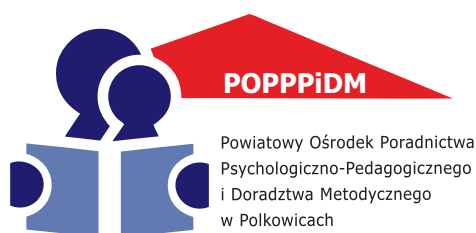


BIULETYN

Powiatowego Ośrodka Doradztwa Metodycznego w Polkowicach

nr 22 / czerwiec 2020



W numerze między innymi:

- WIZJE, KONCEPCJE, DOŚWIADCZENIA NASZEJ PLACÓWKI
– „Edukacja włączająca w bibliotece szkolnej – głosy w dyskusji”,
- „Albo napisz coś wartego przeczytania, albo zrób coś wartego opisanie”,
- „Biblioterapia – interesująca metoda pracy z dziećmi potrzebującymi pomocy i nie tylko...”,
- „Dyskryminacja w szkole – obecność nieusprawiedliwiona”,
- „Olimpijczyk – wielkie marzenia + ciężka praca”,
- „Pracownia plastyczna to miejsce cudów”,
- „Myślenie projektowe Design Thinking”,
- „Presja na uczniów – dokąd prowadzi”.

OD REDAKCJI

Szanowni Państwo

W jakże niespotykanych dotąd okolicznościach mamy zaszczyt oddać kolejny dwudziesty drugi numer „Biuletynu Powiatowego Ośrodka Doradztwa Metodycznego w Polkowicach”. Naszą intencją jest, aby teksty w nim opublikowane były nadal – jak żywimy nadzieję – inspiracją dla każdego, kto uznaje wartość edukacji oraz nauczania i kształcenia z pasją. Pragniemy nie tylko informować o działaniach PODM w Polkowicach, ale również o dokonaniach nauczycieli i ich uczniów, dzielić się przy tym sprawdzonymi pomysłami na praktyczne rozwiązania w codziennej pracy pedagogicznej czy propagowanie innowacji.

Na łamach biuletynu zagościły publikacje, których Autorzy chętnie opisują przedsięwzięcia i prezentują własne opracowania metodyczne. W kolejnych numerach można także wyrazić opinie o aktualnościach w oświacie, literaturze, kulturze. Nieustająco liczymy na owocną współpracę z Państwem i zachęcamy do publikowania.

Redakcja nie bierze odpowiedzialności za zawartość merytoryczną publikacji. Nie zwraca materiałów niezamówionych i zastrzega sobie prawo do skracania artykułów i korespondencji oraz opatrywanie ich własnymi tytułami.

Z wyrazami szacunku

Redakcja

WIZJE – KONCEPCJE – DOŚWIADCZENIA NASZEJ PLACÓWKI

Edukacja włączająca w bibliotece szkolnej – głosy w dyskusji

W ramach funkcjonującej od kilku lat w PODM Sieci Współpracy i Samokształcenia Nauczycieli wspierających rozwój kompetencji czytelniczych uczniów wytyczany jest kierunek działań, formułowana myśl przewodnia, która ma towarzyszyć rozważaniom w trakcie spotkań uczestników. W bieżącym roku szkolnym to rola biblioteki jako ośrodka socjalizującego w szkole, centrum pozytywnych doznań społecznych i edukacyjnych. Jeszcze przed zaistnieniem obecnych, zupełnie nowych dla uczniów, nauczycieli i rodziców okoliczności towarzyszących procesowi dydaktyczno-wychowawczemu uczestnicy SWiS poświęcili trochę czasu zagadnieniom edukacji włączającej w odniesieniu do działalności biblioteki szkolnej. Tak zostały sformułowane swoiste głosy w dyskusji, która odbyła się w formie zdalnej.

Rozważania dotyczyły znanej od lat rzeczywistości edukacyjnej, stąd podawane były przykłady rozwiązań metodycznych do zastosowania we wnętrzach bibliotek czy poza nimi przy utrzymaniu bliskiego kontaktu z uczniami. Wobec aktualnie podejmowanych, niezbędnych form kształcenia zdalnego wydaje się zasadne pewne uzupełnienie przedstawionych propozycji działań odnoszących się do wdrażania edukacji włączającej o przedsięwzięcia do realizacji na odległość. W niżej zamieszczonej tabeli zestawiono kluczowe pytania wiążące się z podjętą problematyką z odpowiedziami uczestników SWiS Nauczycieli wspierających rozwój kompetencji czytelniczych uczniów.

PYTANIA	GŁOSY W DYSKUSJI	
	JESZCZE NIEDAWNO...	DZIŚ...
Jak można rozumieć pojęcie edukacji włączającej?	> Oswojenie dziecka ze szkolną biblioteką, w której czuje się bezpiecznie, miło, dobrze; może wypożyczyć książki proponowane przez nauczyciela bibliotekarza, a także według własnych preferencji czytelniczych; dziecko uczestniczy we wszystkich działaniach bibliotecznych, którymi objęta jest dana klasa. > Przeciwdziałanie wykluczeniu poza ramy grupy w sytuacjach edukacyjnych i okołoedukacyjnych, np. osób z dysfunkcjami lub osób czasowo nieobecnych w szkole. > Pomoc w odnalezieniu się w nowych sytuacjach oraz w skuteczniejszym opanowaniu materiału. Pomagamy także w lepszym przygotowaniu się do życia.	> Zapraszanie do kontaktu w ramach pracy zdalnej uczniów i nauczycieli w ścisłej współpracy z ich rodzicami/opiekunami. > Nawiązywanie bliskich relacji z wykorzystaniem np. telefonu, aby na bieżąco wesprzeć ucznia ze SPE bądź niepełnosprawnością, czy też wyobcowanego, odczuwającego znaczny dyskomfort z powodu niemożności swobodnego przebywania z rówieśnikami. > Inicjowanie kontaktów rówieśniczych za pośrednictwem komunikatorów, portali społecznościowych, różnych aplikacji. > Przypominanie o nabytych już kompetencjach przez uczniów, podkreślanie ich wagi, wzmacnianie

> To swego rodzaju zaproszenie do współistnienia w grupie.

przekonania o sile osobowości każdego dziecka dającej nadzieję na poradzenie sobie w sytuacji dystansu społecznego, który dotyka wszystkich.

Jak to można realizować na co dzień?

> Można:

- często zapraszać dzieci do biblioteki w czasie przerw i lekcji, proponując odpowiednią literaturę;
- rozpoznawać preferencje czytelnicze dziecka;
- prowadzić zajęcia biblioteczne dla całej klasy;
- gromadzić literaturę do pracy z dzieckiem zarówno dla nauczycieli i rodziców, jak i dla samego dziecka;
- włączać ucznia w działanie np. Koła Przyjaciół Biblioteki;
- prowadzić rozmowy na temat sytuacji dziecka z nauczycielami i rodzicami.

> Godne uwagi jest:

- budowanie poczucia wspólnoty na bazie przynależności do szkoły/ klasy;
- zachęcanie do pomocy w sytuacjach codziennych uczniom, którym trudniej funkcjonować w grupie z powodu dysfunkcji zdrowotnych, poznawczych lub innych;
- umacnianie pozytywnych emocji wokół klasowej/ szkolnej wspólnoty, jako miejsca, w którym uczniowie spędzają dużą część dnia.

> Powinno się zapewnić dzieciom ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi dostęp do literatury dostosowanej do ich niepełnosprawności, można także wypożyczać rodzicom opracowania wspomagające ich działanie.

> Dobrze by było założyć klasowy profil na godnej zaufania stronie internetowej pod kontrolą dorosłych, aby uczniowie przebywający stale w domu mogli się komunikować z koleżankami i kolegami z klasy.

> Możliwe jest:

- projektowanie doświadczeń edukacyjnych ucznia;
- pokazywanie wielu dróg i zachęcanie do samodzielnych poszukiwań;
- otwarcie się na propozycje innych nauczycieli/ uczniów/ rodziców w zakresie technologii informacyjno-komunikacyjnych;
- skorzystanie z bazy danych w dzienniku elektronicznym, aby nawiązać kontakt z uczniem i/lub jego rodzicami/opiekunami;
- zadzwonienie do rodziców dziecka i prośba o pośrednictwo w nawiązaniu kontaktu online i/lub telefonicznego;
- utworzenie grupy/ grup z wykorzystaniem np. aplikacji Messenger, której uczestnicy będą tworzyć Koło Przyjaciół Biblioteki;
- włączenie się w krąg osób dbających na odległość o bezpieczeństwo dziecka/ młodego człowieka;
- pozyskanie w porozumieniu z dyrektorem szkoły e-booków i audiobooków atrakcyjnych dla uczniów;
- pobranie i udostępnienie ciekawych i/lub niezbędnych pozycji z rekomendowanego przez MEN portalu Lektury.gov.pl

Jak ja/my to realizujemy?

Jakie działania już zostały podjęte?

> Wypożyczamy książki całą klasą i indywidualnie;

- uzupełniamy zbiór literatury dla rodziców i nauczycieli wspomagającej opiekę nad dzieckiem oraz literatury pięknej pod kątem potrzeb danego dziecka;

- zapraszamy dziecko z całą klasą na zajęcia w bibliotece; uczniowie wypożyczają, przeglądają i prezentują książki na forum klasy;

- eksponujemy prace zwłaszcza plastyczne na holu szkoły;

- tworzymy bezpieczny klimat w bibliotece;

- proponujemy dzieciom wspólne gry i zabawy w czasie przerw;

- zapraszamy dzieci do udziału w imprezach i akcjach czytelniczych, które odbywają się w bibliotece.

> Z uczniami klasy czwartej podjęliśmy trud :-) napisania listów do ich kolegi przebywającego przez miesiąc w sanatorium. Podczas dwóch godzin lekcyjnych uczniowie pisali oraz kolorowali i ozdabiali listy. Następnie w jednej zbiorczej kopercie zostały one przekazane mamie chłopca i dostarczone mu podczas odwiedzin. Cała grupa była podekscytowana pomysłem i bardzo chętnie pracowała.

> Zakupiłam literaturę dla dzieci ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi. Prowadzę zajęcia czytelnicze w przedszkolu i szkole, na których czytam teksty biblioterapeutyczne.

> Np. proszę uczniów o wzajemne wspieranie się w różnych sytuacjach edukacyjnych – wytłumaczenie kolegom, „jak ja to rozumiem”, wspólne opracowanie odpowiedzi w związku z jakimś zapytaniem, problemem do rozwiązania.

> Piszę do rodziców maile z prośbą o zgodę na uczestnictwo ucznia w grupie utworzonej na Messengerze lub Discordzie w celu podejmowania dyskusji np. na temat ostatnio przeczytanych książek.

> Ustalam z uczniami termin zdalnych spotkań, aby każdy zainteresowany mógł wziąć w nich udział.

> Komunikując się na Messengerze, pokazuję krok po kroku, jak korzystać ze znanych mi, godnych zainteresowania aplikacji pochodzących z otwartych zasobów edukacyjnych internetu.

> Wysyłam na adresy skrzynek poczty elektronicznej e-booki, zestawy ćwiczeń, tematyczne karty pracy.

> Czytamy głośno – na zmianę – wybrane fragmenty ciekawych książek.

> Pracujemy z wykorzystaniem np. narzędzi Google – Dysku, Dokumentów, Prezentacji – nad wspólnie tworzonym tekstem, notatką w formie tabeli czy schematu, mapy myśli, prezentacją multimedialną.

> Rozmawiamy o naszych przeżyciach, o tym, co się wydarzyło.

Zdecydowanie lista odpowiedzi na powyższe pytania, owych głosów w dyskusji, nie jest zamknięta. Warto, aby każdy nauczyciel bibliotekarz, również polonista czy po prostu zainteresowany rozwijaniem aktywności czytelniczej dzieci i młodzieży rozważył przedstawione propozycje działań i wypracował własne. Przedsięwzięcia powinny być jak najbardziej efektywne i możliwe do realizacji w dzisiejszej rzeczywistości edukacyjnej. Jednocześnie wydaje się słuszne zachowanie w pamięci rozwiązań metodycznych, które niewątpliwie się sprawdzają, gdy uczniowie i nauczyciele będą mogli powrócić do swoich szkół.

Dorota Szmidt,

*Uczestnicy Sieci Współpracy i Samokształcenia Nauczycieli
wspierających rozwój kompetencji czytelniczych uczniów*

Bibliografia:

Cybulska R., Derewlana H., Kacprzak A. i in., Uczeń ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi w systemie edukacji w świetle nowych przepisów prawa oświatowego, Ośrodek Rozwoju Edukacji, Warszawa 2017 <https://www.ore.edu.pl/2018/02/uczen-ze-speporadnik-dla-dyrektorow-2/>

Michałowski R., Myka W., Pfeiffer A. red., Jak wdrażać kształcenie na odległość w kształceniu ustawicznym w formach pozaszkolnych krok po kroku, Krajowy Ośrodek Wsparcia Edukacji Zawodowej i Ustawicznej, Warszawa 2014 <http://www.koweziu.edu.pl/download.php?plik=jak-wdrazac-kno.pdf>

Albo napisz coś wartego przeczytania, albo zrób coś wartego opisania

Słowa Bena Franklina stały się mottem przewodnim Powiatowego konkursu na dowolną epicką formę wypowiedzi. Cele, które przyświecały organizatorom, to przede wszystkim: kształtowanie umiejętności redagowania wypowiedzi epickich, podwyższenie kompetencji językowych i rozwój twórczości uczniów.



Piotr Franczek *Życie i fikcja*

Do konkursu zaproszono wszystkie szkoły ponadpodstawowe z powiatu polkowickiego, ale udział wzięli tylko uczniowie Zespołu Szkół im. Narodów Zjednoczonej Europy w Polkowicach. Na konkurs wpłynęło 12 prac, które oceniło jury w składzie:

- Małgorzata Majewska-Greń – przewodnicząca (doradca metodyczny)
- Nadzieja Guzowska (nauczycielka języka polskiego z Zespołu Szkół w Chocianowie)
- Przemysław Szulc (nauczyciel języka polskiego w Zespole Szkół w Polkowicach)

Lista laureatów przedstawia się następująco:

I miejsce: Julia Macioszczyk

II miejsce: Brygida Łosowska

III miejsce: Anna Koziół

Wszystkie trzy laureatki są uczennicami klasy II polkowickiego Liceum Ogólnokształcącego, a ich nauczycielką języka polskiego jest mgr Ewa Dudziak-Gaj.

Prace, które wpłynęły na konkurs, zaskoczyły członków jury zarówno poruszaną problematyką, jak i dojrzałością ujęcia tematu. Te przecież prawie osiemnastoletnie licealistki piszą o sprawach swojego pokolenia: przeciążeniu nauką, depresji, uzależnieniach, anoreksji, bulimii, niskiej samoocenie, braku akceptacji siebie, podejmowaniu ważnych decyzji, ... Myślę, że w obecnej sytuacji związanej z pandemią te prace nabierają innego wymiaru. Zachęcam do ich przeczytania, aby może inaczej spojrzeć na młodych ludzi, których od ponad miesiąca nie widzimy w szkole, a jedynie są w zdalnym nauczaniu postacią na monitorze komputera czy adresem e-mail, z którego otrzymujemy kolejne zadanie domowe. Obraz Piotra Franczoka pt. Życie i fikcja, który towarzyszył konkursowi, warty jest zestawienia z miejscem młodego człowieka w świecie, szczególnie w tym trudnym dla wszystkich czasie.

Skrytobójca czyha

Kolokwialnie rzecz ujmując: większość z nas żyje jak przysłowiowe „pączki w maśle”. Wszystkiego mamy pod dostatkiem, a dzisiejszy świat pełen jest dobrobytu, szans do rozwoju itp. Oczywiście nie można wrzucać wszystkich „do jednego worka”; są ludzie, którzy mają poważne problemy finansowe i życiowe. Jednak na potrzeby tego artykułu zgeneralizujemy sytuację i skupmy się na „władcach życia”. Pełne półki w sklepach, dach nad głową, dostęp do edukacji, ciepła kawa o poranku, przyzwoicie płatna praca, choć zawsze mogłoby być lepiej. Dobro aż się przelewa, czyż nie? Zatem, dlaczego do miana choroby cywilizacyjnej, a nawet epidemii urosła depresja, a zaraz za nią zaburzenia odżywiania, stany lękowe i nerwice? Czyżby dostatnie życie wprowadziło swoją własną selekcję naturalną?

W nie tak dalekiej przeszłości (czasy komunizmu, PRL-u) o chorobach psychicznych nie mówiło się. Samobójstwa? Owszem, zdarzały się, jednak starano się szybko wyciszać takie sprawy, by oszczędzić plotek i pomówień rodzinie zmarłego. Mimo wybrakowanego z komfortów obecnych czasów życia, ludzie czerpali z niego radość. Możliwie nawet większą niż teraz. Nie było chorobliwej zazdrości, zawiści, gdyż każdy posiadał praktycznie to samo. Egzystencja była szara, monotonna, lecz w miarę stabilna i w tym ludzie znajdowali pewien spokój. Poza tym, były ważniejsze sprawy, którymi należało się przejmować niż nowy płaszcz sąsiadki. Absolutnie nie pochwalam w tym miejscu komunizmu. Jednakże warto wspomnieć, iż dobrobyt, a wręcz jego nadmiar, zachwiał ludzkim postrzeganiem świata.

Studiując statystyki obrazujące wzrost zapadalności na choroby psychiczne, można złapać się za głowę. Z roku na rok dramatycznie wzrastają. Dosiegają osób w każdym wieku. Zgodnie z zapiskami w podręcznikach do psychologii: anoreksja, bulimia, ortoreksja dotyczą najczęściej dziewcząt (lecz również, w mniejszej części, ale jednak, chłopców) będących w okresie dojrzewania, ale też depresja dosięga osób starszych, młodych dorosłych... I tak można by wymieniać jeszcze długo. Prawdę mówiąc, są to jedynie suche dane. Życie ukazuje zgoła inny obraz. Choroby psychiczne mogą dotknąć każdego, bez względu na wiek, rasę, pochodzenie. Każdy przypadek jest odmienny i wymaga spersonalizowanej pomocy.

Po dość długim wstępie przejdźmy do istotnych pytań: co jest tym pistoletem, który codziennie nieświadomie przykładamy sobie do skroni, ściągając się w dół? Co też autor miał na myśli, zestawiając zagadnienie o dobrobycie z chorobami psychicznymi? Odpowiedzią na oba zapytania jest sprowadzenie tematu do kwestii porównywania się z innymi. Nie raz słyszymy z tyłu głowy pewien uciążliwy głos. Kiedy mówimy: „Posiadam naprawdę wiele!” On odpowiada: „Ale inni mają więcej”. Taki dialog występuje jeszcze w wielu kwestiach:

„-Jestem dobrym człowiekiem!”

„-Ale on jest lepszym.

„-Moja figura jest w porządku.”

„-Ale ona jest szczuplejsza, piękniejsza, bardziej zmysłowa.”

Wszystkie te „rozmowy” sprowadzają się następnie do myśli: co jest ze mną nie tak i dlaczego nie mogę być jak (tu wstawmy nazwisko osoby, do której się przyrównujemy)? Fakt, spora część społeczeństwa o twardym pancerzu powie: „Nie jestem jak xyz, no i co z tego?”. Ale co odpowie ta druga, ze słabszą psychiką, asertywnością? Co powoduje tę słabość? Utrata kogoś ważnego, ciężkie dzieciństwo, trauma, nieszczęście w życiu, ludzka natura... Ile ludzi, tyle powodów. Nie od dziś wiadomo, że ludzie się od siebie różnią i nie każdy jest pewny siebie, silny, twardy, więc de facto nikogo nie można w tej kwestii (o, ironio) porównywać.

Świat mediów? Żadnej pomocy, a wręcz przeciwnie: to on nakręca spiralę zatracenia, żeruje na ludzkich pragnieniach. Każdego dnia oglądamy w telewizji czy w „sieci” tysiące reklam i ładnych obrazków. Czytamy w magazynach o wystawnym życiu celebrytów i snujemy marzenia o takim właśnie luksusie, bez potrzeby brania kredytu na całe życie. Sardonicznie, owi celebryci często tęsknią za zwyczajnym życiem,

brakiem fali krytyki czy nienawistnych komentarzy od zazdrosnych obserwatorów. Kij ma zawsze dwa końce.

Papież Franciszek powiedział, że każde porównanie jest diabelskie. Bardzo trafne stwierdzenie. Wiedzie ono do zazdrości; ta natomiast, zależy, albo do nienawiści, albo do rozpacz. W konsekwencji odczuwamy takie cierpienie, że czujemy się jak w piekle.

