



**Powiatowy Ośrodek Doskonalenia Nauczycieli
i Doradztwa Metodycznego w Pabianicach**

Pabianice 95-200, ul. Kazimierza 8

tel. (42) 215-42-42, fax: (42) 215-04-31,

e-mail: podn@podn-pabianice.pl, www.podn-pabianice.pl

Biuletyn Metodyczny

Nr 07/03/2015



Redakcja:

Zofia Szmidt

Redakcja techniczna:

Julita Tomaszewska

Druk:

Powiatowy Ośrodek Doskonalenia Nauczycieli

i Doradztwa Metodycznego w Pabianicach

ul. Kazimierza 8, 95-200 Pabianice

Nakład: 50 egzemplarzy

Pabianice, 2015

Spis treści

Wstęp	4
Aldona Biegańska, <i>Co to znaczy, że woda jest skarbem? W jak woda</i>	6
Aldona Biegańska, <i>Praca rolników i hodowców. Liczby 5 i 0. Dodawanie</i> .	10
Mariola Józwik, <i>Wspomaganie rozwoju psychoruchowego dzieci przedszkolnych z wykorzystaniem elementów muzykoterapii i arteterapii</i> ..	13
Mariola Józwik, <i>Problemy wychowawcze u dzieci</i>	28
Anna Kozińska, <i>Kotwiczenie zasobów –dostęp do reprezentacji doświadczenia</i>	39
Anna Kozińska, <i>Twój nieświadomy umysł – meta komunikaty</i>	45
Marzenna Majchrzak, Małgorzata Stachelska, <i>Christmas Time!</i>	55
Eliza Matusiak, <i>Korzystanie z programów w chmurze cz. I</i>	66
Eliza Matusiak, <i>Korzystanie z programów w chmurze cz. II</i>	70
Eliza Matusiak, <i>Dropbox – poradnik użytkownika</i>	79
Renata Nowak, <i>Webquest – Myślenie ma przyszłość</i>	87
Elżbieta Ratyńska, <i>Czego możemy nauczyć się od Brytyjczyków, aby usprawnić polską szkołę? - czyli porównanie systemów edukacyjnych</i>	91

Wstęp

Szanowni Państwo!

Bardzo gorąco polecam najnowszy numer naszego biuletynu, w którym tradycyjnie zamieszczamy propozycje metodyczne, jak i różne materiały prowokujące nauczycieli i pedagogów szkolnych oraz kadrę kierowniczą do różnorodnych przemyśleń.

Polecamy Państwa uwadze, scenariusze zajęć proekologicznych do klasy I p. A. Biegańskiej o wodzie i pracy rolników, z niezwykle aktywizującymi sposobami realizacji, motywujące i rozwijające wyobraźnię uczniów. Bardzo inspirującym dla nauczycieli przedszkoli i edukacji wczesnoszkolnej może okazać się przykładowy model zajęć z muzyki z elementami muzykoterapii p. M. Jóźwik i B. Kossakowskiej. Również pani M. Jóźwik opracowała bardzo wartościowy artykuł nt. różnorodnych problemów wychowawczych u dzieci w wieku przedszkolnym i o potrzebie współdziałania nauczycieli, rodziców, pedagogów i psychologów, celem zredukowania tych trudności.

Do poczytania o kótwiczeniu zasobów, czyli roli tzw. kótwic w naszym życiu emocjonalnym zaprasza pani A. Kosińska. Autorką stwarza też okazje do poszerzania bądź pogłębiania naszej wiedzy pedagogicznej nt. siły metafor, przenośni i analogii. Twierdzi, że tworzenie metafor jest „jak komponowanie muzyki i przypomina flirtowanie”, lecz przede wszystkim – daje nowe możliwości w pracy i zabawie z uczniami. Pani A. Kosińska wypowiada się też nt. umysłu jako autopilota dla funkcji fizjologicznych i nawyków. Naprawdę warto zgłębić tę lekturę...

Nowością w biuletynie jest konspekt zintegrowanej lekcji języka angielskiego w edukacji wczesnoszkolnej pani M. Stachelskiej oraz wypowiedź dr M. Majchrzak na temat tego nowatorskiego rozwiązania metodyczno – organizacyjnego, realizowanego z powodzeniem i przynoszącego korzyści SP nr 3 w Pabianicach.

Z kolei p. E. Matusiak zachęca do korzystania z programów w chmurze. Podkreśla przydatność i opisuje zasady pracy z uczniami „w chmurze” w postaci poradnika użytkownika w serwisie Dropbox. Zainteresowani tematyką mogą się zgłaszać na szkolenie do autorki.

Pani R. Nowak promuje stosowanie metody Webquest, zorientowanej na samodzielne badanie uczniowskie, szczególnie przydatnej i skutecznej przy realizacji projektów edukacyjnych w szkole.

Na koniec – artykuł pani E. Ratyńskiej pt. „Czego możemy nauczyć się od Brytyjczyków, aby usprawnić polską szkołę”. Artykuł traktuje o podobieństwach i różnicach systemów edukacyjnych Polski i Wielkiej Brytanii, które być może skłonią czytelników do różnorodnych przemyśleń.

Serdecznie zapraszam do kontaktów z ośrodkiem, dzielenia się swoim doświadczeniem, swoimi refleksjami, do prezentowania przykładów dobrych praktyk, dzięki czemu będziemy mogli wspólnie tworzyć nasz biuletyn, a zawarte na jego łamach informacje powinny się stawać coraz atrakcyjniejsze. Czekamy nieustannie na Państwa opinie, oczekiwania i sugestie, gdyż są one dla nas bezcennym źródłem inspiracji przy tworzeniu kolejnych numerów biuletynu.

*W imieniu Dyrektora PODNiDM
oraz wszystkich autorów zamieszczonych artykułów -
gorąco zachęcam do lektury.*

Zofia Szmidt
Główny Konsultant

Aldona Biegańska

Scenariusz zajęć w klasie I

Temat: Co to znaczy, że woda jest skarbem? W jak woda

Cele operacyjne:

Uczeń:

- dzieli nazwy obrazków na sylaby i głoski;
- wyróżnia samogłoski i spółgłoski;
- wymienia wyrazy, które rozpoczynają się na głoskę w, posiadają głoskę w, w środku wyrazu i na końcu;
- odnajduje w wyrazach poznane litery;
- czyta tekst z poznanymi literami w elementarzu;
- pisze literę w, W;
- bada właściwości wody;
- wyciąga wnioski dotyczące właściwości wody;
- opisuje, jakie znaczenie ma woda na Ziemi i wiedzę, dlaczego należy oszczędzać wodę;
- odmierza wodę w butelkach 1, 2 i 3 litrowych
- rozwiązuje sytuację problemową;
- rozwiązuje zadania tekstowe na dodawanie;
- zapisuje działania na dodawanie;

Metody:

Pokaz, obserwacja, pogadanka, ćwiczenia praktyczne, praca w grupach;

Formy pracy:

Praca jednolita, zróżnicowana, praca w grupach, indywidualna i zbiorowa;

Środki dydaktyczne:

Podręcznik, program multimedialny,

<http://mlodyhydrolog.pl/bazawiedzy/#baza-wiedzy/woda-to-zycie/0> ,

plansze multimedialne, kubki plastikowe, butelki plastikowe, liczmany, szary papier;

Przebieg zajęć:

1. **Rozmowa na dywanie** – poszukiwanie słów z głoskę „w” na początku, w środku i na końcu;
2. Ustalenie, jaką głoską jest „w”, podział wyrazu woda na sylaby i głoski;
3. Zabawa ruchowa z piosenką „Wiewióreczka”
4. **Praca przy stolikach** - Omówienie ilustracji w podręczniku, wyodrębnienie „w” drukowanego oraz wyrazów na literę w;
5. Czytanie tekstu w podręczniku z poznanymi literami;
6. Pokaz i obserwacja pisania litery w, W, próby pisania litery w ćwiczeniu;
7. **Wykonanie doświadczeń w grupach**, badanie właściwości wody w grupach. Mieszanie wody w kubeczkach jednorazowych z cukrem, potem z solą, pieprzem, następnie

- z kaszą i korkiem. Można też z olejem i piaskiem. Ćwiczenie wykonuje każde dziecko;
8. Wyciąganie wniosków po dokonaniu doświadczeń przez grupy dzieci;
 9. Zapis wyników doświadczenia w ćwiczeniu;
 10. Piosenka „Jesienny deszcz”
 11. Pokaz multimedialnych informacji o wodzie i jej niezbędnych właściwościach (Młody hydrolog str. 2, 13, 22, 23, 27)
 12. **Na dywanie** - krótka pogadanka o wartości wody w życiu na Ziemi, odpowiadanie na pytania w podręczniku
 13. Tworzenie par wyrazów z sylab – zabawa ruchowa;
 14. Oglądanie filmu o oszczędzaniu wody i zdjęcia z Afryki;
 15. Rozmowa na temat oszczędzania wody;
 16. **Przy stoliku** - rymowanka w ćwiczeniu i wykonanie ćw. 1 (woda wobec ładu na świecie)
 17. Piosenka „Wiewióreczka”
 18. **Doświadczenie** - Odmierzanie wody w butelkach 1, 2 i 3 litrowych, napełnianych butelką jednolitrową butelek dwu i trzylitrowych. Praca w grupach.
 19. Zabawa ruchowa „Orzeszek” lub piosenka
 20. Rozwiązanie sytuacji problemowej. Dzieci otrzymują 2 naczynia 2 litrowe napełnione wodą i jedno 3 – litrowe.

Otrzymują pytanie: Jak przelać wodę z tych naczyń, aby uzyskać 1 litr wody?

21. **Przy stoliku** - wykonanie zadań w ćwiczeniu;

22. Zapisanie działań na tablicy i w zeszytach;





Scenariusz zajęć w klasie I

Temat: Praca rolników i hodowców. Liczby 5 i 0. Dodawanie

Cele operacyjne - Uczniowie:

1. Potrafią rozwiązywać zagadki związane pracą rolników i hodowców;
2. Rozmawiają o tym, jakie zawody są przydatne na wsi;
3. Układają wyrazy z sylab i je zapisują w zeszytach;
4. Czytają ze zrozumieniem;
5. Potrafią odpowiadać na pytania do przeczytanego tekstu;
6. Dodają na konkretach w obrębie 20;
7. Znają liczby 5 i 0 w aspektach: kardynalnym, porządkowym i miarowym;
8. Potrafią pisać cyfry 5 i 0;
9. Potrafią układać i pisać działania na dodawanie w zakresie 5 wykorzystując liczby w kolorach;

Metody:

Pogadanka, pokaz, obserwacja praktycznego działania;



Formy:

Jednolita, indywidualna, zróżnicowana, praca w parach;

Środki dydaktyczne:

Pokaz multimedialny, kartoniki z sylabami, zeszyt ćwiczeń, zeszyt w trzylinię, fasola, liczby w kolorach, zeszyt w kratkę;

Przebieg zajęć:

Zajęcie polonistyczne

1. Zajęcia na dywanie - Rozwiązywanie zagadek związanych z pracą rolników i hodowców. Przypomnienie, jakie zwierzęta hodują wujek i ciocia Uli.
2. Słuchanie zagadek i rozwiązywanie ich w celu ustalenia, czym zajmują się ludzie mieszkający na wsi.
3. Przerwa śródlekcyjna – piosenka „Wiewióreczka”
4. Oglądanie pokazu multimedialnego o zwierzętach hodowanych na wsi;
5. Zajęcia przy stolikach - Wykonywanie zadań w zeszycie ćwiczeń;
6. Zajęcia na dywanie - Układanie wyrazów z sylab – zabawa ruchowa;
7. Zajęcia przy stoliku - Zapisywanie tych wyrazów w zeszycie – przepisywanie z tablicy tekstu drukowanego;

Zajęcia matematyczne

1. Zajęcia na dywanie – zabawy matematyczne z wykorzystaniem liczmanów;
2. Wyróżnienie liczby 5 w aspekcie miarowym, kardynalnym i porządkowym.
3. Określenie znaczenia liczby 0.
4. Przerwa śródlekcyjna – piosenka „Pada deszcz”
5. Zajęcia przy stoliku - Nauka pisania liczb 5 i 0.
6. Układanie działań na dodawanie w zakresie 5 na klockach – liczbach w kolorach – praca w parach; Zapisywanie utworzonych działań na tablicy przez nauczyciela;
7. Przerwa śródlekcyjna – Piosenka „Wiewióreczka”
8. Przepisywanie działań na dodawanie przez dzieci w zeszytach w kratkę
9. Praca domowa
10. Ewaluacja zajęć;

Dużym zainteresowaniem u nauczycieli cieszą się zajęcia z elementami muzykoterapii. W ramach zajęć warsztatowych dla nauczycieli przedszkoli przeprowadziłam z pedagog p. Beatą Kossakowską serię zabaw schematem OZURA. Okazało się, iż jest to nowa terminologia dla nauczycieli, stąd duża frekwencja na zajęciach.

Jeden z czołowych muzykoterapeutów w Polsce dr Maciej Kierył opracował schemat OZURA (Odreagowanie, Zrytmizowanie, Uwrażliwienie, Relaks i Aktywizacja), wg którego opracowywane zestawy ćwiczeń pozwolą na stymulowanie, wywołanie oraz ukierunkowanie aktywności dziecka.

Poniżej podaję przykładowy model zajęć z muzyki z elementami muzykoterapii.

Odreagowanie

1. Krótkie, dość szybkie ćwiczenia ruchowe lub emisyjne w celu zmniejszenia napięcia psychofizycznego (zadania wykonywane na tle muzyki dynamicznej, o wyraźnie zaznaczonym rytmie lub bez podkładu muzycznego; swobodny spontaniczny taniec)

2. Seria „trzech oddechów” (rodzaj „przerywnika” wprowadzanego na różnych etapach zajęć; ma zapobiegać znużeniu i osłabieniu koncentracji);

3. Pytanie skierowane do dzieci: „Jak się dzisiaj czujesz?” lub „Jak się teraz czujesz?” (pytanie o charakterze diagnostycznym i terapeutycznym; stawiane na początku i na końcu zajęć w celu ustalenia przez nauczyciela, jakie jest aktualne samopoczucie dzieci; wprowadzane także po to, aby nauczyły się uważnego i głębszego „wysłuchiwania się” w swoje ciało, lepiej rozróżniały i nazywały różnorodne stany emocjonalne, zdobyły świadomość, iż u podłoża złego samopoczucia leży zawsze określona przyczyna; stosowane również i po to, aby każdy uczeń poszerzył wiedzę na swój temat, jak i pozostałych członków grupy);

4. Krótka rozmowa z dziećmi w celu ustalenia, co robią w wolnym czasie, jaka panuje w domu atmosfera (np. jak spędziłeś weekend, minione święta itp.), a także przygotowania się do aktywnego udziału w dalszych zajęciach grupowych.

Zrytmizowanie

1. Krótkie ćwiczenia muzyczno-ruchowe lub zadania z udziałem instrumentów perkusyjnych poddane dyscyplinie rytmicznej; stosowane w celu pogłębienia odreagowania oraz uporządkowania i zintegrowania grupy (kontynuacja fazy poprzedniej; wszystkie

wykonywane zadania powinny mieć ścisły związek z realizowanym tematem i stanowić wprowadzenie do głównego etapu zajęć);

2. Seria „trzech oddechów” (ewentualnie ćwiczenie emisyjne).

Uwrażliwienie

I. Realizacja głównych treści tematu z jednoczesnym włączeniem ćwiczeń terapeutycznych (np. elementy pantomimy, psychodramy muzycznej); ekspozycja zadań związanych z:

a) percepcją muzyki - nauka pełnego, głębokiego i świadomego odbioru muzyki; uwrażliwienie na jej przebieg, nastrój, charakter; uświadomienie, że istnieje ścisły związek między emocjami odbiorcy a słuchanym lub wykonywanym utworem; nauka rozróżniania, nazywania i wyrażania różnych stanów emocjonalnych;

b) ekspresją - ćwiczenia muzyczno-ruchowe, elementy pantomimy, psychodramy muzycznej; opanowanie podstawowych wiadomości z zasad muzyki (np. o wartościach rytmicznych, metrum, artykulacji, dynamice, itp.), rozwój zdolności muzycznych, m. in. nauka wyrażania różnych stanów emocjonalnych za pomocą ruchów, gestów, mimiki lub ilustracji na instrumentach perkusyjnych, głosem własnych odczuć bądź tematów narzuconych przez nauczyciela (terapeutę);

c) plastyką - wykonywanie prac plastycznych do wysłuchanych utworów muzycznych; zaznaczenie przez dzieci zauważonych elementów muzycznych (np. budowa, forma, charakter utworu, artykulacja, barwa, dynamika, itp.), które decydują o wyrazie, nastroju; eksponowanie własnych odczuć, refleksji, skojarzeń; ćwiczenia te służą zarówno rozwijaniu wyobraźni, zdolności muzycznych, jak i wzbogacaniu sfery uczuciowej i usprawnianiu czynności umysłowych (koncentracji, pamięci, uwagi, szybkiego myślenia); stwarzają chęć do indywidualnych wypowiedzi, wyrażania osobistych przeżyć i „bezpiecznego” wyładowania nadmiernie nagromadzonej energii;

2. Seria „trzech oddechów”.

Relaks

1. Ćwiczenie izometryczne - polega na stopniowym, aż do maksimum, napinaniu mięśni; rozwija i wzmacniają wszystkie partie mięśni, poprawia kondycję fizyczną i redukuje napięcie nerwowe;

2. Trening relaksacyjny z elementami wizualizacji (przeżycia zmysłowego) przy spokojnej, cicho odtwarzanej muzyce terapeuta podaje sugestie odprężenia, odpoczynku, spokoju, ciepła, przebywania na łonie przyrody (osoby poddawane treningowi powinny znajdować się w wygodnej pozycji, np. leżącej, w pomieszczeniu izolowanym od silnych, nieoczekiwanych bodźców, rozpraszających uwagę).

