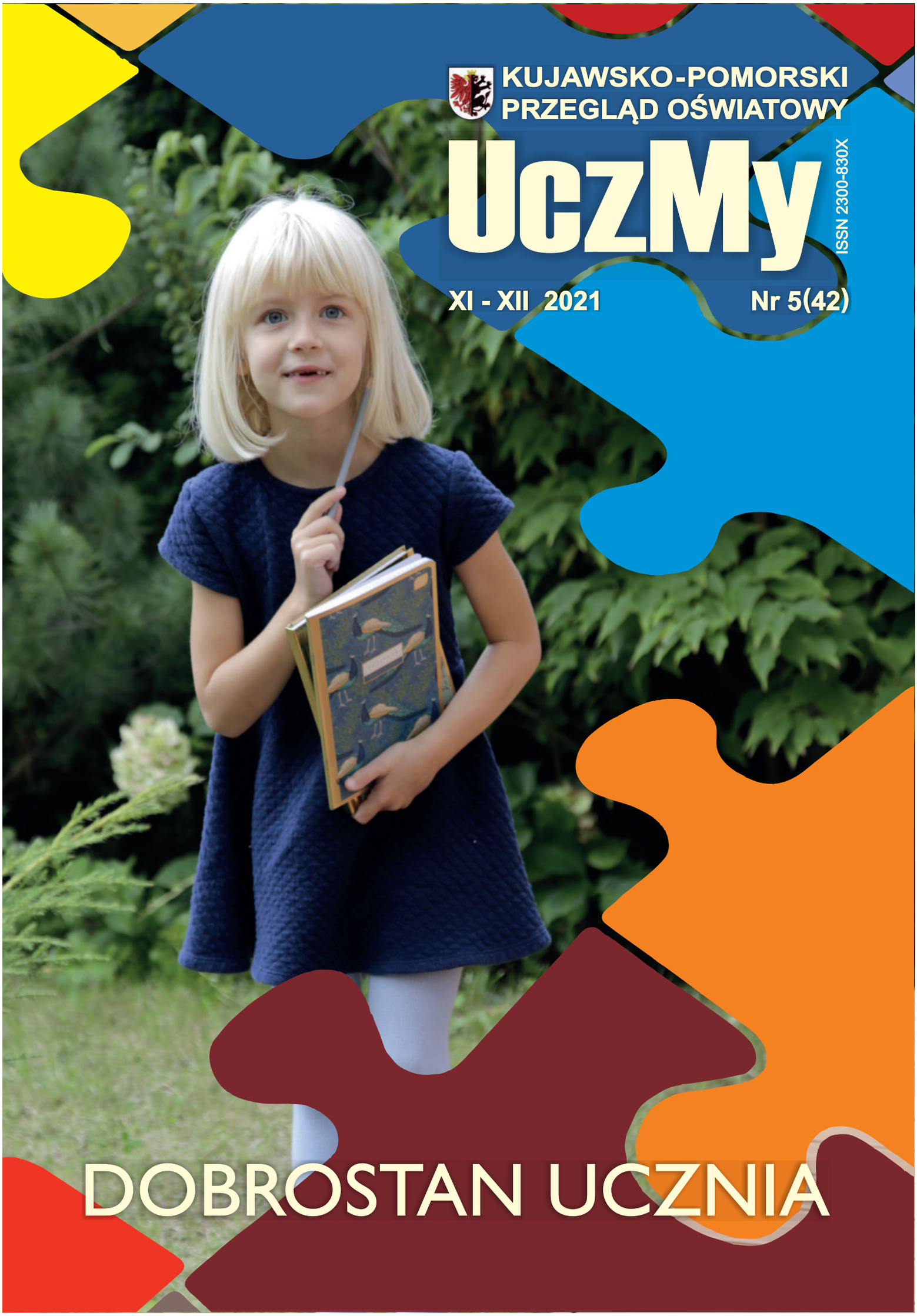
KUJAWSKO-POMORSKI
PRZEGLĄD OŚWIATOWY

UczMy

ISSN 2300-830X

XI - XII 2021 Nr 5(42)



DOBROSTAN UCZNIA

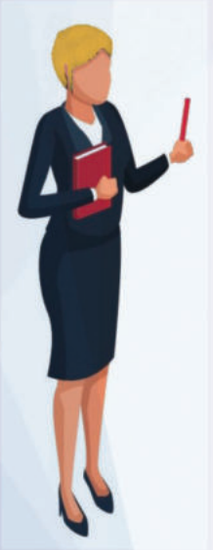
KPCEN
TORUŃ

KUJAWY POMORZE

Województwo Kujawsko-Pomorskie

Kujawsko-Pomorskie Centrum Edukacji Nauczycieli w Toruniu
jest Jednostką Samorządu Województwa Kujawsko-Pomorskiego

DZIAŁAMY ZESPOŁOWO DLA WSPARCIA NAUCZYCIELI



Zespół konsultantów
Kujawsko-Pomorskiego Centrum Edukacji Nauczycieli
w Toruniu

zaprasza na webinar

Działamy i wzmacniamy – przykłady metod wspierających

Szkolenie ukierunkowane jest na prezentację działań
dla nauczycieli do wdrożenia w pracy
z uczniami po edukacji zdalnej.

Proponujemy inne szkolenia w tym zakresie:

- *Nie ma edukacji bez relacji, czyli jak dbać o więzi w szkole*
- *Trening zarządzania emocjami jako forma psychoedukacji*
- *Origami sposobem na sukces ucznia i nauczyciela*
- *Dialog motywujący w doradztwie zawodowym po pandemii*

oraz

- Programy *Szkoła Promująca Zdrowie*
i Przedszkole Promujące Zdrowie.

www.kpcen-torun.edu.pl

Koordynator:
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
Katarzyna Karska-Rasmus
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.Potrec@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:
Do szkoły...

Autor zdjęcia:
Leszek Wański

Czasopismo *UczMy*

Spis treści

DOBROSTAN UCZNIA

dr Magdalena Karamucka-Marcinkiewicz
Dobrostan ucznia jako stan wielostronnego pokoju **5**
Wiesława Tomasiak-Wyszyńska
Dobrostan ucznia – kwestia szczególnie istotna **9**
Jowita Potaczek
Dobrostan ucznia **11**
Joanna Jarzembska
Co może mieć wpływ na dobrostan ucznia? **12**
Joanna Mikołajczyk, dr Kazimierz Mikulski
Efekt Pigmaliona i inne efekty a edukacja cyfrowa **14**
Agnieszka Łączna
Rola nauczyciela w kształtowaniu dobrostanu dziecka w wieku przedszkolnym **18**
Agnieszka Przybyszewska, Agnieszka Szymczak
Grywalizacja drogą do dobrostanu ucznia **20**
Teresa Polcikiewicz
Kształtowanie uważności u dzieci metodą mindfulness opracowaną przez Eline Snel **23**
Paula Budzyńska
„I feel good!", czyli jak sprawić, aby dzieci dobrze się czuły na zajęciach z języka angielskiego i efektywnie się rozwijały językowo **27**
Katarzyna Dąbrowska
Czas pandemii a dobrostan uczennic i uczniów w świetle projektu „Transport 77" **29**
Joanna Piernikowska
Salezjański system prewencyjny odpowiedzią na współczesny dobrostan ucznia **31**

Z PRAKTYKI NAUCZYCIELA

Michał Laskowski
Chcesz zarządzać? Myśl o innych **33**
Andżelika Karolik
Sztuka wychowania **36**
Konrad Trokowski
Moje sposoby na wspieranie uczniów w czasie nauczania zdalnego **38**
Grzegorz Troszyński
Pomoc dziecku z niepełnosprawnościami w codziennej komunikacji **41**
Marek Malinowski
Nauczycielski drogowskaz **42**
Klaudia Majewska-Rybacka
Edukacja żywieniowa w klasach 1-3. Jak zachęcić dzieci do zdrowego odżywiania? **44**
Joanna Mruk, Marta Tkocz, Dorota Raczyńska-Grala
Witaj szkoło! Moja szkoło? **46**
Iwona Materna
Ilustracja do bajki „Lew i mysz" **48**

BIBLIOTEKI PEDAGOGICZNE DLA EDUKACJI

Ewa Bedełek
Dobrostan ucznia **50**

Szanowni Państwo

Najnowszy numer „UczMy" poświęcony jest dobrostanowi ucznia. Cóż to takiego? Okazuje się, że odpowiedź na to pytanie nie jest prosta, skoro większość autorów tekstów zamieszczonych w tym wydaniu czasopisma zaczyna od próby wyjaśnienia, co kryje się pod tym pojęciem.

Zachęcam do zapoznania się z wszystkimi intrygującymi artykułami na ten temat. Sam chciałbym zwrócić uwagę na jeden, wyjątkowo ważny, aspekt tej sprawy.

„Powinniśmy podejmować takie działania, które zapewnią uczniom i wychowankom przede wszystkim poczucie bezpieczeństwa (…). A potem dopiero zajmować się poczuciem sukcesu, zadowolenia" – apeluje pani Wiesława Tomasiak-Wyszyńska z Kujawsko-Pomorskiego Centrum Edukacji Nauczycieli w Bydgoszczy.

Już prawie od wieku, czyli publikacji prac Bronisława Malinowskiego i Abrahama Maslowa, wiemy, że potrzeba bezpieczeństwa należy do tych najbardziej podstawowych, zaraz po jedzeniu, piciu i oddychaniu. Dopiero, gdy czujemy się bezpieczni, a dzieje się tak, gdy nie odbieramy naszego otoczenia jako zagrażającego nam, gotowi jesteśmy zaspokajać wyższe potrzeby: przynależności do grupy czy samorealizacji.

Tymczasem świat, który poznają uczniowie, jawi się jako pełna niebezpieczeństw dżungla. Tych realnych, jak choćby epidemia COVID, oraz wirtualnych. Internet, w którym dziś w dużym stopniu żyją młodzi ludzie, pełen jest przemocy i informacji o tragediach.

Dlatego tak ważne jest, by ze strony nauczycieli, rówieśników oraz rodziców doświadczali po prostu życzliwości i empatii. Ale jak to zrobić, by szkoła była przyjaznym miejscem? Na to pytanie starają się odpowiedzieć autorzy artykułów w „UczMy".

Piotr Całbecki
Marszałek Województwa Kujawsko-Pomorskiego

W następnym numerze
Egzaminy zewnętrzne

dr Magdalena Karamucka-Marcinkiewicz
Zespół Szkół w Mogilnie

Dobrostan ucznia jako stan wielostronnego pokoju

Tematyka bieżącego numeru, dotykająca jednego z najistotniejszych wyznaczników właściwej realizacji zadań szkoły, skłoniła mnie od razu do wielu refleksji. Wśród nich pojawiły się między innymi takie, że zaproponowana problematyka jest rozległa i złożona, a wszystko, co sobie na ten temat pomyślę, nie będzie zapewne tak precyzyjnie ujęte, jak na przykład w przypadku rozważań psychologów, ale znajdzie oparcie w doświadczeniu mojej pracy z uczniem na różnych szczeblach edukacji. Uściślę zatem od razu, że moje spojrzenie na analizowane zagadnienie będzie spojrzeniem nauczyciela praktyka, wychowawcy, a także… filologa klasycznego. Dlaczego filologa klasycznego? Ta jedna z moich specjalizacji wciąż każe mi sięgać do źródeł. Przejawia się to między innymi w tym, że zastanawiając się nad jakimś złożonym, wieloznacznym pojęciem, staram się zawsze przełożyć je sobie najpierw na łacinę – język konkretnych, pragmatycznych starożytnych Rzymian, który doskonale nadaje się do porządkowania myśli i docierania do istoty problemu. Pojęcie dobrostanu jest zaś właśnie takim nieco niejednoznacznym terminem, który wymaga od tych, którzy się nim zajmują, najpierw doprecyzowania.

Zacznijmy zatem od kilku uwag na temat terminologii. ,,Dobrostan" to w najprostszym ujęciu ,,dobry stan" jednostki. Tu oczywiście zaczynają już rodzić się pytania. O jakie aspekty chodzi? Czy pojęcie dotyczy bardziej subiektywnych odczuć, czy jest czymś, co można poddać obiektywnemu pomiarowi i opisowi? Na ile dobrostan jest tym, co możemy komuś, np. uczniowi, zapewnić, a w jakim stopniu stanowi on wynik pewnych predyspozycji, które predestynują daną osobę do budowania bądź odczuwania własnego dobrostanu? Od odpowiedzi na te pytania uzależniony jest sposób zapowiadanego tłumaczenia terminu ,,dobrostan" na łacinę. Chcąc dokonać rzeczonego przekładu, można sięgnąć po prostu po słowo *bonum*, tj. ,,dobro" czy *bona conditio*, czyli ,,dobry stan", ,,dobra kondycja" (także w znaczeniu: kondycja życiowa). Nasuwają się też takie zwroty, jak *bene esse* (*bene est* – est dobrze, *alciui bene est* – komuś jest dobrze, dobrze się wiedzie) czy *bene se habere* – mieć się dobrze. Wychodząc od tych zwrotów, można by, po pewnym uzupełnieniu, ukuć formy, mogące wyrazić rzeczownik ,,dobrostan" (np. *conditio bene se habendi*). Drugi z nich szczególnie silnie już jednak zbacza ku subiektywności (to jedna z odpowiedzi na pytanie: *Quomodo te habes?*, a więc popularne, choć często powierzchowne pytanie o samopoczucie, na które zresztą nierzadko też odpowiada się schematycznie). Dobrostan, choć jest w efekcie odczuwany przez jednostkę, nie stanowi wyłącznie odczucia, ale składa się na niego też zbiór pewnych konkretnych, obiektywnie wymiernych warunków, które powinny być w danej sytuacji spełnione. Wracając zatem do kwestii przekładu, należy zauważyć, że najprostsze *bonum* wydaje się dość zgrabnym i trafnym tłumaczeniem. Z drugiej jednak strony jest to dość wygodne i bezpieczne ominięcie zasygnalizowanego wyżej problemu dotyczącego istoty terminu, a trzeba podkreślić, że łacińskie *bonum* ma między innymi następujący, dość szeroki zakres znaczeń: dobro, dar, zaleta, talent, mienie majątek, korzyść, zysk, pożytek[1]. Słowniki polsko-łacińskie, do których sięgnęłam, nie zawierają wprost terminu ,,dobrostan". Szukając zatem jeszcze być może trafniejszego przekładu, pozostaje zdać się na filologiczny instynkt łacinnika. Moje osobiste wyczucie językowe zaczęło mi podpowiadać tłumaczenie złożone z dwóch pojęć, np. *salus et felicitas* (ewentualnie: *salus atque felicitas* czy *salus felicitasque*) – najprościej: zdrowie i szczęście, choć *salus* tłumaczy się też jako: dobro, korzyść, szczęście, ratunek, życie, bezpieczeństwo, zdrowie, a nawet pozdrowienie, natomiast *felicitas* to także: powodzenie, pomyślność, błogosławieństwo, wynik, urodzaj. Wyszłam z założenia, że dobrostan to zarówno dobry stan ciała, jak i ducha, co zresztą zazwyczaj wzajemnie i silnie jest od siebie uzależnione. To poczucie siły fizycznej i psychicznej oraz ogólnie spokój i zadowolenie. Poprzez taki przekład wkraczam już niewątpliwie na pewne pole interpretacji. Mój wstępny rekonesans odnośnie do pojęcia ,,dobrostan" potwierdza jednak, że jest to termin właściwie przy każdym użyciu interpretowany, nie zawsze jednoznacznie rozumiany i często też

1. *Słownik łacińsko-polski*, oprac. K. Kumaniecki, Warszawa 1957.

występujący z doprecyzowującymi uzupełnieniami. Zuzanna Niśkiewicz w artykule *Dobrostan psychiczny i jego rola w życiu człowieka*[2] zauważyła, że ludzie często rozumieją ,,dobrostan psychiczny" jako synonim ,,szczęścia", ,,dobrobytu", ,,zadowolenia" czy nawet ,,bogactwa"[3]. Badaczka pokazuje, że choć wszystkie te wartości mają lub mogą mieć związek z pojęciem dobrostanu, to nie są z nim do końca tożsame. Dalej autorka odwołuje się do teorii dokładniej opisujących, jak można rozumieć dobrostan psychiczny (artykuł dotyczy bowiem konkretnie dobrostanu psychicznego, a więc wspomnianego przeze mnie jednego z uściśleń i zawężeń problematyki). Wspomina między innymi ustalenia Justyny Cieślińskiej, która pisząc o modelach subiektywnego dobrostanu (a więc znów pewne zawężenie), wymienia dobrostan emocjonalny, dobrostan psychologiczny i dobrostan społeczny[4]. W przypadku dobrostanu psychologicznego, określanego też jako osobowościowy, wskazuje na pięć wymiarów: samoakceptacja, osobisty rozwój, cel w życiu, panowanie nad otoczeniem, autonomia, pozytywne relacje z innymi. Dobrostan społeczny określany jest według badaczki przez pięć dymensji: akceptacja społeczeństwa, społeczna aktualizacja, społeczny wkład, społeczna koherencja, społeczna integracja. Dobrostan emocjonalny człowieka postrzega natomiast jako ,,poczucie szczęścia i satysfakcji w odniesieniu do swojego życia, a także zachowania równowagi w doświadczaniu uczuć pozytywnych i negatywnych w dłuższej jednostce czasowej"[5]. Dobrostan emocjonalny najbliższy jest zatem typowo subiektywnemu poczuciu szczęścia.

Za pojęciem dobrostanu kryje się więc cały szereg terminów i zagadnień, co świadczy o złożoności problematyki i to chciałabym przede wszystkim podkreślić zanim przejdę do bliższego przyjrzenia się konkretnie kwestii dobrostanu ucznia. Kończąc jednak te wstępne rozważania terminologiczne, poczynię jeszcze jedno odwołanie do moich translatorskich poszukiwań, które w pewnym momencie obrały dość nietypowy, przynajmniej dla filologa, kierunek, ale to właśnie ta ścieżka okazała się dla mnie szczególnie inspirująca (co zresztą nie powinno dziwić – wszak najciekawsze przygody, także te intelektualne, przeżywamy zazwyczaj, zbaczając z utartych szlaków). W pewnym mianowicie momencie pomyślałam, że sprawdzę, jakież to tłumaczenie na łacinę zaproponuje mi popularny translator internetowy, a więc źródło wiedzy ostatnio cieszące się sporą popularnością między innymi wśród uczniów. Jako nauczycielka języka niemieckiego wciąż zwracam moim uczniom uwagę na fakt, że tego typu translatory nie są tak doskonałymi tłumaczami jak ludzie. Popełniają wciąż jeszcze sporo błędów, a pewne dosłowne tłumaczenia przynoszą czasem przezabawne efekty. Najlepiej więc korzystać z takich narzędzi, konfrontując swoją wiedzę z propozycją przekładu, bo wtedy być może się zainspirujemy, ale też wychwycimy ewentualne błędy. Tak właśnie było w przypadku mojego poszukiwania łacińskiego tłumaczenia słowa ,,dobrostan", które translator przełożył jako: *pacem*. Do poprawki od razu forma gramatyczna, bowiem *pacem* to forma biernika od słowa: *pax*. A co z samą trafnością znaczeniową? Wcześniej nie brałam pod uwagę rzeczownika *pax*. Czy można go jednak zaakceptować jako odpowiednik polskiego ,,dobrostanu"? *Pax* to przede wszystkim ,,pokój", ,,czas pokoju", ale oznacza też między innymi „spokój umysłu". Tłumacząc słowo ,,dobrostan" (w znaczeniu ogólnym, nie tylko odnoszącym się do dobrostanu psychicznego), nie użyłabym samego *pax*, ale może np. *pax et valetudo* (spokój umysłu i zdrowie; obecność rzeczownika *valetudo* dodatkowo doprecyzowuje tu znaczenie rzeczownika *pax*) wzięłabym już pod uwagę. Czy bowiem dobrostan nie jest w pewnym sensie stanem wielostronnego i wieloaspektowego pokoju? Refleksja poprzez pryzmat słowa *pax* pozwala dojść do wniosku, że dobrostan ucznia to sytuacja, kiedy doświadcza on pokoju niejako w relacji z samym sobą, ponadto tego panującego w klasie, między uczniami, a także pokoju pomiędzy uczniami i nauczycielami (nie bez znaczenia jest też pokój między samymi nauczycielami) oraz innymi pracownikami szkoły. Bez wątpienia wszystkiego dopełnia pokój łączący nauczycieli i rodziców oraz jego samego, tj. ucznia, z rodzicami, bo przecież ta relacja też oddziałuje i przekłada się nierzadko na dobrostan szkolny (przykładem może być np. kwestia oczekiwań rodziców odnośnie do osiąganych przez ucznia wyników czy kierunku jego zainteresowań). Prześledźmy zatem, co dokładniej kryje się pod wskazanymi wyznacznikami pokoju, którego uczeń winien doświadczać w szkole.

Pokój w relacji z samym sobą

Mamy tu do czynienia z jednym z aspektów uczniowskiego dobrostanu, na który kładzie się ostatnio coraz większy nacisk. Trudno nie zgodzić się z tym, jak ważną jest możliwość życia w zgodzie z samym sobą. Jak istotne jest, kiedy nie muszę udawać kogoś, kim nie jestem, gdy mogę realizować swoje pasje, wyrażać własne zdanie. Być może brzmi to trochę jak utarte slogany, ale czy nie to jest jednym

2. Z. Niśkiewicz, *Dobrostan psychiczny i jego rola w życiu człowieka. Psychological Well-Being and Its Role in Human Life*, ,,Studia Krytyczne", nr 3/2016, s. 139-151, https://czasopisma.uni.opole.pl/index.php/sk/article/view/1424/1085 [dostęp: 3.08.2021]
3. *Ibidem*, s. 140.
4. J. Cieślińska, *Poczucie dobrostanu i optymizmu życiowego kadry kierowniczej placówek oświatowych*, ,,Studia Edukacyjne" nr 27/2013, s. 95-112, http://repozytorium.amu.edu.pl:8080/bitstream/10593/10673/1/095-112.pdf, [dostęp: 3.08.2021].
5. *Ibidem*, s. 103.

z filarów dobrostanu? Jeśli uczeń ma być w szkole szczęśliwy i bezpieczny, to musi to być miejsce, gdzie będzie dostrzegana, szanowana i rozwijana także jego indywidualność. Szkoła uspołecznia, ale też wspiera młodego człowieka w budowaniu jego tożsamości. Tożsamość to ,,ja" jako jednostka, uczennica/uczeń, córka/syn, obywatelka/obywatel… Przede wszystkim jednak ,,ja" jako ,,ja". Trzeba budować taką atmosferę, w której uczeń nie będzie musiał nikogo udawać, w której będzie wzrastało jego poczucie własnej wartości i przeświadczenie, że jego głos się liczy i może wnieść coś nowego, ważnego. Równocześnie należy oczywiście zadbać o to, by uczniowi nie zabrakło autorytetów i drogowskazów, ale nie tych autorytarnych, tylko takich, które akceptują i wspierają. Trzeba stworzyć przestrzeń do prezentowania i rozwijania różnych pasji, uzdolnień. Należy też pamiętać o uwzględnieniu odmiennych typów osobowości, potrzeb czy ograniczeń. Jednego ucznia wciąż rozpiera energia, inny z kolei potrzebuje często ciszy, skupienia i chwili samotności. Pozwólmy im być sobą. Stwarzajmy warunki, by każdy mógł się rozwijać w zgodzie z tym, kim i jaki jest, by nikt nie czuł się gorszy, ale by umiał czerpać jak najpełniej z zasobów, które zostały mu dane.

Pokój w grupie rówieśniczej

Przede wszystkim mam tu na myśli klasę, choć szkolna grupa rówieśnicza to w zasadzie także cała społeczność szkoły. Klasa to jednak ten zbiór osób, które są niejako na siebie ,,skazane", spędzają ze sobą niemal cały czas pobytu w szkole, razem też biorą udział w różnych uroczystościach, jeżdżą na wycieczki itp. Dobra atmosfera w klasie jest zatem kolejnym czynnikiem wpływającym na dobrostan ucznia. Nie musi to być oczywiście stan, w którym wszyscy tworzą grupę przyjaciół, ale ważne, by nie zabrakło szacunku, akceptacji, by wszyscy potrafili współpracować, a także umieli wspólnie oddawać się rozrywkom (np. podczas wyjść i wycieczek klasowych). Szczególnie istotne, by każdy uczeń w ramach klasy mógł zaspokajać wskazane wyżej potrzeby związane z pozostawaniem w pokoju z samym sobą. Nie jest niczym odkrywczym, że młody człowiek bardzo liczy się z opinią grupy, gotowy jest więc czasem działać wbrew sobie, zwłaszcza, gdy presja grupy jest silna, a jego poczucie własnej wartości być może zachwiane. To zatem z pewnością bardzo ważne pole do czujności i działania nauczycieli, przede wszystkim zaś wychowawców klas. Jednym z najważniejszych celów musi być dbałość o budowanie w uczniach przekonania, że piękno i wartość tkwi w różnorodności i że różnice nie mogą stać w sprzeczności z tolerancją i wzajemnym szacunkiem, a wręcz przeciwnie. Kiedy piszę te słowa, przypomina mi się jedna z sytuacji z życia mojej klasy wychowawczej (była to wówczas szkoła podstawowa, klasa V). Przed Wielkanocą postanowiliśmy przystroić nieco naszą salę. Przekazałam uczniom szablon, według którego każdy wycinał z własnego białego papieru identyczny kształt zająca. Potem poprosiłam, by uczniowie indywidulanie pokolorowali zające w taki sposób, by w pewnym sensie ich odzwierciedlały, nawiązywały do tego, co lubią, do ich hobby, może cech osobowości itp., byśmy potem mogli swoje prace przykleić na ścianie i podziwiać, jak barwna i różnorodna jest nasza klasa. Ku mojej radości wszyscy zaangażowali się w zadanie i bardzo starli się wyrazić siebie. Co więcej, nie było potem nikogo, kto nie zechciałby powiedzieć kilku słów na temat swojego zająca. W tamtym roku szkolnym do oddziału dołączyli również uczniowie powtarzający klasę. Uczyłam ich już wcześniej i obserwowałam, że często niechętnie wykonywali tego typu zadania i byli wycofani. W nowej klasie wyraźnie się otwierali, czego dowodem było chociażby to, jak włączyli się w prezentowaną aktywność. Klasa bowiem, choć także miewała swoje mniejsze, a czasem i nieco większe problemy, ogólnie jawiła się jako zgrana i emanująca naprawdę pozytywną energią. Duży wpływ miała na to też dobra aktywność rodziców, ale więcej o wkładzie rodzicielskim w budowaniu dobrostanu uczniów wspomnę jeszcze dalej.

Chciałabym też zwrócić tutaj uwagę na jeszcze jedną rzecz, która również wpływa na dobrostan ucznia w aspekcie funkcjonowania w klasie, choć pozornie nie dotyczy już szkoły. Chodzi mi mianowicie o to wszystko, co dzieje się między uczniami danej klasy w czasie pozalekcyjnym. Dzieje się zaś wówczas nierzadko naprawdę wiele, do czego przyczyniają się między innymi media społecznościowe. Czasem echa tych aktywności docierają też do nauczycieli i wychowawców. Zwłaszcza kiedy uczymy młodsze dzieci, łatwiej chyba przedostają się do nas niekiedy informacje o tym, że np. ktoś kogoś obraża ,,na grupie" albo że na czyjeś urodziny zostali zaproszeni wszyscy oprócz jednej osoby. W przypadku starszej młodzieży nasza wiedza na temat tego, co dzieje się między uczniami poza murami szkoły jest zazwyczaj znaczenie bardziej ograniczona. Powinniśmy być jednak świadomi, że te wszystkie kontakty i wydarzenia przekładają się potem na sytuację klasową i dobrostan naszych uczniów. Wychowawcy muszą zdawać sobie sprawę z wagi tych pozaszkolnych relacji, a także uczulać uczniów na to, że wypracowywane zasady szacunku i akceptacji dotyczą ich interakcji na wszystkich płaszczyznach.

Pokój między uczniem a nauczycielem

Punkt wyjścia nie wydaje się w tym przypadku najłatwiejszy. Jeden wychowuje, uczy, wymaga, ocenia. Drugi nierzadko się buntuje, prezentuje często odmienne spojrzenie na świat i choć ma swoje cele i ambicje, to nie zawsze uważa, że już teraz i tyle musi

zrobić, skoro egzaminy za kilka lat, a dziś dzieje się wiele ciekawszych rzeczy. Jak tu zatem mówić o pokoju? Zwykle nie jest oczywiście tak źle. Jaka jest jednak istota pokoju miedzy nauczycielem a uczniem? Nasuwa mi się w tym momencie znów łacina i przysłowie: *Si vis pacem, para bellum* (Jeśli chcesz pokoju, szykuj się do wojny). Oczekujemy pokoju, ale przecież ani nie chcemy zupełnie uległego, biernego ucznia, który nie wykaże się kreatywnością, otwartością umysłu i własnym zdaniem, ani też nauczyciela, który dla świętego spokoju odpuści, nie troszcząc się nadmiernie o to, czy uczeń wykorzysta swój potencjał, wyznaczy sobie cele i zdoła je osiągnąć. Uczeń potrzebuje autorytetu i dobrego przewodnika. Mówi się teraz wprawdzie o zmierzchu autorytetów, ale to nie do końca prawda. Czasem się do tego nie przyznajemy, czasami zmieniamy nomenklaturę, ale nie jest tak, że zupełnie nie potrzebujemy już kogoś, kto pomoże obrać właściwy szlak i na nim wytrwać[6]. Jak już jednak wspomniałam wcześniej, nie może być to osoba, która wymusza, ale taka, która wspierająco towarzyszy. Nie jest to łatwe zadanie dla nauczycieli i wychowawców. To mozolne nakierowywanie ucznia poprzez zaciekawianie, zachętę, właściwe przykłady. Trzeba się natrudzić, by dotrzeć do ucznia, zdobyć jego sympatię, a zarazem szacunek, zainteresować, zainspirować, sprawić, że będzie chciał nas słuchać. To ciągła walka, ale nie z uczniem, tylko z jego zmęczeniem, rozkojarzeniem, brakiem motywacji itp. A jak wygląda to wszystko z perspektywy ucznia? Uczeń też wciąż toczy walkę – o siebie, o swoją nową, coraz dojrzalszą tożsamość, o własną przyszłość. Buntuje się, bo taka jest jego natura. Wydaje się jednak, że wobec przyjaznej i oddanej postawy nauczyciela łatwiej i szybciej przerzuci więcej swych sił na front walki z napotykanymi trudnościami i własnymi słabościami, a więc niejako stanie w tych samych szeregach, co jego nauczyciel.