Czy więc zaprzestanie przyrównywania się do innych wyleczy społeczeństwo z trawiących je chorób psychicznych? Odpowiedź jest prosta: nie. Poza tym byłoby to niemożliwe tak czy inaczej, wszak nie kontrolujemy ludzkich umysłów.

Co więc ma na celu ten artykuł? Pragnę zwrócić uwagę na to, by poświęcić samemu sobie więcej miłości, cierpliwości i akceptacji. Konkutowanie z innymi w taki sposób w naszym umyśle to droga donikąd, ślepy zaułek (no chyba, że lubimy topić się w oceanie rozpacz). Sami stajemy się wówczas swoimi osobistymi wrogami. Czy możemy uczynić sobie coś gorszego niż skazywanie się na stawianie mu czoła dzień w dzień? Wróg ten, żyjąc w naszych myślach, będzie powoli wypłukiwał z nas całą radość z życia. Sprawí on, iż wewnątrz staniemy się puści i martwi, mimo że na zewnątrz wciąż będziemy żyć i funkcjonować. Zdrowie psychiczne jest niezwykle ważną kwestią, o której często zapominamy w biegu życia. Szkoda, że nie dbamy o nie w taki sposób, w jaki dbamy o zdrowie fizyczne. Negatywne myśli to skrytobójcy czyhający na naszą wewnętrzną egzystencję. Nie dajmy się im! Uciszymy zazdrość, docenimy samych siebie! Jeśli potrzebujemy psychologa, psychiatry, po prostu specjalisty – dajmy sobie pomóc i absolutnie nie czujmy z tego powodu wstydu! Zadbajmy o nasze własne dobro, no chyba, że wolimy zignorować je i zamiast tego przejmować się panią xyz i jej nowym Lamborghini. Po cichu sądzę jednak, iż nie jest to szczyt naszych marzeń...

Praca konkursowa Brygidy Łosowskiej

Zagubieni

Od kiedy staliśmy się świadomi, co dzieje się już w pierwszych latach życia, każdego dnia podejmujemy mnóstwo decyzji. Od błahych aż po trudne i ciężkie. Oczywiście coś, co dla nas może być ważne w danej sytuacji, dla kogoś może być nic nieznaczące. Ale jest to dla każdego osobistą sprawą. I nie powinno się tego krytykować.

Na każdym kroku dorośli (i nie chodzi mi tu tylko o ludzi w podeszłym wieku, ale nawet zaledwie dziesięć lat starszych od nas) przypominają nam, jak to teraz młodzi ludzie mają dobrze. Wszystko mają podane na tacy. I ja się z tym zgadzam, że mamy o wiele lepiej i łatwiej pod wieloma względami niż młodzież dziesięć, dwadzieścia czy pięćdziesiąt lat temu. Ale równocześnie przez to, jak duży mamy wybór, o którym nasi przodkowie nawet nie mogli pomarzyć, ciężko nam wybrać, co tak naprawdę chcemy i będzie nam sprawiać przyjemność.

W dzisiejszych czasach młodzi ludzie już na początku posiadają więcej, niż im do szczęścia potrzeba. Nic nie robiąc dostają od rodziców, co potrzebują i chcą, tylko dlatego że są ich dziećmi. Tak więc zaczynając już od ponadprzeciętnego poziomu życia oczywistym jest, że oczekujemy, iż gdy się wyprowadzimy z domu, będziemy tak samo dobrze żyć lub nawet lepiej. No, ale oczywiście nic w życiu nie przychodzi samo. By coś mieć, trzeba na to zapracować. Tak więc stajemy przed wyborem naszej dalszej edukacji - czy chcemy iść do liceum, czy technikum, jakie profile klas, co pisać na maturze, na jakie studia chcemy się dostać. I wybór jest o wiele trudniejszy niż kilkanaście lat temu, bo możemy pójść do szkoły w naszym mieście, ale mamy możliwość uczęszczać do szkoły na drugim końcu świata, np. w USA., Nasza przyszłość zależy od nas. Jesteśmy zmuszeni podejmować tak wiele znaczących decyzji w tak młodym wieku. Kiedyś ludzie nie mieli wyboru lub mieli bardzo ograniczony, a teraz możliwości jest nieskończenie wiele, a niepewność, czy to, co właśnie wybieramy będzie najlepsze, stale nam towarzyszy.

Moim zdaniem, wybierając pomiędzy dwoma rzeczami, sprawniej i szybciej podejmiemy decyzję. Trudności pojawiają się, kiedy do wyboru jest więcej niż kilka, a nawet kilkanaście opcji.

Świetnie jest mieć własne zdanie i więcej niż chcieliśmy sposobów na rozwiązanie naszych problemów. Ale przez nadmiar tego wszystkiego młodzież czuje się zagubiona. Nie wie, czego chce tak naprawdę, a co po prostu teraz jej się podoba. Żyjemy w ciągłym biegu. Naszym obowiązkiem jest nauka, ale chcemy rozwijać swoje pasje. Powinniśmy pomagać w domu rodzicom, ale chcemy się spotykać ze znajomymi. Stale odkładamy coś na później. Żyjemy w ciągłym niedoczasie. Na koniec dnia rozmawiając sami ze sobą w myślach, czujemy się przemęczeni lub zażenowani. Poszukujemy balansu naszego sensu życia. Tak żyjąc, łatwo się pogubić.

Czasu cofnąć się nie da, lecz pewne decyzje można zmienić, zawsze jest możliwość, by zacząć od nowa. Istotne jest to, że warto niekiedy zaryzykować, nie bać się spróbować jeszcze raz.

Musimy pamiętać, że życie, jakie mamy, przeżywamy tylko raz i dlatego nigdy nie będziemy mogli stwierdzić, która z naszych decyzji była słuszna, a która nie, ponieważ w danej sytuacji mogliśmy zdecydować tylko jeden raz. Nie dano nam żadnego drugiego, trzeciego, czwartego życia, abyśmy mogli porównać konsekwencje różnych naszych decyzji.

„Dobre decyzje biorą się z doświadczenia, a doświadczenie bierze się ze złych decyzji”

„Zaryzykujcie, postawcie stopę na ziemi nieznanej.”

Nancy H. Kleinbaum *Stowarzyszenie umarłych poetów*

Praca konkursowa Anny Kozioł

Dzień z życia ucznia

Bardzo często od nauczycieli można usłyszeć następujące pytanie : „Dlaczego wy się nie uczycie?” Twierdzą, że jesteśmy leniwi, że szkoła nie jest dla nas ważna. Czy to jest prawdą? Spróbuję przedstawić ,jak ta sytuacja wygląda z perspektywy nastolatka, a przede wszystkim ucznia.

Jak napisano wyżej, w ciągu tygodnia nie obejdzie się bez pytania nauczycieli: ”Dlaczego nie chcecie się uczyć?”, i słów „Wy nic nie umiecie,” „Nic nie osiągniecie”. Dlaczego tak jest? Dlaczego ambicja ucznia spada wraz z przechodzeniem z klasy do klasy? Odpowiedzią na to na pewno nie jest brak chęci oraz lenistwo. My jako uczniowie staramy się jak najlepiej wypełniać swoje obowiązki, jednak nie zawsze dajemy radę.

Wiadomo, że im wyższa klasa, tym poziom trudności jest większy. Ale w niektórych sytuacjach to już przesada !Poniżej opiszę przykładowy dzień z życia ucznia po zajęciach szkolnych.

Kończą się lekcje, wychodzimy ze szkoły ok. godziny 15:30, w domu jesteśmy o godzinie 16:00, osoby dojeżdżające docierają do domu o godzinie 17:00. Po zjedzeniu obiadu mamy godzinę 16:30, czyli tak naprawdę zbliża się wieczór. Niektórzy idą na korepetycje lub inne zajęcia dodatkowe. Wracamy około 17:30. Wtedy bierzemy się oczywiście za zadania domowe, bez których się nie obejdzie. Dokładne zrobienie zadania domowego z każdego przedmiotu zajmuje półtorej godziny, jak nie więcej, jeżeli mamy dużo zadane ten czas sięga do dwóch godzin. Mamy więc godzinę 19:00. Ale to nie koniec! W ciągu tygodnia są sprawdziany, kartkówki oraz odpowiedzi ustne, do których musimy się przygotować, oraz nauka z każdego przedmiotu, czyli tzw. nauka z lekcji na lekcje, żeby nie zrobiły się zaległości. Nauczyciele sądzą, że jak dostajemy złe oceny ze sprawdzianów to jest to wyłącznie nasze lenistwo i nieprzykładanie się do obowiązków szkolnych. Nikt nie pomyśli, że powodem takiej sytuacji może być natłok wszystkiego, że uczeń, niestety, nie jest w stanie nauczyć się w 100% do lekcji, bo za chwilę musi zacząć naukę do kolejnego przedmiotu, inaczej nie zdąży... Im późniejsza godzina, tym mniej chęci do nauki i zaczynamy myśleć tylko o tym, żeby w końcu położyć się spać, wypocząć, gdyż na drugi dzień musimy wcześnie wstać. Mamy już godzinę 22:00 lub 23:00. Nie było czasu na przerwę w trakcie nauki, na rodzinę, pasję lub

nawet przeczytanie lektury zadanej na język polski czy przeczytanie jakiegokolwiek książki! Nie mamy czasu na myślenie o niczym innym prócz nauki. Dochodzi do tego stres, który odczuwa każdy uczeń myśląc, że nie nauczył się wszystkiego. Ale dlaczego nie nauczył się wszystkiego? Odpowiedź brzmi: po prostu nie zdążył!

Spędzamy od siedmiu do ośmiu godzin w szkole, w trakcie których musimy mieć stale skupioną uwagę. Staramy się koncentrować, notować, odpowiadać na wszystkie oczekiwania nauczycieli, stresując się tym, że nauczyciel mnie o coś zapyta i być może odpowiem nie tak jak by tego oczekiwał, czyli odpowiem źle. Jesteśmy wyczerpani pod koniec dnia bardziej niż niektórzy dorośli pod koniec dnia pracy. Wracamy do domu, gdzie większość swojego pozostałego, niby „wolnego” czasu spędzamy oczywiście na... kolejnych zadaniach szkolnych. Większość dorosłych nie chciałaby wykonywać dalej swojej pracy (jeśli nie jest ona jego pasją) po wyczerpującym dniu wypełnionym zadaniami, których robić nie chce. Większość by ją znienawidziła, a część by ją rzuciła. Jednak my szkoły porzucić nie możemy. Opór jest jedyną formą buntu, którą uczeń stosuje, jeśli w ogóle można nazwać to buntem. To raczej bezsilność. Ta niechęć spowodowana jest tylko i wyłącznie ogromnym bagażem obowiązków szkolnych. My potrzebujemy oprócz nauki czasu na odpoczynek, ruch, kontakty z rówieśnikami, z rodzicami. Szczególnie kontakt z rodzicami jest teraz bardzo ważny i potrzebny. Jeśli tego wszystkiego brakuje, niechęć do nauki jest oczywista. Jesteśmy przeciążeni nauką i zmuszeni do zaniedbywania pozostałych, ważnych dla nas potrzeb opisanych wyżej. Niestety, do tego przyczynia się szkoła. Taki system na pewno nie zwiększa naszej motywacji do nauki, nie powoduje również, że przybywa nam sił. Wręcz przeciwnie, potrafi jedynie odebrać chęci każdemu, nawet najbardziej zdeterminowanemu uczniowi. Wystarczyłoby zadawanie przez nauczycieli mniejszej ilości zadań domowych. Wtedy lepiej przygotowalibyśmy się do sprawdzianów, do lekcji. Byłby czas na odpoczynek, na rozwijanie własnych zainteresowań oraz realizowanie ukochanych pasji.

(Zapis prac konkursowych zgodny z oryginałem)

*Opracowanie
Małgorzata Majewska-Greń
doradca metodyczny PODM w Polkowicach*

Biblioterapia – interesująca metoda pracy z dziećmi potrzebującymi pomocy i nie tylko...

„Książka uczy cię zastanowić się nad życiem i jego sprawami, prowadzi cię jakby za rękę przez wądoły i mierzyny, żebyś nie błędził, ścieżki twoje prostuje, a przede wszystkim uczy cię radości życia.”

Gustaw Flaubert

Gdzie jesteśmy? Co się dzieje? Kiedy będzie normalnie? Te i inne pytania zadajemy sobie każdego ranka, kiedy uświadamiamy sobie, że to kolejny dzień kiedy musimy zostać w domu, zaplanować pracę zdalną dla swoich uczniów, odpowiedzieć na mnóstwo pytań od rodziców, którzy mocno chcą nas wesprzeć w pracy dydaktycznej pracując indywidualnie z dzieckiem. Z dnia na dzień diametralnie zmieniło się nasze życie. Codziennie zmagamy się przecież z licznymi problemami, a teraz ich liczba zwiększyła się o te nowe, których nikt z nas dotąd nie doznał. Nie wolno nam jednak zapominać, że problemy dotyczą nie tylko nas dorosłych. Te wielkie i małe problemy, zmartwienia, podejmowanie decyzji i emocje, które im towarzyszą dotyczą również dzieci. Bagaż ich życiowych doświadczeń nie jest na tyle bogaty, aby często z niego korzystać. Dorosli rozwiązując problemy życia codziennego odwołują się często do swoich wcześniejszych przeżyć, sytuacji, sięgają po najlepszy sposób radzenia sobie z trudnościami. Dziecko nie może jeszcze odwołać się w sytuacji stresu do własnych przeżyć, ale może zaczerpnąć z doświadczeń bohaterów bajek. I tutaj pojawia się zadanie dla nas nauczycieli i rodziców czyli wszystkich, którzy mają wpływ na rozwój dziecka.

Biblioterapia to inaczej terapia oddziaływań na psychikę poprzez odpowiednio dobraną literaturę. W przypadku dzieci będą to bajki, baśnie, opowiadania terapeutyczne. Ich zadaniem jest wzmocnienie i wzbogacenie zasobów dziecka, po to, aby potrafiło ono poradzić sobie z trudnościami. Literatura daje dziecku wsparcie w pokonywaniu codziennych trudności, wzbogaca doświadczenia, ukazuje inne wzorce myślenia. Treść bajek terapeutycznych koncentruje się wokół sytuacji emocjonalnie trudnych, które zdarzają się w toku rozwoju dziecka choćby pandemia, którą obecnie wszyscy przeżywamy.

Na dobry początek proponuję bajkę o odważnej pszczołce zaczerpniętą z publikacji przygotowanej w ramach projektu „Kursy przygotowujące nauczycieli i pracowników placówek oświatowych do pracy z dziećmi z dysfunkcjami rozwojowymi” organizowanego przez Fundację „Promyk Słońca” pod redakcją Hanny Darian (Wrocław 2010).

Bajka o odważnej pszczołce

Pewnego dnia Michał wyszedł z tatą na podwórko. Tata siedział na ławce i czytał gazetę, a chłopczyk bawił się w piasku. Nagle Michał zobaczył pszczołę i zaczął rozpaczliwie krzyczeć, tata zerwał się, podbiegł do synka.

– Ona chce mnie ugryźć! Boję się jej! – krzyczał malec.

– Znam pewną historię – powiedział tata. Wziął chłopca za rękę, posadził na kolana i zaczął opowiadać.

Dawno, dawno temu małe pasiaste owady ze skrzydełkami były bezbronne, miały skrzydełka, tak jak motyle ale nie posiadały żądła. Cały czas ciężko pracowały. Latały do kwiatków, zbierały nektar i robiły z nich miód. Zbiory miały być pożywieniem dla wszystkich pszczołek na długie, zimowe dni. Pracowite pszczoły zbierały miodek, składały go w ulu i ciągle starały się powiększać zapasy, ani chwili nie odpoczywały.

W tym czasie ludzie mieszkający niedaleko pszczół odkryli słodką tajemnicę owadów i urządzali na pszczelarstwie napady. Biedne, bezradne pszczoły nie mogły się obronić, ciągle traciły swoje zapasy i nie miały nic do jedzenia na nadchodzącą zimę. Pszczelarze płakali z głodu.

Płacz poruszył serce małej, wrażliwej pszczołki imieniem Tina, która postanowiła udać się do Królowej i walczyć w imieniu wszystkich pszczoł. Zaproponowała Królowej przygotowanie obrony ula. Jednak Królowa wiedziała, że pszczoły w tej walce są z góry przegrane, bo nie mają broni, która pozwoliłaby im wygrać. Tina była zrozpaczona.

– To nie ma żadnego wyjścia?! Musimy się poddać?! – wykrzyknęła.

– Jest jedno wyjście. Daleko stąd, na końcu świata mieszka Królowa Przyrody. Do niej należy się udać i prosić o pomoc, ale ty jesteś mała, słaba, nie dasz sobie rady, tam nikomu nie udało się dotrzeć. Nie wyruszaj, nie chcę, żeby ciebie spotkał taki sam los! – powiedziała Królowa Pszczoł.

– Ależ królowo, muszę wyruszyć w drogę, inaczej wszyscy zginiemy! – odpowiedziała odważna pszczołka.

Następnego dnia pszczołka wyruszyła w podróż, przemierzała każdego dnia wiele kilometrów, unikała wielu niebezpieczeństw. Odpoczywała tylko przez chwilę, bo wiedziała, że musi zdążyć przed zimą. Po kilku miesiącach ciężkiej podróży dotarła do Królowej Przyrody i poprosiła ją o pomoc. Dobra Królowa ulitowała się nad pszczołkami i postanowiła dać im czarodziejską różdżkę, po dotknięciu której każda pszczołka otrzymywała żądło do obrony, ale powiedziała Tinie:

– Przekaż pszczołkom, że tego żądła będą mogły użyć tylko w obronie i tylko raz. Po jego użyciu pszczołka straci życie. Wybierzcie ze wszystkich pszczoł te, które są odważne, nazwijcie je żołnierzami, niech one bronią ula, gdy inne pszczołki będą pracować.

Od tego czasu każda ciężko pracująca pszczołka miała broń, ale pamiętając przestrogę Królowej Przyrody, mogła go użyć tylko w obronie. To pomogło pszczołkom obronić swoje zapasy przed ludźmi...

– Dobrze, że mi opowiedziałeś o Tinie, już się jej nie boję, już teraz wiem, że ona mi nie chce zrobić krzywdy, tylko się broni – powiedział Michał.

– Zobacz, ona tam jeszcze jest, nie może wydostać się z piaskownicy, podaj jej patyk – zawołał tata.

I chłopiec podał patyk. Pszczołka wspięła się na niego i odfrunęła.

– Leć, Tina, do pszczołek i powiedz im, że się już ich nie boję i nie zrobię im krzywdy – wołał chłopiec za odlatującą pszczołą.

Tak to mały chłopiec zrozumiał, że pszczołka nie jest wrogiem ludzi i nie trzeba się jej bać.

Opracowanie
Beata Mazurek

„Dyskryminacja w szkole – obecność nieusprawiedliwiona”

Tytuł tekstu został zaczerpnięty z raportu Towarzystwa Edukacji Antydyskryminacyjnej (2015 r.) – z badań prowadzonych w gimnazjach i szkołach ponadgimnazjalnych. W raporcie tym stwierdzono, że jednym z najpopularniejszych wyzwisk uczniowskich było słowo „pedał”, co nastolatki tłumaczyły następująco: „proste, krótkie i każdy zrozumie”.

DZIECI NIE ROBIĄ PROBLEMU Z TEGO, ŻE KTOŚ MA INNY KOLOR SKÓRY, JEŹDZI NA WÓZKU ALBO MA CHŁOPAKA SAMEMU BĘDĄC CHŁOPAKIEM – DOPÓKI DOROŚLI NIE DADZĄ IM DO ZROZUMIENIA, ŻE ODMIENNOŚĆ JEST CZYMŚ GORSZYM. (P. Szewczyk)

Problemem współczesnej komunikacji społecznej jest brutalizacja języka. Agresja językowa/werbalna to takie działania (m.in. w formie podżegania, szydzenia, oskarżania), które cechuje intencja poniżenia odbiorcy. W debacie publicznej, w ostatnim czasie, swoistą karierę robią terminy: mowa nienawiści oraz hejt. W 1997 roku Komitet Ministrów Rady Europy zdefiniował mowę nienawiści jako „wszelkie formy wyrazu, które rozpowszechniają, podburzają, propagują lub uzasadniają nienawiść rasową, ksenofobię, antysemityzm czy inne formy nienawiści oparte na nietolerancji, w tym nietolerancję wyrażaną przez agresywny nacjonalizm, etnocentryzm, dyskryminację i wrogość wobec mniejszości, imigrantów i osób obcego pochodzenia.”

