem szkoły był wówczas Franciszek Kacprowicz. Liczba wynajmowanych pomieszczeń nie była stała i zmieniała się w zależności od potrzeb, tj. liczby uczniów. Dzieci młodsze z okolic Wymyślina uczęszczały do szkoły przy ulicy Klasztornej, gdzie czteroizbowy budynek państwa Błaszczyków przystosowano do celów szkolnych. Następnie młodszy uczniowie po ukończeniu czwartej klasy kontynuowali naukę w Skępem.

Nie wszystkie dzieci uczęszczały do szkoły. Niektórzy rodzice nie zwracali uwagi na przestrzeganie Dekretu o obowiązku nauki. Warunki lokalowe szkoły były bardzo trudne. W związku z powyższym miejscowi radni podjęli uchwałę o budowie jednej dużej szkoły przy głównej ulicy Skępego na pograniczu Wymyślina i Skępego. Budowa szkoły, która realizowana była w głównej mierze ze składek społeczeństwa, spotykała się z licznymi trudnościami finansowymi. Krótco przed wybuchem II wojny światowej skończono budowę jej murów.

Niestety, placówka nie rozpoczęła swojej działalności. Wybuch II wojny światowej zniweczył trud i ogrom pracy mieszkańców, którzy wiązali z tym miejscem nadzieję na unormowanie spraw związanych z tworzeniem warunków dla szkoły w Skępem. 8 września szkoła została rozwiązana. Mury, wzniesione tak ogromnym wysiłkiem, Niemcy polecieli rozebrać i wywieźć. W czasie okupacji uczyły się tylko dzieci niemieckie. Polskie dzieci uczyły się w prywatnych domach u nauczycielek Józefy Paterowej i Zofii Szulczewskiej. Nauka nie odbywała się systematycznie, a tylko przez pewien czas.

Po pięciu latach okupacji, 21 stycznia 1945 roku, Skępe i Wymyślin odzyskały upragnioną wolność. Od razu zaczęto organizować powojenną szkołę podstawową. Grupa pedagogów rozpoczęła zapisy do szkoły i wstępne przydziały uczniów do poszczególnych klas. Wieloletnie zaniedbania spowodowane brakiem nauczania w czasach wojny spowodowały, że wielu uczniów trafiało do najniższych oddziałów. Naukę rozpoczęto w pierwszych dniach lutego 1945 roku w bardzo złych warunkach. Nie było ławek, krzeseł, książek, zeszytów, pomocy naukowych. Grono pedagogiczne zaapelowało do społeczeństwa o pomoc dla nowo tworzonej szkoły. Mieszkańcy Skępego i okolic odpowiedzieli bardzo szybko. Po

kilkunastu dniach praca zaczęła nabierać rozmachu. Decyzją władz dzieci przerośnięte wiekowo nie pozostawały w oddziałach najniższych długo, a uczyły się w przyspieszonym trybie. Polegało to na tym, iż do czerwca 1945 roku przerobiły program jednej lub dwóch klas. Warunki lokalowe szkoły nadal były bardzo trudne.

Od pierwszych dni powojennych władze szkolne czyniły starania w kwestii budowy nowego budynku szkolnego, który pomieściłby wszystkie dzieci. Starania te zostały uwieńczone sukcesem w roku 1948 i 20 czerwca dokonano poświęcenia kamienia węgielnego pod budowę budynku Publicznej Szkoły Podstawowej w Skępem. 1 września 1950 roku w nowej szkole naukę rozpoczęło 479 uczniów w 12 nowych izbach lekcyjnych. Koszt budowy nowej szkoły wyniósł 6.119.381 zł. W 1957 roku przekształcono dotychczasową szkołę w Szkołę Ćwiczeń Liceum Pedagogicznego w Wymyślinie. Od tego czasu podlegała ona organizacyjnie i finansowo Liceum Pedagogicznemu jako placówce nadrzędnej. Taki stan trwał do roku 1969. W latach sześćdziesiątych w czasie wakacji w szkole odbywały się turnusy kolonijne, w których uczestniczyły dzieci z różnych stron województwa.

W 1966 roku nastąpiły zmiany w systemie szkolnictwa. Wprowadzono ósmą klasę. Pociągnęło to za sobą wzrost liczby nauczycieli z 15 do 19 w roku szkolnym 1966/1967. Wzrosła także liczba uczniów z 569 do 597. Z chwilą likwidacji w roku 1969 Liceum Pedagogicznego w Wymyślinie przestała istnieć Szkoła Ćwiczeń. Do roku 1970 Szkoła Podstawowa w Skępem podlegała Wydziałowi Oświaty w Lipnie, a następnie przeszła pod nadzór Gromadzkiej Rady Narodowej i ostatecznie Urzędu Gminnego w Skępem. W roku szkolnym 1973/1974 wprowadzono Zbiorczą Szkołę Gminną w Skępem.

Zbiorcza Szkoła Gminna pomyślana jako centrum oświatowo-kulturalne gminy była zlokalizowana w siedzibie władz administracyjnych. W założeniach miała być dużą, dobrze zorganizowaną placówką, realizującą różnorodne zadania dydaktyczne, wychowawcze i opiekuńcze. Integralną częścią gminnej szkoły były punkty filialne realizujące program początkowo klas I-IV, a docelowo klas I-III. Tak więc w roku szkolnym 1973/74 na terenie gminy Skępe istniała Zbiorcza Szkoła Gminna w Skępem oraz 8 szkół podstawowych 8-klasowych w terenie.

Po przeszło 20 latach działalności budynek szkoły w Skępem wymagał kapitalnego remontu. Najważniejszą sprawą było powiększenie szkoły o kolejne niezbędne izby lekcyjne, zmiana ogrzewania z piecowego na centralne oraz unowocześnienie sanitariatów.

W roku szkolnym 1974/75 we wrześniu w wyremontowanym już budynku naukę rozpoczęli uczniowie klas starszych, natomiast uczniowie młodsi kon-

tinuowali naukę do późnej jesieni w pomieszczeniach Liceum Pedagogicznego, a dopiero potem przeszli do wyremontowanej szkoły.

Dzięki staraniom dyrektora szkoły Eugeniusza Lange oraz grona pedagogicznego i władz Skępego 7 czerwca 1986 roku Szkoła Podstawowa w Skępem otrzymała sztandar oraz imię Gustawa Zielińskiego.

W roku 1997 rozpoczęto budowę hali sportowej przy szkole. Budowa zakończyła się w roku 2002. 14 października 2009 roku został utworzony przy szkole kompleks boisk Orlik, a w roku 2010 z inicjatywy uczniów, nauczycieli i pracowników szkoły zawiązał się Uczniowski Klub Sportowy „Skompen-sis”. Klub we współpracy ze szkołą organizuje liczne zajęcia sportowe, treningi i zawody, podczas których uczniowie miło, a nade wszystko zdrowo spędzają czas wolny.

W związku z powstaniem w 1999 roku gimnazjum władze gminne rozbudowały budynek szkoły podstawowej. Od tej pory w budynku mieściły się dwie szkoły: Szkoła Podstawowa im. Gustawa Zielińskiego oraz Gimnazjum im. Kościeleckich w Skępem. W 2015 roku przeprowadzono reorganizację placówki, tworząc Miejski Zespół Szkół w Skępem. Taki stan rzeczy trwał do roku 2017, kiedy to w myśl reformy powstała 8-klasowa szkoła podstawowa z oddziałami gimnazjalnymi.

Obecna szkoła jest szkołą nowoczesną. W każdej sali lekcyjnej uczniowie korzystają z tablicy lub monitora interaktywnego. Szkoła posiada 2 pracownice językowe. Kompleksowo został wyremontowany gabinet profilaktyki zdrowotnej. Systematycznie remontowane są pomieszczenia szkolne. Szkoła zatrudnia specjalistów: psychologa, pedagoga, logopedę. Uczniowie objęci są kompleksową pomocą psychologiczno-pedagogiczną. Nauczyciele opracowują i wdrażają innowacje i programy autorskie. Uczniowie szkoły osiągają wysokie lokaty w konkursach międzynarodowych, ogólnopolskich i wojewódzkich oraz zawodach sportowych. Szkoła Podstawowa im. Gustawa Zielińskiego w Skępem współpracuje z wieloma instytucjami i podmiotami dla dobra uczniów oraz rodziców. Bierzymy udział w programach rządowych, dzięki którym szkoła pozyskuje środki pozabudżetowe na rozwój infrastruktury oraz zakup pomocy dydaktycznych i organizację zajęć dodatkowych dla uczniów.

W roku 2019 Szkoła Podstawowa im. Gustawa Zielińskiego w Skępem obchodziła Jubileusz 100-lecia. Obchody rozpoczęły się już w lutym 2019 roku, a zakończyły w grudniu. W tym czasie w szkole zorganizowano bardzo wiele działań związanych z tym szczególnym jubileuszem. Zorganizowano liczne konkursy i wystawy: „Konkurs Piosenki Obcojęzycznej na

100-lecie Szkoły”, „100 tekstów literackich na 100-lecie Szkoły”, „Szkolny konkurs plastyczny na projekt medalu okolicznościowego z okazji 100-lecia Szkoły”, „Konkurs plastyczny o patronie Szkoły”, „Konkurs wiedzy o patronie Szkoły”, „Szkolny Konkurs Plastyczny dla klas 0-III Dzień z życia naszej Szkoły”, „Turniej piłki nożnej o puchar 100-lecia Szkoły”, „Bieg w 100-lecie Szkoły”, wystawę zdjęć nauczycieli szkoły w czasach szkolnych połączoną z konkursem „Zgadnij, kto to?”, wystawę „W starej klasie”.

W każdej sali przygotowano gazetki poświęcone szkole i jej patronowi Gustawowi Zielińskiemu. Odbyły się spotkania z absolwentami szkoły oraz jej pracownikami. Nauczyciele przygotowali i przedstawili uczniom prezentację o historii szkoły. Uczniowie klas 0-III przygotowali 100 serduszek dla stulatki. Uczniowie klas VIII realizowali projekt edukacyjny o szkole, który zakończył się w grudniu i był ostatnim działaniem obchodów Jubileuszu 100-lecia Szkoły w Skępem.

Wszystkie te działania przybliżyły społeczności szkolnej historię szkoły, były okazją do refleksji dla jej absolwentów, a młode pokolenie poznało szkołę, jak się rozwijała, jak odbywała się nauka w dawnych czasach i jak zmieniała się w ciągu 100 lat.

Jubileusz szkoły jest okazją do wspomnień, które choć minione, zawsze pozostają w pamięci, chociaż czas je porządkuje, dodaje im blasku, a dźwięk szkolnego dzwonka przywołuje ponownie. Trudno bowiem być obojętnym wobec miejsca, w którym zostawiło się część swojego życia. Jubileusz 100-lecia to bardzo ważna chwila dla wszystkich: uczniów, rodziców, nauczycieli, pracowników administracji i obsługi, absolwentów, a także przyjaciół szkoły. Wielu nauczycieli i pracowników szkoły to jej absolwenci. Pamiętają szkołę jaką była za czasów ich lat szkolnych. Jubileusz jest więc okazją do wspomnień, spotkań i rozmów o szkole.

11 października 2019 roku odbyła się główna uroczystość obchodów Jubileuszu 100-lecia Szkoły w Skępem, na którą przybyło wielu znakomitych gości z Burmistrzem Piotrem Wojciechowskim na czele. Na uroczystość przybyła także ze Stanów Zjednoczonych pani Eliza Smith z mężem, której matka była uczennicą skępskiej szkoły. Licznie uczestniczyli zaproszeni absolwenci, emerytowani nauczyciele, pracownicy szkoły oraz uczniowie wraz z wychowawcami i nauczycielami.

Uroczystość rozpoczęła się mszą św. w intencji uczniów, rodziców i pracowników szkoły w Parafii Zwiastowania Najświętszej Marii Panny. Tego dnia odbyło się również poświęcenie tablicy upamiętniającej Jubileusz 100-lecia Szkoły, którą ufundowali nauczyciele i pracownicy placówki. Dyrektor Ewa Jastrzębska przedstawiła historię skępskiej szkoły, po-

dziękowała wszystkim, którzy ją tworzyli i poprosiła o uczczenie minutą ciszy tych spośród członków społeczności szkolnej, którzy odeszli. Po tym wystąpieniu głos zabrali zaproszeni goście, którzy złożyli na ręce pani dyrektor podziękowania oraz upominki z okazji Jubileuszu. Następnie wszyscy uczestniczyli w pięknej części artystycznej przygotowanej przez uczniów pod kierunkiem Danuty Bombalickiej, Ewy Żebrowskiej i Marii Głowackiej na tle wspaniałej scenografii przygotowanej przez Karolinę Muszyńską oraz Annę Sadowską. Wystąpili także absolwenci szkoły: Małgorzata Gabryszewska, Marta Dywicka, Krzysztof Wiśniewski i Bartek Zasowski. Nad nagłośnieniem czuwał Marek Moderski. Po części artystycznej wszyscy goście mogli zwiedzać szkołę, oglądać wystawy okolicznościowe, kroniki szkolne oraz dzielić się wspomnieniami z dawnych lat. Uroczystość zakończył wspólny poczęstunek oraz urodzinowy tort. Była to historyczna i przepiękna uroczystość, która w sposób szczególny zapisze się na kartach szkolnej kroniki i w sercach zaproszonych gości.