Pokój między nauczycielem a rodzicem

Czasem zdarza się nauczycielom narzekać, że rodzice się nie angażują, nie interesują się tym, co dzieję się w szkole i nie okazują im żadnego wsparcia. Inny razem pojawiają się z kolei głosy, że rodzice się wtrącają, są roszczeniowi i trudni. Wychodzę z założenia, że współpraca nauczyciela i rodzica oraz rodzicielskie zaangażowanie w życie szkoły są niezwykle istotne, ale wszystko musi oczywiście przebiegać w myśl pewnych reguł i we wspominanej tu już niejednokrotnie atmosferze wzajemnego szacunku. Ważne, by rodzic czuł się w szkole mile widziany i potrzebny. Kiedy chce się zaangażować, pomóc, należy stworzyć mu ku temu przestrzeń, a i pomoc zapewne bardzo się przyda. Jeśli ma jakieś uwagi, istotne jest, by go dokładnie wysłuchać i poszukać wspólnie rozwiązań. Skoro i nauczyciele, i rodzice chcą dla dziecka jak najlepiej, to musimy rozmawiać, budować wspólne strategie, czasem szukać kompromisów, by wymagania wobec naszego podopiecznego nie były rozbieżne i nie destabilizowały jego poczucia bezpieczeństwa. Rodzice nie powinni podważać autorytetu nauczyciela w oczach dziecka, bo to również destabilizujące. Jeśli coś rodzicowi przeszkadza, czegoś nie rozumie czy nie akceptuje najlepiej, by zawsze zaczął od rozmowy z nauczycielem. Możliwe, że zobaczy daną kwestię w innym świetle, a może to nauczyciel dostrzeże swój błąd bądź będzie miał szansę uwzględnić nowe, nieznane mu wcześniej rozwiązania. Niewykluczona jest też oczywiście sytuacja, że o porozumienie będzie trudno, ale praktyka pokazuje, że w pokojowej atmosferze wiele rzeczy udaje się ustalić, przepracować i zaplanować. Szczera rozmowa między rodzicem a nauczycielem to także możliwość wymiany doświadczeń i obserwacji. Uczniowie czasem odmiennie funkcjonują w szkole i w domu, czasem przenoszą jakieś frustracje z jednego miejsca w drugie. Dbając o ich dobrostan, warto poznawać ich bliżej i całościowo.

Podsumowanie

Zarysowane wyżej uwagi pokazują, że na dobrostan ucznia w znacznym stopniu składa się dobra atmosfera w szkole, a ją z kolei budują właściwe relacje między różnymi podmiotami zaangażowanymi w proces edukacji. O te relacje należy zatem szczególnie dbać. W moich rozważaniach słowem kluczem stało się pojęcie ,,pokój". Odnosi się ono do stanu sprzyjającego spokojnemu rozwojowi ucznia, w którym wspierają go życzliwi sprzymierzeńcy. *Ubi concordia, ibi victoria*. Gdzie zgoda, tam zwycięstwo. Zgoda z samym sobą, zgoda w klasie, dobry kontakt z nauczycielem, porozumienie między rodzicem a nauczycielem – to ważne punkty w drodze ku dobrostanowi ucznia i jego sukcesowi – najpierw w szkole, a potem w dalszym życiu. Dorota Kulesza-Tałan w ciekawym przewodniku zatytułowanym *Jak wspierać dobrostan uczniów i uczennic w szkole?*[7] pisała: ,,My dorośli powinniśmy sprawiać, by szkoła była miejscem bezpiecznym, gdzie po prostu można czuć się dobrze i szczęśliwie, a także by nie pozbawiała radosnej ciekawości świata […]". Budujmy zatem owo bezpieczeństwo w oparciu między innymi o wieloaspektowy pokój, który został tu zarysowany.

6. Por. Zmierzch bogów, czyli o końcu świata autorytetów, prof. W. Burszta w rozmowie z I. Zabielską-Stadnik, „Newsweek Psychologia", nr 4/2021, s. 74-79.

7. D. Kulesza-Tałan, *Jak wspierać dobrostan uczennic i uczniów w szkole? Przewodnik*, https://szkoladlainnowatora.ceo.org.pl/wp-content/uploads/2021/03/dobrostan-przewodnik.pdf [dostęp: 3.08.2021]; Autorka wyróżnia w swojej pracy cztery główne filary składające się na szkolny dobrostan: warunki szkolne, stosunki międzyludzkie (relacje), sposoby samorealizacji, zdrowie, które następnie poddaje szczegółowej analizie; praca zawiera też ciekawe przykłady konkretnych zadań i ćwiczeń, pomagających budować w szkole warunki sprzyjające dobrostanowi podopiecznych.

Wiesława Tomasiak-Wyszyńska
KPCEN w Bydgoszczy

Dobrostan ucznia – kwestia szczególnie istotna

Dobrostan - słowo, które ostatnio wróciło do łask.

Zacznijmy od słownikowej definicji z Encyklopedii PWN, w której dobrostan jest opisywany jako subiektywnie postrzegane przez osobę poczucie szczęścia, pomyślności, zadowolenie ze stanu życia (1).

Dobrostan związany jest, mówiąc krótko, z dobrym samopoczuciem albo po prostu nim jest. Stan ogólnego dobrostanu daje się uszczegółowić, ponieważ możemy mówić na przykład o dobrostanie psychicznym, fizycznym, emocjonalnym.

Ale skupmy się na szkole i zajmijmy się dobrostanem ucznia. Dobrostan ucznia - czyli co? Mówiąc zwięźle - jego dobre samopoczucie w szkole. Prawda o rzeczywistości szkolnej jest nam znana i wiemy doskonale, że nie wszyscy uczniowie czują się w niej dobrze i bezpiecznie. Wiemy również, że niektórzy swojej szkoły po prostu nie lubią i niechętnie do niej przychodzą. Zdajemy sobie sprawę z tego, że po lockdownie jest trudniej, gorzej i, że zapewne wzrosła liczba tych, którzy atencji dla szkoły nie mają i najchętniej zapomnieliby o jej istnieniu. Wielu z nas niejednokrotnie stawiało sobie pytanie: dlaczego? Czyja wina, gdzie przyczyna? Dlaczego nie chodzi? Dlaczego nie lubi? Myślę, że dzisiaj należy te pytania postawić kolejny raz i to znacznie dobitniej, i koniecznie doszukać się odpowiedzi. A więc poznać powód, przyczynę, czyli poprawnie zdiagnozować. W przeciwnym razie nie ruszymy z miejsca i zamiast budować, będziemy rujnować (o relacjach myślę oczywiście) albo pozostawać w niemocy. A przecież nie tego chcemy.

W pokowidowej rzeczywistości jesteśmy zobowiązani do tego, aby dokładnie wiedzieć, czego najbardziej potrzebuje nasz wychowanek. Co jest dla niego ważne? Co lubi, a czego się boi?

Wiemy doskonale, że celem szkoły jest dbałość o harmonijny rozwój młodego człowieka. Dlatego też, przykładając się bardzo, szczególnie teraz, w naszych szkołach i w naszych klasach, powinniśmy podejmować takie działania, które zapewnią uczniom i wychowankom przede wszystkim poczucie bezpieczeństwa, przynależności i więzi z zespołem. A potem dopiero zajmować się poczuciem sukcesu, zadowolenia i całej reszty, co zapewne będzie można przełożyć na pojęcie zadowolenia i dobrego samopoczucia. A więc dobrostanu. Dzisiaj musimy zadbać o to w sposób szczególny, ponieważ wymaga tego pokowidowa sytuacja. Nasze działania powinny być racjonalne i nastawione na obserwowanie, uważne słuchanie, analizowanie. Bez zbędnego pośpiechu i nadmiernych emocji.

Profesor Janusz Czapiński mówi, iż „…wydarzenia ostatnich miesięcy sprawiły, że nastąpiły wyraźne zmiany w naszych edukacyjnych społecznościach - czuję, że znane nam, wypracowane działania, interwencje i strategie przestały wystarczać, by zapewnić względną równowagę emocjonalną i młodszym, i starszym (myślę tu o nauczycielkach i nauczycielach). W wielu miejscach na świecie (np. w Wielkiej Brytanii, Irlandii, Finlandii, Holandii czy Australii) zauważa się tę perspektywę i proponuje wdrażanie konkretnych programów na rzecz dobrostanu szkolnych społeczności. Programy te są oparte na psychologii pozytywnej i wspierane przez treningi uważności (mindfulness), kursy redukcji stresu czy pracę z emocjami. (…) W czasie, kiedy przyglądamy się na nowo istotnym dla nas wartościom i pytamy siebie i innych osób o ich rozumienie. Być może jednak właśnie dlatego warto się zastanowić – może po raz kolejny – co jest ważne, by szkoła jawiła się jako miejsce mądrej nauki, ciekawego doświadczania, spotkania z nowym, rozmowy o rzeczach ważnych”. (2).

J. Czapiński powołuje się także na badania, które wskazują jednoznacznie, że dobrostan człowieka jest jednym z najważniejszych czynników kształtujących jakość życia. Potwierdzają też one, iż dla ogromnej liczby ludzi najistotniejsze są wspierające, pozytywne relacje międzyludzkie. Dobrostan psychiczny oznacza afirmującą postawę wobec życia, a zdrowie (zarówno psychiczne, jak i fizyczne) jest fundamentalnym warunkiem dobrego życia.

Przestrzeń szkolna, czyli edukacyjno-wychowawcza, w której funkcjonuje uczeń i nauczyciel, to obszar wzajemnych oddziaływań, relacji. Jeśli będą pozytywne i wspierające, poprowadzą podmioty wzajemnych oddziaływań we właściwą stronę, w stronę dobrostanu.

Szkoły dbające o dobre samopoczucie uczniów (ich dobrostan), zdaniem Marty Florkowskiej-Borkowskiej, tworzą dla nich przede wszystkim bezpiecz-

ną przestrzeń, w której mogą się nie tylko uczyć, lecz rozwijać się pod względem fizycznym, umysłowym, emocjonalnym, społecznym i duchowym, a także po prostu dobrze spędzać czas.

Wykazują również szczególną dbałość o wzmacnianie wiary w siebie swoich uczniów poprzez włączanie ich w działania związane z rozwiązywaniem problemów, trudnych spraw. Stwarzają możliwości do dyskusji, wygłaszania swoich opinii, samodzielnego podejmowania decyzji w sprawach ważnych dla ucznia. Uczą radzić sobie z porażkami, niepowodzeniami oraz wyciągać z doświadczeń wnioski. Takie aktywności rozwijają samodzielność i odpowiedzialność. Rodzą zaangażowanie, budują wiarę w siebie i swoje możliwości.

Ciągle rozbudzają też ciekawość uczniów. Nauczyciele dzielą się z nimi swoimi pasjami, zainteresowaniami. Swoją ciekawością świata i ludzi. Często udaje się im zarazić swoich wychowanków. Pokazują, że ciekawość i dziwienie się to klucze do budowania zaangażowania w działanie.

Tworzą uczniom wyzwania, gdyż są świadomi tego, że łatwe zadania są po prostu mniej atrakcyjne i wciągające. Duże, złożone tworzą przestrzeń do zastanawiania się, spierania, snucia domysłów, łączenia różnych rozwiązań i pomysłów.

Stwarzają też przestrzeń do samodzielności. Uczą więc brania odpowiedzialności, umiejętnego osiągania celów własnych i wspólnych, wzmacniają poczucie przynależności. Kształtują relacje rówieśnicze i umiejętności społeczne.

Akceptują i doceniają. Dają zatem swoim uczniom to, czego oni tak bardzo w tym okresie rozwoju potrzebują. Promują ich działania i aktywności, wychodząc poza szkołę, wykorzystując do tego celu np. Internet.

Nauczyciele tych szkół, w ramach doskonalenia, rozwijają się również w obszarach bliskich uczniom. Są na bieżąco z nowinkami technicznymi, dokształcają się systematycznie. Rozumnie funkcjonują w sieci, wśród innych nauczycieli. Uczniowie obserwują, widzą zaangażowanie nauczycieli. Doceniają, a nawet podziwiają. Wyciągają wnioski, że warto wiedzieć i umieć. I, że warto też czasami słuchać tego, o czym mówi ich nauczyciel.

Nauczyciele nie boją się uczyć nowych rzeczy od swoich uczniów. Nie ukrywają tego. Podkreślają, że wzajemne uczenie się jest niezwykle cenną sprawą. Dzięki temu młodzi ludzie doświadczają, że człowiek uczy się i rozwija przez całe życie, także to dorosłe.

W takich placówkach zawsze najważniejszy jest człowiek, emocje i relacje. I to każdy nauczyciel i wychowawca ma w sercu i w głowie. Arystoteles powiedział pięknie „edukacja mózgu bez edukacji serca nie jest w ogóle edukacją". Już wtedy łączył wartość intelektu z siłą przeżywanych emocji.

Żadna placówka nie zapewni dobrostanu swoim uczniom bez dbałości o dobrostan zespołu nauczycielskiego. Każdy nauczyciel jest ważnym ogniwem machiny edukacyjnej. Wychowywanie i nauczanie to trudny, skomplikowany, wymagający ogromnego wysiłku proces. Koniecznym jest dbałość o siebie zarówno w sferze psychicznej, jak i fizycznej. Dobrze jest angażować się w zajęcia relaksujące, sportowe. Dbać o dobrą dietę. Budować swoją samoocenę, wiarę we własne możliwości. Lubić siebie, swoje pasje zainteresowania. I zawsze pamiętać, że nasze samopoczucie przekłada się na relacje z uczniami.

Nie zbudujemy dobrych relacji w radzie pedagogicznej bez umiejętności komunikacyjnych, bez życzliwości i empatii. W dzisiejszej bardzo złożonej rzeczywistości, języczkiem uwagi każdego szefa w każdej szkole i każdym środowisku powinna być szczególna dbałość o ich kształtowanie oraz budowanie więzi wszystkich podmiotów związanych z placówką.

Biorąc zatem pod uwagę słowa J. Czapińskiego, myślę, że warto byłoby pochylić się nad dotychczasowym system swoich poczynań (przede wszystkim wychowawczych). Może także nad podejściem do różnych szkolnych spraw, nad ich oceną, kwalifikacją. Być może czasem błądzimy? Czasem coś przeoczymy czy zbagatelizujemy? A przecież chcemy być skuteczni. Dzisiaj, przygotowując zmiany, powinniśmy pamiętać o tym, że pokowidowy kontekst naszych działań, jak mówi profesor, jest już całkiem inny.

Pewnie nikt z nas nie ma wątpliwości w kwestii tego, że szkoła powinna być dla ucznia bezpiecznym miejscem na ziemi. I to my, nauczyciele powinniśmy sprawiać by była to przestrzeń, gdzie po prostu można się czuć dobrze, spokojnie i szczęśliwie.

Dlatego też, w moim przekonaniu, tak niezwykle ważna jest rola szkoły w budowaniu tych wspierających, pozytywnych relacji międzyludzkich. Zawsze najważniejszy powinien być człowiek, emocje i relacje, a szkoła - miejscem mądrej edukacji, ciekawych doświadczeń i dobrych rozmów o sprawach i rzeczach dla młodych ludzi bardzo ważnych. Miejscem szczególnej dbałości o uczniowski dobrostan.

Bibliografia:

1. Dobrostan, [hasło w:] Encyklopedia PWN [online], https://encyklopedia.pwn.pl/haslo/dobrostan;3893293.html, [dostęp: 1.12.2020 r.].)

2. J. Czapiński, Psychologia szczęścia. Kto, kiedy, dlaczego kocha życie i co z tego wynika, czyli nowa odsłona teorii cebulowej, Warszawa 2017.

3. M. Florkiewicz-Borkowska. Jak wyzwalać w uczniach chęć do działania? Nauczycielskie drogowskazy. Kulczyk Foundation. Czas na relacje.

Jowita Potaczek
Szkoła Podstawowa im. Mikołaja Kopernika w Zadusznikach

Dobrostan ucznia

Dobrostan ucznia - czym w praktyce jest taki stan? W jaki sposób wpływa na uczniowską aktywność? Biorąc pod uwagę specyfikę zmian rozwojowych, jakie występują w życiu dziecka, a później nastolatka uczestniczącego w systemowej edukacji oraz wychowaniu, konieczne jest wzięcie pod uwagę jego komfortu, warunków, które towarzyszą tym procesom oraz oddziałują na ich efektywność [2].

Dobrostan ucznia, często nazywany w mediach „well-being", to w ostatnich latach coraz bardziej promowany parametr tzw. szkolnego życia. **W praktyce oznacza dobre samopoczucie uczniów, czyli takie warunki, w których mogą się oni czuć bezpiecznie oraz swobodnie, a skutkiem tego optymalnie rozwijać zarówno pod względem fizycznym, umysłowym, emocjonalnym oraz społecznym i duchowym, jednocześnie spędzając w szkole przyjemnie czas** [1].

W literaturze przedmiotu dobrostan ucznia jest opisywany jako tzw. subiektywne postrzeganie poprzez osobę swojego życia, w aspekcie takich parametrów, jak: szczęście, pomyślność, zadowolenie oraz poziom spokoju. W skład dobrostanu uczniowskiego wchodzą takie składniki, jak: **pozytywna samoocena wynikająca z poznania siebie, swoich emocji i talentów, pozytywne relacje z rówieśnikami oraz nauczycielami, uzyskiwanie konstruktywnej informacji o charakterze zwrotnym, ciekawe lekcje, dobra i przyjazna atmosfera na zajęciach, poczucie wpływu na to, co się dzieje na lekcjach, brak obciążenia nadmierną ilością zadań do wykonania, tak w szkole, jak i zlecanych jako prace domowe, odpowiednia ilość aktywności fizycznej, przejrzyste zasady w zakresie pracy oraz współpracy, docenianie przez rówieśników i nauczycieli** [3].

Z opinii środowiska pedagogów oraz psychologów zaprezentowanych na forum Ośrodka Rozwoju Edukacji w roku 2019 wynika, że dla optymalizacji dobrostanu uczniów, kluczowe jest zapewnienie im poczucia bezpieczeństwa, które stanowi główny filar komfortu wychowania i edukacji. Aby stworzyć takie środowisko, konieczne jest budowanie w szkole trwałej i wysokiej kultury organizacyjnej i odpowiedniego klimatu społecznego, w którym nauczyciel w dużej mierze odpowiada za to, jak będzie funkcjonował uczeń. Od podejścia i samopoczucia wychowawcy, w tym od poziomu jego kompetencji, otwartości i życzliwości, zależy, w jakim stopniu podopieczny będzie mu ufał i potrafił efektywnie współpracować. Całościowo bowiem pozytywne i optymistyczne nastawienie wobec ucznia stymuluje jego rozwój na wszystkich płaszczyznach, znacznie lepiej niż sprowadzanie go do roli biernego odbiorcy wiedzy i informacji [5].

Z doniesień badawczych z państw takich, jak chociażby: Kanada, Wielka Brytania, Irlandia, Holandia, Finlandia czy Australia wynika, że inicjatywy optymalizujące dobrostan uczniów są tam mocno wspierane i rozwijane, gdyż zauważalny jest ich pozytywny wpływ na podopiecznych. Podejście takie, oparte na pewnych ramach programowych, wymaga, aby zadbać o takie obszary funkcjonowania dziecka w środowisku szkolnym, jak [1]:

- troska o zdrowie
- zapewnienie odpowiednich warunków bytowych, ale także organizacyjnych oraz programowych
- zapewnienie odpowiednich relacji międzyludzkich w społeczności szkolnej (relacje rówieśnicze, ale także z nauczycielami)
- zapewnienie poczucia sprawstwa u uczniów, zarówno w zakresie ich uczenia się, jak i rozwoju osobistego.

Problemem zaburzającym w znacznym stopniu dobrostan uczniów było nauczanie zdalne, realizowane skutkiem pandemii COVID-19, zarówno wiosną 2020 roku, jak i jesienią 2020 roku oraz wiosną 2021 roku. Z obserwacji nauczycieli, rodziców, ale także samych uczniów wynika, że najbardziej uciążliwą konsekwencją tej metody realizacji wychowania i nauczania były dla uczniów zakłócenia związane z możliwością funkcjonowania w środowisku szkolnym i rówieśniczym. W konsekwencji nie mogli przebywać w swoim naturalnym otoczeniu rówieśniczym, co ograniczyło im dostęp do możliwości rozwijania kompetencji społecznych, emocjonalnych czy zaspokajania potrzeby kontaktów z osobami w swoim wieku [4].

Podsumowując podkreślić należy, że zagadnienie dobrostanu ucznia to temat aktualny w środowisku pedagogicznym. Słusznie klasyfikuje się go jako jeden z głównych czynników sukcesu wychowawczego i edukacyjnego. Aplikowanie sprzyjających rozwiązań do szkolnej rzeczywistości wymaga pracy, konsekwen-

cji oraz kompetencji ze strony kadry pedagogicznej. Wymaga też odpowiedzialności za zainicjowane działania. Jest to podejście do ucznia na miarę XXI wieku, sprzyja realizacji jego potrzeb, ale i optymalizacji metod oddziaływania wychowawczego.

Bibliografia:

1. Dobrostan - dobre samopoczucie (well-being) uczniów. Kluczowy aspekt edukacji XXI wieku, 2020 https://www.ourkids.net/pl/dobrostan-well-being-uczniow.php#maincontent(dostęp 18.07.2021)
2. Kossakowska K., Zadworna M., Wybrane aspekty dobrostanu psychicznego uczniów na różnych etapach edukacji. Doniesienia wstępne, Studia Edukacyjne, nr 54, 2019, s. 221-236.
3. Kulesza-Tałan D., Jak wspierać dobrostan uczennic i uczniów w szkole? Szkoła dla innowatora, Centrum Edukacji Obywatelskiej, s. 6-15 https://szkoladlainnowatora.ceo.org.pl/wp-content/uploads/2021/03/dobrostan-przewodnik.pdf(dostęp 18.07.2021)
4. Ptaszek G., Stunża G.D., Pyżalski J., Bigaj M., Edukacja zdalna: co stało się z uczniami, ich rodzicami i nauczycielami, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne Sp.z.o.o, Gdańsk 2020, s. 160-190 https://zdalnenauczanie.org/wp-content/uploads/2020/10/edukacja-zdalna.pdf(dostęp 18.07.2021)
5. Zdrowie psychiczne i dobrostan uczniów – ważne zadanie szkoły, Ośrodek Rozwoju Edukacji, 29.05.2019 https://www.ore.edu.pl/2019/05/zdrowie-psychiczne-i-dobrostan-uczniow-wazne-zadanie-szkoly/(dostęp 18.07.2021)

Joanna Jarzembska
Szkoła Podstawowa w Góralach

Co może mieć wpływ na dobrostan ucznia?

Zacznijmy od definicji „dobrostanu". W Encyklopedii PWN jest on opisywany jako subiektywnie postrzegane przez osobę poczucie szczęścia, pomyślności, zadowolenie ze stanu życia[1]. Jest to pojęcie trudne do zinterpretowania i zmierzenia, chociażby ze względu na fakt subiektywności. Dla każdego stan dobrostanu może oznaczać coś innego lub zaczynać się na innym etapie życia. Najogólniej rzecz biorąc, w poszukiwaniu własnego dobrostanu, trzeba odpowiedzieć sobie na pytanie: czy jestem szczęśliwy?

Na dobrostan ucznia, podobnie jak na dobrostan każdej innej osoby, ma wpływ wiele czynników. Szkoła fińska uznawana za lidera edukacyjnego na świecie stworzyła model dobrostanu ucznia. Naukowcy z uniwersytetu w Tampere, na podstawie badań przeprowadzonych w szkołach, wykazali, że wpływają na niego:

- warunki bytowe, organizacyjne i programowe (*having*)
- relacje międzyludzkie w szkolnej społeczności (*loving*)
- poczucie sprawstwa uczniów w zakresie uczenia się i rozwoju osobistego (*being*)
- troska o zdrowie (*health*)[2].

Natomiast anglojęzyczne materiały definiujące dobrostan wskazują na: pozytywną samoocenę (poznanie siebie, swoich emocji i talentów), dobre relacje z rówieśnikami/rówieśniczkami i nauczycielami/nauczycielkami, otrzymywanie konstruktywnej informacji zwrotnej, ciekawe lekcje, dobrą atmosferę na zajęciach, poczucie wpływu – „uczeń ma głos", nieobciążanie nadmiarem zadań, aktywność fizyczną, przejrzyste zasady pracy i współpracy, docenianie[3]. Wyżej wymienione czynniki zdają się być oczywiste i niepodlegające dyskusji. Są jednak pewne

1. Dobrostan, [hasło w:] Encyklopedia PWN [online], https://encyklopedia.pwn.pl/haslo/dobrostan;3893293.html, [dostęp: 21.07.2021.].

2. Dobrostan – dobre samopoczucie (*well-being*) uczniów, ourkids.net, https://www.ourkids.net/pl/dobrostan-well-being-uczniow.php#maincontent [dostęp: 22.07.2021]

3. D. Kulesza-Tałan, *Jak wspierać dobrostan uczniów i uczennic w szkole. Przewodnik"*, Projekt Szkoła dla innowatora, https://szkoladlainnowatora.ceo.org.pl/wp-content/uploads/2021/03/dobrostan-przewodnik.pdf, s. 11, [dostęp 22.07.2021].

warunki, które mogą różnicować poczucie dobrostanu u naszych uczniów. Co więcej, jeśli nawet na poczucie dobrostanu u uczniów wpływają te same czynniki, to z pewnością nie zawsze w tym samym stopniu. Weźmy pod uwagę chociażby wiek ucznia. Uczniowie młodsi inaczej będą odczuwali swój dobrostan niż starsi. Dla nich ważne będzie, czy pani jest miła, czy dużo się uśmiecha, czy robi niespodzianki, organizuje fajne zabawy, czy wychodzi z dziećmi na szkolny plac zabaw oraz czy koledzy mnie lubią i chcą bawić się w to co ja itd. Oczywiście dla starszych uczniów atmosfera podczas zajęć i poczucie, że jest się akceptowanym w grupie również są istotne. Myślę jednak, że przynajmniej część z nich będzie miała poczucie bezpieczeństwa (a co za tym idzie odczuwała swój dobrostan) w tym, że nauczyciel, poza uprzejmością i uśmiechem, jest również „wymagający". Uczniowie tacy mają prawo sądzić, że skoro dużo się od nich wymaga, to mają większe szanse, by zdać egzamin czy dostać się do wymarzonej szkoły lub na studia. Daje im to spokój wewnętrzny. Kolejna rzecz, która z pewnością wpływa na różnice w odczuwaniu dobrostanu uczniów to ich osobowość. Wykazały to chociażby ostatnie wywiady z uczniami czy ankiety na temat nauczania zdalnego. Co się okazało? Krótko mówiąc, jest część uczniów, która bardzo źle zniosła naukę zdalną i nie chciałaby już do niej wracać. Ci uczniowie potrzebują bezpośredniego kontaktu z nauczycielami, kolegami. Lubią pracować w grupie, czasem nawet hałasie i zamieszaniu. Siedzenie przed monitorem przez wiele godzin dziennie sprawiło, że nie mogli się skupić, pracować na miarę swoich możliwości, spadła ich motywacja nie tylko do nauki, ale i wszelkiej aktywności. Z drugiej strony są uczniowie, którzy byli bardzo zadowoleni ze zdalnego nauczania. Mogli się skupić na tym, co mówi nauczyciel, bo nikt ich nie rozpraszał i nie przeszkadzał w przebiegu zajęć. Są to uczniowie, którzy nie lubią pracy w grupie, krępuje ich wypowiadanie się na forum klasy. Tymczasem podczas pracy zdalnej ich aktywność często wzrastała. Byli zaangażowani, bo czuli się bardziej komfortowo i bezpiecznie w zaciszu własnego pokoju. Dodatkowo, jak wiadomo, nauka stacjonarna i zdalna to trochę inne metody pracy i z tego powodu również uczniowie czuli się bardziej lub mniej komfortowo.

Dobrostan to subiektywnie postrzegane przez osobę poczucie szczęścia, pomyślności, zadowolenie ze stanu życia.

Przyglądając się czynnikom mającym wpływ na dobrostan uczniów, widać jak ogromną rolę odgrywa tu sam nauczyciel. Jaki więc być powinien pedagog, który będzie pozytywnie wpływał na dobrostan swoich podopiecznych? Według młodych ludzi osoba dająca uczniom i uczennicom poczucie bezpieczeństwa i wzmacniająca dobre samopoczucie w szkole jest życzliwa, troskliwa (zauważa, kiedy dzieje się coś, na co trzeba zareagować), jest aktywna (prowadzi lekcje w ciekawy sposób), jest konsekwentna (nie zmienia co 5 minut zdania), jest tolerancyjna (potrafi zrozumieć, że kolorowa fryzura nie oznacza, że nie mam szacunku do niej czy szkoły), ma poczucie humoru, potrafi porozmawiać na każdy temat (rozmawia z nami o tym, co dla nas naprawdę ważne), opowiada o sobie (nasza polonistka lubi ten sam serial, co ja)[4]. Co zrobić w takim razie, by być takim właśnie nauczycielem? Jak to osiągnąć? Odpowiedzi należy szukać w nas samych. Bo czyż nie jest tak, że gdy mamy dobry nastrój, poczucie zadowolenia i wewnętrzną radość, to zajęcia przebiegają przyjemniej, można zrealizować dużo więcej materiału, niż się zaplanowało, a i uczniowie zdają się być bardziej chętni do współpracy? Czy aby zadbać o dobrostan naszych uczniów, nie powinniśmy najpierw pomyśleć o własnym? Każda praca związana jest ze stresem - niewątpliwie praca nauczyciela również. Dlatego tak ważne jest, byśmy potrafili sobie z nim radzić. To żadne odkrycie, że nasze emocje, nastawienie przenosimy na innych. Zainwestujmy w odnawianie naszej energii życiowej i dobre relacje w pracy. Bardzo istotna jest tu rola dyrektora. Dobrze jeśli jest to osoba, która wspiera pozytywny klimat w szkole. Podsumowując zadbajmy najpierw o siebie, abyśmy mogli potem z radością pomóc naszym podopiecznym. To nie tylko dobra praktyka, ale wręcz nasz obowiązek.

Bibliografia:

Encyklopedia PWN [online]

Dorota Kulesza-Tałan, *Jak wspierać dobrostan uczniów i uczennic w szkole. Przewodnik, Projekt Szkoła dla innowatora*, https://szkoladlainnowatora.ceo.org.pl/wp-content/uploads/2021/03/dobrostan-przewodnik.pdf

Dobrostan - dobre samopoczucie (*well-being*) uczniów, ourkids.net, https://www.ourkids.net/pl/dobrostan-well-being-uczniow.php#maincontent

4. Tamże, s. 16-17, [dostęp 22.07.2021].

Joanna Mikołajczyk
Zespół Szkolno-Przedszkolny w Godziszewie
dr Kazimierz Mikulski
Kuratorium Oświaty w Bydgoszczy

Efekt Pigmaliona i inne efekty a edukacja cyfrowa

Dobrostan (well-being)
to inaczej dobre samopoczucie.
Szkoły dbające o dobre samopoczucie uczniów tworzą dla nich bezpieczną przestrzeń, w której mogą się oni nie tylko uczyć, lecz rozwijać się pod względem fizycznym, umysłowym, emocjonalnym, społecznym i duchowym, a także po prostu dobrze spędzać czas.[1]

Wszystko sprowadza się do podejścia. Sama technologia nie zasypie przepaści dokonań między bogatymi i biednymi, przepaści, która zagraża tak wielu spośród naszych uczniów z grup mniejszościowych. Ale gdy technologia jest właściwie wykorzystywana, obserwujemy wspaniałe rezultaty. To wypowiedź Kurator Alberto M. Carvalho, Miami-Dade Schools, USA.[2] Anthony Salcito, wiceprezes ds. Edukacji, Microsoft uważa: *Coraz większa rola edukacji jako motoru zmian gospodarczych sprawia, że praca na rzecz transformacji naszych szkół i lekcji staje się fundamentalna dla globalnego postępu. Moim zdaniem wszystko zaczyna się od nastawienia. Najpierw musimy zainspirować uczniów i studentów, by chcieli w pełni zaakceptować przyszłość pozbawioną granic i spojrzeć na edukację jako narzędzie do osiągnięcia swoich własnych celów*.[3] Wypowiedź ta nosi znamiona globalizacji edukacyjnej, z elementami glokalizacji w oświacie.