Psychologowie badający zjawisko agresji słownej uważają, że określenie „mowa nienawiści” należy zastąpić pojęciem „mowa pogardy”, ponieważ to reakcje emocjonalne bliskie pogardzie (wstręt, gniew) prowadzą do posługiwania się wspomnianą formą wypowiedzi. Zdaniem niektórych socjologów – mowa nienawiści jest odmianą języka wrogości.

Hejt definiuje się jako świadomy, intencjonalny akt w postaci nienawistnej wypowiedzi, pisemnej lub wizualnej (mem), stanowiącej treść komentarza internetowego i mającej na celu szeroko rozumianą negację wskazanego obiektu. Hejt może mieć dwojaki charakter: samorzutny i sterowany.

Przeciwdziałanie mowie nienawiści/pogardy/wrogości (także pod postacią hejtu) musi polegać na edukacji oraz wzmacnianiu odpowiedzialności każdego człowieka. Uświadamianie mechanizmów agresji językowej a także rozpoznawanie jej przejawów jest kluczowe dla kształtowania się kontroli obywatelskiej. Wspomniana edukacja powinna toczyć się m.in. w domu, w przedszkolu, w szkole, w miejscu pracy.

W lutym 2020 roku Rada Języka Polskiego przy Prezydium PAN zainicjowała kampanię społeczną „Ty mówisz – ja czuję. Dobre słowo – lepszy świat” mając na celu przeciwdziałanie, coraz powszechniejszej, agresji słownej. Pomysłodawcom kampanii zależy na tym, by wszyscy ludzie pamiętali, że od tego, jakich słów używają, zależy obraz wspólnej rzeczywistości. Niezależnie od przebiegu, popularności i powodzenia kampanii – jej przesłanie powinno stać zobowiązaniem każdego człowieka, zwłaszcza dorosłego. Bo „dziecko, przede wszystkim, samo dąży do upodobnienia się, do przyjęcia obyczajów, odczuwania i mowy świata dorosłych.” (H. Olechnowicz)

Opracowanie – Halina Furmann

Źródła:

H. Olechnowicz „Pierwsze kroki wśród ludzi”

„Psychologia dla rodziców” nr 9/2018

B. Sobczak „Oblicza agresji językowej w dyskursie publicznym. Próba uporządkowania pojęć”

www.rjp.pan.pl

www.tea.org.pl

www.kph.org.pl/publikacje_kph/

O języku migowym

Czy język migowy jest uniwersalny na całym świecie? Czy możliwe jest miganie np. o fizyce kwantowej? Czy głusi migają przez sen? Czy w języku migowym powstaje poezja?

Na wszystkie powyższe pytania można udzielić odpowiedzi twierdzącej, jednak w dalszej części tekstu pojawią się jeszcze niezbędne uszczegółowienia.

Polski Język Migowy ma nieco ponad 200 lat. Jego powstanie i rozwój są ściśle związane z utworzeniem pierwszej w Polsce szkoły dla Głuchych (w Warszawie). PJM to naturalny język Głuchych, odrębny od języka polskiego. Posiada własną gramatykę wizualno – przestrzenną, jest nieliniowy i wielokanałowy (mimika także pełni rolę gramatyczną).

Na Uniwersytecie Warszawskim działa Pracownia Lingwistyki Migowej, która zajmuje się m.in. tworzeniem korpusu Polskiego Języka Migowego. Korpus PJM jest obszernym zbiorem danych, który pozwala analizować zjawiska zachodzące w języku. W przypadku języków, które mają rozwinięte piśmiennictwo, tworzenie korpusów oznacza gromadzenie tekstów już istniejących. W przypadku języków, które nie mają tradycji pisma, czyli np. migowych, trzeba najpierw zebrać dane – w postaci nagrań. Materiał wideo stanowi podstawę do opisu lingwistycznego. PJM nie ma formy standardowej; wg dr P. Rutkowskiego (językoznawcy, kierownika Pracowni Lingwistyki Migowej, miłośnika języka i kultury Głuchych) zróżnicowanie w sposobie migania jest o wiele większe niż w sposobie mówienia (co oznacza m.in. liczne regionalizmy i gwary w PJM).

W roku akademickim 2019/2020 uruchomiono na Wydziale Polonistyki Uniwersytetu Warszawskiego pierwsze w Polsce i drugie w Europie (podobny kierunek istnieje na Uniwersytecie Karola w Pradze) stacjonarne studia II stopnia – filologię Polskiego Języka Migowego. Kierunek ten zaprojektowano w oparciu o wzorce międzynarodowe z zakresu tzw. *deaf studies*, których istotą jest nowatorskie podejście do głuchoty – analizowanej w aspekcie kulturowym i językowym a nie medycznym. Są to studia dla każdego, kto potrzebuje języka migowego w swojej pracy a także w działalności kulturalnej, edukacyjnej, społecznej lub biznesowej.

Rozszerzenie odpowiedzi na pytania „tytułowe”...

- W każdym kraju Głusi mają własny język migowy. Istnieją jednak dwie formy języka migowego o charakterze międzynarodowym: Gestuno – sztuczny, ograniczony system znaków oraz ASL – Amerykański Język Migowy (polecany do uczenia się w celu nawiązywania swobodnych kontaktów na świecie).
- Język migowy, tak jak każdy język foniczny (mówiony), pozwala wyrazić wszystko, a więc także problematyka fizyki kwantowej może być przedmiotem miganej dyskusji.
- Głusi migają przez sen, ale nie wszyscy (tak jak nie wszyscy ludzie słyszący mówią przez sen).
- W językach migowych powstaje bogata, bardzo różnorodna poezja. Wizualność tych języków pozwala uzyskać efekty niespotykane w językach fonicznych.

**„Język migowy wyrasta z gestu, obrazowości i bezpośredniego przekazu o charakterze wizualnym.”
Powstaje i rozwija się, jak każdy język, „dzięki niezbywalnej potrzebie myślenia i komunikowania się jednostek ludzkich.”** (O. Sacks)

Słyszący rodzice starają się przede wszystkim o to, by ich głuche dziecko „odzyskało” słuch i mogło nauczyć się języka fonicznego. Nauczyciele, logopedzi i inni specjaliści także często koncentrują się na kształtowaniu kompetencji komunikacyjnych dziecka niesłyszącego w zakresie języka polskiego. Wszyscy powinni mieć jednak świadomość, że nie uwzględniając znaczenia języka migowego, mogą przyczynić

się do unieszcześliwienia dziecka. Na skutek systemowego braku dostępu do języka migowego oraz poważnie utrudnionego odbioru języka fonicznego (a tym samym zaburzonego rozwoju językowego) dziecko niesłyszące może stać się bezjęzyczne, co prowadzi do zaburzeń funkcjonowania we wszystkich obszarach.

Opracowanie – Halina Furmann, na podstawie:

youtube: „Zaczęli rozmawiać 199 lat temu” – wykład dr P. Rutkowskiego, „Zadaj pytanie” odc.2 – rozmowa z I. Cichosz

P. Rutkowski, P. Mostowski „Multimedialne adaptacje podręczników z serii Nasz elementarz i Nasza szkoła jako pomoc w nauczaniu polskiego języka migowego (PJM)”

www.dwutygodnik.com „Głusi migają przez sen” (wywiad z P. Rutkowskim)

O. Sacks „Zobaczyć głos”

wydawnictwa Biura Rzecznika Praw Obywatelskich: „Edukacja głuchych”, „Sytuacja osób głuchych w Polsce”, „Obsługa osób głuchych i głuchoniewidomych w urzędach administracji publicznej”

Słyszące dzieci niesłyszących rodziców

Pojęcia kluczowe:

CODA – słyszące dzieci niesłyszących rodziców (termin zarezerwowany dla dorosłych)

KODA – słyszące dzieci niesłyszących rodziców (do 17 r.ż.)

Dwujęzyczność bimodalna – dwujęzyczność foniczno-migowa, wykorzystująca dwie modalności (dźwiękowo-słuchową i wizualno-przestrzenną)

Ponad 90% głuchych rodziców ma słyszące dzieci. Tworzą rodziny, w których, niemal zawsze, pierwszym językiem dziecka staje się język migowy. W rodzinach tych nieustannie przenikają się dwa światy: Głuchych i słyszących. KODA są więc dziećmi o specjalnych potrzebach edukacyjnych (choć formalnie nie zostały za takie uznane) – podobnie jak inne dzieci dwukulturowe i dwujęzyczne. W Polsce od niedawna prowadzi się badania na temat KODA; najczęściej dotyczą one dwujęzyczności bimodalnej i jej skutków, rzadziej: odwrócenia ról w rodzinie oraz obciążeń dziecka (rola tłumacza, przewodnika, opiekuna).

Ostatnie lata przynoszą wyraźne rozróżnienie rozumienia głuchoty. Pierwsza definicja przedstawia głuchotę jako brak bądź uszkodzenie słuchu. Druga – jako pewną cechę dającą poczucie przynależności do określonej grupy społecznej – połączonej nie tylko językiem, ale także przekonaniami i wartościami. Kultura Głuchych stanowi istotny element tożsamości społecznej. KODA i CODA są jedynymi słyszącymi, którzy mają pełny i swobodny dostęp do świata Głuchych; nazywa się ich „Głuchymi z pochodzenia” (Deaf by heritage).

KODA mogą mieć problemy w relacjach społecznych (wśród słyszących) dotyczące m.in.

- Kontakt wzrokowy – osoby niesłyszące utrzymują kontakt wzrokowy niemal bez przerwy; typowym nawykiem osoby wychowywanej przez Głuchych jest nawiązywanie kontaktu słownego dopiero po upewnieniu się, że rozmówca na nią patrzy i przerywanie rozmowy, gdy partner rozmowy odwraca wzrok

- Dystansu przestrzennego i mowy ciała – Głusi mają tendencję do zmniejszania dystansu, częstszego dotykania się
- Mimiki i gestykulacji – słyszący interpretują gesty i mimikę Głuchych jako zbyt żywiołowe a nawet agresywne
- Savoir-vivre – Głusi kierują się innymi, niż słyszący, zasadami np. zwracania uwagi, podtrzymywania rozmowy, przedstawiania się, wyrażania aplauzu. W kulturze Głuchych akcentuje się rolę grupy; „jednostka definiuje siebie poprzez to, kim jest dla społeczności” (M. Czajkowska-Kisil, A. Klimczewska). KODA może mieć więc np. trudności w wyrażaniu własnego zdania.

Większość KODA staje się bardzo wcześnie i w różnorodnych okolicznościach tłumaczami swoich rodziców; rola ta nie jest dla dziecka korzystna z następujących powodów:

- Naraża dziecko na nieodpowiednie dla wieku doświadczenia
- Obarcza nadmierną odpowiedzialnością – także za samopoczucie rodziców i ich relacje z otoczeniem
- Uświadamia dziecku jego własne ograniczenia (specjalistyczne słownictwo, nieprzyjemne i krępujące okoliczności, brak zrozumienia sytuacji)
- Skłania dziecko do przejęcia przewodnictwa w rodzinie a nawet nadużywania władzy
- Prowadzi do opuszczania lekcji (wiele spraw trzeba załatwiać w godzinach urzędowych)

Odwrócenie ról w rodzinie głuchych rodziców i słyszących dzieci manifestuje się często poprzez:

- Nadodpowiedzialność
- Brak czasu na własny rozwój, brak wsparcia w sytuacjach trudnych, poczucie winy (gdy robi się coś dla siebie)
- Poczucie utraty dzieciństwa
- Niskie poczucie własnej wartości
- Nieumiejętność wyznaczania granic

Sytuacja szkolna KODA – wybrane przyczyny trudności:

- Nierozpoznana dwujęzyczność
- Brak wystarczającej kompetencji w języku polskim
- Niska świadomość rodziców
- Ingerencja dziadków – podważanie autorytetu głuchych rodziców, brak poczucia bezpieczeństwa dzieci, konflikty wewnątrzrodzinne

- Obciążenie obowiązkami i rolami, liczne absencje
- Problemy rówieśnicze

JAK POSTĘPOWAĆ Z KODA W SZKOLE?

NAJWAŻNIEJSZE JEST TO, BY KOMUNIKOWAĆ SIĘ Z RODZICAMI. W TYM CELU NALEŻY:

- ustalić sposób komunikacji
- unikać angażowania dziadków i słyszących krewnych do pomocy w komunikacji
- zdecydowanie unikać angażowania dziecka jako tłumacza
- stosować komunikację pisemną (kartki, maile) tylko wtedy, gdy osoba niesłysząca posługuje się nią w obecności nauczyciela i wyrażnie takiej formy kontaktu sobie życzy

PONADTO:

- Uznać różnorodność rodzinnych wzorców komunikowania się
- Wspierać dwujęzyczność i dwukulturowość dzieci głuchych rodziców
- Rozwijać umiejętności społeczne, talenty, mocne strony KODA
- Nie lekceważyć objawów dyskryminacji KODA w grupie rówieśniczej
- Wykorzystywać różne okazje w szkole do poruszania problematyki uczniów słyszących z głuchych rodzin.

Źródło:

„CODA – inność nie rozpoznana

Słyszące dzieci – niesłyszący rodzice

Pakiet informacyjny dla szkół i poradni” (Rzecznik Praw Obywatelskich, Warszawa, 2016)

Opracowanie – Halina Furmann

TO SIĘ WYDARZYŁO

Olimpijczyk – wielkie marzenia + ciężka praca

Wywiad z Natalią Czerwonką, srebrną medalistką Zimowych Igrzysk Olimpijskich w Soczi, absolwentką Zespołu Szkół Sportowych w Lubinie.



1. *Natalio, opowiedz proszę, jak rozpoczęła się Twoja przygoda ze sportem?*

Natalia:

Jak każde dziecko uczęszczałam w klasach 1-3 do „zwykłej” szkoły i nie planowałam uprawiania sportu wyczynowego, aż do momentu, kiedy na lekcji wychowania fizycznego w klasie trzeciej szkoły podstawowej, niespodziewanie pojawiła się pani trener Małgorzata Kaczmarek, która zachęcała uczniów do wzięcia udziału w testach sprawnościowych do szkoły sportowej. Od razu wyraziłam chęć przystąpienia do prób sprawnościowych. Rodzice zgodzili się i pod koniec czerwca wyruszyłam ze swoim tatą na stadion Miejskiego Ośrodka Sportu, by sprawdzić swoje możliwości fizyczne. Na podstawie wyników biegów, skoków oraz rzutów piłeczką palantową nauczyciele przydzielali dzieci do klas o profilu lekkoatletycznym lub łyżwiarskim. Po ogłoszeniu wyników okazało się, że jestem na liście zakwalifikowanych do klasy łyżwiarskiej. Tak naprawdę nie bardzo wiedziałam, co to za sport i na czym on polega, dlatego chciałam dostać się do klasy o profilu lekkoatletycznym. Jednak mój tato poradził mi, bym powstrzymała się przed ostateczną decyzją i zaproponował spróbowanie czegoś innego, nieznanego. Tak właśnie trafiłam do łyżwiarstwa szybkiego, które trenuję już 22 lat.

2. *Czym jest dla Ciebie sport?*

Natalia:

Tu odpowiedź jest bardzo prosta, ponieważ sport jest całym moim życiem od 22 lat. Przygotowując się do igrzysk olimpijskich, które odbywają się raz na cztery lata, dostosowujemy do tego cyklu wszystko. Za sobą mam udział w trzech takich imprezach, czyli śmiało mogę napisać, że 12 lat mojego życia było podporządkowane pod te najważniejsze dla sportowców wydarzenia.

3. Co w sporcie cenisz najbardziej?

Natalia:

W sporcie nic nie robi się samo, nic się samo nie udaje. To często nudny, żmudny i monotony trening prowadzi Cię na szczyt. Ciężka codzienna praca, litry wylanego potu, codzienne przekraczanie własnych granic. W sporcie bardziej od zdobywania złotych medali liczy się proces. Im jest trudniejszy, zawiły, tym większa jest satysfakcja z pokonywanych przeszkód. Najbardziej cenię to, że sport ukształtował mój charakter. Dzięki niemu jestem uparta, systematyczna, wymagająca i dążę do postawionego sobie celu.

Dzięki sportowi zwiedziłam wspaniałe miejsca na całym świecie. Jednak im jestem starsza, tym bardziej cenię sobie poznanie poprzez sport wartościowych ludzi, przyjaciół, na których zawsze mogę liczyć.

4. Prawie trzy lata temu założyłaś Akademię Sportowego Rozwoju Natalii Czerwonki? Skąd pomysł na taką inicjatywę?

Natalia:

Na założenie Akademii Sportowego Rozwoju namówił mnie kolega i przyjaciel Tomasz Szulc oraz mój trener - Arkadiusz Skoneczny. Panowie wymyślili to w czerwcu 2017 roku, a zajęcia w Akademii ruszyły już we wrześniu. Wiedziałam, że nie będę mogła zaangażować się w powstawanie Akademii, bo przede mną był start w Igrzyskach Olimpijskich w Korei. To był dla mnie priorytet i nie mogłam się rozdzielić w tak ważnym okresie, parę miesięcy przed imprezą. Ufałam i wierzyłam Tomkowi. Pomysł poparł mój trener, który jest dla mnie autorytetem i wiem, że chce dla mnie jak najlepiej. Oddałam „robotę” w dobre ręce. Po powrocie z igrzysk i odpoczynku w Himalajach niesamowicie się w to przedsięwzięcie zaangażowałam. Poznałam nareszcie dzieci, byłam z nimi na obozie w Szklarskiej Porębie. One szły na swój trening, a ja na swój. Wracając, jeszcze nie zdążyłam się wykapać, a już byłam atakowana opowieściami, jak było na ich zajęciach. Musiałam się zamykać w toalecie, by mieć momenty spokoju (śmiech). Ale takie chwile, gdy dzieci dopingują mnie przed telewizorem podczas moich wyścigów, czy nawet kibicują z trybun Hali Lodowej w Tomaszowie Mazowieckim dają ogromną radość i motywację do dalszej pracy. Czuję, że mogę im pokazać, jak to jest być w światowej czołówce, przekazać swoje doświadczenie i być dla nich inspiracją, która tak naprawdę jest „żywa”, na wyciągnięcie ręki. Ja inspiruję swoich podopiecznych, a oni mi oddają ze zdwojoną mocą siły za momenty harówki i zmęczenia w czasie przygotowań do moich startów.

5. Co jest dla Ciebie cenniejsze - medal olimpijski czy Akademia? Dlaczego?

Natalia:

To jest bardzo trudne pytanie ponieważ bez medalu i moich osiągnięć sportowych na pewno nie byłoby Akademii i takiego nią zainteresowania. Jest spełnieniem kolejnego marzenia i bardzo się cieszę, że mogę swoim nazwiskiem firmować takie wydarzenie. Rozpiera mnie duma, iż mogę być wzorem, motywacją dla moich podopiecznych. Często wracając z obozów, odwiedzam uczestników Akademii, śledzę ich progres sportowy, a nawet biorę aktywny udział w obozach sportowych. Pomagam w rozwoju młodych zawodników, udzielam wskazówek. Cieszę się, że dzieci oglądają mnie w telewizji podczas startów, mocno czuję ich wsparcie. Teraz to podopieczni Akademii są moją największą motywacją do pracy, chcę, aby miały „żywy” wzór do naśladowania.

6. Jakie są Twoje najpiękniejsze i najtrudniejsze doświadczenia związane ze sportem?

Natalia:

Zdecydowanie zacznę od tego, iż nie ma najtrudniejszych przeżyć, doświadczeń związanych ze sportem. Jestem zawodniczką, która wierzy, iż każda porażka, niepowodzenie, kontuzja czy nawet wypadek prowadzi mnie do zdobywania kolejnych doświadczeń, które czynią mnie lepszą. I tak dla przykładu podam mój powrót do sportu po wypadku rowerowym. Dzięki niemu spotkałam na swojej drodze niesamowitych ludzi. To cały sztab, który pomógł mi znaleźć się w tym miejscu, w którym teraz jestem. Poza rodzicami, to jest mój trener Arkadiusz Skoneczny, który pracował w Rosji, kiedy byłam jeszcze kontuzjowana. To także Jakub Jaworski, trener od treningu siłowego, jak również psycholog Wojciech Herra. Dookoła siebie miałam ludzi życzliwych, którzy naprawdę chcieli mi pomóc. Jak to się mówi: prawdziwych przyjaciół poznaje się

w biedzie. W moim przypadku to zadziało. Jestem święcie przekonana, że wszystko, co nas spotyka, jest gdzieś zapisane i widocznie tak ma być, a my musimy wyciągać z tego wnioski i iść do przodu.

Natomiast najpiękniejszym momentem, o którym marzyłam od dziecka było oczywiście zdobycie medalu Zimowych Igrzysk Olimpijskich w Soczi 2014 roku. Dla tej chwili, kiedy przekraczam linię mety, jako wygrana, z uniesioną ręką i łzami w oczach, nie czując zmęczenia, warto było poświęcić wiele lat trudu i wyrzeczeń.