Aktywizacja

1. Wysłuchanie utworu o żywym tempie, miłym nastroju, ewentualnie krótkie ćwiczenia ruchowe (przywrócenie naturalnej aktywności życiowej i motywacji do działania);
2. Wysłuchanie i analiza dwóch lub trzech kontrastujących miniatur instrumentalnych bądź fragmentów większych form wokально-instrumentalnych i instrumentalnych (uwrażliwienie na podstawowe elementy w muzyce; nauka świadomego odbioru utworów);
3. Pytanie: „Jak się teraz czujesz?”

Przedstawiam jeden ze scenariuszy wykorzystanych w ramach warsztatów:

„Wspomaganie rozwoju psychoruchowego dzieci przedszkolnych z wykorzystaniem elementów muzykoterapii i arteterapii”

Cele zajęć:

- odreagowanie napięć psychoruchowych,
- nawiązanie kontaktu z rówieśnikami,
- poprawa współpracy w grupie.
- likwidacja niepokoju, lęku, agresji,
- budzenie aktywności do osiągania zadowolenia z wykonywanych czynności i wspólnej zabawy.
- wyczucie możliwości własnego ciała.

- współpraca z partnerem,
- rozpoznawanie uczuć i emocji,
- wprowadzenie nastroju dobrej zabawy.
- rozwijanie poczucia rytmu i wrażliwości słuchowej.
- kształcenie precyzyjności i płynności ruchów.
- rozwijanie koncentracji uwagi.

Pomoce dydaktyczne:

gazety, piłki, plastikowe butelki po napojach, MDS M. Bogdanowicz do piosenki „Jesienny deszcz”, balony, paski bibuły, chusta animacyjna, apaszki, teksty relaksacyjne „Myszka”, „Kłótnia”, dzwonki, obrazki asany, sznurek.

Utwory muzyczne:

Płyty CD z utworami muzyki poważnej, Klanzy, WSiP ,

(muzyka- F.Nowowiejski „Pod sztandarem pokoju).

(muzyka- Klanza utwór „Le Bastringo”)

(muzyka-Marsz, Baron cygański, J.Strauss)

(muzyka- Orzeszek, Klanza)

(muzyka- Taniec boliwijski, Klanza)

Piosenka „Jesienny deszcz”-

(muzyka- Pozytywka, Utwory cz. 2, Wyd. Nowa Era)

(muzyka- CD2 „Tropieciele” utwór 37 –zabawa pobudzająco-hamująca)

(muzyka- Akwarium, C.Saint-Saens)

(muzyka- CD2 „Tropieciele” utwór „Legato i staccato”)

(muzyka- Rumba Kolo, Klanza)

(muzyka- CD2 „Tropieciele” utwór „Na nieznannej planecie”)

(muzyka- E.Grieg-Peer Gynt- Poranek)

(muzyka- Dzwoneczki, Klanza)

utwór „Pszczola”

Przebieg:

I. ODREAGOWANIE

1. Powitanie: uczestnicy maszerują po sali przy szybkiej muzyce, przybijają sobie „piątki” krzycząc głośno „Cześć!” (muzyka - F. Nowowiejski „Pod sztandarem pokoju).

2. Zabawa „Wesołe figurki”- uczestnicy przemieszczają się swobodnie (bieg, marsz, podskoki, itp.) w rytm muzyki. Na przerwę w muzyce zatrzymują się przyjmując różne pozy i miny. (muzyka- Klanza utwór „Le Bastringo”)

3. Zabawa „Taniec z gazetą” – indywidualny taniec z arkuszem gazety, dowolna interpretacja bardzo szybkiej muzyki. (muzyka-Marsz, Baron cygański, J. Strauss)

4. „Parząca piłka” – uczestnicy ustawieni w kręgu podają sobie piłkę. Piłkę trzeba podawać szybko, tak aby jej nie upuścić. Zmieniamy z czasem kierunek krążenia piłki. Kto upuści piłkę odpada z gry. Możemy na koniec dodawać piłki.
5. Ćwiczenia oddechowe- w pozycji stojącej uniesienie rąk w górę i wdech powietrza nosem, opuszczenie rąk, skłon i wydech ustami.

II. ZRYTMIZOWANIE

6. Zabawa „Orzeszek”- w siadzie uczestnicy: każdy z 2 plastikowymi butelkami po napojach rytmicznie uderzają w podłogę. (muzyka- Orzeszek, Klanza)
7. Uczestnicy spacerują po sali przy muzyce, wystukują rytm uderzając butelkę o butelkę (muzyka- Taniec boliwijski, Klanza)
8. Piosenka „Jesienny deszcz”- śpiewanie piosenki z jednoczesnym wyklaskiwaniem, wystukiwaniem i wodzeniem palcem po śladzie wg MDS M. Bogdanowicz
9. Przy muzyce rytmiczne oklepywanie swojego ciała na polecenia: głowa, ramiona, kolana itp. (muzyka- Pozytywka, Utwory cz. 2, Wyd. Nowa Era)
10. Ćwiczenia oddechowe- w pozycji stojącej uniesienie rąk w górę i wdech powietrza nosem, opuszczenie rąk, skłon i wydech ustami.

III. UWRAŻLIWIENIE

11. „Lekko, ciężko”- zabawa z balonami. Grupowa improwizacja przy muzyce. Muzyka podpowiada, co uczestnicy trzymają w dłoniach: balon jako lekka piłka (delikatne, miękkie ruchy), czy balon jako gład (ruchy ciężkie, mozolne) (muzyka- CD2 „Tropiciiele” utwór 37 – zabawa pobudzająco-hamująca)

12. „Akwarium”- Uczestnicy ustawiają się parami w dwóch rzędach naprzeciwko siebie. Każda para trzyma w dłoniach długie paski bibuły. Przy muzyce poruszają paskami w dowolny sposób.

(muzyka- Akwarium, C.Saint-Saens)

13. „Fruwające balony”- zabawa z chustą animacyjną. Uczestnicy trzymają chustę, na której leżą balony. Przy muzyce podnoszą i opuszczają chustę, aby balony nie wypadły.

(muzyka- CD2 „Tropiciiele” utwór „Legato i staccato”)

14. „Rumba Kolo”- swobodna improwizacja przy muzyce. Uczestnicy wymachują apaszkami w górę, w dół, zataczają duże koło wokół siebie, zmiana rąk, itp. (muzyka- Rumba Kolo, Klanza)

15. Ćwiczenia oddechowe- w pozycji stojącej uniesienie rąk w górę i wdech powietrza nosem, opuszczenie rąk, skłon i wydech ustami.

IV. RELAKS

16. „Dzwoneczek”- ćw. wyciszające. Uczestnicy siedzą w kręgu, przekazują sobie dzwoneczek trzymając go w dwóch palcach tak, aby nie wydobył żadnego dźwięku.

17. „Chmura”- uczestnicy leżą na plecach lub siedzą w dogodnej pozycji. Prowadzący przy spokojnej muzyce czyta tekst relaksacyjny.

Sugestia słowna – muzyka relaksacyjna, włączona świeczka i olejki zapachowe.

A teraz wyobraźcie sobie, że jest ciepły słoneczny dzień. Niech ci się wydaje, że leżysz na różowej chmurze. Całe twoje ciało miękko na niej spoczywa. Wszystkie części ciała toną w chmurze i żadna nie musi nic robić, bo chmura utrzymuje ją w powietrzu. Leżysz łagodnie i płyniesz z chmurą. Wieje lekki, chłodzący twoje ciało wiatr. Nad tobą, w górze, słońce rozlewa swe ciepłe, jasne promienie na cały świat wokół nas.

Dobrze ci tu. Chmura unosi cię, kołysze, niesie w przestworza. Wsluchujesz się w muzykę, która cię unosi. Płyniesz. Wsluchaj się w ciszę, wtop się w nią”.

Stopniowo wracamy do rzeczywistości. Delikatnie poruszamy palcami rąk i nóg. Jak poprzednio symetrycznie napinamy i rozluźniamy mięśnie kończyn, można się poturlać, rozciągnąć się. Powoli siadamy. Głęboki oddech. Miękko do muzyki poruszamy ramionami.

(muzyka- CD2 „Tropiciele” utwór „Na nieznannej planecie”)

18. Masaż nóg „Myszka”- Cicho, cichuteńko w puszystej kurteczce

Chodziła raz myszka po gładkiej półeczce

Znalazła ser żółty, ząbkami go jadła

Strzepnęła okruszki, w kąciку usiadła

Okruszki zebrała, ząbkami je zjadła

Po gładkiej półeczce chodziła w kurteczce.

19. Masaż relaksacyjny w parach do wiersza „Kłótnia”. Prowadzący recytuje wiersz. Uczestnicy naśladują sposób masażu. Zmiana ról.

V.AKTYWIZACJA

21. łagodna- Asany przy muzyce: Drzewo, Ptak, Bocian, Kobra

(muzyka- E. Grieg-Peer Gynt- Poranek)

22. dynamiczna- Zabawa ze sznurkiem- sznurek związany jest w koło.

Uczestnicy trzymając się sznurka przy rytmicznej muzyce idą w jedną, w drugą stronę, do środka, wchodzą do wnętrza pętli, idąc machają rękoma, chodzą parami, przesuwają sznurek z ręki do ręki, itp.

(muzyka- Dzwoneczki, Klanza)

23. „Uciążliwa pszczoła”- dzieci leżą na podłodze (polanie) i próbują zasnąć lub patrzą w słoneczne niebo. Na sygnał muzyki „Pszczoła” uciekają i odganiają się od pszczoły.

24. Seria „trzech oddechów” (rodzaj „przerywnika” wprowadzony by zapobiegać znużeniu i osłabieniu koncentracji).









Problemy wychowawcze u dzieci

Temat ten podejmowany jest często na łamach prasy, w Internecie, w rozmowach rodziców, pedagogów, psychologów i często dotyczy problemów relacji między dziećmi i dorosłymi. Problemy wychowawcze to zagadnienie, któremu bliżej przyjrzałam się na szkoleniu, które przeprowadziłam z gościnnym udziałem psycholog p. Natalii Kozlewskiej dla nauczycieli pracujących w przedszkolach.

W wyniku wymiany doświadczeń w trakcie szkolenia ustaliłyśmy wspólne pomysły na radzenie sobie z różnymi problemami, którymi chciałabym się podzielić.

We wstępie chciałabym pochylić się fragmentem książki.

Wszystkiego, co naprawdę trzeba wiedzieć o tym, jak żyć, co robić i jak postępować, nauczyłem się w przedszkolu. (...) Tam się nauczyłem, że trzeba: dzielić wszystko, postępować uczciwie, nie bić innych, odkładać na miejsce każdą znalezioną rzecz, sprzątać po sobie, nie brać nic, co do mnie nie należy, powiedzieć "przepraszam", jeśli się kogoś uraziło, myć ręce przed jedzeniem, spuszczać wodę, jeść ciepłe bułeczki i popijać zimnym mlekiem, prowadzić zrównoważone życie, trochę się uczyć i trochę myśleć,

malować i rysować, i śpiewać, i tańczyć, i bawić się, i codziennie trochę popracować, po południu zdrzemnąć się.

To często wykorzystywany cytat z bestsellera pt.: Wszystkiego, co naprawdę muszę wiedzieć, nauczyłem się w przedszkolu. (*R. Fulghum, Wydawnictwo Kos, 2008*).

Trudności wychowawcze u dzieci w wieku przedszkolnym stają się coraz powszechniejszym zjawiskiem. Wzrasta liczba dzieci niepokojących rodziców i nauczycieli różnymi nieprawidłowymi formami zachowań. Jest to objaw nieunikniony i wynikający z obecnego rozwoju cywilizacyjnego.

Klasyfikacja rodzajów trudności wychowawczych obejmuje:

- dzieci przejawiające agresję fizyczną;
- dzieci przejawiające agresję słowną;
- dzieci z nadpobudliwością psychoruchową;
- dzieci z zahamowaniem psychoruchowym.

Dzieci z agresją fizyczną przejawiają takie formy zachowań jak: bicie innych dzieci, np. popychanie, gryzienie, drapanie, szczypanie, wywoływanie konfliktów z innymi, niszczenie przedmiotów, bicie osób dorosłych i zwierząt lub narzucanie kolegom form zabawy.

Dzieci przejawiające agresję słowną skarżą, przezywają, używają

brzydkich słów, wyśmiewają innych, plotkują, intrygują lub są aroganckie.

Natomiast dzieci z nadpobudliwością psychoruchową często są: bardzo ruchliwe, zaczepne, nie mogą spokojnie usiedzieć, łatwo wybuchają krzykiem i płaczem, grymaszą, trudno im dłużej skupić uwagę, niedokładne w działaniu, chaotyczne, niecierpliwe (przerywają wykonywaną czynność), szybko się męczą, głośno zachowują, uparte i nieposłuszne, roztargnione, rozrzucają zabawki i ubrania.

Zachowanie dzieci z zahamowaniem psychoruchowym charakteryzuje się: trudnością w rozstaniu z rodzicami, zabawą indywidualną, izolowaniem się, trudnością w nawiązywaniu kontaktu, małomównością, zaleźnieniem, niepodjęciem samodzielnych działań, płaczliwością, skrytością i powściągliwością (ukrywaniem swoich przeżyć), nadmierną spokojnością, niesamodzielnością, wrażliwością na wszelkie krytyczne uwagi, spowolnieniem.

Za zachowania agresywne uznaje się: bicie ręką innego dziecka, poszturchiwanie, szarpanie, popychanie, podstawianie nogi, zabieranie, wrywanie siłą, kopanie, bicie zabawką, przyborem, przedmiotem, szczypanie, gryzienie, drapanie, klucie, wykręcanie rąk innemu dziecku, opluwanie innego dziecka, niszczenie zabawek należących do innych, kopanie przedmiotów należących do innych dzieci, darcie rysunków, zeszytów, książek należących do innych, bazgranie

rysunków, zeszytów, książek należących do innego dziecka, inne pośrednie formy wyrządzania krzywdy czynnością fizyczną drugiemu dziecku z ekspresją doznanej satysfakcji, przezywanie, wyzywanie, obrażanie, przedrzeźnianie innego dziecka, grożenie innemu, wyklócanie się z innym dzieckiem, krytykowanie innego dziecka, złośliwa skarga do nauczycielki, z intencją wyrządzenia szkody.

Wskazówki wychowawcze do pracy z dziećmi przejawiającymi trudności: Nauczyciel przedszkola kieruje każde dziecko, którego zachowanie wydaje mu się nieprawidłowe do poradni pedagogiczno - psychologicznej celem przebadania i określenia kierunku opieki terapeutyczno- wychowawczej.

Dzieci agresywne

Wyrównywanie wszelkich zaburzeń emocjonalnych lub dynamiki procesów nerwowych wymaga terapii środowiskowej, opartej na zmianie form postępowania z dzieckiem (niestosowanie kar i przymusu).

-stwarzanie sytuacji, w których dziecko doznaje emocji pozytywnych (powodzenie, wygrana, aprobata nauczyciela i całej grupy);

- dostarczania wzorców właściwego postępowania w sytuacjach negatywnych (przegrana, niepowodzenie), następnie stopniowe przyzwyczajanie dziecka do znoszenia niepowodzeń;

- starać się dawać jasne instrukcje, powierzając dziecku zadania indywidualne i w ramach pracy zespołowej (na miarę jego możliwości);
- budować relacje dziecko – nauczyciel na zaufaniu, szacunku i uczciwości;
- rozmawiać o problemach dziecka, gdy obie strony mają na to ochotę;
- posługiwać się naturalnymi konsekwencjami zachowania, a nie karami;
- stosować terapię w formie zabawy, muzykoterapii, rysunku, psychodrama oraz czytanie bajek terapeutycznych.