W szkole czas odmierzany jest w specyficzny sposób. To kolejne dzwonki, dni, miesiące i lata napędzają maszynę szkolnego świata. W tę niezwykłą perspektywę wpisują się także wydarzenia niepowtarzalne, dzięki którym możliwe jest dokonanie oglądu, zbudowanie refleksji nad pracą własną i szkoły. Do takich wydarzeń należy jubileusz. Cyklicznie i starannie zbiera informacje o historii szkoły i jej dorobku. Ten dorobek to praca wielu osób - grona pedagogicznego, uczniów, pracowników administracji i obsługi. **Skępska szkoła nigdy nie była jedynie miejscem czy instytucją, ale zawsze zwartą społecznością stworzoną przez pokolenia uczniów i ich rodziców, nauczycieli, którzy oddali szkole swoje umiejętności, entuzjazm i serce. Wokół szkoły zawsze gromadziły się osoby twórcze, kreatywne, poszukujące najlepszych rozwiązań oraz otwarte i wrażliwe na potrzeby dzieci. Dzięki ich entuzjazmowi i zaangażowaniu udało się stworzyć Naszą Szkołę taką, jaką widzimy ją dzisiaj – przyjazną, kolorową i otwartą na nowe.**

Nie sposób wymienić wszystkich tych osób, nie sposób wyliczyć także tego, co zrobili dla naszej szkoły. Nazwiska wielu z nich widnieją w materiałach i dokumentach zgromadzonych w archiwum szkolnym. Długa jest lista tych, którzy na trwałe zaznaczyli się na kartach historii naszej szkoły, którzy ją tworzyli, rozwijali i wspierali. Jubileusz 100-lecia Szkoły jest świętem wspomnień absolwentów - przywoływania w pamięci kolegów, koleżanek, nauczycieli, ale także świętem wzruszeń. Powrót do szkoły to bowiem powrót do tego, co w pamięci ocalało jako obraz najpiękniejszych lat życia.

Maria Kowalewska

Zespół Szkół im. R. Traugutta w Lipnie

Zespół Szkół im. Romualda Traugutta w Lipnie – szkoła z tradycjami i sukcesami

Dzięki staraniom zarządu Towarzystwa pod nazwą Średnia „Szkoła Męska im. H. Sienkiewicza” oraz zabiegom Polskiej Macierzy Szkolnej w 1917 roku zostało powołane do życia Gimnazjum Realne im. Henryka Sienkiewicza w Lipnie. Budynek dla tej placówki z własnych funduszy zakupił od J. Mosalfa Kazimierz Różycki wraz z żoną Elżbietą. Znajdował się on przy ulicy 3 Maja 20¹. Koncesję uzyskano u niemieckich władz okupacyjnych, a na dyrektora powołano Jana Moczarskiego, który uruchomił szkołę jako „ośmioklasowe Gimnazjum Realne w Lipnie”². **Już 1 września 1917 roku rozpoczęły się egzaminy do ośmioletniej szkoły średniej. W ten sposób zaczęło funkcjonować Lipnowskie Gimnazjum Realne im. Henryka Sienkiewicza. Gimnazjum Realne funkcjonowało do 1920 roku, kiedy zostało upaństwowione i przyjęło nazwę Lipnowskiego Gimnazjum Państwowego im. Romualda Traugutta.** Zmiana patrona nastąpiła decyzją Kuratorium Szkolnego w Warszawie. W roku szkolnym 1921/1922 szkołę ukończyło pierwszych 11. absolwentów³.

Państwowe Gimnazjum im. R. Traugutta w tym i późniejszym czasie stało się ważnym ośrodkiem kulturalnym na terenie miasta i powiatu. Uczniowie prezentowali artystyczne talenty w zespole teatru amatorskiego prowadzonego przez B. Wolskiego i L. Horowicza oraz w zespole muzycznym pod opieką L. Ilnickiego. W dziedzinie krzewienia sztuki choreograficznej znaczne zasługi położyła J. Drzewińska-Kopcewiczowa, natomiast w pracy kulturalno-społecznej wyróżniła się J. Gedroyć jako organizatorka licznych wycieczek m.in. do Warszawy, Poznania, Wilna, nad morze⁴. W roku szkolnym 1927/28 szkoła została przekształcona w Państwowe Gimnazjum Koedukacyjne typu humanistycznego, nadal imienia R. Traugutta.

W 1932 roku z inicjatywy J. Jędrzejewicza, ówczesnego Ministra Wyznań Religijnych i Oświecenia Publicznego, została wprowadzona reforma szkolnictwa. W jej wyniku ośmioklasowe gimnazjum zostało przekształcone w czteroletnie gimnazjum kończące się tzw. małą maturą i dwuletnie liceum dające absolwentom świadectwo dojrzałości oraz możliwość wstępu na wyższe uczelnie⁵. 8-letnie Państwowe Gimnazjum Koedukacyjne im. R. Traugutta typu humanistycznego zostało zatem przekształcone w Państwowe Gimnazjum 4-letnie i 2-letnie Liceum z wydziałami: humanistycznym i przyrodniczo-geograficznym pod stałym patronem. Pierwsi absolwenci liceum otrzymali świadectwo dojrzałości w 1939 roku⁶.

Okres międzywojenny to czas systematycznego rozwoju szkoły, kompletowania wykształconej kadry nauczycielskiej i stałego wzrostu liczebnego młodzieży. Oprócz nauki szkoła umożliwiała wszechstronny rozwój swoim uczniom. W roku szkolnym 1934/1935 nowym dyrektorem został L. Wicher, który piastował ten urząd do 1939 roku. W tym czasie ważnym wydarzeniem w życiu szkoły było ufundowanie dla gimnazjum i liceum sztandaru (1935) przez Komitet Rodzicielski, przy udziale miejscowych kupców, cechów rzemieślniczych, adwokatów, lekarzy i władz miasta.

Wybuch II wojny światowej przerwał życie szkoły na kilka lat. Budynek zajęli Niemcy, którzy zniszczyli pracownię, akta szkoły i całe jej mienie. Nauczycielska grupa zawodowa uznana została za element szczególnie niebezpieczny i miała ulec całkowitej zagładzie. W memoriale Urzędu Polityki Rasowej nauczyciele zostali nazwani „krzewicielami polskiego szowinizmu”. Dlatego też lipnowski Selbstschutz i Gestapo w październiku 1939 roku przygotowały i przeprowadziły masową akcję zagłady polskich warstw kierowniczych, głównie nauczycieli. Akcję aresztowań nauczycieli przeprowadzono 17 października 1939 roku, pod pretekstem uczestnictwa w kon-

1. J. Gózdź, Z. Gózdź, *Zapiski lipnowskie. Dzieje i ludzie*, DRUKARZ, Lipno 2001, s.23

2. *Spis nauczycieli szkół wyższych, średnich, zawodowych, seminariów nauczycielskich oraz wykaz zakładów naukowych i władz szkolnych*, red. Z. Zagórski, Lwów – Warszawa 1924, s.159

3. Kronika ZSim.R.Traugutta 1957

4. Kronika ZS im. R. Traugutta 1957

5. „Powróćmy jak za dawnych lat...”, Wydawnictwo Duszpasterstwa Rolników, Włocławek 2007, s. 28

6. Kronika ZS im.R.Traugutta 1957

ferencji rozpoczynającej rok szkolny 1939/1940. Nauczycieli wywieziono do obozów koncentracyjnych, na przymusowe roboty do Rzeszy lub wysiedlono do Generalnego Gubernatorstwa. Równie dramatyczne losy spotkały uczniów czy absolwentów lipnowskiego gimnazjum. Wielu wychowanków walczyło na froncie, brało udział w ruchu oporu, znalazło się w obozach koncentracyjnych.

27 lutego 1945 roku odbyła się uroczystość otwarcia Gimnazjum im. Romualda Traugutta w Lipnie. Przyczynił się do tego Z. Cieślowski⁷. W ceremonii uczestniczyli przedstawiciele władz centralnych i terenowych. Szkoła mieściła się w starym budynku przy ul. 3 maja 20. Oficjalnie jednak rozpoczęcie pierwszego roku nauki nastąpiło 4 września 1945 roku. Nowy rok szkolny 1945/46 rozpoczął się pod przewodnictwem dyrektora E. Kołodziejczyka. Pracowało ośmiu nauczycieli. Od połowy września, po powrocie z obozu koncentracyjnego, stanowisko dyrektora objął L. Wicher, ostatni przedwojenny dyrektor szkoły. W 1946 roku nastąpiły pierwsze przyjęcia uczniów do klas liceum humanistycznego i matematyczno-przyrodniczego. Wzrastała także liczbowo kadra nauczycielska.

W kolejnych latach, już od 1947 roku, daje się zauważyć wyraźna ideologizacja pracy szkoły. Instrukcje władz oświatowych nakazują m. in. włączanie do nauki, jak to wtedy nazywano, „szerokich warstw robotniczych i chłopskich”, rozwój organizacji ideowo-politycznych typu: Związek Walki Młodych i Związek Młodzieży Wiejskiej RP „Wici” oraz wychowanie młodzieży zdolnej do życia w Polsce Ludowej. Zalecano wprowadzanie obowiązkowej nauki języka rosyjskiego, coraz wyraźniejsza była ingerencja władz w sprawy kadrowe. Proces ten będzie zresztą nasilał się w następnych latach. Wyrazem tej ideologizacji w stosunku do młodzieży jest obowiązek uczestniczenia w akcjach zbiórki pieniędzy na odbudowę Warszawy czy w wielu rodzajach prac społecznych w ramach działającej organizacji Służba Polsce. Były to przeważnie prace fizyczne o charakterze pomocniczym. W roku 1948 z okazji zjednoczenia partii podejmowano dodatkowe czyny społeczne, warty produkcyjne, realizowano specjalny porządek dnia w szkole, podczas którego lekcje były przeplatane ideologicznymi masówkami. Młodzież w ramach SP pracowała na rzecz miasta, uczestniczyła w pracach polowych w okresie żniw i wykopków w okolicznych gospodarstwach państwowych, a później w spółdzielniach produkcyjnych.

Bardzo duże potrzeby kadrowe w szkolnictwie podstawowym spowodowały, że w roku 1949 wprowadzono w liceum klasy o profilu pedagogicznym.

Ich absolwenci mieli podjąć pracę jako nauczyciele, głównie w środowisku wiejskim. Od tego samego roku jedyną organizacją mogącą działać w szkołach był Związek Młodzieży Polskiej. Oddziaływał on w sposób decydujący na pracę szkoły. W tych okolicznościach z funkcji dyrektora w roku 1949 zostaje odwołany L. Wicher, a jego miejsce zajmuje E. Cieślowski. Następuje dalszy proces upolitycznienia pracy szkoły. Rozpoczyna działalność Podstawowa Organizacja Partyjna PZPR, nauczyciele poddawani zostają politycznej ocenie swojej pracy, nakazuje się im publiczne przeprowadzanie podczas rad pedagogicznych tzw. samokrytyki. W okresie planu sześcioletniego (1950 - 1955) jednym z obowiązków nauczycieli i uczniów było realizowanie zadań produkcyjnych i angażowanie się na rzecz środowiska. Do bardziej charakterystycznych należały: prace polowe w PGR Karnkowo i Spółdzielni Produkcyjnej w Liciszewach, wyjazdy aktywu uczniowskiego na wieś w celu zakładania nowych spółdzielni produkcyjnych m. in. w Jastrzębiu, zobowiązania nauczycieli do dodatkowej pracy z uczniami, np. w związku ze śmiercią Stalina. Mimo trudnych warunków materialnych, ciasnego i niefunkcjonalnego budynku szkolnego, różnych form indoktrynacji i nacisków liceum rozwijało się, osiągając stopniowo coraz lepsze wyniki naukowe i podejmując liczne zajęcia pozalekcyjne. Działały wówczas: koło recytatorskie, koło sportowe, kółko choreograficzne, filatelistyczne, plastyczne oraz chór.