7. Co takiego jest w łyżwiarstwie szybkim, że przez tyle lat się nim nie znudziłaś?

Natalia:

Łyżwiarstwo szybkie stało się całym moim życiem. Śmiało mogę powiedzieć, iż jest to moja miłość. Chęć bycia coraz lepszą wersją siebie. Przewyciężanie moich słabości, przeciwności i przeszkód, które spotykałam na drodze sportowej kariery, prowadziły mnie rok po roku do momentu, w którym jestem teraz. Mam prawie 32 lata, a wciąż pobijam rekordy życiowe, poprawiam swoje rekordy Polski. Poczucie, że mogę wciąż odnotować progres i nie spotkałam się z przysłowiową „ścianą” sprawia, iż chcę przygotować się do swoich czwartych Igrzysk Olimpijskich. Wiem, że mam jeszcze rezerwy, które mogę wykorzystać i być lepszą.

8. Jak zachęciłabyś dzieci do uprawiania sportu?

Natalia:

Myślę, że najważniejsze jest u dzieci, aby złapały przysłowiowego „bakcyła”. Ważne jest, by przede wszystkim czerpały radość z tego co robią i chętnie uczestniczyły w zajęciach. Sama wiem, jak ważne jest zdobycie pierwszych medali, a później już jest ciężko przestać (śmiech).

9. Co powiedziałaś rodzicom, aby przekonać ich, że dzieci powinny uprawiać sport?

Natalia:

Przede wszystkim powiem Rodzicom, że nie każde dziecko zostanie medalistą olimpijskim czy nawet Mistrzem Polski. Pragnę jednak zawsze podkreślać, jak ważny jest sport dla prawidłowego rozwoju ich pociech. Sport nie tylko rozwija nas fizycznie, ale przede wszystkim kształtuje mocny charakter, który ułatwia dorosłe życie. To wszystko wydaje się tak oczywiste. Jednak w dzisiejszych czasach widzimy, jak bardzo mało sprawne są dzieci. Myślę, że przyczyna leży w postępie cywilizacji (komputery, telefony). Bardzo ważne jest uświadamianie rodzicom, jak sport może poprawić zdrowie i funkcjonowanie w życiu. Nie bagatelizujemy tego, bo potem wysyłamy swoje dzieci z wadami postaw do rehabilitantów, biegamy z nimi po lekarzach, a recepta jest tak naprawdę bardzo prosta - jest nią ruch!

10. Jakie jest Twoje największe marzenie?

Natalia:

Marzenie, o którym głośno powiedziałam swojemu Tacie i obiecałam jego spełnienie mając 10 lat już spełniłam - zdobyłam olimpijski medal. Zdecydowanie jestem spełnionym sportowcem i śmiało mogę powiedzieć, że jestem osobą i prowadzę życie o jakim marzyłam, będąc małą dziewczynką. Moim kolejnym marzeniem jest wychowanie następnego pokolenia wspaniałych sportowców, z którymi będę mogła jechać na igrzyska już w innej roli.

11. Serdecznie dziękuję za udzielenie wywiadu.

Katarzyna Górka
doradca metodyczny w zakresie wychowania fizycznego,
nauczyciel wychowania fizycznego,
trener klas łyżwiarsko – wrotkarskich w Szkole Podstawowej nr 7 – Szkole Sportowej w Lubinie

INTERESUJĄCE PRZEDSIĘWZIĘCIA

Pracownia plastyczna to miejsce cudów

Pracownia plastyczna w szkole. Miejsce, w którym każdy uczeń może realizować się twórczo. Jakie to szczęście, że skończyły się czasy, kiedy na zajęciach plastyki uczniowie mieli do dyspozycji tylko kredki, farby i bloki. Oczywiście nie umniejszam tym środkom wypowiedzi artystycznej, ale ciekawiej jest, kiedy takie spotkania są urozmaicone. Można odkrywać techniki hobbystyczne, czy rzemieślnicze. Można też odkrywać swoje możliwości. Ale przede wszystkim dobrze się bawić.

W jednej szkole pracownia malarstwa, pracownia papieroplastyki, pracownia wikliniarska, pracownia batiku, pracownia witrażu, pracownia ceramiki? Czy to w ogóle jest możliwe? I to nie w szkole plastycznej? Tak, możliwe. Te wszystkie pracownie działają w Szkole Podstawowej nr 4 w Polkowicach, w sali 216. Uczniowie poznają tajniki technik artystycznych bardzo trudnych, czasochłonnych i ciekawych.



*Malarstwo
na jedwabiu*



Origami



Wiklina papierowa

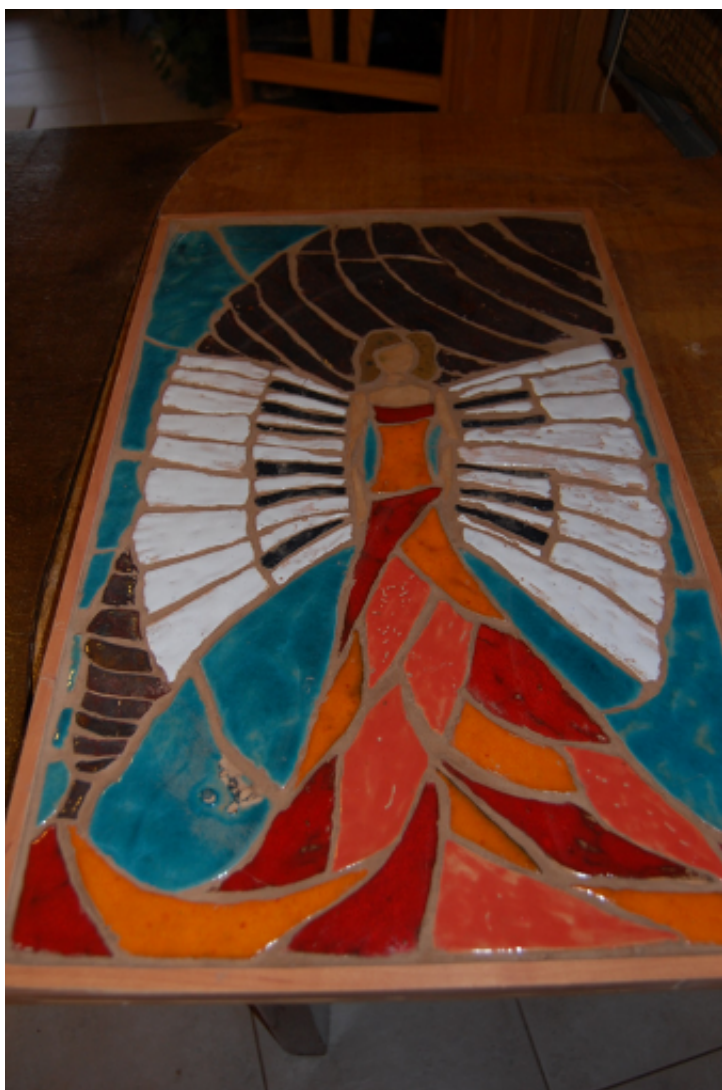
Szkoła, w której pracuję istnieje 16 lat i nie od razu moja pracownia była tak dobrze wyposażona. Od czego zaczęłam? Od wyposażenia. Wyposażenie pracowni oczywiście wiąże się z nakładami finansowymi. Ale nie są to przeszkody nie do pokonania. Ja mam to szczęście, że spotkałam się z dużą przychylnością Pani dyrektora. Szkoła nasza uczestniczyła w projekcie unijnym, dzięki któremu mogłam zaprojektować pracownię ceramiczną i pracownię grafiki a ściślej linorytu (prasa, dłuta wałki itp.).



Ceramika



Ceramika



Mozaika ceramiczna

Kolejną rzeczą było przystąpienie do tworzenia własnych programów. Przyznam, że początkowo nie było łatwo. Szukałam materiałów, które mogłyby mi pomóc. I tu niestety niewiele było wydawnictw pomocnych. A w zasadzie to tylko jedna mała książeczka jaką znalazłam. Nie pamiętam dokładnie tytułu, wydawnictwa ani osoby której pożyczyłam mój poradnik (a szkoda). Internet wówczas niewiele oferował w tym zakresie. Obecnie nieco modyfikuję swoje programy. Muszę przyznać, że nie wyobrażam sobie pracy na programach, które stworzył ktoś inny. I to wcale nie dlatego, że są złe. Są bardzo dobre. Ale na moim przedmiocie realizuję to, co sama czuję najlepiej. I na szczęście podstawa programowa daje nam tak ogromne możliwości w tworzeniu programów.

Moi uczniowie bardzo lubią poznawać każdą nową technikę i w zależności od tego co aktualnie robimy, w takiej pracowni jesteśmy, chociaż sala jest ta sama. A co lubią najbardziej? Różnie. W dużej mierze zależy to od specyfiki grupy, wieku uczniów, ich predyspozycji, zapału. Znaczenie ma również rodzaj zajęć. Lekcje, zajęcia kreatywne, arteterapia, to oferta dla naszych uczniów.



Batik



Witraż



Witraż lampa



Witrażyki

Podczas zajęć często tworzymy prace używając materiałów recyklingowych. Uczniowie moi biorą udział w prestiżowych międzynarodowych, ogólnopolskich, wojewódzkich i lokalnych konkursach plastycznych zostając ich laureatami. Jest to dla moich podopiecznych ważne, gdyż pozwala im to ubiegać się o stypendia artystyczne burmistrza gminy.

Prace, które powstają w mojej pracowni są cudowne. I nie tylko uzdolnieni plastycznie uczniowie potrafią zrobić te arcydziełka. Techniki plastyczne uwalniają ogromne pokłady kreatywności. I tu przytoczę słowa piosenki:

*„Każdy ma jakiś talent więc zacznij coś robić
Po jakimś czasie zaczniesz ci wychodzić
Wtedy przyjdzie satysfakcja, nikt Ci jej nie odbierze
Ale musisz uwierzyć w siebie, uwierzyć szczerze”
(Natural Dread Killaz)*

Pracownię moją odwiedza wielu gości. Pozostają pod wrażeniem oferty jaką kieruję do moich młodych artystów. Przyznam, że sama nie mogę się nacieszyć tym moim dorobkiem. Ja po prostu się nie nudzę w mojej pracowni cudów, a moi uczniowie razem ze mną podążają w świat wyobraźni i kreatywności.

Krystyna Bajon – nauczyciel plastyki

GODNE UWAGI

Myślenie projektowe Design Thinking

Design Thinking (najczęściej tłumaczone na język polski jako myślenie projektowe lub twórcze rozwiązywanie problemów) to nowoczesna i coraz bardziej popularna metoda do tworzenia innowacyjnych rozwiązań czy projektowania nowych produktów. Myślenie projektowe skupia się na działaniu z osobami, które będą próbować zrozumieć i poznać potrzeby odbiorcy, czyli będą empatyzować z nimi. Metoda ta kładzie duży nacisk na testowanie i ulepszanie projektowanych rozwiązań dzięki informacji zwrotnej. Takie podejście świetnie sprawdza się również w edukacji, zarówno na lekcji jak i na radzie pedagogicznej. Dzięki zajęciom lub większym akcjom, nauczyciele i uczniowie mogą nie tylko rozwiązać jakiś problem (np. hałas na korytarzu) ale również nabyć lub rozwinąć sporo nowych, miękkich kompetencji (np. współpracy w zróżnicowanych grupach) oraz uczyć się w ciekawy sposób (np. matematyki za pomocą mierzenia i analizowania przestrzeni szkoły).

Etapy pracy projektowej



#TWORZYĆINACZEJ - DESIGN THINKING - MYŚL PROJEKTOWO



Rysunek 1, źródło <http://tworzynaczej.pl/metoda-desing-thinking/>

Wejście w skórę użytkownika

Innowacja zaczyna się od empatii. Pierwszym etapem Design Thinking jest głębokie zrozumienie potrzeb i problemów użytkownika. Kluczowe jest rozpoznanie ukrytych i intuicyjnych motywacji, które mają wpływ na ludzkie wybory i zachowania. W tym celu używa się takich narzędzi jak mapy empatii, wywiady etnograficzne, obserwacje użytkowników, ankiety rozpoznawcze wraz z dokładną analizą środowiska i potrzeb w kontekście funkcjonalności.

Pomysł czyli co?

Na tym etapie zespół koncentruje się na wygenerowaniu jak największej ilości możliwych rozwiązań dla zdefiniowanego problemu. Wymaga to nie tylko silnego zaplecza merytorycznego, ale przede wszystkim odwagi w kreowaniu nowych, nieszablonowych rozwiązań oraz powstrzymywania oceny i krytyki pomysłów pozostałych członków zespołu. Etap powinien zakończyć się oceną i demokratycznym wyborem najlepszego pomysłu, na bazie którego powstanie prototyp. Podstawowym narzędziem jest tutaj proces burzy mózgów. Głównym wyzwaniem jest przestrzeganie podstawowych zasad burzy mózgu: proponuj nawet najbardziej szalone rozwiązania, nie oceniaj, buduj na pomysłach innych, nie przyzwyczajaj się do swojego pomysłu, pozbądź się ego, nie koncentruj się na ograniczeniach. Przysłowiowe "kolorowe karteczki na ścianie" służą do zmapowania procesu myślowego, są tymczasowe, można je swobodnie przeklejać, układać w różnych konfiguracjach przez co przypominają, że proces wymaga sporej elastyczności i dystansu do własnych pomysłów.



Rysunek 2,
źródło:
<http://propolab.f-as.pl/warsztaty-design-thinking-odslona-pierwsza/>

Prototyp – jak?

Na tym etapie powstaje fizyczny prototyp, ale celem nie jest tworzenie skomplikowanych modeli o cechach zbliżonych do produktu końcowego. Najważniejsza jest możliwość wizualnego zaprezentowania pomysłu użytkownikom i szybkie zebranie opinii na temat rozwiązania. Lepiej szybko dowiedzieć się, że nasz pomysł rozmija się z realnymi potrzebami i zmienić kierunek niż brnąć w kosztowną budowę czegoś według naszej własnej "idei fixe". Nigdy nie można mieć pewności, że produkt końcowy będzie sukcesem, ale częste budowanie udoskonalonych prototypów, oddawanie ich w ręce użytkowników i słuchanie, co mają do powiedzenia zmniejsza ryzyko końcowej porażki. Do budowania szybkich prototypów można użyć kartonu, drewna, styropianu... właściwie czegokolwiek. Prototyp nie zawsze musi być przedmiotem – w przypadku usług można się posłużyć storyboardem czy rysunkiem ścieżki użytkownika. Ważne, żeby zrobić krok dalej niż słowny opis i w dowolny sposób zwizualizować nasz pomysł.

Testy

Na tym etapie wybrane rozwiązanie jest testowane w środowisku użytkownika. Ważne jest przede wszystkim określenie parametrów koniecznych do spełnienia, tak aby jednoznacznie określić wynik przeprowadzonego testu. Etap ten wymaga zaangażowania wielu stron i wsparcia od strony technicznej, formalnej, administracyjnej, prawnej. Ważne, aby proces testowania odbył się w realnym środowisku, w którym produkt będzie używany. Dopiero po testach zakończonych pozytywnym wynikiem możemy mówić o tym, iż dany produkt, usługa są gotowe do ostatecznego wdrożenia. Niestety etap testowania jest często pomijany przy realizacji wielu przedsięwzięć, co powoduje, iż z pozoru dobre pomysły i rozwiązania są bezpośrednio implementowane do codziennego użytku i dopiero tam okazuje się, iż nie spełniają one wymaganych założeń i oczekiwań odbiorców.

Na rodzimym gruncie myślenie projektowe w edukacji promuje Szkoła z Klasą 2.0, która wydała świetne i gotowe do remiksowania materiały przewodnikowe oraz narzędzia do wykorzystania podczas zajęć w klasie. Przewodnik pomoże wypracowywać innowacyjne rozwiązania dla klasy, szkoły czy społeczności, znajdziemy tam również materiały do tworzenia m.in. tzw. person (opisu konkretnych osób, które mają skorzystać z rozwiązania), ścieżki doświadczeń, określania propozycji wartości (co nowego zyska odbiorca).

Adriana Ciupka

Bibliografia

1. <http://service-design.pl/>:
2. <http://www.designthinkingforeducators.com/> - Strona w j. angielskim dla nauczycieli.
3. <http://designthinking.pl/>
4. http://www.biblioteki.org/poradniki/design_thinking_czyli_myslenie_projektowe_w_bibliotekach.html
5. <http://gettingsmart.com/2013/11/design-thinking-schools-emerging-movement-building-creative-confidence-youth/>
6. Tworzenie modeli biznesowych. Podręcznik wizjonera, Autorzy: Alexander Osterwalder, Yves Pigneur

Zajęcia w terenie – bezpłatne a bezcenne

Autorzy podstawy programowej z 2017 roku zalecają prowadzenie zajęć wychowania fizycznego na dworze, również w okresie jesienno-zimowym. Jest to szczególnie ważne w czasach, kiedy lekcja wf jest często jedyną formą aktywności ruchowej, podejmowaną przez dzieci. Należy pamiętać, że młodzież powinna spędzać na świeżym powietrzu przynajmniej godzinę dziennie. Niedawno w mediach pojawiła się informacja, że dzieci spędzają na dworze mniej czasu niż osadzeni. Jest to tym bardziej niepokojące, że polskie dzieci tyją najszybciej w Europie, mają wady postawy oraz kłopoty wynikające z uzależnienia od Internetu i mediów elektronicznych. Tymczasem przebywanie na dworze to moc korzyści dla zdrowia fizycznego i psychicznego.

Światło słoneczne niezbędne dla oczu

Mało znany jest fakt, że w ramach prewencji krótkowzroczności lub w celu hamowania jej postępu dzieci powinny spędzać codziennie więcej niż godzinę, a najlepiej co najmniej dwie godziny, na świeżym powietrzu. Zdaniem naukowców, to nie praca przy ekranie komputera lub innych ekranach powoduje krótkowzroczność, ale niedostateczna ilość światła dziennego docierająca do oczu. Z ostatniego globalnego badania, które w lutym 2016 r. opublikowali eksperci z Brien Holden Vision Institute przy Uniwersytecie Nowej Południowej Walii w Sydney, wynika, iż do 2050 r. połowa ludzi na świecie będzie krótkowidzami, a krótkowzroczność stanie się główną przyczyną utraty widzenia. 10 proc. światowej populacji będzie zagrożona ślepotą z powodu bardzo dużej krótkowzroczności – minus 5 dioptrii i więcej. Rozwój nowoczesnych technologii sprawia, że młodociani spędzają znacznie mniej czasu na zewnątrz niż niegdyś. Czas spędzony poza domem sprawia, że jesteśmy wystawieni na działanie naturalnego światła słonecznego, które stymuluje wytwarzanie w oku substancji zwanej dopaminą. Jest ona ważnym neuroprzekaźnikiem drogi wzrokowej i jest odpowiedzialna za prawidłowy rozwój gałki ocznej. Gdy z powodu niedoboru tego związku oko rozwija się zbyt wolno, nie jest ono w stanie w odpowiedni sposób skupić obrazów na siatkówce, co skutkuje występowaniem krótkowzroczności u dzieci. Jak zauważają lekarze, ostatnie obserwacje wskazują na tendencję obniżania się dolnej granicy wieku, w jakiej pojawia się krótkowzroczność. Jeszcze kilka lat temu rzadkością były dzieci z tą wadą wzroku w szkole podstawowej – obecnie niemal w każdej klasie jest przynajmniej jedno dziecko noszące szkła korekcyjne. Miopia u dzieci często pozostaje niewykryta, ponieważ objawy takie jak bóle głowy, łzawienie czy pieczenie oczu rzadko wzbudzają u rodziców skojarzenia z wadami wzroku. Sprawia to, że w wieku późniejszym trudniej ją leczyć.

Witamina D

Witamina D w naszym organizmie może pochodzić z dwóch źródeł – syntezy skórnej oraz diety. Najważniejszym źródłem witaminy D jest słońce. Synteza skórna pod wpływem promieniowania słonecznego UVB może pokryć aż 90% dziennego zapotrzebowania na witaminę D! Witamina ta pełni wiele istotnych funkcji w ludzkim organizmie i nie bez powodu lekarze apelują, by zapobiegać jej niedoborom. Witamina D, wraz z innymi witaminami A, E i K jest rozpuszczalna w tłuszczach i nasz organizm może ją magazynować. Żeby jednak miał taką możliwość, musimy dostarczać jej odpowiednią ilość, a nawet... więcej.