Dzieci nadpobudliwe psychoruchowo

Konieczne zastosowanie terapii środowiskowej, szczególnie że dzieci te, przeważnie męczące i uciążliwe, często odrzucane są uczuciowo przez rodziców.

Dzieci nadpobudliwe wymagają spokojnego, konsekwentnego postępowania. Kary wzmagają stan pobudliwości. Szczególnie pożądanym jest regularny tryb życia i ustalony system wymagań.

- organizowanie interesujących dla dziecka zajęć, dbanie o dokładność wykonywanych prac, hamowanie nadmiernego tempa w działaniu, zachęcanie do samokontroli;

- dla wyrobienia odpowiedzialności - powierzanie dziecku odpowiednio dobranych zadań o charakterze społecznie użytecznym i egzekwowaniu ich wykonania ;

- regulowanie reakcji emocjonalnych dziecka, np. bajki terapeutyczne.

Dzieci zahamowane psychoruchowo

Konieczność stosowania terapii środowiskowej. Uaktywnienie początkowo wyłącznie w sytuacjach gwarantujących powodzenie. W razie niepowodzeń udzielamy pomocy bez wyrażania oceny negatywnej, do której musimy stopniowo, w formie łagodnej przyzwyczajać dziecko (aby się nie zniechęciło).

Gdy dziecko odmawia udziału w zajęciach zespołowych, pozwalamy na moment wypoczynku w zabawie indywidualnej.

Nie dopuszczać do zbyt wielkiej zależności dziecka od wychowawcy.

Stymulowanie do działania – w ramach samoobsługi i wykonywania prac społecznie użytecznych w domu i w grupie.

Unikanie sytuacji stresowych.

Zadania dostosować do możliwości dziecka, a ich wykonywanie nie może mieć miejsca w atmosferze zbyt wielkiego nacisku, aby nie spowodować zahamowania.

- stwarzanie sytuacji emocjonalnie pozytywnych i zachęcanie do ujawniania swych uczuć;
- rozbudzanie zainteresowań i poszerzanie ich zakresu;
- możliwie częste stosowanie pochwał i zachęty;
- skłanianie do ujawniania własnych pragnień i świadomego dążenia do ich realizacji.

W codziennej pracy z dziećmi powinny się znaleźć zagadnienia, które jako cel zasadniczy będą miały oddziaływanie na postawy społeczne dzieci.

Dla redukcji trudności w zachowaniu u dzieci potrzebna jest współpraca nauczyciela, rodzica, psychologa, pedagoga i czasem lekarza. Tylko wielostronna terapia środowiska rodzinnego i zindywidualizowane podejście do dziecka na terenie przedszkola daje pozytywne efekty.

Nie ma dzieci trudnych, są natomiast dzieci wadliwie przystosowane do środowiska. Nie może być dzieci gorszych i lepszych.

Na uwagę zasługuje problem związany z umiejętnością radzenia sobie nauczyciela w kontaktach z rodzicami w przekazywaniu im nieadekwatnych zachowań ich dzieci, stąd dużym powodzeniem cieszyły się scenki mediacyjne, w których nauczycielki odgrywały rolę: nauczyciel-rodzic.

Dzieci z trudnościami i zaburzeniami nie mogą budzić u nauczyciela niechęci i zniecierpliwienia. Zawód nauczyciela przedszkola jest niezwykle odpowiedzialny, a jego dobre pełnienie wymaga rozumienia psychiki dzieci, akceptacji ich takimi, jakimi są i pomocy w przezwyciężaniu trudności i zaburzeń w zachowaniu:

- umiejętności prewencyjno - korekcyjnych, tj. umiejętność prowadzenia obserwacji, wstępnej diagnozy, skutecznego oddziaływania pedagogicznego, kompensowania wpływu niektórych czynników środowiskowych;
- umiejętności socjometrycznych, tj. znajomości praw rządzących grupą dziecięcą i umiejętności kierowania dzieckiem dla uzyskania pożądaných efektów wychowawczych i terapeutycznych .









Kotwiczenie zasobów – dostęp do reprezentacji doświadczenia

Kotwiczenie jest procesem, pozwalającym na uzyskanie dostępu do stanu doświadczonego wcześniej. Kotwicą jest praktycznie każda reprezentacja - wytworzona wewnątrz lub zewnątrz, która wyzwała inną reprezentację bądź jej serię.

Każdy bodziec, który został połączony ze stanem fizjologicznym i który go wyzwała, został w NLP nazwany właśnie tak – kotwica.

Istnieje wiele przykładów naturalnie pojawiających się w naszym życiu kotwic – zdjęcie ważnej dla Ciebie osoby, ulubiony widok, zapach, smak, specyficzne zachowanie czy ton głosu... pewne słowa...

Kotwice – to wszystko to, co daje nam dostęp do stanów emocjonalnych.

Są one jednak tak powszechne i wszechobecne w naszym życiu, że paradoksalnie często – niezauważalne. Pierwszy sposób powstawania kotwic – to powtarzanie. Jeśli widzisz wielokrotnie wydarzenie, kojarzące kolor czerwony z niebezpieczeństwem – zostanie on wkrótce zakotwiczony – czerwone oznacza niebezpieczeństwo.

Drugi zaś – dużo ważniejszy, biorąc pod uwagę znaczenie, jakie nadajemy wydarzeniom – ustanowienie kotwicy poprzez pojedyncze zdarzenie. Jest to możliwe, jeśli to wydarzenie było w odpowiednim momencie a emocje były wystarczająco silne.

Możemy dowolnie wybrać skojarzenia, które chcemy utrwalić poprzez zakotwiczenie.

Kroki kotwiczenia - o czym warto pamiętać !!!

1. Kotwica to w zasadzie jednorazowe uwarunkowanie – funkcjonują bez konieczności stosowania bezpośrednich wzmocnień.
2. Wewnętrzne doświadczenie uważane jest za równie wiarygodny i ważny wskaźnik jak jawne i mierzalne reakcje.
3. Im bardziej intensywne jest doświadczenie w chwili zakotwiczenia, tym mocniejsza będzie reakcja przy „odpalaniu” tej kotwicy.
4. W czasie „instalowania” kotwicy czas, moment założenia kotwicy jest krytyczny. Precyzyjne założenie kotwicy determinuje jej skuteczność – diagram.
5. Im bardziej unikalny jest bodziec – tym dokładniejszy będzie on w działaniu. Im dokładniej jest odtworzony – tym szybciej wywoła reakcję, z którą został początkowo skojarzony.
6. Zakotwiczać można we wszystkich systemach reprezentacyjnych, jak również w ich częściach składowych.

7. Kotwica musi być dołączona, gdy stan osiąga swój szczyt oraz łatwa do powtórzenia

Kotwiczenie i korzystanie z zasobnych stanów, to pewna umiejętność, która jak wszystkie umiejętności, staje się łatwiejsza i bardziej efektywna wraz z jej praktykowaniem. Niektórzy odczuwają jej skuteczność już od pierwszego razu. Inni mogą odczuć potrzebę dłuższej praktyki, aby stać się kompetentnym w tym zakresie i aby zdobyć pewność, że działa.

Kotwiczenie zasobów jest techniką, dającą człowiekowi wachlarz możliwości wyboru dowolnego stanu emocjonalnego w danej sytuacji społecznej. W codziennej rzeczywistości często zdarza się nam słyszeć wokoło, że to uwarunkowania zewnętrzne (tylko one !!! ???) – okoliczności... inni ludzie... mają wpływ na nasze stany emocjonalne, nasze uczucia.

Jest to zdecydowanie ułuda – często być może wygodna dla niektórych, aby w dowolnej - być może trudnej sytuacji znaleźć „winnego” naszych stanów, reakcji, zachowań...

To człowiek – każdy z osobna osobiście decyduje o swoich emocjach –to on / ona wybiera i nadaje znaczenie temu, co mu się w życiu przydarza.

**„ Nie istnieje droga na skróty do miejsca,
do którego dojść warto...”**

Beverly Silos

Przetnij zasieki, zburz mury, zerwij więzy i tanecznym krokiem
zacieraj do realizacji marzeń:

Sila metafor , przenośni, analogii...

„... Metafora jest chyba najbardziej produktywną ze wszystkich
umiejętności człowieka. Jej skuteczność graniczy z cudem. Wydaje się
narzędziem tworzenia, które Bóg zostawił przez zapomnienie w umyśle
jednego ze swych stworzeń, kiedy je czynił...”

Jose Ortega Y Gasset

„ Komunikowanie się jest jak łowienie ryb – chcąc złowić ich
jak najwięcej zadbaj o to, aby dowiedzieć się co jest ich
przysmakiem...”

Metafory, przenośnie, alegorie komunikują w sposób
niebezpośredni.

Złożone zaś są historiami z wieloma poziomami znaczeń. Opowiadanie
historii angażuje umysł świadomy a nieświadomość pobudza do
poszukiwania znaczeń i zasobów.

Są wszechobecne w życiu i często brzmią „nieprzyjemnie,, dla naszego umysłu i potencjalnego słuchacza - „...nawet najmniejszy przeciek może zatopić największy statek...”. Metafory mogą sprawić, że ludzie zaczną inaczej widzieć siebie, swoje możliwości, a też będą bardziej gotowi do zmiany sądów poznawczych. Uczmy się dobierać je uważnie i mądrze – tak, aby pogłębiały nasze doświadczenia życiowe, a też i ludzi wokół nas...

Zapraszam do ćwiczenia:

1. Czym jest życie? Wypisz metafory, które Ci się nierozzerwalnie z nim kojarzą. „życie jest jak.....teatr...sen...bukiet kwiatów...” zastanów się nad każdą z nich – odpowiedz sobie na pytanie – która z nich daje Ci, pokazuje nowe możliwości. Gdy pojawiłaby się ograniczająca Ciebie – zamień ją natychmiast na taką, która wzmacnia – potrafisz !!!
2. Sporządź listę wszystkich metafor, kojarzących się z Twoim związkiem, małżeństwem... Sprawdź, czy dodają Ci sił, czy też obezwładniają. Pamiętaj, że wystarczy świadome działanie, by zmienić wszystkie swoje metafory.
3. Wybierz jedną dziedzinę życia, która jest dla Ciebie bardzo ważna. Może to być praca, umiejętność uczenia się..., budowania relacji, rozwiązywania trudnych sytuacji. Odkryj,

jakie metafory kierują Tobą w tej dziedzinie. Wypisz je – np.: „ nauka to zabawa”. Jeśli okaże się, że nauka jest dla Ciebie jak choćby „ wrywanie zęba” - zrozumiesz wtedy, co warto zmienić – jak wiele bólu sobie zadajesz tak mówiąc...poszukaj nowych możliwości i dokonaj zmiany.

4. Wypracuj nowe – wzmacniające Cię metafory dla każdej z tych trzech dziedzin życia. Zdecyduj, że od dziś zaczniesz myśleć o życiu na co najmniej pięć nowych sposobów. „ życie jest podarunkiem...”
5. Postanów na koniec, że będziesz z własnej woli, z przyjemnością coraz większą żyć zgodnie z tymi nowymi metaforami przez najbliższe 30 dni.
6. Pozwól aby blask nowych metafor uniósł Cię z radości w powietrze.

Przejmij kontrolę i zbuduj nową jakość – tworzenie metafor jest jak komponowanie muzyki...motywowanie innych przypomina flirtowanie....

Wykorzystuj nowe możliwości w pracy i zabawie – z dziećmi i dorosłymi – pokazuj innym – co mogą zrobić dla siebie i innych –
INACZEJ !!

Autopilot - Twój nieświadomy umysł -

Metakomunikaty

**...Zanim łańcuchy nawyków staną się zbyt silne, aby je rozerwać,
są zbyt słabe, aby je odczuć...**

*dr Samuel Johnson (1709 – 1784) –
poeta angielski*

Istotną cechą, która odróżnia człowieka od innych gatunków na naszej planecie, jest zdolność analizy. Potrafimy myśleć o przeszłości, teraźniejszości, przyszłości – snujemy wręcz nieustannie różne wyobrażenia. W sytuacji, gdy nasza uwaga skierowana jest do wewnątrz – mówimy, że jesteśmy czymś całkowicie pochłonięci i tak czujemy...

Niejednokrotnie każdemu chociaż raz w życiu zdarzyło się podczas powrotu z pracy do domu zauważyć, że umysł jest całkowicie pochłonięty zdarzeniem, być może rozegranym tego właśnie dnia, a gdy już znaleźliśmy się w domu, mogliśmy mieć trudność w przypomnieniu sobie dokładnie drogi z pracy...

Tą aktywnością kieruje świadoma część naszego umysłu a ponieważ aktywność ta rozgrywa się w oderwaniu od zewnętrznego świata, nasz nieświadomy umysł przejmuje kontrolę nad przetwarzaniem bodźców pięciu zmysłów.

TWÓJ NIEŚWIADOMY UMYŚŁ JEST AUTOPILOTEM DLA
FUNKCJI FIZJOLOGICZNYCH I NAWYKÓW;
TWÓJ UMYŚŁ ŚWIADOMY KONTROLUJE FUNKCJE
TWOJEGO ORGANIZMU POTRZEBNE DO CZYTANIA
I INTERPRETOWANIA SŁÓW,
KIEDY TERAŻ NA NIE PATRZYSZ

Powyższy przykład świetnie ilustruje funkcjonowanie umysłu nieświadomego jako autopilota, przejmującego jednocześnie kontrolę nad zachowaniami nawykowymi człowieka w chwili, gdy jego umysł świadomy zajmuje się przetwarzaniem wewnętrznym. Na bazie tego przykładu można sformułować trzy – ważne zasady uczenia się wielopoziomowego.

- Jesteśmy skłonni do powtarzania czynności, gdy nauczymy się ją wykonywać.
- Kiedy nawyk się ukształtuje, może być trudno go przełamać, zwłaszcza, jeśli musimy go świadomie kontrolować, aby uniknąć jego powtarzania. Zasada ta wyjaśnia, z jakiego powodu ludziom bardzo często trudno jest rzucić palenie, zmienić nawyki żywieniowe czy sposób odnoszenia się do dzieci, kolegów w pracy...
- Aby wystąpiła zmiana – przed nauczeniem się użytecznych nawyków, należy ODUCZYĆ SIĘ nawyków niepożądanych.

Myślenie w kategoriach negatywnych – „tego nie można zrobić”, „to jest niemożliwe”, „tego nie mogę” – wpływa na nieświadomość w sposób ograniczający i osłabiający.

Usuń „nie” sprzed „mogę” !!! Myśl o tym, co można zrobić i co jest możliwe.

Bardzo ważna – wręcz nieodzowna w osiąganiu celów jest elastyczność w myśleniu i działaniu. Warto w tym miejscu przytoczyć bardzo użyteczną tezę w zakresie założeń operacyjnych NLP, mówiącą o prawie koniecznej różnorodności.

W kontekście wychowania i komunikowania się wielopoziomowego (w tym również rzecz jasna motywowania do zmiany) oznacza to, że ludzie – ogólnie zagadnienie ujmując... powinni (to zasadne) rozważać w szerszym aspekcie różne możliwości, generując jednocześnie jak najwięcej alternatywnych możliwości przebiegów działania, aby być przygotowanym na każdą ewentualność.

Ważne, aby zaakcentować i dokonać analizy poziomów uczenia się, komunikowania oraz zmiany, które są kluczem do kształtowania elastyczności w myśleniu i działaniu.

Są to:

- tożsamość

- wartości i przekonania
- zdolności
- zachowanie
- środowisko

KONTEKST

Tożsamość – sposób, w jaki myślisz o sobie, kształtuje...

Wartości i przekonania - to, co jest dla Ciebie ważne i w co wierzysz, wpływa na Twoje ...

Zdolności – Twoja wiedza i umiejętności kształtują Twoje...

Zachowanie – to, co robisz i mówisz, wyznacza Twoje REZULTATY w...

Środowisko – w którym funkcjonujesz i decydujesz się działać.

Najważniejszymi elementami kształtowania zaufania do siebie są przekonania i tożsamość.

Przekonania zmieniają się wraz z doświadczeniem.

Jeśli dobrze wykonasz pracę, właśnie to pozytywne doświadczenie pomoże Ci wzmocnić pewność siebie w zakresie Twoich zdolności np: komunikowania się z uczniami i rodzicami.

Niestety u większości ludzi nabywanie doświadczenia trwa bardzo długo, a niektórzy z nich nie zdają sobie sprawy ze swojego prawdziwego potencjału.

Niskie przekonania o sobie tworzą stany niezasobności umysłu i ciała. Jeśli brakuje Ci pewności siebie, nie osiągasz właściwego stanu, aby poradzić sobie z sytuacją.