Przełom październikowy 1956 roku spowodował przekształcenie programu wychowawczego szkoły. Wprowadzono nauczanie religii, zawieszone w roku 1950. Przestał istnieć ZMP, w jego miejsce powołano Związek Młodzieży Socjalistycznej, reaktywowano na wzorach przedwojennych Związek Harcerstwa Polskiego. Na terenie szkoły zawiązano szereg innych organizacji i kół: Ligę Przyjaciół Żołnierza, Towarzystwo Przyjaźni Polsko-Radzieckiej, Polski Czerwony Krzyż, Ligę Ochrony Przyrody. W celu podniesienia efektów dydaktycznych wprowadzono naukę w systemie klasopracowni. Z tego tytułu powstały gabinety: biologiczny i chemiczny. W tym okresie szkolnictwo podlegało wytycznym panującego ustroju. Tak zwana odwilż trwała dosyć krótko. Od 1960 roku daje się zauważyć powrót do wyraźnych działań ideologicznych, wraca kształcenie polityczne rady pedagogicznej, wprowadza się czyny społeczne, a znosi naukę religii. Sprzyja temu kolejna zmiana na stanowisku dyrektora - w 1957 roku zostaje nim M. Tabaszewski.⁸

Bardzo ważnym wydarzeniem w dziejach szkoły było rozpoczęcie budowy nowego gmachu przy

7. J. Gózdź, Z. Gózdź, *Zapiski lipnowskie. Dzieje i ludzie*, DRUKARZ, Lipno 2001, s.25

8. K. Skarżyński 80-lecie Liceum Ogólnokształcącego w Lipnie, „Ziemia Dobrzyńska”, 3(17) 1997, IX 1997, s.2

alei Traugutta. Uroczystość wmurowania kamienia węgielnego odbyła się 21 lipca 1960 roku, w przeddzień święta państwowego odrodzenia Polski. Był to wielki dzień dla społeczności liceum, uświetniły go występy szkolnych zespołów – tanecznego, recytatorskiego i chóru. Nauczyciele i młodzież pracowali przy urządzeniu terenu wokół budynku, starano się pozyskać pieniądze na rzecz budowy, m.in. organizując koncerty zespołów szkolnych w okolicznych miejscowościach. W „Ilustrowanym Kurierze Polskim” 7 listopada 1962 roku pojawiła się informacja na temat tego wydarzenia. Nowy budynek szkoły został oddany do użytku w roku szkolnym 1962/63, umożliwiając znacznie liczniejszy nabór młodzieży do klas pierwszych. Wyraźna poprawa warunków pracy spowodowała także przyrost wysoko wykształconej kadry nauczycielskiej. Po niezbędnych pracach adaptacyjnych stary budynek szkolny przeznaczono na internat dla młodzieży spoza Lipna.

W 1967 roku funkcję dyrektora szkoły przejmuje Tadeusz Korszeń. W celu dalszego doskonalenia procesu nauczania od roku 1970 wprowadzono istotne zmiany w kształceniu młodzieży. Rozpoczęto profilowanie poszczególnych klas. Obok profilu ogólnego wprowadzone zostały profile humanistyczny i matematyczno-fizyczny. Rozszerzony program nauczania przedmiotów kierunkowych miał w konsekwencji umożliwić absolwentom łatwiejsze zdanie egzaminu na studia wyższe. Nauczyciele podejmują się prowadzenia nowych kół zainteresowań. Młodzież angażuje się w pracę Szkolnego Koła Turystyczno-Krajoznawczego, uczestniczy w obozach turystycznych, przysposobienia obronnego, PCK, zdobywa wyróżnienia w zawodach sportowych. Wysoki poziom kulturalny szkoły potwierdzają comiesięczne występy Filharmonii z Bydgoszczy. Koncerty muzyki klasycznej odbywały się w murach szkoły do początków XXI wieku. Działania organizacyjne i praca kadry pedagogicznej pozwoliły na znalezienie się lipnowskiego liceum, według oceny władz oświatowych z roku 1973, w czołówce szkół ówczesnego województwa bydgoskiego.

Nowy etap działalności lipnowskiej placówki rozpoczął się w roku szkolnym 1977/1978, kiedy to decyzją ówczesnego Kuratora Oświaty i Wychowania we Włocławku utworzono Zespół Szkół Ogólnokształcących. W skład nowo powstałego Zespołu weszły stacjonarne Liceum Ogólnokształcące oraz działające dotychczas samodzielnie jako odrębna szkoła Liceum dla Pracujących, obecnie występujące pod nazwą Liceum dla Dorosłych. W roku szkolnym 1978/1979 w skład Zespołu weszło powołane od podstaw Liceum Medyczne - Wydział Pielęgniarstwa na podbudowie szkoły podstawowej, kształcące dyplomowane pielęgniarki. Potrzeba kształcenia, głównie dziewcząt, w tym zawodzie wynikała ze znacznego rozszerzenia

w Lipnie bazy szpitalnej. Druga połowa lat siedemdziesiątych to dalsze zwiększenie liczby wykształconej kadry nauczycielskiej, związane z tworzeniem większej liczby oddziałów. Rozwija się baza dydaktyczna, głównie o pomoce typu audiowizualnego. Młodzież naszego liceum osiąga znaczące wyniki w olimpiadach przedmiotowych i sporcie. Szkoła jest także organizatorem obozów przysposobienia obronnego. Na szczególną uwagę zasługują osiągnięcia sportowe. Początek lat osiemdziesiątych to również sukcesy szkoły w zawodach drużyn sanitarnych, w olimpiadach: geograficznej, historycznej, chemicznej, języka francuskiego na szczeblu okręgowym. Za całokształt osiągnięć na polu wychowawczym w roku 1983 szkoła uzyskała III miejsce we współzawodnictwie szkół województwa włocławskiego.

W roku szkolnym 1983/1984 następuje zmiana na stanowisku dyrektora, funkcję tę obejmuje, wprowadzając tylko na rok, dotychczasowy wicedyrektor J. Kosiński. Po roku dyrektorem zostaje J. Ziemiłowicz. Jest to okres dalszego dynamicznego rozwoju szkoły zarówno pod względem materialnym, jak i dydaktycznym. Na ten czas przypada proces zasadniczych zmian ustrojowych w Polsce. Początki Solidarności, stan wojenny miały też wpływ na atmosferę pracy w szkole, zmiany w świadomości uczniów i nauczycieli.

Rok 1989 i następne lata przyniosły potrzebę przeorientowania szkoły polskiej w duchu demokratycznym. Trzeba przyznać, że te rewolucyjne zmiany w lipnowskim liceum przebiegły spokojnie, bez większych napięć politycznych. Rada Pedagogiczna zgodnie przystąpiła do realizacji nowych zadań, początkowo wychowawczych, a następnie, w miarę ukazywania się nowych rozporządzeń, do przebudowy programów nauczania. Bez emocji, w sposób naturalny, przyjęto wprowadzenie od 1 września 1990 roku nauki religii, a w roku poprzedzającym, na wniosek Samorządu Szkolnego, w salach lekcyjnych zostały zawieszane krzyże. W tych nowych czasach Dyrekcja i Rada Pedagogiczna starały się wyjść naprzeciw potrzebom i wyzwaniom czasu, powiększając chociażby możliwość nauki języków obcych. Obok nauczanych już języków: rosyjskiego, który stał się teraz przedmiotem do wyboru, j. francuskiego i j. łacińskiego, wprowadzono języki angielski i niemiecki. Szkoła była wtedy jedną z nielicznych w województwie, mającą tak szeroką ofertę językową dla młodzieży⁹.

W wyniku reformy administracyjnej od roku 1999 organem prowadzącym dla szkoły staje się Starostwo Powiatowe w Lipnie. Od 2002 roku ulega zmianie nazwa placówki na Zespół Szkół im. Romualda Traugutta. Niestety, ze względów

9. „Powróćmy jak za dawnych lat...”, Wydawnictwo Duszpasterstwa Rolników, Włocławek 2007, s.30-33

ekonomicznych zostaje rozwiązany w tym okresie Internat i decyzją władz uczniowie, którzy nie mają warunków do codziennego dojeżdżania, zostają przeniesieni do wspólnej dla wszystkich lipnowskich szkół średnich bursy. Budynek dawnego liceum nie mógł już zostać w pełni wykorzystany na cele dydaktyczne, w związku z czym w roku 2004 zostaje sprzedany prywatnemu właścicielowi. Dzięki inicjatywie kolejnych dyrektorów i przychylności władz powiatu następuje dalsza poprawa warunków nauki i pracy. Ważnymi wydarzeniami w życiu szkoły były: otwarcie nowego boiska „Orlik” - 14 października 2009 roku oraz przekazanie do użytku pełnowymiarowej hali sportowej - 12 października 2016 roku.

Rok 2017 był dla Zespołu Szkół im. R. Traugutta szczególnie, ponieważ świętowano w nim jubileusz stulecia istnienia placówki. Kalendarz obchodów rozpoczęła akademicka poświęcona patronowi szkoły Romualdowi Trauguttowi. 19 stycznia uczniowie klasy II o profilu politechnicznym zaprezentowali spektakl pt. „Historyczna i literacka opowieść o Romualdzie Traugucie.” W myśl motta „By czas nie zatart i niepamięć” licealiści przybliżyli biografię „człowieka świętego imienia”, jak nazwała Traugutta pisarka Eliza Orzeszkowa.

Wszystkie lata w historii szkoły przynosiły sukcesy dydaktyczne na wielu płaszczyznach. W działalności szkolnej obok już istniejących pojawiły się nowe inicjatywy i projekty. Rok szkolny 2014/2015 został zainaugurowany nową formą włączania uczniów klas pierwszych do licealnej społeczności, zainicjowaną przez Samorząd Uczniowski (opieka A. Bruzdowicz). Stał się nią I Rajd Integracyjny Klas Pierwszych, który zastąpił tradycyjne dotąd otrzęsiny. Działalność rozwinął i poszerzył Wolontariat (kolejni opiekunowie: M. Śmiechowska, A. Wysocka-Kuras, M. Nejman, E. Kuźniak), którego członkowie uczestniczą w kolejnych edycjach lipnowskiego Festiwalu Przeglądu Filmów „Poła i inni”. Szczególną popularność zyskały coroczne akcje krwiodawstwa przeprowadzane z ramienia szkolnego PCK (opieka U. Myszyńska). Młodzież liceum każdego roku włącza się w działalność WOŚP. Uczniowie biorą udział w projekcie KinoSzkoła (opieka A. Szymczak-Sławkowska). Promocją liceum jest cykliczny już Przegląd Twórczości Agnieszki Osieckiej, zainicjowany i organizowany przez A. Szymczak-Sławkowską i A. Strzelecką, Powiatowy Konkurs Geograficzny organizowany przez E. Politowską, A. Milak, P. Kaletę oraz Powiatowy Konkurs Historyczny, nad którym czuwa P. Szewczak przy współpracy z R. Skarżyńskim.

Ambasadorem Zespołu Szkół jest szkolny teatr Bene Nati, który w listopadzie 2018 roku obchodził 25-lecie swej działalności (od początku istnienia opieka W. Mróz). Corocznie organizowane Drzwi Otwarte w atrakcyjny sposób zachęcają gimnazjalistów, a od 2019 roku ósmoklasistów z okolicznych placówek do wyboru tej właśnie szkoły, która jest najstarszą placówką oświatową powiatu lipnowskiego. Jej chlubne tradycje i uroczystości uwieczniają członkowie Koła Fotograficznego (opieka P. Drzewiecki) oraz szkolni dziennikarze z gazetki „Furmanka”. Zwieńczeniem licealnych sukcesów są wyniki członków Koła Strzeleckiego (opieka K. Witkowska) i osiągnięcia szkolnych sportowców z ramienia SKS rozwijane w nowoczesnej hali (pod opieką E. Kuźniak, J. Lewicki, I. Sobociński, R. Sztubecki).

Nie sposób wymienić wszystkie osiągnięcia uczniów i uczniów na etapach wojewódzkich i centralnych wielu konkursów i olimpiad, które świadczą o różnorodnych pasjach i talentach absolwentów, popartych ich pracą i zaangażowaniem nauczycieli.

W ciągu ponad stu lat wiele się zmieniło, co mogą potwierdzić uczestnicy zjazdów absolwentów kolejnych roczników. Zmiany są wpisane w funkcjonowanie wszystkich placówek oświatowych. Zespół Szkół im. R. Traugutta nieustannie dynamicznie się rozwija, przekształca, rozbudowuje, modernizuje w sferach materialnej i edukacyjnej. Stałe od ponad 100 lat pozostają jednak imponowalności mające wpływ na działania, postawy, wartości ważne dla nauczycieli, pracowników i uczniów, którzy tworzą wizerunek szkoły.