Witamina D pełni kilka istotnych funkcji. Oto niektóre z nich:

- reguluje gospodarkę wapniowo-fosforanową,
- zapobiega występowaniu osteoporozy u osób starszych i krzywicy u dzieci,
- korzystnie wpływa na układ nerwowy,

- może zapobiegać depresji, a także wspierać jej leczenie,
- wspomaga pracę układu odpornościowego,
- wspomaga pracę mięśni i wzrost komórek,
- reguluje ciśnienie krwi i zmniejsza stan zapalny.

Niedawno pojawiły się wyniki badań, które sugerują, że przeziębienia, pojawiające się w okresie jesienno-zimowym nie są wynikiem niekorzystnych warunków atmosferycznych, a powoduje je niedobór witaminy D w organizmie.

Aktywność fizyczna w terenie to również możliwość podnoszenia odporności organizmu

Z dostępnych w piśmiennictwie badań wynika, że aktywność fizyczna zmniejsza ryzyko występowania infekcji i przeziębien oddziałując na układ immunologiczny w wieloraki sposób. Uważa się, że wysiłek zwiększa liczbę i aktywność makrofagów (komórek stanowiących element pierwszej linii obrony przed antygenami), poprawiając ich skuteczność w zwalczaniu bakterii i wirusów. Ćwiczenia o umiarkowanej intensywności przyczyniają się także do wzrostu aktywności komórek drugiej linii obrony organizmu, tworzonej przez wysoko wyspecjalizowane krwinki białe, zmniejszając w ten sposób ryzyko rozwoju zakażeń i chorób autoimmunologicznych. Ponadto według niektórych badaczy sam wzrost temperatury towarzyszący pracy mięśni działa hamująco na rozwój bakterii. Warto dodać, że wywołane wysiłkiem zmiany w układzie odpornościowym ustępują po kilku godzinach od jego zakończenia, ale regularne ćwiczenia wydłużają czas ich trwania.

Kolejny aspekt przebywania na dworze to hartowanie organizmu. Znane są różne jego metody. Jedną z nich jest hartowanie powietrzem. Metoda polega na różnego rodzaju aktywności fizycznej w terenie. Bez względu na porę roku i pogodę powinniśmy spędzać jak najwięcej czasu na dworze. Jest to bezpieczna metoda dla osób w każdym wieku. Wymaga jednak systematyczności i konsekwencji, których efekty będą widoczne dopiero po jakimś czasie. Hartownie jest szczególnie ważne w naszym klimacie, gdzie jesteśmy narażeni na częste zmiany pogody i wahania temperatur, a hartowanie to nic innego, jak przyzwyczajanie organizmu do takich zmian w kontrolowanych warunkach. Hartowanie posiada też inne zalety. Poza tym, że usprawnia proces regulacji cieplnej organizmu i wzmacnia odporność na chorobotwórcze ustroje, to jeszcze wpływa korzystnie na przemianę materii oraz na układ krążenia i układ nerwowy. Norwegowie mówią, że nie ma złej pogody - jest tylko nieodpowiedni ubiór. Stosujmy się do tego hasła - dla swojego zdrowia spędzajmy jak najwięcej czasu na świeżym powietrzu, pamiętając o odpowiednim do pogody ubraniu. W zimie najlepiej ubierać się „na cebulkę” - w razie potrzeby można zdejmować kolejne warstwy odzieży aby nie powodować przegrzania organizmu. Warto również pamiętać o czapce. Chroni ona głowę przed takimi czynnikami jak wiatr, czy wilgoć, które bardzo znacznie wpływają na percepcję ciepła.

Witamina N

Kontakt z naturą skutkuje u ludzi wzrostem dobrego samopoczucia i sił witalnych, czyli energii fizycznej i psychicznej. Aktywne spędzanie czasu na łonie przyrody pomaga pozbyć się zmęczenia. Naukowcy odkryli, że osoby, które biegają wśród zieleni, czują się bardziej odprężone, mniej niespokojne, zdenerwowane i depresyjne niż osoby, które spalają tyle kalorii na siłowni. Z innych badań wynika, że spacer po lasach czy parkach wzmacniają działanie układu odpornościowego, regulują tętno, ciśnienie krwi, korzystnie wpływają na układ nerwowy, powodując odczucie głębokiego spokoju, co ma związek z obniżeniem poziomu stresu.

Hipokratesowi przypisuje się stwierdzenie, że przyroda jest lekarstwem w każdej chorobie. Korzystajmy z jej dobrodziejstw, szczególnie w czasie, gdy 20% nastolatków wymaga wsparcia psychologicznego.

Przepisy dotyczące wychodzenia z uczniami w teren

Dzieci powinny przebywać na świeżym powietrzu o każdej porze roku. Przepisy nie wskazują przy ilu stopniach poniżej zera młodzież nie powinna przebywać na dworze. O tym, jaka temperatura będzie wykluczała wyjście na spacer dyrektor może uzgodnić z nauczycielami, rodzicami, lekarzem i pielęgniarką. Przepisy dotyczące bezpieczeństwa i higieny w publicznych i niepublicznych szkołach oraz placówkach wskazują na temperaturę jako jeden z czynników związanych z bezpieczeństwem dzieci. Ocena warunków pogodowych sprzyjających wyjściu na spacer należy do osób opiekujących się dziećmi. Nauczyciele organizujący zajęcia i wycieczki poza terenem placówki nie powinni jednak realizować ich podczas śnieży, gołoledzi, dużego mrozu połączonego z porywistym wiatrem.

Lekcje w terenie są jednymi z najbardziej satysfakcjonujących zajęć, zarówno dla ucznia, jak i nauczyciela. Niewiele nas wtedy ogranicza - uczniowie mogą pozwolić sobie na głośniejsze rozmowy lub okrzyki podczas gier lub innych zadań lekcji. Przestrzeń, daje poczucie swobody i stwarza możliwość realizacji takich celów, które w sali nie byłyby możliwe. Nauka dzieci nie odbywa się tylko w budynku szkoły - powinna też rozciągać się na poznawanie otaczającego nas świata.

Samo wyjście ze szkoły jest atrakcyjne - to oderwanie się od rutyny i schematów, które powodują poczucie znużenia. Podczas drogi na zajęcia - stadion, do parku, czy lodowisko można zbudować inną niż szkolną relację. Porozmawiać z dziećmi nie z perspektywy nauczyciel - uczeń, ale człowiek - człowiek, co z pewnością zaprocentuje dobrą atmosferą na zajęciach.

W mojej szkole dzieci na lekcje wychowania fizycznego w terenie wychodzą od pierwszej klasy edukacji wczesnoszkolnej. Wcześniej nauczyciele prowadzący WF na zebraniach z rodzicami szczegółowo omawiają, kiedy takie wyjścia będą miały miejsce (dzień tygodnia) oraz strój, obowiązujący na takich zajęciach. Przedstawiają również korzyści z zajęć w terenie. Myślę, że przekazywanie takich informacji rodzicom oraz postawa dydaktyki nastawionej na skrupulatne realizowanie podstawy programowej, w tym zajęć terenowych o każdej porze roku, skutkuje tym, że nasi uczniowie mogą cieszyć się przebywaniem na świeżym powietrzu. Świadomie używam czasownika „cieszyć się”, gdyż dzieci wracają z takich lekcji uśmiechnięte i odprężone, mimo iż fizycznie zmęczone.

Katarzyna Górka

doradca metodyczny w zakresie wychowania fizycznego,

nauczyciel wychowania fizycznego,

trener klas łyżwiarsko – wrotkarskich w Szkole Podstawowej nr 7 – Szkole Sportowej w Lubinie

Źródła: (warto zajrzeć)

<http://www.sloncewpigulce.pl/zrodla/slonce-najwazniejsze-zrodlo-witaminy-d>

<https://www.portaloswiatowy.pl/organizacja-pracy/co-najmniej-15-czasu-w-przedszkolu-dzieci-powinny-spedzac-na-dworze-10882.html>

<https://zdrowie.wprost.pl/porady/10140120/witamina-d-czy-mozna-bezpiecznie-czerpac-ja-ze-sloneca.html>

<https://www.polityka.pl/jamyoni/1659966,1,jaki-wplyw-ma-przyroda-na-organizm-ludzki.read>

<https://innpoland.pl/125959,dzieci-spedzaja-na-dworze-mniej-czasu-niz-wiezniowie>

<https://www.muscle-zone.pl/blog/15355-2/>

<https://ncez.pl/aktywnosc-fizyczna/osoby-dorosle/aktywnosc-fizyczna-a-odpornosc-organizmu>

Presja na uczniów – dokąd prowadzi

Według danych Eurostatu, opracowanych przez fundację Dajmy Dzieciom Siłę, Polska jest na drugim miejscu w Unii Europejskiej pod względem liczby samobójstw dzieci i młodzieży do 19 roku życia. Młodzi ludzie w Polsce mają coraz większe problemy ze zdrowiem psychicznym, co piąty zgon nastolatka spowodowany jest samobójstwem, 3-5% nastolatków cierpi na depresję a 20% z nich do 18 roku życia doświadcza przynajmniej jednego jej epizodu. W 2019r. z powodu śmierci samobójczej zniknęły w Polsce ponad trzy klasy. Tak źle nie było nigdy wcześniej!



Dane dotyczące szpitali w zakresie psychiatrii dziecięcej są alarmujące. Kolejki do lekarzy specjalistów rosną w zastraszającym tempie. Wydłużają się kolejki do psychiatrów i psychologów. W stanach zagrożeń w kolejkach na izbę przyjęć oddziałów psychiatrycznych czeka się od 7 do 720 dni. Średni okres oczekiwania to czas aż 36 dni.

Wiele dzieci funkcjonuje w tak zwanym ciągłym niedoczasie. Od poranka często do zmierzchu, a nierzadko nawet do późnej nocy mierzą się z olbrzymią liczbą zadań i licznych obciążeń, co skutkuje tym, że są pozbawione czasu na swobodny relaks i odpoczynek. Wielu nauczycieli, pedagogów i psychologów pracujących na co dzień z dziećmi i młodzieżą, zauważa wśród uczniów narastający proces ich wypalenia. Niestety, zjawisko to w ostatnim czasie jest coraz częściej widoczne w szkołach.

Jaka jest tego przyczyna i co jest źródłem tego zjawiska? Odpowiedź na to pytanie trafnie definiuje Agnieszka Olszacka, nauczycielka języka polskiego jednej ze stołecznych szkół. Otóż jej zdaniem, źródłem problemów młodych ludzi często są nieprzemyślane i zbyt wybujałe ambicje części rodziców. Skutkują one tak dziennym jak i tygodniowym planem zadań dla dzieci, którego realizacja wskazywana jest jako główna przyczyna i źródło stresu, przeciążenia oraz przemęczenia.

Jak wygląda zatem taki typowy uczniowski dzień? Otóż zaczyna się przeważnie pomiędzy 6:00 a 7:00 rano poranną toaletą, śniadaniem i drogą do szkoły. Lekcje rozpoczynają się przeważnie o ósmej godzinie, a dziecko przebywa w szkole średnio od 6 do 8 kolejnych godzin. Lekcja trwa 45 minut, by uniknąć braków, uwag, słabych bądź niedostatecznych ocen, potrzebne jest pełne skupienie i ciągła koncentracja. Pomiedzy lekcjami są 10 minutowe przerwy, podczas których trzeba szybko zmienić klasę, przeważnie (szczególnie w szkołach podstawowych) wypełnione gwarem i hałasem, które raczej nie pozwalają młodym ludziom na chwilę odpoczynku czy rozluźnienia. Po południu na uczniów czekają liczne zajęcia dodatkowe. Zależnie od fantazji i woli rodziców: basen, szkoła językowa, nauka tańca, szkoła muzyczna,

tenis, jazda konna lub klub sportowy, zajęcia plastyczne bądź koło fotograficzne. Często codziennie. Po powrocie do domu nie ma czasu na odpoczynek, na dzieci i młodzież czekają do wykonania kolejne zadania: lekcje do odrobienia, przygotowanie do kartkówki i sprawdzianów, powtórzenie materiału i przygotowanie się do kolejnych lekcji. W efekcie bywa, że taki dzień kończy się dla ucznia w okolicach 22 bądź nawet 23 godziny w nocy. Wszystko to razem z presją dobrych ocen i samorealizacji wymuszonej decyzjami rodziców decyduje o olbrzymim obciążeniu tak psychicznym jak i fizycznym dla ucznia. Bywa, że młodemu człowiekowi po tak zaplanowanym tygodniu nauki, brak po prostu czasu i sił na realizację własnych pasji czy rozwijanie kontaktów z rówieśnikami. Dzieci często nie mają się komu poskarżyć. Nie mają po prostu komu powiedzieć że są przemęczone, przeciążone, że przeżywają kłopoty i stres. Emocjonalnie są pozostawione same sobie i samodzielnie muszą sobie z tymi problemami poradzić. Niestety, bywa, że nie dają sobie z tym wszystkim bez wsparcia rówieśników lub dorosłych rady...

- Dorośli zapomnieli o pewnej prawidłowości, o której mówi psychologia rozwojowa, czyli że człowiek rozwija się motorycznie, poznawczo i emocjonalnie – stwierdza dr Kamila Lenkiewicz, dyrektor ds. psychoterapeutycznych z warszawskiego Środowiskowego Centrum Zdrowia Psychicznego dla Dzieci i Młodzieży – O ile bardzo duży nacisk kładziemy na rozwój poznawczy, wyznaczając dziecku do wykonania nowe zadania, polecając mu wziąć udział w kolejnej olimpiadzie czy w następnym konkursie. Lecz niestety całkowicie lub w znacznym stopniu zapominamy o jego rozwoju emocjonalnym. Dzieciom stawia się coraz większe wymagania. Jeśli chodzi o rozwój poznawczy oczekując od niego aby dostawało oceny bardzo dobre albo jeszcze lepiej celujące. Za bardzo cenimy intelekt jednocześnie mocno zaniedbując sferę emocjonalną.

Z doświadczeń terapeutów wynika, że rodzice zbyt rzadko mówią dziecku, że bardziej od dobrych stopni liczy się dla nich to, by było ono po prostu szczęśliwe.

- Mądry rodzic powinien dać dziecku ochłonąć i odpocząć – sugeruje pedagog Agnieszka Jackowska. – rodzice powinni się opamiętać, zrewidować swoje oczekiwania i dać dzieciom znacznie więcej wytchnienia.

- Nie powinniśmy zapominać o krzewieniu takich wartości które wymagają czasu i pielęgnacji. – wtóruje jej polonistka pani Agnieszka Olszacka - To takie wartości jak przyjaźń, miłość i więzi rodzinne. My dorośli żyjemy pod ciągłą presją czasu pracy i tempa życia. Dzieciom powinniśmy po prostu nieco odpuścić i dać sobie i im szansę na pełny reset.

Wiele zależy także od zmysłu obserwacji i spostrzegawczości nauczycieli, którzy pracując z nimi, wydając im polecenia bądź wyznaczając im dodatkowe zadania, zawsze powinni mieć na uwadze ich dodatkowe obowiązki i obciążenia. W sytuacji, gdy rodzic nie dostrzega problemu przeciążenia, od intuicji nauczyciela zależeć może prawidłowy rozwój dziecka.

Na podstawie tekstu Doroty Łosiewicz „Dzieci pod presją” –

Grzegorz Kochman

Zadania domowe w pracy nauczyciela

Zadania domowe są istotnym narzędziem w warsztacie pracy każdego nauczyciela. Nikt nie kwestionuje słuszności zadawania prac domowych i nikt nie podważa znaczenia zadań domowych w procesie rozwojowym dziecka i w kształtowaniu jego charakteru. Czy nauczyciele jednak potrafią z tego narzędzia korzystać w prawidłowy sposób? Czy w pełni wykorzystują jego potencjał, jednocześnie nie przesadzając z ilością czy też z formą zadawanych uczniom prac domowych? Odpowiedź jest złożona i niekoniecznie oczywista.

Wykonywanie zadań domowych należy do codziennych obowiązków uczniów na całym świecie. Służą lepszemu opanowaniu materiału edukacyjnego, pomagają w nadrobieniu zaległości. Zadania domowe mają też liczne zalety w pracy z uczniami szczególnie w klasach szkół podstawowych. Otóż wymuszają one na uczniach ponowne przemyślenie zrealizowanego podczas lekcji materiału, są doskonałym przyczynkiem do przećwiczenia nowych umiejętności (mają wpływ na utrwalanie wiedzy). Są niezbędne



dla dzieci w kluczowym etapie rozwoju językowego (np. w zdobywaniu umiejętności czytania i pisania). Pomagają w opanowaniu nowego materiału, pomagają utrwalić przyswojony materiał, kształtują umiejętności i nawyki, rozwijają samodzielność w myśleniu i działaniu.

Zadania domowe są także bardzo ważne jako czynnik wychowawczy. Uczą ucznia organizacji i planowania dnia pracy, kształtują jego wolę i charakter, rozwijają systematyczność i uczą dokładności, wzmacniają wiarę we własne siły, włączają u niego wartości takie jak wysiłek, wytrwałość i osobiste zaangażowanie. Kształtują właściwy stosunek do pracy i ludzi. Niestety zadania domowe także stresują, powodują przeciążenia, męczą fizycznie, zniechęcają do nauki, zmniejszają zainteresowanie edukacją, frustrują, nużą, odrywają od zainteresowań, wreszcie stanowią obciążenie dla rodziców.

Jako narzędzie edukacyjne zadania domowe są istotnym czynnikiem w prawidłowym rozwoju dziecka. Jednak nauczyciel korzystający z tego narzędzia powinien wykorzystywać je w sposób przemyślany i refleksyjny. Zadając dziecku dodatkową pracę domową, powinien dobrze przemyśleć jej poziom trudności i zasadność, szczególnie w kontekście wiedzy o samym uczniu oraz o jego możliwościach. Co zatem nauczyciel chcący efektywnie wykorzystać to narzędzie w pracy z dzieckiem powinien wiedzieć o swoim uczniu? Otóż to, że w przeciętnej 25 osobowej klasie różnica poziomu IQ pomiędzy uczniami sięga często średnio 50 pkt. (przeciętnie ich IQ oscyluje pomiędzy 70 a 120). Zdarzają się jednak i większe różnice – np.: w jednej klasie mogą uczyć się dzieci z niezdiagnozowanym upośledzeniem w stopniu

lekkim oraz dzieci wybitnie zdolne. W tej samej klasie uczniowie mogą mieć różne trudności: np. może w niej być 5 dyslektyków, 1 dyskalkulik, 1 dziecko z ADHD, 2 dzieci zagrożonych demoralizacją, 2 dzieci z rodzicami w trakcie sprawy rozwodowej, 1 dziecko z poważnymi opóźnieniami edukacyjnymi (częste choroby). To aż 12 z 25 uczniów, czyli prawie połowa klasy! Dodatkowym problemem może być to, że średnio 25% uczniów kończących klasę IV nadal słabo czyta, 30% z nich słabo liczy, 40% ma kłopoty z ładnym pisanem, a 20% ma kłopoty z koncentracją uwagi. Wszystkie wymienione czynniki wpływają na jakość pracy ucznia, na jego zaangażowanie, umiejętność radzenia sobie z problemami, na przyswajanie nowych umiejętności i nawyków. Podsumowując - mają więc one znaczący wpływ na prawidłowy rozwój młodego człowieka. Zatem polecając uczniowi wykonać po lekcjach zadania domowe, nauczyciel powinien jego formułę dobrze przemyśleć.

Bardzo ważne wydaje się, aby uczeń podczas odrabiania zadań domowych przestrzegał odpowiednich zasad. Nauczyciel powinien uświadomić uczniowi że powinien on dysponować stałym miejscem do odrabiania lekcji, odrabianie zadań powinno zawsze odbywać się o tej samej porze, że zadania domowe powinno odrabiać się 2 do 5 godz. od czasu zakończenia lekcji, że podczas odrabiania lekcji uczeń powinien mieć pod ręką wszystko to co jest mu niezbędne do pracy, że nie powinien odrywać się wtedy do innych zajęć, że najlepiej aby zadania odrabiał w dniu ich zalecenia zgodnie z zasadą „od łatwiejszych do trudniejszych”.

Istotne jest, by nauczyciel zadania domowe formułował jasno i zrozumiale. Wykonanie prac domowych powinno dostarczyć uczniowi satysfakcji z pokonania poziomu ich trudności. Uczeń powinien wykonać pracę samodzielnie - bez pomocy rodziców. Wyznaczając zadanie, nauczyciel powinien pamiętać także o doborze treści odpowiednich dla możliwości percepcyjnych uczniów, o wytłumaczeniu im zasad rozwiązania zadań, o poinformowaniu uczniów o tym na co będzie zwracał uwagę przy ocenianiu prac domowych, oraz o tym w jaki sposób wykorzysta treści zadań w toku kolejnych lekcji. Przestrzeganie powyższych zaleceń powinno mieć znaczący wpływ na zaangażowanie się ucznia w ich wykonywanie.