Ćwiczenie

Odpowiedz po kolei na każde pytanie. Celem pytania pierwszego jest wydobyć wartości środka. Celem pytania drugiego jest wyłowienie wartości wyższego rzędu, które mogą być wartościami środka lub celu. Wskazane, abyś na pytanie drugie udzielił / udzieliła co najmniej trzech różnych odpowiedzi. Celem pytania trzeciego jest wydobyć przekonania, które wspierają Twoje wartości.

Poświęć chwilę czasu i zastanów się, nad co najmniej czterema przekonaniem, które wspierają poszczególne układy wartości.,

Potencjalna wątpliwość – czy coś jest przekonaniem, wartością środka czy wartością celu - nie są istotne w tym ćwiczeniu – po prostu zapisz swoją odpowiedź.

- Pytanie 1: Co cenisz w swojej pracy tak, że gdyby Ci to odebrano, to Twoja satysfakcja z pracy znacząco by się zmniejszyła ?

A.....
.....

- Pytanie 2: Co zapewnia Ci te wartości ?

A.....

B.....

C.....

D.....

- Pytanie 3: W co musisz wierzyć, aby cenić to, co wymieniałeś / wymieniałaś powyżej ?

A.....

B.....

C.....

D.....

Zaproponowane ćwiczenie może być dla niektórych jednym z ważniejszych kroków w aspekcie doskonalenia SIEBIE – ponieważ :

- to, co myślisz wpływa na to jak się czujesz ;
- to, jak się czujesz wpływa na to jak się zachowujesz ;
- to jak się zachowujesz wpływa na to jak działasz,
- to jak działasz wpływa na jakość rezultatów, jakie uzyskujesz...

Koncentracja na procesie zmieni Twoje reakcje od wyrażających niepowodzenie - do wyrażających ciekawość i... zainicjuje oduczanie się niepożądanych i nawykowych – kompulsywnych zachowań.

Sukces - zdecydowanie ma swój początek w samoświadomości, elastyczności myślenia oraz wiedzy, że można wybrać w dowolnym czasie i zakresie **sposób**, w jaki wykorzystujesz lub programujesz swój umysł.

...Doświadczenie nie jest tym, co przydarza się człowiekowi, jest tym, co człowiek robi ze zdarzeniami, które mu się przytrafiają...

A. Huxley (1894 – 1963) – brytyjski pisarz
i eseista

Budowanie pozytywnego obrazu siebie

Istnieje wiele sposobów budowania pozytywnego obrazu samego siebie. Głównym jednak narzędziem jest wyobrażanie sobie - wizualizacja w stanie relaksacji **swoich przyszłych działań**, oraz przedsięwzięć jako skutecznych, celowych, wymarzonych i na dodatek – prowadzących do sukcesu.

Powyższy trening sprawia, że w rzeczywistości – w realiach życia codziennego zachowujemy się tak, jak w wyobraźni. Systematyczne powtarzanie tej procedury i techniki może skutecznie udoskonalić nasz umysł i sprawić, że to, co do tej pory wydawało nam się niemożliwe – stanie się bardziej realne.

„... Miej ciągle przed oczyma obraz siebie takiego, jakim chciałbyś być, a osobowość Twoja będzie się w tym kierunku rozwijała. Czuj się jak zwycięzca, zobacz, że samo wyobrażenie siebie jako kogoś, kto zwycięsko przełamuje trudności, działa jak olbrzymia siła, ułatwiająca Ci rzeczywiście przezwyciężanie przeszkód życiowych...”

M. Maltz

Kolejnym, bardzo skutecznym sposobem budowania pozytywnego obrazu siebie jest przypominanie, odwoływanie się i przeżywanie raz jeszcze bardzo przyjemnych, wydobytych z przeszłości sytuacji, gdy odnosiliśmy sukcesy.

Wracanie myślą do chwil, gdy czuliśmy smak powodzenia, szczęścia – zwiększają zadowolenie z życia oraz niezaprzeczalnie uczą nawyku bycia szczęśliwym, zwiększając nieprawdopodobnie niezależność naszego samopoczucia od zewnętrznych warunków i okoliczności. Maltz ponadto proponuje, aby owo „budowanie” oprzeć na zabiegu, który określa jako korekcyjną psychiczną operację. - ważne, aby powstrzymywać się przed potępianiem się za swoje działania, przed nadawaniem sobie - prowadząc dialog wewnętrzny ujemnych – często nieprawdziwych etykietek typu: jestem pechowcem, naiwniakiem, nieudacznikiem...

*** Reasumując – najważniejsze jest odróżnienie ZACHOWANIA od OSOBY.

Według zasady zgodności – degradowanie obrazu siebie stanowi najkrótszą drogę do zachowań zgodnych z tym obrazem.

Warto przyjąć i zaakceptować fakt, że niepowodzenia, błędy, przykrości, urazy i inne „rany” są w życiu nieuniknione, więc zamiast nadmiernie się przeciw nim opancerzać – a prowadzić to może do ograniczenia możliwości rozwoju i hamowania działania – mądrzej wkalkulować je w życie i uwierzyć, że potrafimy sobie z nimi poradzić. Koniecznym wręcz „zabiegiem” jest również powstrzymanie się przed rozdrapywaniem starych urazów oraz przeżywaniem „jeszcze raz” dawnych przykrości – na rzecz działania w kierunku zblizniania ich oraz skoncentrowania się na możliwościach działania w przyszłości.

Ze wszech miar skuteczną techniką stawania się tym, kim chce się zostać, jest przyjęcie postawy „jak gdyby”.

„...Jeśli zdecydujesz się, by myśleć, czuć i zachowywać się tak, jak człowiek, którym chcesz się stać, staniesz się tym właśnie człowiekiem...”

Podstawą tej techniki jest nauka W. Jamesa, według którego uczucie przychodzi po działaniu : regulując działanie, na które ma się większy wpływ, można regulować także swoje uczucia. Zatem – jeśli chcesz odczuwać radość – działaj jak człowiek radosny, a radość pojawi

się sama. Analogicznie – działaj, jak gdybyś był pewien siebie, a zyskasz tę pewność, myśl i zachowuj się, jak gdybyś był człowiekiem sukcesu – a zostaniesz nim. Jest to sposób programowania podświadomości, która działa zgodnie z nakazem celu.

**...” Wyobraźnia nie jest talentem niektórych ludzi,
ale zdrowiem każdego człowieka...”**

R.W.Emers

Zintegrowany język angielski

Pomysł na utworzenie oddziałów klasowych w obrębie I etapu edukacji ze zintegrowanym językiem angielskim z innymi edukacjami zrodził się siedem lat temu. Szanse na realny kształt powstały po rozmowach z p. Ewą Kaszowską i uzgodnieniach z organem prowadzącym SP3 w Pabianicach. Ostatecznie, pięć lat temu, wymieniona nauczycielka edukacji wczesnoszkolnej z uprawnieniami do nauczania języka angielskiego¹ objęła wychowawstwo klasy pierwszej i zaczęła wdrażać innowację pedagogiczną swego autorstwa nt. „Elementy CLIL w edukacji wczesnoszkolnej”. Szczegółów innowacji w tym miejscu przybliżyć nie będę. Natomiast mogę stwierdzić, że pomysł łączenia treści kształcenia różnych edukacji z treściami kształcenia języka angielskiego w różnorodnych sytuacjach dydaktycznych okazał się „strzałem w dziesiątkę”. Nauczanie języka obcego dzieci w młodszym wieku szkolnym w takim trybie, jest znacząco skuteczniejsze, niż w systemie dwóch godzin dydaktycznych tygodniowo w oderwaniu od pozostałych edukacji. Jednym z uzgodnień z rodzicami uczniów p. Kaszowskiej było to, aby żadne dziecko nie

¹ Uprawnienia takie otrzymują np. absolwenci Wyższej Szkoły Humanistyczno-Ekonomicznej w Pabianicach, gdzie jednym z kierunków studiów jest: Edukacja wczesnoszkolna i przedszkolna z językiem angielskim.

uczęszczało dodatkowo na lekcje języka angielskiego. Mimo braku dodatkowego wsparcia, testy porównawcze z klasami równoległymi, każdorazowo wskazywały na daleko wyższy poziom znajomości języka angielskiego uczniów opisywanego oddziału. Pani Ewa Kaszowska ma już kolejnych wychowanków, których naucza języka angielskiego w sposób zintegrowany z pozostałymi treściami przewidzianymi dla I etapu kształcenia i efekty znów są wspaniałe. Dlatego w SP3 w bieżącym roku szkolnym powstała kolejna klasa pierwsza, której nauczyciel-wychowawca, p. Małgorzata Stachelska, ma również uprawnienia do nauczania języka angielskiego i dzięki temu może realizować treści programowe w sposób całkowicie zintegrowany.

Zwracam uwagę na ten - zdawałoby się - drobny aspekt kształcenia językowego, ponieważ opisane rozwiązanie organizacyjno-metodyczne jest ewenementem na skalę naszego kraju, a powinno być normą. Mimo, iż metodyka języka angielskiego jest jedną z „bogatszych” i rzetelniej opracowanych, nie zawsze się sprawdza w rozwiązaniu proponowanym przez Rozporządzenie MEN w sprawie ramowych planów nauczania. Czynniki takiego stanu rzeczy mogą być różne, ale z pewnością relacje, jakie nawiązuje wychowawca z dziećmi każdego dnia (oprócz weekendów i świąt) są nieporównywalne z tymi, które powstają między nauczycielem a uczniami w ciągu 90 minut tygodniowo. W pierwszym przypadku obcowanie z językiem angielskim może mieć miejsce codziennie (w niewielkich „dawkach”),

a w drugim – jest ściśle określone limitem wyznaczonym przez plan lekcji i szkolny dzwonek.

Bez znajomości języka obcego nasze dzieci będą miały w przyszłości ograniczone możliwości rozwoju, dlatego wskazane jest, by oddziałów klasowych - ze zintegrowanymi treściami języka obcego i pozostałych edukacji - było jak najwięcej.

Z zainteresowanymi takim rozwiązaniem, nauczyciele SP3 chętnie dzielą się doświadczeniami. Jedną z okazji były zajęcia otwarte prowadzone przez p. M. Stachelską w klasie II, które odbyły się 11 grudnia 2014 r. Scenariusz zajęć i ich autorka udostępnia poniżej.

Małgorzata Stachelska

Konspekt zintegrowanej lekcji języka angielskiego z treściami z zakresu edukacji wczesnoszkolnej w klasie II w Szkole Podstawowej nr 3 w Pabianicach

Czas trwania: 1 godz.

Temat: Christmas Time!

Cele główne:

- poznawanie tradycji i zwyczajów świątecznych związanych ze świętami Bożego Narodzenia w Polsce i w Wielkiej Brytanii
- poszerzanie zasobu słownictwa

- przełamywanie barier językowych

Cele operacyjne:

- uczeń wypowiada się w swobodnej rozmowie na temat świąt Bożego Narodzenia w Polsce i w Wielkiej Brytanii
- uczeń posługuje się słowami: Christmas, Christmas tree, Santa Claus, Elf, Reindeer, Snowman
- uczeń śpiewa grupowo 3 piosenki w języku angielskim: Hello reindeer..., What do you want for Christmas?, 10 little elves.
- uczeń rozumie i właściwie reaguje na polecenia wydawane w języku angielskim przez nauczyciela typu: sit down, stand up, let's sing..., make a circle, show me...
- uczeń rozpoznaje, nazywa i przelicza liczby jedno i dwucyfrowe w zakresie 10 w języku polskim i angielskim

Metody pracy: pogadanka, pokaz, ćwiczenia praktyczne, metody aktywizujące TPR

Formy pracy: zbiorowa i indywidualna

Pomoce dydaktyczne:

- flashcards – obrazki z podpisami,
- odtwarzacz CD,
- płyta z nagraniami,

- gra Bingo
- papier kolorowy
- nożyczki
- klej
- kredki lub mazaki

Przebieg zajęć:

Zajęcia na dywanie:

Rozgrzewka językowa:

Piosenka: Hello Reindeer,

Hello snowman,

Hello Santa

Happy holydays

1,2,3,4,5,6,7,8,9,10

Merry Christmas everyone.

Let's sing it once again.

1. Zapoznanie uczniów z tematem i celem zajęć.
2. Rozmowa z dziećmi na temat tradycji Świąt Bożego Narodzenia w Polsce i w Wielkiej Brytanii, wskazanie różnic i podobieństw. Prezentacja kart ze słownictwem i kilkakrotne powtórzenie w/w nazw

Zabawa w „ciasteczko”. Nauczyciel umawia się z dziećmi, który z obrazków (lub więcej) będzie tzw. „ciasteczkiem”. Dzieci siedząc w kole z zamkniętymi oczami unoszą się i nauczyciel kładzie im kartę z obrazkiem, tak by uczeń nie wiedział jaki ma obrazek.

Nauczyciel zaczyna zabawę i wszyscy razem klaszcząc rytmicznie mówią tekst:

„Who took the cookie from the cookiejar? Ania took the cookie from the cookie jar.”

Ania odpowiada: Who me?, - wszyscy zgodnym chórem odpowiadają: Yes, you!,

Ania sprawdza jaki ma obrazek i mówiąc co ma, mówi: Not me! i wtedy wszyscy wspólnie pytają: Then who? I Ania wskazuje następną osobę i tak do momentu aż nie znajdziemy „ciasteczka”.

1. Piosenka „What do you want for Christmas?”

What do you want for Christmas? Christmas,?Christmas?

What do you want for Christmas?

Santa’s on his way.

I want a train

I want a train

I want a great big train!

What do you want for Christmas? Christmas? Christmas?

.....

I want a rocket

I want a rocket

I want a great big rocket

What do you want for Christmas? Christmas? Christmas?

.....

I want a robot

I want a robot

I want a great big robot

What do you want for Christmas? Christmas? Christmas?

.....

I want a teddy bear

I want a teddy bear

I want a great big teddy bear!

3. Nauczyciel pyta, czy dzieci wiedzą, kto pomaga robić Mikołajowi prezenty dla dzieci. Oczywiście dzieci odpowiadają, że ELFY. Nauczyciel układa na dywanie 10 elfów wspólnie

z dziećmi liczy po polsku i po angielsku elfy. Wspólne przeliczanie od końca. (Prezentacja liczby 10).

Zaśpiewanie piosenki „10 little elves”.

1 little, 2 little, 3 little elves

4 little, 5 little, 6 little elves

7 little, 8 little, 9 little elves

10 little elves are making toys

1 little.....

10 little elves are sewing. (dzieci szyją zabawki)

1 little.....

10 little elves are painting. (dzieci malują zabawki)

1 little....

10 little elves are sawing. (dzieci piłują piłą zabawki)

1 little....

10 little elves are hammering.

(dzieci przybijają młotkiem gwoźdźdiki)

1 little....

10 little elves are wrapping. (dzieci pakują prezenty)

1 little....

10 little elves are sleeping. (dzieci śpią)

4. Dzieci otrzymują od nauczyciela grę BINGO w kształcie choinki bożonarodzeniowej, w miejscu bombek są zapisane liczby. Nauczyciel przedstawia różne liczby w przypadkowej kolejności, kto pierwszy zakryje wszystkie bombki – wygrywa i woła BINGO.

Zajęcia w ławkach:

4. Nauczyciel zadaje dzieciom pytanie, kto jeszcze oprócz elfów pomaga Mikołajowi rozwozić prezenty – dzieci zakładam, że odpowiedzą: renifery.

Wtedy z przygotowanych wcześniej form wyciętych z odrysowanych swoich własnych stóp i rąk dzieci skleją głowę renifera.

Podsumowanie zajęć.

Nauczyciel pyta dzieci, czy pamiętają jak dzieci w Wielkiej Brytanii obchodzą Świąta?

Jakie słowa pamiętają?





Korzystanie z programów w chmurze cz. I

Ile razy zdarzyło się każdemu z nas zapomnieć o przekopiowaniu przygotowanych plików na przysłowiowego „pena” (pendrive’a)? Obiecaliśmy przekazać szefowi przygotowane opracowania lub tworzyliśmy mozolnie pomoce dydaktyczne. Często pracujemy w domu nad różnymi dokumentami, rysunkami, wykresami czy prezentacją dla uczniów. Przygotowujemy opracowanie i ze zmęczenia zapominamy zabrać swoją twórczość do pracy.