Od początku istnienia szkoła cieszy się niekwestionowanym autorytetem w mieście i okolicy. Egzamin dojrzałości zdany w tej szkole nobilituje i stanowi posag na całe życie, co jest powodem do dumy. **Potwierdzeniem sukcesów szkoły jest „List Gratulacyjny dla Pani Anny Wysockiej-Kuras Dyrektora w Zespole Szkół im. Romualda Traugutta w Lipnie” od Kujawsko-Pomorskiego Kuratora Oświaty Marka Gralika, w którym wyróżniono wysokie wyniki egzaminu maturalnego w roku szkolnym 2018/2019 oraz wyniki poszczególnych przedmiotów maturalnych, świadczące o wytrwałości i konsekwentnej pracy uczniów oraz zaangażowaniu nauczycieli i kadry kierowniczej.** Wszyscy, którzy związani byli lub nadal są z „lipnowskim Trauguciakiem”, mogą mieć świadomość, że pozostają spadkobiercami chlubnej dla miasta i ojczyzny tradycji.

Bożena Ciesielska, Dorota Łańcucka
KPCEN we Włocławku

O rozwijaniu pasji i talentów słów kilka

Kujawsko-Pomorskie Centrum Edukacji Nauczycieli we Włocławku od wielu lat promuje i upowszechnia wspieranie rozwoju talentów dzieci i młodzieży poprzez organizację własnych przedsięwzięć. W roku szkolnym 2019/2020 już po raz ósmy włocławska placówka ogłosiła konkurs dla nauczycieli „Odkrywamy Talenty 2020”. Celem konkursu jest promowanie inicjatyw podejmowanych przez nauczycieli w zakresie odkrywania i rozwijania zainteresowań i predyspozycji uczniów oraz dzielenie się przykładami dobrych praktyk. Corocznie odbywa się konferencja podsumowująca kolejną edycję konkursu. W procesie rozwoju edukacyjnego i wychowawczego niezwykle istotne są uwrażliwienie, zaangażowanie i współpraca szerokiego grona osób i podmiotów właściwie identyfikujących potencjał uczniów i tworzących odpowiednie warunki do jego rozwoju. Oprócz nauczycieli są to dyrektorzy szkół, rodzice, organy prowadzące i samorządowe, organizacje pozarządowe, sportowe, instytucje kultury, poradnie psychologiczno-pedagogiczne czy placówki doskonalenia nauczycieli. Dynamicznie zmieniający się świat, wyzwania globalnego rynku pracy determinują kierunki kształcenia i rozwijanie kompetencji kluczowych, które powinny przygotować młodych ludzi do jak najlepszego wykorzystania swoich mocnych stron i umiejętności adaptacji do zmiany. Według Gallupa wszyscy mamy talenty, chodzi tylko o to, byśmy byli świadomi ich posiadania i umieli je wykorzystać.

JAK PRACUJĄ Z TALENTAMI W SKĘPEM?

W mieście i gminie Skępem w województwie kujawsko-pomorskim talentów wśród dzieci i młodzieży nie brakuje. O tym, że wsparcie rozwoju i edukacji młodego człowieka jest niezwykle ważne, wiedzą w gminie prawie wszyscy: rodzice, dziadkowie, nauczyciele i instruktorzy, dyrektorzy szkół i przedszkoli, samorządowcy, a przede wszystkim sami uczniowie i uczennice. Na początek przedstawiamy pasję, talenty i zainteresowania Hani Gładkowskiej, uczennicy klasy Vc Szkoły Podstawowej im. G. Zielińskiego w Skępem. Jej wychowawczynią w klasach I - III była Alina Staszkiwicz. Hania już od I klasy brała udział w różnych konkursach, odnosząc sukcesy. Jej pasją jest przygotowywanie prac plastycznych, technicz-

nych, fotograficznych, projektowanie, malowanie, gra na pianinie i fortepianie. Z powodzeniem startuje w konkursach wojewódzkich i ogólnopolskich, chociaż nie zawsze sukces musi być celem, może nim być samo dochodzenie do niego. Od I klasy uczy się w Publicznej Szkole Muzycznej I stopnia w Lipnie. Jej nauczycielem gry na fortepianie jest Klaudia Kołata. Hania bardzo dużo ćwiczy, gdyż nauka gry na instrumentach wymaga wysiłku i czasu. Bierze udział w przeglądach i konkursach muzycznych. Rodzice ją wspierają, motywują do pracy i dokumentują wszystkie działania córki. O wielu konkursach i projektach Hania dowiaduje się w szkole. Anna Sadowska uczy ją plastyki od klasy IV. Dziewczynka jest stypendystką Burmistrza Miasta i Gminy w Skępem Piotra Wojciechowskiego. Uświetnia uroczystości szkolne i gminne swoimi artystycznymi występami. Jej prace plastyczne i techniczne, graficzne i przestrzenne oraz fotograficzne zdobią albumy, kalendarze i okolicznościowe wydawnictwa. Hania nie tylko rozwija swoje talenty manualne. Jej sprawność intelektualna idzie w parze z rozwojem fizycznym. Uczestniczy w zajęciach na basenie. Rodzice kierują się w życiu sentencją Stanisława Staszica „TALENT JEST JAK KAWAŁEK SZLACHETNEGO, ALE SUROWEGO METALU: DOPIERO PILNA PRACA GO OBRÓBI I WARTOŚĆ MU WIELKĄ NADA”. Mądrze i poważnie wspomagają indywidualne uzdolnienia Hani, obserwują jej postępy i rozwój oraz właściwie dobierają metody wychowania. Współpracują z nauczycielami, pedagogami i instruktorami dziecka.

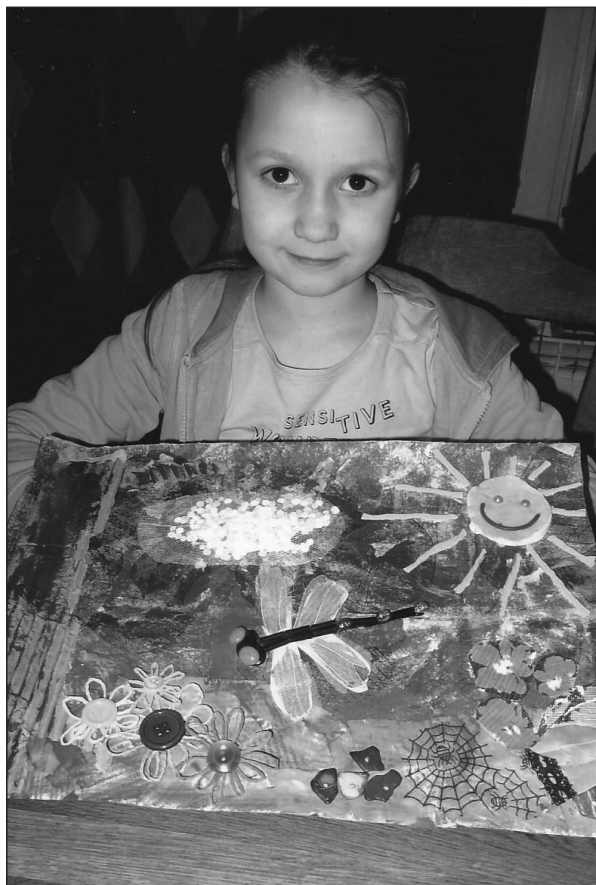
ROZMOWA Z HANIĄ

(wywiady przeprowadziła Bożena Ciesielska)

- Haniu, malujesz, grasz na instrumentach, wycinasz, kleisz, projektujesz... Co sprawia Ci największą przyjemność?

- Dużo radości sprawia mi wycinanie, klejenie, myślenie, ale najbardziej lubię malować i grać na pianinie. Kiedy gram na pianinie i maluję, to tak jakbym przenosiła się do całkiem innego świata. Gdy gram, trafiam myślami do innej epoki, bo w szkole muzycznej uczymy się wielu starych utworów: walców, polonezów, menuetów, etiud, preludiów i marszów. Gdy gram utwory J. S. Bacha, to myślami jestem w epoce

baroku i wszystko musi być równe, jak cykanie zegarka. Gdy gram utwory F. Chopina lub R. Schumanna, przenoszę się do epoki romantyzmu, gdzie wszyscy byli zakochani i trzeba to tak właśnie zagrać - tak uczy mnie moja pani Klaudia. Gdy maluję, mogę myślami wybiec daleko w przyszłość, mogę narysować coś, czego jeszcze nie ma i wymyślić coś, czego jeszcze nikt nie wymyślił.



- Czy lubisz brać udział w różnych konkursach i przeglądach?

- Bardzo lubię brać udział w konkursach zarówno pianistycznych, jak i plastycznych. Już przygotowanie sprawia mi ogromną przyjemność. Ale występ na konkursie pianistycznym, samo wejście na scenę, ukłon, trema przed występem i sam występ to 100 procent wrażeń i emocji. Wzięłabym udział chyba we wszystkich konkursach świata, ale nie mogę, bo ogranicza mnie czas. Mama ciągle też goni mnie do lekcji.

- Który z konkursów cenisz najbardziej?

- Najbardziej cenię chyba sobie konkursy pianistyczne, dlatego, że do nich przygotowuję się najdłużej. Pracę plastyczną można wysłać pocztą, a na konkurs pianistyczny trzeba jechać osobiście. Mama zawsze ładnie mnie ubierze i uczesze, czasami nawet buty do sukienki mi dobiera, bo mówi, że na takich konkursach trzeba wyglądać tak inaczej, dostojniej... A jak się wygrywa, to jest tak fajnie. Z konkursów plastycznych najwyżżej oceniam: „Serce Kapsuły Czasu”. Na-

malowałam obrazek o Skępem i świecie, jak będzie wyglądał za sto lat. Moja praca bardzo się spodobała i dostałam ZŁOTY CERTYFIKAT złożenia tej pracy w Kapsule Czasu, która stanie niedługo w Krakowie. Będę tam zaproszona, więc już się cieszę na wyjazd do Krakowa.

ROZMOWA Z RODZICAMI HANI: AGNIESZKA I PAWŁEM GŁADKOWSKIMI

- W jaki sposób wspieracie córkę w nauce i zajęciach pozaszkolnych?

- To wcale nie jest takie łatwe. Hania jest uczennicą V klasy SP w Skępem (jej wychowawczynią jest Małgorzata Paul) i V klasy fortepianu w Publicznej Szkole Muzycznej w Lipnie. Uczy ją Klaudia Kołata. Materiału, jak ktoś ma dzieci w V klasie, to wie, jest dużo. Od godz. 8.00 do około 14.30 Hania jest w szkole, ma 14 przedmiotów obowiązkowych i każdy tak naprawdę jest ważny, bo nie wiadomo, którą drogą dziecko pójdzie. Po lekcjach Hania ma zajęcia w Publicznej Szkole Muzycznej o różnych godzinach i w różne dni. W PSM córka ma 6 przedmiotów: lekcje fortepianu, emisję głosu, chór, kształcenie słuchu, audycje muzyczne i od bardzo niedawna zespół instrumentalny z Adamem Kołackim, przedmiot, który nie jest obowiązkowy, ale Hania chce na te zajęcia chodzić, bo tam właśnie dzieci zaczynają wspólnie muzykować. To nie jest tak, że córka tak po prostu umie grać. To są godziny ćwiczeń w domu, czasami ciężkie godziny, które może wolałaby spędzić inaczej... My jako rodzice staramy się ją motywować na różne sposoby, ale cierpliwość i obowiązkowość codziennego ćwiczenia pozwala niemożliwemu stać się możliwe. Ja sama, jakby ktoś 5 lat temu powiedział mi, że moja córka niedługo zagra utwór Jana Sebastiana Bacha czy Fryderyka Chopina, powiedziałabym, że to niemożliwe, a dziś....

Najwięcej czasu wymaga od niej przygotowanie na konkursy pianistyczne, bo konkurencja jest na wysokim poziomie i do tego stres przed występem. Hania, jak wszystkie 10-latki lubi jeździć na rowerze, rollkach, grać w badmintona, bujać się w hamaku i chodzić na spacer z psem. Kiedyś Hania powiedziała mi, że chciałaby się jeszcze dobrze nauczyć pływać, a ja wiedząc, że sprawność fizyczna jest w życiu ważna, oczywiście zapisałam Hanię i jej braci na lekcje pływania do szkoły PRO-Activ Lipno do Rafała Sztabeckiego, bo ktoś lepiej nauczy dzieci pływać od kogoś, kto się na tym dobrze zna. Hania chodzi już do szkoły trzeci rok, umie pływać, a każdy wyjazd na basen daje jej dużo przyjemności, relaksu i odpoczynku. Więc jeździmy.

Często jest tak, że uczestnicząc w tych pozaszkolnych zajęciach po prostu brakuje jej nie chęci, ale czasu, który może poświęcić na naukę. Nie jest

zawsze przygotowana na 5, ale i tak radzi sobie bardzo dobrze. W szkole w Skępem mamy tak naprawdę wyrozumiałych i życzliwych nauczycieli, i nawet jak coś czasami nie wyjdzie, zawsze można się poprawić.