Stawiaj wysokie wymagania o jasno określonych parametrach

W literaturze przedmiotu zwraca się uwagę na stawianie wysokich i jednocześnie jasno określonych wymagań wobec siebie i drugich osób: (…) *pomaga ukierunkować wszystkie aspekty cyfrowej transformacji.*[4] Jeżeli mówimy o pracownikach, to wystarczy dialog z interesariuszami. Sytuację z nauczycielami można zrealizować poprzez stawianie wymagań, co pozwala im zrozumieć uczniów i dostosować doświadczenie kształcenia w taki sposób, by utrzymać ich zaangażowanie.

Występujący w procesie kształcenia *Efekt oczekiwań nauczyciela* to znany w literaturze przedmiotu tzw. *efekt Pigmaliona*. To sytuacja, kiedy nauczyciele więcej oczekują od uczniów, a ci osiągają lepsze wyniki od średnich. Potwierdzają to badania Hattiego, które pozwoliły odkryć, że czynnikiem mającym największy wpływ na wyniki uczniów jest oszacowanie przez nauczyciela osiągnięć ucznia[5].

Niestety, podobnie jest w sytuacji odwrotnej. Jeśli nauczyciele i pracownicy oświatowi oczekują mniej od uczniów, udostępniając im technologię - media i komputery na niskim poziomie nowoczesności, o ograniczonych możliwościach technicznych, to w efekcie generuje sytuację, w której uczniowie *przyjmą do wiadomości* niskie oczekiwania. W rezultacie mniej osiągną, niż by mogli, posiadając własne zdolności.

Jak określony jest efekt Pigmaliona i inne efekty?

To odmiana samospełniającej się przepowiedni zidentyfikowana po raz pierwszy w edukacji przez socjologa Roberta Mertona.[6] **Polega na spełnianiu się oczekiwania wobec kogoś dlatego, że to oczekiwanie sobie wytworzyliśmy.** W literaturze przedmiotu czytamy takie określenie: *Samospełniająca się przepowiednia, samospełniające się proroctwo – zjawisko polegające na tym, że określone oczekiwania w stosunku do pewnych zachowań lub zdarzeń wpływają na te zachowania lub zdarzenia w sposób, który powoduje*

1. https://www.ourkids.net/pl/dobrostan-well-being-uczniow-strategie-szkol.php#maincontent
2. Podręcznik ***Transformacja edukacji*** Pierwsza publikacja: Microsoft 2018; Dane z programu katalogowania publikacji National Library of Australia: Microsoft, Transformacja edukacji; s. 45
3. Podręcznik ***Transformacja edukacji*** Pierwsza publikacja: Microsoft 2018; Dane z programu katalogowania publikacji National Library of Australia: Microsoft, Transformacja edukacji; ISBN: 978-1-64316-564-6
4. Hattie, J. (2009). Visible Learning: A synthesis of over 800 meta-analyses relating to achievement, Routledge
5. Hattie, J. (2009). Visible Learning: A synthesis of over 800 meta-analyses relating to achievement, Routledge.
6. **Robert King Merton** (1910 -2003) – amerykański socjolog, prof. Uniwersytetu Columbia w Nowym Jorku. Był też członkiem zagranicznym Polskiej Akademii Nauk.

spełnienie oczekiwań. Występuje ono wówczas, gdy informacja o mającym się zdarzyć incydencie pochodzi z wiarygodnego dla jednostek źródła i pod wpływem tej informacji jednostki postępują w taki sposób, że realizują w końcu treść przewidywań. Jest to efekt nieświadomy i pojawia się w sposób mimowolny.[7] Efekt Pigmaliona często utożsamiany jest z *Efektem Rosenthala*[8] i tak też jest podawany w części literatury psychologicznej. Jednak już np. w *Oxford Dictionary of Psychology* (Second Edition) z 2006 roku zaznaczony jest podział na efekt Pigmaliona (*Pygmalion effect*), oznaczający zjawisko, zgodnie z którym ludzie wykazują tendencję do zachowywania się zgodnie z tym, czego oczekują od nich inni, oraz na efekt Rosenthala (ang. *Rosenthal effect*), określany inaczej efektem oczekiwań eksperymentatora (ang. *experimenter expectancy effect*), przejawiającym się w fakcie, iż w niektórych naukach wyniki dwóch identycznych badań (*eksperymentów*) potrafią być sprzeczne, wykazując jednocześnie tendencję do bycia zgodnymi z wcześniejszymi oczekiwaniami przeprowadzającego je badacza[9]. Historia mitologiczna głosi, że Pigmalion w mitologii greckiej był królem Cypru, który stworzył z kości słoniowej posąg idealnej kobiety i zakochał się w nim. Następnie modlił się do Afrodyty, aby go ożywiła. Afrodyta spełniła jego prośbę.[10] Według Owidiusza zniechęcony kondycją kobiet, szczególnie oszalałych nierządnic projtydzkich, żył samotnie. Był zapalonym rzeźbiarzem i wyrzeźbił w kości słoniowej swój ideał kobiety. Rzeźba była wykonana perfekcyjnie, a odróżnić ją od prawdziwej kobiety można było tylko przez dotyk. Pigmalion obdarowywał ją kwiatami i prezentami, przebierał także w wytworne suknie. Za sprawą Afrodyty, która usłuchała modłów króla podczas wiosennych obchodów jej święta, rzeźba ożyła podczas jego pieszczot. Pigmalion ożenił się z kobietą i mieli razem dziecko. Inna wersja mitu, szczególnie ta grecka, znana z *Biblioteki* - zbioru streszczeń mitów prozą przypisywanej Apollodorowi, opisuje Pigmaliona jako zakochanego w Afrodycie króla Cypru, który chciał się ożenić z boginią. Afrodyta odmówiła, lecz, litując się nad zakochanym, ożywiła jeden ze swych posągów. Z tego związku miał się narodzić syn Pafos i córka Metarme. Jeszcze inne ujęcie w literaturze przedmiotu podaje, że „Pigmalion" to także tytuł sztuki George'a Bernarda Shawa. Jej bohater, profesor Higgins, naucza biedną kwiaciarkę poprawnej wymowy angielskiej i wprowadza ją na salony. W rezultacie dziewczyna zostaje przez śmietankę towarzyską potraktowana jak arystokratka. W tej wersji historii jednak Higgins nie zakochuje się w dziewczynie, która wychodzi za innego mężczyznę, mimo iż była zakochana w Higginsie.[11]

Sam *efekt Rosenthala* to odmiana samospełniającej się przepowiedni nazwana tak od nazwiska Roberta Rosenthala, psychologa amerykańskiego niemieckiego pochodzenia, który w latach 60. XX wieku przeprowadził słynny eksperyment dotyczący wpływu oczekiwań społecznych na zachowania osób, których one dotyczą. W eksperymencie przeprowadzonym w szkole podstawowej w West Coast, w San Francisco, Rosenthal wspólnie z badaczką, nauczycielką Lenore F. Jacobson, pod pretekstem odnalezienia najzdolniejszych uczniów, przeprowadził szereg testów na inteligencję wśród uczniów rozpoczynających naukę. Następnie poinformowali nauczycieli, że na podstawie przeprowadzanego testu wybrali z każdej klasy 20% najzdolniejszych uczniów.

Czytelnik domyśla się, że to była właśnie manipulacja, bo ci uczniowie nie różnili się od pozostałych członków klasy. Zostali dobrani losowo.

Różnica w potencjale możliwości uczniów istniała zatem tylko w umysłach ich nauczycieli.

Jakie były wyniki?

Rosenthal wskazał nauczycielom, losowo wybraną, grupę tych uczniów, którzy uzyskali największą liczbę punktów, co pozwalało przypuszczać, że właśnie oni powinni osiągnąć szczególnie dobre wyniki w trakcie roku szkolnego. Powtórzone rok później testy potwierdziły te przypuszczenia: uczniowie z omawianej grupy, w porównaniu z pozostałymi w największym stopniu poprawili wyniki swoich testów na IQ. Istotą tego eksperymentu było jednak to, że Rosenthal wprowadził nauczycieli w błąd, ponieważ po zakończeniu pierwszej serii testów wskazał nauczycielom przypadkowo (losowo) wybranych uczniów, zarówno tych, którzy uzyskali wysokie, jak i zupełnie przeciętne wyniki. Zgodnie z przypuszczeniami Rosenthala nauczyciele zaczęli poświęcać tym uczniów więcej uwagi i zainteresowania, ci zaś, nie chcąc zawieść oczekiwań nauczycieli, zaczęli poświęcać więcej uwagi na naukę, co rzecz jasna przyniosło spodziewane efekty. Efekt ten został opisany przez autorów eksperymentu w książce *Pygmalion In The Classroom: Teacher Expectation and Pupils' Intellectual Development* (Robert Rosenthal i Lenore Jacobson, 1968). Od tamtego wydarzenia z lat 60-tych XX wieku twórcę znamy jako autora *eksperymentu Rosenthala*, który rzucił całkiem sporo światła na kwestię tak zwanego „etykietowania" dzieci i uczniów ze względu

7. https://pl.wikipedia.org/wiki/Samospe%C5%82niaj%C4%85ca_si%C4%99_przepowiednia

8. od nazwiska psychologa niemieckiego pochodzenia, Roberta Rosenthala

9. https://pl.wikipedia.org/wiki/Efekt_Pigmaliona

10. **Pigmalion** (czasem także **Pygmalion**) – w mitologii greckiej król Cypru, który ożenił się z ożywionym przez Afrodytę posągiem kobiety z kości słoniowej – Galateą.

11. https://pl.wikipedia.org/wiki/Pigmalion_(kr%C3%B3l_Cypru)

na ich umiejętności czy predyspozycje.[12]

Czy jednak rzeczywiście stało się tak ze względu na ponadprzeciętne umiejętności tych uczniów? Jeżeli niekoniecznie, to w czym tkwił haczyk, który zmienił wszystko?

W całym eksperymencie tkwił pewien haczyk, o którym nie wiedzieli ani nauczyciele, ani badani uczniowie. Otóż Robert Rosenthal, wskazując nauczycielom grupę uczniów, którzy osiągnęli najwyższe wyniki, wybrał, jak już wspomnieliśmy, zupełnie przypadkowe osoby. Byli to więc uczniowie zarówno z wysokimi, jak i całkiem przeciętnymi lub wręcz niskimi wynikami uzyskanymi z testu na inteligencję. Przypuszczenia naukowca potwierdziły się całkowicie, albowiem celem eksperymentu było wykazanie, jak wielki wpływ na człowieka – *w tym wypadku ucznia* – mają oczekiwania społeczne, tutaj oczekiwania nauczycieli.

Powód, dla którego ta grupa uczniów poprawiła swoje noty było trywialny. To nauczyciele, przekonani o wysokim poziomie ich umiejętności intelektualnych wykazanych w teście, zaczęli poświęcać im **więcej uwagi**, z jednoczesnym przekonaniem o ich ponadprzeciętnych uzdolnieniach. Sami uczniowie, nie chcąc zawieść pokładanych w nich nadziei, uczyli się znacznie więcej, a to przyniosło założone przez badacza efekty. Zadziałała tak zwana „łatka" (pewnego rodzaju etykietowanie), która została im przydzielona zupełnie… przypadkowo.

Czy to, jaką „łatkę" przypniemy dziecku, rzeczywiście wpływa na jego zachowanie, poczucie pewności siebie i rozwijanie zdolności?

Dwuznaczne spojrzenie na eksperyment Rosenthala pozwala stwierdzić: Oczywiście – w pewnym stopniu, dla grupy dzieci opisanych jako „inteligentna" efekt Rosenthala zadziałał korzystnie. Nauczyciele poświęcili im więcej uwagi, dzięki czemu dzieci mogły uwierzyć w swoje możliwości i skupić się na ich rozwijaniu. Dla ich procesu edukacyjnego była to zatem bardzo dobra okazja na rozszerzenie swoich kompetencji. Niestety, często skutki są również wręcz negatywne… i trochę mniej optymistyczne. Uczniowie, którym przypinamy łatkę głupich, leniwych lub mało inteligentnych, w rzeczywistości zaczynają podążać za tymi słowami i kształtować się na takich. Czemu mają w siebie uwierzyć, skoro nie wierzy w nich nauczyciel, rodzic lub opiekun? Nieumiejętne podejście do wychowania i edukacji dziecka na wczesnym jej etapie może więc wywrzeć trwały wpływ na jego samoocenę przez całe życie.

12. https://dobrebadania.pl/efekt-rosenthala-ang-rosenthals-effect/

Czy można i w jaki sposób uniknąć niekorzystnych skutków?

Okazuje się to bardzo proste. Należy wierzyć w dziecko i przede wszystkim okazywać mu tę wiarę, przy jednoczesnej odrobinie cierpliwości wobec jego zachowań, poczynań i podejmowanych decyzji. Wskazane jest je akceptować, z jednoczesnym tłumaczeniem i wyjaśnianiem. A oceniania działań ucznia dokonywać bardzo ostrożnie. Okazywanie, że trzymamy za dziecko kciuki i zaznaczanie, że jest wartościowe, zaowocuje tym, że samo będzie się za takiego uważać. To źródło czerpania motywacji do prawidłowego rozwijania się i poszerzania posiadanych możliwości.[13] Efekt Rosenthala dowodzi, że często zachowujemy się i działamy tak, jak wmówią nam inni. Aby nauczyć dziecko, ucznia odporności na sugestie otoczenia, warto budować w nim poczucie własnej wartości. Dzięki temu wyrośnie na pewnego siebie dorosłego.[14] Wyobraźcie sobie miny nauczycieli, gdy dowiedzieli się o całej prowokacji. W jakichkolwiek oczekiwaniach względem innych osób tkwi niesamowita siła, która sprawia, że mogą stać się rzeczywistością. Mówimy wtedy o tzw. ***efekcie oczekiwań.*** Oczywiście najbardziej narażone są dzieci, ponieważ nie mają jeszcze umiejętności krytycznego myślenia i nie zastanowią się nad prawdą lub fałszem w działaniu.[15] Spotykamy w swoim życiu osoby pominięte z powodu założenia, że inni są bardziej wyjątkowi, ale jeszcze gorsza jest negatywna wersja samospełniającej się przepowiedni, czyli **efekt Golema**[16]. W tej sytuacji błędne, negatywne przekonania na temat jakiejś osoby, powodują, że ta osoba faktycznie się taka staje.

Jaki inne efekt możemy spotkać?

Jednym z innych efektów jest efekt aureoli, efekt halo – tendencja do automatycznego, pozytywnego (efekt Galatei, efekt nimbu, anielski efekt halo) lub negatywnego (efekt Golema, szatański efekt halo) przypisywania cech osobowościowych na podstawie pierwszego wrażenia[17]. Jest odmianą podstawowego błędu atrybucji. Polega na tym, że przypisanie jednej ważnej pozytywnej lub negatywnej właściwości (mówiąc obrazowo, „aureola" może być pozytywna

13. Anna Sierant, Efekt Rosenthala - na czym polega i czy może wpłynąć na przyszłość dziecka? https://livekid.com/pl/efekt-rosenthala/

14. https://www.mjakmama24.pl/dziecko/wychowanie/efekt-rosenthala-na-czym-polega-i-czy-moze-wplynac-na-przyszlosc-dziecka-aa-Fmez-VEZU-ufbE.html

15. https://oczamipsychologa.pl/samospelniajaca-sie-przepowiednia-efekt-golema-efekt-pigmaliona/

16. Efekt Golema to negatywna odmiana efektu Pigmaliona, polegająca na tym, że w określonych sytuacjach, pod wpływem czyichś negatywnych oczekiwań, zaczynamy się zachowywać zgodnie z tymi właśnie oczekiwaniami, nawet jeżeli pierwotny kontekst sytuacyjny wcale tego nie wymuszał. https://dobrebadania.pl/efekt-golema-ang-golem-effect/

17. https://pl.wikipedia.org/wiki/Efekt_aureoli_(psychologia)

lub negatywna) wpływa na skłonność do przypisywania innych – niezaobserwowanych – właściwości, które są zgodne ze znakiem emocjonalnym pierwszego przypisanego atrybutu. Istotą efektu aureoli jest przypisanie komuś ważnej pozytywnej lub negatywnej cechy wewnętrznej. Najważniejszymi atrybutami posiadającymi moc wywoływania efektu aureoli są: mądrość/głupota, dobroć/zło, nieatrakcyjność/atrakcyjność fizyczna oraz wygląd zewnętrzny, na przykład schludny/ niechlujny.

Internetowe obyczaje wpływają na funkcjonowanie naszego mózgu nawet wtedy, gdy wyłączymy komputer. Korzystamy z tych samych ścieżek neuronowych związanych z wielozadaniowością, a omijamy te, które związane są z czytaniem książek czy głębokimi przemyśleniami.[18]

Ciekawym zagadnieniem, o którym pisze Marcelina Mum Assist, jest to, że socjolog Robert Mertona[19] w 1968 roku sformułował tak zwaną *strategię Mateusza*, czyli w nawiązaniu do przypowieści o talentach z *Ewangelii św. Mateusza*, inaczej nazywaną zasadą kumulatywnych korzyści[20]

Jest napisane: „*Nie miał za wiele ten, kto miał dużo. Nie miał za mało ten, kto miał niewiele*"[21].

I w zasadzie **efekt św. Mateusza** – ogólna zasada socjologiczna o ubożeniu osób biednych i bogaceniu się bogatych.[22] Termin został spopularyzowany przez wcześniej wymienionego socjologa Roberta Mertona[23] i nazwany imieniem ewangelisty, z którego księgi pochodzi cytat: **„Albowiem wszelkiemu mającemu będzie dano i obfitować będzie, a temu, który nie ma, i to, co się zda mieć, będzie wzięto od niego."**[24]

Interesujący nas efekt św. Mateusza ujawnia się również w wielu dziedzinach życia społecznego[25]. Poza dosłownym znaczeniem dotyczącym bogactwa materialnego termin ten jest także stosowany w przenośni, w wielu dziedzinach, np. **w edukacji -** uczniowie i studenci zamożniejsi trafiają często do lepszych szkół i uczelni, dzięki czemu stają się lepiej wykształceni, niż ich ubożsi koledzy. Keith Stanovich wskazał, że efekt Mateusza można powiązać z nauką czytania i wpływem braku tych umiejętności na osiągnięcia szkolne uczniów.[26] Badania wykazały, że bardzo ważne jest, aby dane dziecko czytało i rozwijało umiejętności czytania tak szybko, jak to możliwe. Czytając bogaci stają się bogatsi, a biedni biedniejsi.[27] W sytuacji, gdy na początku nie potrafi czytać i pisać, to zniechęca się i po prostu nie lubi czytania. W efekcie mniej czyta, a co za tym idzie, mniej nabywa nowej wiedzy i umiejętności. Natomiast lepsi czytelnicy podążają dalej, zdobywając słownictwo i wiedzę, jednocześnie ucząc się struktury języka. Jeszcze bardziej zaostrzą tę lukę szkolne testy i egzaminy, albowiem wolniejsi czytelnicy (uczniowie, dzieci) będą bardziej sfrustrowani i zniechęceni. Bardzo wcześnie doprowadzi to do tego, że uczeń poczuje się co najmniej niekomfortowo.

Jedno z badań wykazało, że efekty są zauważalne nawet w klasach 1-3.

Efekt św. Mateusza w edukacji nieformalnej

Wielu naukowców uważa, że wskazany jest umiar w korzystaniu z mediów cyfrowych, albowiem *Internet jest jak niekończący się szwedzki stół, oferuje niemal nieskończone (a w każdym razie niemożliwe do pełnego zbadania) zasoby informacyjne. Powoduje to, że wciąż jesteśmy nienasyceni i szukamy czegoś nowego, z nadzieją, że będzie lepiej dopasowane do naszych informacyjnych potrzeb*.

Dlatego jesteśmy, uważa prof. Janusz Morbitzer, poniekąd zmuszeni do stosowania strategii powierzchowności, płytkości - zamiast zagłębiania się w konkretne strony internetowe, wolimy powierzchownie przeszukiwać następne, nie objadamy się do syta na pierwszych stanowiskach, ale „połykamy" małe kęsy, poruszając się wzdłuż tego informacyjnego szwedzkiego stołu.[28] Naukowiec uważa, że zanim zaczniemy korzystać ze zdobyczy techniki, powinniśmy najpierw wiedzieć, czym jest tzw. efekt św. Mateusza, czyli wspomniana powyżej zasada. Efekt św. Mateusza oznacza, że osoby intelektualnie bogatsze, a więc dysponujące większą wiedzą i doświadczeniem, po-

18. Monika Rębała, Iwona Dominik, Cyfrowi tubylcy z demencją. Co Internet robi z mózgiem? https://wyborcza.pl/napamiec/7,139301,16832361,cyfrowi-tubylcy-z-demencja-co-internet-robi-z-mozgiem.html

19. **Robert King Merton** (1910 -2003) – amerykański socjolog, prof. Uniwersytetu Columbia w Nowym Jorku. Był też członkiem zagranicznym Polskiej Akademii Nauk.

20. https://mumassist.pl/efekt-rosenthala/

21. 2 Kor 8, 7. 9. 13-15 https://niezbednik.niedziela.pl/liturgia/2021-06-27

22. https://pl.wikipedia.org/wiki/Efekt_%C5%9Bw._Mateusza

23. https://garfield.library.upenn.edu/merton/matthew1.pdf The . Matthew Effect 0 m Science The reward and communication systems of science are considered. Robert K. Mcrton The reward and communication systems of science are considered. Robert K. Mcrton

24. Mat 25:29, Biblia ks. Wujka

25. Ewangelia ***Mateusza 25:29***

26. Jason Ward, The Matthew Effect And Why Reading Is Crucial For Children, Medium, 20 września 2020 [dostęp 2021-01-16] (ang.). [za] https://pl.wikipedia.org/wiki/Efekt_%C5%9Bw._Mateusza#cite_note-2

27. „Efekt Matthew" to termin przypisywany socjologom Richardowi K. Mertonowi i Harriet Zuckerman w 1968 roku. W edukacji efekt Matthew został zastosowany specjalnie do czytania i konsekwentnego rozwoju przez psychologa Keitha Stanovicha. https://www.psychologytoday.com/files/u81/Stanovich__1986_.pdf

28. Prof. Janusz Morbitzer, członek Komitetu Rozwoju Edukacji Narodowej Polskiej Akademii Nauk, autor wielu publikacji na temat edukacji i mediów cyfrowych.

trafią lepiej wykorzystać dostępne im zasoby informacyjne i wzbogacają się intelektualnie, podczas gdy osoby intelektualnie ubogie, a więc o mniejszym zasobie wiedzy, często ograniczają się do wykonywania prymitywnych operacji kopiuj - wklej, pogłębiając intelektualną degradację. Korzystanie z cyfrowych mediów z najnowszymi cyfrowymi technologiami, jak twierdzą niektórzy, nie wykazuje w swej istocie działania wyrównującego szanse edukacyjne, ale wręcz przeciwnie, mamy do czynienia z pogłębiającymi się podziałami - mówi prof. Morbitzer. Zwraca się uwagę na niebezpieczne internetowe obyczaje wpływające na funkcjonowanie naszego mózgu nawet wtedy, gdy wyłączamy osobisty komputer. O tym, że zmiany w naszych mózgach są już mocno zaawansowane, donosili w 2010 roku naukowcy z Uniwersytetu Stanforda. Przeprowadzili całą masę badań i odkryli, że wielozadaniowcy znacznie częściej ulegali pokusom rozproszenia uwagi, znacznie trudniej było im zapanować nad pamięcią roboczą i, ogólnie rzecz biorąc, znacznie więcej wysiłku kosztowało ich skoncentrowanie się na poszczególnych zadaniach. *Ci wytrawni wielozadaniowcy wręcz chłonęli każdą zupełnie niepotrzebną informację, a ich mózgi były nauczone, by koncentrować się na różnych śmieciach* - pisał Nicolas Carr. Zdaniem naukowców w tej chwili przechodzimy - w sensie metaforycznym - odwrócenie wczesnego procesu rozwoju cywilizacji: od uprawiania i pielęgnowania osobistej wiedzy cofamy się do łowiectwa i zbieractwa w lesie elektronicznej informacji.

Dzisiaj jesteśmy pewne tego, że teza, którą sformułował ponad 30 lat temu kanadyjski guru mediów Marshall McLuhan, mówiąca, że człowiek tworzy narzędzia, a potem one kształtują jego, jest dziś jeszcze bardziej aktualna niż trzy dekady temu – dodaje Morbitzer.

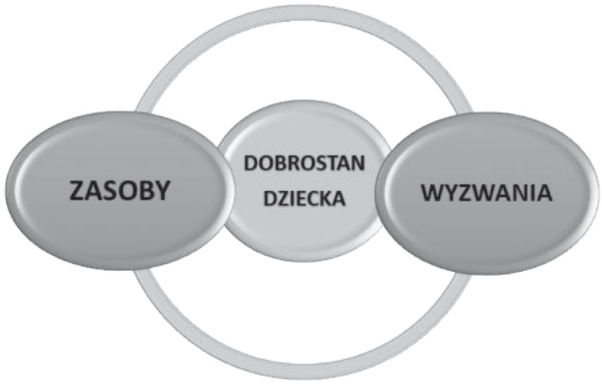
Tym samym dostrzegamy, jak istniejące *różne efekty* wpływają na funkcjonowanie edukacji w współczesnym świecie.

Agnieszka Łączna
Niepubliczne Przedszkole Anglojęzyczne „Tęczowa Kraina" w Niemczu

Rola nauczyciela w kształtowaniu dobrostanu dziecka w wieku przedszkolnym

Wychowanie szczęśliwego dziecka jest istotnym celem rodziców, nauczycieli i opiekunów. Okres od kołyski do dojrzałości jest niezwykle wyboistą drogą, w której troskliwy świat dorosłych pełni funkcję wspierającą, mającą wyzwolić samodzielność, wyposażyć w umiejętności radzenia sobie z niepowodzeniami i nauczyć współżycia społecznego. To wszystko jednak w atmosferze zaufania i komfortu psychicznego dziecka.

Uśmiech malucha jest budujący i może świadczyć o jego zadowoleniu i zdrowiu. Umiejętność nazywania swoich emocji przez małe dziecko nie jest w pełni wykształcona, a stwierdzenie stanu szczęścia wydaje się być zależne od konkretnej sytuacji. Przedszkolak realizuje się najczęściej podczas zabawy, dzięki której wzbogaca swoje życie emocjonalne, poszerza zakres wiedzy o świecie, jednocześnie ucząc się, jak żyć w grupie rówieśników.



Źródło: Rachel Dodge, Annette P. Daly, Jan Huyton, Lalage D. Sanders. The challenge of defining wellbeing. „International Journal of Wellbeing", 2012.

Subiektywne postrzeganie poczucia szczęścia, zadowolenia ze stanu życia opisuje się jako dobrostan[1]. Nauczyciel w środowisku przedszkolnym powinien

1. Dobrostan, [hasło w:] Encyklopedia PWN [online], https://encyklopedia.pwn.pl/haslo/dobrostan;3893293.html

podejmować działania, aby wyposażyć dziecko w zasoby oraz tak nim pokierować, żeby umiało stawiać sobie wyzwania. W celu osiągnięcia dobrostanu elementy te powinny się równoważyć w aspekcie fizycznym, psychicznym i społecznym.

Zasoby dziecka porównać można do ziarenka, które należy pielęgnować, aby wzrastało i ewaluowało. Wychowawca grupy zapewnia dzieciom przede wszystkim poczucie bezpieczeństwa. Wiąże się z tym przeświadczenie malucha, że nauczyciel jest osobą, do której zawsze może przyjść, przytulić się, podzielić się swoimi spostrzeżeniami i troskami. Pewność dziecka, że będzie wysłuchane, zrozumiane daje mu wyraźny sygnał, że jest po prostu ważne. Kolejnym elementem jest pobudzenie przez dorosłego nieskrywanej i naturalnej ciekawości dziecka do świata. Warto w tym celu inicjować doświadczenia z udziałem dzieci oraz szereg obserwacji pobudzających wyobraźnię maluchów.

Niezwykle ważne jest, żeby nauczyciel zaprosił dziecko do świata relacji społecznych. Powinien wyposażyć dzieci jako grupę, a także każde osobno w umiejętności interpersonalne. Wiąże się z tym pobudzenie empatii u przedszkolaków, nauka słuchania tego, co inne dzieci chcą im przekazać, rozumienie i nazywanie emocji swoich oraz kolegów z grupy. Uważny nauczyciel skupić się powinien na ugruntowaniu właściwych zachowań w grupie, określając je jako swoisty kodeks, co daje dzieciom poczucie spokoju i pozwala im we właściwy sposób poruszać się w świecie norm społecznych, nie tylko w przedszkolu. Pomoże to również maluchom być mniej wpływowym na zachowania innych oraz działania pod wpływem nagłych impulsów.

W celu wyposażenia dzieci właśnie w tak ważne zasoby stworzyłam innowację pedagogiczną *Radosne wychowanie dziecka w wieku przedszkolnym*. Założeniem projektu jest m.in. nabywanie wrażliwości na prawdę i dobro, kształtowanie właściwych postaw szlachetności, zaangażowania społecznego i dbałości o zdrowie. Do stworzenia innowacji zainspirowała mnie obserwacja autentycznej radości dziecka w reakcji na teatr, muzykę i radosny, wesoły przekaz. Chciałabym, aby dzieci poprzez cykliczne spotkania z postacią przewodnią innowacji „Tęczusią" poznawały problematykę związaną z relacjami międzyludzkimi. Różnorodność przekazu tematu, tj. piosenka, taniec, recytacja, scenki teatralne, jest gwarantem tego, że dziecko przyswoi treści w możliwie najszerszym dla siebie zakresie. Mam nadzieję, że efektem wdrożenia innowacji będzie poprawa jakości relacji między dziećmi i dorosłymi w środowisku przedszkolnym oraz rodzinnym.

Empatyczny nauczyciel zapewnia dziecku bezpieczeństwo i stara się, by samodzielne pokonywanie wyzwań sprawiało mu radość i budowało wiarę we własne siły, a także wyzwalało kreatywne myślenie.

Fot. Agnieszka Łączna

Kluczowy jest zatem właściwy sposób przekazywania dziecku komunikatów, pochwał, mających być motywacją i zachętą do dalszych działań. Zasadą jest, aby chwalić je za włożony wysiłek, a nie za określone zdolności i wynik pracy. Nie powinno się odbierać czy pomniejszać szans na powodzenie kolejnych aktywności. Pożądanym efektem działań nauczyciela w przypadku niepowodzenia dziecka powinno być wyzwolenie jego myślenia: *Warto się bardziej postarać* niż *Nie dam rady, jestem mało zdolny.* Wyzwania to również pokonywanie własnych barier. Wiek przedszkolny jest wspaniałym czasem, aby je odkryć, a następnie pokonać w toku różnorodnych działań. Nauczyciel powinien być tu przewodnikiem i motywatorem dla dziecka jednocześnie. Przedszkolak już na tym etapie swojego rozwoju może uczyć się na własnych błędach i wyciągać z tego wnioski na przyszłość.

Pamiętać należy, że dziecko czerpie wzorce z postaw nauczyciela. Obserwuje ono jego codzienne reakcje, sposób, w jaki komunikuje się innymi przedszkolakami i pracownikami.