W natłoku codziennych spraw zdarza nam się nie pamiętać o zabranii ze sobą swojej twórczości. Jest na to jedna duża rada. Przechowywać swoje pliki w chmurze. Zjawisko chmury obliczeniowej (pop. chmury) z angielskiego *cloud computing* dotyczy możliwości korzystania z programów i usług przez Internet. Komputer wykorzystywany do pracy w chmurze nie musi być najnowszy. Powinien mieć zainstalowaną jedną z popularnych przeglądarek internetowych z nowszej wersji oraz dostęp do Internetu. Korzystanie z usług w chmurze są bardzo wygodne, ponieważ możemy korzystać ze swoich zasobów wszędzie, gdzie mamy dostęp do Internetu. Niezależnie od miejsca pobytu mamy łatwy dostęp do swoich plików. Nie interesuje nas również w jakim miejscu na świecie znajduje się serwer oferujący nam swoje usługi.

W obecnym czasie dostęp do Internetu jest podstawą komunikacji międzyludzkiej. Codziennie wysyłamy co najmniej kilka listów drogą elektroniczną i nie wyobrażamy sobie życia bez niej. I to właśnie poczta e-mail jest najprostszą formą przechowywania plików lub wysłania ich do kogoś. W jednym miejscu (np. w domu) wysyłamy list do samego siebie wraz z załącznikami. Po przybyciu w inne miejsce (np. do pracy) otwieramy swoją pocztę i możemy te pliki pobrać na dysk innego komputera. Jest to sposób podobny do tego, kiedy możemy pobrać ze swojej poczty pliki wysłane do kogoś innego i zapisać na innym komputerze.

Wiele firm oferuje użytkownikom komputerów przechowywanie plików na swoich serwerach. Udostępniają nam przestrzeń dyskową darmowo. Jednymi z popularnych serwisów tego typu są: Dropbox, Dysk Google lub OneDrive. Wiele z tych serwisów posiada swoją wersję mobilną i możemy ją uruchomić na smartfonach. Usługi w chmurze mają niewątpliwe zalety do najważniejszych należy zaliczyć zabezpieczenie danych. Spoczywa ono na usługodawcy i ważne jest dla niego, aby klient był zadowolony z usługi. Przechowywanie danych ma jeszcze jedną zaletę, eliminuje zainfekowanie wirusami i innymi szkodliwymi programami własnego komputera. W obecnym czasie większość szkodliwego oprogramowania przenosi się przez pocztę email i na pendrive'ach. Serwery w chmurze są przed takimi atakami

zabezpieczone. Każde z kont ma dużą pojemność dyskową liczoną w GB (gigabajtach).

W codziennej pracy używam serwisu Dropbox. Jest to typowa przechowalnia plików online. Bardzo prosta w obsłudze, oczywiście w języku polskim. Zaletą pracy w takim trybie jest to, że uczeń może dokończyć pracę wykonywaną na lekcji lub zrobić ją od nowa w domu mając do dyspozycji komputer z Internetem.

Zasady pracy z moimi uczniami w tym serwisie są następujące:

- Nauczyciel na swoim koncie zakłada folder z oznaczeniem klasy i udostępnia ten folder do korzystania uczniom
- Uczniowie w pierwszej kolejności zakładają konto w serwisie Dropbox (nazwa użytkownika to jego adres e-mail). Następnie po przejściu procedury weryfikacyjnej zakładają folder o określonej nazwie i udostępniają go mnie do użytkowania.
- Na początku zajęć pobierają z serwisu pliki udostępnione i wykonują określone zadania. Na zakończenie zapisują efekty swojej pracy i wgrywają do swojego folderu udostępnionego nauczycielowi.
- W razie nieobecności w szkole jest on w stanie nadrobić zaległości na zajęciach w domu, a nauczyciel może

w dowolnym czasie i w dowolnym miejscu sprawdzić prace uczniów.

Największą zaletą Dropbox'a jest możliwość pracy zawsze i wszędzie. W przypadku uczniów poznają i zyskują oni dodatkowe narzędzie do przechowywania plików. Nauczyciel nie ma dostępu do innych zasobów uczniów przechowywanych w tym serwisie, „widzi” tylko ten udostępniony folder.

Z Dropbox'a korzystam w pracy i nie wyobrażam sobie, aby informatykę - jedną godzinę w tygodniu realizować inaczej. W serwisie tym znajdują się również pliki inne niż służbowe. Przechowują tam wszystko z czego będę korzystać poza domem bez zabierania nośników danych i komputera.

O innych przydatnych narzędziach wspomniałam wcześniej. Gorąco polecam i zachęcam do korzystania z Dropbox'a. Jest on szczególnie przydatny do przenoszenia zdjęć, które nie zawsze mieszczą się na przenośnych nośnikach danych i w załącznikach poczty elektronicznej.

Polecam artykuł znaleziony w Internecie dotyczący tej właśnie tematyki:

<http://www.dobreprogramy.pl/Jaka-chmure-wybrac-aplikacje-do-przechowywania-plikow-online,News,24822.html>

Zapraszam również do lektury kolejnego artykułu o korzystaniu z programów w chmurze. W części drugiej postaram się zainteresować czytelników narzędziami dostępnymi w serwisie Google.

Korzystanie z programów w chmurze część 2

W części pierwszej artykułu wskazywaliśmy korzyści wynikające z korzystania z plików umieszczonych na dysku w chmurze.

Rada dla zapominalskich z pierwszego artykułu jest nadal aktualna. Zamiast nosić pendrive'a wgrajmy swoje pliki na dysk w chmurze.

Kolejnym dość łatwym i praktycznym sposobem na przechowywanie plików jest Dysk Google. Zapisujemy pliki na wspomnianym wirtualnym dysku i jednocześnie możemy je dalej modyfikować oraz tworzyć nowe. Praca nad dokumentem, arkuszem kalkulacyjnym lub prezentacją od początku do końca możliwa jest przez Internet.

Dysk Google to narzędzie, która umożliwia nam pracę nad naszymi plikami w kilku łatwych w obsłudze i przydatnych aplikacjach biurowych. Tworzymy i edytujemy tekst w prostym edytorze tekstu, liczymy w prostym arkuszu kalkulacyjnym, tworzymy prezentacje i formularze w kolejnych prostych aplikacjach. Powstałe w ten sposób dokumenty zapisują się same, automatycznie. Wymagana od nas jest

tylko zmiana nazwy tego pliku na przyjazną dla użytkownika. Dysk Google sam podzielił nasze zasoby tematycznie lub pozwala na samodzielne zarządzanie naszymi zasobami.

Warunkiem koniecznym do korzystania z możliwości tego serwisu jest posiadanie konta mail'owego GMAIL. Założenie i zalogowanie się na konto gmail otwiera nam drogę do szeregu narzędzi Google. Większość z nich jest wszystkim znana.

Oto przykłady:



osobisty profil na portalu społecznościowym Google



wyszukiwarka internetowa



własny kanał You Tube



mapy Google



Sklep Play (gry)



kanal informacyjny



poczta Gmail



dysk Google



kalendarz



tłumacz



przeglądarka zdjęć

Jak widać konto w serwisie Google daje nam szereg możliwości. Chcę zwrócić Państwa uwagę na programy przydatne nauczycielom. Wspomniany w poprzednim artykule Dropbox posiadał aplikację, która po zainstalowaniu na swoim komputerze pozwalała na wgrywanie plików do tego komputera i przy dostępie Internetu. Dysk Google daje podobne możliwości. Pobieramy z jego zasobów potrzebną aplikację i instalujemy ją na swoim komputerze. Powstaje wtedy w naszym systemie folder Dysk Google. W ten sposób wszystko, co umieścimy w tym folderze, znajdzie się automatycznie na naszym Dysku w Internecie.

Aby korzystać z Dysku Google musimy z menu

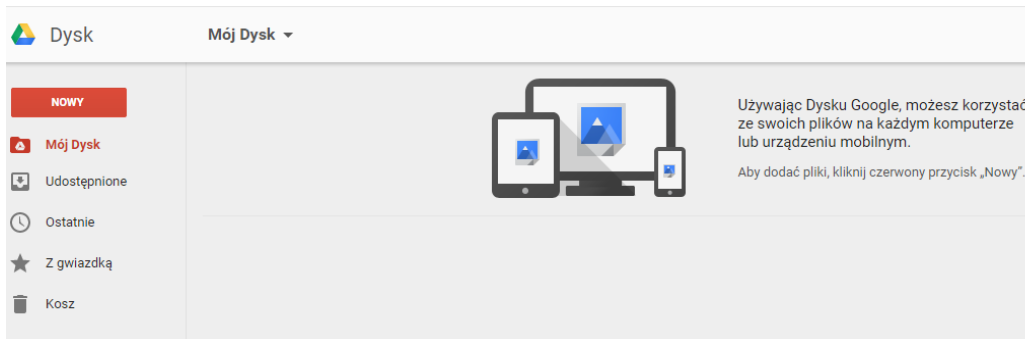


wybrać

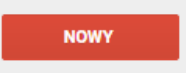
Dysk

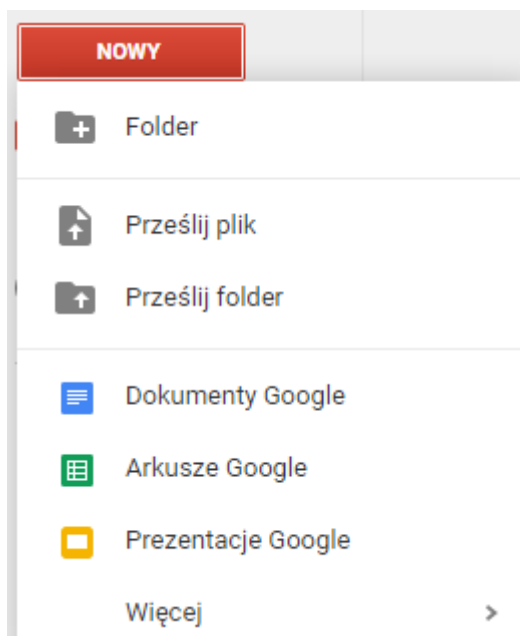


Następnie pokazuje się widok naszego dysku:



Ekrany pokazane na środku zrzutu pokazują elastyczność aplikacji. Instalacja naszego serwisu może odbywać się na każdym dowolnym urządzeniu multimedialnym. Może to być tablet, smartphone, komputer itp.

Aby rozpocząć korzystanie z dysku należy z menu po lewej stronie wybrać przycisk  następnie rodzaj pliku jaki chcemy utworzyć



Jak widać może to być dokument, arkusz kalkulacyjny, prezentacja, formularz, rysunek, mapa. Można założyć dowolną ilość własnych folderów. Widoczne za zrzucie obok ikonki sygnalizują automatyczne zaszeregowanie tworzonych plików.

Wybrany plik otwiera nam się w nowym oknie.

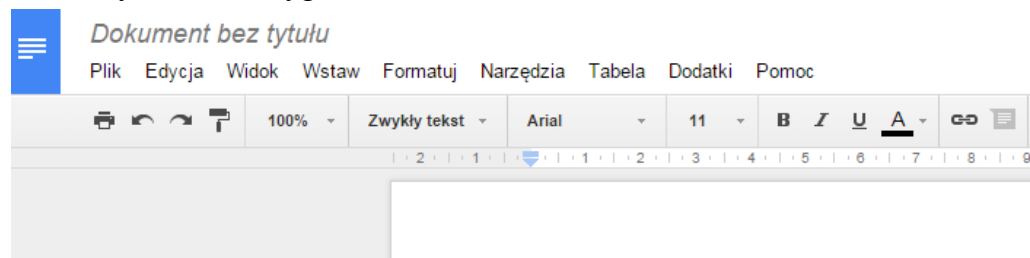
Każda z dostępnych aplikacji jest prosta w obsłudze. I ma dużą zaletę – pliki zapisują się same w Internecie. Co jakiś czas można dostrzec w górnej części ekranu napis:

Zapisywanie...

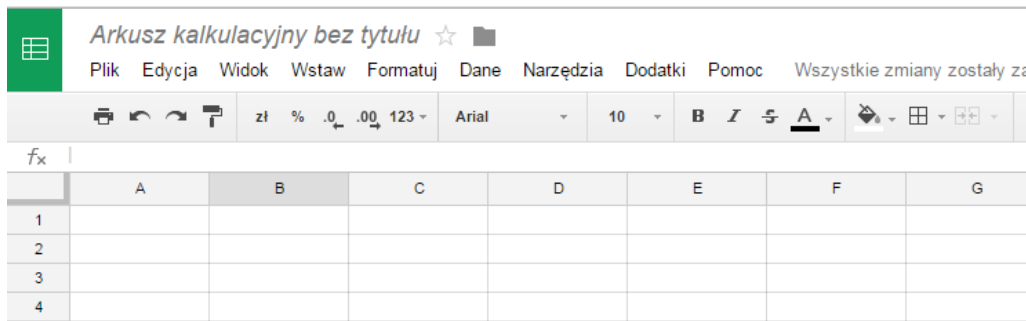
następnie

Wszystkie zmiany zostały zapisane na Dysku

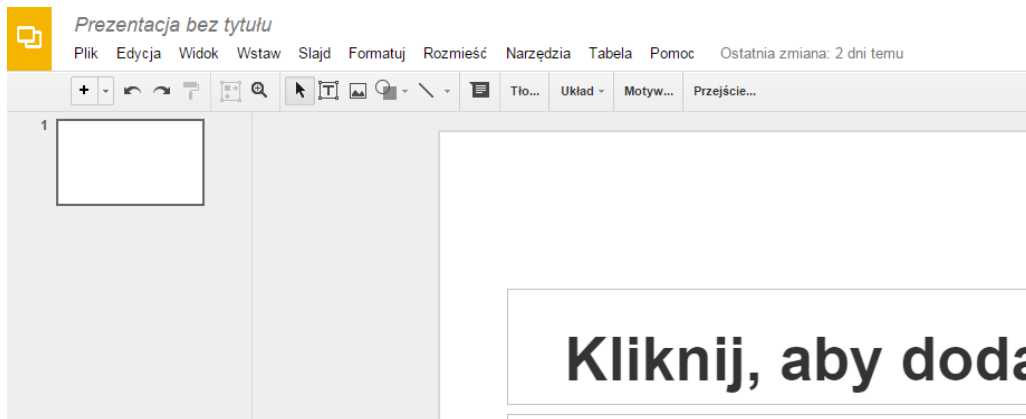
Edytor tekstu wygląda tak:



Arkusz kalkulacyjny:



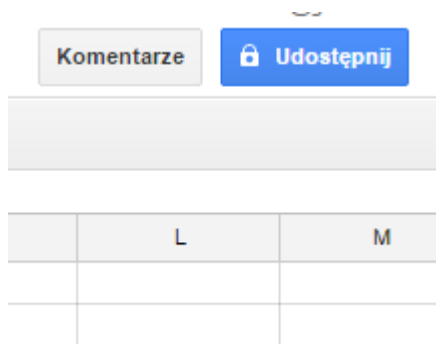
Aplikacja do tworzenia prezentacji:



Inne dostępne aplikacje są rzadziej używane, ale również proste w obsłudze i przydatne.

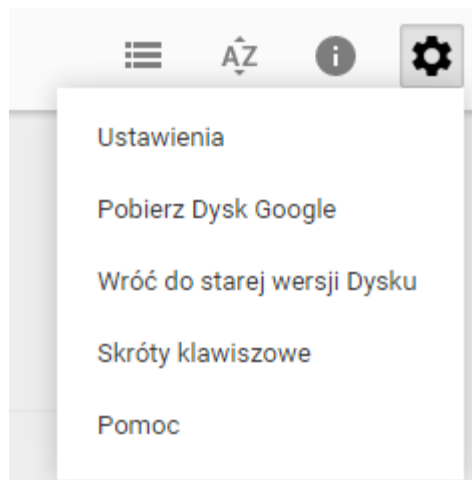
Każdy z zakładanych plików posiada możliwość udostępnienia go innemu użytkownikowi.

W tym celu wybieramy przycisk udostępnij w prawej górnej części ekranu i tam w odpowiednim miejscu wpisujemy email osoby, której chcemy udostępnić nasz plik łącznie z nadawaniem praw do edycji tego pliku.



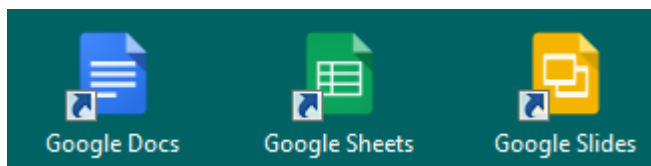
Udostępnianie plików pozwala na edytowanie wgranych dokumentów, arkuszy itp. wielu osobom w tym samym czasie w różnych miejscach. Każdy może dodać coś od siebie i nanosić poprawki.

Instalację Dysku Google możemy przeprowadzić w prosty sposób klikając w ikonkę ustawienia w prawej części ekranu i wybierając w menu opcję Pobierz Dysk Google.



Instalator przeprowadza użytkownika przez proces instalacji prawie automatycznie i intuicyjnie.