Hania bierze też udział w wielu konkursach plastycznych, jest bardzo rozwinięta manualnie, nie umiała jeszcze pisać, a nożyczkami już wycinała... Konkursów jest naprawdę dużo. Niektóre wyszukuję ja, niektóre sama Hania, ale zazwyczaj to Anna Sadowska - nauczycielka plastyki - umieszcza w dzienniczku elektronicznym informacje o konkursach i zawsze wszystkich zachęca do wzięcia udziału. Po przeczytaniu regulaminu Hania wybiera te, na które ma jakiś pomysł i w wolnych chwilach najczęściej w sobotę lub w niedzielę, zasiada do malowania, wycinania, klejenia. Te prace to takie małe „dzieła sztuki”, często odbierane naprawdę pozytywnie, co daje odzwierciedlenie w wielu wygranych konkursach.

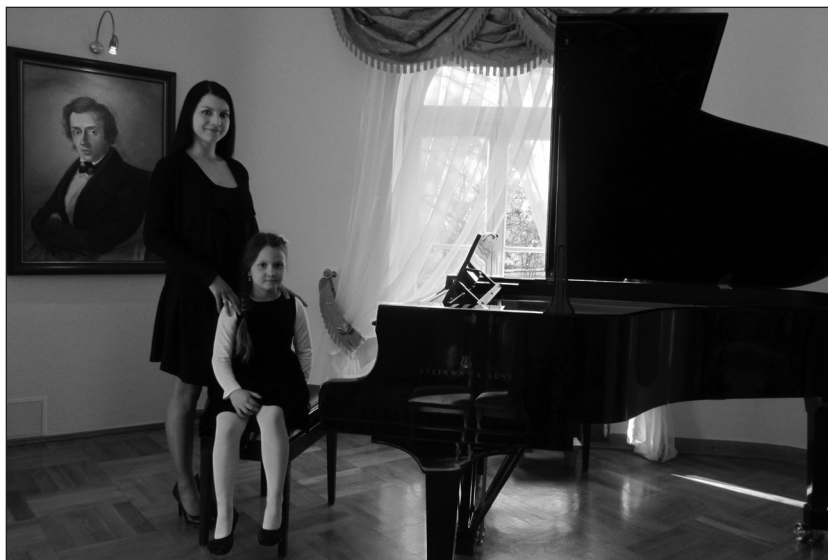
Trochę boli mnie fakt, gdy czasami słyszę niektóre mamy, jak mówią, że ich dzieci nie będą brać udziału w konkursach, bo takie słabe nagrody: książka, kredki, pastele... a czasami tylko dyplom. Ale ja zawsze powtarzam, że to nie o nagrodę chodzi, a o czas dobrze wykorzystany. To czas, w którym dziecko jest pochłonięte „robieniem”, a nie przysłowiowym „gapieniem” się bezmyślnie w ekran komputera czy telefonu. Dużą satysfakcją dla Hani jest osobiste odebranie dyplomu czy nagrody. To jednak zaszczyt. I tu wielkie podziękowania dla dyrektora szkoły Ewy Jastrzębskiej za wsparcie i pomoc w zorganizowaniu na przykład transportu, aby córka mogła chociaż po niektóre nagrody pojechać. Zazwyczaj jednak przysyłane są do szkoły, a pani dyrektor na apelu podsumowującym wręcza je uroczysto Hani - to też daje jej dużo radości.

A my rodzice zawozimy, przywozimy, wysyłamy, słuchamy, często trzymamy kciuki, pocieszamy, ale przede wszystkim bardzo kochamy.

- Wiem, że Państwo dokumentują osiągnięcia swoich dzieci. W jaki sposób?

- Mamy czworo dzieci, a każde dziecko ma swój ulubiony kolor. Kupiłam więc duże segregatory w ich ulubionych kolorach, i poprosiłam, aby regularnie je uzupełniały. Obrazki, dyplomy, wycinki z gazet, zeszyty 1-3 jak niezgrabnie uczą się literek i cyferek, prace plastyczne, szczególne osiągnięcia, nuty - wszystko to ma swoje miejsce w tych segregatorach, z podziałem

na lata i szkoły. Zarówno Mateusz, Jonasz, jak i Hania mają pokaźny zbiór kolorowych segregatorów. Teraz jeszcze najmłodszy syn Nikodem zaczyna swoją przygodę z nauką. Oprócz tego bardzo lubię robić zdjęcia, więc zawsze aparat mam pod ręką, wszystkie prace moich dzieci fotografuję w trakcie powstawania i gdy już te „małe dzieła” są gotowe. Wywołuję zdjęcia i wkładam do albumów, gdyż jestem zwolennikiem oglądania zdjęć w albumie, a nie na komputerze lub, jak to teraz modne, w telefonie. Dyplomy i puchary, które są bliskie sercu Hani, zajmują honorowe miejsce na ścianie.



- Kto pierwszy odkrył szczególne uzdolnienia Hani?

- Zapisałam Hanię do szkoły muzycznej w wieku 6 lat. Córka chciała, więc dlaczego nie? Absolutnie nie zdawałam sobie sprawy, na czym nauka w szkole muzycznej tak naprawdę polega... Nauczy się dziecko grać na fortepianie i będę mogła się dzieckiem pochwalić wśród rodziny, znajomych i sąsiadów... Ale to jest całkiem inaczej... Nauka nut, gam, gry na instrumencie, teoria, te ciągłe ćwiczenia w domu... i jeszcze egzaminy do zdania. Kto odkrył talent Hani? Niestety nie mogę sobie tego przypisać. Motywatorką, inspiratorką, ale przede wszystkim przykładem - według mnie - dla Hani jest Klaudia Kołata, nauczycielka klasy fortepianu w Publicznej Szkole Muzycznej. Jest miła, sympatyczna, ale jednocześnie wymagająca. To ona kiedyś powiedziała do kilkulatniej Hani: „Jesteś bardzo zdolna, więc będę wymagać od Ciebie więcej” i tak to się zaczęło, trwa nadal i myślę, że na tym się nie skończy, bo Hania już zaczyna myśleć o kontynuacji nauki. Dyrektor PSM, Ilona Gronkowska, na jednym z przesłuchań lub egzaminów w klasie IV powiedziała: „Haniu, ciebie zaczyna się miło słuchać”.

Z rysunkiem było podobnie. To w klasie II SP

ówczesna wychowawczyni Hani - Alina Staszkievicz, widząc jak Hania pracuje na lekcjach i jak chętnie do wszystkiego się angażuje, zachęcała ją do udziału w konkursach pozaszkolnych. Hania z radością przynosiła regulaminy różnych konkursów plastycznych do domu i z wielkim zapałem 7-latki zabierała się do rysowania, malowania, wycinania, klejenia...

Gdy Hania ma „lenia” do ćwiczeń i nauki, to zawsze proszę, spójrz na pianino. Tam obok metronomu umieściłam karteczkę, a na niej widnieją przytoczone wcześniej słowa Stanisława Staszica.

ROZMOWA Z KLAUDIĄ KOŁATĄ - NAUCZYCIELKĄ GRY NA FORTEPIANIE

- Wiem, że Pani zajmuje się kształceniem muzycznych talentów. Czy lubi Pani pracę pedagogiczną?

- Nauka gry na fortepianie młodych adeptów muzycznych sprawia mi ogromną radość i satysfakcję. Dzieci w powiecie lipnowskim są chętne do nauki, poznawania i poszerzania swoich zdolności muzycznych. Dzięki Publicznej Szkole Muzycznej I stopnia w Lipnie mają możliwość poznawać i prawdziwie pokochać muzykę i grę na instrumencie. Ja jako nauczyciel bardzo cieszę się z każdego progressu zauważonego na lekcjach w fazie przygotowania utworów muzycznych, w trakcie występów publicznych na koncertach i audycjach oraz podczas konkursów. Ogromne znaczenie w procesie nauki ma praca ucznia w domu i realizacja prośb nauczyciela poprzez codzienne ćwiczenie. Rodzic uczącego się dziecka poprzez obecność na lekcjach i nadzór w pracy w domu przyjmuje rolę „opiekuna”, z własnego doświadczenia mogę stwierdzić, że wówczas praca przebiega bardzo sprawnie i jej efekty są bardzo szybko zauważalne.

- W szkole muzycznej uczy Pani Hanię Gładkowską ze Skępego. Który z sukcesów Hani sprawił Pani największą satysfakcję?

- Tak, jestem nauczycielem Hani Gładkowskiej, którą prowadzę od pierwszej klasy (w chwili obecnej Hania jest uczennicą 5 klasy cyklu sześcioletniego). Hania jest dziewczynką bardzo zdolną, w trakcie lekcji jest zaangażowana w pracę, uważnie słucha, reaguje i stara się realizować moje prośby. Dzięki takiej postawie w czasie trwania lekcji i codziennym ćwiczeniom w domu, słuchaniu nagrań, poszerzaniu wiadomości z zakresu muzyki Hania bardzo szybko się rozwija. W trakcie występów publicznych czy na konkursach pianistycznych koncentruje się na wykonaniu utworu i świadomie go przeżywa, wprowadzając słuchacza do

swojego „muzycznego świata”. Hania jest laureatką wielu nagród w konkursach pianistycznych, największą satysfakcję sprawił mi, jako nauczycielowi, Dyplom Laureata zdobyty przez Hanię w VI Międzynarodowym Festiwalu „Integracje muzyczne 2019” w Chełmży.

ROZMOWA Z ANNĄ SADOWSKĄ - NAUCZYCIELKĄ PLASTYKI W SZKOLE PODSTAWOWEJ W SKĘPEM

- Czy Hania chętnie bierze udział w licznych konkursach?

- Tak, bardzo chętnie! Nie tylko tych proponowanych przez szkołę, ale także tych, które wyszuka sama lub wspólnie z mamą. Są to konkursy wojewódzkie, ogólnopolskie, a nawet międzynarodowe.

- Kto zajmuje się wysyłaniem jej rysunków i prac?

- Mama Hani jest bardzo zaangażowana w udział córki w konkursach i najczęściej, żeby nie obciążać szkoły ani mnie dodatkowymi obowiązkami, wysyła prace sama. Jest to wspaniała kobieta. Bardzo zaangażowana w życie rodzinne i szkolne. Doskonale mi się z nią współpracuje nad rozwojem plastycznej pasji Hani.

- Który z sukcesów Hani sprawił Pani jako nauczycielowi plastyki największą satysfakcję?

- Każdy wygrany przez Hanię konkurs napawa mnie dumą. Natomiast szczególną satysfakcję przyniósł mi konkurs organizowany przez fundację *TworzyMy Kraków* pod hasłem „Serce Kapsuły Czasu”. Jak będzie wyglądał świat za sto lat? Hania w tej pracy ujęła widok Skępego, które nawet za sto lat jest spokojne, szczęśliwe, a skępskie dzieci mają czas na zabawę i rozwój swoich pasji.

PRACE SERCA KAPSUŁY CZASU



Hanna Gładkowska, l. 9

Anna Osak

Szkoła Podstawowa nr 1 w Dobrczu

Niecodzienne zajęcia matematyczne - czyli o rogalikowym szaleństwie

Po co uczyć się matematyki, przecież to do niczego się nie przydaje! Takie słowa, my nauczyciele, wiele razy słyszymy od naszych uczniów. Czy mają rację? Czy da się przeżyć choć jeden dzień bez matematyki?

Próbując obalić słowa swoich uczniów, zorganizowałam zajęcia matematyczne dla piątoklasistów w stołówce szkolnej, gdzie mogli się przekonać, że matematyka potrzebna jest nawet w kuchni.

Pierwszym zadaniem, które przygotowałam, było wyznaczenie ilości składników potrzebnych do przygotowania ciasta. Działania łączne na liczbach sprawiły niektórym dzieciom trochę kłopotu. Okazało się również, że ważenie składników dla wielu było zupełnie nowym doświadczeniem. Co chwilę padały pytania: „Dlaczego my mamy takie twarde ciasto?”, „A my, dlaczego mamy takie klejące?”, „Nasze nie da się rozwałkować, dlaczego?”. Zauważyli, że podczas odmierzania składników ważna była dokładność

i nieomyślność obliczeń, której niektórym zabrakło. A tym samym odkryli, że proste umiejętności matematyczne wykonane niezbyt dobrze sprawiły kłopot już na początku procesu przygotowania rogalików. Kiedy uczniowie uporali się z rachunkami i wszystkim udało się rozwałkować ciasto, nastąpiło wycinanie trójkątów i formowanie rogali. Sprawność manualna dzieci była różna. To samo ciasto, niby takie same trójkąty, a rogal? He, he... każdy inny.

Uczniowie przekonali się, że matematyka odgrywa ważną rolę w wielu dziedzinach naszego życia: w kuchni, sklepie, banku, planowaniu budowy. Zajęcia według nich były pouczające oraz przyniosły wiele radości każdemu z uczestników.

Organizując pracę uczniów w niecodzienny sposób, sprawiamy, że mają większą motywację do nauki matematyki. Zauważyłam, że chętniej podejmują się samodzielnego rozwiązywania zadań, aktywnie pracują podczas lekcji.