Pedagog powinien sygnalizować swoje emocje, a zarazem okazywać szacunek dla całego spektrum dziecięcych emocji tak, aby przebywanie w grupie było dla wszystkich przyjemnością.

Szczęście dziecka jest troską nauczyciela i jego rodziny. Pozytywne informacje uzyskiwane przez dziecko od nauczyciela i odczuwana przez niego akceptacja ze strony rówieśników są niezwykle istotne dla kształtowania się jego dobrostanu. Dobrze poprowadzony maluch w okresie przedszkolnym jest w stanie sprostać wyzwaniom stawianym mu w szkole na wszystkich jej etapach.

Rola nauczyciela w kształtowaniu dobrostanu dziecka wydaje się być nieoceniona.

Warto zatem, by wychowawcy podejmowali wszelkie działania, aby uczynić swoich podopiecznych szczęśliwymi ludźmi.

Agnieszka Przybyszewska, Agnieszka Szymczak
KPCEN w Toruniu

Grywalizacja drogą do dobrostanu ucznia

Rozpoczęcie lekcji od słów „zagrajmy" z pewnością wywoła u niejednego ucznia pozytywne emocje. Więcej - ten stan zadowolenia można podtrzymać na dłużej, realizując podstawę programową poprzez zastosowanie gamifikacji. Można zauważyć, że granie w gry przez dzieci i młodzież należy do tych zachowań, do których nie trzeba ich namawiać.

W związku z tym zachęcamy do wykorzystania w nauczaniu gamifikacji, którą częściej nazywamy w edukacji grywalizacją.

Grywalizację (gamifikację) rozumiemy jako zastosowanie elementów gier oraz wykorzystanie technik projektowania gier w celu zmotywowania uczniów do działania, pobudzania do nauki i zwiększenia zaangażowania przy rozwiązywaniu problemów. Warto dodać, że dobrze przemyślana grywalizacja może pomóc zarówno w uczeniu się poprzez zabawę, jak również przyczynić się do kształtowania systematyczności, pracy zespołowej, odpowiedzialności i samodzielności.

W artykule chcemy pokazać, na co warto zwrócić uwagę, przygotowując się do wprowadzenia grywalizacji na prowadzone lekcje. Posłuży nam w tym celu jako przykład gra „Rajd rowerowy", przygotowana przez nas na lekcje matematyki dla klasy czwartej szkoły podstawowej. Gra i aktywności w niej zaproponowane dotyczą liczb naturalnych oraz działań arytmetycznych: dodawania i odejmowania, mnożenia, dzielenia. Jest ona przygotowana w taki sposób, że każdy nauczyciel, niezależnie od realizowanego programu, może ją wykorzystać, aby poprzez zabawę zrealizować wybrane przez siebie treści z podstawy programowej, jednocześnie wykorzystując elementy w postaci różnych aktywności w grze, które proponujemy. Przygotowana przez nas gra opatrzona jest aktywnościami, których zastosowanie u graczy wywołuje efekt podwyższonej gotowości i zaangażowania. Zatem nauczyciel może skoncentrować się na dopasowaniu treści programowych, a do zaangażowania ucznia w grę wykorzystać nasze propozycje. Grę - po niewielkich modyfikacjach uwzględniających treści programowe - można wykorzystać i w klasach starszych.

Fabuła - niezbędny motyw, wokół którego rzecz się rozgrywa

W grze „Rajd rowerowy" każdy gracz jest członkiem koła rowerzystów. Celem gry jest zdobycie odznaki superrajdowca. To nagroda, która może wywołać u ucznia poczucie wyjątkowości, tym bardziej, że w czwartej klasie najczęściej zdaje się na kartę rowerową, zatem tematy związane z bezpieczną i sprawną jazdą na rowerze mogą być atrakcyjnym wykorzystaniem tematu. Poza tym każdy chce być super. Odznakę superrajdowca można zdobyć w trzech kolorach: brązowym, srebrnym i złotym. Oczywiście zdobycie tej odznaki łączy się jednocześnie z nagrodą w postaci oceny z całego działu lub jego części, w zależności od ustaleń nauczyciela. Odpowiednio: za brązową - ocenę dobrą, za srebrną - bardzo dobrą, a za złotą - ocenę celującą. Jeśli na zakończenie gry uczeń nie będzie zadowolony z oceny, która będzie mu zaproponowana, ma możliwość napisania pracy klasowej. Udział w grze i zdobycie odznaki zwalnia ucznia z konieczności napisania pracy klasowej.

Nagrody w grze, punkty i co jeszcze…

Superrajdowiec to odznaka, której zdobycie powoduje zakończenie gry. Uczeń może otrzymać także dodatkowe odznaki: zorientowany kierowca - za wykonanie zadań obowiązkowych i dwóch zadań dodatkowych oraz czadowy kaskader - za podjęcie każdego wyzwania i wykonanie zadania do końca bez względu na wynik. Poza odznakami w grze można zdobywać nagrody za różne punktowane aktywności i zadania. Dobrze, aby punktów punktami nie nazywać, dlatego w naszej grze są to szprychy. Odznaka jest naszą nagrodą główną, aby ją otrzymać, musimy być sprawni. Zatem bierzemy udział w różnych treningach, wyzwaniach i wyprawach. Aby temu sprostać, a jednocześnie utrzymać uwagę uczniów, w grze pojawia się różna punktacja i odznaczenia.

Punkty życia są potrzebne, aby nie wypaść z gry. Gdy uczeń nie wykona zadania lub chce jeszcze raz wykorzystać szansę i powtórnie wykonać zadanie, aby poprawić wynik, wówczas za jedną taką sytuację traci jedno życie. W naszej grze na starcie otrzymuje 5 żyć. Może również wykonać dodatkowe zadanie nazwane „Marzenie rowerzysty" i odzyskać jedno życie.

Punkty doświadczenia, czyli szprychy, które liczą się w ostatecznej rozgrywce i pozwalają zdobyć odznakę superrajdowca.

Rodzaje zadań, które pojawiają się grze i za które uzyskuje się szprychy, zamieszczone są w tabeli:

OZNACZENIE	OPIS
	Obowiązkowe zadanie – każdy członek koła musi to zadanie zaliczyć.
☀	**Dodatkowe zadanie** to dodatkowe szprychy, które można zdobyć za dodatkową wiedzę i/lub umiejętności lub za dodatkowe kryterium w zadaniu obowiązkowym.
*	**Specjalne zadanie**, często dla chętnych, nieobowiązkowe, mogą być z ograniczonym dostępem – oznacza to, że aby móc takie zadanie otrzymać, muszą być spełnione pewne warunki przez gracza, np. osiągnięcie pewnego poziomu w grze lub posiadanie odpowiedniej liczby punktów lub dodatkowej odznaki.
👁	**Niespodzianki** to zadania, o których nie wiadomo, kiedy się pojawią i co za ich wykonanie będzie nagrodą. Zamiast dodatkowych punktów nagroda mogą być bonusy, np. możliwość nieprzygotowania, możliwość przygotowania zadania dla nauczyciela, dodatkowa wskazówka nauczyciela w czasie sprawdzianu itp.
❤	Wykupienie utraconego życia - gracz może wykupić utracone życie, wykonując dodatkowe zadanie.

Poza tym, że w grze są aktywności obowiązkowe i nieobowiązkowe, warto zadbać o ich różnorodną formę, aby uczestniczenie w grze i wykonywanie zadań, a przez to uczenie się, sprawiało graczowi przyjemność. Oto przykładowe elementy gry, które zastosowałyśmy:

Aktywność na zajęciach, np. zadanie startowe (wykonanie autorskiego rysunku swojego awatara na karcie), za które uczeń otrzyma 10 szprych.

Jazda na czas - wykorzystanie aplikacji Quizizz (uczeń wykonuje zadanie tyle razy, ile trzeba do uzyskania 10 wyników powyżej 90% poprawności w czasie wyznaczonym przez nauczyciela. Po wykonaniu treningu otrzymuje 20 szprych, może również otrzymać dodatkowe szprychy za terminowość. Cel treningu: ćwiczenie umiejętności biegłego stosowania tabliczki mnożenia do 100.

https://quizizz.com/admin/quiz/60f47639273d1a001b3bbdf2

❤ **Przegląd roweru** (odzyskanie życia)

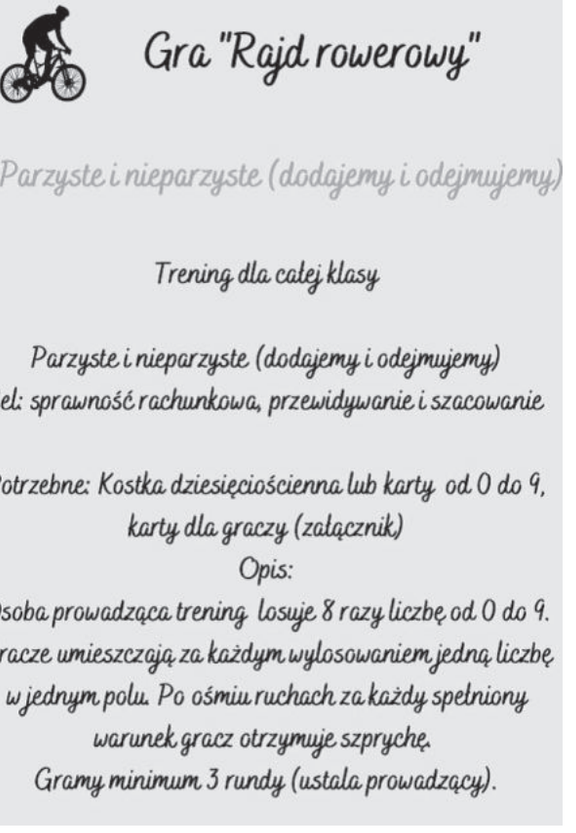
Zadanie „Marzenie rowerzysty" - escape room w wersji online, który przeznaczony jest dla uczniów klasy czwartej, ale może być wykorzystany jako powtórzenie w starszych klasach. Chętni uczniowie rozwiązują je indywidualnie, ćwicząc obliczenia pamięciowe, porównania różnicowe i ilorazowe oraz odczytują zaszyfrowaną wiadomość. Warto wcześniej przećwiczyć kryptografię (szczególnie szyfr GADERYPOLUKI), która może sprawić drobne problemy i zniechęcić do wykonania pełnej misji. Nauczyciel może ustalić liczbę punktów, które otrzyma uczeń, albo dać możliwość zyskania dodatkowego życia, co uatrakcyjni misję.

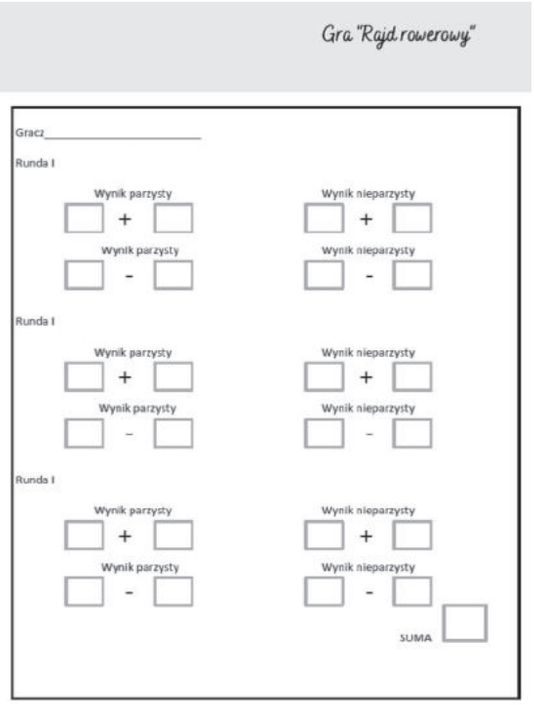
https://view.genial.ly/60eea2828c4a7d0dc5d3740c/interactive-content-marzenie-rowerzysty-dzialania-pamieciowe-klasa-4

👁 **Gra planszowa w wersji online** do utrwalenia dzielenia z resztą. Gra przeznaczona jest dla maksymalnie 4 osób. Łączy w sobie cechy tradycyjnej gry planszowej oraz gry komputerowej. Idealnie sprawdzi się w czasie nauczania zdalnego, może być wykorzystana w pracowni komputerowej lub na tablicy interaktywnej.

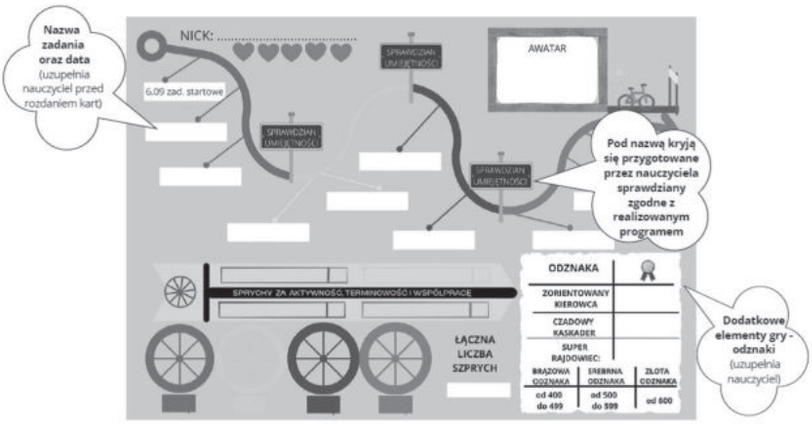
https://view.genial.ly/60ec999dd56cae0dc131aeb1/interactive-content-dzielenie-z-reszta-gra-klasa-4

👁 **Trening**, zadanie niespodzianka, udział całej klasy



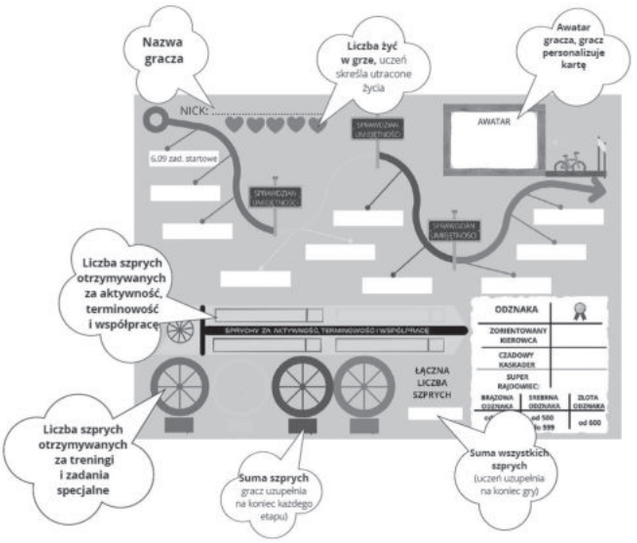


W grywalizacji informacja zwrotna to jeden z najważniejszych elementów. Powinna być szybko udzielana, aby utrzymać zaangażowanie gracza. Oprócz tego informacja zwrotna łączy się ściśle z indywidualnym postępem rozwoju gracza i w połączeniu z odpowiednim narzędziem pozwala ten postęp monitorować. Pomocna w tym procesie jest przygotowana przez nas karta dla ucznia.



Karta, która prezentujemy powyżej, powinna być uzupełniona przed grą przez nauczyciela. Nauczyciel planuje stosowne terminy realizacji zadań oraz wybiera aktywności i typy zadań, które są przez nas zaproponowane do realizacji treści z podstawy programowej. Dodajmy, że stosując grywalizację, nauczyciel nadal jest realizatorem programu nauczania matematyki, zatem prowadzone są lekcje przy wykorzystaniu zadań z podręcznika do realizacji celów lekcji. Jednak uczeń-gracz nie otrzymuje ocen. Aby podtrzymać emocje związane z graniem, uczeń otrzymuje szprychy (punkty przyjęte w grze) za aktywność na lekcji, która może mieć różne odsłony, np. rozwiązanie zadania przy tablicy, pracę w parach przy rozwiazywaniu kilku przykładów (w tej aktywności dodatkowo może być premiowana współpraca). Ważne, aby ustalić, że na jednej lekcji nauczyciel ma do przydzielenia (w zależności od liczby uczniów w klasie) 100 szprych na 20 graczy, przy czym jeden uczeń może zdobyć maksymalnie 10 szprych na jednej lekcji.

Przy dobrze ustalonych i omówionych zasadach, które uściśla nauczyciel stosownie do zespołu uczniów, każdy gracz wie, w jaki sposób uzupełniać swoją kartę zaprezentowaną poniżej.



Jeśli uczeń uzbiera 400 szprych, wówczas ma zapewnioną brązową odznakę rajdowca, za 500 - srebrną, a za 600 szprych - złotą odznakę. W grze, wykonując wszystkie aktywności, można zdobyć dużo więcej niż 600 szprych. Co więcej jest wysoce prawdopodobne, że zaproponowane aktywności, gdzie uczeń może w przyjemny sposób się sprawdzać, będą przez uczniów-graczy podejmowane, a co za tym idzie - zdobywane będą dodatkowe szprychy.

Na zakończenie pragniemy zwrócić uwagę, że zaproponowana forma realizacji podstawy programowej poprzez gamifikację różni się od tradycyjnie prowadzonych lekcji. Grając uczeń nic nie traci, a co ważnie - nie otrzymuje żadnych kar w postaci złych stopni czy uwag. Na każdych zajęciach uczeń poza szprychami i innymi nagrodami może tylko zyskać, zarówno nagrody, jak i wiedzę, i umiejętności. Warto podkreślić, że to nie tylko zabawa, ale i nauka. Innymi słowy - uczenie się poprzez zabawę. Uczeń podczas zagranych lekcji niewątpliwie szybciej wejdzie w stan dobrostanu i pozostanie w nim na dłużej.

Teresa Polcikiewicz
Przedszkole Miejskie nr 3
w Toruniu

Kształtowanie uważności u dzieci metodą mindfulness opracowaną przez Eline Snel

Bez względu na wiek uważność
jest twoją wewnętrzną kopalnią złota.
Frits Koster

Wprowadzenie

Obecnie w szkole, przedszkolu, a nawet w domu rodzinnym dzieci bywają często niespokojne, zestresowane, ciężko im się skupić. Zjawisko coraz bardziej się nasila, obserwuję to podczas mojej pracy pedagogicznej w przedszkolu. Dzieciom przyszło żyć i dorastać w tzw. społeczeństwie szumu, który otacza je zewsząd (telewizja, smartfony, tablety, Internet itp.). Celem artykułu jest przybliżenie metody mindfulness opracowanej przez Eline Snel, która może być wykorzystywana podczas kształtowania uważności u osób w różnym wieku, w tym szczególnie u dzieci. Przedstawię również niektóre praktyczne przykłady ćwiczeń z uważności oraz pokażę, jakie umiejętności rozwijają dzieci dzięki tym ćwiczeniom. Ze swojej dotychczasowej praktyki mogę stwierdzić, że metoda przynosi dobre efekty, pomaga dzieciom poprzez zabawę i ćwiczenia skoncentrować się, odzyskać spokój, poznać siebie. Dlatego wykorzystuję ją w codziennej pracy z przedszkolakami i mam nadzieję przekonać także czytelników, a szczególnie nauczycieli, rodziców i opiekunów do jej stosowania.

Czym jest mindfulness?

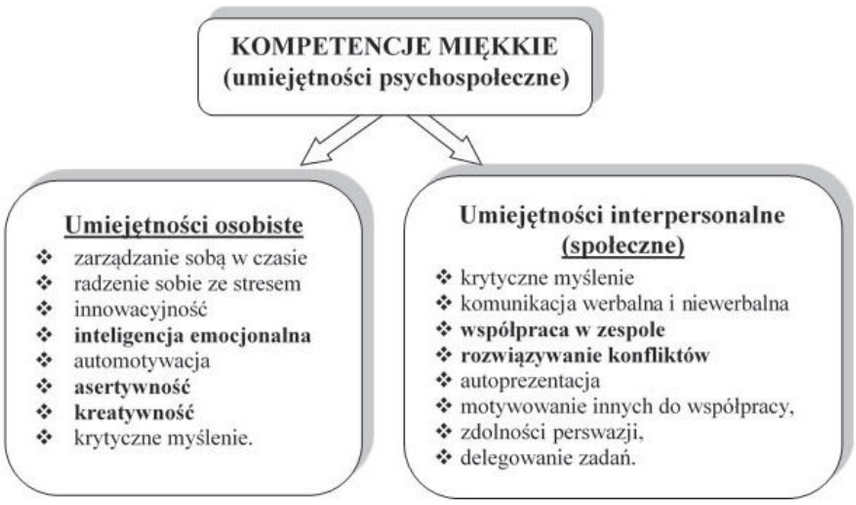
Termin „mindfulness" wywodzi się z jogi i został wykorzystany w latach 70. XX w. przez Johna Kabata-Zinna. Stworzył on program medyczny, a zarazem psychoedukacyjny zwany Mindfulness-Based Stress Reduction, który służył do redukcji stresu czy też innych zaburzeń emocjonalnych poprzez medytację. W języku polskim „mindfulness" jest tłumaczone jako: uważność, uważna obecność czy też pełnia obecności. Zgodnie z definicją opracowaną przez Kabata-Zinna jest to jednak „szczególny rodzaj uwagi: świadomej, nieosądzającej i skierowanej na bieżącą chwilę". **Mindfulness** oznacza zatem bycie skoncentrowanym w określony sposób: **świadomie, tu i teraz, bez wartościowania i oceniania. Jest to świadomość doznań zmysłowych oraz emocji, myśli i odczuć fizycznych, które pojawiają się w danej chwili.** To pełna i świadoma obecność w tym, co jest teraz i to w każdym momencie.

Trening mindfulness to inaczej trening świadomości i uważności, czyli bycia uważnym i w pełni obecnym. Polega on na celowym skierowaniu swojej uwagi na daną chwilę, skoncentrowaniu się na danym momencie, na uważne i świadome bycie. Jego celem jest zredukowanie stresu, nauka radzenia sobie z negatywnymi emocjami, przywrócenie równowagi emocjonalnej człowieka, a także skupienie uwagi na teraźniejszości i ogólna poprawa samopoczucia. Treningi mogą być prowadzone z osobami w różnym wieku, ale muszą być dostosowane do możliwości poznawczych oraz potrzeb emocjonalnych uczestników.

Metoda „mindfulness" opracowana przez Eline Snel jest przeznaczona do kształtowania uważności u dzieci i młodzieży w wieku od 5 do 19 lat. Trening uważności odbywa się poprzez różne ćwiczenia prowadzone w zrozumiały, a nawet żartobliwy sposób, przez co szczególnie dzieci chętnie je wykonują. Metoda powstała na podstawie osobistego doświadczenia autorki. Bazuje na jej praktyce, w tym przede wszystkim na wielu próbach poszukiwania najlepszej drogi nauczania. Metoda jest jasna, skuteczna i prosta do zastosowania. Została przygotowana z dużą starannością i dostosowana do potrzeb i możliwości uczestników z różnych grup wiekowych. Dlatego metoda Eline Snel spotyka się na całym świecie z ogromnym zainteresowaniem. Jest używana i testowana pod kątem efektywności w przedszkolach i szkołach podstawowych wielu różnych państw, coraz szerzej także w Polsce.

Dlaczego warto i trzeba stosować metodę eline snel już w przedszkolu?

Metoda opracowana przez Elein Snel służy przede wszystkim do rozwijania tzw. kompetencji miękkich, czyli umiejętności psychospołecznych (rys. 1). Nie są one tak wymierne jak kompetencje twarde, ale równie ważne. Dlatego metoda jest bardzo istotna dla prawidłowego rozwoju dzieci już w wieku przedszkolnym. Dzięki niej kształtowane są u przedszkolaków zarówno umiejętności osobiste, a szczególnie inteligencja emocjonalna, asertywność, kreatywność, jak i umiejętności interpersonalne (społeczne), takie jak np. współpraca w zespole czy rozwiązywanie konfliktów.

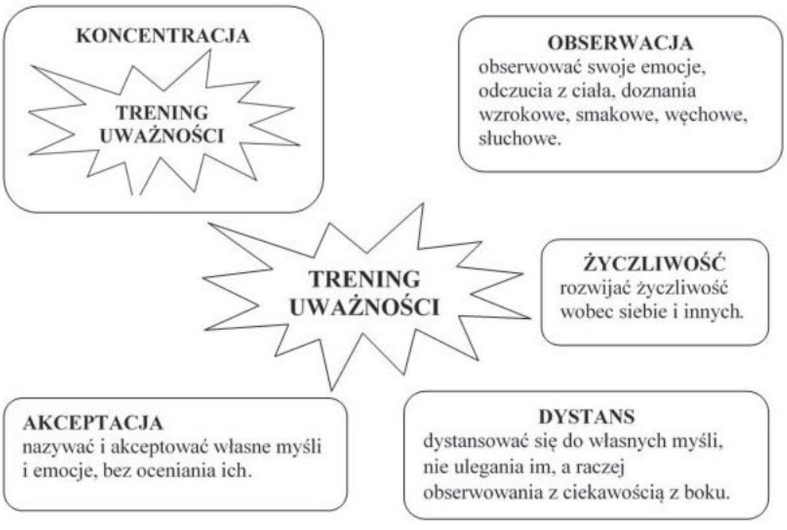


Rys. 1. Podział kompetencji miękkich Źródło: opracowanie własne.

Prawidłowo ukształtowane kompetencje miękkie są więc bardzo istotne, szczególnie w kontaktach społecznych. Ułatwiają bowiem skuteczne radzenie sobie w różnych codziennych sytuacjach. Dlatego umiejętności osobiste i społeczne powinny być rozwijane od najwcześniejszych lat życia dziecka, gdyż pomagają w relacjach rówieśniczych już w grupie przedszkolnej, a w dorosłym życiu decydują o usposobieniu i sposobie zachowania w różnych okolicznościach. Z wysokorozwiniętych kompetencji miękkich wynika wiele korzyści, z których najważniejsze to:

1. Zdolność łatwego motywowania siebie do działania.
2. Umiejętność szybkiego radzenia sobie ze stresem.
3. Umiejętność budowania własnego „ja" i korzystnego wizerunku osobistego.
4. Asertywność.
5. Umiejętność inspirowania innych do działania oraz kierowania zespołem.
6. Większa odpowiedzialność i samodzielność.
7. Umiejętność współpracy w grupie, satysfakcjonujące kontakty z rówieśnikami.
8. Zadowolenie z siebie.

Metoda „mindfulness" opracowana przez Eline Snel jest skutecznym narzędziem rozwijania kompetencji miękkich u dzieci. Podczas trenowania uważności kształtowane są bowiem takie umiejętności, jak: koncentracja, obserwacja, życzliwość, akceptacja czy dystans (rys. 2).



Rys. 2. Umiejętności, które rozwijane są u dzieci w czasie treningu uważności. Źródło: opracowanie własne.

Dzieci rozwijają w sobie zdolności do koncentracji uwagi (bycia uważnym na siebie, jak i inne osoby). Uczą się obserwować swoje doznania, emocje, pragnienia oraz otoczenie. Kształtują też umiejętność radzenia sobie w trudnych sytuacjach życiowych, a także z negatywnymi emocjami, takimi jak: strach, złość, smutek itp.

Ćwiczenia oddechowe jako wstęp do treningu uważności

Treningi uważności powinny rozpoczynać się od ćwiczeń oddechowych. Skupienie się na oddechu jest bardzo istotne, bowiem jest to pierwszy i najważniejszy krok, by świadomie reagować na stresujące czy trudne sytuacje. Dlatego oddech należy kontrolować i regulować - zatrzymać się i skupić na oddychaniu. Przed przystąpieniem do ćwiczeń należy pokazać i wytłumaczyć dzieciom, jak prawidłowo oddychać. Prawidłowy oddech wykonujemy, wciągając powietrze przez nos i wypuszczając przez nos. Do ćwiczeń oddechowych potrzebne jest odpowiednie miejsce, które zapewni wygodę, spokój i ciszę. Ćwiczenia można wykonywać siedząc lub leżąc, nie ma granicy wieku dziecka, ważne, by rozumiało polecenia lektora.

Fot. Przykład ćwiczenia oddechowego. Źródło: zbiory własne.

Sposoby trenowania uważności u dzieci

W metodzie Eline Snel trening uważności u dzieci odbywa się poprzez: ćwiczenia oddechowe, ćwiczenia ruchowe, gry i zabawy, opowiadania i historyjki. Pozwalają one dzieciom lepiej zrozumieć siebie i innych. Istnieje wiele ćwiczeń, które możemy wybrać i stosować w zależności od sytuacji i potrzeb dzieci (grupy). Ćwiczenia, które najczęściej stosuję w codziennej pracy z dziećmi i dlatego polecam innym, to przede wszystkim: „Spokój i uważność żabki", „Mała żabka", „Fabryka trosk", „Przycisk pauzy", „Test spaghetti", „Komnata serca". Ćwiczenia te, nagrane w formacie MP3, są dostępne nieodpłatnie na podanej stronie internetowej[1]. Stosowane systematycznie dają one bardzo dobre rezultaty. Dzieci wykonują je bardzo chętnie, dzięki nim mogą się między innymi wyciszyć, uspokoić, skoncentrować.

Trenowanie uważności odbywa się także poprzez ćwiczenia wszystkich zmysłów: wzroku, słuchu, smaku, węchu i dotyku.

Patrzenie z uwagą (bez komentowania)

Polega na patrzeniu, obserwowaniu, skupianiu uwagi na przedmiocie czy osobie bez natychmiastowego angażowania w to myśli. Należy mniej interpretować, za to dużo więcej zapamiętywać z tego, co jest dookoła. Po jakimś czasie dziecko powinno zauważyć, że dużo więcej potrafi zaobserwować. Poprzez uważne patrzenie staje się dużo bardziej przenikliwe.

Ćwiczenie

Na stole lub dywanie rozkładamy np. 10 przedmiotów. Zadaniem dziecka jest użycie całej swojej uwagi i obejrzenie dokładnie tych przedmiotów. Po 30 sek. przedmioty zasłaniamy, a zadaniem dziecka jest opisanie tego, co przed chwilą widziało. W wersji trudniejszej można zmieniać położenie przedmiotów względem siebie, zwiększać liczbę przedmiotów itp.

Słuchanie z uwagą

Prawdziwe słuchanie nie jest takie oczywiste, bo gdzie wtedy podziewają się nasze myśli? Z pewnością nie zawsze są tu i teraz. Można nauczyć się słuchać, tak samo jak patrzeć. Jedyne, co jest potrzebne, to świadoma i pełna uwaga. Trening odbywa się poprzez słuchanie tego, co mówi druga osoba, ale bez komentowania, lub poprzez słuchanie dźwięków dochodzących z zewnątrz w konkretnym momencie, np. czy jest to bzyczenie czy szum, dźwięk daleko czy blisko itp.

Ćwiczenie

Dzieci siedzą w dwóch kręgach obrócone przodem do siebie. Na sygnał nauczyciela jedna osoba opowiada coś o sobie przez 30 sekund, a druga jej w tym czasie słucha. Na sygnał dzwonka zamieniają rolami. Nie można zadawać pytań, przerywać wypowiedzi. Można kiwać głową, mówić: aha, och, noo…

1. Cojanato? Wydawnictwo, *Uważność i spokój żabki* MP3, https://cojanato.pl/uważność-spokoj-zabki-mp3/

Jedzenie z uwagą

Podczas posiłku należy skupić się na jednym kęsie bez komentowania i myślenia o tym, czy jest smaczne czy niesmaczne, słone lub gorzkie, miękkie czy twarde itp. Uważne jedzenie jest bardzo istotne, gdyż powoduje, że jemy wolniej i mniej.