Po skończonej instalacji należy podać swój adres mailowy i cieszyć się z pracy w darmowym pakiecie biurowym. Dodatkowo otrzymujemy na pulpicie skróty do aplikacji, z których częściej korzystamy



i w każdej

chwili możemy założyć nowy plik.

Każda z aplikacji dostępnych we wspomnianym narzędziu nadaje się do zastosowań ogólnych, w pracy i w domu. Można zapisać plik w kilku dostępnych i uniwersalnych formatach oraz na dowolnym nośniku. W każdej chwili możemy zmodyfikować dowolny istniejący plik i założyć nowy.

Podstawową zaletą wszystkich aplikacji Google jest ich dostępność. Idea twórców zakładała darmowy dostęp wszystkich funkcjonalności dla każdego. Nie trzeba więc korzystać z płatnego oprogramowania innych firm.

Dropbox - poradnik użytkownika

Dropbox to jedna z najpopularniejszych przechowalni plików w Internecie. Każdy użytkownik dostaje na początek 2GB przestrzeni dyskowej i ma możliwość powiększenia jej.

Jak zostać użytkownikiem Dropbox'a?

Krok 1: Zakładamy konto. W pierwszej kolejności pojawia się okno logowania



Zaloguj się [lub utwórz konto](#)

☒ Pamiętaj mnie

[Nie pamiętasz hasła?](#)

Następnie wybieramy hiperłącze **utwórz konto**



Utwórz konto [lub zaloguj się](#)

Imię

Nazwisko

Adres e-mail

Hasło

☐ Zgadzam się na [Warunki korzystania z Dropbox](#).

Utwórz konto

Uzupełniamy dane do założenia konta. Opieramy się tu o adres e-mail i to on będzie naszym loginem do tego serwisu. Hasło ustalone na początku nie musi być tym samym hasłem, które używamy w poczcie elektronicznej.

Krok 2: Początek korzystania z konta na Dropbox'ie.

Po zalogowaniu do serwisu Dropbox wita nas planszą wyboru konta.

Oczywiście wybieramy konto podstawowe darmowe. Wciskamy Kontynuuj i możemy już zacząć korzystać z witryny.

Witamy w usłudze Dropbox!

Wybierz taryfę Dropbox lub [przejdź dalej, aby pobrać](#) →

Osoby fizyczne

Dla zespołów

Podstawowe konto Dropbox



Bezpłatne

2 GB miejsca

Bezpieczny i niezawodny backup

Dostęp z dowolnego miejsca

Proste udostępnianie plików

Dropbox Pro



9,99 US\$ / miesiąc

Wszystko co w na Podstawowym koncie

Dropbox oraz:

1 TB (1 000 GB) miejsca

Dodatkowa kontrola nad udostępnianiem

Zdalne czyszczenie

Dropbox dla firm



15 US\$/użytkownika/miesiąc

Tyle przestrzeni, ile potrzebujesz

Nieograniczone odzyskiwanie plików

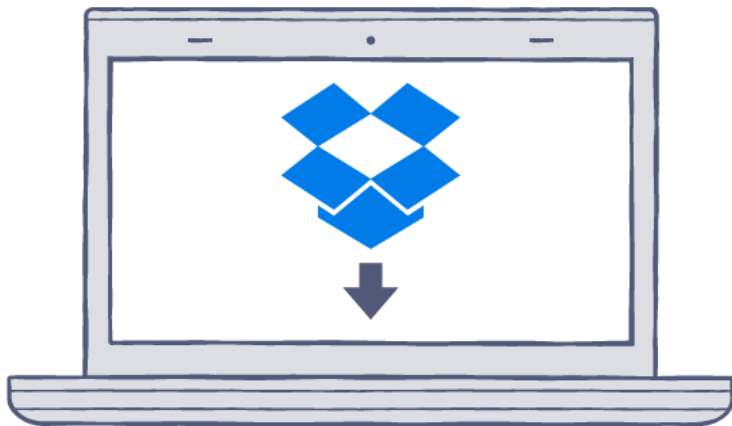
Kontrola udostępniania plików

Priorytetowa pomoc techniczna

[Kontynuuj](#)[Wypróbuj za darmo przez 14 dni](#)

Właśnie pobierasz aplikację Dropbox

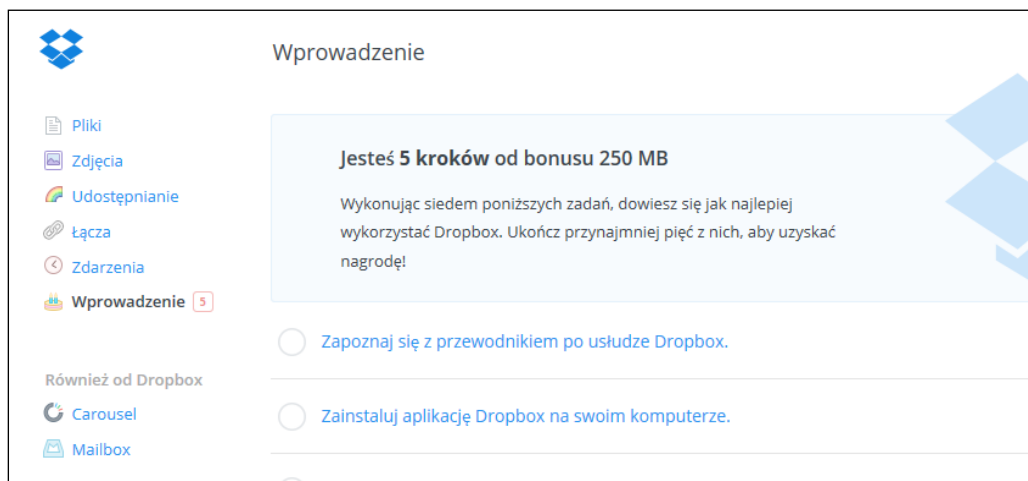
Pobieranie aplikacji Dropbox powinno rozpocząć się automatycznie w ciągu kilku sekund.
Jeśli tak się nie stanie, [uruchom pobieranie ponownie](#).



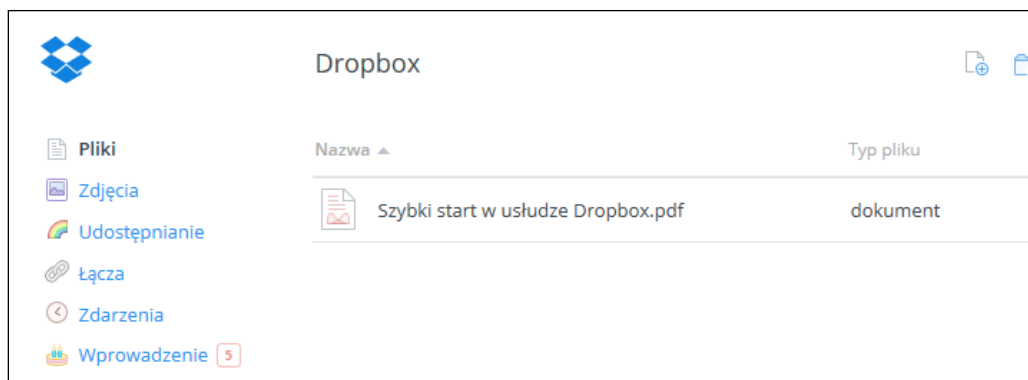
Pobieranie aplikacji Dropbox nie jest konieczne. Może być jednak przydatne. Zainstalowana aplikacja tworzy na pulpicie użytkownika folder, do którego możemy skopiować swoje pliki. Jest to najszybszy sposób na umieszczenie swoich plików na koncie Dropbox w Internecie.

Krok 3: Umieszczanie plików w serwisie Dropbox

Na początek klikamy w ikonkę z otwartym pudełkiem  i pokazuje się nam samouczek korzystania z usługi.



Aby rozpocząć pracę w Dropbox' się bez samouczka klikamy element **Pliki**



Podstawowe przyciski to:

przesyłanie



nowy folder



Wybierając przycisk **przesyłanie** wgrywamy do serwisu wybrane pliki w taki sam sposób w jaki wgrywamy pliki na pendrive'a.

Przycisk **nowy folder** zakłada kolejny folder w serwisie.

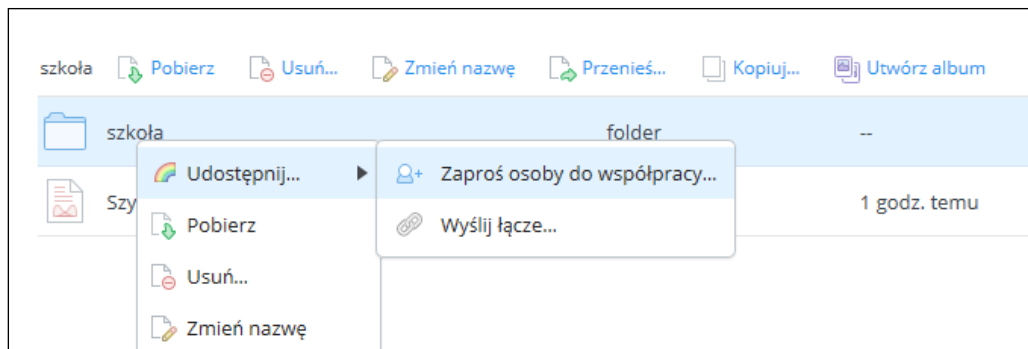
Po wgraniu dowolnego pliku do serwisu możemy go pobrać w dowolnym miejscu pobytu. Pobieranie pliku z serwisu jest proste, bo jest to opcja dostępna w menu kontekstowym danego pliku.

Krok 4: Udostępnianie swoich zasobów innym u użytkownikom.

Udostępnić możemy folder lub plik każdemu użytkownikowi Dropbox'a.

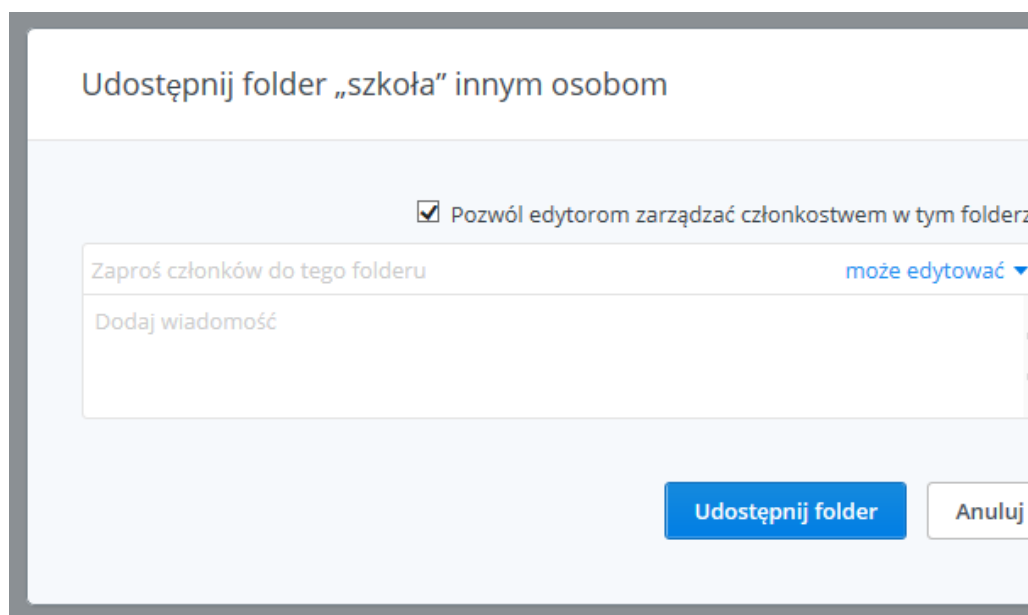
Zanim jednak zaczniemy udostępniać swoje zasoby musimy poddać weryfikacji adres e-mail, na który się logujemy.

Przykład udostępnianie folderu szkoła:



Wybierając opcję zaprosz osoby do współpracy, podajemy e-mail osoby, której chcemy udostępnić dany zasób. Może to być więcej niż jedna osoba.

Adres e-mail wpisujemy z miejsce „Zaproś członków do tego folderu”



The screenshot shows a web interface for sharing a folder named „szkoła”. At the top, there is a title “Udostępnij folder „szkoła” innym osobom”. Below the title, there is a checkbox labeled “Pozwól edytorom zarządzać członkostwem w tym folderze” which is checked. Underneath, there is a text input field with the placeholder “Zaproś członków do tego folderu” and a blue link “może edytować” with a dropdown arrow. Below the input field, there is a button labeled “Dodaj wiadomość”. At the bottom right, there are two buttons: “Udostępnij folder” (blue) and “Anuluj” (white with a grey border).

Po wpisaniu adresu email osoby zapraszanej do współpracy należy odczekać kilkanaście sekund. Następnie użytkownik, który ma mieć dany folder udostępniony powinien sprawdzić czy w menu po prawej stronie przy opcji  Udostępnianie  pokaże się liczba udostępnionych folderów. Odbierający udostępnienie musi przyłączyć

się do używania danego folderu przez kliknięcie w dzwoneczek  (prawe górne menu) i zaakceptowanie udostępnionego folderu. Liczba folderów do zatwierdzenia jest wyświetlana w postaci cyfry przy dzwoneczku

W swojej pracy dydaktycznej udostępniam swoim uczniom folder z materiałami do zajęć i systematycznie je uzupełniam. Moi uczniowie zakładają na własny użytek konta w serwisie i udostępniają mi tylko jeden swój folder. W folderze tym przechowują oni zadania wykonywane na zajęciach. W ten sposób mogę pobrać prace uczniów w każdym dogodnym dla mnie miejscu. Jednocześnie uczniowie nieobecni na zajęciach nadrabiają zaległości

Jestem użytkownikiem Dropbox'a od 4 lat i nie wyobrażam sobie pracy dydaktycznej bez możliwości przechowywania plików w tym serwisie.

Renata Nowak,

„Webquest¹ – Myślenie ma przyszłość” to projekt łączący edukację matematyczną i informatyczną, który opracowałam i realizowałam w I półroczu tego roku w klasach szóstych Szkoły Podstawowej nr 3 w Pabianicach. Zadanie projektowe, przed którym stanęli uczniowie, polegało na zostaniu ekspertem w dziedzinie wież z Hanoi, tangramu, kwadratu magicznego lub sudoku, a następnie podzieleniu się nowo zdobytą wiedzą za pośrednictwem własnych blogów, prezentacji w chmurze w taki sposób, by przekonać wszystkich o swym mistrzowskim poziomie znajomości wylosowanej łamigłówki.

I etap realizacji projektu.

W każdej klasie uczniowie zostali podzieleni na 8 grup (po 2 konkurencyjne grupy opracowujące tę samą matematyczną łamigłówkę: sudoku, wieże z Hanoi, tangram, kwadrat magiczny). Przydział do grup był losowy. Pierwsze zadanie uczestników projektu polegało na dogłębnym zapoznaniu się z materiałem źródłowym zamieszczonym na stronie projektu², który oczywiście wcześniej należało przygotować. Uczniowie, samodzielnie we własnych domach poznawali legendy dotyczące wylosowanej łamigłówki, zasady gry w nią, ewentualne strategie. W tym czasie na zajęciach komputerowych należy uczniom

przybliżyć programy do obróbki plików graficznych, podać adresy stron z których mogą je ewentualnie pobrać na domowe komputery.

II etap

Uczniowie dokumentują swoją pracę gromadząc wykonane przez siebie zdjęcia, nagrane filmiki instruktażowe, wykonane na kartonach pomoce. Na zajęciach komputerowych wprowadzone zostają tematy:

- założenie konta pocztowego na gmail,
- rejestracja na portalu voki.com i nauka tworzenia animowanych postaci,
- rejestracja na platformie blogspot.com i założenie własnego bloga, publikowanie tekstów, grafik, filmów, zmiana szablonu, układu treści,
- rejestracja na platformie prezi.com i omówienie zasad tworzenia prezentacji w chmurze.

III etap

Każda grupa uczniów musi dokonać trudnego wyboru spośród wykonanych przez siebie na zajęciach komputerowych - bloga, awatara, prezentacji w chmurze, które dalej będą już wspólnie wzbogacać jako swe prace projektowe.

Szczegółowy opis projektu, wymagań, kryteria oceniania są cały czas dostępne dla uczestników projektu na stronie internetowej projektu².

IV etap

Prezentacja prac – najpierw w grupach na zajęciach komputerowych, a następnie na lekcjach matematyki. W SP nr 3 pracowało 40 grup (122

uczniów), odbyło się 65 pokazów prac, łącznie przeprowadzono ok. 100 zajęć lekcyjnych o tematyce projektowej. Linki do blogów wszystkich grup zostały opublikowane na stronie projektu, a następnie odbyło się głosowanie internautów, w którym dokonano wyboru Superbloga na temat sudoku, tangramu, wież z Hanoi i kwadratu magicznego. Na uroczystym szkolnym podsumowaniu projektu zaprezentowano po jednej pracy z każdego tematu, wręczono upominki i dyplomy dla autorów Superblogów.