Beata Basmann

Szkoła Podstawowa im. J. Brzechwy w Wiagu

Matematyka z rodzicami

Matematyka jest trudna – to najczęściej słyszane stwierdzenie. Czy tak być musi? Nie. To od nas zależy, czy uczeń polubi i zrozumie matematykę.

W swojej wieloletniej pracy w klasach 1-3 zawsze szukałam pomysłów, propozycji ciekawych metod, które lepiej rozwijałyby umiejętności matematyczne. Kilka lat temu natknęłam się na artykuł dotyczący Bąbla Matematycznego. Zaczęłam wykorzystywać niektóre pomysły z bąbla. Wreszcie miałam to szczęście i udało mi się wziąć udział w rocznych warsztatach *bąblowych*.

Bąbel Matematyczny to zespół działań wspierających w nauczaniu matematyki. Bąbel promuje metody, które pobudzają aktywność dzieci; daje swobodę w samodzielnym poszukiwaniu rozwiązania problemu; prowokuje do stawiania pytań. Jest wiele po-

zytywów Bąbla. Zachęcam do lektury na ten temat i wcielenia w życie szkolne opisywanych działań.

Raz w tygodniu, po jednej godzinie, *bąbluję* w drugiej i (swojej) trzeciej klasie. Oprócz zajęć z samymi uczniami zaplanowałam zajęcia wspólnie z rodzicami. Takie zajęcia odbyły się 13 listopada 2019 roku. Temat zajęć brzmiał *Klockomaniacy*.

Z zaproszenia skorzystały mamy moich uczniów oraz jedna babcia. Ucieszyłam się, bo z każdym uczniem ktoś przyszedł. Pracowali wspólnie – dziecko plus rodzic (lub babcia). W czasie zajęć panowała miła atmosfera i „zdrowy” szum spowodowany ogromną aktywnością zarówno uczniów, jak i przybyłych gości. Dumna byłam ze swoich uczniów, bo przejęli rolę liderów w pracy z rodzicami. Cieszyło ich to, że znają to, z czym pracują i mogą tym się

pochwalić. Goście mieli okazję m.in. do poznania chociaż małego wycinka tego, jak bawiąc się, działając, nabywają umiejętności matematyczne ich dzieci.

Zaproszonym gościom bardzo podobały się zajęcia. Zaskoczeni byli szybko i odważną reakcją dzieci na stawiany problem matematyczny.

Zachęcam do zapraszania rodziców na wspólne zajęcia. Ja planuję kolejne.

Poniżej przedstawiam scenariusz zajęć

SCENARIUSZ ZAJĘĆ DODATKOWYCH

Babel Matematyczny

Uczestnicy zajęć: uczniowie

z klasy III i ich rodzice

Data: 13.11.2019 roku

Nauczyciel: Beata Basmann

Temat zajęć: Klockomaniacy

Czas: 45 min

Cele zajęć:

- rozwijanie wyobraźni przestrzennej
- kształtowanie umiejętności odkodowywania i kodowania
- kształtowanie umiejętności konstruowania płaskich planów – widoków budowli z różnych stron
- pobudzanie do czerpania radości ze wspólnej zabawy i ze spotkania z bliskimi.

Cele szczegółowe:

Uczeń potrafi:

- zadawać konkretne pytania; poczekać na swoją kolej zadania pytania
- posługiwać się kierunkami prawo, lewo
- określać wzajemne położenie klocków
- zbudować budowlę wg podanych warunków
- odkodować plan i zbudować budowlę
- zakodować plan budowli
- konstruować płaskie plany – widok budowli z różnych stron
- wyciągać wnioski z działania
- sprawnie manipulować klockami
- kulturalnie zachować się podczas zajęć z rodzicami
- czerpać radość z zabawy i spotkania z rodzicami

Uczeń rozumie:

- polecenia nauczyciela
- podawane warunki konieczne do konstruowania

Uczeń poznaje:

- płaskie plany
- sposoby kodowania planów budowli
- nowe gry strategiczne

NACOBZU: Kryteria sukcesu

- potrafię zadać konkretne pytanie
- potrafię zbudować budowlę wg określonych warunków
- potrafię zachować się kulturalnie w obecności dorosłych
- umiem narysować widok bryły z różnych jej stron i uzasadnić swoją decyzję, że tak właśnie wygląda
- umiem budować wg schematu oraz tworzyć sche-

maty budowli

- umiem określać wzajemne położenie klocków względem siebie

- umiem przewidywać i podejmować decyzję

- wiem, że nie ma złych odpowiedzi

- wiem, że dobrze jest porównać wyniki pracy z innymi

- zgodnie pracuję w zespole i doskonale się bawię.

Kluczowe pytanie dla uczestników: Jakie czynniki (co) wpływa na to, że łatwiej rozwiązujemy problem i czujemy większą pewność w tym, co robimy?

Metody pracy:

treningowa: uczeń doskonali umiejętności

- manipulowania klockami oraz ich przeliczania
- określania kierunków prawo, lewo, góra, dół
- posługiwania się terminami rząd i piętro

Aktywizująca:

- gry dydaktyczne
- dyskusja
- analizowanie i rozwiązywanie problemów

Formy pracy: indywidualna, grupowa i zbiorowa

Materiały dydaktyczne: sześciennne, kolorowe klocki, karty pracy; tablica interaktywna; kartki; przybory do pisania.

Przebieg lekcji:

1. Czynności organizacyjne - zaproszenie do zajęcia miejsc w grupach.
2. Powitanie przybyłych gości.
3. Podanie NACOBZU
4. Przedstawienie pytania kluczowego.
5. Gry z użyciem klocków
 - a) klockowe sudoku,
 - b) dwie wieże.
6. Odgadywanie *Jaka to budowla?* Za pomocą konkretnych pytań, na które n-l może odpowiedzieć *tak* lub *nie*; zamiana ról: uczeń lub rodzic buduje budowlę do odgadnięcia;
7. Rysowanie widoku z przodu i z góry ułożonej figury (po czasie dodawany zostaje widok z lewej strony).
8. Zabawa w odgadywanie *Jaka to figura?* Na podstawie jej wyglądu z przodu, z góry i lewej strony.
9. Układanie brył wg podanego kodu; próby zakodowywania brył.
10. Odgadywanie liczby klocków przedstawianej figury.

Podsumowanie

1. Podsumowanie zajęć:

- Próba odpowiedzi na pytanie kluczowe.
- Refleksje uczniów i rodziców (informacje zwrotne): Jak się pracowało? Jaka atmosfera panowała? Czego się nauczyliśmy lub co powtórzyliśmy? Co się najbardziej podobało, a co nie? (karty ewaluacyjne).
- Samoocena.
- Podziękowanie gościom i uczniom za ich pracę; nagrodzenie.

Marek Grzywna

Szkoła Podstawowa nr 23 w Toruniu, Technikum TEB Edukacja w Toruniu

Aby szkoła nie stała się antytechnologiczną enklawą

Nowe technologie, często zwane TIK (czyt. technologie informacyjno-komunikacyjne) otaczają każdego z nas, nie możemy przed nimi uciec. Zakupy, wizyta w banku, rozmowa ze znajomym mieszkającym za granicą to tylko przykłady, w których wykorzystujemy nowe technologie.

Jest jednak miejsce, w którym ich unikamy, ograniczamy, a niekiedy zabraniamy korzystania. Miejsce to każdy z nas dobrze zna – szkoła.

Często uczniowie zapytani, na jakich lekcjach korzystają z nowych technologii, wymieniają informatykę, języki obce, rzadko inne przedmioty.

Co jest przyczyną, że z reguły szkoła jest enklawą antytechnologiczną? Od kilku lat staram się na to odpowiedzieć.

„JESTEŚ INFORMATYKIEM I JEST CI ŁATWIEJ...”

Uczę informatyki. Z wykształcenia jestem biologiem, przygodę z informatyką zacząłem nieco później – a zatem się da, wystarczy chcieć i otworzyć się na nowe technologie. TIK w edukacji pomaga, nauczyciel na lekcji jest inspiratorem działań uczniów, pracuje się łatwiej.

„Nie znam się na tym..., nie korzystam z tych aplikacji”... Każdy kiedyś zaczyna, a zacząć trzeba, chyba że chcemy zostać technologicznymi dinozaurami. Zacznijmy od jednej aplikacji. Kahoot, quizlet, google classroom... Mamy ogromny wybór. Aplikacji jest wiele. Wystarczy poświęcić godzinę i spróbować. Na początku może to być wstęp do lekcji czy też jej podsumowanie. Ciekawy test online czy zadania zaangażują Twoich uczniów. Uczniowie to docenią, polubią Twoje lekcje. „Nie mam czasu na to”. To tylko wymówka... Kiedy wprowadzisz TIK na lekcji, zauważysz, że efekty nauczania są osiągane szybciej i łatwiej. Wprowadzenie elementów gamifikacji nie tylko uatrakcyjni lekcje, ale pozwala na szybsze zapamiętanie nowego materiału przez uczniów. „Uczniowie są lepszymi ekspertami...” Oczywiście, to oni praktycznie od urodzenia korzystają z nowych technologii. Wykorzystaj to, inspirujcie się wzajemnie, bądźcie dla siebie technologicznymi partnerami. To tylko cztery wymówki – te najczęściej słyszane.

DLACZEGO SZKOŁA

JEST ANTYTECHNOLOGICZNĄ ENKLAWĄ?

W wielu szkołach obowiązuje zakaz korzystania ze smartfonów. Czas to zmienić, ustalmy regulamin ko-

rzystania, a przy okazji przekazujemy uczniom wiedzę na temat hejtu, publikacji treści w Internecie, mowy nienawiści, upubliczniania wizerunku, rejestrowania wystąpień... To my, nauczyciele, kształtujemy postawę uczniów, jeśli zaangażujemy się w naukę o bezpieczeństwie w Internecie, będziemy pewni, że nikt nas nie nagra i nie udostępni nagrania w sieci.

Często usłyszeć można, że szkoła nie ma pieniędzy na nowy sprzęt. Chciałbym dziś opisać, w jaki sposób pozyskujemy sprzęt w SP 23 w Toruniu oraz w jaki sposób korzystamy z TIK, rozwijamy kompetencje informatyczne, uczymy algorytmiki, robotyki, a przy tym dobrze się bawimy. Szukamy programów, dotacji, dofinansowań, projektów... Robimy wszystko, aby pozyskać nowy sprzęt i wcale nie jest to trudne.

Od trzech lat jesteśmy uczestnikami programu Fundacji Orange Mega Misja. Program ten rozwija kompetencje cyfrowe u najmłodszych. W ramach programu szkoła otrzymała materiały plastyczne oraz tablety. Już drugi rok uczestniczymy w #SuperKoderach – to program który umożliwił nam zakup robotów edukacyjnych. Posiadamy obecnie mBoty i Lofi roboty. W tym roku przystąpiłem również do projektu Centrum Mistrzostwa Informatycznego, dzięki któremu możemy jeszcze bardziej uatrakcyjnić nasze lekcje czy spotkania na kółkach. Dzięki CMI zakupiliśmy drona, którego możemy zaprogramować w języku Scratch. A to dopiero początek przygody. Podsumowując, środki są na wyciągnięcie ręki, wystarczy chcieć i poświęcić trochę czasu.

WISIENKA NA TORCIE

W prawie wszystkich szkołach programujemy, kodujemy, ale czy pokazujemy uczniom, jak to programowanie wykorzystać w praktyce? W szkołach, w których uczę, wprowadziłem innowację „Praktyczne kodowanie z arduino”. Czym jest arduino? To platforma programistyczna, układ zbudowany na płytce, umożliwiający podłączanie elementów wejścia i wyjścia oraz ich zaprogramowanie w standaryzowanym języku programowania. Zajęcia mają na celu wyposażenie uczniów w umiejętności umożliwiające wykorzystanie zdobytej wiedzy w zakresie technologii informacyjnej i programowania do programowania robotów i sprzętów, z którymi spotykają się w życiu codziennym. W pracowni komputerowej znajdują się komputery uczniowskie, na których zapisują kod, który później wgrywają na płytkę ardu-

ino. Uczniowie podłączają elementy wejścia i wyjścia, np. diody. Podczas zajęć budują proste roboty i automaty. Wszelkie działania uczniów ukierunkowane jest na praktyczne wykorzystanie programowania.

JAKIE PRZYNOSI TO EFEKTY?