Ćwiczenie

Dzieci siedzące przy stolikach dostają w miseczce różne pokrojone owoce. Nie widzą ich, bo mają zasłonięte oczy. Ich zadaniem jest brać po kolei każdy kawałek, powąchać go, delikatnie nacisnąć i powoli zjeść.

Wąchanie z uwagą

W ćwiczeniu tym wykorzystujemy produkty, które mają **różnorodne zapachy**, takie jak: ocet, jabłko, mydło, lakier do paznokci, farba itp. Należy skupić się na zapachu, identyfikować go bez myślenia o tym, czy jest on jest przyjemny czy nieprzyjemny, ładny czy brzydki.

Dotykanie z uwagą

Polega na dotykaniu przedmiotu ukrytego np. w pudelku, identyfikowaniu go za pomocą dotyku bez patrzenia na niego (kim dotykowy).

Należy przestrzegać zasady, że podczas różnych ćwiczeń wykonywanych w ramach treningu uważności muszą obowiązkowo występować cztery główne elementy:

1. Skupienie się na oddechu.
2. Skupienie się na odczuciach fizycznych całego ciała.
3. Powolne ćwiczenia fizyczne.
4. Obserwowanie własnych emocji i reakcji.

Efektywność ćwiczeń zależy także od przestrzegania kilku istotnych wskazówek, takich jak:

1. Należy ćwiczyć regularnie.
2. Trzeba powtarzać ćwiczenia systematycznie.
3. Ćwiczenia muszą były lekkie i przyjemne.
4. Ćwiczenia powinny być dostosowane do potrzeb i możliwości dzieci.
5. Należy być cierpliwym, doceniać dziecko za starania i pytać o wrażenia.

Podsumowanie

Metoda Eline Snel jest skutecznym narzędziem kształtowania uważności, dlatego powinna być znacznie szerzej stosowana w pracy z dziećmi, niż ma to miejsce obecnie. Jest to szczególnie ważne, gdyż dzieci powinny jak najszybciej wykształcić w sobie umiejętność uważnej obecności, a wtedy ich dorosłe życie będzie z pewnością pogodniejsze i szczęśliwsze. Moja dotychczasowa praktyka zawodowa wskazuje, że dzięki tej metodzie można osiągnąć wymierne korzyści, takie jak:

1. Większy spokój w ciele i umyśle dzieci, poprawa koncentracji i wyników w nauce.
2. Zmniejszenie przytłoczenia problemami, łatwiejsze znajdowanie trafnych rozwiązań.
3. Wzrost odporność psychicznej dzieci, dynamizmu i wiary we własne możliwości.
4. Zmniejszenie poczucie porażki u dzieci.
5. Większa cierpliwość oraz zdolność współczucia i odpuszczanie tego, na co dzieci nie mają wpływu.
6. Większa życzliwość dla innych, co z kolei zmniejsza zjawisko przemocy i agresji.

Należy zatem stwierdzić, że systematyczne wykorzystanie metody w praktycznej działalności pedagogicznej pozytywnie wpływa na dobrostan psychiczny oraz zdrowie dzieci. Stają się one: uważne, otwarte, spokojne, opanowane i życzliwe. Dlatego, opierając się o własne doświadczenie, z pełnym przekonaniem rekomenduję jej stosowanie w szkołach i przedszkolach. Zachęcam także czytelników do przestudiowania niżej podanej literatury specjalistycznej, w której metoda opracowana przez Eline Snel jest scharakteryzowana znacznie szerzej.

Bibliografia:

Greendland S. K., *Zabawa w uważność*, Galaktyka, Warszawa 2017.

Kabat-Zinn J., *Full catastrophe living: using the wisdom of your body and mind to face stress, pain, and illness*, Delta Trade Paperbacks, 1991.

Snel E., *Daj przestrzeń i bądź blisko. Mindfulness dla rodziców i ich nastolatków*, CoJaNaTo, Warszawa 2018.

Snel E., *Moja supermoc. Uważność i spokój żabki. Historie, gry i zabawy mindfulness*, CoJaNaTo, Warszawa 2018.

Snel E., *Uważność i spokój żabki. Ćwiczenia MP3 dla dzieci (i ich rodziców)*, CoJaNaTo, Warszawa 2015.

Wojtczak A., *Uważność i spokój żabki. Mindfulness dla dzieci*, materiały ze szkolenia online dla nauczycieli.

Tematy kolejnych numerów „UczMy”

styczeń/luty:	**Egzaminy zewnętrzne**
marzec/kwiecień:	**Oceniać czy doceniać**
maj/czerwiec:	**Ruch dla mózgu**

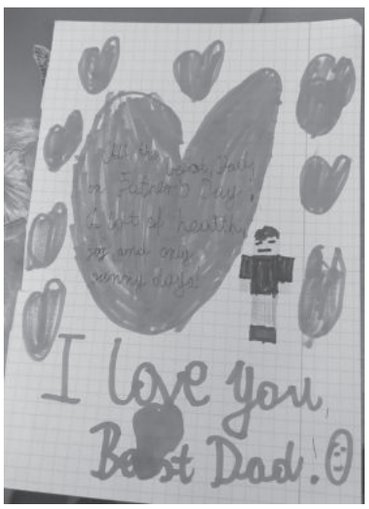
Paula Budzyńska
Centrum Języków Obcych i Przedmiotów Ścisłych
LOOK AHEAD Toruń

„I feel good!", czyli jak sprawić, aby dzieci dobrze się czuły na zajęciach z języka angielskiego i efektywnie się rozwijały językowo

Istnieją różne metody nauczania języków obcych i utrzymywania dyscypliny na zajęciach z dziećmi. Rzadziej wspomina się o tym, jak zadbać, żeby zajęcia były nie tylko efektywne pod kątem zdobywanej wiedzy i umiejętności, ale także żeby dzieci dobrze się na nich czuły i chętnie na nie przychodziły. W jednym z programów nauczania języka angielskiego dla I etapu edukacyjnego widnieje następujący zapis: „Istotnym zadaniem nauczyciela jest stworzenie na lekcji atmosfery wzajemnej życzliwości, zaufania i współdziałania, sprzyjającej efektywnej pracy oraz pokonywaniu potencjalnych trudności i barier językowych"[1]. Jak zaznaczają autorzy, idea ta znajduje swoje odzwierciedlenie także w podstawie programowej[2].

W podstawie programowej wymienione są także główne cele edukacji w szkole podstawowej (w tym edukacji wczesnoszkolnej), wśród których można znaleźć:

3) formowanie u uczniów poczucia godności własnej osoby i szacunku dla godności innych osób;
4) rozwijanie kompetencji takich jak: kreatywność, innowacyjność i przedsiębiorczość; (…)
7) rozbudzanie ciekawości poznawczej uczniów oraz motywacji do nauki;
8) wyposażenie uczniów w taki zasób wiadomości oraz kształtowanie takich umiejętności, które pozwalają w sposób bardziej dojrzały i uporządkowany zrozumieć świat;
(…)
10) wszechstronny rozwój osobowy ucznia przez pogłębianie wiedzy oraz zaspokajanie i rozbudzanie jego naturalnej ciekawości poznawczej;
11) kształtowanie postawy otwartej wobec świata i innych ludzi, aktywności w życiu społecznym oraz odpowiedzialności za zbiorowość;
12) zachęcanie do zorganizowanego i świadomego samokształcenia opartego na umiejętności przygotowania własnego warsztatu pracy[3].



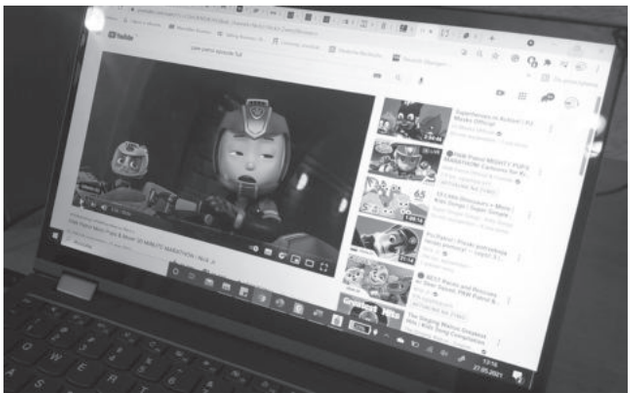
Warto zauważyć, że dokument zawiera ogólne idee i sformułowania, które są bardziej doprecyzowane w programach nauczania. Te z kolei są skoncentrowane bardziej na technikach rozwijania umiejętności i treściach programowych niż na tym, jakie podejście zastosować w stosunku do dzieci, aby chętnie przychodziły na zajęcia i dobrze się na nich czuły (poza organizowaniem atrakcyjnych form ćwiczeń).

Na podstawie doświadczenia autorki tekstu z prowadzenia zajęć z języka angielskiego dla dzieci w wieku 6-10 lat (zajęcia dodatkowe, grupki 6-7-osobowe), można wyróżnić kilka wskazówek, zgodnych z wyżej podanymi celami z podstawy programowej, które pomogą je spełnić, a jednocześnie odnoszą się do atmosfery na lekcjach i podejścia nauczyciela:

1 2. I. Studzińska, A. Mędela, M. Kondro, E. Piotrowska, A. Sikorska, *Program nauczania j. angielskiego dla I etapu edukacyjnego - - Szkoła Podstawowa, kl. I-III,* Warszawa 2017, s. 5.
2. Tamże.

3. Zob. zapisy w podstawie programowej z 2017 r., s. 5: https://podstawaprogramowa.pl/Szkola-podstawowa-I-III, dostęp: 20.08.2021

1) Pokaż uczniom, że język angielski jest użyteczny - warto oglądać z uczniami krótkie filmiki w języku angielskim, czytać opowiadania, organizować dialogi (w parach lub grupowe), aby dzieci miały możliwość używać języka obcego i bezpośrednio zaznaczać, że jest on przydatny, np. w komunikacji oraz do rozwijania wiedzy (realizacja np. celu 7 z podstawy programowej).
2) Zainteresuj uczniów kulturą i geografią innych krajów (w tym angielskojęzycznych) - pokazuj filmiki odnoszące się do kultury i geografii innych krajów, angażuj uczniów w dyskusje, organizuj ćwiczenia z mapą, żeby mieli możliwość poszerzyć swoje horyzonty, zabieraj uczniów na wirtualne wycieczki - - doświadczenie pokazuje, że wiele dzieci bardzo lubi takie tematy (realizacja np. celu 8, 10, 11 z podstawy programowej).
3) Poświęć uczniom swoją uwagę i podejdź do nich indywidualnie - bądź cały czas między uczniami w trakcie zajęć szczególnie, gdy pracują samodzielnie, podchodź do nich, pomagaj, doceniaj małe postępy i sukcesy. Dawaj szczerą informację zwrotną - zaznaczaj, gdzie widać pole do poprawy, ale warto kończyć pozytywami. Zauważaj nawet małe pozytywne zmiany - to często dodaje skrzydeł (realizacja np. celu 3, 12 z podstawy programowej).
4) Wykorzystuj zainteresowania uczniów i różnicuj materiały - jeśli wiesz, że Twoja grupa/część grupy jest zainteresowana danym tematem, wykorzystaj to w nauce języka, jeśli jest to np. konkretna kreskówka, czemu by nie obejrzeć jej krótkich fragmentów, ale po angielsku i dyskutować na bieżąco o tym, co się dzieje lub będzie się działo? Czemu by nie uczyć się języka z wykorzystaniem piosenek ich ulubionego zespołu? Treści programowe da się realizować na różne sposoby. Poza tym różnicuj materiały - dzięki temu zajęcia będą dynamiczne i ciekawsze (realizacja np. celu 7 z podstawy programowej).
5) Daj uczniom się wykazać - zgodnie z sentencją Benjamina Franklina, „Powiedz mi, to zapomnę. Naucz mnie, to może zapamiętam. Zaangażuj mnie, to się nauczę". Jeśli chcecie zagrać w grę językową na lekcjach, dlaczego dzieci nie mają zrobić jej same, z pomocą nauczyciela? Na zajęciach autorki tekstu dzieci same wykonują np. bingo, taboo, a następnie grają w parach (lub grupkach). Dodatkowo, jeśli niektóre dzieci kończą zadania szybciej, mogą pomóc swoim kolegom i koleżankom, którzy jeszcze pracują, dzięki temu utrwalają materiał i rozwijają swoje kompetencje społeczne, a dzieciom, które jeszcze pracują, sprawniej idzie wykonanie zadania (realizacja np. celu 3, 4, 11 z podstawy programowej).
6) Pokazuj narzędzia, dzięki którym uczniowie mogą uczyć się samodzielnie w domu i zachęcaj ich do tego - namów do czytania książek po angielsku stosownych do ich wieku, zaproponuj, żeby obejrzeli w domu animację, którą lubią, chociaż częściowo po angielsku. Zasugeruj, żeby wykonali grę z zajęć w domu i zagrali z bliskimi. Pokazuj odpowiednie dla nich aplikacje do nauki. Pytaj od czasu do czasu, co ostatnio zrobili po angielsku w domu, samodzielnie. Pokaż im, że nauka angielskiego może być świetną zabawą (realizacja np. celu 7, 10, 12 z podstawy programowej).



Mimo że powyższe wskazówki są wykorzystywane przez autorkę w trakcie zajęć dodatkowych w mniej licznych grupach niż standardowe klasy, jak najbardziej warto wypróbować je także w typowych warunkach szkolnych - pozytywne nastawienie nauczyciela oraz cierpliwość na pewno z czasem zaowocują tym, że uczniowie będą chętnie uczestniczyć w zajęciach, bo w pełni się w nie zaangażują. To z kolei powinno przełożyć się na ich większy postęp, zarówno pod kątem wiedzy, jak i umiejętności językowych. Nie od dziś wiadomo także, że większe zaangażowanie uczniów często pomaga uniknąć problemów z dyscypliną w grupie (zajęcia pochłaniają ich uwagę).

Na sukces zajęć, w tym przypadku z języka angielskiego, ale dotyczy to również innych przedmiotów, nie składają się wyłącznie treści edukacyjne i techniki nauczania - bardzo duży wpływ, szczególnie na dzieci, ma podejście nauczyciela do uczniów i atmosfera na lekcjach. Warto wciąż rozwijać się na tym polu.

Bibliografia:

1. Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 14 lutego 2017 r. w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz podstawy programowej kształcenia ogólnego dla szkoły podstawowej, w tym dla uczniów z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu umiarkowanym lub znacznym, kształcenia ogólnego dla branżowej szkoły I stopnia, kształcenia ogólnego dla szkoły specjalnej przysposabiającej do pracy oraz kształcenia ogólnego dla szkoły policealnej, https://podstawaprogramowa.pl/Szkola-podstawowa-I-III, dostęp: 20.08.2021.
2. I. Studzińska, A. Mędela, M. Kondro, E. Piotrowska, A. Sikorska, *Program nauczania j. angielskiego dla I etapu edukacyjnego - Szkoła Podstawowa, kl. I-III*. Warszawa 2017.

Katarzyna Dąbrowska
Zespół Szkół Samochodowych im. Tadeusza Kościuszki we Włocławku

Czas pandemii a dobrostan uczennic i uczniów w świetle projektu „Transport 77”

Czy w czasie pandemii możemy mówić o dobrym, szczęśliwym życiu uczennic i uczniów szkole? Wszak w minionym roku szkolnym nauka była zdalna, a kontakty, zarówno młodzieży, jak i uczących, mocno ograniczone. Czy można zatem było zadbać o dobrostan młodych ludzi, niwelując lęk i niepewność wynikające z pandemicznych czasów? Wydaje się, że tak, gdyż nawet ucząc na odległość, powinno się rozbudzać u uczennic i uczniów ciekawość świata, zaproponować mądre doświadczenie edukacyjne oraz zmotywować do rozmowy o rzeczach ważnych. Dlatego z klasą drugą V Liceum Ogólnokształcącego w Zespole Szkół Samochodowych im. Tadeusza Kościuszki we Włocławku przystąpiłam do projektu „Transport 77”.

Transport nr 77 był ostatnią wielką deportacją europejskich Żydów z terenu Francji. Wyruszył z obozu przejściowego w Drancy do miejsca natychmiastowej zagłady w obozie koncentracyjnym Auschwitz-Birkenau. Znalazło się w nim, nie znając swojego przyszłego losu, około1310 kobiet, mężczyzn i dzieci. Ich tragedia dopełniła się 5 sierpnia 1944 roku - po dotarciu na miejsce 726 osób natychmiast zamordowano w komorach gazowych.

Kilka lat temu we Francji powstało Międzynarodowe Stowarzyszenie Transport 77, które, jak czytamy na stronie stowarzyszenia, *ma na celu zebranie, wokół rodzin i przyjaciół osób deportowanych, wszystkich, którym nie jest obojętna pamięć o Shoah i chcą brać aktywny udział w jej przekazywaniu, jak również w badaniach i edukacji na temat Holokaustu poprzez poszukiwanie informacji o osobach z Transportu 77 i odtworzeniu biografii kobiet, mężczyzn i dzieci, którym odebrano prawo do życia.*

Akcję o wielkich walorach edukacyjnych skierowano do uczniów europejskich szkół, mieszczących się na terenie państw i miast, z których pochodziły osoby z Transportu 77. Dotychczas do działań przystąpili uczniowie i nauczyciele z 20 krajów Starego Kontynentu. Również włocławska Samochodówka zgłosiła swój akces. W październiku 2020 roku zwróciłam się do uczniów drugiej klasy liceum ogólnokształcącego, w której uczyłam języka polskiego, z propozycją udziału w projekcie. Młodzi ludzie chętnie przystali na ten pomysł. Miałam jednak obawy, czy poradzą sobie z wyzwaniami, pracując zdalnie, czy nie zabraknie im zapału? Zawarłam więc z młodymi ludźmi kontrakt obowiązujący do końca projektu. Podzieliłam na zespoły badawcze, które bardzo dobrze radziły sobie z niełatwymi zadaniami. Po ośmiu miesiącach pracy z satysfakcją stwierdziłam, że moje obawy były bezpodstawne, bowiem udało nam się osiągnąć zamierzony cel, a efekty przeszły oczekiwania.

Naszym zadaniem było stworzenie biografii pani Ryfki/Rywki (Rebecci) Polacz z domu Gryn, urodzonej pod koniec XIX wieku w Koninie, zamordowanej w obozie Auschwitz-Birkenau zaraz po przybyciu. Zaczęliśmy od poszukiwań informacji na jej temat i analizy otrzymanych dokumentów. Następnie gromadziliśmy wiadomości i zadawaliśmy sobie kolejne pytania dotyczące życia naszej bohaterki. Nawiązaliśmy mailowy anglojęzyczny kontakt z panią Josianne Sasson, wnuczką Ryfki /Rywki (Rebecci) Polacz, oraz z Julie Bronstering, młodą Niemką, wolontariuszką Memorial de la Shoah w Paryżu. Korespondowaliśmy z nią w języku niemieckim.

W czasie projektu wspaniale rozwijała się korelacja międzyprzedmiotowa. Uczniom w tłumaczeniach pomagali nauczyciele języków obcych, historyk, nauczyciel informatyki oraz wychowawca. Nie brakowało ludzi dobrej woli spoza naszej szkoły. W tłumaczeniu dokumentów nadesłanych z Francji nieodpłatnie pomogła pani Barbara Kryńska, romanistka niezwiązana z żadną włocławską placówką oświatową.

Rezultaty naszej pracy postanowiliśmy zaprezentować społeczności szkolnej i lokalnej. Z pomocą szkolnych bibliotekarzy przygotowaliśmy wystawę i wernisaż, na który zaprosiliśmy władze oświatowe, przedstawicieli instytucji współpracujących ze szkołą, lokalne media, rodziców i uczniów. Wystawa odbiła się szerokim echem w środowisku lokalnym.

Warto wspomnieć, że w czasie ośmiu miesięcy pracy nad projektem odbyliśmy wirtualne podróże do Żydowskiego Instytutu Historycznego w Warszawie, Muzeum Byłego Nazistowskiego Obozu Natychmiastowej Zagłady w Chełmnie nad Nerem, Muzeum Byłego Nazistowskiego Obozu Koncentracyjnego i Natychmiastowej Zagłady Auschwitz-Birkenau, Muzeum Historii Żydów Polskich „Polin". Nie odmówiło współpracy z nami Archiwum Państwowe w Poznaniu i Muzeum Okręgowe w Koninie. W wymienionych instytucjach uzyskaliśmy istotne dokumenty i wskazówki, co znacząco wpłynęło na naszą pracę. Pozyskaliśmy i przeczytaliśmy bardzo interesującą książkę T. Richmonda, potomka konińskich Żydów, pt. „Uporczywe echo. Sztetl Konin. Poszukiwania". Tekst wzbogacił naszą wiedzę na temat życia społeczności żydowskiej w miejscu urodzenia Ryfki/Rywki (Rebecci) Polacz.

Podczas blisko rocznej realizacji projektu kształciliśmy zalecane przez Parlament Europejski i Radę Unii Europejskiej wszystkie kompetencje kluczowe. Nade wszystko jednak projekt nauczył młodych ludzi współpracy, spowodował, że wszyscy uczniowie z zespołu klasowego, pozbawieni możliwości bezpośredniego kontaktu z powodu pandemii, w tym trudnym czasie utrzymywali ze sobą relacje rówieśnicze i zintegrowali się, z czego jako koordynatorka projektu jestem szczególnie dumna.

Czy zadbałam o ich dobrostan w pandemicznych latach, wywołujących lęk i niedających poczucia bezpieczeństwa? Myślę, że tak, bo przystępując do projektu, mieli świadomość stworzenia czegoś ważnego i trwałego, na przekór czasom, w jakich przyszło im żyć. Zapewniłam im bezpieczne warunki działania i zachęcałam do podejmowania wyzwań. Dzięki projektowi przekonali się, że praca zdalna nie przeszkadza w rozbudzaniu ciekawości świata i poszukiwaniu wiedzy, a wręcz uczy spędzania w kreatywny sposób wolnego czasu w domu i twórczego wykorzystania nowoczesnych technologii. Jestem przekonana, że młodzież odczuwa satysfakcję i zadowolenie z jakości wykonanej pracy, bo jak napisała jedna z uczennic „projekt dodał im skrzydeł". Rozumieją, że zrobili coś ważnego nie tylko dla siebie, ale i innych - wszak napisali o sobie „jesteśmy strażnikami pamięci". Byli szczęśliwi z możliwości przedstawienia efektów swojej pracy społeczności lokalnej podczas czerwcowego wernisażu i z niecierpliwością czekają na zmieszczenie biografii Ryfki/Rywki (Rebecci) Polacz na stronie Stowarzyszenia „Transport 77", chcąc podzielić się swoją wrażliwością z całym światem.

Na zakończenie kilka wypowiedzi uczniów z ankiety ewaluacyjnej, które są wspaniałym podsumowaniem realizowanego w czasie pandemii projektu.

Czego się nauczyłeś/-aś podczas realizowanego projektu „Transport 77"?

• Poznałem/-am świat, o którym nie miałem/-am pojęcia.

• Przyjrzałem/-am się sytuacji Żydów i doszedłem/--am do wniosku, że są godni szacunku.

• Zrozumiałem/-am, jak ważna jest akceptacja, tolerancja dla drugiego człowieka bez względu na pochodzenie oraz do czego prowadzi nieuzasadniona nienawiść, rasizm, antysemityzm.

• W zakresie wykonywanych zadań nauczyłem/-am się ich poprawnej realizacji, pracy w grupie, poszukiwania i analizowania informacji, doskonalenia planowania i realizacji zadań oraz odpowiedzialność za pracę swoją i innych.

Jakie dostrzegasz zalety projektu i sposobu jego realizacji?

• Była możliwość indywidualnego podejścia do projektu, ale też konieczność wypracowania wspólnego stanowiska.

• Rozłożenie odpowiedzialności na wszystkich.

• Poszerzał horyzonty, wzbogacał wiedzę historyczną, pomagał nabyć nowe umiejętności, „rozwinął nam skrzydła".

• Nawiązaliśmy korespondencyjny kontakt w językach obcych z osobami spoza Polski.

Co chciałbyś/-abyś przekazać pomysłodawcom projektu? Czy warto było go realizować? Na co zwróciłabyś ich uwagę?

• Można było doświadczyć przeszłości.

• Tylko dzięki projektowi dowiedziałam się, że szczęśliwe życie zwykłych ludzi może zostać brutalnie przerwane i tragicznie zakończone z powodu pochodzenia.

• Projekt był ważny, gdyż silnie oddziaływał na nasze emocje.

Jakie słowa skierowałbyś/-abyś do swoich rówieśników z całej Europy, pracujących nad tym projektem? Co was połączyło mimo różnego kraju pochodzenia, języka, tradycji, kultury, religii?

• Mimo różnic w naszym pochodzeniu, języku, religii, połączyła nas historia osób z „Transportu 77" i chęć działania, ciekawość przeszłości, kreatywność i gotowość do poświęcania czasu na dochodzenie prawdy.

• Budujemy pamięć, pomagamy, a nasze działania są całkowicie bezinteresowne.

• Cieszmy się, że nie doświadczyliśmy wojny.

Joanna Piernikowska
Zespół Szkół Towarzystwa Salezjańskiego „Kolegium Kujawskie”
Aleksandrów Kujawski

Salezjański system prewencyjny odpowiedzią na współczesny dobrostan ucznia

Okres zdalnej edukacji oraz pandemii przyczynił się do bliższego przyjrzenia się zdrowiu psychicznemu naszych uczniów, zarówno tych starszych, jak i tych najmłodszych. Ich dobre samopoczucie, a więc ich sfera psychiczno-emocjonalna jest niezmiernie istotna w edukacji. Co za tym idzie, dobrostan uczniowski stał się nie tylko obiektem zainteresowań naukowców oraz lekarzy, ale również, a może przede wszystkim, nauczycieli, wychowawców i pedagogów. Wiele szkół podjęło się niezwykle trudnej walki o sferę psychiczno-emocjonalną dzieci i młodzieży, walki z ich izolacją, emocjami, stresem i codziennością. Do boju zostali zaangażowani zarówno psycholodzy, pedagodzy szkolni, wychowawcy, jak i nauczyciele. Dbanie o dobrostan ucznia nie jest łatwe, zwłaszcza w obliczu wielu zagrożeń dla integralnego rozwoju młodego człowieka.

Stawiając czoła tym wyzwaniom i potrzebom uczniów, konieczne jest poszukiwanie pewnych uniwersalnych rozwiązań, aby nasi wychowankowie nie zatopili się w swojej emocjonalnej otchłani. Jedną z takich odpowiedzi jest propozycja pracy w duchu salezjańskiego systemu prewencyjnego św. Jana Bosko. Uniwersalizm tego podejścia polega przede wszystkim na możliwości jego adaptacji nie tylko w szkołach identyfikujących się z wiarą chrześcijańską i salezjańską filozofią. Jednak wielu nauczycieli wątpi również, czy system wychowawczy sprawdzi się w ich szkole. Otóż tak. Sprawdzi się i pomoże zrodzić niezwykłe owoce. Odpowiednia aktualizacja, samodzielne przepracowanie i zaadoptowanie bogactwa salezjańskiej sztuki wychowania we współczesności okaże się doskonałą odpowiedzią na potrzeby młodzieży, ich pragnienie autentycznej uwagi, zrozumienia, akceptacji.

System wychowawczy św. Jana Bosko, zwany inaczej prewencyjnym, nie odnosi się jedynie do wybranych wychowanków, ale do każdego młodego człowieka, który wymaga naszej ludzkiej, zwyczajnej troski i atencji. Istnieją dwa dążenia charakterystyczne dla koncepcji systemu prewencyjnego, współcześnie propagowane i doceniane przez pedagogów i wychowawców:

1) dążenie do tego, by wszystkie działania miały charakter wielopłaszczyznowy, wielopoziomowy, interdyscyplinarny, z uwzględnieniem wszystkich sfer życia człowieka (przeszłość, teraźniejszość, przyszłość) oraz eliminowanie i przeciwdziałanie czynnikom ryzyka i patogennym;

2) preferowanie kreatywnej wersji profilaktyki poprzez celowy wybór, jakim jest promocja szeroko rozumianego zdrowia, oraz nacisk na kształtowanie systemu wartości, prawidłowych postaw i umiejętności ułatwiających dbałość o zdrowie (Szymańska, Zamecka: 2002, 27).

System wychowawczy, którego celem jest między innymi stale utrzymujące się dobre samopoczucie młodego człowieka, stawia duże wyzwania nauczycielom i wychowawcom, na których to barkach spoczywa rola pielęgnowania tego dobrostanu. Nauczyciel-wychowawca powinien być zawsze wśród i dla swoich wychowanków, co w terminologii salezjańskiej nazywane jest asystencją. Nie należy utożsamiać tego z narzucaniem się uczniowi, ciągłym kontrolowaniem go i pilnowaniem, by czegoś nie przeskrobał. To tak naprawdę zwyczajna rozmowa z uczniem podczas przerwy o wielu przyziemnych sprawach, o których chętnie byśmy rozmawiali, ale się boimy lub wstydzimy. Nie oczekujmy, iż przy nas będą stały tabuny uczniów. Rozmowa z dwojgiem lub nawet jednym uczniem podczas przerwy każdego dnia działa naprawdę cuda. W oczach młodego człowieka stajemy się bardziej normalni, a on sam ważny, potrzebny i wyjątkowy. Nie każdy bowiem może udzielić rad nauczycielowi, jakie trendy są teraz modne w muzyce albo na co warto iść do kina. Bardzo często obserwuje się nauczycieli na dyżurach wpatrujących się w ekran swojego smartfona lub z nosem w gazecie. Taka niewiążąca rozmowa przynosi niewątpliwe korzyści obu stronom. Doskonalenie własnych umiejętności nawiązywania i podtrzymywania autentycznego kontaktu międzyosobowego to szczęście i radość dla ucznia, ale też dla jego nauczyciela i wychowawcy.

Dobrostan ucznia definiowany przez salezjański system wychowawczy to również poszukiwanie w młodym człowieku czegoś pozytywnego, pobudzanie ku dobremu i chwalenie jego nawet najmniejszych poczynań. To nastawienie na odnajdywanie potencjału w każdym z młodych ludzi, wyostrzanie uwa-

gi na jego zalety, umiejętności i sukcesy. Nie wszyscy uczniowie są i będą olimpijczykami, nie wszyscy osiągają wysokie wyniki na egzaminach, nie wszyscy są wzorem idealnego zachowania, ale to nie oznacza, że nie są uzdolnieni w innych aspektach swojego życia, że nie są dobrymi ludźmi. Chwalenie ucznia, szczególnie tego, który nie jest często chwalony, docenienie jego najdrobniejszych osiągnięć pobudza chęć dalszego działania, do realizowania własnych marzeń i pasji. Pozwolenie uczniowi na odrobinę samodzielności przy jednoczesnej aktywnej i świadomej współpracy z nim sprawi, że w przyszłości nasz wychowanek z łatwością będzie dokonywał dojrzałych życiowych wyborów, przejmował odpowiedzialność za własne życie. Zauważajmy każdego ucznia, nie promujmy tylko tych, którzy osiągają wysokie wyniki w nauce. Nasz wychowawczy sukces i drobne sukcesy naszych wychowanków dają znacznie więcej radości i satysfakcji niż wysokie wyniki na egzaminach końcowych.