Realizacja projektu, oprócz rozwijania zdolności matematycznych: logicznego, strategicznego myślenia, doskonalenie umiejętności rachunkowych, rozwoju wyobraźni, bardzo zintegrowała jego uczestników, pokazała że można efektywnie łączyć korzystanie z zasobów informacyjnych świata, wykorzystywanie nowoczesnych technologii z uczeniem się matematyki. Uczniowie zmierzyli się z trudną sztuką współpracy w grupie, dokonywania wyborów, poszukiwania kompromisu. Mogli przekonać się, że matematyczne zagadnienia kryją w sobie wiele tajemnic i magii, a oni sami mogą być specjalistami w ich zgłębianiu i przekazywaniu swej matematycznej wiedzy innym.

„Webquest – Myślenie ma przyszłość” otrzymał grant w pilotażowej edycji programu mPotęga³, prowadzonego przez mFundację w partnerstwie z Fundacją Dobra Sieć. Został również uznany za

najlepszy projekt I edycji programu, a w nagrodę Szkoła Podstawowa nr 3 w Pabianicach otrzymała od mFundacji kolejny grant w wysokości 4700 zł na realizację drugiej edycji projektu.

¹ „**WebQuest** to rodzaj metody projektów zorientowanej na uczniowskie badania w oparciu o instrukcję umieszczoną na stronie internetowej. Forma WebQuestu przypomina tradycyjny projekt z elementami kursu e-learningowego. Celem WebQuestu jest rozwinięcie u uczniów umiejętności problemowego, krytycznego i twórczego myślenia oraz współpracy w zespole.”
<http://pl.wikipedia.org/wiki/WebQuest>

² www.projekt-sp3.blogspot.com

³ Celem programu była zmiana postaw wobec matematyki, wypracowanie innowacyjnych interaktywnych metod i narzędzi uczenia matematyki, zachęcenie nauczycieli i osób pracujących z młodzieżą do sięgnięcia po nowe metody przekazywania wiedzy matematycznej oraz zainteresowanie młodzieży różnymi dziedzinami matematyki.



Czego możemy nauczyć się od Brytyjczyków, aby usprawnić polską szkołę? - czyli porównanie systemów edukacyjnych.

I. Wstęp

W swojej pracy postanowiłam się pochylić na porównaniu systemów edukacyjnych Wielkiej Brytanii i Polski. Zdecydowanie więcej miejsca poświęciłam angielskiemu systemowi. Uznałam, iż jako mniej znany wymaga większej uwagi.

Praca składa się z siedmiu rozdziałów. Na początku staram się wyjaśnić genezę terminu edukacja. Przedstawiam rolę i cel szkoły w pojęciu ogólnym na polu brytyjskim i polskim.

W dalszej części prezentuję propozycje zmian w polskim szkolnictwie, czyli elementy podpatrzone, które mogłyby moim zdaniem usprawnić nasz system edukacji.

II. Geneza terminu edukacja.

Termin „edukacja” pochodzi z jęz. łacińskiego, w którym oznacza proces zdobywania wiedzy, ale też wychowanie, wykształcenie, ogólny rozwój umysłowy i społeczny dzieci i młodzieży. Nikt nie rodzi się

pedagogiem, to że różni z natury ludzie zostają dobrymi nauczycielami w dużym stopniu zależy od talentu pedagogicznego jaki posiadają, ale również od osobistych i indywidualnych możliwości danego wychowawcy. Nie twierdzę, że mamy kiepskich wychowawców, czy źle funkcjonuje polski system nauczania, ale są pewne elementy, które możemy zmienić, po to, żeby polska szkoła działała lepiej i efektywniej. Zmiany oznaczają postęp, a postęp oznacza lepszą przyszłość. Na początku pragnę przedstawić, korzystając z materiałów A. Kopańskiej genezę szkoły europejskiej i jej cel.

III. Szkoła, jej funkcje i cel

Szkoła europejska wywodzi się ze starożytnej Grecji i oznacza miejsce spokoju, wolności, tajemnicy i uroku. W języku polskim nazwa szkoła oznacza od łacińskiego „schola” – spokojny czas poświęcony naukom. Powszechnie wyróżnia się trzy funkcje szkoły:²

- **Rekonstrukcyjna**, polega na odtwarzaniu kultury uniwersalnej i narodowej, przekazywaniu uczniom ciągłości procesu historycznego i odtwarzaniu struktury społecznej.
- **Adaptacyjna**, polega na przystosowaniu uczniów do zastosowanych struktur życia społeczno – politycznego i wprowadzeniu ich w istniejące i projektowane role społeczne oraz zawodowe, na takim przedstawieniu obrazu świata, aby uznali oni istniejący ład społeczny za właściwy i słuszny.

² <http://www.akopańska.porównanie systemu oświaty w Polsce i Wielkiej Brytanii>

• Emancypacyjna, polega na przygotowaniu uczniów do nieprzerwanej aktywności samokształceniowej i samowychowawczej oraz uzdolnieniami ich do krytyki, dzięki czemu mogliby pokazywać istniejące ograniczenia rozwojowe oraz uczestniczyć w przekształceniu otaczającego ich świata.³

Szkoła jest skutecznym narzędziem adaptacji młodego pokolenia do istniejących struktur i stosunków ekonomicznych i ideologicznych. Ze względu na wiek adresatów szkoły, mogą być instytucjami przeznaczonymi dla dzieci, młodzieży oraz dla dorosłych.⁴ Szkoły w Wielkiej Brytanii i Polsce wiele łączy, ale możemy dostrzec pewne różnice w strukturze systemu kształcenia, które pragnę na początku przedstawić.

IV. Oświata w Wielkiej Brytanii.

Wszystkie przepisy dotyczące oświaty w Wielkiej Brytanii tworzone są przez rząd centralny, a odpowiedzialność za ich stosowanie i sposób interpretacji pozostawiony jest lokalnym władzom LEA – Local Education Authorities lub w przypadku Irlandii Północnej pięciu zarządom do spraw edukacji i bibliotek ELB – Education and Library Boards. LEA oraz ELB przekazują odpowiedzialność dalej do

³ Ibidem

⁴ <http://www.akopańska.porównanie systemu oświaty w Polsce i Wielkiej Brytanii> Kraków 1998 http://www.wordiq.com/definition/Education_in_England 01.06.2004 6. <http://www.szczecin.pl/raport2002/edukacja/wykres.htm> 01.06.2004 7.

kościół, poszczególnych placówek i w końcu przekazują ją nauczycielom. W Anglii i Walii wiele spośród zakresów odpowiedzialności LEA zastało przekazane organom zarządzającym GB – Governing Bodies szkół, które są utrzymywane przez LEA, dzięki subwencjom szkoły są całkowicie niezależne od LEA. W Irlandii Północnej wiele spośród zakresów związków rządów do spraw edukacji i bibliotek zostało w podobny sposób przekazanych zarządom lub radom poszczególnych szkół oraz jednostkom organizacyjnym systemu oświaty. W 1988 miała miejsce Ustawa o Reformie Edukacji, która wprowadziła obowiązkowy narodowy program nauczania (national curriculum). Pragnę zaprezentować teraz tzw. brytyjską ścieżkę edukacyjną :

W Anglii i Walii szkolnictwo dzieli się na cztery stopnie:

1. Primary school
2. Secondary school
3. Further education
4. Higher education

Nursery (żłobek i przedszkole), Primary school (szkoła podstawowa), High school (gimnazjum), College/Sixth Form (szkoła średnia), University (szkoła wyższa) /Bachelor (licencjat), Master (magister), Doctor (doktor), Professor (profesor).⁵

⁵ http://pl.wikipedia.org/wiki/Oswata_w_Wielkiej_Brytanii

Obowiązek szkolny obejmuje dzieci w wieku od lat 5 do 16. Trwa 11 lat.⁶ Dzieci powinny chodzić do szkoły w pierwszym semestrze przypadającym po ich piątych urodzinach, czyli 31 sierpnia, 31 grudnia lub 31 marca, jednak w praktyce często zaczynają wcześniej. Muszą pozostać w szkole do ostatniego piątku czerwca w roku, w którym kończą 16 lat. Większość uczniów kończy primary school w wieku 11 lat i kontynuuje naukę w secondary school. Zazwyczaj szkoły nie wymagają zdawania egzaminów wstępnych. Nauka w primary i secondary school podzielona jest na cztery stopnie, zakończone egzaminami.

Szkoły podstawowe w Zjednoczonym Królestwie podzielone są na dwie części: nauczanie początkowe – trwa trzy lata i właściwą szkołę podstawową, która trwa również trzy lata. W Irlandii Północnej dzieci zaczynają chodzić do szkoły już w wieku lat 4. W szkole podstawowej w Wielkiej Brytanii nie ma ocen, a tylko tak jak w polskiej szkole podstawowej w klasach 1-3, jest ocena opisowa. Ocena opisowa wskazuje uczniowi jego mocne i słabe strony, jest ona równocześnie raportem przedstawianym obowiązkowo przez szkołę dla rodziców. Raport ten jest jedynie prezentacją osiągnięć dziecka. Wyszczególnia w syntetycznej formie dane dotyczące postępów ucznia z poszczególnych przedmiotów i zajęć stanowiących część szkolnego programu nauczania. Szkoła podstawowa w Wielkiej Brytanii kończy

⁶<http://www.brytyjski.system.edukacyjny>

się egzaminem państwowym zwanym potocznie Sas, który jest jednocześnie egzaminem wstępnym do szkoły średniej.

Szkoła średnia w Wielkiej Brytanii może być podzielona nawet na trzy etapy:

Od 11 do 14 roku życia dzieci obowiązkowo uczęszczają do szkoły średniej, którą można przyrównać do polskiego gimnazjum. W tego typu szkoły dzieci oswajają się z ocenami, warto zaznaczyć, że obowiązuje tam system liter od A – najwyższa ocena do F – najniższa ocena. Etap ten można powiedzieć, że kończy się obowiązkowym egzaminem SATs, który jest potwierdzeniem zakończenia lub nie trzeciego szczebla nauki, tak zwanego KS1, KS2, KS3. Liceum, czyli właściwa szkoła średnia jest ostatnim obowiązkowym etapem, jaki musi przebyć już prawie dorosły Brytyjczyk. Liceum trwa kolejne trzy lata, oznacza to, że kończąc je uczeń ma już skończone 16 lat. Takie 3-letnie liceum kończy się egzaminem zwanym, GCSE – General Certificate of Secondary Education, który można przyrównać do polskiego egzaminu maturalnego na koniec szkoły średniej. Szkoła średnia II stopnia, czyli kolegium dzieli się albo na profil zawodowy – techniczny lub profil akademicki przygotowujący do podjęcia studiów wyższych. Szkoły średnie zawodowe przygotowują ucznia do podjęcia pracy w wybranym przez siebie zawodzie. Szkoły o profilu akademickim kończą się egzaminem A LEVEL – Advanced

Level, który jest jednocześnie egzaminem wstępnym na studia. Egzamin A Level różni system edukacji w Polsce i Wielkiej Brytanii, ponieważ w Polsce, aby zostać studentem uczeń przede wszystkim musi się wykazać świadectwem maturalnym i bardzo często (nie licząc uczelni prywatnych) zdać dodatkowy egzamin na studia, organizowany bezpośrednio przez uczelnię, do której stara się o przyjęcie.

Szkoły wyższe podzielone dwa rodzaje: uniwersytety i politechniki. Minimalny czas studiów to 3 lata, maksymalny to nawet 7 lat. Warto zauważyć, że w Wielkiej Brytanii obowiązuje system punktowy. Oznacza to, że każdy student może rozłożyć swoje studia na dłuższy okres, bądź wybrać formułę studiów w niepełnym wymiarze. Kolegia w Wielkiej Brytanii zaliczane są do szkół średnich. W Wielkiej Brytanii, student pomyślnie kończący studia otrzymuje tytuł *master*. Aby uzyskać tytuł zawodowy student musi zaliczyć wszystkie przedmioty i praktyki objęte planem studiów, złożyć i obronić pracę dyplomową oraz zdać pomyślnie egzamin. Studia w Wielkiej Brytanii są dwustopniowe, 3-4 letnie studia licencjackie (undergraduate) oraz 1-2 letnie studia magisterskie (postgraduate). Najbardziej prestiżowe są tzw. „stare uniwersytety”, jest to grupa 50 najstarszych uczelni brytyjskich, których wysoki poziom nauczania oraz ranga jest znana na całym świecie. Obok uniwersytetów istnieją również politechniki, a właściwie także uniwersytety (od 1992), są one jednak wyodrębnione

w zestawieniu ze względu na oferowane przez siebie kursy Business and Technician Education Council Higher National Diploma.

Egzaminy w szkolnictwie brytyjskim

W wieku 15-16 lat uczniowie zdają General Certificate of Secondary Education (GCSE), zdawany z wielu przedmiotów na zakończenie secondary school. Oceny kształtują się od A (najwyższej) do G (najniższej). W wieku 18 lat uczniowie zdają General Certificate of Education Advanced Level (GCE A-level) oraz Advanced Supplementary (AS) Advanced Subsidiary (AS level). *Niektórzy nauczyciele twierdzą, że wybór dalszej drogi kształcenia na tym poziomie jest dokonywany wcześniej (4 przedmioty na 1-5 level)* zdawane są na zakończenie szkoły średniej (porównywalne do polskiej matury, o czym wspomniałam wcześniej), AS są egzaminami dodatkowymi, które pozwalają uczniom wykazać się wiedzą odpowiadającą ich indywidualnym zainteresowaniom. Po zdaniu GCE A-level młodzież może kontynuować naukę w szkołach lub Collegiach, gdzie wybiera kursy zawodowe zakończone zdaniem General National Vocational Qualifications (GNVQs).⁷ Może również iść na uniwersytet. GNVQs łączą ze sobą elementy wiedzy ogólnej z wiedzą zawodową oraz pracą. Wyłącznie wiedzę zawodową młodzież uzyskuje na kursach National Vocational Qualifications (NVQs). Bazują one na

⁷ Ibidem

umiejętnościach, wiedzy i kompetencjach wymaganych przez przemysł w poszczególnych jego dziedzinach NVQs i mają 5 poziomów zaawansowania. *College kończy się egzaminami A- levels (odpowiednik polskiej matury), które zdaje się z 3 wybranych przedmiotów (często kontynuowanych z egzaminu AS). Skala ocen to od A (najlepsza), B, C, D, E, F, G oraz U (nie zdaje). Natomiast egzamin General Certificate of Education Advanced Level (A-levels) pozwala na rozpoczęcie edukacji wyższej lub edukacji profesjonalnej.*

Organizacja roku szkolnego w Wielkiej Brytanii

Szkoły w Wielkiej Brytanii są czynne 190 dni w roku, a rok szkolny podzielony jest na trzy części. Naukę rozpoczyna się w drugiej połowie sierpnia i trwa do końca czerwca (czasem nawet do początku lipca). Pierwszy trymestr trwa do połowy października. Wtedy to przypadają pierwsze ferie trwające 10 dni. Drugi trymestr trwa od końca października do połowy lutego, ale w połowie przypada prawie dwutygodniowa przerwa świąteczna. Po lutowych feriach dzieci wracają do szkoły. Trzeci trymestr trwa do końca roku szkolnego. W trakcie trzeciego trymestru przypada kolejna przerwa świąteczna tym razem wielkanocna trwająca ok. dwóch tygodni. Zajęcia trwają przeważnie od 8.50 – 9.00 rano do 3.00 - 3.15 popołudniu, w piątki natomiast do 12.20 bądź 12.30. Przerwa 15 min o 10.30 do 10.45 i druga 1-godzinna lunchowa od 12.30-13.30. Maksymalna liczba dzieci w klasach 1-2 szkoły podstawowej to 25, natomiast w klasach

wyższych 33. W szkole średniej maksymalna liczba dzieci w klasie niższej to 30, w klasie wyższej 25. Jeśli chodzi o liczbę semestrów to cztery: Autumn term (wrzesień, październik, listopad), Winter term (grudzień, styczeń, luty), Spring term (marzec, kwiecień, maj), Summer term (czerwiec, lipiec,). W sierpniu szkoła nie pracuje.

Program nauczania

Program nauczania w szkole podstawowej podzielony jest na bloki tematyczne: język, matematyka, wiedza o środowisku, przygotowanie do życia w społeczeństwie, religia i etyka, edukacja zdrowotna. Nie ma podziału na 45 minutowe lekcje jak w szkole średniej. W szkole średniej pierwsze dwa lata to nauczanie ogólne, następne dwa to nauczanie zawodowe. Jeśli chodzi o dobór podręczników i metody nauczania szkoły decydują o tym same.