Zadania domowe powinna cechować zasadność, związek treści pracy domowej z treścią zajęć szkolnych, właściwe zaplanowanie w toku realizowanych zajęć lekcyjnych zadawanej pracy domowej. Forma pracy domowej powinna zapewnić całkowitą samodzielność w jej wykonywaniu przez ucznia a polecane zadania zawsze powinny być dostosowane do indywidualnych możliwości uczniów. Czas pracy z zadaniami domowymi nie powinien przekraczać w klasach młodszych (3-5) 30 min., w klasach starszych (6-8) 1 godz., a w szkołach średnich 2 godz. dziennie.

Niezwykle ważne jest, aby nauczyciel zawsze pamiętał o sprawdzeniu i ocenieniu zadań domowych, przy czym nie powinien nastawiać się na realizację programu nauczania, lecz na rozwój uczniów. Oceniając prace domowe, nauczyciel powinien dostrzegać pozytywne zmiany zachodzące u danego ucznia oraz informować go o nich na forum klasy. Powinien stworzyć takie warunki, aby każde dziecko odniosło sukces na miarę swoich możliwości. Ocena i sukces działają mobilizująco na postawy uczniów, na poziom ich aspiracji na kształtowanie ich samokontroli i samooceny. Właściwie rozumiana przez nauczyciela funkcja oceny szkolnej ogranicza rywalizację o stopnie między uczniami, ma wpływ na atmosferę w klasie, która dzięki temu staje się bardziej przyjazna dla uczniów, bo nastawiona jest na współpracę i wspólne rozwiązywanie problemów.

Grzegorz Kochman

Źródła agresji uczniowskiej

Agresja uczniowska jako świadome i zamierzone działanie, mające na celu wyrządzenie komuś szeroko rozumianej szkody jest zjawiskiem problemowym w szkołach, z którym z różnymi skutkami mierzą się nauczyciele, pedagodzy, dyrektorzy oraz władze oświatowe. Destrukcyjne skutki agresji uczniowskiej dla psychiki młodego człowieka są bezsporne. Warto więc przyjrzeć się powodom tego niewątpliwie negatywnego zjawiska.

Agresja szkolna ma swoje rodzaje – są to: **agresja słowna** (wyśmiewanie, przezywanie, zachęcanie do agresji, używanie przykrych słów, odtrącanie od zabawy, przeklinanie) agresja fizyczna (poszturchiwanie, popychanie z zamiarem zrobienia krzywdy, zamykanie w pomieszczeniu, uderzanie przedmiotami, niszczenie wytworów, opluwanie), **agresja relacyjna** czyli agresja bez fizycznego kontaktu, polegająca na działaniach, które mają doprowadzić do obniżenia czyjegoś statusu w grupie, wykluczenia z niej lub wyizolowania i **cyberprzemoc** (napastliwe wpisy na portalach społecznościowych agresywne ataki w czacie lub w ramach grup dyskusyjnych, obraźliwe SMS-y, e-maile, regularne przysyłanie nieprzyjemnych wiadomości do ofiary, zamieszczanie w internecie zdjęć i filmów ośmieszających ofiarę).

Nauczyciele jako przejawy negatywnych zachowań uczniów wskazują: palenie papierosów na terenie szkoły (w budynku lub obok niego), agresję w stosunku do innych uczniów (uderzanie, popychanie, szarpanie), używanie wulgarnych słów, zakłócanie przebiegu lekcji (głośne porozumiewanie się z kolegami, chodzenie po klasie, rzucanie przedmiotami), kradzieże czy zbyt swobodne zachowanie w relacjach z płcią przeciwną.

Nieco inaczej agresję w szkole postrzegają uczniowie i w czym innym dopatrują się jej źródeł. Otóż jedną z podstawowych przyczyn agresji w szkołach odnajdują w postawie samych nauczycieli – głównie w ich wypowiedziach i zachowaniach oraz w stosowanym przez nich systemie nagród i kar. Jako powód i przyczynę agresji wskazują często na sytuacje występujące podczas lekcji: obawę przed niepowodzeniem (53,6% uczniów) dużą ilość zadań domowych (36,4%) niezapowiadane kartkówki (31,2%) częste prace klasowe (21,7%) brak swobody w wyrażeniu własnego zdania (25,9%) antypatia nauczyciela do ucznia (22,9%) obawa przed złośliwymi uwagami pod swoim adresem (15,9%) obawa przed pogorszeniem opinii i stosunków z kolegami (14,7%) obawa przed karami ze strony nauczyciela (9,7%).

Równie stresujące dla uczniów są sytuacje kontroli zadań i oceniania przez nauczycieli, które warunkują wg nich często konflikty z kolegami lub/i z nauczycielem. Interesująco prezentują się tutaj poniższe zestawienia procentowe:

- dla ponad 67% uczniów sytuacją szczególnie agresywną jest kontrola zadań i ocenianie;
- 58,2% badanych odczuwa w trakcie lekcji zagrożenie,
- 48,8% reaguje agresją na sytuacje zadaniowe,
- u 28,2% uczniów występują sytuacje konfliktów z kolegami,
- 30,6% badanych akcentuje sytuacje konfliktu z nauczycielem.

Zbyt wiele zadań, ich wysoki stopień złożoności przekraczający możliwości większości uczniów, niewłaściwe/niesprawiedliwe ocenianie wskazywane są więc przez uczniów jako problem i źródło konfliktów skutkujące agresją, prowadzącą do gniewu i frustracji. Efektem przeciążania ilościowego oraz jakościowego powodowanego liczbą zadań i ich oceny, jest także tzw. „agresja przemieszczona” – charakteryzująca się niszczeniem własnego wytworu pracy, wytworu pracy kolegi lub zespołu, agresją bezpośrednią w formie przekleństw formułowaną pod adresem siebie i innych osób (w tym także i pod adresem nauczyciela).

Zachowania agresywne powodują uszkodzenia ciała, zaburzenia lękowe, w tym fobię szkolną. Mają wpływ na znaczne obniżenie samooceny i poczucia własnej wartości (dzieci i młodzież czują się upokorzone, poniżone, gorsze i mogą nabrać przekonania, że same są temu winne). Negatywnymi

skutkami są: depresje, próby samobójcze i samobójstwa, zaburzenia psychosomatyczne (np. bóle brzucha, wymioty, bóle głowy, bóle mięśni, trudności z zasypianiem), zachowania „wyładowujące” (nagłe i gwałtowne często agresywne reakcje wynikające z bezradności i desperacji), używanie środków psychoaktywnych – leków nasennych i uspokajających, alkoholu, narkotyków (dla obniżenia lęku, napięcia i poprawy nastroju), pogorszenie osiągnięć w nauce (silne emocje utrudniają skupienie się na nauce), częste zwolnienia lekarskie lub wagary (umożliwiają unikanie przykrości przez pewien czas).

Negatywne emocje i niewłaściwe zachowania uczniów w szkole są powodowane także przez:

cechy mentalne: impulsywność, nadaktywność, słaba samokontrola, rozproszenie uwagi, łatwe popadanie we frustrację,

niską inteligencję (szczególnie werbalną) wpływającą na: niskie osiągnięcia szkolne, słabą zdolność rozpoznawania relacji międzyludzkich oraz błędne rozpoznawanie i ocenianie sytuacji społecznych, małą zdolność do rozwiązywania problemów oraz deficyty innych umiejętności społecznych,

błędy wychowawcze rodziców popełniane we wczesnym okresie rozwoju dziecka: przyzwolenie na atak i prowokowanie agresji (mały agresor jest zabawny), brak jasnych oczekiwań i standardów zachowań przekazywanych dziecku, brak wytyczonych granic (brak dezaprobaty dla niewłaściwych zachowań), wczesne utrwalenie zachowań agresywnych i antyspołecznych, brak odwoływania się do wartości i norm społecznych (komunikaty typu: „Jasiu, nie bij chłopczyka, bo się spocisz” zamiast „Nie wolno nikogo bić, ponieważ wyrządza się komuś krzywdę”),

doświadczanie przemocy w bliskim środowisku: ze strony rówieśników lub pracowników szkoły, sąsiadów; obserwacja aktów przemocy w szkole czy na osiedlu,

poważne dysfunkcje rodziny: uzależnienia u jednego lub u obojga rodziców, przewlekłe choroby (zwłaszcza psychiczne), działania kryminalne rodziców i ich przebywanie w więzieniu (przemoc, zaniedbywanie i odrzucenie dziecka, częste surowe, niekonsekwentne i nieefektywne karanie), brak nadzoru i wsparcia ze strony rodziców lub dorosłych opiekunów (dziecko żyje w „klimacie” obojętności lub wrogości, ma tendencję do interpretowania zachowań innych ludzi jako wrogich i przypisywania im złych intencji),

duża ekspozycja agresji i przemocy w mediach: odwrócenie na przemoc i jej konsekwencje, rozwój tzw. „syndromu podłego świata” (spadek zaufania do ludzi, strach przed atakiem, potrzeba chronienia siebie, reagowanie agresją z wyprzedzeniem „na wszelki wypadek”). Efekt to przekonanie, że zachowania agresywne i akty przemocy są normą, a także przekonanie o powszechnej akceptacji dla przemocy, a nawet współzawodnictwo w zachowaniach agresywnych,

sprzeczność dyżurów nauczycieli z celami i oczekiwaniami uczniów (zaspokojenie potrzeby ruchu, nieskrępowanej niczym zabawy, możliwości biegania, hałasowania, zabawy), próby dyscyplinowania uczniów, wyciszania ich, często prowadzą do konfliktów w następstwie, których pojawiają się zachowania agresywne.

Ryzyku pojawienia się zachowań agresywnych w szkole sprzyja także jej „klimat”: niekorzystna lokalizacja szkoły, brudne, zaniedbane budynki i otoczenie, zniszczony, niesprawny sprzęt, „bezpańskie” pomieszczenia, wielkość szkoły, przeładowane klasy, negatywna/bierna rola dyrektora, chaos organizacyjny, bezosobowe relacje nauczyciel – uczeń, brak przejrzystych oczekiwań szkoły i jasnych zasad dyscypliny, brak ujednoliconego i jasnego dla wszystkich systemu oceniania osiągnięć, nadmierny rygor i restrykcje, nieuwzględnianie interesów i oczekiwań uczniów.

Miejscami nasilonej agresji są szkolne toalety, tereny przyszkolne, szatnie, wejścia do szkoły oraz internet, natomiast akty samej przemocy fizycznej najczęściej mają miejsce podczas przerw pomiędzy lekcjami oraz tuż po zakończeniu zajęć szkolnych. Według statystyk 73,7% uczniów „poluje” na swoje ofiary podczas przerw, a 26,3% czeka na nie po zakończonych lekcjach na zewnątrz.

Grzegorz Kochman

Diagnoza potrzeb prozdrowotnych wychowanków bazą do edukacji zdrowotnej w ramach wychowania fizycznego... i nie tylko

Wymagania szczegółowe podstawy programowej z 14 lutego 2017 roku dotyczą treści kształcenia zawartych w obrębie następujących bloków tematycznych:

1. Rozwój fizyczny i sprawność fizyczna
2. Aktywność fizyczna
3. Bezpieczeństwo w aktywności fizycznej
4. Edukacja zdrowotna
5. Kompetencje społeczne

Realizacja podstawy programowej w zakresie edukacji zdrowotnej powinna być dostosowana do potrzeb uczniów (po przeprowadzeniu diagnozy tych potrzeb) oraz do możliwości organizacyjnych szkoły. Warunkiem skuteczności realizacji bloku tematycznego „Edukacja zdrowotna” jest integrowanie przekazywanych wiadomości z treściami innych przedmiotów, w tym np.: biologii, wychowania do życia w rodzinie, wiedzy o społeczeństwie, edukacji dla bezpieczeństwa. Wymaga to współdziałania nauczycieli różnych przedmiotów, współpracy z pielęgniarką albo higienistką szkolną oraz z rodzicami. Niezbędne jest także skoordynowanie tych zajęć z programami edukacyjnymi dotyczącymi zdrowia i profilaktyki zachowań ryzykownych lub chorób, oferowanymi szkołom przez różne podmioty. Do realizacji treści wychowania fizycznego należy włączać uczniów czasowo lub częściowo zwolnionych z ćwiczeń fizycznych. Dotyczy to kompetencji z zakresu wiedzy w każdym bloku tematycznym oraz wybranych kompetencji z zakresu umiejętności, ze szczególnym uwzględnieniem bloku „Edukacja zdrowotna”.

Poniżej prezentujemy propozycje testów diagnozujących potrzeby prozdrowotne uczniów szkoły podstawowej. Przeprowadzenie i analiza diagnoz może być wstępem do rozmów na tematy dotyczące zdrowia.

Przedstawione testy powstały w oparciu o treści podstawy programowej z wychowania fizycznego z roku 2017.

Test diagnozujący potrzeby prozdrowotne uczniów klas I-III

1. Jak często należy myć ciało:
 - a) minimum raz dziennie
 - b) raz w tygodniu
 - c) co drugi dzień
2. Kiedy należy umyć ręce:
 - a) raz dziennie
 - b) we wszystkich wymienionych przypadkach: po powrocie do domu, po zabawie ze zwierzętami, przed posiłkami, po skorzystaniu z toalety
 - c) rano i wieczorem
3. Jak często należy myć zęby:
 - a) minimum dwa razy dziennie, najlepiej po każdym posiłku
 - b) raz dziennie
 - c) tylko wieczorem
4. Na lekcje wychowania fizycznego i po zajęciach należy:
 - a) zmienić koszulkę
 - b) zmienić koszulkę i spodenki
 - c) zmienić koszulkę, spodenki, skarpetki i obuwie
5. Na zajęcia na świeżym powietrzu należy zmienić:
 - a) koszulkę, skarpetki, dresy i obuwie
 - b) koszulkę i skarpetki
 - c) dres i obuwie

6. Rozgrzewkę należy wykonać:
 - a) tylko przed zajęciami z piłką
 - b) przed wszystkimi zajęciami ruchowymi
 - c) tylko przed lekcją gimnastyki
7. Jak często powinniśmy ćwiczyć:
 - a) tylko w dni szkolne
 - b) codziennie około godziny
 - c) w czasie weekendu
8. Codzienna porcja ruchu :
 - a) powoduje przemęczenie
 - b) to marnowanie czasu
 - c) zapobiega otyłości, wadom postawy i innym chorobom
9. Co można zjeść na śniadanie, aby dobrze rozpocząć dzień:
 - a) batonika lub pączka
 - b) kanapkę, jogurt z płatkami lub owsiankę z owocami
 - c) paczkę chipsów i colę
10. Podczas przechodzenia przez ulicę, jeśli nie ma świateł należy:
 - a) dokładnie się rozejrzeć (lewo-prawo-lewo) i jeśli droga jest wolna, zdecydowanym krokiem przejść na drugą stronę ulicy
 - b) szybko przebiec na drugą stronę ulicy
 - c) spokojnie przejść przez ulicę, zerkając w telefon

Odpowiedzi: 1a, 2b, 3a, 4c, 5a, 6b, 7b, 8c, 9b, 10a

Diagnoza potrzeb prozdrowotnych uczniów – klasy IV-VI

1. Czym jest zdrowie?
 - a) Zdrowie to nie tylko całkowity brak choroby, czy kalectwa, ale także stan pełnego, fizycznego, psychicznego i społecznego dobrostanu (dobrego samopoczucia).
 - b) Brak choroby
 - c) Kiedy nie odczuwam żadnego bólu
2. W jaki sposób dokonać pomiaru tętna ?
 - a) uciskając tętnicę na szyi lub przedramieniu
 - b) uciskając brzuch
 - c) licząc oddechy
3. Za pomocą których wskaźników możemy ocenić stan zdrowia (przy prawidłowej odpowiedzi wstaw krzyżyk):

☐ waga i wzrost
☐ ciśnienie krwi
☐ EKG serca i tętno
☐ długość stopy
☐ poziom sprawności (testy: czwórbój lekkoatletyczny, Coopera)
4. Aby zahartować organizm należy:
 - a) ćwiczyć na świeżym powietrzu, nawet zimą
 - b) siedzieć w domu przed komputerem
 - c) nigdy nie otwierać okien zimą, spać w nieprzewietrzonym pokoju
5. Co jest podstawą piramidy żywieniowej?
 - a) owoce i warzywa
 - b) aktywność ruchowa
 - c) produkty zbożowe
6. Co znajduje się na szczycie piramidy żywieniowej?
 - a) nabiał
 - b) produkty zbożowe
 - c) cukry i tłuszcze
7. Jak często powinniśmy ćwiczyć:
 - a) 60 minut dziennie
 - b) kiedy mam ochotę

- c) tylko na lekcji wychowania fizycznego
- 8. Prawidłowa postawa ciała to:
 - a) taka pozycja, w jakiej czuję się swobodnie
 - b) wyprostowane plecy, wciągnięty brzuch, cofnięta broda
 - c) wyprostowane plecy, szeroko rozstawione stopy
- 9. Co ułatwia uspokojenie organizmu po wysiłku:
 - a) spokojny, głęboki oddech, ćwiczenia rozciągające, cisza
 - b) spokojny, głęboki oddech, zabawa ożywiająca
 - c) rozmowa z kolegą i napój energetyczny
- 10. Jakie tematy, dotyczące zdrowia, chciałbyś/ chciałabyś poruszyć na lekcji?

.....

Odpowiedzi: 1a, 2a, 3: waga i wzrost, ciśnienie krwi, EKG serca i tętno, poziom sprawności (testy: czwórbój lekkoatletyczny, Coopera), 4a, 5b, 6c, 7a, 8b,9a, 10

.....

Diagnoza potrzeb prozdrowotnych uczniów – klasy VII-VIII

1. Zaznacz pozytywne składniki zdrowia:
 - ☐ aktywność fizyczna
 - ☐ badania profilaktyczne
 - ☐ spożywanie dużej ilości leków
 - ☐ właściwy sposób odżywiania
 - ☐ spożywanie napojów energetycznych
 - ☐ odpowiednia ilość snu
 - ☐ realizacja własnych zainteresowań i hobby
2. Zaznacz, jakie są metody pozytywnie wpływające na redukcję stresu:
 - ☐ uprawianie aktywności fizycznej
 - ☐ realizacja własnego hobby
 - ☐ spożywanie alkoholu
 - ☐ stosowanie technik relaksujących
 - ☐ agresja wobec innych
 - ☐ słuchanie odpowiedniej muzyki
3. Jakie są zdrowotne konsekwencje stosowania używek i substancji psychoaktywnych:
 - a) pozytywny wpływ na ciśnienie krwi i koordynację ruchową
 - b) rozładowanie stresu i agresji
 - c) apatia, znużenie, zaburzenia koordynacji
4. Wymień znane Ci skutki otyłości

5. Zaznacz, która grupa pokarmów zawiera białko:
 - a) jaja, jogurty, rośliny strączkowe, mięso
 - b) masło, margaryna, żółte sery
 - c) pieczywo, ciasta, owoce
6. Zaznacz, która grupa pokarmów zawiera witaminy:
 - a) cukierki, ciastka, cola
 - b) owoce, warzywa, masło
 - c) grzyby, przetwory w słoikach, woda
7. Nieuzasadnione odchudzanie powoduje:
 - a) lepsze samopoczucie i wyższą samoocenę
 - b) poprawę kondycji fizycznej i zdrowia
 - c) anemię, anoreksję, bulimię
8. Efektem stosowania środków dopingujących w sporcie mogą być:
 - a) zaburzenia hormonalne, zachowania agresywne, nieuczciwe zwycięstwo
 - b) zdrowy i naturalnie umięśniony wygląd,
 - c) spadek agresji, poprawa pracy układu krążenia i serca

9. Zmiany hormonalne w okresie dojrzewania powodują:

- ☐ zmiany skórne
- ☐ intensywny zapach potu
- ☐ wahania nastroju
- ☐ zacieśnienie więzi z rodzicami
- ☐ pojawienie się owłosienia w okolicy łonowej, dołów pachowych, u chłopców pojawienie się zarostu na twarzy
- ☐ poprawa koncentracji

10. Wymień znane Ci wady postawy:

.....

.....