Wcale nie trzeba być nauczycielem szkół salezjańskich, aby traktować ucznia nie jak klienta, którego wyposażamy w pewną teoretyczną wiedzę, ale jak młodego człowieka, który czasem miewa również gorsze dni, kiepski nastrój lub własne problemy. Dbając o dobrostan naszych uczniów, zdecydowanie powinniśmy szanować okresy ich rozwoju oraz ich kryzysy. Według ks. Bosko **„ważnym elementem w pedagogicznym dialogu jest uznanie i polubienie przez wychowawcę tych wartości, które cenią młodzi, tylko w takiej relacji jest możliwe, bez przymusu i natrętnego nakłaniania, znalezienie płaszczyzny porozumienia i uzyskanie przez nauczyciela-wychowawcę kredytu zaufania"** (Dziubiński: 1998, 191). Idąc za tym, co mówił ks. Bosko, powinniśmy tak wychowywać swoich uczniów, aby „byli w stanie stawić czoło zadaniom, trudnościom, obowiązkom stanu i misji życiowej, budując na mocnych fundamentach przeżywanie sensu swojego życia" (Springer: 2006, 31).

Istotną kwestią dobrostanu młodego człowieka są również błędy uczniów i ewentualne kary za ich popełnianie. Czy możemy pozwolić sobie na to, by uczniów nie karać w ogóle? A może należy karać bez względu na wszystko… Bronią nauczycieli od dawna stały się negatywne uwagi zapisywane w dzienniku lub długie kazania i morały, z których nic nie wynika. Owe kary potęgują tylko w uczniach złość i niechęć, obnażają słabość nauczycieli i brak sposobu radzenia sobie w sytuacjach problematycznych. Salezjański system wychowawczy nie zakłada całkowitego zaniechanie kar i sankcji, ale wykorzystanie wszelkiego rodzaju kar, pamiętając o tym, aby nie były one poniżające. Ks. Bosko stosował tzw. słówko na ucho, czyli dyskretne upomnienie zwykle na osobności, które jest o wiele skuteczniejsze niż publiczne upomnienie wiążące się z upokorzeniem. Niestety, gdy zostajemy postawieni pod ścianą i w konfrontacji z nieakceptowanym zachowaniem ucznia, trudno nam pamiętać o „słówku". Publiczne, a nawet niekiedy obelżywe epitety w stosunku do ucznia nie tylko nie zamienią jego zachowania, ale też pogorszą relacje i zachowanie pozostałych uczniów w klasie. Po dość długim okresie zdalnej edukacji okażmy mu trochę empatii, dajmy odrobinę swobody i normalności. Dobre samopoczucie ucznia, jego stabilna pozycja psychologiczno-emocjonalna w połączeniu z naszym zaangażowaniem i dążeniem do afirmacji młodego człowieka powinny być priorytetem dla nas wszystkich. Odkryjmy w naszym uczniu źródła energii i potencjału, jakie w sobie posiada, i wzmacniajmy to wszystko, co już zostało przez nas odkryte.

Dbanie o dobrostan naszego ucznia nie jest sprawą łatwą. Wielu nauczycieli nieuczących w szkołach katolickich z pewnością zaneguje taki system wychowawczy i wszystko to, czego on dotyczy. Mogą twierdzić: „Mnie to nie dotyczy", „Nie jestem katechetą", „Pracuję w publicznej szkole". Zarzuceni tonami dokumentów, biurokracją i będąc w ciągłym pędzie po jak najlepsze wyniki dydaktyczne, zapominamy o prostych i przyziemnych sprawach. Zapominamy o naszym uczniu, o jego przyszłym, dorosłym życiu, którego kreatorami jesteśmy każdego dnia. **Holistyczny, ponadczasowy i uniwersalny system wychowawczy św. Jana Bosko łączy w sobie wszystkie płaszczyzny rozwoju naszych uczniów w integralną całość i odnosi się do każdego z osobna.** Nie jest to pedagogika, która sprawdza się wobec wybranych uczniów z prominentnych środowisk i renomowanych szkół. W swojej pracy wychowawczej ks. Bosko zajmował się chłopcami często opuszczonymi lub okaleczonymi pod wieloma względami. Wyzwanie opieki nad młodym człowiekiem jest nadal aktualne dla każdego nauczyciela, a system prewencyjny ks. Bosko jest doskonałą odpowiedzią na codzienność i troskę o dobre samopoczucie naszych uczniów. Pracując nad wdrażaniem chociaż najmniejszych elementów salezjańskiego systemu wychowawczego, tak naprawdę budujemy również nasze poczucie własnej wartości, zdobywamy uznanie i zrozumienie wśród uczniów i ich rodziców, dbamy o swój dobrostan.

Bibliografia:

1. Dziubiński Z. (1998), Społeczne i religijne przesłanki powstania Salezjańskiej Organizacji Sportowej Rzeczpospolitej Polskiej, (w:) Z. Dziubiński (red), Sport a salezjanie, Wydawnictwo Salezjańskie, Warszawa.

2. Springer M. (2006), System prewencyjny księdza Jana Bosko we współczesnej profilaktyce, Akademia Świętokrzyska, Kielce.

3. Szymańska J., Zamecka J. (2002), Przegląd koncepcji i poglądów na temat profilaktyki, (w:) G. Świątkiewicz (red), Profilaktyka w środowisku lokalnym, Krajowe Biuro ds. Przeciwdziałania Narkomanii, Warszawa.

Michał Laskowski
XV Liceum Ogólnokształcące w Bydgoszczy

Chcesz zarządzać? Myśl o innych

Jeśli, Drogi Czytelniku, jesteś wieloletnim nauczycielem, ugruntowałeś w szkole swoją pozycję i odpowiada Ci obecna sytuacja, to… Jeżeli jesteś dyrektorem placówki od 10, 20 lat i przyzwyczaiłeś się do tej funkcji, to… Nie czytaj dalej. Ten artykuł nie jest dla każdego :-) – przepraszam. Jeśli jednak Twój szef widzi w Tobie potencjał, wyznacza istotne dla placówki funkcje, to… Jeżeli widzisz w szkole przestrzeń do choćby drobnych zmian, które podniosą jakość pracy szkoły i uprzyjemnią pobyt w szkole uczniom i pracownikom, to… Jeśli wreszcie jesteś ambitny i intuicyjnie czujesz, że masz predyspozycje do zarządzania placówką, to… Ufam, że lektura tekstu nie okaże się stratą czasu.

Inspiracją dla tego artykułu stała się praca dyplomowa pt. „Jak efektywnie przygotować się do konkursu na stanowisko dyrektora placówki?", która była zwieńczeniem kursu kwalifikacyjnego w zakresie zarządzania oświatą, organizowanego przez Kujawsko-Pomorskie Centrum Edukacji Nauczycieli w Bydgoszczy, a którą napisałem pod kierunkiem pana Grzegorza Nazaruka.

Nauczyciel, który decyduje się na rozpoczęcie kursu kwalifikacyjnego w zakresie zarządzania oświatą, może kierować się różnymi pobudkami. Wśród kursantów zdarzają się tacy, którzy realizują staż na kolejny stopień awansu zawodowego. Bywają i tacy, którzy po wielu latach pracy traktują ukończenie kursu jako formę samorealizacji. Są wreszcie nauczyciele, którzy zostali dostrzeżeni przez swoich dyrektorów i nakłonieni do odbycia kursu tak, by móc w przyszłości ich zastąpić.

Wydaje się, że każdy z tych powodów jest odpowiedni. Można by uznać, że ostatni z powodów jest najwartościowszy, bo pokazuje, że umiejętności czy predyspozycje danego nauczyciela zostały docenione przez dotychczasowego dyrektora. To jednak nie oznacza wcale, że nauczyciel kierujący się osobistymi ambicjami czy chęcią podnoszenia jakości pracy szkoły ma być automatycznie gorszym kandydatem.

Otwarty umysł i ręka na pulsie

Czy każdy może ukończyć kurs kwalifikacyjny bądź studia podyplomowe w zakresie zarządzania oświatą? Przy odpowiedniej samodyscyplinie i pracowitości jak najbardziej. Czy każdy nadaje się na objęcie stanowiska dyrektora placówki? Wydaje się, że nie.

Wiesława Tomasiak-Wyszyńska wyraźnie sugeruje[1] przyszłym dyrektorom: „Musimy wiedzieć, dlaczego chcemy" i każe zadać sobie pytanie: „Czy mamy predyspozycje do pełnienia tak ważnej roli?".

Kandydat na stanowisko dyrektorskie musi nie tylko spełnić wymogi formalne, o których mowa w ogłoszeniu organu prowadzącego szkołę, nie tylko przekonać do swojej wizji szkoły kilkuosobowe grono komisji konkursowej, ale również mieć właśnie odpowiednie predyspozycje do objęcia tak odpowiedzialnego stanowiska. Za owymi uwarunkowaniami kryją się cechy charakteru kandydata, doświadczenie zawodowe, ale nie do podważenia i przecenienia jest też wiedza z zakresu zarządzania oświatą.

Kandydat powinien być obeznany z szeregiem ustaw i rozporządzeń, wśród których oczywiste miejsce zajmują: Ustawa Karta Nauczyciela, Ustawa o Systemie Oświaty, Przepisy wprowadzające ustawę - Prawo oświatowe oraz Rozporządzenie w sprawie regulaminu konkursu na stanowisko dyrektora publicznego przedszkola, publicznej szkoły podstawowej, publicznej szkoły ponadpodstawowej lub publicznej placówki oraz trybu pracy komisji konkursowej.

To oczywiście nie jedyne akty prawne. Osoba zajmująca tak odpowiedzialne stanowisko, decydująca nie tylko o losie i sytuacji uczniów, ale także o nauczycielach i pracownikach administracji i obsługi, powinna zapoznać się z treścią takich aktów, jak: Ustawa o finansach publicznych, Ustawa o finasowaniu zadań oświatowych czy wreszcie Prawo pracy.

Czy zaznajomienie się z powyższymi dokumentami, a później umiejętność stosowania przepisów w praktyce jest sprawą prostą? Z pewnością nie. Tym niemniej od kandydata na stanowisko dyrektora placówki komisja konkursowa ma prawo wymagać określonej wiedzy z zakresu zarządzania oświatą. Później, jak już zostanie szefem, może stworzyć w swej placówce, jak radziła Danuta Frankowska na jednym ze spotkań w ramach kursu kwalifikacyjnego, swoisty zespół prawny, który będzie czuwał nad nowelizacja-

1. Tomasiak-Wyszyńska W., Chcę kierować szkołą, Kujawsko-Pomorski Przegląd Oświatowy UczMy 2020, nr 4, s. 37-38.

mi ustaw czy rozporządzeń[2], ale na razie kandydat na stanowisko dyrektora musi sobie radzić sam.

„Śpiewać każdy może…"? :-)

Ustaliliśmy, że potencjalny przyszły dyrektor dokładnie wie, dlaczego chce nim zostać. Zdaje sobie także sprawę z tego, że powinien dość sprawie radzić sobie w gąszczu aktów prawnych. To najprawdopodobniej nauczyciel, choć dyrektorem szkoły może przecież zostać osoba niewykonująca tego zawodu, więc doskonale wie, jak istotne są relacje międzyludzkie.

Chcę w tym miejscu podkreślić, jak ważna w pracy dyrektora placówki jest znajomość potrzeb i oczekiwań swoich pracowników; jak istotne jest to, by znajdował czas dla swoich podwładnych; by był elastyczny, ale jednocześnie wymagający. Beata Bryś nie ma wątpliwości, że stworzenie środowiska do pracy - pracy inspirującej i przynoszącej wymierne efekty - nie jest łatwym zadaniem[3], ale w związku z tym, że dyrektor ma być „primus inter pares"[4], ma być autorytetem i liderem dla swoich nauczycieli[5], to również, a może zwłaszcza w tym zakresie, powinien dawać jak najlepszy przykład i budować życzliwą atmosferę w swojej placówce.

Zapewne, Drogi Czytelniku, nie tylko znasz, ale i być może posługujesz się powiedzeniem: „Jak cię widzą, tak cię piszą". Wskazuje ono na istotną rolę wyglądu w naszym życiu, nie tylko zresztą zawodowym. Oczywiście, znaleźlibyśmy przykłady osób, które nie przywiązują wagi do wizerunku, a są uczciwe, kompetentne i godne zaufania, tym niemniej ci, którzy starają się dbać o maniery, wyglądać odpowiednio do sytuacji, łatwiej zyskają aprobatę otoczenia i zrealizują swoje cele.

Nie inaczej będzie w przypadku tak rozpoznawalnej w środowisku funkcji, jaką jest dyrektor. Wiesława Tomasiak-Wyszyńska, cytując podczas zajęć przysłowie perskie „Wygląd zewnętrzny człowieka to tytułowa strona jego wnętrza", podkreślała dużą rolę pożądanego wizerunku zawodowego[6].

O tym, co wpływa na ów wizerunek, to znaczy o wizerunku widzianym, właśnie pożądanym i wreszcie obrazie „mnie samego", mówiły podczas kursu zarówno Wiesława Tomasiak-Wyszyńska, jak i Magdalena Chylebrant-Karolak[7]. Człowiek ma bowiem jakiś subiektywny obraz samego siebie. Jako osoba rozpoznawalna, a taką niewątpliwie jest nauczyciel w swoim środowisku, nie mówiąc już o dyrektorze placówki, powinien jednak zdawać sobie sprawę, jak jest postrzegany. Jeśli nie jest to obraz przychylny, jeśli jego osoba nie wzbudza zaufania, wówczas warto popracować nad wizerunkiem pożądanym.

Obie panie wśród predyspozycji kandydata na stanowisko dyrektora placówki wymieniały też m.in. umiejętność pracy w zespole, uporządkowane myślenie i działanie, kreatywność, odporność psychiczną i efektywność.

Bardzo ciekawym uzupełnieniem powyższych refleksji były zajęcia z obecną dyrektor Zespołu Szkół Ekonomiczno-Administracyjnych w Bydgoszczy. Jedno z ćwiczeń podczas spotkania z Joanną Wójt polegało na określeniu, jakiego dyrektora chcą rodzice i uczniowie, a jakiego nauczyciele[8]. Taka „technika różnych punktów widzenia" jest dla przyszłego dyrektora niezwykle potrzebna.

Dyrektor w kilku rolach

Grzegorz Nazaruk podczas zajęć w ramach kursu kwalifikacyjnego określił dyrektora mianem „wynalazku", który – chcąc nie chcąc – będzie występował przynajmniej w ośmiu rolach[9]. Wynikają one z artykułu 68 Ustawy Prawo Oświatowe. Dyrektor placówki jest bowiem menadżerem, pedagogiem, pracodawcą, administratorem budynku, finansistą, przewodniczącym rady pedagogicznej, społecznikiem, a nawet – zwłaszcza w szkole w XXI wieku – marketingowcem.

Uświadomienie sobie przez kandydata na stanowisko dyrektora placówki ilości ról, w jakie musi wejść, może wywołać obawy. Jeśli dodać do tego zdanie Krystyny Madej i Zbigniewa Babskiego, którzy twierdzą, że szkoła w środowisku jest utożsamiana z nazwiskiem dyrektora, to kandydat może czuć na sobie prawdziwe brzemię[10].

Wiesława Tomasiak-Wyszyńska mówi o tym wprost: „Jeśli marzy ci się szkoła z marką - bezpieczna, przyjazna, efektywna - musisz wiedzieć, że bez zbudowania autorytetu nie zdołasz tego celu osiągnąć. To od twojej mądrości, szacunku dla innych, kompetencji, wizerunku zawodowego oraz klasy zależeć będzie bardzo wiele, a właściwie chyba wszyst-

2. Zajęcia pt. „Zarządzanie własnym rozwojem zawodowym. Zarządzanie sobą w czasie" miały miejsce 12 lutego 2021 roku.

3. Por. Bryś B., Motywująca rola dyrektora, „Dyrektor szkoły" 2007, nr 3.

4. Por. Jeżowski A., Stanowisko: dyrektor szkoły, „Dyrektor szkoły" 1997, nr 3.

5. Puchalski Z., Status nauczyciela i dyrektora – marzenia i refleksje, „Dyrektor szkoły" 2011, nr 8.

6. Zajęcia pt. „Polityka oświatowa – dyrektor jako lider w środowisku" miały miejsce 9 października 2020 roku.

7. Zajęcia pt. „Zarządzanie własnym rozwojem zawodowym" miały miejsce 12 września 2020 roku.

8. Zajęcia pt. „Zarządzanie zasobami ludzkimi" miały miejsce 24 października 2020 roku.

9. Zajęcia pt. „Przywództwo edukacyjne w szkole" odbyły się 27 marca 2021 roku.

10. Madej K., Babski Z., Dyrektorem szkoła stoi, „Dyrektor szkoły" 2004, nr 4.

ko, co dzieje się w placówce”[11].

W jaki sposób zatem kandydat na stanowisko dyrektora powinien przygotowywać się do udziału w konkursie tak, by w niedalekiej przyszłości, jeśli przekona do siebie członków komisji, móc skutecznie zarządzać placówką?

Oprócz studiowana aktów prawnych warto, by wsłuchiwał się w rady praktyków, a nawet… kopiował tych najlepszych. O tzw. benchmarkingu, czyli o kopiowaniu jako kluczu do sukcesu mówi Irena Dzierzgowska[12]. W podpatrywaniu, w uczeniu się od tych, którzy osiągnęli sukces w danej dziedzinie, nie ma nic zdrożnego. Tym bardziej, że w szkolnej codzienności benchmarking występuje choćby podczas lekcji koleżeńskich.

Miej wizję!

Wspomniałem wcześniej, że potencjalny dyrektor powinien dokładnie wiedzieć, jakie ma plany wobec szkoły. Skoro stanie przed komisją, to musi jej członkom ją przedstawić, czyli stworzyć koncepcję funkcjonowania i rozwoju szkoły. Zadanie łatwe? Raczej nie.

Anna Juklaniuk i Beata Bryś zauważają, że przepisy prawa nie określają wobec koncepcji żadnych wymogów poza… jej istnieniem[13]. Po wtóre, że jej stworzenie jest najbardziej absorbującą czynnością dla startującego w konkursie[14]. Poza tym Juklaniuk zauważa, że brakuje jasno określonych kryteriów oceny owej koncepcji. Wszak w komisji konkursowej zasiądzie kilka osób - przedstawicieli organu prowadzącego szkołę, organu sprawującego nadzór pedagogiczny, rady pedagogicznej, rodziców oraz związków zawodowych[15]. Jak będą oceniać? Na co kłaść szczególny nacisk? W związku z tym, że kryteriów oceny próżno szukać w przepisach prawa, nie sposób na te pytania odpowiedzieć w sposób konkretny i jednoznaczny.

Są jednak kwestie niepodlegające wątpliwości. Koncepcja funkcjonowania i rozwoju placówki powinna być interesująca, logicznie spójna i świadcząca o znajomości szkoły[16].

Beata Bryś przytacza za „Słownikiem wyrazów obcych i trudnych” A. Markowskiego i R. Pawelca definicję wyrazu koncepcja. To nic innego jak pomysł do realizacji[17]. Oczywiście, z jednej strony jest budowany niejako na potrzeby konkursu na stanowisko dyrektora szkoły, ale z drugiej strony to projekt na 5 lat funkcjonowania placówki. Niektórzy porównują ją do drogowskazu – nie tylko dla dyrektora, ale i dla nauczycieli i samych uczniów[18], inni do… gwiazdy przewodniej[19].

Tworzący koncepcję kandydat na stanowisko dyrektora szkoły ma być jednocześnie wizjonerem i niebojącym się wyzwań pragmatykiem. Dyrektor powinien być marzycielem i projektować obraz swojej placówki. Jego wizja ma być swoistym punktem w przyszłości, właśnie spełnianiem marzeń o szkole, do czego są zaproszeni wszyscy nauczyciele[20].

Dlaczego natomiast dyrektor musi być pragmatykiem? Bo - jak pisze Bryś - koncepcję należy formułować konkretnie, wyszczególniając w punktach takie sfery działań, jak: dydaktyka, wychowanie, opieka i bezpieczeństwo, kadra pedagogiczna czy baza techniczna. Kandydat na stanowisko dyrektora szkoły może też podzielić swoją koncepcję ze względu na obszary działań: organizacja i zarządzanie, kształcenie, wychowanie, opieka, bezpieczeństwo, współpraca z rodzicami i środowiskiem, rozwój zawodowy kadry pedagogicznej oraz inwestycje[21].

W jaskini lwa?

Gdyby można było posłużyć się nomenklaturą sportową, to dotychczas opisane działania kandydata porównałbym do treningu, natomiast wypowiedź przed komisją konkursową do startu w zawodach. Trening powinien być przemyślany, staranny i merytorycznie poprawny.

Natomiast dzień zawodów, co potwierdzą zawodnicy różnych dziedzin sportowych, jest sporą niewiadomą, przede wszystkim dlatego, że o sukcesie podczas zmagań decyduje wiele czynników, jak choćby pogoda, predyspozycje zawodnika w tym konkretnym dniu, wreszcie nastawienie i ocena samych sędziów.

Na wiele z tych czynników zawodnik nie ma wpływu. Nie oznacza to jednak, że zaniedba przygotowania. Dołoży wszelkich starań, by być w dniu startu jak najmocniejszym. Wybitny znawca branży finansowej Michał Szafrański mówi: „Im więcej potu na treningu, tym mniej krwi w ringu”[22].

Tak więc kandydat na stanowisko dyrektora placówki również powinien zatroszczyć się o to, by

11. Tomasiak-Wyszyńska W., Chcę kierować szkołą, Kujawsko-Pomorski Przegląd Oświatowy UczMy 2020, nr 4, s. 37-38.
12. Dzierzgowska I., O różnych koncepcjach zarządzania, „Dyrektor szkoły” 2011, nr 8.
13. Juklaniuk Anna Beata, Jak napisać koncepcję funkcjonowania i rozwoju szkoły?, „Dyrektor szkoły” 2005, nr 12.
14. Bryś Beata, Jak napisać koncepcję pracy, „Dyrektor szkoły” 2008, nr 5.
15. Elsner Danuta, Komisja konkursowa, „Dyrektor szkoły” 2008, nr 5.
16. Juklaniuk Anna Beata, Jak napisać koncepcję funkcjonowania i rozwoju szkoły?, „Dyrektor szkoły” 2005, nr 12.
17. Bryś Beata, Jak napisać koncepcję pracy, „Dyrektor szkoły” 2008, nr 5.
18. Por. Kwiecińska Grażyna, Dokument, który nie straszy – koncepcja pracy Szkoły Podstawowej nr 7 Świdniku, „Dyrektor szkoły” 2010, nr 12.
19. Elsner Danuta, Dyrektorze, dlaczego potrzebna Ci wizja? „Dyrektor szkoły” 2000, nr 9.
20. Wlazło Stefan, Wizja i misja w szkole, „Dyrektor szkoły” 2004, nr 8.
21. Bryś Beata, Jak napisać koncepcję pracy, „Dyrektor szkoły” 2008, nr 5.
22. Szafrański Michał, Zaufanie, czyli waluta przyszłości, Warszawa 2018, s. 26.

miesiące „treningu" były jak najefektywniejsze tak, by „dzień zawodów", jakim jest wystąpienie przed komisją konkursową, wypadł jak najlepiej, a przede wszystkim, by zaowocował wygraną.

Mamy jesień 2022. W oświacie, do czego jesteśmy przyzwyczajeni, znów zmiany. Nie ominęły też choćby składu przyszłych komisji konkursowych… Czy należy odpuścić, zrezygnować? Powtórzę swe słowa z początku artkułu - jeśli, Drogi Czytelniku, masz w sobie moc do zmian, startuj w konkursie, a wcześniej… Trenuj, przewiduj, zapisz się na kurs kwalifikacyjny, sięgaj po bardzo cenne czasopismo „Dyrektor Szkoły"…

Nade wszystko zaś wypatruj pragmatyków, wsłuchuj się w ich wartościowe wskazówki. Choćby takich znakomitych dyrektorów, których miałem przyjemność słuchać podczas kursu w Kujawsko-Pomorskim Centrum Edukacji Nauczycieli w Bydgoszczy. Osoby, które chcą się dzielić swoim doświadczeniem i wiedzą, są naprawdę bezcenne.

Andżelika Karolik
Przedszkole Miejskie nr 2 w Toruniu

Sztuka wychowania

Nie tylko wychowanie ma służyć sztuce,
ale to właśnie sztuka ma służyć wychowaniu.
B. Suchodolski

Sztuka funkcjonuje wszędzie na świecie, niezależnie od tego, czy ktoś ją widzi i słyszy, rozumie czy nie pojmuje, ceni czy lekceważy. Istnieje po to, aby jej piękno nami owładnęło, zwyciężyło nas i uszczęśliwiło. Zanim jednak zastanowimy się nad tym, jak wielki wpływ ma sztuka na naszą egzystencję i jak można jej oddziaływanie wykorzystać do pełnego i harmonijnego rozwoju dziecka, postarajmy się określić, czym ona właściwie jest.
Definicja:

• H. Reada[1]:

Sztuka jest jedną z tych rzeczy, które – jak powietrze czy ziemia – znajduje się wszędzie dookoła nas, lecz nad którymi rzadko się zastanawiamy. Sztuka jest nie tylko tym, co znajdujemy w muzeach i galeriach czy w starych miastach, takich jak Florencja i Rzym. Możemy powiedzieć, że sztuka jest obecna we wszystkim, co robimy dla przyjemności swoich zmysłów.

• S. Szumana[2]:

Sztuka służy ludzkości w ogóle, a żywioł piękna jest potrzebny człowiekowi każdemu, jest podstawowym czynnikiem pełnego i harmonijnego rozwoju każdej jaźni i każdej warstwy społecznej.

Szukanie i znajdowanie w świecie piękna oraz zajmowanie się sztukami plastycznymi do dziś uważane jest przez ludzi za nieproduktywne i tym samym zbyteczne. A przecież świat poznajemy nie tylko umysłem, ale i w sposób bezpośredni, poprzez wzrok, słuch i dotyk. Poznanie rzeczywistości przez pryzmat sztuki prowadzi do poszukiwania, dostrzegania i doznawania piękna, nasyca naszą świadomość, nasze zmysły, wyobraźnię i uczucia. Aktywność ta, podobnie jak aktywność fizyczna czy muzyczna, jest najbardziej naturalną działalnością dziecka, dlaczego by wiec nie wykorzystać jej do harmonijnego rozwoju. Sztuka w pełnym tego słowa znaczeniu daje nam wiele możliwości, by dziecko za jej pośrednictwem mogło pokazać nam część siebie, jak widzi, co czuje, myśli, zdobywając przy tym nowe spostrzeżenia i doświadczenia. Jest wiec to działalność dynamiczna, wyrabiająca takie dyspozycje, jak: umiejętność zadawania pytań i szukania na nie odpowiedzi oraz dokonywania przemyśleń i przekształceń. Ale, aby zrozumieć tajemnicę dziecięcego „języka obrazów", należy pamiętać o rozwoju twórczości plastycznej dziecka.

• Etapy rozwoju twórczości plastycznej dziecka według S. Szumana oraz V. Lowenfelda[3]:
1. Bazgrota od 2 do 4 roku życia
- bazgrota chaotyczna
- bazgrota kontrolowana
- bazgrota nazywana.

1. H. Read, *Wychowanie przez sztukę*, przeł. A.Trojanowska-Kaczmarska, Wrocław 1976, s. 22.
2. S. Szuman, *Sztuka dziecka*, Warszawa1990, s. XIII.
3. V. Lovenfeld, *Twórczość i rozwój umysłowy dziecka*, Warszawa 1977.

2. Stadium „przedschematyczne" („poszukiwanie schematu") od 2 do 6 roku życia
- „głowonogi"
- „głowotułowie".
3. Stadium rysowania schematycznego, inaczej geometryzacji (ideoplastyka) od 6 do 8 roku życia.
4. Stadium płynnej kontury, inaczej „poschematyzm" („początki realizmu") od 8 do 13 roku życia
- rysowanie „typowe".
5. Stadium pseudonaturalizmu, pseudosymbolizmu, pseudokonstruktywizmu od 13 roku życia.

Patrząc na plastyczne wytwory dzieci, nie powinniśmy mierzyć ich wartości swoją wiedzą na temat naturalistycznego, poprawnego i wiernego odtwarzania świata. Starajmy się raczej oglądać świat w graficznym uproszczeniu tak, jak robi to dziecko. Tematyka rysunków dziecięcych wiąże się z ich zainteresowaniami, dlatego oglądając je, poznajemy ich wyobrażenia, uczucia i myśli. Na pierwszy plan wysuwa się tu postać ludzka i zwierzęca, marginesowo zaś rośliny oraz zabudowania, pojazdy itp. Później, w miarę jak dziecko uczy się umieszczać na rysunku więcej postaci czy przedmiotów, rozszerza się tematyka rysunków, gdzie zestawiane są określone sceny czy zdarzenia. Są to sceny wyrażające ich zainteresowania tym, co widziały podczas zabaw i z czym wiążą swoje emocje. W rezultacie dzieci rysują i malują przede wszystkim obrazki związane z własnym życiem oraz z życiem dorosłych, wśród których przebywają, obserwując wszystko, co widzą wokół siebie. Mimo ograniczonego sposobu przedstawiania rzeczywistego wyglądu rzeczy i zjawisk jest to realistyczne ujęcie konkretów. Dziecko szczerze przedstawia świat w swoich obrazach. Dlatego też zachęcam, aby ową szczerość docenić, nie zaś oceniać jedynie umiejętności graficznego przedstawiania rzeczywistości.

Rysunki i malowanki wykonywane przez dzieci w domu, przedszkolu czy w szkole stają się zwykle przedmiotem zainteresowania osób dorosłych. Najczęściej jest to jednak pobieżne zapoznanie się z nimi i ocenianie według przelotnego wejrzenia bez dalszych komentarzy i uzasadnień. Stwierdza się wówczas lakonicznie, że dany rysunek podoba się nam lub nie podoba, nawet nie próbując przekonać się, na jakiej podstawie wydaliśmy o nim dodatni lub ujemny sąd.

Patrząc na twórczość plastyczną dziecka, powinniśmy rozważyć także jego rozwój umysłowy. Należy wiedzieć, na jakim etapie rozwoju dziecko się znajduje, by w pełni zrozumieć informacje przekazywane za pomocą plastyki i odpowiednio dopasować twórczą działalność do możliwości dziecka.