5.Ośwata w Polsce

a) historia szkolnictwa

W Polsce początki szkolnictwa sięgają przełomu XII i XIII wieku i są związane z powstaniem pierwszych podstawowych szkół parafialnych. Zaczęto zakładać je po 1215 roku (na mocy uchwał IV soboru laterańskiego). W 1364 roku król Kazimierz Wielki założył Akademię Krakowską, która przekształciła się później w Uniwersytet Jagielloński. Do szybkiego rozwoju szkolnictwa na pewno przyczyniło się wynalezienie druku i tym samym większy dostęp do książek. Ważnym wydarzeniem w rozwoju oświaty było założenie przez zakon jezuitów

(od 1564 roku), własnej sieci szkół. Jednak o prawdziwym przełomie możemy mówić w momencie powstania Komisji Edukacji Narodowej (KEN), która była założona w 1773 roku, później przekształcona została w MEN – Ministerstwo Edukacji Narodowej. KEN była państwowym zarządem oświaty w Polsce powołanym z inicjatywy i wspierana przez grono najwybitniejszych przedstawicieli polskiego Oświecenia skupionych wokół króla Stanisława Augusta Poniatowskiego. Komisja ta przejęła prowadzenie szkół przez zakon jezuicki i w 1773 roku przekształciła je w szkoły narodowe. Zreformowała ona strukturę i program nauczania szkół wszystkich szczebli.

W latach 1780-83 wydała „ustawy”, czyli pierwszy w Europie kodeks szkolny regulujący całość spraw związanych z funkcjonowaniem szkolnictwa. Od tego momentu szkoła stała się instytucją społeczną i zarazem podstawową.

b) struktura oświaty w Polsce

Działalność i organizacja systemu określone są w ustawie z dnia 7 września 1991 o systemie oświaty. W roku 1999 wprowadzono nową strukturę oświaty. W myśl zapisów Konstytucji RP każdy ma prawo do nauki. Nauka jest obowiązkowa od 6. do 18. roku życia, ale status instytucji obowiązkowych mają jedynie szkoła podstawowa i gimnazjum. W Polsce edukacja podlega dwóm ministerstwom- Ministerstwu Edukacji Narodowej (MEN) oraz Ministerstwu Nauki

i Szkolnictwa Wyższego (MNiSW). Dzieci są objęte obowiązkiem szkolnym, czyli obowiązkiem poddania się procesowi edukacji powszechnej, zgodnie z przepisami prawa, w roku szkolnym, w którym dziecko ukończy 6 rok życia. Musi ono wtedy pójść do zerówki, która traktowana jest jako nauka przez zabawę. A więc obowiązek szkolny dotyczy dzieci i młodzieży w wieku 6-16 lat, natomiast obowiązek nauki, który może być realizowany w formach szkolnych lub pozaszkolnych, odnosi się do młodzieży w wieku 16-18 lat. Zajęcia w klasach 1-3 odbywają się w formie kształcenia zintegrowanego, czyli bez podziału na przedmioty, a ich prowadzenie powierza się jednemu nauczycielowi, który jest również wychowawcą, choć naukę języka obcego, edukację muzyczną, edukację plastyczną, wychowanie fizyczne i zajęcia komputerowe można powierzyć nauczycielowi specjalście. W klasach IV-VI kształcenie odbywa się w ramach przedmiotów, których prowadzenie powierza się nauczycielom-specjalistom. Jeden z nauczycieli uczących przedmiotu realizowanego w danym oddziale klasowy pełni funkcję wychowawcy tym etapie to: język polski, język obcy nowożytny, przyroda, historia i społeczeństwo, muzyka, plastyka, technika, informatyka, wychowanie fizyczne, religia lub etyka, wychowanie do życia w rodzinie. Po klasie VI uczniowie przystępują do sprawdzianu poziomu wiedzy i sprawdzianu umiejętności, który jest jednakowy dla wszystkich uczniów ale nie ma wpływu na ukończenie szkoły podstawowej ani na przyjęcie do gimnazjum. Należy podkreślić,

że kształcenie na tym etapie ma charakter ogólny i odbywa się w zakresie następujących przedmiotów: język polski, dwa języki obce nowożytne, muzyka, plastyka, historia, wiedza o społeczeństwie, geografia, biologia, chemia, fizyka, matematyka, informatyka, wychowanie fizyczne, edukacja dla bezpieczeństwa, zajęcia artystyczne, zajęcia techniczne. Natomiast kształcenie w gimnazjum kończy się egzaminem gimnazjalnym, który zazwyczaj odbywa się w kwietniu. Egzamin składa się z humanistycznej, matematyczno-przyrodniczej oraz językowej i przystępują do niego uczniowie klas trzecich. I wreszcie matura (łac. Maturus - dojrzały) – egzamin z materiału objętego programem nauczania (podstawą programową) wybranych przedmiotów, ale absolwenci szkół średnich nie mają obowiązku na przystąpienie do egzaminu, lecz świadectwo jego zdania wymagane jest od kandydatów na wyższe uczelnie. Jeśli chodzi o skalę ocen, to w polskich szkołach obecnie obowiązuje sześciostopniowa skala ocen (od 1 do 6). W klasach I-III szkoły podstawowej otrzymują oceny opisowe - prawo, które pozwala szkołom ustalić inną skalę ocen dla oceniania bieżącego postępu uczniów, a także klasyfikacji śródrocznej. Takie ustalenia zamieszczane są w części statutu szkoły, zwanej wewnątrzszkolnym systemem oceniania. Tak pokrótce prezentują się dwa systemy oświaty w dwóch różnych państwach. Celem mojej pracy nie jest przedstawienie różnic, bo te będą istniały

zawsze, ale wykorzystanie pewnych elementów, aby polski system edukacji działał lepiej i skuteczniej.

6. Co zmienić?

Jak łatwo zauważyć różnice między polską a angielską szkołą są dość znaczne. Rozmawiając z nauczycielami polskimi i angielskimi pracującymi w Wielkiej Brytanii wyraźnie dostrzegłam punkty, które moim zdaniem można przenieść na grunt polski, niektóre utrudnienia występują również w szkole angielskiej i o tym mówili angielscy nauczyciele np.

- **zbyt duża liczba sprawdzianów,**
- **brak większego nacisku na przedmioty praktyczne,**
- **przesadne zachęcanie uczniów, żeby poszli na uniwersytet,** nawet jeśli jest pewne, że raczej nie znajdą później pracy. W Polsce mamy z tym zagadnieniem również do czynienia.

Polskie szkoły podobnie jak angielskie bazują na rankingach, często rankingi są ważniejsze niż czas poświęcony uczniowi. Oczywiście rankingi są ważne, często bowiem na ich podstawie uczniowie decydują jaką placówkę wybrać, ale nie można zapominać o uczniach słabych.

- Po pierwsze uważam, że rozpoczęcie edukacji, tak jak ma to miejsce w Wielkiej Brytanii w wieku 5 lat, jest korzystne dla dzieci i ma wpływ na późniejszą naukę. Dzisiejsze dzieci są bardziej świadome i otwarte na świat niż ich rówieśnicy,

choćby dziesięć lat temu. Oczywiście bazujemy na łączeniu nauki z zabawą, proponuję na tym etapie przygotowanie materiałów przez nauczyciela lub ewentualnie skonstruowanie jednego podręcznika.

- **Dzieci brytyjskie bardzo chętnie pracują w grupach.**

Są do tego przyzwyczajone od „zawsze”. W polskich szkołach nadal na tym polu istnieje duży problem, nasze dzieci nie potrafią i nie umieją razem pracować.

- Kolejna kwestia to dzieci zdrowe i chore, które powinny być razem w jednej klasie, jeśli oczywiście stan zdrowia na to pozwala jest to niezwykle ważne dla wszystkich uczniów. Należy oczywiście zapewnić im kompleksową pomoc pedagogiczną i psychologiczną, otoczyć szczególną opieką w brytyjskim systemie edukacyjnym istnieje specjalna osoba- „asystent”, która indywidualnie pomoże takim dzieciom odnaleźć się w systemie szkolnym.

- **Kolejnym elementem niezwykle ważnym jest ustawienie ławek w klasach;** zrezygnujmy z tradycyjnego modelu, ustawmy ławki tak, żeby uczniowie widzieli swoje twarze, a nie swoje plecy jak pisał profesor Czapliński, „dajmy więcej zadań w grupach, nawet jeśli rozdajemy przygotowane materiały to niech pracują razem, uczą się współpracy, jest to moim zdaniem

podstawa, fundament bez którego nie jest możliwe zbudowanie właściwych relacji w klasie, szkole i społeczeństwie”.⁷.

- **Większość dzieci chce się uczyć, chce zdobywać wiedzę, nie zamieniamy tej chęci poszukiwacza na stresujące odpytywanie** na środku przy całej klasie. W sytuacji, kiedy wychowankowie nie są przygotowani, należy zastosować sankcje czy to w postaci oceny, czy dodatkowej pracy domowej. Tego rodzaju sprawdzanie wiedzy nie występuje w systemie brytyjskim.
- Szkoła powinna być miejscem, gdzie dzieci są poszukiwaczami, zwłaszcza w pierwszym etapie i ogromnie się z tego cieszą. Dla sześciolatków szkoła powinna być atrakcyjnym, ciekawym doświadczeniem stanowiącym bazę do przyszłej edukacji. Na tym etapie powinniśmy wytworzyć chęć zdobywania wiedzy przez tego młodego człowieka.
- **W szkole podstawowej czy średniej proponuję - zrezygnujemy z krótkich sprawdzianów (tzw. kartkówek). Bazą niech będą duże testy pisane w semestrze po to, by pokazać rodzicom, gdzie ich dziecko ma braki, co wymaga utrwalenia.** Taki test z każdego przedmiotu zostałby zaprezentowany na zebraniu rodziców, tak jak jest to w szkole brytyjskiej. Ważne, żeby uczeń spokojnie się do testu przygotował, również psychicznie.

- **Proponuję więcej pracy metodą projektów**, po to by uczniowie nauczyli się współpracy ze sobą i przestali traktować zadaną pracę jak „niechcianą pańszczyznę.”
- **Postuluję wprowadzenie ogromnie surowych kar za ściąganie.** Brytyjczycy wyeliminowali ten problem, który jest plagą polskiej szkoły. Musimy nauczyć młodych ludzi, przyszłych obywateli uczciwej pracy. Uważam, że zaprocentuje to w dorosłym życiu, a na pewno uczyni z młodego pokolenia bardziej świadomych obywateli odpowiedzialnych za swoje państwo.
- **Proponuję również na wzór szkoły angielskiej zwiększenie liczby semestrów do trzech.** (IX ,X, XI), (XII ,I, II), (III, IV, V, VI)
- **Uczniowie będą oceniani za testy semestralne, projekty, aktywność i przygotowanie do zajęć, prace domowe.**
- **Kolejny element, który możemy przenieść od Brytyjczyków to skrócenie obowiązku szkolnego z 18 do lat 16.** Ileż razy osiemnastolatki są przetrzymywani „na siłę” w szkole, najczęściej w gimnazjum, nie mogąc zdobyć żadnego zawodu.
- **Należy tutaj rozbudować system szkolnictwa zawodowego.** Stworzenie szkół, które kształciłyby fachowców, specjalistów, konkretnych dziedzin, których brakuje w naszym

społeczeństwie. Z tym problemem również borykają się szkoły angielskie.

- **Nasze szkoły nie radzą sobie z dowolnością w strojach proponuję wprowadzenie może nie tyle uniformów, ale wyraźne narzucenie kolorów i długości strojów.**

Dlatego zanim zaczniesz się wprowadzać poważniejsze zmiany trzeba zreformować system. Nie w taki sposób, jak to się robi obecnie, zmieniając np. zakres materiału egzaminu maturalnego, czy np. ciągłość nauki na zajęciach historii w gimnazjum.

- Obecna reforma nie jest moim zdaniem dobra, zwłaszcza jeśli chodzi o kwestię nauki historii, gdyż **zatraca w młodzieży poczucie patriotyzmu i ścisłego związku z przeszłością.** Gimnazjalista, który podróżuje po Polsce powinien wiedzieć o miejscach męczeństwa narodowego, te zagadnienia powinny być mu znane z lekcji historii, a Warszawa nie powinna się kojarzyć z miejscem koncertów, bądź zakupów, ale również z powstaniem warszawskim. Młodzież gimnazjalna chce o tym słuchać, chce słuchać o państwie Jagiellonów, chce słuchać o Katyniu, pozwólmy im słuchać. Uważam, że młodzi ludzie powinni mieć możliwość poznania zagadnień dotyczących drugiej wojny światowej okresu powojennego, aż do lat

dziewięćdziesiątych XX w. już na etapie szkoły podstawowej i gimnazjum.⁸

- **„Powinniśmy dokonać przeglądu podręczników, jak pisał dr Arkady Rzegocki** szczególnie do historii i wiedzy o społeczeństwie, pod kątem bardziej sprawiedliwej prezentacji dorobku naszych przodków. Przedmiot: **Wiedza o Społeczeństwie powinien zmienić nazwę na Wychowanie Obywatelskie** (z czym całkowicie się zgadzam), a w programie powinny znaleźć się liczne odniesienia do aktywności obywateli Rzeczypospolitej Obojga Narodów. Polska bowiem wciąż jest nazywana „młodą demokracją” i to często w tych krajach, których tradycje demokratyczne sięgają ... 1945 roku(...)”⁹
- **Treści patriotyczne powinny być obecne wszędzie, żeby zbudować młode pokolenie** znające trudne momenty naszej historii. Na pewno wiele możemy uczyć się od Brytyjczyków, choć szereg właściwych reform powinniśmy przeprowadzić modyfikując i dostosowując elementy brytyjskiego systemu edukacji do polskich warunków.

⁸ <http://www.rp.pl/artykul/967895.html>

⁹ Ibidem

7.Zakończenie:

Systemu brytyjskiego nie uważam za doskonały, nie jestem również zwolenniczką kopiowania całościowych rozwiązań na grunt polski z innych krajów, ale być może pewne elementy usprawniłyby działanie polskich szkół. W brytyjskich szkołach, nie preferuje się pracy nauczyciela sam na sam z uczniem. W takich sytuacjach należy powiadomić dyrekcję¹⁰. Mieć otwarte drzwi i nie wybierać miejsc ustronnych. Drzwi w klasach są zawsze częściowo oszklone. A w takim spotkaniu bierze udział ktoś z personelu nadzorującego szkołę.

Brytyjski nauczyciel nie bierze żadnych prezentów od dzieci, ale sam również uczniów nie obdarowuje. Na koniec roku formą dopuszczalną są kartki z podziękowaniami. Nie podaje swego numeru telefonu i adresu e-mail lub adresu zamieszkania. Dbą się o to aby reakcja uczeń-nauczyciel nie wybiegała poza ramy szkolne. Jednocześnie, aby była życzliwa i przyjazna. Zaleca się wręcz używanie humoru, po to by rozładować trudną sytuację. *Use humour to defuse difficult situations.*

Potrzebne informacje z życia szkoły uczeń i jego rodzice mogą znaleźć na stronie internetowej lub w informatorze.

Szkoły europejskie i amerykańskie wydają często informatory. Pełne informacji o tradycjach szkoły, jej sytuacji w rankingach, wyposażeniu, a także programach nauczania, systemie nauczania i innych ważnych edukacyjnych przedsięwzięciach. Dużo informacji dotyczy kadry

¹⁰ A. Leigh (education), Child Protection Guidance.

szkoły, każdy nauczyciel wymieniony jest nie tylko z imienia i nazwiska, ale z pełnym opisem przebiegu jego pracy i osiągnięć.

W Danii nauczyciele „chadzają” bardzo często na lekcje koleżeńskie i nawzajem siebie podpatrują w ten sposób wzbogacając swój warsztat pracy. I jeszcze jedno: oceny są jawne dla uczniów i ich rodziców, ale niejawnie dla innych uczniów i innych nauczycieli. Są zapisywane w osobistych dzienniczkach nauczycieli, a potem wędrują do komputera szkolnego¹¹.

Przedstawiony przeze mnie rys systemów edukacyjnych wraz z moimi pomysłami może stanowić swego rodzaju inspirację do tego by podejmować działania, aby ludzie w szkole poznawali się i czuli bezpiecznie.

Na koniec pragnę zacytować słowa Ireny Dzierzgowskiej :*Szkoła musi być dostosowana dla świata, dla którego wychowujemy i kształcimy. A ten świat się zmienia....* Pamiętajmy o tym.

¹¹ M. Taraszkiewicz, Jak uczyć jeszcze lepiej, Poznań 2001,s.7.