- ☐ Odpowiedzi: **1:** aktywność fizyczna, badania profilaktyczne, właściwy sposób odżywiania, odpowiednia ilość snu, realizacja własnych zainteresowań i hobby, **2:** uprawianie aktywności fizycznej, realizacja własnego hobby, stosowanie technik relaksujących, słuchanie odpowiedniej muzyki, **3 c, 4....., 5a, 6b, 7c, 8a, 9:** zmiany skórne, intensywny zapach potu, wahania nastroju, pojawienie się owłosienia w okolicy łonowej, dołów pachowych, u chłopców pojawienie się zarostu na twarzy, **10.....**

Katarzyna Górka
doradca metodyczny w zakresie wychowania fizycznego,
nauczyciel wychowania fizycznego,
trener klas łyżwiarsko – wrotkarskich w Szkole Podstawowej nr 7 –
Szkole Sportowej w Lubinie

Katarzyna Królewicz
nauczyciel wychowania fizycznego,
trener klas łyżwiarsko – wrotkarskich w Szkole Podstawowej nr 7 –
Szkole Sportowej w Lubinie

Metafiction, self-reflexivity and intertextuality in literature

Kornelia Ksenycz studentka V roku filologii angielskiej
Uniwersytetu Wrocławskiego

The origin of metafiction in literature can be traced back to Geoffrey Chaucer's *The Canterbury Tales* and its story within the story frame. However, a truly conscious and intentional interest in metafiction emerged in postmodern literature i.e. the literature, as the definition given by *The Concise Oxford Dictionary of Literary Terms* says, dating to the 1950s-60s that delights in alienation and "disorienting techniques", such as rejection of realism and strict boundaries between fiction and reality. The definition in *The Concise Oxford Dictionary of Literary Terms* also explains that postmodernism, as opposed to modernism, does not seek to find meaning in the chaotic world and thus produces works that do not propose any concrete interpretation or "artistic coherence"; postmodern literature poses many questions and presents many ambiguities. The aim of postmodern writers is often to expose a text's fictionality, and they do so by means of various devices, metafiction being one of the most effective techniques.

To have a better understanding of the term *metafiction*, one should know the meaning of the prefix 'meta'. According to *Merriam-Webster Dictionary*, 'meta' by being put before a term in some field of study creates a new discipline closely linked to the previous one but expressing a critical commentary on it. Having this definition in mind, it could be said that metafiction, in a general sense, is simply fiction critically commenting on fiction. More precisely, according to Patricia Waugh, a lecturer in English at the University of Durham, metafiction signifies a self-reflexive text which consistently and self-consciously points to its artificiality with the aim of breaking illusion of reality (2). This effect can be reached by means of various techniques. Many metafictional novels use a technique called *mise-en-abyme*, which, as *The Concise Oxford Dictionary of Literary Terms* defines, implies "an internal reduplication of a literary work or part of a work". For instance, Briony, the main character of *Atonement* written by Ian McEwan, writes a novel, which turns out to be what one is just reading; it is partly revealed, for instance, in the letter from *Horizon* Briony gets in the third part of the novel. The letter stands also for metacriticism. The author of the letter criticises and comments on Briony's writing but, in fact, he criticises the text we are reading. In the case of *Atonement*, it would be most accurate to call it a *self-begetting novel*, because it tells the story of a character's life at different stages and, then, it shows the final act of the character's life now being able to finish the story one is now reading (Waugh 14). It is just at the end of the book, when Briony is explicitly revealed to be its author.

Another type of metafiction is *fabulation*, which *The Concise Oxford Dictionary of Literary Terms* defines as overtly showing its artifice by "departing from the conventions of realism". A suitable example is *Midnight's Children* by Salman Rushdie, in which magic realism is used, an ostentatious spinning of fictional events that are non-viable and impossible to believe in. What is more, according to Waugh, the inconceivability of the events is strengthened by the employment of incongruent, conflicting metaphors and comparisons (17). Waugh enumerates several other terms for metafictional novels, such as "the introverted novel", "the anti-novel", "irrealism" or "surfiction", that is all texts self-consciously exposing their constructiveness (14).

Another device used by postmodern writers and closely related to metafiction is intertextuality.

Graham Allen, in his book *Intertextuality*, gives a definition of intertextuality, which, in his view, makes a meaning of a text difficult to extract. He says that all texts are intertextual to all the preexisting texts and that is why the process of reading is just like “moving between texts” (1). Grouping different forms of intertextuality, Gérard Genette proposed to change the term *intertextuality* to *transtextuality* to name “all that which puts one text in relation, whether obvious or concealed, with other texts” (Genette qtd. in Allen 1). He divides transtextuality into five types. The first type, confusingly named *intertextuality*, is narrowed down to quotations, allusions and plagiarism (Allen 101). The second type is *paratextuality*, which refers to everything that surrounds a text i.e. “titles, chapter titles, prefaces and notes” (103). Then, *metatextuality*, being the third one, refers to a text which comments critically on another text, the title of which does not have to be mentioned (102). The fourth one, *hypertextuality*, refers to a relation between a hypertext and a hypotext. A hypotext is a text written earlier and it serves as a base on which a hypertext is build (107-108). For instance, *Mrs Dalloway* is a hypotext for McEwan’s *Saturday*, which derives its elements from Woolf’s text but it does not comment on it. And the last type, *architextuality*, refers to texts that are put into the position of texts perceived as a part of some larger category, typically a genre (217).

It is typical of metafictional texts to comment on other works, sometimes by the use of parody but not necessarily (Waugh 4). The inclusion of excerpts of other works or commenting on real writers are all common for metafiction. *Atonement* is full of intertextuality; there are many references to, for example, Virginia Woolf or Jane Austen. A significant part of postmodern writings also comments on conventions, techniques and styles. As Waugh points out, metafiction writers tend to experiment with popular literature that has been frequently rendered onto the screen, such as “science fiction, ghost stories, westerns, detective stories, popular romance” (81). In *Atonement*, the constructiveness of the story is highly visible by overt stylisations and imitations of, for example, country house novel, detective story and gothic story. Such advances are part of a technique called *pastiche*, which *The Concise Oxford Dictionary of Literary Terms* defines as a technique preferable among postmodernist writers, which rather honours than mocks some styles. As can be seen, different layers of intertextuality can be incorporated into a text.

Works cited

- Allen, Graham. *Intertextuality*. London: Routledge, 2011.
- “Fabulation”. *The Concise Oxford Dictionary of Literary Terms*. 2nd ed., 2001.
- McEwan, Ian. *Atonement*. London: Vintage, 2007.
- “Meta”. *Merriam-Webster.com*. 2017. Web. Accessed on 28 Dec. 2017, <https://www.merriam-webster.com/dictionary/meta->
- “Mise-en-abyme”. *The Concise Oxford Dictionary of Literary Terms*. 2nd ed., 2001.
- “Pastiche”. *The Concise Oxford Dictionary of Literary Terms*. 2nd ed., 2001.
- “Postmodernism”. *The Concise Oxford Dictionary of Literary Terms*. 2nd ed., 2001.
- Waugh, Patricia. *Metafiction. The Theory and Practice of Self-conscious Fiction*. London: Routledge, 1984.

Nauczanie zdalne: walizka czy koszt?

Wiesław Ksenycz doradca metodyczny

Nauczyciele w Polsce i innych krajach świata starają się mierzyć z nową rzeczywistością.

Z powodu pandemii wirusa wywołującego chorobę COVID-19 stanęli przed koniecznością zmiany sposobu nauczania z bezpośredniego na zdalny. Niektórzy stosowali elementy edukacji na odległość w swojej dotychczasowej pracy, zdobywając kolejne stopnie awansu zawodowego lub zetknęli się z technologiami informacyjno – komunikacyjnymi w trakcie odbywania przeróżnych szkoleń, warsztatów czy studiów podyplomowych. W czasach pandemii taki sposób nauczania staje się jedyną możliwą i bezpieczną opcją, wykluczającą nauczanie tradycyjne.

Poniższy artykuł jest zbiorem refleksji i doświadczeń nauczycieli - praktyków, dotyczących różnych aspektów pracy w tych trudnych czasach i odnosi się do takich obszarów jak: dydaktyka, technologie informacyjno – komunikacyjne, współpraca z rodzicami i uczniami, organizacja pracy oraz współpraca z innymi nauczycielami. Innymi słowy, to próba odpowiedzi na pytanie co zabierzemy ze sobą po zakończeniu okresu obowiązkowej pracy zdalnej, a także co nam tę pracę szczególnie ogranicza.

Organizacja zdalnego nauczania opiera się na zajęciach z wykorzystaniem metod i technik kształcenia na odległość. To działanie nauczycieli i uczniów, które może się odbywać z użyciem monitorów ekranowych, ale także bez konieczności ich użycia. Innymi słowy, nie tylko video lekcje czy nauka w trybie on-line mieszczą się w definicji nauczania zdalnego. Poradniki opracowane przez instytucje nadzorujące proces wprowadzania obowiązkowej edukacji zdalnej podają szereg przykładowych narzędzi, w oparciu o które można zdalnie realizować nauczanie. Warto wspomnieć m.in. o takich narzędziach, jak:

- dzienniki elektroniczne
- komunikacja poprzez pocztę elektroniczną
- zamieszczanie informacji i materiałów edukacyjnych na stronie internetowej szkoły
- media społecznościowe, komunikatory, programy do telekonferencji przy zachowaniu bezpiecznych warunków korzystania z Internetu
- kontakt telefoniczny z nauczycielem
- materiały edukacyjne na sprawdzonych portalach edukacyjnych
- platforma edukacyjna epodreczniki.pl
- lekcje on-line („na żywo”)

Słuszne zdaje się stwierdzenie obecne w kuratorskich poradnikach, że „ważniejsza od wybranej formy nauczania jest możliwość zrealizowania celu nauczania”. Ministerstwo Edukacji Narodowej określiło jasno ten cel jako realizację podstawy programowej. Tymczasem warto przyjrzeć się szerzej naszym działaniom edukacyjnym i określić „priorytety edukacji zdalnej w warunkach izolacji spowodowanej pandemią” (Pyżalski, 2020). Hierarchia tych priorytetów została trafnie zilustrowana przez Jacka Pyżalskiego w postaci piramidy, u podstaw której znajduje się relacja z uczniami i ich rodzicami, a także relacje rówieśnicze.

Nie bez znaczenia dla efektywności procesu wdrażania nauczania zdalnego są również relacje nauczycieli (odizolowanych od środowiska szkolnego) ze współpracownikami i dyrekcją swojej szkoły. Relacje te nie mogą być w żadnym stopniu podszyte presją, stresem czy chęcią rywalizacji. Potrzebne jest wzajemne wsparcie, prawdziwe dzielenie się wiedzą i doświadczeniem z innymi nauczycielami, budowanie wspólnego banku pomysłów i pomocy dydaktycznych.

Drugim poziomem w piramidzie Pyżalskiego, po starannym zadbanie o relacje, jest „wzmacnianie wsparcia i budowanie odporności” na różnego rodzaju zagrożenia i negatywne emocje z nimi związane. Trwająca pandemia i konieczność izolacji, niewyobrażalne dotychczas ograniczenia w życiu społecznym i prywatnym oraz problemy ekonomiczne mogą wywołać takie uczucia, jak: niezadowolenie, złość, gniew, oburzenie, strach, niepewność jutra, zniecierpliwienie. Te uczucia mogą dotyczyć naszych uczniów w równym stopniu co ich rodziny, jak i nas samych. Zanim więc dojdzie do zdalnych procesów dydaktycznych i trwałych ich efektów należałoby najpierw wzmocnić odporność młodych ludzi, pomóc im od strony psychologicznej. Inaczej mówiąc, żeby móc ich czegokolwiek skutecznie nauczyć, trzeba zbudować poczucie bezpieczeństwa i pewności.

Na tych dwóch filarach: relacji i odporności, Pyżalski zaleca budowanie edukacji zdalnej wraz z doбором odpowiednich strategii, narzędzi i procesów szeroko rozumianej indywidualizacji nauczania. Przestrzega przed uleganiem „pokusie atrakcyjności konkretnych narzędzi służących pracy zdalnej”. Oczywiście bowiem jest, że warunkiem efektywności każdej jednostki lekcyjnej czy innej najmniejszej aktywności dydaktycznej, zdalnej czy tradycyjnej będzie zawsze jasno określony cel. W okresie nauczania zdalnego powinien to być nie cel na miarę naszych nauczycielskich ambicji, lecz cel możliwy do osiągnięcia przez przeciętnego ucznia. Czym więcej realnych celów osiągną nasi uczniowie, tym bardziej wzrośnie ich poczucie pewności, bezpieczeństwa i zwykła, ale jakże potrzebna chęć do nauki.

Dyskusja na temat przebiegu i organizacji nauczania na odległość odbywa się w różnych środowiskach. Swoje obawy i racje przedstawiają rodzice i uczniowie, oczekiwania i wymagania zgłaszają urzędy oświatowe, wypowiadają się politycy, a media mają nowy temat reportażu czy audycji. Sami nauczyciele pracują w trybie zdalnym od prawie 1,5 miesiąca więc są już uprawnieni do określenia plusów i minusów nauczania w nowej rzeczywistości. Jakie doświadczenia, nowe pomysły, ciekawe narzędzia zabiorą ze sobą kiedy ograniczenia zostaną zniesione, a edukacja powróci do formy sprzed pandemii? Czego dowiedzieli się o sobie, o swoich metodach pracy i o swoich uczniach?

Z wypowiedzi wielu przepytanych nauczycieli wynika jasno, że nowa rzeczywistość edukacyjna wymusza dokonanie niezwykłego postępu technologicznego. Nauczyciele przeróżnych specjalności, w potrzebie tworzenia ciekawych lekcji oraz doboru adekwatnych materiałów nauczania i pomocy dydaktycznych, odwiedzają regularnie edukacyjne strony internetowe oraz korzystają z aplikacji do nauki np. Quizlet, Kahoot, Quizizz itp.

Prawdziwym przełomem dla niektórych nauczycieli stało się wprowadzenie do edukacji całego zbioru aplikacji i usług dostępnych z serwerów Microsoft pod nazwą Office 365, zsynchronizowanego z powszechnie używanymi dziennikami elektronicznymi. W pakiecie nauczyciele i uczniowie otrzymują dostęp do aplikacji jak Word, Excel, PowerPoint, a także przestrzeń na pliki w chmurze OneDrive, aplikację poczty Outlook, aplikację Forms do tworzenia testów/ankiet oraz nowoczesny komunikator Teams. Trwają nawet spory o wyższości komunikatora Zoom nad Teams, w związku z różnymi możliwościami wizualizacji uczestników wideokonferencji na obu komunikatorach. Nauczyciele dobrze też oceniają funkcjonowanie usługi internetowej usprawniającej proces udostępniania plików pomiędzy nauczycielami i uczniami Google Classroom.

Większość z nich wykorzysta te wszystkie umiejętności także w popandemicznej przyszłości, ze względu na takie ich zalety, jak: oszczędność czasu, organizację warsztatu pracy (wszystkie materiały i pomoce w jednym miejscu), szybkość i wydajność samosprawdzających się testów, kartkówek on-line (np. dzięki aplikacji Forms). Zabiorą ze sobą otwartość na technologie informacyjno – komunikacyjne oraz pozytywne nastawienie, które udało im się wytworzyć mimo wstępnego chaosu i niepewności.

Jako nauczyciel języków obcych mogę śmiało rekomendować dwa rzadziej dotychczas stosowane

sposoby działania. Nauczanie zdalne niejako wymusiło zadawanie uczniom odsłuchu plików audio do samodzielnego wykonania. Dotychczas najczęściej rozwijanie umiejętności rozumienia ze słuchu odbywało się w trakcie tradycyjnej lekcji. Tymczasem powtarzanie wymowy nowych słów, selekcjonowanie informacji i rozwiązywanie zadań towarzyszących materiałowi audio może być stałym elementem zadań domowych. Przydatnym narzędziem okazuje się Dysk Google, na którym trzeba umieścić swoje pliki audio, a następnie wygenerować link do danego nagrania i przekazać go uczniom.

Jeszcze ciekawszym sposobem nauki języka obcego w czasach pandemii zdaje się być nagrywanie przez uczniów własnych materiałów audio lub audiowizualnych. Taka metoda zawsze spotykała się z oporem moich uczniów: wydawało im się, że brzmią śmiesznie i dziwnie. Obecna sytuacja nie pozostawia im wyboru – umiejętność mówienia muszą kształcić za pomocą takiego narzędzia. Co więcej, po miesiącu regularnego stosowania tego typu ćwiczeń widać efekty w postaci lepszej wymowy, płynności i swobody językowej oraz stopniowe przełamywanie barier komunikacyjnych.

Inny obszar korzyści, to współpraca. Co ciekawe, w okresie odizolowania oraz braku bezpośredniego kontaktu z uczniami, intensywności oraz nowej pozytywnej jakości nabrała współpraca z rodzicami uczniów. Szczególnie zauważają to nauczyciele pracujący w klasach edukacji wczesnoszkolnej. Z jednej strony, odczuwają lekki stres ze względu na obecność rodziców na każdej prawie lekcji, z drugiej strony pomoc rodziców jest absolutnie niezbędna do osiągnięcia zamierzonych celów dydaktycznych. Całkiem dobrze rolę rodziców obrazują wypowiedzi nauczycieli, typu: „rodzice zaczęli być dla nas nauczycielami bliżsi; pomagamy sobie nawzajem”. Taka pogłębiona i otwarta komunikacja z rodzicami nie zakończy się wraz z końcem nauczania zdalnego.

Warto też zwrócić uwagę na kwestię konfrontacji ambicji rodziców z możliwościami ich dzieci. Wydaje się, że obraz zdolności, potrzeb, deficytów i zainteresowań dziecka staje się wyraźniejszy w okresie pracy zdalnej, kiedy to rodzic w dużym stopniu odpowiada za jej efekty. Z drugiej strony, okres ten daje też szansę uczniom na rozwój samodzielności, szczególnie w przypadku uczniów starszych, na rozwój umiejętności planowania własnego czasu pracy, nauczycielom zaś na indywidualizację nauczania w tempie dostosowanym do możliwości poszczególnych uczniów.

Z tego punktu widzenia, lekcje w czasie rzeczywistym mogą być postrzegane jako narzędzie mniej przydatne niż spis jasnych instrukcji do wykonania w odpowiedniej kolejności (mini scenariusz lekcji) oraz w dogodnym dla ucznia czasie i w jego własnym tempie pracy. Trzeba wziąć oczywiście pod uwagę specyfikę poszczególnych przedmiotów nauczania, warunki domowe, dostęp do internetu itp.

Ograniczenia techniczne, szczególnie w zakresie dostępu do szybkiej sieci internetowej oraz sprawnych urządzeń z monitorami ekranowymi to jedna z niedogodności nauczania na odległość, wymieniana przez nauczycieli obok braku bezpośredniego kontaktu z uczniami i poczucia, że „jest się w pracy przez cały czas”. Wydaje się, że musi upłynąć trochę tygodni aby w warunkach szybkiej komunikacji z rodzicami i uczniami, przy ciągle napływających pracach uczniów, wysokich ambicjach dzieci, rodziców i nas samych zorganizować swój dzień pracy tak, aby mieć czas na życie prywatne. Przygotowanie jednej dobrej lekcji o prawidłowej strukturze i prezentującej nowy temat na warunkach określonych przez zdalny tryb nauczania może zająć nawet godzinę. Z biegiem czasu te procesy i nasze umiejętności przyspieszą. Powinniśmy też pozwolić samym sobie na stawianie granic, przecież nic się nie stanie jeśli zadania nadesłane przez uczniów np. w sobotę sprawdzimy w poniedziałek.

Brak relacji bezpośredniej z uczniami to brak możliwości oddziaływać w sferze społeczno-emocjonalnej i mocno zakłócony proces wychowawczy. Rozwijanie zdolności do empatii, umiejętności przyjęcia perspektywy drugiej osoby, kształtowanie relacji społecznych jako elementu budowania dobrostanu człowieka stają się wręcz niemożliwe do osiągnięcia w trybie nauczania na odległość. Trudno też mówić

o pracy terapeutycznej wykonywanej dotychczas przez psychologów czy pedagogów z zachowaniem zasady zaufania, skoro obok dziecka znajduje się jego rodzic. Nauczycielom brakuje też po prostu informacji zwrotnej pobieranej przez samą obserwację reakcji dzieci, nie tylko przez przesłane zadania i prace. Nawiązane w szkole relacje przyjaźni i więzi międzyludzkich, nie tylko wśród uczniów, zostały wystawione przez COVID-19 na ciężką próbę. Powodzenie naszych działań zależy w dużej mierze od nas samych.

Bibliografia

Pyżalski, J. (red.)(2020). *Edukacja w czasach pandemii wirusa COVID-19*.