Od narodzin do w pełni ukształtowanego człowieka dziecko musi przejść długą drogę pełną niepokojów, radości, smutków, doświadczeń. Wszystkie te emocje często wyrażane są za pomocą aktywności rysunkowej. Wiedza z zakresu psychologii dziecka pozwoli nam owe uczucia odczytać i wykorzystać dla jego rozwoju. Rozwój umysłowy można podzielić na pewne części następujące kolejno po sobie. Poniżej przedstawiam ów podział według J. Piageta[4]:

Etapy rozwoju	Fazy rozwoju
Poziom zmysłowo-ruchowy	I. Stadium odruchów II. Stadium pierwszych nawyków III. Stadium koordynacji widzenia i chwytania IV. Stadium praktycznej inteligencji V. Stadium poszukiwania nowych środków VI. Stadium zakończenia okresu zmysłowo-ruchowego
Rozwój percepcji	I. Problem stałości II. Problem przyczynowości percepcyjnej
Funkcja semiotyczna (symboliczna)	I. Naśladownictwo opóźnione II. Zabawa symboliczna (fikcyjna) III. Rysunek graficzny IV. Obraz psychiczny V. Odtwarzanie za pomocą mowy
Konkretne operacje (relacje interindywidualne)	I. Decentralizacja poznawcza, społeczna, moralna II. Przekształcenia odwracalne i wzajemne

4. J. Piaget, B. Inhelder, Psychologia dziecka, Siedmiogród 1993.

Operacje zadaniowe (przed dorastaniem)	I. Uwolnienie od konkretu II. Początek myśli hipotetyczno-dedukcyjnej III. Kombinatoryka IV. Przemiany uczuciowe V. Wzrostu fizjologicznego i somatycznego VI. Uwolnienie od przeszłości, skierowanie na przyszłość

Poznanie etapów rozwoju umysłowego dziecka oraz integracja ich z etapami rysunku, których ono doświadcza, daje możliwości bliższego poznania dziecka i dostrzeżenia radości, niepokojów, których doznaje. Daje również możliwość wpływania na owe odczucia tak, aby rozwój przebiegał prawidłowo. Nie chodzi tu bynajmniej o naukę rysunku, ale o udostępnianie i upowszechnianie sztuki, a także o wdrażanie do własnej twórczości.

Zgodnie w pedagogiczną koncepcją sztuki, jednym z zadań wychowania estetycznego w przedszkolu jest integracja zabaw muzycznych, plastycznych i literacko-teatralnych. Właśnie tak powstała całość wychodzi naprzeciw potrzebom dziecka, kształtuje prawidłowe postawy, przyczynia się do całościowego jego rozwoju. W obecnych czasach, kiedy dziecko ma ułatwiony dostęp do mediów, zostaje ono wręcz przytłoczone informacjami, bodźcami, których nadmiar przyucza je do biernego przyswajania obrazów czy słów. Współczesne dziecko wkracza w trudny świat popkultury i wynikających z niej zagrożeń. Dlatego też tak ważne jest, w jaki sposób i za pomocą jakich środków wyrazu uczymy dziecko kierować się możliwościami percepcyjno-ekspresyjnymi, intelektualnymi, estetycznymi. Dzięki wychowywaniu poprzez sztukę dziecko odzwierciedla świat nie tylko zmysłem, ale i w sposób bezpośredni, za pomocą wzroku, słuchu i dotyku. To szukanie i znajdowanie w świecie piękna, rozwijanie zamiłowań do dzieł wielkich artystów oraz twórcze przekształcanie rzeczywistości jest niezbędne dla harmonijnego rozwoju człowieka.

Bibliografia:

Natroff A., Wasyluk K., *Wychowanie plastyczne w przedszkolu,* WSiP, Warszawa 1990.
Piaget J, Inhelder B., *Psychologia dziecka,* Siedmiogród 1993.
Read H., *Wychowanie przez sztukę,* Ossolineum 1976.
Szuman S., *O sztuce i wychowaniu estetycznym*, WSiP, Warszawa 1990.
Szuman S., *Sztuka dziecka*, WSiP, Warszawa 1990.
Tołstoj J. N., *Co to jest sztuka*, Warszawa 1987.
Wojnar I., *Wychowanie dzieci przez sztukę*, PZWS, Warszawa 1965.

Konrad Trokowski
Zespół Szkół Katolickich im. ks. Jana Długosza we Włocławku

Moje sposoby na wspieranie uczniów w czasie nauczania zdalnego

W tym krótkim tekście podzielę się kilkoma refleksjami na temat kondycji psychicznej uczniów i nauczyciela w tych niełatwych czasach lockdownu płynącymi z codziennej praktyki nauczycielskiej czynnego i zaangażowanego belfra z Torunia uczącego we Włocławku.

Chyba nikomu nie trzeba udowadniać, że sytuacja lockdownu, z którą mieliśmy do czynienia w szkołach, była specyficzna i bardzo trudna zarówno dla uczniów, jak i dla nauczycieli. Z dnia na dzień musieliśmy zmienić sale lekcyjne na domy i komputery, kontakty osobiste na te wirtualne, a sprzęt laboratoryjny na filmiki edukacyjne. Początki były trudne, nawet bardzo trudne, ale z upływem czasu... wcale nie było łatwiej. Oczywiście przyzwyczailiśmy się, lepiej lub gorzej, do tych nowych warunków edukacyjnych, ale doskonale rozumieliśmy, że to tylko namiastka prawdziwego nauczania. I tak też jest w rzeczywistości.

W mojej szkole pracowaliśmy na platformie GSuite, zapewnionej przez dyrekcję szkoły, którą opiekował się szkolny administrator IT. Pod względem technicznym wszystko działało idealnie i w ogóle nie musieliśmy się tym przejmować, co okazało się niezwykle ważne w ówczesnych niepewnych czasach.

Bardzo często lekcję zdalną rozpoczynałem od prostego pytania: „Co tam u was?". Jeśli klasa potrzebowała akurat luźnej rozmowy na dowolny temat, to pozwalałem nawet na ożywioną dyskusję. Zauważyłem, że po takim dłuższym wstępie klasa była zupełnie inaczej nastawiona psychicznie do zajęć i paradoksalnie, „tracąc" nawet 15 minut lekcji na luźne rozmowy, zyskiwałem znacznie większą motywację uczniów do pracy przez następne pół godziny. Takie podejście do nauczania zdalnego przypadło do gustu nie tylko uczniom, ale także ich rodzicom, którzy, będąc w domu, widzieli, z jakim zaangażowaniem ich dzieci dołączały do lekcji chemii. Oczywiście znaleźli się również malkontenci negujący każde, nawet najbardziej nowatorskie podejście do edukacji, które nie wpisuje się w ich utarty i standardowy świat. Wyszedłem jednak z założenia, że „jeszcze się taki nie urodził, co by wszystkim dogodził" i robiłem swoje. Okazała się to właściwa strategia.

Z przeprowadzonej wśród uczniów ankiety jasno wynikało, że ówczesna sytuacja lockdownu w szkolnictwie generowała u nich dużo więcej emocji negatywnych niż pozytywnych. Co więcej, w miarę upływu czasu coraz bardziej dominowały negatywy. Wśród plusów tej sytuacji uczniowie wymieniali właściwie tylko możliwość późniejszego wstawania i naukę w stroju mniej formalnym. Ci, którzy na początku próbowali oszukiwać, grając na lekcjach lub ściągając na sprawdzianach, przestali to robić po otrzymaniu kilku ocen niedostatecznych z prac pisemnych i zadań domowych, wystawionych oczywiście zgodnie z prawem za wiedzę i umiejętności, a właściwie ich brak. Problem rozwiązał się więc w sposób naturalny. Wśród negatywnych odczuć uczniów często wymieniane było znaczne ograniczenie kontaktów społecznych, izolacja i alienacja, ale dominowało jednak odczucie niepewności o zdrowie swoje i najbliższych, o własną edukację i przyszłość... W związku z tym postanowiłem wprowadzić zdrową żelazną rutynę na lekcjach. Moi uczniowie od początku doskonale wiedzą, że mnie nie trzeba się obawiać i nie należy stresować się na zajęciach, ale niepewność generująca naturalny strach może zostać znacząco zredukowana właśnie poprzez przewidywalność procesu edukacyjnego.

Z moich obserwacji wynika, że uczniowie szkoły podstawowej bardzo doceniają zaangażowanie nauczyciela i poświęcony im czas. Uczniowie lubią, gdy nauczyciel jest zainteresowany ich odczuciami i przeżyciami, ale jednocześnie nie jest wścibski. Często, nie tylko na lekcjach zdalnych, inicjuję dyskusję, a potem tylko słucham wypowiedzi uczniowskich. Wówczas czują oni, że nie są sami i mają wsparcie w dorosłych. Działa tu też efekt potwierdzenia swoich oczekiwań własnym przykładem: „skoro nauczycielowi się chce, to nam też się będzie chciało".

Licealiści natomiast potrzebują zupełnie innego typu kontaktów. Oni poszukują mentora i takich zdrowych relacji mistrz – uczeń, oczywiście bez nadmiernej sztuczności. Podobnie jak uczniowie podstawówki również doceniają poświęcony im czas i chcą wykorzystać go najlepiej, jak można, angażując się w proces edukacyjny. Widzę, że im zależy i że chcą się naprawdę czegoś nauczyć, co nakręca mnie do kolejnych aktywności. Można powiedzieć, że napędzamy siebie nawzajem.

W przypadku uczniów liceum zadziałała strategia, którą zastosowałem jakiś czas temu, jeszcze w trakcie nauki stacjonarnej w szkole. Zapoznałem się z nią, słuchając homilii o. Wojciecha Wernera – jezuity, duszpasterza akademickiego i katechety w liceum, posługującego w toruńskiej parafii pod wezwaniem Ducha św. Licealiści są w takim wieku, w którym wszystkie nakazy, rozkazy, polecenia i próby zbyt dużego nacisku odczytują jako atak i jakby zamykają się na dalsze sugestie. W związku z tym często na lekcji używam stwierdzeń typu: „wybór chemii jako przedmiotu rozszerzonego to wasza decyzja", „od was zależy, czy się nauczycie, czy nie", „jeśli chcecie, możecie się tego nauczyć", „jestem tutaj po to, aby wytłumaczyć wam to zagadnienie, ale od was zależy, czy z tego skorzystacie", „nic na siłę" itp. **Uczniowie muszą mieć poczucie, choćby pozorne, że na wszystko, co robią, mają wpływ i to oni podjęli decyzję o sposobie swojego kształcenia.** Z przymusu nic dobrego nie wynika, ale nawet pozorne pozostawienie decyzji uczniom wzmacnia w nich motywację wewnętrzną i zachęca do pracy: „ja podjąłem tę decyzję i chcę to robić!". Po zastosowaniu tej metody uzyskałem nawet poprawę wyników matury z chemii u najzdolniejszych uczniów (choć już było bardzo dobrze) oraz lepsze rozeznanie własnych możliwości u uczniów, którzy nie zostali obdarzeni przez Boga talentem chemicznym. Mówiąc krótko, uczniowie ci szybciej orientują się w swoich mocnych stronach, co przynosi korzyści przede wszystkim dla ich zdrowia psychicznego i efektywnego rozwoju w przyszłości.

Nie samymi lekcjami jednak żyją uczniowie i nauczyciele. Korzystając z tego, że nie musiałem dojeżdżać z Torunia do Włocławka i miałem więcej wolnego czasu, będąc opiekunem Samorządu Uczniowskiego Liceum (SUL), wraz z uczniami przygotowałem dla szkolnej społeczności kilka dodatkowych propo-

zycji. Chciałem, aby mogli oderwać się do komputera, a jednocześnie miło i pożytecznie spędzić czas.

Trzeci rok z rzędu opracowałem układ okresowy pierwiastków chemicznych złożony ze zdjęć uczniów prezentujących symbole, nazwy i podstawowe informacje o każdym z pierwiastków. Wysłałem wszystkim uczniom wiadomość na dziennik elektroniczny, a każdy z nich mógł wybrać sobie dowolny, ulubiony pierwiastek zgodnie z zasadą „kto pierwszy, ten lepszy". Motywy wyborów były różnorakie: ładna barwa, ciekawa nazwa, „dobre" położenie w układzie Mendelejewa lub po prostu ślepy los. Następnie każdy z uczniów przygotował prezentację swojego pierwiastka zgodnie z wytycznymi Międzynarodowej Unii Chemii Czystej i Stosowanej (IUPAC), wpisując na środku kartki jego symbol, w lewym górnym rogu - liczbę masową, w lewym dolnym rogu - liczbę atomową i u dołu - polską nazwę. Oczywiście efekty wizualne zostawiłem inwencji i wyobraźni uczniów. Rzecz jasna - nie zawiodłem się! Prezentacja uranu zawierała motywy związane z promieniotwórczością, przy radzie i polonie pojawiły się podobizny Marii Skłodowskiej-Curie i jej męża, natomiast ameryk wzbogacono o amerykańską flagę. Nie zabrakło również wstawek przyrodniczych, hobbystycznych i żartobliwych. Tegoroczny układ okresowy pierwiastków chemicznych nazwałem „domowym", gdyż większość czasu przeznaczonego na edukację spędziliśmy we własnych pieleszach. Projekt z 2019 roku określiłem mianem „żywy", bo to żywi ludzie prezentowali każdy pierwiastek, a kolejny, z oczywistych powodów, opatrzyłem przydomkiem „kwarantannowy".

Pomysł takich układów okresowych to inicjatywa zaczerpnięta bezpośrednio ze szkoły fińskiej, którą podsunął mi zimą 2019 roku 15-letni wówczas Teemu. Poznaliśmy się dzięki hokejowej grupie dyskusyjnej na Facebooku, gdzie wspólnie uczyliśmy się pewnego ruchu bez kija na lodzie. Od słowa do słowa doszliśmy do głosowej rozmowy prywatnej i korzystając z okazji, nie mogłem sobie odmówić dyskusji o fińskiej szkole. Nie czas i miejsce rozprawiać o ewidentnych zaletach podejścia Skandynawów do edukacji. Staram się natomiast przemycać do swojego nauczania jak najwięcej elementów fińskich.

Od dwóch lat realizuję w szkole dwa autorskie cykle edukacyjne: „Chemia praktyczna" i „Ciekawa chemia". Uczniowie mają możliwość przeprowadzenia w warunkach domowych, na podstawie moich ścisłych instrukcji, określonych doświadczeń chemicznych, a swoją pracę dokumentują zdjęciami lub filmami. **W minionym roku szkolnym uczniowie hodowali piękne kryształy soli kuchennej klasyczną metodą krystalizacji, wykonywali modele wybranych atomów za pomocą dostępnych w domu materiałów, napełniali balony dwutlenkiem węgla powstałym w reakcji sody i octu oraz empirycznie zbadali zjawisko dyfuzji, tworząc piękne grawitacyjne smugi nadmanganianu potasu w wodzie.**

Wspólnie z panią wicedyrektor Sławomirą Lewandowską opiekujemy się redakcją szkolnej gazetki „NeoWICI". W mijającym roku szkolnym wydaliśmy cztery numery w formie okazjonalnika, czyli wówczas, gdy zebraliśmy odpowiedni materiał lub z okazji Świąt Bożego Narodzenia, Świąt Wielkanocnych czy zakończenia roku szkolnego. Razem też zorganizowaliśmy w naszej szkole zdalne dyktando.

Wspólnie z członkami SUL współtworzę szkolne radio „Halo! Z tej strony Długosz!". To audycja na żywo prowadzona przez przewodniczącego i wiceprzewodniczącą SUL z udziałem zaproszonych gości: nauczycieli, uczniów i absolwentów naszej szkoły. Gościliśmy katechetę i matematyka, a także Martę Bielawską - uczennicę ZSK i uczestniczkę „The Voice of Poland" oraz absolwentkę - studentkę medycyny.

23 października, na początku lockdownu, przygotowałem autorski zdalny wykład z okazji Dnia Mola. Chciałem w prostych słowach i popularnonaukowym językiem przedstawić genezę mola oraz jego zastosowanie w chemii i wpływ na światową naukę. Miałem także zaszczyt włączyć się w realizację projektu edukacyjnego „Wiek nie jest przeszkodą - nauki ścisłe dla każdego", którego partnerem jest Fundacja „Anwil dla Włocławka". W ramach projektu odbył się wykład o życiu i osiągnięciach Marii Skłodowskiej-Curie, a następnie uczniowie opracowywali ciekawe zagadnienia chemiczne. Drugiego dnia rozprawialiśmy o przyczynach i skutkach wypadków w elektrowniach jądrowych, a uczniowie przygotowali odwrócony test i krzyżówkę dotyczącą tych właśnie zagadnień. Trzeciego dnia wygłosiłem wykład na temat zmian w egzaminie maturalnym z chemii, a potem wspólnie rozwiązywaliśmy zadania z Informatora maturalnego.

Wszystkie swoje pomysły zaprezentowałem podczas wystąpienia „Kondycja psychiczna nauczyciela i jego uczniów z praktyki czynnego belfra" na ogólnopolskiej konferencji zatytułowanej „Kondycja uczniów, nauczycieli i rodziców w aktualnej sytuacji lockdownu w kontekście przeciwdziałania zachowaniom przestępczym, ryzykownym i depresyjnym" zorganizowanej przez Fundację „Życie" we współpracy z Ministerstwem Sprawiedliwości i Rzecznikiem Praw Dziecka. W konferencji udział wzięło ponad tysiąc osób. Co ważne dla mnie, moje pomysły na wspieranie uczniów w czasie domowej edukacji spotkały się z uznaniem nie tylko słuchaczy, ale także zaproszonych gości i ekspertów, którzy potwierdzili słuszność stosowanych przeze mnie rozwiązań.

Do tej pory skupiłem się na uczniach. A jak ja sobie poradziłem?

Utrzymanie zaangażowania uczniów na lekcjach i dbałość o ich zdrowie psychiczne wymaga od nauczyciela własnej dobrej kondycji i niesłabnącego entuzjazmu, aby nimi zarażać uczniów. Czasami słyszę pytania: „Skąd na to wszystko bierzesz siłę?" Ja nie uważam, że robię coś nadzwyczajnego. Zawód nauczyciela to dla mnie także powołanie i wielka pasja. W warunkach lockdownu nie było łatwo, ale sił dodaje mi cały czas moja kochana rodzina oraz znakomita atmosfera w szkole, w której pracuję. I chociaż nie musiałem wstawać w środku nocy i jechać pociągiem do Włocławka, to całym sercem pragnę, aby zdalna edukacja nigdy się już nie powtórzyła, czego Czytelnikom i sobie życzę!

Grzegorz Troszyński
Szkoła Podstawowa Specjalna nr 4 im. Jana Pawła II w Aleksandrowie Kujawskim

Pomoc dziecku z niepełnosprawnościami w codziennej komunikacji

Otaczająca rzeczywistość zmienia się z dnia na dzień. Dostęp do coraz bardziej zaawansowanej technologii jest powszechny. W artykule chciałbym przybliżyć i omówić pracę z narzędziem pomagającym dziecku z niepełnosprawnościami w codziennej komunikacji.

Szkoła Podstawowa Specjalna nr 4 im. Jana Pawła II w Aleksandrowie Kujawskim jest miejscem pracy, którą wykonuję na stanowisku nauczyciela i od 2 lat wykorzystuję nowoczesne narzędzia w systemie kształcenia specjalnego z dziećmi z niepełnosprawnością: znaczną, umiarkowaną i głęboką.

Oprócz niepełnosprawności intelektualnej u naszych uczniów współwystępują choroby, które uniemożliwiają im poznawanie i doświadczanie świata. Dlatego, zapoznając się z indywidualną sytuacją dzieci, poszukuję coraz lepszych i dostępniejszych form pomocy w dostarczaniu bodźców stymulujących do rozwoju. W swojej pracy pedagogicznej używam „C-Eye - (cyberoko)". ***Jest to nowoczesne narzędzie umożliwiające kontakt i pracę z osobami mającymi trudności w komunikacji. System śledzi ruch gałek ocznych, dzięki czemu pozwala na ocenę stanu świadomości dziecka, nawet gdy jest ono całkowicie porażone.***[1] Technologia ta wymaga od ucznia ogromnego wysiłku i zaangażowania w skupienie wzroku i koncentracji uwagi na prezentowanym w narzędziu materiale. System ten pozwala na lepszą jakość komunikacji między dzieckiem, a rodzicami oraz zmienia perspektywę rzeczywistości otaczającej ucznia.

Uczeń pracujący z narzędziem „C-Eye (cyberoko)" w ramach indywidualnych zajęć rewalidacyjno-wychowawczych. Fotografia źródło własne

1. https://stowarzyszenie-koniczynka.pl/cyber-oko/

Moje zainteresowanie tą nowoczesną technologią zaczęło się od pracy z 10-letnim chłopcem z głęboką niepełnosprawnością intelektualną oraz wieloma chorobami współistniejącymi, takimi jak: epilepsja, pogłębiająca się skolioza, czterokończynowe porażenie mózgowe. W trakcie pogłębionego wywiadu z rodzicami dziecka dowiedziałem się, że chłopiec uległ wypadkowi w wieku 3 lat wpadł do sadzawki. Podtopienie spowodowało nieodwracalne skutki w centralnym i obwodowym układzie nerwowym, takie jak: paraliż całego ciała, zaburzenia czucia, wyrażania stanów emocjonalnych, niemożność połykania posiłków, prawidłowego oddychania. Chłopiec karmiony jest dojelitowo, posiada rurkę tracheotomiczną i jest przewijany pieluchami jednorazowymi. Ponadto uczeń od 10 roku życia był poddawany nowoczesnej terapii komórkami macierzystymi. Podczas pierwszej diagnozy pedagogicznej zaintrygowało mnie to, że uczeń bacznie obserwował plansze ze zdjęciami rzeczywistymi, co potwierdzała matka. Wielokrotne rozmowy z rodzicami ucznia oraz zaangażowanie matki w zajęcia szkolne sprawiło, że podjęliśmy pracę z narzędziem „C-Eye - (cyberoko)". Ćwiczenia rozpoczynały się od krótkich treningów percepcyjnych i badania pola widzenia. Materiał dostarczany do narzędzia za pomocą dysku zewnętrznego jest dostosowany do indywidualnych możliwości dziecka przez nauczyciela jako zbiór obrazów (fotografii) lub grafik. Chłopiec, odpowiednio motywowany, ma możliwość sterowania oraz obsługi systemu i proponowanego materiału za pomocą własnego spojrzenia, reprezentowanego w postaci czerwonej kropki, czyli punktu, na który patrzy, wodząc wzrokiem po ekranie. Wszystkie działania, jakie podejmuje uczeń, odbywają się wyłącznie przez ruch gałek ocznych. Od dwóch lat zostały stopniowo wprowadzone proste komunikaty z otoczeniem poprzez wybieranie gotowych form wypowiedzi (np. „Potrzebuję przerwy", „Chcę wyjść na spacer" itp.), odczytywane następnie przez system. Aktualnie chłopiec ukończył 15 lat, a jego stan zdrowia jest stabilny.

W trakcie pracy z opisywaną technologią zaobserwowałem bardzo duży entuzjazm ucznia, pozytywne emocje i niesamowite przeżycia związane z możliwością komunikacji z otoczeniem, wyrażeniem własnych potrzeb i uczuć.

Marek Malinowski
Publiczna Szkoła Muzyczna I stopnia w Lipnie

Nauczycielski drogowskaz

Zrób dzisiaj coś, czego innym się nie chce.
Jutro będziesz mieć to, czego inni pragną…

Publiczna szkoła muzyczna z Lipna w czołówce Polski

Jak wzmacniać w uczniach umiejętność stawiania czoła wyzwaniom? Jak rozwijać ich zainteresowanie muzyką? Jak ich pozytywnie motywować? Co zrobić, aby im się chciało? Albo: aby mi się chciało? Jak uczyć, aby dostarczać uczniom pozytywnych doświadczeń? Jakim być nauczycielem, aby uczeń na lekcji czuł się dobrze?

W Publicznej Szkole Muzycznej w Lipnie mam przyjemność uczyć dzieci gry na gitarze klasycznej od siedmiu lat. Praca z dziećmi sprawia mi ogromną przyjemność. To niesamowita satysfakcja patrzeć, jak młodzi gitarzyści rozwijają się i czerpią radość z gry na gitarze. W przeciwieństwie do innych dziedzin nauki czy aktywności **muzyka aktywizuje wszystkie partie mózgu i stymuluje powstanie w nim fal alfa odpowiedzialnych za poczucie głębokiego spokoju i koncentracji**. Muzyka wpływa na ludzi przez całe życie, jednak szczytowy moment rozwoju zdolności muzycznych człowiek osiąga już w wieku 9 lat. Udowodnił to słynny psycholog muzyczny Edwin Gordon, a jego metoda nauczania rytmiki podbiła świat.

Gitara klasyczna jest dość trudna do opanowania, instrument ten nie wybacza błędów. Trzeba być niezwykle zdeterminowanym, by uzyskać zadowalające efekty, ale pracując systematycznie i solidnie, można osiągnąć zamierzony cel. Mimo że uczę w małej miejscowości, trafiają mi się uczniowie bardzo zdolni. Oszlifowanie takiego diamentu wymaga czasu, silnej woli i cierpliwości. Jak powiedział Wielki Polak **Fryderyk Chopin**: ***Czas to najlepsza cenzura, a cierpliwość – najdoskonalszy nauczyciel***

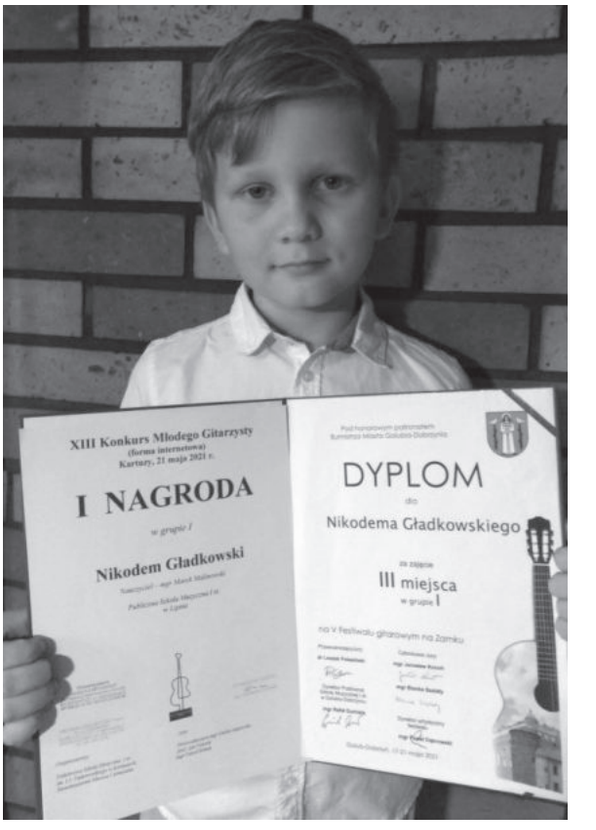
W tym miejscu trzeba zaznaczyć, że nieocenione jest wsparcie rodziców. To rodzina jest środowiskiem wychowawczym nie do zastąpienia, to ona stwarza warunki do ujawnienia potencjalnych możliwości dziecka. Pomoc i zaangażowanie rodzica są niezbędne, żeby cały proces przebiegał właściwie.

Światowa pandemia i zamknięcie w domach spowodowały, że sfera dobrostanu uczniów, mająca bezpośredni wpływ na ich zdrowie psychiczne, jest obecnie szczególnie istotna. Bardzo trudno jest w sposób przemyślany i planowy stworzyć dziś dla uczniów bezpieczne środowisko, gdzie mogą się uczyć, ale także rozwijać pod względem fizycznym, umysłowym, emocjonalnym, społecznym oraz duchowym. Dobre samopoczucie zarówno ucznia, jak i nauczyciela przekłada się na relacje uczeń – mistrz. Przecież, kiedy czujemy się dobrze, mamy więcej cierpliwości, siły do działania i jesteśmy bardziej otwarci na nowe.

W PSM w Lipnie dzieci traktuje się podmiotowo i indywidualnie. W ten sposób dajemy dzieciom możliwość nabywania umiejętności, takich jak: kreatywność, komunikatywność, logiczne myślenie, umiejętność pracy zespołowej, rozwijanie własnego języka muzycznego. Bardzo się cieszę, że podczas mojej pracy wychowałem kilku bardzo dobrych gitarzystów. Pomimo ostatnich trudności w realizacji stacjonarnych zajęć udało się stworzyć dogodne warunki pracy, a działania uczniów z powodzeniem promowaliśmy w środowisku lokalnym, a także poza nim.

Uczniowie oczekują akceptacji i doceniania nauczyciela szczególnie, jeśli jest dla nich ważną osobą i podejmują wspólnie szereg aktywności. Bywa jednak tak, że niekiedy mają poczucie, że z ich aktywności nic nie wynika. Potrzebują wtedy informacji zwrotnej z zewnątrz, czasem od zupełnie obcych im ludzi. Daje to poczucie wartości i wiarę w sens działania zarówno ucznia, jak i nauczyciela. Zachęcam dzieci do udziału w licznych popisach gitarowych i konkursach - nie tylko szkolnych, międzyszkolnych, regionalnych, ale i ogólnopolskich. W tym roku ze względu na pandemię wiele konkursów nie odbyło się, a te, które były - jedynie przez Internet. To zupełnie coś innego, niż występ na scenie przed widownią. Obecnie zmiany pojawiają się w tak zaskakująco szybkim tempie, że trzeba się szybko dostosować.

Mój uczeń **– 8-letni Nikodem Gładkowski z klasy pierwszej** gitary w tym roku pięknie reprezentował naszą lipnowską szkołę, stając na podium w gitarowych konkursach nie tylko regionalnych, ale również ogólnopolskich.



Gorąco zachęcam do nauki gry na gitarze klasycznej, bo gitara to cudowny instrument, można zakochać się w jej brzmieniu. Ja takiej miłości doświadczyłem i staram się nią zarazić najmłodszych, mam nadzieję, że mi się choć trochę udaje.

Nauka polega na odwadze uczenia się z otwartym umysłem i sercem. Trzeba też odwagi, by przyznać, że nie wiemy wszystkiego.
Odwaga ta daje wolność i swobodę działania.

Klaudia Majewska-Rybacka
Zespół Szkół Katolickich im. ks. Jana Długosza we Włocławku

Edukacja żywieniowa w klasach 1-3. Jak zachęcić dzieci do zdrowego odżywiania?

Okres wczesnoszkolny u dzieci charakteryzuje się dynamicznym rozwojem, dlatego wymaga szczególnej uwagi żywieniowej. Zalecana przez Instytut Żywności i Żywienia piramida żywienia zdrowego dziecka dzieli produkty na kilka grup.

U podstawy piramidy znajduje się aktywność fizyczna, a potem warzywa i owoce, które powinny być spożywane jak najczęściej i w jak największej ilości. Wyżej znajdują się węglowodany złożone, przede wszystkim produkty zbożowe (zwłaszcza pełnoziarniste). Następnie widnieją produkty mleczne będące źródłem łatwo przyswajalnego wapnia. Powinny być spożywane 2-3 razy dziennie. Kolejną grupą produktów jest mięso, wędliny, drób, ryby, jaja. Produkty z tej grupy powinny być spożywane przynajmniej 1 raz dziennie. Najwyższe piętro stanowi tłuszcz z uwzględnieniem olejów roślinnych.

Nie od dziś wiadomo, że żywienie w okresie dzieciństwa w dużym stopniu wpływa również na stan zdrowia w dorosłym życiu. Jeżeli dzieci mają się prawidłowo rozwijać i cieszyć zdrowiem w dorosłości, powinno się nie tylko zadbać o jakość diety w okresie rozwoju, ale także zaszczepić w uczniach zdrowe nawyki na całe życie. Pomimo wyraźnych dowodów na to, że zdrowe odżywianie ma kluczowe znaczenie dla prawidłowego rozwoju dzieci i ochrony przed chorobami dietozależnymi (w tym otyłości), wiele dzieci nie je zgodnie z zaleceniami piramidy żywieniowej. Z tego powodu promowanie zdrowych nawyków żywieniowych wśród dzieci ma ogromne znaczenie. Edukacja żywieniowa jest bardzo skuteczną strategią nauczania dzieci o żywieniu i zapewniania im umiejętności dokonywania zdrowych wyborów żywieniowych.

Kilka rad dietetyka:

1. Słodycze nie mogą być nagrodą dla dziecka.
2. Wszystkie posiłki powinny być przygotowywane samodzielnie w domu. Unikniemy dzięki temu spożywania przez dzieci szkodliwych barwników i konserwantów oraz nadmiaru cukru.