Samo przekazanie wiedzy nie wywoła u uczniów nastawienia emocjonalnego ani nie pobudzi motywacji do działania i wykorzystywania wiedzy w praktyce. Przede wszystkim własne przeżycia oraz przeprowadzanie badań mają trwały wpływ na zachowanie uczniów. Doskonałą okazję ku temu stwarzają zajęcia polegające na budowaniu własnych podzespołów, robotów i prostych urządzeń wraz z implementacją kodu zapisanego w wybranym języku. Organizacja i przebieg takich zajęć znacznie różni się od zajęć

lekcyjnych. Nauczyciel w większym stopniu może być partnerem, inspiratorem samodzielnej pracy uczniów. W sposób bardziej pośredni kieruje ich pracą jako doradca, ekspert i przewodnik. Sprzyja to kształtowaniu postawy odpowiedzialności i zaangażowania uczniów, co czyni proces dydaktyczny bardziej skutecznym. Powyższe przesłanki i wyrażana przez uczniów chęć do uczestniczenia w tego typu zajęciach były argumentami, które skłoniły mnie do zorganizowania i prowadzenia koła oraz opracowania tego programu.

Czas na technologiczne zmiany w szkołach! Oby niebawem z antytechnologicznej enklawy powstał cyfrowy świat świadomych użytkowników nowych technologii, świat ciekawych, inspirujących lekcji. Oby był to czas niesamowitej przygody.

Justyna v. Styp Rekowska
Zespół Szkół nr 26 w Toruniu

Spotkania z muzyką

Muzyka jest sztuką dla wszystkich. Każdy, jeśli chce, może znaleźć tę, którą polubi. Można tylko słuchać, można muzykować. Wielu z nas lubi muzykę mieć na wyciągnięcie ręki, a właściwie w zasięgu ucha. Czasem zmieniają się nam upodobania, odkrywamy inne nurty, nieraz wracamy do tych dawno przez nas niby zapomnianych. Muzykę można „czuć” i cieszyć się nią bez analizy intelektualnej. Muzyka bywa tłem dla naszych emocji, bywa ich źródłem. Wybieramy ją w zależności od nastroju. Muzyka mówi wiele o twórcy, odtwórcy i odbiorcy. Pięknie o muzyce powiedział Thomas Carlyle: „Muzyka to mowa aniołów”.

Muzyka to także powód, dla którego spotykam się raz w tygodniu z uczestnikami zajęć rewalidacyjno-wychowawczych. Zajęcia mają charakter eklektyczny – łączą elementy muzykoterapii, łatwe techniki plastyczne, np. odblaskowe, przypadkowe, wybrane techniki masażu terapeutycznego, metodę integracji sensorycznej. Uczestnicy słuchają opowiadań terapeutycznych, „tańczą” na wózkach. Zajęcia są próbą zintegrowania różnych technik arteterapeutycznych mających na celu akceptację siebie i dają możliwość bycia w grupie rówieśniczej. Wielką przyjemnością jest móc przyglądać się, jak uczestnicy przyzwyczajają się do siebie, jak zaczynają się rozpoznawać, jak czerpią siłę i radość ze wspólnych spotkań i jak chcą w nich brać udział. Daje to wiarę, że to, co się robi, ma sens, tu i teraz.

Odbiorcami zajęć muzycznych są młodzi ludzie

z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu głębokim, często ze sprzężeniami. Uczestnicy zajęć rewalidacyjno-wychowawczych przychodzą na zajęcia z nauczycielami lub opiekunami. Zgadzam się z poglądem Marty Holeksy, która uważa, że priorytetem w realizacji zajęć o charakterze muzycznym dla dzieci z niepełnosprawnościami powinno stać się „wielostronne wykorzystanie wielorakich walorów substancji muzycznej w celu korzystnego wpływania na współkształtowanie zarówno środowiska, w którym człowiek żyje, jak i na panujące w nim stosunki międzyludzkie”¹.

PRZEBIEG ZAJĘĆ

Zajęcia zaczynamy od tego, co bliskie, znane. Wykorzystujemy różne gatunki muzyczne. Nie zmuszamy do relaksu, ale do niego prowadzimy tak, aby po zajęciach wszyscy czuli się lepiej. Często tak się dzieje. Bliska jest mi filozofia dr. Macieja Kieryła, polskiego muzykoterapeuty. Ważny jest każdy człowiek. Jako lekarz anestezjolog szczególnie pochyla się nad człowiekiem chorym, cierpiącym. Opracował metodę MRM, czyli Muzyczną Rekreację Mobilną². Nasze zajęcia, nieco zmodyfikowane, prowadzone tą metodą podzielone są na bloki:

- Uruchomienie – uspokojenie oddechu
- Zrytmizowanie – namiastka ruchu (poruszanie stopami, palcami dłoni), wzmacnianie rytmu przez ruch
- Odreagowanie – zmiana tempa, zabawy typu szybko/wolno, redukcja wzmożonego napięcia

- Uwrażliwienie – muzykowanie przedmiotami zaadaptowanymi, współmuzykowanie z podkładem muzycznym lub instrumentami. I.C.O., prace z zakresu arteterapii w tym plastyczne, bajkoterapia
- Relaks/rekreacja – elementy treningu autogennego, terapii uważności, nauka różnych form odpoczynku
- Aktywizacja łagodna lub dynamiczna – wybudzanie, np. wyklaskujemy „ocenę” relaksu lub zabawa ruchowa na zakończenie
- Rozmowa – koncert życzeń, jeden z uczestników wskazuje na aktywność, która mu się najbardziej podobala i wszyscy wykonujemy ją jeszcze raz
- Piosenka na zakończenie – jednoznacznie określająca zakończenie spotkania.

Kilka z wymienionych wyżej etapów, tj. odreagowanie, zrytmizowanie, uwrażliwienie, rekreacja i aktywizacja (w skrócie OZURA), w myśl MRM nie są traktowane dogmatycznie. Ich kolejność nie jest sztywna, a niektóre można pominąć w zależności od aktualnych potrzeb uczestników.

Zajęcia rozpoczynają się przywitaniem. Każdy z nauczycieli krótko przedstawia swojego uczestnika, opowiada o miłych wydarzeniach z ostatniego tygodnia. Uczestnik dotyka, potrząsa (zazwyczaj z pomocą osoby dorosłej) symbolem jednoznacznym (kartonik z dzwoneczkami – symbol zajęć muzycznych), witany jest piosenką i oklaskami. Dla większości uczestników jest to zauważalny, miły moment. Następnie młodzież uczestniczy w zabawach przy muzyce z pokazywaniem na przykład części ciała lub wykonywaniem ruchów celowych. Zaczynamy od zabaw/tańców znanych. Powtarzalność daje poczucie bezpieczeństwa i sprzyja efektywnemu uczeniu się. Gra na prostych instrumentach muzycznych stanowi akompaniament do innych działań lub jest formą

czystą – gramy lub słuchamy gry innych. Czasem malujemy do muzyki, czasem robimy swoje ekologiczne instrumenty z kamyczków, które wkładamy do plastikowych buteleczek po jogurtach. Bywa, że rozrzucałyśmy jesienne liście, dotykamy świerkowych gałązek czy delikatnych kwiatów forsycji. Bawimy się kolorową chustą animacyjną i bawimy się małymi chustami w kolory. Jesteśmy razem. Każdy jest ważny i ma możliwość pozytywnego zaistnienia w małej 9-osobowej grupie społecznej.

Atrakcyjność zajęć tworzy – obok ciekawych elementów, nowości i odpowiednich metod pracy – wzajemną życzliwą atmosferę, w której młodzież i wychowawcy czują się dobrze i bezpiecznie. Wspólne, systematycznie prowadzone zajęcia to doskonała baza do wymiany doświadczeń i uwag. W tym miejscu chciałabym serdecznie podziękować nauczycielkom, z którymi mam przyjemność pracować, za troskę o uczestników, rzetelne odrabianie z uczestnikami muzycznych „prac domowych”, uśmiech, motywowanie do dalszej pracy... Szczególnie dziękuję Mateuszowi, który, jako mój uczestnik zajęć, jest pierwszym recenzentem pomysłów, wybranych zabaw muzycznych czy proponowanych aktywności terapeutycznych.

Bibliografia:

1. T. Natanson, *Muzyczna profilaktyka w procesie nauczania i wychowania. Wybrane refleksje teoretyczne*, ZN nr 45, Akad. Muz. K. Lipińskiego we Wrocławiu, Wrocław 1995, s. 148.
2. S. Knapik-Szweda, *Znaczenie technik muzykoterapeutycznych we wsparciu rozwoju dziecka z autyzmem*, Instytut Pedagogiki, Wydział Pedagogiki i Psychologii, Uniwersytet Śląski w Katowicach, Katowice 2018.

Małgorzata Kowalska-Tuszyńska

Szkoła Podstawowa nr 2 im. Władysława Broniewskiego w Lipnie

Joanna Lewandowska

Zespół Szkół im. Marii Konopnickiej w Radomicach

Grywalizacja ze słowami – o magii rzeczy niemożliwych

Projekt edukacyjny z założenia angażuje uczniów, dając im jednocześnie możliwość wykazania się umiejętnościami, wiedzą z różnych dyscyplin. Uczy planowania, działania w określonym czasie, współpracy w grupie. Pogłębia sprawność korzystania z różnych źródeł informacji; pozwala zmierzyć się z własnymi słabościami. Uczniowie odpowiednio zmotywowani i

ukierunkowani przez nauczyciela stają się poszukiwaczami wiedzy, odśladając jej nowe oblicza. Robią to chętnie i z zapałem odkrywcy – tym bardziej, że wcielają w życie swoje pomysły, autorskie przedsięwzięcia. Poprzez zabawę nie tylko nabywają umiejętności, ale również szlifują swoje indywidualne zdolności i predyspozycje, przy okazji brylując na dopiero co odkry-

tej przez nich przestrzeni wiedzy.

Chęć podniesienia kompetencji i świadomości językowej zrodził u uczniów ze Szkoły Podstawowej nr 2 im. Władysława Broniewskiego w Lipnie oraz z Zespołu Szkół im. Marii Konopnickiej w Radomicach pomysł zainicjowania gry, w której słowo stało się punktem wyjścia, przewodziło we wspólnej rozgrywce. W związku z tym, że sprawność posługiwania się językiem polskim jest kluczowa w zrozumieniu treści nie tylko tego przedmiotu, ale również w kwestii przyswojenia zagadnień z innych dziedzin, intencja uczniów została urzeczywistniona oraz chętnie zaakceptowana przez nauczycieli języka polskiego. Pomysł wygenerował lawinę czynności, chociaż na początku brakowało iskry, która wcieli go w życie, ponieważ uczniowie z SP nr 2 w Lipnie i ZS w Radomicach mieli zamiar tak oczywisty, że niekiedy wydawało się, iż nie może stać się on działaniem realnym. **Dzieci ze wskazanych szkół postanowiły zagrać w scrabble, a wdrożony projekt edukacyjny został opatrzony nazwą „Grywalizacja ze słowami!”**. Już w fazie początkowych przygotowań rozgrywka ta urosła do miejsko-gminnego charakteru, łącząc uczniów z różnych szkół.



Grywalizacja

Zanim jednak uczniowie i zaproszeni przez nich goście spotkali się w Sali Kameralnej Miejskiego Centrum Kulturalnego w Lipnie, gdzie miało nastąpić podsumowanie projektu, dzieci pod opieką nauczycieli, pań: Małgorzaty Kowalskiej-Tuszyńskiej, Joanny Lewandowskiej i Ingi Rakowskiej w zaciszu swoich placówek edukacyjnych wykonywali klocki-litera do gry w scrabble. Kolorowanie każdego kartonika przedstawiającego konkretną literę, ubieranie go w barwę, fakturę wpłynęło na pogłębienie umiejętności pracy w grupie. Następnie oznaczenie każdej litery odpowiednią, umowną cyfrą oraz laminowanie każdej płytki z literą coraz bardziej przybliżało

uczniów do wielkiego finału. W końcu zredagowanie regulaminu grywalizacji urzeczywistniało pomysł na wspólną, wewnątrzszkolną „rozgrywkę ze słowami”. Dzieci pod opieką nauczycieli zaangażowanych w realizację projektu ćwiczyły łączenie liter w słowa. Korzystały przy okazji ze słownika języka polskiego i ortograficznego – zatem bogaciły swój zasób słownictwa. Nauka z zabawą w tle nie miała końca, stąd chęć pójścia o krok dalej i zamiar zorganizowania miejsko-gminnej grywalizacji. Zamyśl ten zainspirował uczniów na tyle, że w krótkim czasie spisali reguły gry. Powstał też projekt zaproszenia oraz lista gości, którym warto było – z perspektywy uczniów – pokazać, jak zwykle intencje rosną do miary niezwykłego finału, bo przecież grę w scrabble zna każdy.