Z dystansem o tym, co robimy obecnie jako nauczyciele, Warszawa: EduAkcja

<https://portal.librus.pl/artykuly/nauczanie-zdalne-jak-wyglada-w-naszach-domach-pobierz-raport>

<http://www.mowdomnie.pl/2016/05/10/jak-cwiczyc-w-domu-mowienie-po-angielsku>

<https://angielskifluent.pl/blog/nagrywanie-swojego-glosu-po-angielsku>

NAUCZANIE DWUJĘZYCZNE czyli ZINTEGROWANE KSZTAŁCENIE PRZEDMIOTOWO-JĘZYKOWE

Wiesław Ksenydz doradca metodyczny

Nauczanie dwujęzyczne jest jednym z najnowocześniejszych systemów edukacyjnych, powszechnie stosowanych w Polsce od momentu wstąpienia naszego kraju do Unii Europejskiej. Jest ono również jednym ze sposobów podwyższenia poziomu znajomości języków zachodnioeuropejskich. Specjaliści w dziedzinie nauczania języków obcych powszechnie uważają, że „języka obcego nauczymy się lepiej kiedy będzie on nam służył do przyswajania sobie czegoś więcej niż tylko jego samego”. Z definicji określamy kogoś, że jest dwujęzyczny, gdy jednocześnie posługuje się swobodnie dwoma językami. Nauczanie dwujęzyczne sprawia, że uczeń posługuje się językiem obcym w celu poznania czegoś więcej niż tylko samego słownictwa czy konstrukcji językowych. Korzyści z takiego systemu edukacyjnego zostały docenione przez wiele szkół w Polsce, które z powodzeniem realizują nauczanie dwujęzyczne. Do tych korzyści można zaliczyć płynne porozumiewanie się w danym języku obcym na koniec edukacji w szkole podstawowej (na koniec edukacji w gimnazjum było to wręcz biegle posługiwanie się językiem), jak również wszechstronny rozwój osobowości, naukę odpowiedzialności i otwartości wobec świata i ludzi, stosowanie języka obcego w szerokim zakresie w sposób autentyczny oraz jako narzędzia do poznawania wiedzy z innych przedmiotów (język specjalistyczny). To przygoda edukacyjna, która może być kontynuowana na poziomie liceum, a nawet może pozwolić w dalszej perspektywie na podejmowanie studiów w języku obcym w Polsce, w Europie, jak i na innych kontynentach. Nauka w klasie dwujęzycznej odbywa się w dwóch językach: języku ojczystym oraz języku obcym.

Różne akty prawne odnoszą się do nauczania dwujęzycznego w naszym kraju. Warto tu przytoczyć definicję oddziału dwujęzycznego podaną w *ustawie z dnia 7 września 1991 r. o systemie oświaty*:

(...) oddział szkolny, w którym nauczanie jest prowadzone w dwóch językach: polskim oraz obcym nowożytnym będącym drugim językiem nauczania, przy czym prowadzone w dwóch językach są co najmniej dwa zajęcia edukacyjne, z wyjątkiem zajęć obejmujących język polski, część historii dotyczącą historii Polski i część geografii dotyczącą geografii Polski, w tym co najmniej jedno zajęcia edukacyjne wybrane spośród zajęć obejmujących: biologię, chemię, fizykę, część geografii odnoszącą się do geografii ogólnej, część historii odnoszącą się do historii powszechnej, matematykę lub spośród przedmiotów uzupełniających (art. 3, pkt 2b).

Nie należy więc mylić nauczania dwujęzycznego, które jest najczęściej wzbogaceniem oferty edukacyjnej danej szkoły, z obowiązkową od klasy 7 szkoły podstawowej nauką dwóch języków obcych.

Oferta klasy dwujęzycznej najczęściej jest adresowana do uczniów zainteresowanych nauką języka angielskiego w zwiększonym wymiarze oraz posiadających predyspozycje i uzdolnienia kierunkowe. W celu wyłonienia takich uczniów, zaplanowane jest odrębne postępowanie rekrutacyjne na warunkach ustalonych przez Radę Pedagogiczną. Postępowanie to składa się z testu kompetencji językowych z języka angielskiego oraz sprawdzianu predyspozycji i uzdolnień do nauki języków obcych. Terminy testów każdego roku ustala organ prowadzący szkołę. Na terenie powiatu polkowickiego klasy dwujęzyczne z językiem angielskim stały się wizytówką Szkoły Podstawowej nr 4 w Polkowicach, a wcześniej Gimnazjum nr 2 w Polkowicach. Trzeba jednak dodać, że w skali kraju istnieje wiele oddziałów dwujęzycznych, w których językiem nauczania obok języka polskiego nie jest angielski, lecz francuski, niemiecki lub

hiszpański. Z sytuacją taką mamy do czynienia najczęściej w dużych miastach, w których o wiele łatwiej można pozyskać nauczycieli z odpowiednimi kwalifikacjami, zarówno przedmiotowymi, jak i językowymi. Co ciekawe, jak wynika z raportu Ośrodka Rozwoju Edukacji, w szkołach ponadpodstawowych tworzy się coraz więcej oddziałów dwujęzycznych z bardzo popularnym w ostatnich latach językiem hiszpańskim, jako drugim obok polskiego językiem nauczania. Dominująca pozycja języka angielskiego, ze zrozumiałych względów, jest oczywiście niezagrożona. Jak wskazują Giżyńska i Martynów, w roku 2018 na terenie Dolnego Śląska funkcjonowało 38 szkół z oddziałami dwujęzycznymi, natomiast w całym kraju 553.

Kluczowe w nauczaniu dwujęzycznym są bez wątpienia kompetencje i kwalifikacje nauczycieli, ściśle określone przez przepisy prawa oświatowego. W praktyce, wygląda to często tak, że nauczyciel- specjalista danego przedmiotu nauczania potrafi także posługiwać się językiem obcym nowożytnym co najmniej na poziomie B1, według sześciostopniowej skali znajomości języka ESOKJ (Europejski System Opisu Kształcenia Językowego). Nie jest to wygórowany poziom znajomości języka obcego i łatwy do osiągnięcia przez magistra historii, biologii, geografii, matematyki, jak i innych przedmiotów branych pod uwagę w nauczaniu dwujęzycznym. Inna sytuacja ma miejsce wtedy, gdy nauczyciel języka obcego, najczęściej absolwent filologii, podejmuje trud ukończenia studiów podyplomowych w zakresie przedmiotu nauczanego dwujęzycznie, uzyskując kwalifikacje do nauczania tego przedmiotu. Bez względu na profil kompetencji nauczyciela, jego głównym zadaniem w nauczaniu dwujęzycznym bezsprzecznie wydaje się zintegrowanie nauczanego przedmiotu z nauką języka. Aby osiągnąć ten cel, nauczycielom musi towarzyszyć szersze spojrzenie na wiedzę i jej przekazanie, a to wymaga adekwatnej dydaktyki. Metodą rekomendowaną przez Komisję Europejską na rzecz promowania nauki języków obcych i różnorodności językowej jest CLIL (Content and Language Integrated Learning), czyli metoda zintegrowanego nauczania języka i przedmiotu. Słowo „integracja” powinno towarzyszyć każdemu nauczycielowi pracującemu w klasie dwujęzycznej.

Na gruncie lokalnym, czyli w Szkole Podstawowej nr 4 w Polkowicach oddział dwujęzyczny to klasa, w której uczniowie mają zwiększoną liczbę godzin języka angielskiego, 6-7 godzin tygodniowo, podczas gdy inne klasy uczą się tego języka w wymiarze 3-4 godzin. To pozwala im jednocześnie realizować elementy wybranych przedmiotów nie tylko po polsku, ale też po angielsku. Oprócz języka, uczniowie klasy dwujęzycznej poznają także elementy kultury, historii i geografii krajów anglojęzycznych zgodnie z założeniami i treściami „Programu nauczania języka angielskiego w szkole podstawowej, w sekcjach dwujęzycznych”. Zgodnie z kwalifikacjami nauczycieli, przedmioty, z których część materiału jest nauczana po angielsku, to geografia, biologia oraz historia. W przyszłości nauczaniem dwujęzycznym objęte mogą zostać inne przedmioty wraz z pozyskiwaniem przez kolejnych nauczycieli dodatkowych kwalifikacji językowych lub przedmiotowych. Odnosnie szkół ponadpodstawowych, warto dodać, że od roku szkolnego 2019/2020 obowiązują przepisy zezwalające liceom i technikom z oddziałami dwujęzycznymi na tworzenie klasy wstępnej, przygotowującej uczniów do kontynuowania nauki w oddziałach dwujęzycznych w tych szkołach (Art.25 ust.3 *Ustawy z dnia 14 grudnia 2016 r. Prawo oświatowe*). Znany jest również ramowy plan nauczania dla klasy wstępnej, określony w *Rozporządzeniu Ministra Edukacji Narodowej z dnia 28 marca 2017 r. w sprawie ramowych planów nauczania dla publicznych szkół*.

Nauczanie dwujęzyczne wpisuje się również w starania szkół o pozyskanie partnerów zagranicznych do realizacji projektów wymiany międzynarodowej w ramach programu Erasmus +. Dzięki kontaktowi bezpośredniemu z rówieśnikami z innych krajów uczniowie sprawdzają swoje umiejętności językowe w naturalnych, autentycznych sytuacjach komunikacyjnych. Sprzyjać temu mogą także wyjazdy na warsztaty językowe, wycieczki i warsztaty zagraniczne oraz wizyty rodzimych użytkowników języka angielskiego w szkole. Szkoły mogą również starać się, w ramach akcji: „Mobilność szkolnej kadry edukacyjnej” programu Erasmus+, o wyjazdy nauczycieli na kursy doskonalenia zawodowego za granicę:

kursy metodyczne, kursy metodyczno-językowe oraz kursy językowe. Wszystkie tego typu działania przyczyniają się do osiągnięcia celu, jakim jest zapewnienie jak najwyższej jakości nauczania w klasach dwujęzycznych.

A oto kilka przykładów zintegrowanego kształcenia przedmiotowo – językowego udostępnionych przez nauczyciela biologii w Szkole Podstawowej nr 4 w Polkowicach: sprawdzian wiadomości na temat układu krążenia z wplecionymi zadaniami po angielsku, notatki do lekcji na temat higieny i chorób skóry, a także opracowanie tematu: „Znaczenie białek, tłuszczów i węglowodanów”. Z analizy materiałów wynika, że podejście nauczyciela polega na włączaniu treści w języku angielskim do materiałów opracowanych w języku polskim.

- 1. Uzupełnij tabelę porównującą żyły z tętnicami.** Wpisz w odpowiednie rubryki wyrazy spośród podanych. Uwaga! Nie wszystkie wyrażenia pasują do tabeli, a niektórych należy użyć dwukrotnie. (4p.)

do serca, mała, wysokie, brak, niskie, obecne, z serca, duża

cecha	żyły	tętnice
kierunek przepływu krwi		
grubość naczyń krwionośnych		
zastawki		
ciśnienie wewnątrz naczyń		

- 2. Wymień elementy morfotyczne krwi i opisz krótko ich funkcję.** (3p.)

- a)
 b)
 c)

- 3. Jaką grupę krwi można przetoczyć osobie z grupą krwi „0”?** (1p.)

.....

- 4. Omów odporność swoistą bierną.**

.....

- 5. Omów mały krwiobieg krwi:** (2p.)

prawa komora serca ---.....---.....-----.....---.....

- 6. Prawą i lewą część serca oddziela ściana z mięśni, zwana przegrodą. Między przedsionkami a komorami na pograniczu komór i tętnic znajdują się zastawki.** (2p.)

Omów rolę przegrody i zastawek w sercu.

- a) przegroda -
 b) zastawki -

7. Cykl pracy serca składa się z trzech faz – I, II i III. W której fazie krew jest tłoczona do tętnic, którymi dopływa do narządów? (1p.) Odp.:

8. Co umożliwia cienka budowa ścian naczyń włosowatych? (2p.)

.....

9. Czym jest odporność swoista? Podaj przykład. (2p.)

10. Wymień 3 choroby układu krwionośnego. (1,5 p.)

a)

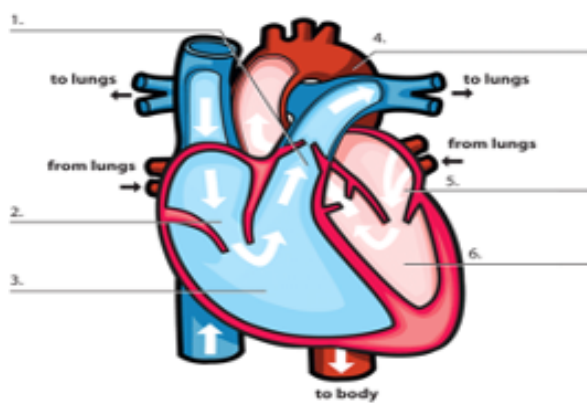
b)

c)

11. Wyjaśnij, jak odróżnić krwotok żylny od tętniczego. Jak myślisz, który z nich jest bardziej niebezpieczny i dlaczego? (2p.)

.....
.....
.....
.....

12. Label the parts of the heart. (3p.)



13. Poznałeś/aś chłopca o imieniu Noah, z wadą serca. W emailu do kolegi z Anglii: (5p.)

- przedstaw nowo poznanego chłopca
- opisz, jak wygląda jego życie z chorobą
- zaproponuj wspólne spędzenie czasu w weekend. (ok. 50 słów)

.....
.....
.....

Możesz posłużyć się tekstem „Noah interview”.

Temat: Higiena i choroby skóry.

Cele: wiem, jak dbać o zdrowie skóry; potrafię rozpoznać niepokojące zmiany na skórze; znam choroby i dolegliwości skóry; wiem, jak udzielić pomocy poparzonym osobom.

Key Question: How to prevent the skin diseases?

1. Jak dbać o zdrowie skóry?

- a)
- b)
- c)

2. Wymień dolegliwości skóry.

.....

3. Choroby skóry:

- bakteryjne, np. liszajec zakaźny
- grzybicze, np.....
- pasożytnicze, np. świerzb
- wirusowe, np.
- nowotwory, np. czerniak

4. Oparzenia i odmrożenia. Stopnie oparzeń i odmrożeń – symptomy. (podręcznik str. 37)

5. Przykłady chorób – słowniczek:

melanoma – czerniak

herpes – opryszczka

scabies – świerzb

yeast – grzybica

louse infection – wszawica

acne – trądzik

Drama:

D: How can I help you?

P: I have spots around my mouth?

D: How long have you had this?

P: For

D: What other symptoms do you have?

P:

Temat: Znaczenie białek, tłuszczów i węglowodanów.

Cele: znam znaczenie składników pokarmowych dla prawidłowego funkcjonowania organizmu.

1. **Białka** – główny budulec każdego organizmu. Funkcje białek – s.75.

Zbudowane z aminokwasów (np. egzogennych).

Pokarm niepełnowartościowy – taki, który nie zawiera wszystkich niezbędnych aminokwasów (najczęściej pochodzenia roślinnego).

Pokarm pełnowartościowy – zawierają wszystkie aminokwasy egzogenne (pochodzenia zwierzęcego – mięso, jaja, sery, mleko).

Znaczenie białek: budują różne struktury i umożliwiają przebieg wszystkich procesów zachodzących w organizmie – receptorowe, budulcowe, motoryczne, sygnałowe, obronne, transportujące, enzymatyczne.

Dlaczego nasze posiłki muszą być urozmaicone?

2. **Węglowodany** – dostawcy energii.

Glukoza – **cukier prosty**; glikogen (w wątrobie zwierząt), skrobia (w bulwach ziemniaków), celuloza - **cukry złożone**.

Źródła węglowodanów oraz błonnika: owoce, warzywa, ziarna zbóż.

Cukry złożone – w pieczywie, makaronach, ryżu.

3. **Tłuszcze** - związki wysokoenergetyczne.

-materiał budulcowy np. w błonach komórkowych

-materiał zapasowy (np. nasiona słonecznika)

-u zwierząt – w komórkach **tkanki tłuszczowej**

Tłuszcze są związkami wysokoenergetycznymi.

Tłuszcze roślinne – w oleju, Oliwia, orzechach (podnoszą odporność, poprawiają pamięć, korzystnie wpływają na stan naczyń krwionośnych).

Tłuszcze zwierzęce (w maśle, słoninie, mięsie) są w nadmiarze szkodliwe.

Tłuszcze zawarte w rybach mają bardzo pozytywny wpływ na organizm!!!

Healthy Breakfast Options

People who eat breakfast:

- Kick-start their metabolism
- Tend to eat fewer calories through the day
- Tend to make better food choices throughout the day
- Do better in school
- Are more active

Important things to remember about breakfast:

- Any breakfast is better than no breakfast
- Plan ahead – have quick choices on hand
- Sometimes you have to eat on the go
- Include protein and fiber for staying power
- Stay away from sugary choices

with
drying
out your
muscles



If you are having trouble deciding what to eat, take a look at this easy planner. Choose one item from two or more food groups to get the most out of your breakfast.

Fruit	Dairy*	Grain*	Protein
1 apple	1 cup skim or 1% milk	½ cup whole-grain cereal with 3 grams fiber or more	½ cup egg substitute or 1 egg
1 orange	1 oz. or 1 slice low-fat cheese	1 slice whole-grain bread	1 oz. lean ham or turkey
1 small banana	6-8 oz. low-fat fruit yogurt	½ whole-grain English muffin or bagel	2 tablespoons peanut butter
1 cup berries	Low-fat string cheese	½ cup brown rice	½ cup dried beans, cooked
1 cup melon	Lite yogurt smoothie	1 whole-grain (corn or whole-wheat) tortilla	2 soy sausages
½ cup unsweetened applesauce	½ cup low-fat cottage cheese	1 small (4 inch) whole-grain pita	¼ cup of tofu
½ cup canned peaches or pears, in own juice or lite syrup	*Dairy foods are a good source of protein.	1 whole-grain waffle or pancake	
15 grapes		½ cup oatmeal	
¼ cup dried fruit		*Choose whole grains whenever possible.	

My Breakfast Plan:

Prep time: 10 minutes

Soak time: 30-40 minutes

Recipe makes: 12 servings

Ingredients:

- 2 cups rolled oats
- ½ cup raisins
- 2 cups skim milk
- 1 cup nonfat Greek yogurt
- 2 cups diced apple
- ½ cup sliced almonds
- 1 teaspoon vanilla extract (optional)

Equipment and supplies:

- Large mixing bowl
- Measuring cups and spoons

Instructions:

1. Combine the oats and raisins in a bowl. Add the milk and stir.
2. Let soak for 30–40 minutes.
3. Drain off excess milk, then add the yogurt and vanilla (if using).
4. Add the fruit and nuts. Mix together well and serve.

Tip: This cereal will keep in a covered container in the refrigerator for 3 to 4 days. If you'll be preparing the cereal ahead of time, add the fruit and nuts just before serving.

Bibliografia

Giżyńska D. , Martynów R. (2018) *Jak wspierać szkoły realizujące edukację dwujęzyczną?* Warszawa: Ośrodek Rozwoju Edukacji

Pawlak M. (2015) *Edukacja dwujęzyczna w polskich szkołach. Raport ewaluacyjny.* Warszawa: Ośrodek Rozwoju Edukacji

NASZA KADRA

RENATA CZAPCZYŃSKA

dyrektor Powiatowego Ośrodka Poradnictwa Psychologiczno-Pedagogicznego
i Doradztwa Metodycznego w Polkowicach

KATARZYNA WALECKA-MAJ

specjalista ds. kształcenia ustawicznego nauczycieli

DORADCY METODYCZNI:

Małgorzata Majewska-Greń

język polski, wiedza o kulturze

Dorota Szmidt

język polski, biblioteka szkolna

Beata Mazurek

edukacja przedszkolna i wczesnoszkolna, logopedia

Wiesław Ksenycz

języki obce

Grzegorz Kochman

historia, wiedza o społeczeństwie

Adriana Ciupka

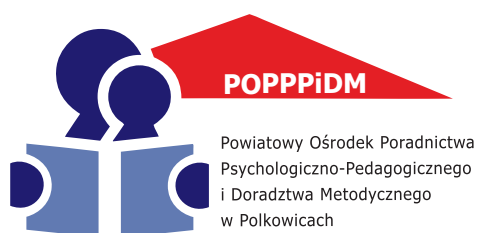
informatyka, nowe technologie w edukacji

Katarzyna Górską

wychowanie fizyczne

Krystyna Bajon

plastyka



POWIATOWY OŚRODEK DORADZTWA METODYCZNEGO W POLKOWICACH

Placówka doskonalenia nauczycieli wchodząca w skład zespołu placówek pod nazwą Powiatowy Ośrodek Poradnictwa Psychologiczno-Pedagogicznego i Doradztwa Metodycznego w Polkowicach.

ul. Targowa 1, 59-100 Polkowice
tel. 76 746 15 70, fax 76 746 15 71
podm@polkowice.edu.pl
www.polkowice.edu.pl

PLACÓWKA AKREDYTOWANA