3. Dzieci muszą zjeść w szkole drugie śniadanie oparte na pełnoziarnistym pieczywie, warzywach, owocach lub nabiale.
4. Wystarczy wyznaczyć 1 dzień w tygodniu, w którym dozwolone jest jedzenie słodyczy.
5. Nie kupujcie słodzonych napojów. Zdecydowanie lepsza jest woda mineralna lub napój z wody, cytryny i miodu.
6. Spożywajcie 5 posiłków dziennie z dużą ilością warzyw i nieco mniejszą ilością owoców.
7. W diecie dziecka co najmniej 2 razy w tygodniu powinny znajdować się ryby.
8. Warto wprowadzić do diety zdrowe substytuty słodyczy (np. płatki owsiane z dodatkiem owoców i miodu). Słodycze warto zrobić samodzielnie.
9. Unikaj fast foodów oraz żywności przetworzonej.
10. Pamiętaj o codziennym ruchu na świeżym powietrzu.
11. Zawsze jedz śniadanie przed wyjściem z domu.

Jak zachęcić dzieci do zdrowego odżywiania?

Oto kilka pomysłów na to, jak sprawić, by dzieci jadły zdrowo: rozmowy z dziećmi o zdrowej żyw-

ności i zdrowym stylu życia (rodzice i nauczyciele), wspólne sporządzanie listy zakupów oraz wspólne zdrowe zakupy (rodzice), wspólne przygotowywanie zdrowych posiłków – kolorowy talerz oraz wspólne spożywanie posiłków (rodzice), przygotowywanie zdrowych potraw w szkole lub organizacja warsztatów kulinarnych (nauczyciele), organizacja własnego domowego lub szkolnego ogródka, udział w projektach edukacyjnych promujących zdrowe odżywianie (nauczyciele), a przede wszystkim dawanie dobrego przykładu, dlatego jedzmy zdrowo.

Projekty edukacyjne promujące zdrowe odżywianie

Kocham mleko, czyli
Mamy kota na punkcie mleka

Jest to projekt realizowany przez Polską Izbę Mleka we współpracy z Polską Federacją Hodowców Bydła i Producentów Mleka. Głównym celem projektu jest wzmocnienie pozytywnego wizerunku mleka i polskich produktów mlecznych. W ramach kampanii szkoła (nauczyciel) otrzymuje materiały edukacyjne, gadżety, propozycje konkursów, możliwość spotkania z mlecznymi bohaterami i inne atrakcje. Projekt pokazuje, jak poprzez zabawę edukować dzieci w wieku wczesnoszkolnym w zakresie zdrowego żywienia oraz jak kształtować u najmłodszych prawidłowe nawyki żywieniowe. Uczniowie przekonają się, dlaczego warto pić mleko i jeść przetwory mleczne. Dodatkowo zdobędą wiedzę na temat unikalnej wartości odżywczej mleka oraz roli, jaką odgrywa w zachowaniu zdrowia.

***Dobrze Jemy* ze Szkołą na Widelcu**

Program Dobrze Jemy jest skierowany do klas 0 oraz 1-3 szkół podstawowych. Celem jest przede wszystkim edukacja w zakresie prawidłowego i świadomego żywienia oraz zachęcenie najmłodszych do gotowania. Projekt pomaga realizować kształcenie i wychowanie uczniów w zakresie edukacji zdrowotnej, kształtowanie postaw prozdrowotnych uczniów oraz gruntowanie wiedzy dotyczącej prawidłowego odżywiania, korzyści płynących z aktywności fizycznej, a także stosowania profilaktyki. Program realizowany jest przez Fundację „Szkoła na Widelcu", która uczy, czym jest dobre jedzenie, skąd się bierze i dlaczego jest ważne. Fundacja organizuje warsztaty kulinarne, na których pokazuje, jak gotować smacznie i zdrowo. Warsztaty skierowane są do dzieci, rodziców, nauczycieli oraz personelu szkolnych i przedszkolnych kuchni i stołówek.

Zdrowo jem, więcej wiem!

Jest to ogólnopolski projekt dotyczący edukacji zdrowotnej dla zerówek i klas 1-3 szkół podstawowych. Głównym celem projektu jest wykształcenie u dzieci postaw prozdrowotnych poprzez uczenie zasad zdrowego odżywiania oraz przekazywanie wiedzy na temat produktów służących zdrowiu i produktów dla zdrowia szkodliwych. Ważnym celem jest również uświadomienie związku pomiędzy żywieniem, a występowaniem wielu chorób i dolegliwości oraz podkreślenie roli codziennej aktywności fizycznej w profilaktyce zdrowotnej. Projekt skierowany jest również do rodziców, od których zależy całokształt stylu życia rodziny, gdyż przekonuje ich, że warto zadbać o zdrowe odżywianie i regularną aktywność fizyczną.

Jak ja jem?

Program edukacji żywieniowej *Jak ja jem?* skierowany jest do uczniów w wieku od 9 do 12 lat. Ma on na celu poprawę rozumienia sposobu odżywiania się i hedonistycznego postrzegania posiłków wśród uczniów szkół podstawowych, kształtowanie pozytywnych zachowań zdrowotnych dzieci poprzez pokazy gotowania i warsztaty kulinarne z uczniami oraz zachęcenie dzieci do zmiany złych nawyków dotyczących wyborów żywieniowych. Program składa się z: filmów i plakatów z poradami żywieniowymi oraz informacjami na temat produktów z różnych grup żywności, aplikacji internetowej zaprojektowanej do testowania nawyków żywieniowych dzieci oraz ich preferencji żywieniowych przed i po realizacji programu, rekomendacji dla rodzin dotyczących wprowadzania zdrowych nawyków oraz wsparcia dla nauczycieli.

To tylko kilka propozycji, z których można skorzystać, aby zachęcić dzieci do zdrowego odżywiania oraz zdrowego stylu życia. Serdecznie namawiam do realizacji tych lub innych pomysłów promujących zdrowe odżywianie wśród dzieci. Uważam, że naprawdę warto edukować młode pokolenie w kwestii żywienia. A najważniejsze to dawać dobry przykład, dlatego jedzmy i żyjmy zdrowo!

Bibliografia:

Gawęcki J. „Żywienie człowieka. Podstawy nauki o żywieniu.", PWN, Warszawa 2012.
Grzymisławski M., Gawęcki J. „Żywienie człowieka zdrowego i chorego.", PWN, Warszawa 2012.
http://wiem-co-jem.pl
http://kochammleko.pl
http://szkolanawidelcu.pl
http://zdrowojem.fundacjabos.pl
http://psych.uw.edu.pl
http://dietetycy.org.pl

Joanna Mruk, Marta Tkocz, Dorota Raczyńska-Grala
Szkoła Podstawowa Specjalna nr 19 w Toruniu

Witaj szkoło! Moja szkoło?

Szkoła Podstawowa Specjalna nr 19 w Toruniu to placówka realizująca specjalne zadania edukacyjno-wychowawcze i rozsądnie uwzględniająca indywidualne potrzeby uczniów niepełnosprawnych. Zajmuje się opieką, wychowaniem, kształceniem, rehabilitacją (rewalidacją) dzieci z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu lekkim, umiarkowanym i znacznym na etapie przedszkolnym i szkoły podstawowej (klasy I-VIII) oraz prowadzi zespoły edukacyjno-terapeutyczne.

Ja w mojej szkole

Wypowiedź Wojtka klasy VIII (uczeń z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu lekkim):

Mam na imię Wojtek, chodzę do klasy VIII w SP 19 w Toruniu. Gdy byłem młodszy, chodziłem do szkoły podstawowej z uczniami w normie intelektualnej. Niestety nie odnalazłem tam wspólnych tematów z kolegami i koleżankami, a nauka sprawiała mi trudność. Od klasy IV chodzę do szkoły specjalnej i lubię swoją szkołę, ponieważ mam tu dużo kolegów i koleżanek. Bardzo mnie wspierają w tym, co robię. Nauczyciele są mili, przyjaźni i pomagają wszystkim uczniom naszej szkoły. W klasie panuje miła atmosfera, w szkole są organizowane dodatkowe zajęcia dla każdego ucznia (logopedia, integracja sensoryczna, rehabilitacja ruchowa i wiele zajęć specjalistycznych oraz zajęć kreatywnych). Uczestniczymy w wielu konkursach, spotkaniach, wycieczkach, turnusach itp. Bardzo cieszę się, że chodzę do „swojej" szkoły specjalnej.

Przedstawiamy propozycje scenariuszy z logoterapii, fizjoterapii i zajęć z kreatywności prowadzonych w Szkole Podstawowej Specjalnej nr 19 w Toruniu.

Temat zajęć: Wzmacnianie mięśni brzucha, grzbietu i pośladków
Opracowanie: Marta Tkocz
Miejsce ćwiczeń: sala rehabilitacyjna
Czas trwania: 60 minut
Cele główne:
- wzmacnianie mięśni brzucha
- wzmacnianie mięśni grzbietu
- wzmacnianie mięśni pośladkowych.

Cele dodatkowe:
- odciążenie kręgosłupa od ucisku osiowego
- rozciąganie mięśni piersiowych
- elongacja kręgosłupa
- wzmacnianie mięśni oddechowych
- zwiększanie ruchomości klatki piersiowej.

Cele wychowawcze:
- kształtowanie pozytywnych postaw uczniów do ćwiczeń
- bezpieczeństwo podczas wykonywania ćwiczeń
- wdrażanie do samodzielnego wykonywania ćwiczeń.

Metody:
- zadaniowa ścisła
- naśladowcza.

Każde ćwiczenie wykonujemy 10 razy, cały zestaw ćwiczeń powtarzamy 2-3 razy.

1. Pozycja wyściowa:
Leżenie tyłem. Nogi ugięte, stopy oparte na podłodze. Ręce w pozycji „skrzydełek" leżą na podłodze.
Ruch: Unoszenie bioder do wysokości linii łączącej barki i kolana.

2. Pozycja wyjściowa:
Leżenie tyłem. Jedna noga ugięta, kolano przy klatce piersiowej, druga noga wyprostowana, uniesiona nisko nad podłogą.
Ruch: zmiana ułożenia nóg - naprzemienny wyprost nóg.

3. Pozycja wyjściowa:
Leżenie tyłem. Nogi ugięte, stopy oparte na podłodze. Ręce w pozycji „skrzydełek" leżą na podłodze.
Ruch: Przeniesienie złączonych nóg w bok do położenia kolan na podłodze, bez odrywania pięt od podłogi.

4. Pozycja wyjściowa:
Klęk podparty z dłońmi skierowanymi palcami do środka.
Ruch: Ugięcie rąk w łokciach, broda lub nos lekko dotykają do podłogi.

5. Pozycja wyjściowa:
Stanie na czworakach z nogami wyprostowanymi, biodra wysoko uniesione.
Ruch: Marsz na czworakach bez uginania nóg.
6. Pozycja wyjściowa:
Klęk podparty.
Ruch: Wdech nosem z uwypukleniem brzucha, a następnie wydech ustami z wciągnięciem brzucha i zaokrągleniem pleców - „koci grzbiet".
7. Klęk podparty.
Ruch: naprzemienny wyprost nogi i przeciwległej ręki.
8. Pozycja wyjściowa:
Leżenie przodem. Nogi wyprostowane i złączone. Głowa uniesiona, wyciągnięta w przód, wzrok skierowany w podłogę. Ręce wyprostowane, wyciągnięte przed siebie, uniesione nad podłogę. Pod brzuch w okolicach pępka, zrolowany kocyk.
Ruch: Utrzymać pozycje.
9. Pozycja wyjściowa:
Leżenie na boku z wyprostowanymi i złączonymi nogami i rękoma ułożonymi na podłodze przy głowie.
Ruch: Wykonać trzy obroty w jedną stronę, a następnie 3 obroty w drugą stronę.
10. Pozycja wyjściowa:
Siad klęczny.
Ruch: Wdech nosem z uniesieniem rąk w górę, a następnie wydech ustami z przejściem do pozycji wyciągnięcia w przód - „ukłon japoński", z maksymalnym wyciągnięciem rąk w przód.

Scenariusz zajęć rozwijających kreatywność dla dzieci z niepełnosprawnością intelektualną - *Las i jego mieszkańcy - las w słoiku*

Opracowała: Dorota Raczyńska-Grala

Każdego dnia podczas przygotowywania zajęć dla moich uczniów staram się tworzyć je tak, aby pobudzały one wszystkie zmysły. Zajęcia mają być nie tyko formą dobrej zabawy, ale również lekcją polegająca na wspólnym sadzeniu roślin, opiece nad nimi i nauce troski o nasze naturalne środowisko.

Wprowadzenie do zajęć

Na początku zajęć wykorzystałam elementy metody porannego kręgu, jest to metoda wielozmysłowa obejmująca swoim zasięgiem wszystkie zmysły: wzrok, smak, dotyk, węch słuch. Zabieram wtedy moich uczniów na „wycieczkę do lasu" i w zależności jaką mamy porę roku, przypisuje inną symbolikę. Każda pora roku kojarzy się z innymi bodźcami zmysłowymi zachodzącymi w przyrodzie. Wiosną stymulujemy kolorem zielonym, latem kolorem czerwonym, jesienią żółtym a zimą demonstrujemy kolor biały. W czasie trwania porannego kręgu nauczyciel powinien stworzyć takie warunki, aby dzieci rozwijały aktywność własną, miały poczucie bezpieczeństwa, radości. Poprzez dostarczanie im odpowiedniej ilości i jakości bodźców sensorycznych pobudzamy ich wszechstronny rozwój i zachęcamy do działania.

Przebieg zajęć

1. W pierwszej części zajęć czytam dzieciom opowiadanie *Las i jego mieszkańcy*. Zapoznaję uczniów ze zwierzętami, które możemy spotkać w lesie i jaka jest tam roślinność. Pokazuję na ilustracjach, gdzie dzieci mogą znaleźć zwierzęta i rośliny, o których usłyszały w opowiadaniu.
2. Teraz, gdy już wiemy więcej o leśnych roślinach i zwierzętach, posadźmy własne i pozwólmy im pozytywnie oddziaływać na nasze szkolne środowisko. W czasie, gdy powstaje nasz las w słoiku, opowiadam uczniom, czemu służą poszczególne warstwy:
1. Warstwa piasku - wchłania nadmiar wody.
2. Warstwa keramzytu (kamieni) - to drenaż, umożliwia lepszy odpływ wody, którą podlewamy roślin, gdyby została ona w ziemi, nasze rośliny szybko by zgniły.
3. Wysypywanie ziemi - tu wystarczy zwykła ziemia uniwersalna.
4. Sadzenie rośliny - wyjmujemy roślinę z osłonki i umieszczamy w naszym słoiku, pamiętamy o tym, żeby korzenie były dokładnie obsypane ziemią, która musi być mocno ubita.
5. Ozdabianie - na tym etapie umieszczamy w słoiku np. mech i kolorowe kamyki. Moi uczniowie umieszczają jeszcze figurki swoich ulubionych zwierząt leśnych.

Żeby las w słoiku jak najdłużej cieszył nasze oczy, musimy o niego dbać, systematycznie nawadniać i zraszać rośliny, dbać o wilgotność podłoża i nie wystawiać słoja na duże słońce. Po wykonanej pracy wystawiamy i prezentujemy prace wszystkich dzieci, omawiamy je, zwracając uwagę na proces poprawnej komunikacji, dialogu naprzemiennego. Tak kieruję dialogiem, żeby uzyskać od uczniów informacje podsumowujące ich pracę w czasie zajęć. Oceniamy też nasze prace, nagradzając je brawami lub innymi symbolami zgodnie z systemem oceniania lub nagradzania obowiązującym w danym zespole.

Na zakończenie zajęć dziękuję moim uczniom za współpracę, razem szukamy odpowiedniego miejsca w klasie na wyeksponowanie wykonanych prac uczniów, gdzie zostają na stałe jako ozdoba oraz efekt jednej z licznych aktywności uczniów w szkole.

Scenariusz zajęć logopedycznych

Opracowała: Joanna Mruk

Oddychanie jest naturalną czynnością fizjologiczną, niezbędną do życia, a także bardzo ważną dla poprawnego mówienia oraz prawidłowego rozwoju i funkcjonowania aparatu artykulacyjnego.

Ćwiczenia oddechowe

1. Kolorowe kredki
- śpiewanie piosenki *Kolorowe kredki*
- ćwiczenia oddechowe: przenoszenie przy pomocy słomki obrazków - kolorowe kredki do pudełka (segregowanie pod względem koloru, wielkości, na zasadzie „taki sam" itp.).
Na koniec dziecko rozdmuchuje papierowe kredki, „robimy bałagan"
- środki dydaktyczne: piosenka *Kolorowe kredki*, magnetofon, pudełko, papierowe kredki, słomka.
2. W piórniku
- wiersz *W piórniku*
- ćwiczenia oddechowe - segregowanie obrazków przedstawiających przybory szkolne. Przenoszenie obrazków do piórnika przy pomocy słomki.
- Środki dydaktyczne: wiersz *W piórniku*, piórnik, słomki, obrazki przedstawiające przybory szkolne (ołówek, długopis, kredki, ostrzynka, nożyczki, gumka itp.).
3. Mój plan lekcji
- wiersz *Tydzień* Jana Brzechwy,
- ćwiczenia oddechowe - tworzenie planu lekcji,
I wariant: na papierze rysujemy 7 kolumn - plan lekcji, następnie przenoszenie przy pomocy słomki na duży arkusz papieru obrazków (PCS - dni tygodnia, przedmioty, zajęcia specjalistyczne i inne, w których uczestniczą uczniowie.
II wariant: na papierze rysujemy 7 kolumn - plan lekcji, następnie przenoszenie przy pomocy słomki etykiet z napisami (dni tygodnia, przedmioty, zajęcia specjalistyczne i inne).
- Środki dydaktyczne: wiersz *Tydzień*, duży arkusz papier, marker, słomki, etykiety z napisami, obrazki PCS (jako alternatywne metody komunikacji).

Iwona Materna
Przedszkole Miejskie nr 2 w Toruniu

Ilustracja do bajki „Lew i mysz"

Scenariusz zajęć dydaktyczno - wychowawczych

Prowadząca: Iwona Materna
Grupa wiekowa: 5-6-latki
Temat dnia: Ilustracja do bajki pt. „Lew i mysz" - stosowanie różnych technik plastycznych

Cele operacyjne (dziecko powinno):
- rozwiązywać zagadki słuchowe
- zwrócić uwagę na różnicę w wyglądzie i zachowaniu lwa i myszy
- wyciągnąć wniosek, że każdy jest potrzebny i nie można ocenić kogoś na podstawie jego wyglądu
- wykonać pracę zgodnie z instrukcją nauczyciela
- nazwać technikę wykonywanej pracy
- starać się estetycznie wykonać pracę
- zachować ład i porządek w miejscu pracy.

Metody pracy:
- słowna: zagadki, opowiadanie, objaśnienie i instrukcja
- oglądowa: demonstracji i pokazu
- czynna: ćwiczeń, kierowania własną działalnością, zadań stawianych dziecku
- origami
- kolaż
- dot painting - malarstwo kropkowe.

Formy pracy:
- praca z całą grupą
- praca zespołowa
- praca indywidualna.

Środki dydaktyczne:
Napis „ilustracja", książki przedstawiające różne ilustracje, rysunek przedstawiający „ilustratora" w pracy, opowiadanie „Lew i mysz", ilustracja lwa i myszy, filc, wizytówki z imionami dzieci, fizelina, siatka kwiaciarska, kolorowy papier, klamerki, pomponiki, kredki, nożyczki, „ruchome" oczy, wata, kleje, koła różnej wielkości i koloru, farby.

Przebieg zajęć:
1. Wyciszanka „Budujemy ciszę".
https://www.youtube.com/watch?v=pY5nbeL_wQI
Dzieci powtarzają za nauczycielem słowa piosenki oraz gesty.
2. Słuchanie i rozwiązywanie zagadek związanych z książką.
Za każdą odgadniętą zagadkę nauczyciel odsłania sylabę wyrazu „ilustracja"
3. Zagadki:

Książka
Chodź nie ma zamka ani kluczyka,
często otwierasz ją i zamykasz.
W swym wnętrzu wiele tajemnic mieści,
wierszyków, bajek i opowieści.

Pisarz
Pisze książki i wierszyki,
bajki, baśnie i legendy.
Swoje myśli nam napisze,
byśmy w książce je znaleźli.

Biblioteka
Oto zagadka książkowa!
Dziesięć liter ma to słowo,
a na końcu jest w nim „teka”.
Książka tam na Ciebie czeka.

Ilustrator
Ma komputer, ma też kredki.
Kreśli kropki, kółka kreski
i rysuje nam wspaniałe
krasnoludki duże, małe.

4. Rozmowa na temat ilustracji, jakie mogą być w książce.

Dzieci na podstawie zademonstrowanych przez nauczyciele książek wypowiadają się na temat ilustracji (rysowane, malowane, zdjęcia ludzi, zwierząt lub zdjęcia bohaterów bajek w postaci zabawek, wytworów z plasteliny).

5. Słuchanie opowiadania pt. „Lew i mysz” (na podstawie bajki Ezopa)

Groźny lew odpoczywał sobie na polanie. Żadne zwierzę nie odważyło się mu przeszkadzać, gdyż wszyscy wiedzieli, jak bardzo może to króla zwierząt rozgniewać. Tylko mała myszka zupełnie o tym zapomniała. Tak szybko pędziła do swojej rodziny po drugiej stronie polany, że nie zauważyła śpiącego lwa, który nagle wyrósł przed nią zły i niezadowolony.
- Dlaczego mi przeszkadzasz, szara myszko?
- Nie zjadaj mnie, groźny lwie!
Myszka zdawała sobie sprawę z tego, że z lwem nie ma żartów i że każdy, kto wejdzie mu w drogę, zostanie ukarany. Patrzyła na niego z błaganiem w oczach, bojąc się o swoje życie. Lew w końcu odparł:
- Dobrze, dobrze, pozwalam ci odejść!
Myszka tak bardzo się ucieszyła z darowanego życia, że bardzo chciała się lwu odwdzięczyć.
- Może kiedyś i ja ci pomogę - rzekła.
- Jak taka mała mysz może pomóc wielkiemu lwu? - roześmiał się król zwierząt i wrócił do swojej drzemki, a szczęśliwa mysz pognała przed siebie.
Minęło kilka dni. Lew, wędrując brzegiem lasu, wpadł w pułapkę zastawioną na niego przez ludzi. Nie mógł uwolnić się z grubych sieci, więc zawołał z rozpaczą:
- Ratunku! Pomocy!
Usłyszała to mała myszka i zapytała:
- Co się stało, groźny lwie?
- Nie potrafię uwolnić się z pułapki. Już chyba nikt mnie nie uratuje.
- Poczekaj, chyba mogę ci pomóc - odparła mysz i silnymi zębami zaczęła przegryzać liny. Po chwili lew był wolny.
- Dziękuję, ci mała myszko! Uratowałaś mi życie.
- Cieszę się, że ktoś tak mały jak ja, mógł uratować kogoś tak potężnego jak ty.

Od tej pory groźny lew już nigdy nie lekceważył małej myszki, a mała mysz nie musiała się już bać groźnego lwa.

6. Rozmowa na temat opowiadania. Nauczyciel zadaje pytania:
- Wymień bohaterów opowiadania.
- Jaki był lew, a jaka mysz?
- Czy można określić jaki ktoś jest tylko po wyglądzie?

7. Zabawa przy piosence pt. „Silny jak lew”.
https://www.youtube.com/watch?v=Vc2p-2aUDbM

Dzieci wykonują ruchy za nauczycielem, powtarzają słowa refrenu - marszczą brwi, biegną w miejscu, skradają się jak lis itd.

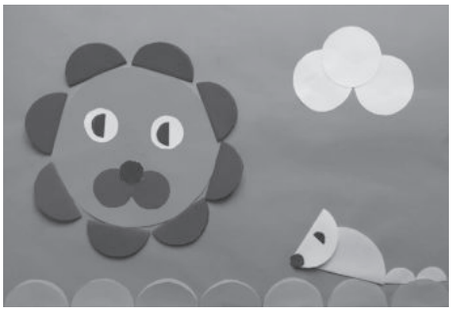
8. Losowanie jednego z elementów wskazujących, jaką techniką plastyczną zostanie wykonana praca (filc, patyczek kosmetyczny, wycięte i złożone na pół koło).

Dzieci losują jeden z elementów, a następnie podchodzą do odpowiedniego stolika. Na każdym stoliku są różne materiały do wykonania pracy plastycznej innymi technikami: kolaż, dot painting - malarstwo kropkowane, elementy metody orgiami.

9. Omówienie technik i sposobu wykonania ilustracji do opowiadania.

Nauczyciel omawia każdą technikę wykonania pracy oraz demonstruje sposób jej wykonania:
• kolaż - wykorzystanie materiałów takich, jak: filc, siatka, wycinanka z kolorowego papieru, kredki, „ruchome oczy”
• technika dot painting (malarstwo kropkowe) - kropkowanie konturów lwa za pomocą patyków kosmetycznych maczanych w farbie
• kompozycje z kół z elementami orgiami - ukazanie sposobu składania kół.

10. Oglądanie oraz omówienie wykonanych prac. Ewaluacja.



Lew i mysz – elementy metoda orgiami

Ewa Bedełek
Pedagogiczna Biblioteka Wojewódzka im. Mariana Rejewskiego w Bydgoszczy

Dobrostan ucznia

zestawienie bibliograficzne w wyborze

Książki

1. Droga do pełni życia: jak odnaleźć fizyczny, psychologiczny i duchowy dobrostan / Richard J. Gilmartin. - Kielce: „Jedność", 2000. - 219 s.sygnatura 135426 M
2. Edukacyjne konteksty psychologii pozytywnej: studium teoretyczno-empiryczne / Tomasz Jurczyk. - Poznań: Wydawnictwo Naukowe UAM, 2019. – 215 s.sygnatura 169530 M, 169531 M
3. Motywowanie uczniów do nauki i dobrego zachowania czyli „Pozytywne przyłapania" / Magdalena Kochanowska, Żaneta Maruńczak, Daria Kapica-Przewoźnik. - Warszawa: Fraszka Edukacyjna, 2020. - 92 s.sygnatura 168764 M, 168765 M
4. Potęga przestrzeni wokół nas / Lily Bernheimer; przekład Grażyna Jagielska. - Warszawa: Wydawnictwo Amber, 2018. – 317 s.sygnatura 165679 M
5. Rodzeństwo: znaczenie relacji z braćmi i siostrami dla naszego rozwoju i dobrostanu / Naomi White, Claire Hughes; przekład Joanna Jakubowska, Aleksandra Tchorzewska; redakcja naukowa polskiego wydania Marta Białecka Pikul. - Warszawa: PWN, 2021. – 296 s.sygnatura 170942 M
6. Spokój emocjonalny / Bernardo Stamateas; przekład Barbara Sławomirska. - Warszawa: Bellona, 2021. – 285 s.sygnatura 171194 M
7. Szczęśliwy mózg: wykorzystaj odkrycia neuropsychologii, by zmienić swoje życie / Rick Hanson; przekład Anna Sawicka-Chrapkowicz. - Sopot: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2019. - 254 s.sygnatura 167456 M, 167457 M
8. Trudny czas dojrzewania: jak pomóc nastolatkom radzić sobie z emocjami, osiągać cele i budować więzi, stosując terapię akceptacji i zaangażowania oraz psychologię pozytywną / Louise Hayes, Joseph Ciarrochi; przekład Sylwia Pikiel. - Wydanie pierwsze w języku polskim. - Sopot: GWP, 2019. - 383 s.sygnatura 168361 M, 168362 M
9. Zagrożeni „niegościnną" rzeczywistością / Mariusz Z. Jędrzejko, Tomasz Kozłowski. - Warszawa: Oficyna Wydawnicza „Aspra", 2020. – 263 s.sygnatura 169662 M

Artykuły z czasopism

1. Biblioterapia w procesie umacniania dobrostanu psychofizycznego dzieci i młodzieży / Wanda Matras-Mastalerz // Biblioteka w Szkole: czasopismo pracowników bibliotek oświatowych. - 2019, nr 10, dod. Biblioterapia w Szkole, s. 2-3
2. Co dziecko powinno słyszeć od dorosłych? / Anna Jankowska // Bliżej Przedszkola: wychowanie i edukacja. - 2021, nr 4, s. 14-17 Hygge, czyli duńska sztuka dobrego życia: praktykuj hygge, odzyskaj równowagę / Marta Nowakowska // Charaktery. - 2020, nr 9, s. 68-74
3. Jak ułatwić uczniom powrót / Małgorzata Nowak // Dyrektor Szkoły: miesięcznik kierowniczej kadry oświatowej. - 2021, nr 8, dod. Niezbędnik Dyrektora Szkoły, s. 77-81
4. Jak zdobyć siłę i odporność psychiczną? / Aleksandra Kubala-Kulpińska // Życie Szkoły. - 2020, nr 7, s. 21-25
5. Jestem ważny, bo jestem / Joanna Flis // Charaktery. - 2021, nr 6, s. 58-63]
6. Psychologiczne skutki pandemii / Tomasz Garstka // Dyrektor Szkoły: miesięcznik kierowniczej kadry oświatowej. - 2021, nr 5, s. 57-58
7. Relacje i emocje po pandemii / Radosław Kaczan, Piotr Rycielski // Dyrektor Szkoły: miesięcznik kierowniczej kadry oświatowej. - 2021, nr 8, dod. Niezbędnik Dyrektora Szkoły, s. 74-76
8. Religijność młodych wchodzących w dorosłość a rozwój ich tożsamości i dobrostan psychiczny / Ewa Gurba, Dorota Czyżowska, Arkadiusz Białek // Psychologia Społeczna. - 2015, nr 4, s. 396-408
9. Smutek w raju / Katarzyna Growiec // Charaktery. - 2016, nr 12, s. 66-69
10. Szczęście to twój wybór / Regina Brett // Charaktery. - 2017, nr 5, dod. Styl Życia: Psychologia dla Całej Rodziny nr 2, s. 14-16
11. Wyzwania po powrocie do szkoły / Sylwia Żmijewska-Kwiręg // Dyrektor Szkoły: miesięcznik kierowniczej kadry oświatowej. - 2021, nr 8, dod. Niezbędnik Dyrektora Szkoły, s. 70-74

KUJAWSKO-POMORSKIE
CENTRUM EDUKACJI NAUCZYCIELI
W BYDGOSZCZY
PLACÓWKA AKREDYTOWANA

KUJAWY POMORZE

Województwo Kujawsko-Pomorskie

Kujawsko-Pomorskie Centrum Edukacji Nauczycieli w Bydgoszczy
jest Jednostką Samorządu Województwa Kujawsko-Pomorskiego

AKREDYTOWANA WOJEWÓDZKA PLACÓWKA DOSKONALENIA

Kujawsko-Pomorskie Centrum Edukacji Nauczycieli we Włocławku

CEN

Skorzystaj z naszej oferty

INFORMATOR

form doskonalenia nauczycieli

2021/2022

ZAPISZ SIĘ

WWW.CEN.ORG.PL

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

KUJAWY POMORZE

Województwo Kujawsko-Pomorskie

Kujawsko-Pomorskie Centrum Edukacji Nauczycieli we Włocławku
jest Jednostką Samorządu Województwa Kujawsko-Pomorskiego

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