Podczas Światowego Dnia Scrabble w Sali Kameralnej MCK w Lipnie odbyła się miejsko-gminna „Grywalizacja ze słowami!”. Uczniowie z SP nr 2 w Lipnie i ZS w Radomicach, ich opiekunowie, czyli nauczyciele-inspiratorzy oraz zaproszeni goście: przewodnicząca Rady Miejskiej w Lipnie, Dyrektor SP nr 2 w Lipnie, Dyrektor ZS w Radomicach, przedstawiciel MCK w Lipnie oraz przedstawiciel Biblioteki Gminnej, a także znany lipnowski dzien-

nikarz i fotograf stoczyli wyrównaną walkę ze słowami, a właściwie wrócili do czasów swojej młodości, kiedy to gry planszowe cieszyły się ogromnym zainteresowaniem. Zabawa nie miała końca, wywołała refleksję na temat niezwykłości zwykłych rzeczy.

Opisany powyżej przykład dowodzi temu, że projekty edukacyjne, których tematyka związana jest z zainteresowaniami uczniów, mają rację bytu. Proste pomysły mają szansę na to, by stały się wielkimi – zatem „nazywanie rzeczy nie po imieniu, a po marzeniu” jest możliwe. Stąd też refleksja, że łączenie treści edukacyjnych z zabawą jest czynnością nierozzerwalną i uniwersalną.

I mimo tego, że przedstawiona powyżej grywalizacja realizowana była przez uczniów z klas IV-VI, to na jej bazie można stworzyć grę, która zaangażuje dzieci młodsze, np. z klas I-III. **Stosując metodę projektu warto byłoby zbudować na przykład klocki domina, na których zamiast liter, jak było to w przypadku scrabble, pojawią się treści promujące zdrowy styl życia czy ochronę środowiska i ekologiczne wartości.**

„Grywalizacja ze słowami” oraz otwarty temat za projektowania domina to doskonałe przykłady na to, jak pożytecznie spędzać czas wolny. To również promocja zdrowia, rozwijanie kompetencji społecznych i osobistych, i jednocześnie wspólnej zabawy, która przede wszystkim ma wydźwięk edukacyjny.

Profilaktyka uzależnień

zestawienie bibliograficzne w wyborze

KSIĄŻKI

1. Jędrzejko, Mariusz Narkotyki i nowe substancje psychoaktywne: zjawisko, zagrożenia, profilaktyka / Mariusz Z. Jędrzejko, Tomasz Białas, współpraca autorska Zbigniew Stańczak. Wydanie III zmienione, uzupełnione i uaktualnione. Warszawa: Oficyna wydawnicza ASPRA; [Milanówek]: Centrum Profilaktyki Społecznej Oficyna Wydawnicza von Velke, 2019.
2. Kozak, Stanisław Patologia fonoholizmu: przyczyny, skutki i leczenie uzależnienia dzieci i młodzieży od telefonu komórkowego / Stanisław Kozak. Warszawa: Difin, 2013.
3. Moneta-Malewska, Maria Narkotyki – inni biorą, ty nie musisz / Maria Moneta-Malewska, Joanna Wrześniowska. Warszawa: Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne, 2008.
4. Narkotyki i dopalacze: zjawisko, zagrożenia, rozpoznawanie zachowań, profilaktyka / redakcja naukowa: Mariusz Z. Jędrzejko, Mirosław Kowalski; współpraca: Bronisław P. Rosik, Tomasz Zagajewski. Warszawa: Oficyna Wydawnicza ASPRA-JR ; Milanówek: Centrum Profilaktyki Społecznej – Oficyna Wydawnicza von Velke, 2016.
5. Program Fantastyczne Możliwości: podręcznik dla nauczycieli / [wersję polską opracowali: Agnieszka Pisarska, Anna Borucka, Krzysztof Bobrowski, Krzysztof Ostaszewski, Katarzyna Okulicz-Kozaryn; przy współpracy Bożeny Kosińskiej; tłumaczenie Janina Golińska]. Warszawa: Instytut Psychiatrii i Neurologii, 2017.
6. Zdrowo żyć = pięknie żyć: scenariusze profilaktyczne / red. wydaw. Anna Grochowska-Piróg. Kraków: Wydawnictwo Rubikon, [2010].
7. Rekomendowane programy profilaktyki uzależnień / [nadzór merytoryczny Tomasz Kowalewicz]. Warszawa: Fundacja Praesterno, cop. 2016.
8. Sochocka, Kinga Jak chronić dziecko przed nałogowymi zachowaniami: poradnik dla rodziców / opracowanie Kinga Sochocka, Karolina Van Laere. Wydanie 3. Warszawa: Fundacja Poza Schematami, 2018.
9. Wojcieszek, Krzysztof Nasze dzieci w „dżungli życia”: jak pomóc im przetrwać? / Krzysztof Andrzej Wojcieszek. Kraków: Katarzyna Król, Wydawnictwo i Hurtownia Rubikon, cop. 2016.

ARTYKUŁY Z CZASOPISM

1. Aby szkolna profilaktyka narkomanii nie była fikcją / Małgorzata Łoskot. // Głos Pedagogiczny 2019, nr 104, s. 6–10.
2. Cała prawda o napojach energetycznych / Aleksandra Kubala-Kulpińska. // Głos Pedagogiczny 2019, nr 108, s. 55–57.
3. Diagnoza podstawą przeciwdziałania narkomanii / Aleksandra Kubala-Kulpińska. // Głos Pedagogiczny 2018, nr 99, s. 59–62.
4. Halo, czy to już uzależnienie?: fonoholizm, czyli uzależnienie od telefonu / Magdalena Wasilewska. // UczMy: kujawsko-pomorski przegląd oświatowy 2017, nr 3, s. 41–42.
5. Metody pracy i edukacji w profilaktyce uzależnień od czynności dzieci i młodzieży / Beata Drychta. // Remedium: miesięcznik poświęcony promocji zdrowego stylu życia i profilaktyce uzależnień. 2016, nr 12, s. 21–23.
6. Profesjonalne programy profilaktyczne w zapobieganiu zachowaniom problemowym dzieci i młodzieży [uzależnienia behawioralne] / Anna Borkowska; rozmawiały Kinga Sochocka, Karolina Van Laere. // Remedium: miesięcznik poświęcony promocji zdrowego stylu życia i profilaktyce uzależnień 2016, nr 12, s. 18–20.
7. Profilaktyka w szkołach / Robert Porzak. // Remedium: miesięcznik poświęcony promocji zdrowego stylu życia i profilaktyce uzależnień 2018, nr 12, s. 5–7.
8. Profilaktyka zachowań ryzykownych w szkole / Alicja Pater; rozm. przepr. Kinga Sochocka, Karolina Van Laere. // Remedium: miesięcznik poświęcony promocji zdrowego stylu życia i profilaktyce uzależnień 2016, nr 10, s. 8–10.
9. Szkoła kontra narkotyki. Jak tworzyć politykę antynarkotykową krok po kroku / Aleksandra Kubala-Kulpińska. // Głos Pedagogiczny 2015, nr 72, s. 56–60.
10. Tylko taki wiele znaczy, kto nie bierze dopalaczy: scenariusz spektaklu profilaktycznego / Dorota Olejnik. // Biblioteka w Szkole: czasopismo pracowników bibliotek oświatowych 2019, nr 6, s. 29–33.
11. W mojej szkole nie ma narkotyków / Aleksandra Kubala-Kulpińska. // Monitor Dyrektora Szkoły 2015, nr 58, s. 58–61.



KUJAWSKO-POMORSKIE
CENTRUM EDUKACJI NAUCZYCIELI
W BYDGOSZCZY
PLACÓWKA AKREDYTOWANA



KUJAWY
POMORZE



Województwo
Kujawsko-Pomorskie

Jesteś pasjonatem?

Przekładasz swoją pasję na pracę zawodową?

Masz zainteresowania?

Inspirujesz innych?

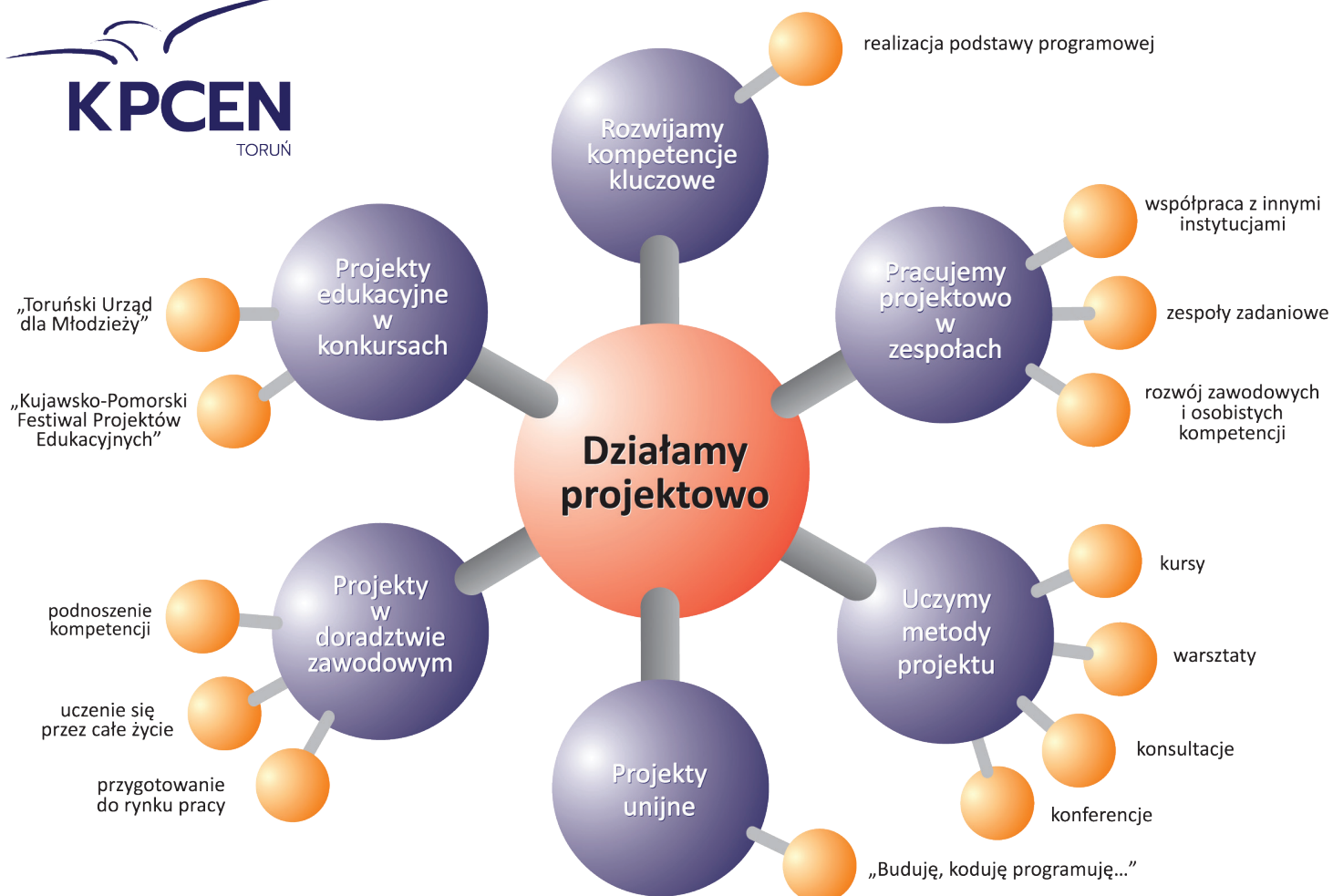


Weź udział w Wojewódzkim Konkursie *Nauczyciel z pasją*.

Zaprezentuj nam swoją pasję!

Regulamin konkursu: cen.bydgoszcz.pl

Informacje: tel. 52 349 31 03, anna.rupinska@cen.bydgoszcz.pl





Województwo
Kujawsko-Pomorskie

Publiczne, wojewódzkie, akredytowane placówki doskonalenia zawodowego nauczycieli prowadzone przez Samorząd Województwa Kujawsko-Pomorskiego



**Kujawsko-Pomorskie
Centrum Edukacji Nauczycieli
w Bydgoszczy**



ul. Jagiellońska 9
85-067 Bydgoszcz, PL



stac. 52 349 31 50, fax 52 349 31 03
kom. 697 011 842



www.cen.bydgoszcz.pl
info@cen.bydgoszcz.pl



www.facebook.com/kpcenbydgoszcz



**Kujawsko-Pomorskie
Centrum Edukacji Nauczycieli
w Toruniu**



ul. Henryka Sienkiewicza 36
87-100 Toruń, PL



stac. 56 622 77 47, fax 56 622 31 81
kom. 881 931 025



www.kpcen-torun.edu.pl
kpcen_torun@kpcen-torun.edu.pl



www.facebook.com/kpcentorun



**Kujawsko-Pomorskie
Centrum Edukacji Nauczycieli
we Włocławku**



ul. Nowomiejska 15A
87-800 Włocławek, PL



stac. 54 231 33 42, fax: 54 412 10 98
kom. 531 431 086



www.cen.org.pl
kpcen@cen.info.pl



www.facebook.com/kpcenwloclawek

